



FICHE PARRAINAGE PASS 2025/2026 N° 63

Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans le parcours accès spécifique santé (PASS) au cours de l'année 2025/2026.

NOM : Jumelais
Prénom : Léa
Filière : Pharmacie

Mention au bac et type de bac (spécialités et options si bac général, ST2S...) :

Mention très bien - bac général spécialités maths et physique-chimie

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Mathématiques - physique

L'année avant ton PASS où étais-tu ?

- Au lycée
 Autre (à préciser) :

Au lycée quel(le) genre d'élève étais-tu ?

- Sérieux(euse) et travailleur(euse)
 Bon(ne) élève
 Flemmard(e) et pas très motivé(e)
 Mauvais(e) élève

Pendant le PASS, où est-ce que tu habitais ?

- Chez tes parents
 Dans un appart seul(e)
 Dans un appart en coloc

Si tu étais en coloc, avec qui vivais-tu ?

- Avec un ou des ami(s) également en PASS
 Avec un ou des ami(s) en études de santé ou en L.AS mais pas en PASS
 Avec un ou des ami(s) qui n'étai(en)t pas en santé
 Avec un ou des membre(s) de ta famille

Si tes parents habitent loin, à quel rythme rentrais-tu ?

- Tous les week-ends, trop besoin de la famille
 Un week-end sur deux
 Une fois par mois
 Seulement aux vacances ou en périodes de révisions

As-tu suivi une prépa ou le tutorat au cours de l'année ?

- Tutorat seulement
 Prépa seulement
 Prépa & Tutorat
 Aucun des deux

L'été avant le PASS...

- Tu as bossé tes cours mais tu regrettes de l'avoir fait
- Tu as bossé tes cours et ça t'a aidé
- Tu as profité de tes vacances jusqu'au bout, sans mettre ton nez dans les cours (hors stage de pré-rentree) !

As-tu fait un stage de pré-rentree avant le PASS ?

- Oui, au tuto
- Oui, dans une prépa
- Non, les vacances jusqu'au bout !

Ettais-tu un(e) PASS stressé(e) ?

- Extrêmement stressé(e), ça m'empêchait même de dormir parfois
- Stressé(e) mais en général j'arrivais à contrôler ça
- Moyennement stressé(e), surtout à la fin du semestre à l'approche de l'examen
- Pas stressé(e) du tout, j'étais cool pendant les deux semestres !

A quelle fréquence allais-tu en cours ?

- Tout le temps, ça m'aidait à comprendre et à apprendre
- Quasiment tout le temps, sauf pour les cours qui me paraissaient inutiles
- Souvent, sauf quand j'avais trop de retard
- Des fois, je n'allais que à ceux qui m'intéressaient ou qui semblaient difficiles
- Rarement, les cours en présentiel c'était pas du tout pour moi
- Jamais, je n'avais pas envie de perdre du temps !

Où est ce que tu travaillais en général ?

- A la BU (ma deuxième maison)
- Chez moi : la tranquillité avant tout !
- Les deux

Avais-tu des loisirs en PASS ?

- Oui régulièrement, c'était indispensable pour moi
- Oui parfois quand j'en ressentais le besoin
- Non, ça me stressait trop de perdre du temps !

Si oui peux-tu décrire un peu plus ? Quels étaient tes loisirs (sorties, sport...), à quelle fréquence, etc ?

Pour me détendre je dansais dans ma chambre. Quand j'en avais marre de travailler je mettais la musique et je me défoulais. Je dansais presque tous les jours. Sinon j'aimais bien me balader pour me vider la tête. Je passais aussi pas mal de temps sur mon téléphone (malgré mes nombreux régulateur d'applis)

Quelle était l'organisation de ta journée-type (nombre d'heures de travail par jour, pauses, cours/colle/prépa...) ?

Au premier semestre : Lundi/Mardi j'allais en cours le matin. Je rentrais ensuite chez moi et après 30min de pause je repartais travailler à la BU (en faisant des pauses toutes les heures) jusqu'au soir puis j'allais en colle. Le mercredi je retravaillais les cours du lundi et mardi et j'allais en colle le soir. Jeudi matin je faisais les cours de Talagas (numériques) et j'allais en cours l'après midi puis en colle le soir. Vendredi matin je travaillais les cours du jeudi et j'allais en cours l'après midi.
Au semestre deux j'étais moins organisée. Je suivais tous les cours mais je les travaillais au feeling. En moyenne j'avais 8-9h de travail.

Combien d'heures travaillais-tu par jour lorsqu'il y avait cours et tuto/prépa dans la semaine (hors week-end) et à quel rythme (pauses...) ?

Je travaillais environ 8-9h par jour (tout compris). Cependant j'avais aussi des journées où je ne travaillais que 6h et d'autres où j'en faisais 10. Je ne pense pas faire partie de ceux qui travaillaient le plus. Je faisais des pauses toutes les heures et lorsque je sentais que je ne comprenais plus rien. J'adorais aussi les micro-siestes (j'en faisais tout le temps).

Combien d'heures travaillais-tu par jour pendant le week-end et à quel rythme (pauses, ...) ?

Le weekend j'avais beaucoup plus de mal à travailler. Je me reposais beaucoup plus. Je travaillais environ 5-6h par jour (mais ça pouvait varier). Je faisais beaucoup de pauses (peut être un peu trop d'ailleurs). Je n'étais vraiment pas efficace mais au moins je me reposais, j'étais avec ma famille et ça me faisait du bien.

Combien d'heures travaillais-tu par jour pendant les périodes de révisions et à quel rythme (pauses, ...) ?

Je travaillais avec le même rythme qu'en semaine (8h/j) mais je trouvais ça plus marrant à faire que pendant le semestre car je ne faisais presque que des annales. Je les faisais avec une amie en PASS donc on faisait facilement des pauses pour papoter. Je trouve que les annales sont vraiment top à faire pendant les révisions (ça entraîne et ça rassure).

Combien avais-tu d'heures de sommeil par nuit en moyenne ? Une différence entre les deux semestres ?

Toutes les nuits je dormais minimum 8h. Le sommeil c'était trop important pour moi. Je faisais parfois des petites grasses matinées quand j'étais très fatiguée. J'étais une grosse dormeuse.

Comment organisais-tu ton travail et tes révisions (méthode des J ou au feeling, type de mémoire...) ? Décris comment la révision d'un cours se déroulait pour toi.

Je travaillais vraiment au feeling. J'essayais quand même de voir en priorité les cours de la journée mais sinon je n'avais pas de méthode particulière. J'ai une mémoire auditive donc ça m'aidait énormément d'aller en cours. Je travaillais ensuite en le relisant et en notant plein d'infos sur une feuille à côté. Je ne faisais pas ça pour faire des fiches de révision, ce n'était pas vraiment mon truc. J'écrivais vraiment à l'arrache pour être sûre d'être active (et pour ne pas juste lire mon cours et l'oublier dans 15min). J'avais peut être aussi une mémoire kinesthésique du coup.

Comment as-tu ressenti cette année en général ? As-tu eu des moments difficiles ? Une fois l'année finie, estimes-tu que le PASS t'a apporté quelque chose ?

Avec du recul je me dis que j'ai quand même beaucoup aimé ma PASS. J'ai eu la chance de faire la rencontre de plein de gens géniaux qui m'ont aidée à donner le meilleur de moi même. J'ai eu des moments difficiles comme le mois de novembre qui était affreux (il faisait gris et j'étais très fatiguée). J'ai aussi eu beaucoup de mal au deuxième semestre car après avoir goûté aux vacances de Noël je n'avais plus envie de travailler (supplément je suis tombée malade plein de fois ce qui n'aide pas). Mais au final j'ai adoré ce que j'ai appris, les profs sont passionnés et l'ambiance était top. Tout le monde s'entraidait ! La PASS m'a beaucoup apporté en savoir, en organisation et en relationnel.

Et le mot de la fin ! Que dirais-tu aux PASS pour les encourager et les motiver à se lancer dans cette année ?

Pas de panique ! Cette année est certes très impressionnante mais dites-vous que tout le monde est dans le même bateau. Certes il y aura du travail mais personne n'est capable de travailler non-stop. Vous verrez que chacun avance à son rythme avec ses propres méthodes. Tout le monde a une chance de réussir ! Vous allez découvrir des profs vraiment passionnés et vous allez faire des rencontres incroyables. C'est vraiment une année unique qui vaut la peine d'être vécue ! Je vous dis giga giga bonne chance !!!