



FICHE PARRAINAGE PASS 2025/2026 N° 66

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

NOM : Tanguy
Prénom : Daphné
Filière : Médecine

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

Bac général maths physique avec option maths expertes, mention très bien

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Mathématiques Physique (UBS)

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 !

Etais-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 ?

J'allais courir généralement deux fois par semaine (sauf à l'approche des exams), je faisais pas de sorties sauf 1 ou 2 pendant les semaines de révivac. Quand je rentrais chez mes parents le WE, rien que de conduire c'était un loisir (1h30 x2 pour écouter de la musique, se changer les idées :)).

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

Levée vers 7h15,
Le matin: cours à l'amphi ou bien travail à l'appart (dans ce cas pause brosse de dents vers 10h)
Repas vers 12 ou 13h (1h max)
L'après-midi : recopier les cours du matin + terminer ceux de la veille + revoir des cours plus anciens (j'avais jamais le temps de tout faire),
18h colle (goûter sur le trajet), les jours où il n'y avait pas de colle j'allais parfois courir (30 min max + douche)
Repas du soir (1h max)
22h/23h30 dodo après avoir relu 1 chapitre ou quelques points importants (je visais au moins 8h de sommeil)

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...)?

En comptant les cours, le tuto et le travail perso, je suis à environ 12h de travail par jour, je travaillais par gros blocs, c'est à dire que je faisais une pause le matin si je suis à l'appart, une pause d'1h max le midi, pas de pause l'après-midi (sauf si y a de la colle, le trajet à pied faisait office de pause)

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

Environ 12h/j comme en semaine, levée vers 7h15, travail jusqu'à 13h, repas puis travail jusqu'à environ 18h, pause course à pied ou autre, travail jusqu'à 20h, repas, travail et couchée vers 22h30.

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

J'étais chez mes parents mais j'avais exactement la même organisation que le WE: environ 12h de travail par jour avec quelques pauses, comme je n'allais pas courir tous les jours des fois je sortais juste vite fait pour m'aérer.

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

Je dormais environ 8h par nuit, je n'ai pas vu de différence entre les deux semestres, quand je voyais que je fatiguais je dormais plus (assez logique ... :)

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.

Au premier semestre : Je n'ai pas fait de méthode des J (trop compliqué), je revoyais les chapitres très peu de fois (environ 3 fois en tout) mais quand je les revoyais je pouvais passer beaucoup de temps dessus jusqu'à ce que je les connaisse. Je recopiais le chapitre après l'avoir vu en cours, en général je ne le connaissais pas pour la colle, donc après la colle je me disais oh là là il faut que je bosse ce cours (sensation que j'ai eu tout au long du semestre), après pendant la première semaine de revivac j'ai revu tous les chapitres déjà faits et rattrapé mon retard et pareil pendant la semaine de révision.

Deuxième semestre : toujours pas de méthode des J. J'étais peut-être un peu mieux organisée dans le sens où j'apprenais les chapitres avant d'aller en colle. J'ai dû revoir les chapitres plus de fois en tout parce qu'il y avait plus de par cœur.

Et aussi j'ai essayé de faire un emploi du temps mais je ne le suivais jamais donc au final je me mettais juste une liste de chapitres à voir dans la semaine/les jours à venir.

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 ?

C'était une année dure, mais ça reste une super expérience, si c'était à refaire je referais tout pareil. J'ai eu un gros coup dur avant les revivacs du premier semestre, donc au second semestre j'ai fait bien attention de ne pas reproduire la même erreur (en rentrant plus souvent chez mes parents notamment). C'est pas facile aussi de ne plus avoir de vie sociale, de voir ses amis qui sortent et de rester enfermée pour bosser, mais bon avec du recul tout s'enchaîne et l'année passe plutôt vite. Je pense qu'en PASS le plus important c'est la persévérance, il ne faut rien lâcher ! Pendant cette année on rencontre aussi pleins de personnes supers qui vivent ou ont vécu la même chose que nous et qui nous comprennent, ça c'est hyper rassurant dans les moments difficiles.

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

Même s'il y a des moments durs il ne faut rien lâcher, cette année est une expérience riche en émotions que l'on ne vit qu'une fois dans sa vie ! Surtout fais toi confiance, n'oublie pas ce qui t'a motivé à te lancer ! Donne tout, si tu es là c'est que tu en as les capacités!