



FICHE PARRAINAGE PASS 2025/2026 N° 71

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

NOM : NOWAK
Prénom : Louann
Filière : Médecine

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

bac général, mention bien spécialités maths, physique-chimie, option maths expertes

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Portail Maths-Physique-Maths Economie-Informatique

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'étais(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 ?

J'allais courir une à deux fois par semaine, et j'allais à la piscine presque tous les vendredi

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

Au premier semestre, lorsqu'on avait cours le matin, j'y allais, et l'après midi, je travaillais a la bu. Lorsqu'on avait cours l'après-midi, j'y allais, mais je restais chez moi le matin. J'allais toujours en colle.

Au 2eme semestre, j'allais ni en cours ni en colle, je faisais 8h30-22h la bu, sauf le week-end, je restais chez moi ; je travaillais plus tard le soir, et je recommençais plus tard le lendemain

Je faisais une pause d'1h15 le midi, et 2fois 15mn l'aprem, sauf le dimanche, je prenais une pause de 2h le midi

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...) ?

Environ 11h : 8h30-22h, avec 1h15 de pause le midi, et 2 fois 15mn l'aprem

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

Samedi ~ 12h : de 10h30 à 3h avec 1h de pause pour manger le midi, et 1hle soir + 1h de pause l'aprem pour aller courir

Dimanche~ 10h : pareil mais je prenais une pause de 2h le midi, et je me couchais souvent un peu plus tôt

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

Pareil que pendant le reste de l'année

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

6h : j'ai des difficultés pour m'endormir (déjà avant PASS)

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 faisais mon emploi du temps pour la semaine. Je recevais mon cours, d'abord avec celui-ci sous les yeux, puis, j'essayais de le récrire sans. Je faisais beaucoup de QCM, et je notais mes erreurs. A la fin de chaque chapitre, je fluotais, pour avoir une vue d'ensemble du cours.

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 ?

J'ai adoré cette année, particulièrement le 2eme semestre : j'avais ma méthode de travail, j'étais plus régulière, et plus confiante . En revanche, au 1er semestre, j'avais plus de moments de stress.

La PASS m'a appris a travailler, et qu'avec ce travail et de la discipline, tout le monde peut y arriver

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

En Term, j'hésitais encore à me lancer dans ces études, j'avais peur de ne pas avoir les capacités de travail nécessaires. Pourtant, je suis restée motivée toute l'année, et j'ai réussi. Je ne pensais pas que j'étais capable de travailler autant. Ne doutez pas de vous, vous pouvez le faire!!