



FICHE PARRAINAGE PASS 2025/2026 N° 79

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

NOM : Bijek
Prénom : Mathis
Filière : Médecine

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

Bac général mention bien avec spécialité svt et physique chimie

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Physique chimie

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 ?

Pendant le second trimestre j'ai fait du basket avec la fac à hauteur d'une fois par semaine sinon le week-end quand je rentrais je partais souvent en balade en bord de mer ou en forêt avec mes parents

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

Le premier semestre, je me levais à 7 h, puis j'allais à la fac pour les cours. Ensuite, à midi, je rentrais pour manger et faire une sieste. Je reprenais ensuite le travail à 13 h 30 jusqu'à 21 h, avec deux à trois pauses de 15 à 30 minutes. Je mangeais, et vers 22 h, je faisais une heure de QCM.

Le deuxième trimestre, je n'allais pas en cours et je restais chez moi le matin.

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...) ?

1er semestre 4h de cours le matin et environ 6 à 7 h l'après midi de travail chez moi.
Au 2ème environ 8 à 9 h de travail à la maison.
Tout ça avec des poses environ tt les 1h30.

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

Je travaillais un peu plus environ 11h par jour.
Mais je me levais tard vers 9 h et me couchais un peu plus tard vers minuit.

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

Pendant les périodes de révisions je me levais à 6h et me couchais à minuit pour 13 à 14h de travail mais franchement ce n'était pas très productif vu que j'accumulais la fatigue.

Au 2ème semestre je me suis donc levé plus tard vers 7 h et je me couchais à 22h.

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

Environ 7h de sommeil au 1er semestre et le deuxième vu que je n'allais pas en cours je montais à 9 h de sommeil.

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.

Pour organiser mon travail je faisais les méthodes des j et sinon pour la mémoire, j'ai une mémoire visuelle donc j'apprenais mes cours un peu comme une poésie et je les récitais.

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 plutôt bien vécu cette année certes il y avait beaucoup de moments difficiles et de stressés mais dans l'ensemble cette année nous permet de mieux connaître et de prendre confiance en nous.

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

Franchement cette année peut faire peur au premier abord on peut se dire que l'on va jamais réussir à travailler autant mais lorsque l'on est dedans on a qu'une chose en tête et le reste suit.