



FICHE PARRAINAGE PASS 2025/2026 N° 129

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

NOM : Lindmann
Prénom : Alexandre
Filière : Odontologie

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

Bac général option Maths et HGGSP mention ASB

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

ECO G

L'année avant ton PASS où étais-tu ?

- Au lycée
 Autre (à préciser) : je travaillais en tant qu'Assistant dentaire

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 ?

balade en moto/ sport / resto / bar

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

8H à 12h30 pause dej + détente 14h- 18h le soir (colle / exam blanc/ colle classante...)
Matin= 2H de cours dure + 2 cours plus chill
Après-midi= idem

20J avant les partiels= plus de vie et j'alterne entre 2H de boulot + 2H d'annale jusqu'à KO technique

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...)?

1 semestre: 6 à 7h avant ou après les cours.
puis le soir j'allais en colle PS: juste en BIOCH, BIOL et biophysique sinon j'allais pas en colle

2ème semestre: 6 h en plus des cours et j'allais plus du tout en colle. deuxième partie du second semestre j'allais plus en cours et je bossais 10H par jour

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

samedi= grosse journée
8H-12H30 avec 15 min de pause au milieu
14H-18H30 avec 15 min de pause au milieu

puis 2H de boulot avant de dodo

dimanche= juste 6H de taffe non stop et après-midi détente !!

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

Pas de rythme précis,
je travaillais par tache à faire:
1 gros cours ou 2 petits cours d'une matière + DES QCM sur les cours vu à l'instant en alternant les matières toutes la journée.

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

Plus je travaillais plus j'avais besoins de dormir, donc cela dépendait vachement du moment dans le semestre. globalement entre 8 et 10H

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.

Aucune méthode j'avançais au fur et à mesure, je me suis fait un tableau avec tous les cours listés et j'essayais de voir chacun des cours au moins 5 fois.

1 ère fois = surlignage plus compréhension +++

2 ème fois= prise de note et lecture lente à voix haute

3ème à 5 ème lecture à voix haute avec les prises de notes et schéma

jamais réussi à savoir mon type de mémoire donc j'utilisais tout !

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 ?

un début compliqué car jamais travailler à l'école car j'en faisais pas une priorité et que j'avais aucune connaissance de base à avoir dans chacun des cours. Puis de mieux en mieux au fur et à mesure de l'année.

La Pass m'a appris à faire un truc qu'on aime pas pour obtenir ce qu'on convoite le plus au monde.

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