



FICHE PARRAINAGE PASS 2025/2026 N° 135

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

NOM : Grunenwald

Prénom : Jules

Filière : Médecine

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

Mention Bien spécialités maths, physique

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Chimie 1 maths 1

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 ?

Au début des semestres j'essayais d'aller surfer le plus possible (2x par semaine) mais après je n'avais plus le temps. En revanche je sortais avec mes amis (hors PASS) un week-end sur 2.

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

Je me réveillais assez tard (environ 10h), je n'avais pas forcément de journée type mais je me disais que je devais faire un certain nombre de cours par jour. Je n'arrive pas à rester concentré longtemps donc je travaillais 45 min pour 10 min de pause. J'allais quasiment à toutes les colles. En rentrant de colle je faisais la plate-forme du tutorat sur les cours que j'avais vus dans la journée. Pour finir je regardais un film pendant mon dîner.

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 pense que je travaillais environ 2h le matin (je ne suis pas productif le matin). Ensuite 3h l'après-midi avant la colle et pour finir 1h de QCM le soir . Toujours en faisant la méthode 45min 10min de pause. Avant les partiels, mon rythme était complètement différent.

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

Cela dépendait du samedi ou vendredi soir si je sortais avec mes amis, je travaillais le reste du week-end. Sinon j'allais faire un foot ou du surf si j'avais le temps. Donc je travaillais le dimanche toute la journée (en faisant mon emploi du temps pour la semaine le dimanche soir). Le samedi j'essayais de faire 2 cours difficiles et 3 plus faciles dans la journée. Je ne mangeais pas souvent avec mes parents quand je rentrais chez moi, cela me permettait d'avoir plus de temps pour des activités.

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

Durant les périodes de révisions, mon rythme changeait complètement, je me réveillais à 8h et me couchais à 2h. Je ne conseille pas forcément de faire ça car la fatigue est très présente et pour les partiels c'est pas top. Cependant je voulais terminer mon programme donc je dormais moins. Je faisais 30min de pause le midi et le soir 1h de pause

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

J'ai beaucoup plus dormi le premier semestre que le deuxième car j'ai trouvé les cours plus simple. En moyenne 7-8h par nuit en temps normal et 6-7h pendant les révisions.

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 avec le tableau du tutorat, qui m'a beaucoup aidé à m'y retrouver dans tous les cours. C'était donc au feeling, pour travailler un cours, je le lisais plusieurs fois et ensuite j'essayais de restituer toutes les infos que j'avais retenues. Ensuite, je faisais des fiches assez développées pour relire le cours dans la journée et le lendemain.

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 commencé l'année avec de l'appréhension, mais au final, j'ai vraiment aimé cette année. Bien sûr, comme tout le monde, il y a des moments de déprime (le mois de février en PASS est atroce). Quand j'avais des moments de déprime, je passais davantage de temps avec mes parents et mes amis hors PASS. L'année m'a donc énormément apporté, bien sûr des connaissances, mais aussi des amis et de la confiance en moi.

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

L'année de PASS m'avait personnellement fait super peur, mais au final, j'en garde de supers souvenirs. Car vous allez découvrir vos limites, faire des rencontres incroyables, apprendre plein de choses. Bref, ne vous mettez pas la pression, les premières semaines sont assez tranquilles, profitez du temps que vous aurez pour vous trouver des gens avec qui travailler (c'est ce qui m'a énormément aidé). Bon courage !!!