



## FICHE PARRAINAGE L.AS 2025/2026 N° 11

*Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans une licence accès santé (L.AS) au cours de l'année 2025/2026*

**NOM :** SLEIMAN  
**Prénom :** Ahmad  
**Filière :** Médecine

### Quelle était ta licence l'année dernière (ex : L.AS 60 ECTS SVT-PC...) ?

L.AS 2 Sciences de la Vie

### Au lycée quel(le) genre d'élève étais-tu ?

- Sérieux(se) et travailleur(se)
- Bon(ne) élève
- Flemmard(e) et pas très motivé(e)
- Mauvais(e) élève

### Étais-tu un(e) L.AS 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 l'approche des partiels/oraux
- Pas stressé(e) du tout, j'étais cool toute l'année !

### A quelle fréquence assistais-tu aux cours ?

- Tout le temps, ça m'aidait à comprendre et à apprendre
- Quasiment tout le temps, sauf pour les cours qui me paraissaient inutiles
- Des fois, je n'allais que à ceux qui m'intéressaient ou qui semblaient difficiles
- Jamais (sauf cours obligatoire), 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

### Pendant ta L.AS, où est-ce que tu habitais ?

- Chez tes parents ou ta famille
- Dans un appart seul
- Dans un appart en colocation

### As-tu suivi une prépa ou le tutorat au cours de l'année ?

- Tutorat seulement
- Prépa seulement
- Prépa & Tutorat
- Aucun des deux

### As-tu fait un PASS avant ta L.AS ?

- Oui
- Non

**Si OUI, comment appréhendais-tu cette année dans un cursus qui n'était pas forcément ton premier choix au départ, avec du recul comment ça s'est passé ? Comment as-tu trouvé la charge de travail par rapport au PASS ?**

Au départ, j'avais toujours cette déception de ne pas avoir réussi le PASS surtout après avoir passé les oraux. Je ne me sentais pas vraiment à ma place en LAS. Mais le fait de m'entourer d'anciens PASS dans la même situation m'a beaucoup aidé. On se comprenait, on se soutenait, et ça m'a permis de relativiser et de vite me remettre à fond. La charge de travail était différente du PASS, c'était différent donc j'ai dû un peu réinventer ma méthode de travail pour l'adapter à la licence et en parallèle aux cours de médecine et l'ensemble des deux donnent une charge de travail similaire au PASS.

**Comment répartissais-tu ton temps de travail entre TP, TD, CM, possiblement la mineure et tes pauses ? Quelle était globalement ta journée type ?**

En général, je ne travaillais pas énormément, je commençais à 8h ou 9h et je dépassais rarement 18h30, sauf en période de révisions. Mon objectif était de finir le programme vite mais bien, pour pouvoir revenir dessus ensuite avec la méthode des J donc je revoyais beaucoup de fois les chapitres et ça me permettait de bien tout enregistrer. J'allais uniquement aux TD et TP. Quand j'en avais le matin, je ne travaillais pas avant, je préférais bien dormir. Une fois rentré, je faisais mes J. Si j'avais TD ou TP l'après-midi, je travaillais le matin, puis environ pendant 2h après les TD ou TP, car tout enchaîner me fatiguait. Je voulais être efficace d'où le fait que je forçais pas quand j'étais fatigué car c'est contre productif.

**Comment as-tu appréhendé les TP (qui peuvent être source de stress) ou plus généralement la pédagogie de la licence qui est un peu différente de celle du PASS ou du lycée ?**

Je n'ai jamais été très manuel, donc je m'attendais à la catastrophe, surtout avec l'histoire des synoptiques à faire avant chaque TP qui prenait un temps fou et les compte-rendus à faire et rendre dans la semaine. Mais au final, c'était comme au lycée : on nous expliquait étape par étape comment faire, puis le fait d'être avec un ami rendait le tout amusant. Finalement, tout s'est bien passé (en dehors du fait qu'on râtait chaque TP).

**Pour ta méthode de travail, comment organisais-tu ton travail et tes révisions ? Etais-tu plutôt organisé(e) (la fameuse méthode des J par exemple), ou plutôt au feeling ?**

J'avais besoin d'avoir l'esprit tranquille et la méthode des J était parfaite pour moi. Chaque jour, j'ouvrais mon agenda et je savais quoi faire. Chaque dimanche, j'organisais la semaine et je notais quel chapitre j'allais ajouter aux J pour la semaine suivante. Ça me permettait d'avoir un vrai visuel sur mon avancement. Par exemple, un chapitre où j'avais du mal, je refaisais un cycle de J dessus, ce qui me permettait d'insister sur mes lacunes. Refaire un cycle de J sur chaque chapitre me permettait de tout remettre à jour dans ma tête en période de révisions, d'où le fait que je voulais finir assez rapidement le programme pour avoir le temps de recommencer les J et je la modelais à ma façon par exemple j'allais jusqu'à J14 et pas J28 et J mois+1 comme on me l'avait expliqué initialement ou encore je me permettais de décaler les J7 ou J14 que j'avais afin d'équilibrer la charge de travail par jour (les décaler 1 jour avant ou après) et je touchais jamais aux J0 J1 J3 car c'est les plus importants pour la mémorisation.

**Comment t'es-tu préparé aux oraux (si tu les as passés) pendant ton année ?**

Je connaissais déjà les oraux car je les avais faits en PASS, mais il y a eu les mises en situation qui étaient nouvelles. Ma préparation n'était pas si différente de celle en PASS : je faisais 2 à 3 articles au hasard par jour et 2 à 3 mises en situation par jour, le tout en parlant à voix haute en respectant les temps, à part pour les questions où je répondais aux questions que le tutorat mettait à disposition, ainsi qu'à des questions volontairement déstabilisantes d'une intelligence artificielle pour me préparer à tout.

**Comment se sont déroulés tes oraux ? Quel était ton ressenti après ces derniers ?**

Sur l'analyse d'article, j'ai eu le même ressenti que la première fois, c'est-à-dire une bonne prestation sans plus. Pour l'oral de mise en situation, j'étais très content car j'ai très bien réussi l'exercice, sachant que c'est nouveau, et tout cela grâce à l'oral blanc du tutorat par exemple, qui me permettait d'avoir un avis extérieur, différent de celui de mon entourage.

**Comment as-tu ressenti ta L.AS en général ? As-tu vécu des moments difficiles ? Et une fois cette dernière finie, estimes-tu que cela t'a apporté quelque chose ?**

Au début, c'était difficile, j'avais toujours l'amertume du PASS où ça s'est joué à rien. Mais très vite, j'ai su relativiser en me disant que le fait d'être parmi les seuls de l'oral me plaçait sur le papier parmi les meilleurs candidats. Le fait de m'entourer uniquement de LAS nous a permis de tous nous tirer vers le haut et de nous motiver mutuellement. Je pense à la fin du S1, où on était complètement cuits, mais les résultats positifs et le fait d'avoir démarré très fort sur les colles, avec de très bons classements sur les colles classantes et EB, m'ont motivé encore plus à finir en beauté l'année par la suite, car j'ai vite compris que la roue allait tourner en ma faveur à condition de continuer sur ma lancée.

**Et le mot de la fin ! Que dirais-tu aux L.AS pour les encourager et les motiver à affronter cette année ?**

C'est normal d'être déçu et de ne pas avoir envie d'être ici. Le passé, c'est le passé. Aujourd'hui, une deuxième chance s'offre à vous, une occasion de repartir plus fort. Il faut garder la mentalité de guerrier que vous avez eu pendant le PASS. Regardez devant vous, ne restez pas bloqués. Beaucoup de notions reviennent et en licence elles sont moins développées, donc vous n'arrivez pas dans un terrain totalement inconnu, vous pouvez le faire !