



## FICHE PARRAINAGE L.AS 2025/2026 N° 49

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

**NOM :** DOVGANYUK  
**Prénom :** Natacha  
**Filière :** Médecine

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

L.AS 2 Langues Etrangères Appliquées Anglais-Espagnol

### 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 coloc

### 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 début, j'étais un peu perdue après mon PASS. J'appréhendais énormément l'année de L.AS car ce n'était pas mon premier choix. Mais avec du recul, ça m'a permis de découvrir autre chose, d'apprendre différemment et de souffler un peu après le rythme intense du PASS. La charge de travail était clairement plus légère et moins stressante, même s'il fallait rester régulière. Ça m'a laissé plus de temps pour faire d'autres activités à côté et me divertir, surtout que j'ai rencontré des personnes qui m'ont soutenue et ont rendu mon année beaucoup plus amusante ! Finalement, la L.AS a été une année très différente mais remplie d'émotions ; elle m'a permis de découvrir un autre domaine, de prendre confiance et de progresser.

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

Je ne me prenais pas trop la tête à avoir un emploi du temps aussi précis qu'en PASS, surtout que chaque journée était différente à cause des CM et des TD. Globalement, je commençais ma journée vers 8-9h, souvent avec des révisions de cours, de la mineure ou en réalisant les travaux demandés en TP. Ma pause du midi durait environ 1h30 pour manger et me rendre à la fac l'après-midi. Je travaillais principalement chez moi, mais il m'arrivait d'aller à la BU si j'avais un trou entre deux cours. Une fois la journée terminée, je rentrais pour finir mes révisions vers 19h et profiter de la soirée avec ma famille ou mes amis.

**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 ?**

J'avais peur au début car je ne connaissais rien à la licence. Mais finalement, mes amis m'ont aidée à m'adapter et j'ai vite compris l'utilité des TP. La pédagogie, plus interactive, m'a poussée à m'impliquer différemment qu'en PASS, avec davantage de travail en groupe. C'était plus participatif, concret et moins stressant. On interagissait beaucoup avec les profs, qui prennent le temps d'expliquer, ce qui a rendu l'apprentissage plus progressif.

**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 ?**

Pour les matières principales de la licence, je faisais la méthode des J pour revoir régulièrement, mais je restais flexible en fonction des échéances. Le reste des matières, c'était au feeling. J'utilisais un planning hebdo où, chaque jour, je savais quel chapitre réviser précisément. Cela me permettait d'éviter d'accumuler du travail. J'ai une mémoire visuelle, donc je fichais mes cours dès qu'on les voyait pour pouvoir tranquillement les réviser le reste du temps. Pour la mineure, j'utilisais mes cours de PASS et je faisais principalement des QCM, car mes connaissances étaient encore récentes, donc j'avais surtout besoin d'entraînement. J'adaptais aussi mon rythme selon les périodes : plus intense avant les examens, plus souple sinon.

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

Ayant déjà une expérience des oraux en PASS, j'ai commencé à les préparer une fois les résultats tombés. Mon objectif était d'être le plus à l'aise possible, je me suis donc entraînée devant plein de personnes (famille, amis, voisins, amis d'amis...), et en me chronométrant.

Pour l'oral d'analyse de texte, je faisais 2-3 articles par jour sur plein de sujets différents pour trouver ma méthode et être la plus efficace possible. J'ai aussi revu les notions importantes pour être prête aux questions.

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

J'étais très stressée vu que c'était la 2ème fois que je les passais, mais une fois lancée, ça s'est fluidifié et j'ai directement été à l'aise. Les jurys étaient bienveillants et posaient des questions claires. Leur but n'est pas de te piéger, mais de savoir qui tu es et pourquoi tu souhaites travailler dans la santé. Il faut être fière de son parcours ! En sortant, j'étais soulagée et contente d'avoir donné le meilleur de moi-même. J'avais l'impression d'avoir bien exposé ma motivation, même si l'attente des résultats reste stressante.

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

La LAS a été une année très différente du PASS : moins de pression et plus de temps pour soi. Ça a été une année très enrichissante malgré des moments difficiles, mais après tout, tout le monde en a. Je me sentais éloignée de la médecine, j'avais donc peur de décrocher, mais ma volonté et ma persévérance m'ont prouvé que j'étais prête à tout pour réussir. Je me suis accrochée, et pour tout ce que ça m'a apporté, je recommencerais exactement pareil si c'était à refaire.

Avec du recul, je réalise que cette année m'a aidée à garder le cap même quand c'était dur, et à relativiser. J'ai gagné en autonomie, en confiance et en motivation. Au final, chaque galère m'a montré que je pouvais gérer plus que je ne le pensais.

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

Crois en toi ! Le début peut sembler déstabilisant, mais cette année apporte beaucoup d'opportunités. Avance avec régularité, entoure-toi de personnes positives et garde à l'esprit que chaque étape te rapproche de ton objectif. Ne te compare pas aux autres. On est tous différents, chacun a son rythme. Sois fière de ton parcours, de comment tu es arrivé(e) jusque là et de qui tu es !

Enfin, prend soin de toi <3 Le sommeil et les pauses comptent autant que les révisions. Même un petit progrès reste un pas en avant, et à force d'efforts constants, tu finiras par atteindre ce que tu vises :))