



FICHE PARRAINAGE L.AS 2025/2026 N° 51

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

NOM : Pineiro
Prénom : Nicolas
Filière : Médecine

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

LAS 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 ?

Avant la rentrée, j'avais un goût de déception et un peu peur de ce qui m'attendait. Mais dès les premières semaines, j'ai pu trouver mes marques, et je m'y suis senti instantanément bien. Quant à la charge de travail, c'est assez trompeur. En effet, par rapport au PASS que j'avais fait l'an passé, il y avait moins de contenu, mais beaucoup de TP et TD qui sont vraiment cruciaux dans les apprentissages. Il n'y a pas de voie de la facilité et les deux accès santé ne reflètent pas les mêmes valeurs : le PASS trouvait sa difficulté dans le volume de cours alors que la LAS est complexe par les imposés qui contraignent les temps de révision et par la polyvalence ainsi que la régularité qu'il faut avoir.

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

Au global, mes journées étaient surtout guidées par mes TP-TD (je les ai tous fait) : il y avait donc des jours chargés en TP-TD et d'autres où pas du tout. Je n'allais presque pas en CM pour m'avancer sur mes cours : j'essayais donc de caler des grosses tâches (travaux à rendre, ...) la matinée et plus les cours classiques l'après-midi (90% licence-10% médecine au S3 et l'inverse au S4) pendant les jours avec peu/pas de TP-TD. Les jours où il y en avait beaucoup, je m'arrangeai pour caler des tâches embêtantes à faire (les comptes rendus de TP ...) entre deux.

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 ?

Avant les premiers TP, je stressais beaucoup. Mais rassure toi, les profs sont vraiment à l'écoute et nous mettent en confiance dès la première séance ! En plus il existe plein de ressources pour nous aider et c'est vraiment trop cool, ça forge la cohésion et les amitiés ! Quant aux cours, aucun stress! Et j'ai bien fait car les profs sont à l'écoute, bienveillants et disponibles pour la plupart, en CM comme en TP/TD !

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 ma méthode de travail, je travaillais autour du concept « pickle jar » : pour faire court, au moment de faire mon programme, je plaçais mes tâches importantes/ urgentes (TP, TD, travaux à rendre) en premier. Ensuite, les choses importantes mais pas urgentes par ordre d'importance (cours, méthodologie, entraînement pour un oral dans longtemps), puis les choses perso (manger, dormir au moins 7h, sport, téléphoner,...). Et enfin, je calais mes loisirs à des moments plus ou moins réguliers dans la journée (moins si période d'examens ou si beaucoup de travaux à rendre par exemple), et sans pour autant me priver de manière malsaine. Grâce à cela, à mon bloqueur d'applis et Forest, j'ai pu conserver le premier pilier de la réussite : la régularité.

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

Il faut savoir que je travaillais en même temps dans un camping. J'ai donc dû adapter mon rythme de vie pour tout optimiser au mieux ! Je dirais qu'il y a plusieurs clés qui m'ont permis de préparer ces épreuves : la régularité (2h par jour sur 2 semaines pour ma part), présenter ses travaux au plus de personnes possible pour avoir beaucoup d'avis différents, et surtout y aller à son rythme pour établir des bases solides. Il faut d'abord analyser ce qu'on nous demande vraiment, comprendre les enjeux de la forme et comment modeler le fond. Il faut ensuite s'entraîner au maximum!

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

Mes oraux se sont super giga bien passés ! J'étais content car j'ai réussi à transmettre ce que je voulais, avec une bonne gestion du temps et avec des réponses aux questions que j'ai trouvé maîtrisées. Je suis ressorti de là enchanté en me disant que je pouvais pas mieux faire et en étant fier de m'être fait confiance, d'être resté moi-même et d'avoir tout donné ! La clé se trouve également dans le sourire : dans ces moments, garder un optimisme invincible peut te faire soulever des montagnes!!!!

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 ?

Je n'ai aucun doute : cette année fut la meilleure de ma vie : j'ai pu découvrir de nouvelles voies avec des TP très intéressants et avec une bienveillance globale très agréable. J'ai également eu plus de temps pour moi, pour me remettre au sport, réfléchir à comment améliorer mon quotidien et ainsi préparer mon avenir ! Mais j'ai surtout pu me faire plein d'amis en or et vraiment j'insiste sur ce point ! Vous êtes sur le point de vivre avec eux une aventure extraordinaire (qu'ils soient ou non en LAS) : les soirées, le travail à la BU avec eux... Et surtout de pouvoir se soutenir et avancer ensemble. En bref une année sans défaut et que je pourrais revivre encore et encore !

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

Tu t'apprêtes donc à (re)vivre une année décisive pour entrer dans les études de tes rêves. Et je te le dis tu es capable ! Tu n'es pas ici pour rien, tu as su te battre pour gagner ta place. Avec une bonne organisation, les bonnes clés pour avancer et de la persévérance tu pourras t'épanouir et être fier(e) de toi comme jamais tout au cours de tes réussites de l'année (petites ou grandes, elles sont toutes importantissimes) ! Cette année est certes assez difficile à appréhender et demande pas mal de travail, mais rappelle toi que tu es un soleil né pour briller !