FICHE PARRAINAGE L.AS 2025/2026 N° 75

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

NOM : DUTEIL
Prénom : Elise
Filière : Médecine

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

LAS 2 Sciences Sanitaire et Sociale

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

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

Etais-tu un(e) L.AS stressé(e) ?

- [ ] Extrêmement stressé(e), ça m'empêchait même de dormir parfois
- [x] Stressé(e) mais en général j'arrivais à contrôler ça
- [ ] Moyenement 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
- [x] 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)
- [x] Chez moi : la tranquillité avant tout !
- [ ] Les deux

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

- [ ] Chez tes parents ou ta famille
- [x] Dans un appart seul
- [ ] Dans un appart en coloc

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

- [x] Tutorat seulement
- [ ] Prépa seulement
- [ ] Prépa & Tutorat
- [ ] Aucun des deux

As tu fait un PASS avant ta L.AS ?

- [x] 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 ?

J'étais très stressée par la LAS, surtout après mon échec en PASS. Je doutais de moi, et savoir que c'était ma dernière chance m'angoissait beaucoup. De plus, la licence L3S n'était pas la mineure que j'avais en PASS (car la mineure amenant à la L.AS L3S est la mineure Sciences Infirmière en PASS). J'avais donc de l'appréhension concernant le contenu des matières enseignées. Mais j'ai vite été rassurée : les matières sont intéressantes, compréhensibles, et on retrouve certains chapitres vus en SSH ou en biostat…donc pas de panique vous avez LARGEMENT les capacités pour aller en L2 !! J'ai très bien vécu mon année de L.AS ! J'ai appris à mieux gérer mon stress et j'ai repris confiance en moi.
La charge de travail est moins intense qu'en PASS (attention à ne pas trop se relâcher quand même !).

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

Dans notre licence, la plupart des cours sont en CM, avec quelques TD (anglais,…). L' emploi du temps est assez léger, ce qui permet de bien réviser tranquillement les cours. En PASS, je ne faisais aucune pause et je loupais même des repas (erreur à ne pas refaire !), mais en LAS j'ai réalisé que c'était PRIMORDIAL pour rester efficace. Je faisais des pauses dès que je sentais que je n'étais plus productive. En général, je travaillais de 7h30 à 20h avec 1h30 de pause le midi, mais c'était assez variable. Le weekend c'était plus chill, je finissais plus tôt mes journées :) Au 2ème semestre, j'ai intensifié le rythme pour les cours de médecine.

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 ?

On n'a pas beaucoup de TP dans notre licence et comme ils ne sont pas notés, pas de stress de ce côté-là :)
La pédagogie change un peu par rapport à la PASS : ce n'est pas uniquement des QCM (même si ça reste la majorité), il y a aussi des exercices (biostat) et des matières à dissert (droit, socio…). Mais pas de panique ! Ça peut être stressant au début mais on retrouve vite nos habitudes de lycée et avec un bon entraînement ça passe largement !

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 ?

En PASS je passais un temps fou à faire des fiches aesthetic pour tous les cours, hors je me suis rendue compte que ça ne m'aidait pas forcément à apprendre. En LAS, que ça soit pour la licence ou les cours de med, je ne faisais que lire et relire mes cours en boucle (la répétition c'est ce qui marche pour moi !) + je m'entraînais un max : annales à fond, création de QCM et d'exercices pour être sûre d'avoir bien tout assimilé !
Je n'utilisais pas la méthode des J, j'étais plutôt au feeling avec tout de même une certaine organisation car je notais combien de fois j'apprenais chaque chapitre pour bien répartir mon planning de la semaine.
Les cours sont beaucoup moins denses donc vous verrez que vous aurez bien le temps de tout apprendre et de faire des pauses ;)

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

J'ai passé les oraux en LAS, un exercice que j'apprécie car j'ai toujours bien aimé m' exprimer devant un jury.
Cette année-là, les modalités avaient changé, ce qui ajoutait du stress vu qu'on ne savait pas trop à quoi s'attendre ! Je pense que pour faire la différence et briller le jour de l'oral, il faut S'ENTRAÎNER UN MAX ! Je suis passée devant le + de personnes possibles : étudiants de médecine, ma famille, mes amis et j'ai eu la chance de m'entraîner avec des professionnels de santé…c'était le top ! Il ne faut vraiment pas hésiter à demander ! J'ai également bossé à fond ma culture G, très important pour se démarquer :)

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

Pour mon oral d'analyse d'un document, je suis sortie très contente de mon épreuve. J'avais réussi à être dans les temps, à bien répondre à toutes les questions et montrer un peu ma culture G. J'avais donc l'impression d'avoir donné mon max et que le jury était plutôt satisfait de mon oral.
Pour l'oral de la problématique complexe, j'étais plus perplexe car je suis tombée sur des sujets qui ne m'inspiraient pas vraiment ! Je n'arrivais donc pas trop à me positionner et je ne voulais pas m'emballer et me dire que c'était bon avant de voir les résultats ! Mais au final c'est passé !!!

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 ?

J'ai adoré mon année de LAS ! Alors oui certes, il y a eu des moments difficiles, des moments de gros doutes ; mais globalement c'est une année très enrichissante qui permet de reprendre confiance en soi !
J'ai eu quelques piques de gros stress, souvent la dernière semaine de révisions, mais l'année de LAS est tout de même plus tranquille que la PASS et ça permet d'avoir + de temps libre pour profiter en dehors des cours !
De plus, cette année m'a donné l'opportunité d'apprendre de mes erreurs, d'ajuster mes méthodes de travail, et surtout, j'ai appris à mieux gérer mon stress.
J'ai également fait de supers rencontres qui ont vraiment contribué à ma réussite (on est en plus toutes passées en med avec mes copines :))

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

Je sais que la LAS peut-être stressante ; c'est normal d'avoir des doutes mais il ne faut pas lâcher !! La LAS est vraiment une réelle seconde chance pour passer en P2 ! Tous les compteurs sont remis à 0, il faut juste s'accrocher et tout donner !!
Gardez le positif de votre année de PASS et prenez du recul pour perfectionner votre méthode de travail ;) Si vous restez rigoureux, vous avez toutes vos chances !
Je serai en tout cas très heureuse de vous accompagner et de vous soutenir dans cette dernière épreuve ! Croyez en vous !! Je vous donne tout mon courage pour cette année !!! <3