

Temps parents

Accompagner son enfant en PASS/ L.AS

Journée du Lycéen 2026

Tutorat Santé Brestois
2025-2026



Tutorat Santé Brestois



@tutoratsantebrestois



Tutorat Santé Brestois



Tutorat Santé Brestois



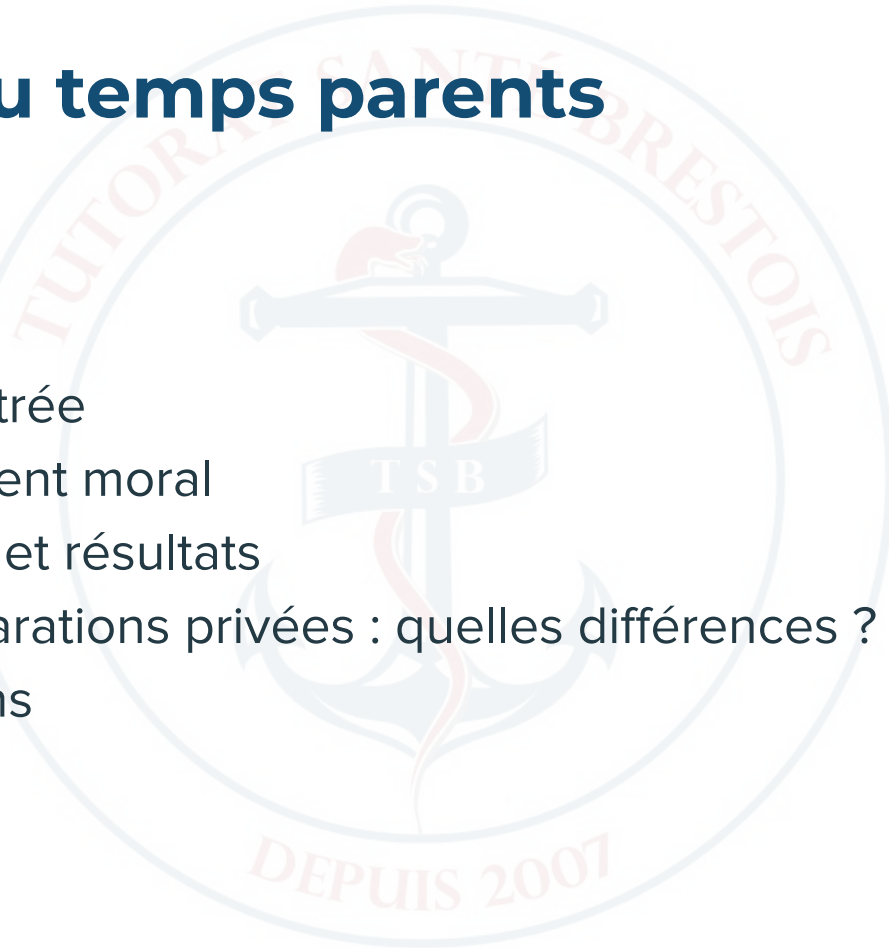
contact@tutoratbrest.fr



www.tutoratbrest.fr

Sommaire du temps parents

1. Point pratique
2. La fin du lycée
3. Anticiper la rentrée
4. Accompagnement moral
5. Examen, stress et résultats
6. Tutorat et préparations privées : quelles différences ?
7. Temps questions



1. Point pratique

Prendre un appartement ou rester avec la famille ?

⇒ Si la question se pose : peser le **pour** et le **contre**.

Appartement :

- **Gain de temps** pour le trajet,
- Côté pratique car les colles finissent tard (21h-22h),
- Espace à soi, sans potentiel dérangement extérieur.

Rester chez ses parents :

- **Confort** de la vie au domicile familial,
- Moins de perte de temps sur les tâches quotidiennes (ménage, cuisine, lessive,...),
- Potentiel besoin de transport en commun/voiture pour rejoindre la faculté.

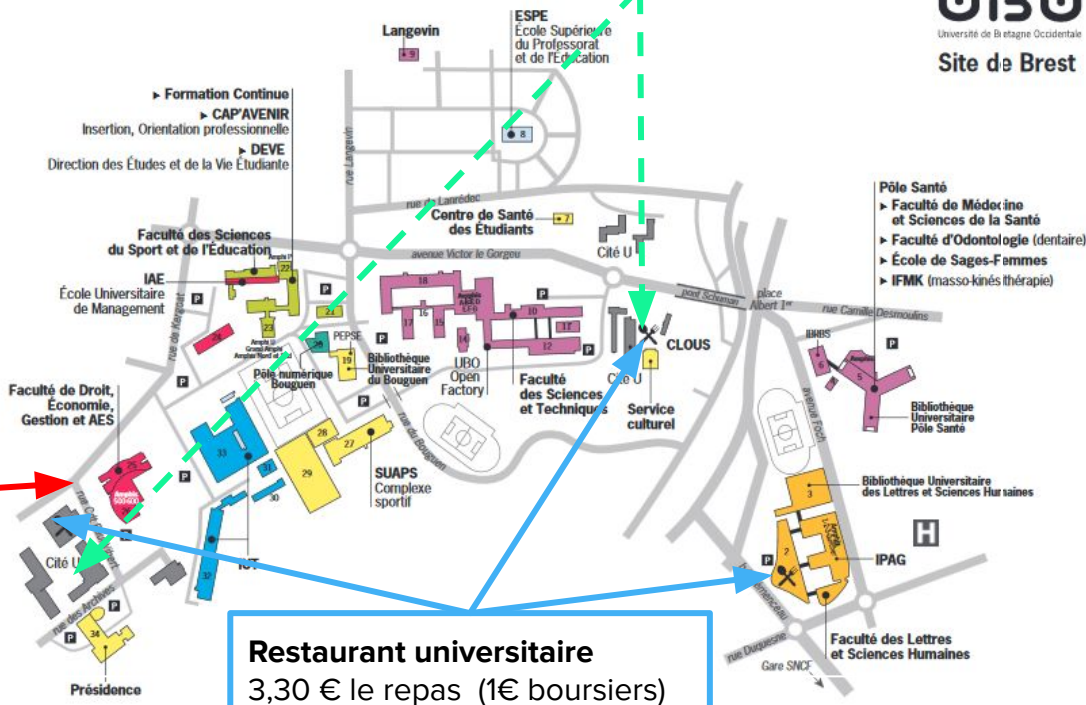
1. Point pratique

Appartements : quels quartiers ?

- Kermenguy
- Bouguen
- Bellevue
- Centre-ville
- St-Martin
- Kérinou

Lieu des cours (en temps normal)

Crous : cité universitaire



Restaurant universitaire
3,30 € le repas (1€ boursiers)

1. Point pratique

L'appartement

- Quand ?

Quand commencer ses recherches ?

- Une colocation ?

Selon vous, la colocation est-elle envisageable ?



1. Point pratique

RU : 3,30€ le repas
1€ pour les boursiers

- Kergoat
- Ségalen (Lettres)
- Armen

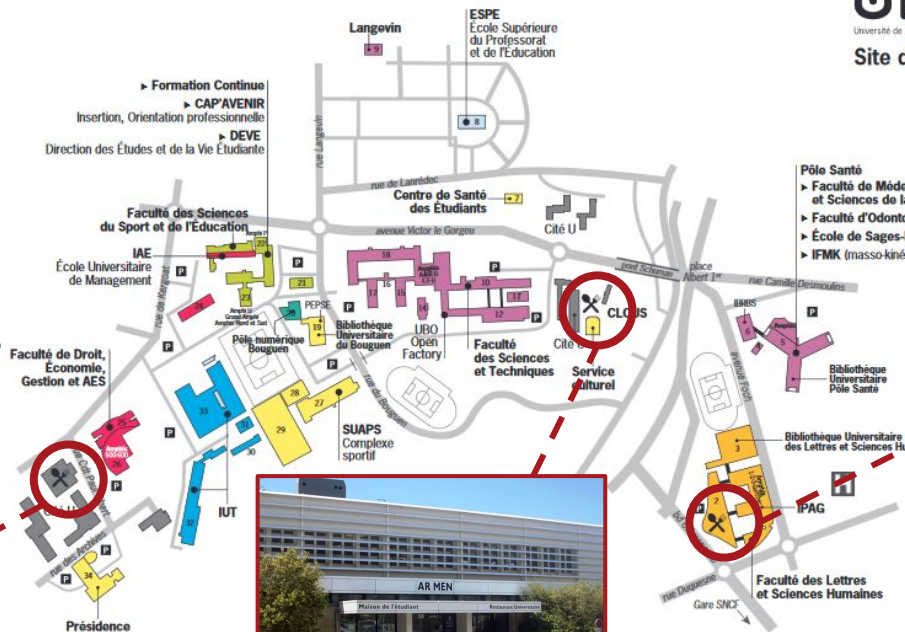
Cafet' : + petites, réparties
sur le campus



Kergoat



Ar Men



UBO
Université de Bretagne Occidentale
Site de Brest



Lettres



1. Point pratique

Les trajets

- À vélo ⇒ de nombreux lieux pour garer son vélo.
- À pied (environ 20/25 min de la faculté de médecine jusqu'aux amphis Prat et Sellin de la faculté de droit).
- En bus (réseau Bibus) : ligne 12 (des amphis jusqu'à Liberté).
- En tram (réseau Bibus) : ligne B (des amphis jusqu'à la gare en passant par Foch).

1. Point pratique

Les trajets :

Et en voiture ?

⇒ Pratique pour rentrer le WE, plus rapide/simple que les transports.

Mais :

Pour se garer sur place :

- Beaucoup de places proches des amphis de droit ou du RU Ar Men (mais souvent parkings pleins).
- En revanche très difficile de se garer proche de la fac de médecine ou dans le centre ville.

La circulation dans Brest

Compiqué de circuler aux heures de pointe, peu conseillé +++.

2. La fin du lycée

D'ici le bac, il faut trouver un juste milieu

Travailler régulièrement pour s'habituer à travailler, trouver son type de mémoire, être au point sur le programme du lycée et réussir du mieux possible son bac (important pour Parcoursup !)...

...sans précipiter les choses, on conseille de profiter autant que possible de son lycée.

Faut-il avoir mention TB au BAC pour réussir ?



NON



Ne pas paniquer avant l'heure si la note du bac n'est pas au rendez-vous. La PASS/ L.AS est bien différente du lycée, les notes au bac ne préjugent donc pas de la réussite en première année de santé :)

3. Anticiper la rentrée

Niveau matériel :

- Ordinateur/ tablette utile ++ : nombreux **mails** de la faculté et des tuteurs, travail sur les **supports en ligne** (plateforme QCM, site du tutorat, ...), prise de notes en cours si souhaité, **consulter les e-learning**s, logiciel d'anatomie.
 - Absolument pas besoin du dernier ordinateur ou d'un gros budget (mais une bonne batterie est utile puisqu'il n'y a pas de prises dans les amphis).
 - Un logiciel de traitement de texte +/- un logiciel en anatomie sont suffisants.
 - Si besoin, il y a des ordinateurs disponibles dans les BU.
- Surligneurs.
- Préparer un environnement de travail : lieu de travail confortable dans lequel on a envie de travailler.

3. Anticiper la rentrée

Niveau matériel

Le reste des fournitures : rien de particulier.

PAS BESOIN d'acheter des cours +++

Le Tutorat fournit des cours en pdf gratuitement et propose aussi la vente à prix coûtant de cours imprimés remis à jour chaque année.

S'adapter à la vie étudiante :

- Demandes d'APL/ de bourses,
- Comment gérer un budget,
- S'adapter au rythme et horaires facultaires,
- Autonomie nouvelle à acquérir.

4. Accompagnement moral

Le MORAL a un rôle CRUCIAL dans la réussite de l'année.

Des coups de mou arrivent parfois (fatigue, stress, fin de semaine...), il ne faut pas s'en inquiéter.

- Simplement besoin d'être écouté pour se remettre en route.
- Rassurer et reconforter si besoin.

Aider à dédramatiser :

- Mauvaises notes en colle quasi systématiques car pas de pondération.
- Voir la progression plus que la note en elle même ++.

4. Accompagnement moral

Repérer quand votre enfant a besoin d'une pause : irritabilité, fatigue inhabituelle.

- Activités/balade en famille, prendre un gros goûter, regarder un film ensemble le soir...
- Vrai regain d'énergie pour repartir.

Créer des environnements de **pause** : pendant les pauses et les repas, quand ils rentrent le WE...

- **S'adapter à ce que votre enfant souhaite, éviter de parler des cours ou au contraire en parler beaucoup ...**
- En première année, on a souvent tendance à faire de moins en moins de pauses pour gagner du temps de révision, donc n'hésitez pas à les inciter à continuer à en faire.

4. Accompagnement moral

Attention à ne pas être trop intrusif !

- On n'a pas envie de casser sa routine, on est sur une bonne lancée de travail ⇒ pas envie de prendre une pause.
- Les remarques des parents peuvent être source de stress !

⇒ Accompagner en gardant la bonne distance !

⇒ Vraiment s'adapter à ce que souhaite l'enfant.

5. Examens, stress et résultats

Les résultats de mi-parcours

Si comme les années précédentes : seules les notes seront données pour l'examen du 1er semestre (pas le classement).

- Possibilité ou non de consulter ses notes.
- On conseille tout de même de garder une copie du relevé de notes : si votre enfant ne souhaite pas le consulter, vous pouvez éventuellement jouer ce rôle !

La seconde chance existe toujours !

- Pas de redoublement possible,
- Se fait via la L.AS.

5. Examens, stress et résultats

Examen blanc du TSB et les colles ?

- Ni les colles, ni l'examen blanc ne reflètent le résultat de l'examen final.
- Ce sont des entraînements !
- Essayez de faire prendre du recul à votre enfant.
- Certains étudiants préfèrent ne pas parler des colles classantes et examens blancs à leurs parents, parfois c'est plus simple de se tourner vers leurs tuteurs et/ou parrain/marraine, qui comprennent mieux leur ressenti puisqu'ils sont passés par là !

5. Examens, stress et résultats

Sources de stress principales

- Comparaison à autrui, en vouloir toujours plus, ne pas voir immédiatement le fruit de ses efforts ⇒ source de **frustration et de stress**.

⇒ Cela explique les possibles coups de mou, voire un certain détachement, d'où l'importance de faire des pauses régulières et d'avoir des moments de déconnexion dans la semaine.

Impact sur les relations ?

6. Tutorat et prépa privées : quelles différences ?

Faut-il vraiment avoir une prépa privée pour réussir ?

Auparavant oui. Mais aujourd'hui, le Tutorat suffit !!

- Côté **pédagogie** :
 - Quantité : colles quotidiennes, plateforme QCM, livrets, supports en ligne et annales corrigées,
 - Pertinence des supports : colles et EB relus et corrigés par les professeurs,
 - Des cours imprimés sous forme de livres proposés à prix coûtant et en format numérique gratuitement,
 - Des examens et oraux blancs.
- Côté **parrainage** : soutien moral et pédagogique personnalisé par un étudiant en 2e année de santé.

6. Tutorat et prépa privées : quelles différences ?

Faut-il vraiment avoir une prépa privée pour réussir ?

Auparavant oui. Mais aujourd'hui, le Tutorat suffit !!

En plus de ça, le Tutorat propose :

- Des séances de méthodologie,
- Des temps d'orientation/réorientation, par exemple pour découvrir les métiers de la santé,
- Des séances bien-être,
- Différents guides à votre disposition sur notre site.

7. La parole est à vous !



Questionnaire de satisfaction



*Merci de prendre ce temps
pour nous, c'est ce qui nous
permet d'évoluer*