



Listings des choix Parrains Marraines 2019-2020

Voici la liste des tous les **Parrains et Marraines** disponibles pour votre année **2019-2020**. Chaque personne est définie par sa filière, son nombre d'années passées en PACES (primant ou doublant), ainsi qu'une courte description de sa **méthodologie** et de son **état d'esprit** pour vous aider à faire votre choix.

Même si vous choisissez **un parrain ou une marraine** qui n'a **pas eu le même choix de filière** que vous, vous n'en serez pas moins bien conseillés, car au concours la spécialité n'est évaluée que sur **une seule matière** (pharma, médecine-kiné-ergo, maïeutique, dentaire ...) ! Ne vous inquiétez donc pas si lors de votre choix il ne reste que des parrains-marraines autres que votre filière, **les conseils en seront tout aussi adaptés !**

Attention ! Ce fichier est seulement là pour savoir quelle personne vous allez choisir, n'oubliez pas que le choix se fait par le biais fichier Google Doc que vous devez remplir et qui vous emmènera, une fois complété, sur une plateforme (Doodle) où vous pourrez cocher le nom du Parrain ou de la Marraine que vous avez sélectionné ici !

Bonne lecture !



1. BUTHAUD Emilie

Dentaire

Carrée

Salut, moi c'est Emilie, me voilà en 2ème année de dentaire à la rentrée, il y a quelques mois je n'aurai jamais pensé y arriver. Durant ces 2 années j'ai changé mon orientation et j'ai appris que travailler moins mais mieux était la solution pour bien aborder son redoublement. J'ai raté mon année de bizuth, j'étais très loin du numerus... Néanmoins j'ai su me poser les bonnes questions et faire un très bon redoublement. J'ai été sportive de haut niveau plus jeune et pour ceux qui ont l'habitude de faire du sport, la PACES fait fondre les muscles... mais il faut arriver à garder du temps pour soi. Mon année de carré au premier semestre j'ai bossé 5,5j/7j pendant 2 mois puis 6j/7j et le 2ème semestre 6,5j/7j mais je me suis pris un week-end au ski en plein semestre, et oui c'est possible !!! Je serai peu présente sur le campus mais hyper dispo via les réseaux sociaux donc n'hésite pas à me contacter pour que je puisse t'aider au mieux cet été et dans cette année si difficile :)

2. CHAVANNE Elodie

Dentaire

Carrée

Je suis passée 15ème en dentaire en carrée. J'étais certes stressée, mais organisée et surtout motivée : c'est ce qui m'a permis de réussir. Je n'ai pas particulièrement de facilité, mais pendant ma première année j'ai réussi à trouver ma méthode de travail (qui est essentielle en PACES). Les matières scientifiques n'étaient pas mon fort, donc j'ai beaucoup travaillé le par cœur (comme la spécialité dentaire, l'UE1 ou l'UE2) afin d'avoir de très bonnes notes et donc de passer. La motivation et la méthode de travail sont les clefs de la réussite, et mon rôle de marraine sera de vous aider à les trouver et de répondre à toutes vos questions.

3. SALKIC Alexis

Dentaire

Cube

Hey salut, je me présente moi c'est Alex et je suis passé en triplant ma PACES (raison médicale), donc autant te dire que niveau cours et organisation en médecine, je suis rodé de fou ;) Je suis passé par tous les types de classements ! 1000ème en primant, 600ème en

doublant, pour finir par avoir Dentaire en étant 14ème sur la liste odontologie en triplant ! Je t'expliquerai comment j'ai pu gagner autant de places entre mes années PACES, grâce à ma méthode de travail que j'ai changée régulièrement. Je serai là pour bien t'expliquer comment fonctionne cette année tant sur le soutien moral (tu verras tu en auras besoin) que sur la manière d'apprendre « par cœur », j'ai pas mal de moyens mnémotechniques et de solutions pour apprendre des cours un peu plus difficiles. Mon but sera de t'expliquer comment t'organiser et trouver ta méthode de travail. Pour réussir ce concours, il faut être très organisé et connaître parfaitement le mode de fonctionnement de chaque prof et leurs QCMs (je connais assez bien les types de pièges des profs de la fac alors j'essaierai de t'en faire part au mieux). Beaucoup de mes amis faisaient des horaires énormes pour bosser à la bibliothèque ! Personnellement, je faisais des horaires beaucoup plus petits mais très productifs, ma méthode de travail m'était très efficace, et j'essaierai de trouver avec toi celle qui te correspond (Personne n'a la même méthode de travail, sache-le, j'ai mis presque 3 ans à trouver la mienne). Je me gardais également du temps personnel pour continuer à aller à la salle de muscu, faire du sport au moins 3 à 4 fois par semaine pour me vider la tête des cours, et garder du temps pour dormir (inutile d'arriver en cours fatigué, personnellement je faisais des nuits de 9H à 10H et j'étais en pleine forme pour la journée et beaucoup plus efficace que certains qui dormaient moins de 7h). Ne te fais pas de soucis si tu n'as pas eu ton BAC avec une super mention « Très bien », c'était pareil pour moi j'ai même eu des sales notes en matières scientifiques et pour autant je suis passé, le Lycée n'a rien à voir avec cette année. Enfin toute l'année je serais présent par téléphone si tu as des questions ainsi que sur la fac pour que l'on puisse se voir et faire le point sur ta méthode de travail et ton organisation. Que tu sois primant, doublant ou triplant, j'ai plein de conseils à te donner alors n'hésite pas ! À plus ;)

4. VACHER Clémentine

Dentaire

Bizuth

Salut ! Je suis passée bizuth et sans boîte à colle cette année, avec le tutorat. Chacun est différent et cette année sera l'occasion de se découvrir un peu plus en matière de travail et de motivation. Je serai là pour vous aider à vivre au mieux cet engagement qu'est la PACES et pour répondre à vos inquiétudes et interrogations. Parce que cette année ce n'est pas que du travail mais aussi du mental, je serai là pour partager mon expérience pour que vous trouviez votre voie !



5. ABBAD-EL-ANDALOUSSI Aïda

Pharmacie

Carrée

Alors, avant la paces, je n'étais pas vraiment la personne la plus organisée du monde et je suis une fille plutôt flemmarde. J'ai dû donc apprendre à avoir un mode de vie plus strict pour bien organiser et planifier mon travail. Personnellement j'avais beaucoup de mal à travailler chez moi donc j'étais une grande adepte de la BU. En bizuth j'ai eu un peu de mal à gérer mon retard car je n'avais pas tout de suite trouvé ma méthode de travail (apprendre les cours bêtement par cœur, c'était pas trop mon truc), mais ça c'est beaucoup mieux passé ensuite. Je savais travailler quand il le fallait, mais surtout je savais reconnaître quand une pause s'imposait pour que mon travail reste productif. Comme je l'ai dit plus haut, je n'ai pas tout de suite trouvé mon rythme et ma méthode de travail dès le début de ma paces et donc je pense pouvoir donner de bons conseils sur les "choses à éviter". Je serai toujours à l'écoute, que ce soit pour des questions ou juste pour prendre un café et décompresser un peu !

6. ARMELLIE Elina

Pharmacie

Carrée

Bonjour, Je suis passée carrée en pharmacie. La première année, je n'avais pas la bonne méthode de travail et je m'en suis rendue compte tard dans l'année. Pour la deuxième année, j'ai totalement changé mes méthodes et j'ai surtout pris confiance en moi car j'étais suis énormément stressé au point que ça me déstabilisait dans mon travail. Alors si tu es très stressé, je pourrai notamment t'aider à gérer ce stress permanent. Je te donnerai tous les conseils que je peux t'apporter.

7. BONNARD Emmy

Pharmacie

Carrée

En paces je travaillais entre 10H et 12H par jour, 6 jours par semaine, sans m'interdire de prendre des pauses en plus si j'en avais besoin. Je ne faisais pas spécialement de sport et je faisais des nuits d'environ 7H. Niveau méthode de travail, je préfère solliciter plusieurs types

de mémoires : écrire le cours, le réciter à haute voix, essayer de l'expliquer à quelqu'un d'autre, faire des schémas, des fiches synthétiques et surtout beaucoup d'entraînements, afin d'en avoir une vision très complète !

8. GRANDJEAN Lola

Pharmacie

Carrée

Si tu es intéressé(e) par les études de pharmacie, j'ai travaillé pendant mes deux années de paces cette spécialité. Je suis passée en carré, 23ème/416, en ayant 35/35 en spé.

Concernant mes horaires, je travaillais en semaine entre 9h et 11h par jour, le samedi de 7h30 à 15h30 en prenant une pause jusqu'au lendemain 9h30 et enfin le dimanche jusqu'à 18h30. J'avais une liste de cours que je cochais en fonction du nombre de visionnages. J'ai appris mes cours majoritairement en écrivant et en faisant des schémas. J'ai été en couple durant toute ma paces, si tu te poses des questions là-dessus je pourrais essayer de t'aider.

9. HAMON Capucine

Pharmacie

Carrée

Salut je suis Capucine et j'ai eu ma paces en carré ! J'apprenais les cours du matin l'après-midi je faisais un maximum de qcm avant de revoir mon cours pour connaître mes acquis et les points où je devais plus insister. Ensuite le soir après manger (1h de pause), je faisais encore des qcm ou des UE calculatoires (moins de prise de tête quand on est moins efficace), je prenais une pause après les colles en général et un soir dans le week-end. Pour moi ce qui fait la différence c'est L'ENTRAINEMENT !

10. HEMMANI Nada

Pharmacie

Bizuth

Après cette longue année en paces, j'aurais le plaisir de vous accompagner et vous aider tout au long de l'année et surtout vous apporter du soutien moral et de la motivation dont vous aurez forcément besoin ! :D Personnellement, j'ai choisi de passer uniquement le concours de Pharma, donc si vous choisissez la même filière que moi, je serai là pour vous aider en UE spé pharma mais aussi en UE 6, physiologie, et en sciences humaines et sociales. Je serai disponible sur messenger pour toutes vos questions. Pour la méthodologie, j'ai travaillé dès le début avec un rythme régulier mais sans organisation précise c'est-à-dire que je n'ai pas fait de planning pour la semaine car c'est très difficile de les suivre. Je me suis consacrée une heure par jour pour me détendre et oublier le stress. Bref à vous de trouver la méthodologie qui vous convient, le plus important est de rester motivé. Croyez en vous, bossez, aimez ce que vous faites et la paces ne sera qu'une année d'études comme les autres.

11. KERACHNI Soumeya

Pharmacie

Bizuth

Salut ! Je suis en Pharmacie parce que je souhaite travailler dans la recherche. En PACES, j'avais besoin d'accorder beaucoup de temps à chaque cours, en le réécrivant jusqu'à le maîtriser parfaitement. Je veillais à travailler efficacement plutôt que longtemps, en prenant des pauses régulières (très important les pauses !) et en me reposant complètement le dimanche. Cela a payé sur le long terme : j'ai gardé le moral et l'énergie jusqu'au bout. J'ai hâte de te conseiller, de t'écouter, de te rassurer, toi, petit.e PACES perdu.e comme je l'étais l'an dernier ; c'est très difficile mais tu peux y arriver, et je compte bien t'y aider ! Même si tu ne veux pas aller en Pharma, je serai là pour toi !

12. LAHLOU Driss

Pharmacie

Bizuth

Salut, je m'appelle Driss et je suis en 2ème année de Pharma (#lameilleurefilière). En Paces, n'ayant pas de talent particulier pour l'apprentissage ou la mémorisation, j'ai su m'adapter afin de réussir le concours : je travaillais en recherchant l'efficacité et en faisant attention à mon hygiène de vie. La paces est un marathon, il ne sert à rien de faire des journées trop longues, il faut donc savoir se préserver et se laisser du temps libre pour se détendre. Je serai là pour te conseiller, t'aider à trouver ta méthode d'apprentissage et à gagner du temps dans ton travail. Je serai aussi présent pour te soutenir psychologiquement dans les bons comme dans les mauvais moments afin que tu puisses atteindre ton objectif !

13. LAURANSON Aimée

Pharmacie

Bizuth

Salut, je m'appelle Aimée. Cette année je serai en pharmacie et je suis passée bizuth. Ma méthode de travail était un peu spéciale par rapport à celle de mes amis car pour apprendre un cours je le lis et le relis pendant environ 1/2 h et je recommence jusqu'à que je le connaisse. Pour finir je suis très organisée.

14. MATAS Victor

Pharmacie

Carré

Salut P1 ! Je m'appelle Victor je suis passé en pharma en tant que carré, j'ai tout fait comme il ne fallait pas faire en bizuth mais je me suis relevé l'année d'après bien plus fort et mieux préparé, je sais donc ce qu'il faut faire et ce qu'il ne faut pas faire pour aller décrocher cette

P2 que tu désires tant. Ce qui a fait ma force c'est mon organisation et ma régularité tout au long de l'année. J'avais un planning, je m'y tenais et j'avais plus besoin de réfléchir, uniquement me poser sur une chaise et apprendre et ça déjà ça fait baisser le stress d'un niveau quand t'as plus besoin de te poser de questions sur ton organisation ou la manière dont tu bosses, sachant que je serai là pour t'aider à le faire en fonction de toi bien sûr et de ton rythme. Je serai également disponible tout le temps (je réponds rapidement aux messages) pour répondre à tes questions et pour t'accompagner et te soutenir le plus possible quand tu auras besoin de moi. Je suis très gentil et ouvert pour discuter alors peu importe qui tu es, je suis sûr qu'on s'entendra super bien ! Alors cette année je donnerai tout pour qu'on la réussisse ensemble ! Des bisous <3

PS : La SSH c'est mon domaine de prédilection et une des matières les plus importantes de l'année, j'ai eu 16 au concours alors je te donnerai des petits tips ;)

15. MOUAZER Céline

Pharmacie

Carrée

Salut, en fait en paces le plus important c'est pas les heures de travail mais plutôt l'organisation et la méthode. Il faudra du coup en acquérir une le plus tôt possible. J'étais classée 139e au S1 et dans les 300 premiers au S2.

16. REBORA Ines

Pharmacie

Carré

Pour ma part pendant mon année de bizuth j'étais un peu perdue, je n'avais pas de méthode spécifique à part apprendre par cœur, j'avais vite du retard et le stress m'a dépassé... Heureusement en carrée j'étais plus confiante, déterminée et j'avais aucun retard, à part au S2 (vous comprendrez pourquoi). Je faisais beaucoup de tableaux (une sorte de map mind) pour avoir un visuel d'ensemble et gagner du temps pendant les révisions. Bon courage à vous !

17. ROUSSELET Anna

Pharmacie

Bizuth

Salut à toi jeune P1 ! Ici Anna, peut-être ta future marraine si tu me donnes cette chance ;) Avant ça, une petite présentation s'impose : je suis en P2 Pharmacie, je suis passée bizuth et j'étais dans les premiers de classe au lycée. J'ai fait un bac S, pour autant mes bons résultats au lycée n'ont pas forcément influencé ma réussite en PACES parce que je n'étais pas vraiment une grosse bosseuse, mais j'étais plutôt dotée de facilités ! Alors si jusqu'ici tu as été un peu glandeur(euse) ou bosseur(euse) assidu(e), dans tous les cas en PACES tu vas

devoir tout donner ! Et je serai là pour t'aider pour ne pas te retrouver noyé(e) dans ce monde étrange qu'est la Fac. Je serai à ta dispo toute l'année par sms/appel et en face à face si tu en fais la demande ! :) je suis là pour TOI, alors : n'hésite surtout pas à me contacter !! Pour finir, si tu as des angoisses ou que tu es quelqu'un de facilement stressé, ne t'en fais pas on pourra en parler et je te donnerai des petits conseils persos pour te booster dans les moments de bas et à l'inverse je serai toujours là pour te féliciter quand tu performeras aux colles du Tut' ou aux concours ! Alors crois en toi, choisis-moi, et on se dit à bientôt je l'espère pour une année qui te réserve beaucoup de surprises ! Force et honneur !! ;)

18. VALLON Camille

Pharmacie

Carrée

Salut ! Je suis en deuxième année de pharmacie, après 2 PACES à Lyon Sud. Mon année de carré m'a permis de savoir établir les priorités en PACES. Je dormais 8h par nuit et je réservais une soirée par semaine (restaurant, cinéma etc.). Il faut savoir s'écouter, chacun a des besoins différents et se tuer à la tâche n'est pas la solution, la PACES est un marathon et le mental est le plus important. Concernant ma méthode de travail, j'aimais beaucoup apprendre mes cours avec un carnet où je notais l'essentiel avec des couleurs, des schémas, tableaux etc. et je mettais en valeur les pièges qui pouvaient tomber. Les entraînements avec les QCMs sont indispensables, on se rend compte qu'il y a des "questions types", des pièges récurrents et ainsi on est moins perdu lorsqu'on apprend nos cours et on gagne en efficacité. Je serai là pour vous soutenir moralement, vous aider à trouver votre méthode de travail pour chaque matière et vous guider afin que vous slalomiez entre les pièges et difficultés de la PACES. Bon courage et bienvenue dans les études de santé !

19. VAN WYNENDAELE Prescilia

Pharmacie

Carrée

Salut je m'appelle Prescilia, je suis passée carrée en pharmacie, je me propose en tant que marraine cette année. Mon parrain a été une des clés de ma réussite donc j'aimerais en faire autant pour vous ! Durant ma paces, je commençais ma journée à 7h15 jusque 12h30 ensuite j'allais à la fac suivre les cours et je reprenais de 18h à 21h30. Niveau organisation, je vous aiderai à être régulier dans vos horaires, faire des plannings, visualiser les cours les plus importants et faire le maximum d'entraînements avec les colles du tutorat par exemple. Ne pas oublier de prendre des temps de pause, dormir par exemple. Souvent je ne travaillais pas le dimanche matin pour me reposer. Je vous souhaite bon courage et bonne chance pour cette année, et à bientôt pour certains d'entre vous :)

20. VINCENT-FALQUET Camille

Pharmacie

Bizuth

Je suis une personne qui a été très organisée tout au long de PACES que ça soit sur les horaires de travail, les temps de pause ou l'organisation des cours. Je faisais du 7h-21h par jour et je gardais mes dimanches matins et mes vendredis soirs hors révisions. Cependant il ne faut pas oublier que chaque personne est unique et s'organise différemment, en étant consciente de cela, j'essayerai d'aider au mieux mon/ma futur(e) filleul(e) à s'organiser pour éviter d'être dépassé et de pouvoir passer cette année dans le meilleur des cadres possibles. La règle d'or étant de ne pas ou du moins de prendre le moins de retard possible.

21. WATRIN Fanny

Pharmacie

Carrée

Coucou petit p1. Je suis Fanny et je viens de passer en 2ème année de pharmacie ! Sans vouloir te faire peur, l'année de PACES est très difficile, autant moralement qu'au niveau du travail : il va donc falloir te donner à fond MAIS pas de panique car tout est possible quand on le veut et que la détermination reste la clef ! Cette année, je souhaiterais donc t'accompagner du mieux possible pour que tu réussisses à coup sûr ! En tant que carrée, j'ai pu développer de réelles méthodes de travail et une très bonne organisation ! Pratiquement personne ne sait réellement travailler en sortant du lycée et j'aimerais t'éviter cet obstacle, qui m'a fait perdre beaucoup de temps en bizuth ! De plus, je serai très investie pour toi, que ce soit pour t'épauler moralement, t'aider à travailler des cours, te motiver comme il faut. Mon année de carré fut très difficile car j'avais peur de l'échec et car ma marraine n'était pas là pour moi quand il le fallait... je ferai donc tout pour être un très bon soutien ! Alors n'hésite pas.



22. FAYET Marianne

Maïeutique

Carrée

J'ai eu de nombreuses occasions de travailler avec les cours du tutorat et de participer aux colles. J'ai pu jongler entre deux formats et ça m'a beaucoup aidé. Je travaillais de 7h à 20h environ. Je faisais plusieurs pauses dans la semaine pour me reposer. J'essayais de ne pas m'imposer un rythme épuisant, surtout pendant les révisions. Je travaillais quasiment toujours à la BU ou sur le campus de la fac. Avant de rentrer en PACES, je n'avais pas la bonne méthode de travail et j'ai su la développer à mon rythme et ma manière donc je saurai d'autant plus conseiller les futurs P1 sur les erreurs à ne pas faire et adapter des méthodes pour chacun.

23. KESIA D'Almeida

Maïeutique

Carrée

Pour moi la PACES c'est 50% mental et 50% de boulot ! Quand le mental n'y est pas, le reste ne suit pas ! Je ferai de mon mieux pour aider, soutenir car ce n'est pas chaque jour que l'on se réveille avec la motivation mais il faut de la discipline et de l'organisation pour y arriver. Il n'y a pas de méthode miracle mais j'essayerai par mon expérience de carrée de t'aider à trouver ta méthode !

24. PRIN Mélanie

Maïeutique

Bizuth

Étudiante en maïeutique, j'ai réussi le concours PACES en 1 an avec une certaine rigueur dans le travail mais surtout beaucoup de volonté. Je pourrai alors, pour tous ceux attirés par ce domaine, vous présenter la filière mais aussi vous donner mes astuces dans chaque matière afin de réussir. Je vous donnerai les clés pour réussir en 1 an ainsi que de nombreux conseils méthodo et organisation qui ont pu m'être donnés cette année.

25. RIOU Anastasia

Maïeutique

Bizuth

Salut à toi ! Alors, je vais t'expliquer comment j'ai fait pour cette année... J'ai uniquement fonctionné avec le Tutorat (colles, cours, concours blancs...) qui est vraiment top. J'ai toujours travaillé seule sans vraiment de planning "rigide", j'essayais de bosser en premier le cours qui me faisait envie à ce moment-là. Je me fixais des horaires mais rien de précis niveau cours ou QCM, on a déjà assez de contraintes comme ça !! Pour moi ça a été une année vraiment difficile où le soutien moral a été hyper important, je remercie énormément ma marraine pour son aide et j'aimerais beaucoup vous rendre la pareille et vous accompagner dans votre année. Je pourrai t'aider pour l'organisation, je serai toujours dispo par téléphone et saurai prendre le temps pour te rencontrer et te changer les idées ! Si t'as envie d'une marraine un peu discrète mais présente alors n'hésite pas, je t'attends ;)

26. VAULOT Kanna

Maïeutique

Carrée

Salut salut, Je pense pouvoir vous aider après mes 2 ans de PACES, être un soutien et être présente tout au long de cette année. J'essaierai de vous donner tous les conseils que j'ai eus et aurais aimés avoir.

Kinésithérapie



27. BOUE-MATHOU Antoine

Kiné

Cube

Bonjour, je suis passé de 650ème en bizuth, à 335ème en carré et 33ème en cube. Côté organisation, j'ai toujours privilégié la compréhension à l'apprentissage par cœur sans comprendre, afin d'installer des connaissances sur le long terme. J'allais à tous les cours sauf en bio cell. Je n'avais pas de planning fixe durant les révisions mais plutôt des listes d'objectifs par matière. J'accordais aussi une grande importance aux QCM et aux annales, au S1 et au S2, ce qui m'a permis de comprendre comment fonctionnent la plupart des profs et quels types de pièges ils font le jour du concours. Je travaillais uniquement à la BU du lundi au samedi et je prenais une bonne demie journée de pause, indispensable à mon sens pour tenir le coup et arriver frais le jour du concours. Enfin je resterai disponible auprès de vous durant toute l'année. N'hésitez pas à me contacter si besoin. Bon courage

28. GELUGNE Marie

Kiné

Carrée

Salut les futurs bizuths/carrés ! Je me présente : Marie Gélugne, passée carrée en kiné. Je ferai de mon mieux pour vous apporter un soutien moral du tonnerre, des conseils et astuces pour l'organisation du travail, et explications si difficultés sur les cours ... afin que vous puissiez réussir au mieux cette terrible année ! On se retrouve en forme en septembre !

29. PATOUILLARD Guillaume

Kiné

Bizuth

Pendant cette année de PACES j'ai travaillé seul avec les cours du tutorat en participant aux entraînements (colles et ED). J'ai rapidement trouvé ma méthode de travail ainsi qu'une organisation avec une pause sport par semaine. En étant ton parrain, je pourrai te partager mon expérience mais surtout t'aider à trouver l'organisation qui te convient le mieux ainsi qu'être un soutien dans les moments plus difficiles et répondre à toutes tes questions. Profite bien de ton été, et j'espère, à bientôt !

30. RAOULT Charlotte

Kiné

Bizuth

Bienvenue à toi, sur les bancs de médecine ! Te voilà parti pour une année pleine de rebondissements ! Le soutien moral de l'entourage est déterminant pour garder sa motivation intacte malgré la fatigue et les difficultés. Personnellement, je travaillais seule, chez moi, me réveillais tôt, travaillais jusqu'à assez tard ... mais sans oublier une bonne pause d'une heure ou deux au moment de dîner pour me changer les idées ! Je consacrais systématiquement un premier tour très approfondi de chaque cours pour bien le comprendre et commencer à l'intégrer, avant de planifier des révisions en fonction de sa difficulté. Personne ne détient la méthode miracle, le principal est de trouver le rythme qui TE convient et qui te permet de tenir la distance ! Je serai là pour répondre à tous tes doutes et interrogations, pour mettre en place ta méthode d'apprentissage. Tu es capable de réussir... Alors compte sur moi pour t'aider à croire en toi ! Au plaisir de te rencontrer 😊

31. TURBE Lauriane

Kiné

Carrée

J'ai réussi grâce au Tutorat, et grâce à mon organisation ! Je suis donc en kiné, et je vais tout faire pour aider les PACES en cette année difficile, que ce soit dans l'apprentissage des cours ou au niveau psychologique ! :)



32. ADOUOBO Ashley

Médecine

Carrée

Ce qui m'a permis de passer est d'avoir un rythme très régulier et d'être bien organisée pour être le plus efficace possible dans mes révisions. Grâce entre autres aux entraînements réguliers du tutorat, j'ai eu une bonne préparation pour le concours. Les pauses ont également été essentielles pour moi car elles ont permis de me vider la tête et de sortir de la routine de la PACES !

33. AJLANI Maïssa

Médecine

Carrée

En général, je travaille entre 9h et 10 h par jour quotidiennement. Travail du lever au dîner, avec des petites pauses entre chaque heure et des pauses plus longues toutes les 2h (se mettre une alarme pour respecter le temps de pause) puis petite pause (série/lecture) et dodo. Veiller à bien manger et à bien dormir est primordial. Je suis très rigoureuse dans mon organisation. J'essaie le plus souvent de faire un planning de travail le week-end tout en restant flexible. J'alterne les matières que j'aime et que j'aime moins pour que mon apprentissage soit optimal. Ayant une mémoire visuelle développée, j'utilise le plus souvent un code couleur et des schémas. Enfin n'étant pas une grande sportive, je m'accorde une heure de marche tous les jours afin de me libérer l'esprit et décompresser. Je vous accompagnerai jusqu'au bout, je vous soutiendrai dans les meilleurs comme les pires moments de l'année. Garder son objectif en tête même dans les moments difficiles et savoir s'écouter au quotidien pour adapter son travail et rester efficace (remise en question +++), ne pas se stresser inutilement et prendre les étapes une par une. N'oubliez pas que la PACES est loin d'être impossible !!

34. ANDREIU Alexandra

Médecine

Bizuth

Salut salut, je m'appelle Alexandra et je suis passée en médecine en tant que bizuth. J'ai très vite réalisé en arrivant en PACES que le soutien était quelque chose de primordial durant cette année, donc comptez sur moi pour vous donner tout le soutien nécessaire pour vous permettre de passer en P2 !! J'ai utilisé comme support de travail les cours du tutorat et ceux de ma prépa. Maintenant en ce qui concerne ma méthode de travail, j'écrivais tout, tout le temps et je faisais beaucoup de fiches méthodo que je relisais le plus souvent possible. Je vous aiderai à trouver votre méthode de travail le plus rapidement possible, je serai là pour vous booster en cas de coup de mou et surtout...vous pourrez compter sur moi pour vous accompagner tout au long de l'année dans cette folle aventure qu'est la PACES !! A plus dans le bus.

35. ARIAGNO Eléonore

Médecine

Bizuth

Salut ! J'ai 20 ans et je suis passée bizuth cette année sans boîte à colle. Donc si toi aussi tu y crois, fais-toi confiance ! Après un bac S spé maths je suis allée 2 années en Hypokhâgne/Khâgne en Lettres et Sciences Sociales, j'ai donc travaillé régulièrement cet été mais sans me priver d'aucune sortie, ni de sommeil. Donc si tu viens de filière littéraire ou économique ou autre, prévois quand même de te (re)mettre sérieusement aux sciences cet été après t'être reposé.e (j'ai travaillé le programme des prépas BCPST mais si tu bosses direct les cours de PACES ça marche aussi). Puis pendant l'année j'ai eu une hygiène de vie assez bénéfique : levée à 6h puis course à pied puis travail puis cours puis travail en me couchant jamais après 22h. Le week-end j'ai continué à aller nager, sortir au théâtre, au ciné, en soirée quand j'avais envie (souvent j'arrêtais de travailler vers 16h le samedi ou bien je ne commençais qu'à 13h le dimanche). Et surtout je me suis entourée de personnes extérieures à la PACES qui me faisaient du bien et sur lesquelles je pouvais compter. Si tu te reconnais dans la manière dont j'ai vécu cette année, n'hésite pas je serai là pour toi, te soutenir, répondre à tes questions et t'aider à trouver TA manière d'aborder la PACES.

36. ARNAUDGUILHEM Lucien

Médecine

Carré

Salut, moi c'est Lucien. Je viens de passer en médecine au bout de 2 ans de PACES, et si je me propose en tant que parrain, c'est avant tout pour transmettre à mon tour ce que j'ai reçu durant ces deux années. Ma marraine, quand j'étais à ta place, m'a accompagné depuis la découverte de la fac jusqu'à maintenant encore où elle est fière de pouvoir m'accueillir en 2e année. Et c'est ce que je compte bien faire avec toi ! Je suis là pour t'aider à ne pas refaire les mêmes erreurs que j'ai faites, gagner du temps là où j'en ai perdu, et surtout garder le sourire au maximum. Car travailler 10h par jour c'est une chose : mais garder le smile et la motivation jusqu'au bout dans cette étape difficile, c'est plus délicat. Et c'est mon job de t'y

aider du mieux que je peux ! :) Question méthodologie, tu verras que la PACES est un nouveau départ, qu'importe ton niveau au lycée : il va falloir que tu trouves de nouvelles méthodes, rapides, efficaces et qui te correspondent le mieux, et je serai là pour t'y aider. Mes 2 années m'ont permises de prendre pas mal de recul dans la compréhension des cours, et surtout sur les attentes des profs pour le concours, et ce sera avec plaisir que je te ferai partager tout ça, que tu sois bizuth ou carré ! Je serai évidemment aussi dispo que tu en as besoin, que ce soit pour des conseils, des questions, la gestion du stress, te changer les idées etc... A très vite !

37. AVRIL Charlotte

Médecine

Bizuth

Salut à toi ! Je suis passée en médecine bizuth (primante) et j'ai beaucoup de choses à t'apporter. Le début de l'année est toujours un peu compliqué, il faut s'adapter à tous les changements par rapport au lycée et je serai là pour t'accompagner, te conseiller sachant que je sors tout juste de la PACES et que je sais exactement ce que tu vis. Je pourrai t'aider dans ton organisation, ton planning et le temps que tu devras passer à travailler mais je serai aussi là pour répondre à tes questions de cours directement. J'ai de la bonne humeur à revendre donc je serai un bon soutien pour ne pas déprimer et rester positif(ve) toute l'année, c'est important !

38. BACULARD Eva

Médecine

Bizuth

Pendant cette année très chargée, il a été super important pour moi de bien me retrouver au niveau de mes révisions, et pour cela de faire régulièrement des planning, de classer correctement mes cours pour les apprendre progressivement, en les répétant de manière régulière et de dégager mes difficultés. Également, de faire régulièrement des entraînements en bossant les points faibles. Surtout il est primordial d'être bien entouré, conseillé et accompagné !

39. BARRERE Matthieu

Médecine

Bizuth

Bonjour futur P1, ma méthode de travail fut axée sur un apprentissage par affinité, avec une relecture plus intensive des sujets les moins intéressants... Je suis très organisé et ordonné, voir un peu maniaque. J'aime laisser peu de place à l'imprévu pour optimiser mon contrôle

du TEMPS. Je pense que ma plus grande force cette année fut cette gestion du temps qui m'a permis de limiter le stress et donc les baisses de moral. Je suis très ouvert pour répondre aux questions ou pour donner des conseils, cependant un peu moins pour les poser et prendre des nouvelles, il faudra donc que vous osiez venir me parler. Bon, même si je parle beaucoup de moi c'est pour mieux vous correspondre et donc vous aidez :) A bientôt en PACES

40. BEDOUET Maxime

Médecine

Cube

J'habite à Givors et je faisais les trajets en train (1h aller 1h retour chaque jour). Je ne bossais pas le week-end (année gâchée qui m'a au final fait passer en 3 ans, exemple à ne pas suivre^^). Entre bizuth et carré, j'ai eu le permis et la voiture, donc en carré et cube je faisais les trajets en voiture (25 min aller, 25 min retour). En carré, je m'y suis mis sérieusement, mais avant d'apprendre mes cours, j'ai dû apprendre à apprendre. C'est là que j'ai pas mal tâtonné pour trouver la manière de m'organiser, apprendre et m'entraîner, qui me convenait le mieux. Au S1, je suis allé à tous les cours et je suivais donc en amphi pour pouvoir compléter le cours du tut. Je bossais chez moi le matin, cours l'aprèm et BU jusqu'à 20-21h. Pour le rythme d'apprentissage et de rappels des cours, je me suis mis à la fameuse méthode des "J" en fin de S1 (à environ 3 semaines du concours), après avoir tâtonné pendant plus ou moins tout le semestre. Quasi bizuth sur le S2, il me fallait bcp de temps (d'où l'intérêt de ne pas aller en amphi pour moi : il y en a pour qui ça marche, mais pour mon cas perso je ne vois pas ça comme rentable, dans la mesure où on nous impose une organisation de la journée et des pauses qui n'est pas optimisée). Je faisais 8-22h à la BU, mais avec le recul ça empiétait trop sur mon sommeil. A la fin de l'année de carré, j'avais fait la liste des erreurs à ne pas reproduire en cube. J'ai complètement arrêté toute occupation en dehors de la paces en carré et cube, mon seul semblant d'activité physique était mes pauses que je réalisais en marchant dans l'enceinte de l'hôpital. Voilà, donc au final une méthode assez particulière, plutôt détachée des cours en amphi, avec l'avantage de la liberté mais l'inconvénient parfois usant de se sentir toujours démuni aux colles car on a plusieurs semaines de retard. Mais l'apprentissage est solide (long terme), et tout se remet à niveau pendant les révisions si on n'a pas flanché pendant le semestre. Niveau vie sociale, je connaissais quelques personnes sur le site de la fac (potes du lycée ou de la paces), mais je fonctionnais de manière assez solitaire dans le travail comme dans les horaires, pour gagner en efficacité. Au final si on s'y met vrmt, qu'on donne du sens et de l'intérêt aux cours, et qu'on sait pq on est là, les sacrifices que nécessitent la paces s'en trouvent moins douloureux, et cette année devient une belle aventure enrichissante :)

41. BERTHET Yssael

Médecine

Carré

Bosseur Acharné, mental d'acier, l'organisation est le maître mot de la réussite. Je serai une aide psychologique pour chaque personne qui en a besoin. J'ai une immense motivation pour vous accompagner cette année !

42. BOISSIEUX Lucie

Médecine

Carrée

Salut les futurs PACES ! En tant que marraine, je serai d'abord à l'écoute de toutes vos questions sur cette nouvelle année. Pour ce qui est de la méthode, j'allais à (presque) tous les cours, je prenais des notes sur mes cours et ensuite j'essayais de le voir plusieurs fois dans le semestre. J'avais plutôt tendance à voir mes cours peu de fois mais en insistant bien dessus. Ensuite, il faut aussi savoir que la pré-rentree est primordiale, il faut bien faire des pauses (utiles), et surtout être bien organisé ! Je faisais régulièrement des plannings ou au minimum une liste de cours à faire avec un délai à respecter. Enfin, j'essayerai de m'adapter au mieux pour vous aider à trouver votre propre façon de travailler pour réussir la PACES. Quoi qu'il arrive, n'abandonnez pas et croyez en vous !

43. BONZI Mathieu

Médecine

Bizuth

Le principal est d'être organisé afin de ne pas perdre de temps inutile. Doser son travail et son temps de repos afin de tenir cette année jusqu'à son terme. J'établissais des emplois du temps d'une durée de 4 à 10 jours selon le travail du moment. Cela m'a permis de travailler chaque cours 10 à 20 fois dans l'année. Les plannings me permettaient d'aborder de nouveaux cours, et d'en réviser d'autres. Je procédais par lecture rapide et repères des chapitres importants. Il ne faut pas négliger les QCM qui restent le meilleur des entraînements. J'y ai consacré énormément de temps (entre 1h et 5h par jour au premier semestre, environ 2h à 3h pour le second semestre). Après tout dépend de l'étudiant, de son caractère et de ce qu'il connaît déjà de ses méthodes de travail. Je travaillais environ 13h par jour, 7 jours sur 7, moins 5 heures de pauses réparties sur la semaine qui variaient selon l'énergie, l'envie et le moral. J'adaptais également mes méthodes en fonction des matières et de leurs exigences. Je me forçais à aller dans les détails du cours, et surligner chaque information qui ne correspondait pas à ma logique.

44. BOUCHAOUI Norane

Médecine

Bizuth

Salut ! Comme tu le sais sûrement déjà, la PACES est une année difficile qu'on ne peut pas affronter seul, je pense que c'est important d'avoir quelqu'un qui comprend à quel point ça peut parfois être dur de s'accrocher, et quelqu'un auprès de qui se référer quand on a des questions, des doutes, des angoisses... Pour ma part je suis passée primante, sans boîte à colle qu'on pense souvent à tort indispensable à la réussite. Je n'ai jamais été une grosse bosseuse, j'étais une élève assez moyenne au lycée, je travaillais peu, j'ai obtenu un bac mention AB, bref rien d'un génie en somme. En arrivant en PACES je ne savais pas travailler, je ne connaissais pas mon fonctionnement, j'étais plutôt paumée et j'appréhendais beaucoup cette année. J'ai essayé énormément de méthodes de travail sans trouver celle qui me correspondait, et ça a abouti à un classement vraiment moyen au S1. Mais j'ai su rester très motivée et je ne me suis pas laissée abattre. C'est au S2 que j'ai trouvé ma méthode et que j'ai commencé à être vraiment efficace, ce qui m'a permis de remonter 300 places dans le classement et d'être acceptée en médecine. J'ai expérimenté pas mal de choses cette année, j'ai fait des erreurs dont j'ai vite tiré des leçons et je pense pouvoir pas mal t'aider sur le plan méthodologique. Au niveau de l'organisation j'étais super attentive à mon ressenti, du coup j'avais une organisation qui m'était propre, et je serais ravie de t'aider à trouver la tienne. Enfin le dernier point est le plus important : le soutien moral, parfois on se sent vraiment seul, et on a juste envie de tout arrêter, ça fait vraiment du bien d'avoir une épaule sur laquelle s'appuyer.

45. BRESSON Margot

Médecine

Bizuth

Bonjour à tous ! Je m'appelle Margot et je suis passée bizuth en médecine. Je trouve que le soutien dans les études que vous entreprenez est primordial à la fois pour la réussite mais aussi pour tenir psychologiquement. Perso j'étais super organisée pendant mon année de PACES ce qui m'a permis de perdre le moins de temps possible et d'être un max efficace. J'avais une méthode de travail qui me correspondait tout à fait et je l'ai améliorée tout au long de l'année. Niveau apprentissage j'étais plutôt visuelle et un peu auditive. J'étais aussi super stressée donc niveau gestion du stress je pense que je peux être utile. Je mélangeais à la fois théorique et pratique et surtout j'essayais de faire des liens entre les matières et les différents cours. Enfin, j'ai conscience que le temps en PACES est précieux et qu'il faut l'utiliser à bon escient c'est pour ça que j'essaierai d'être la plus disponible pour vous en fonction de vos disponibilités. Je vous accompagnerai du mieux possible. Bon courage.

46. BRUNON Natacha

Médecine

Carré

Quand je suis arrivée bizuth, je n'avais jamais vraiment travaillé, je savais que la PACES demandait un travail acharné mais j'avais peur de ne pas trouver la manière pour le fournir. Les premiers mois ont été catastrophiques... j'ai eu un très mauvais classement au S1. Puis au S2, consciente qu'il me fallait remonter beaucoup de places et après avoir analysé les erreurs que j'avais commises au S1, j'ai pu repartir et petit-à-petit trouver un rythme de travail. Ces deux années m'ont énormément apporté. J'ai beaucoup appris sur moi. La deuxième PACES a été bien plus simple, même si l'on a encore plus peur de l'échec, j'ai pris du plaisir à travailler.

47. CABEZOS Jade

Médecine

Carrée

Salut ! Mes deux années de PACES m'ont permis d'identifier pourquoi j'ai échoué mais surtout comment j'ai réussi. Pour moi, la compréhension et l'entraînement sont primordiaux. Que tu sois bizuth ou carré, je serai là pour t'aider aussi bien dans ton travail que pour ton moral.

48. DAGUET Ségolène

Médecine

Carrée

J'aime être organisée dans ce que je fais, dans mes plannings. Pendant mes 2 ans de PACES, j'ai gardé aussi quelques activités (sport notamment) qui m'ont aidée à ne pas me noyer dans mon travail et pouvoir respirer un peu, me vider l'esprit. Pour moi le plus important c'est d'apprendre à aimer ce qu'on fait. C'est ce qui donnera la motivation et la qualité du travail ! Je pourrai t'aider à rester déterminé(e) coûte que coûte, et prendre les bonnes décisions pour travailler le plus efficacement possible, sans subir ton année !

49. DALIA Pauline

Médecine

Carrée

Ma méthode pendant la PACES était de surtout, en premier, bien comprendre le cours dans sa globalité puis de faire plusieurs passages pour ensuite apprendre petit-à-petit tous les

détails. Pour apprendre mes cours je réécrivais tout le cours dans son entièreté et je faisais des schémas, c'était une méthode assez lente mais après cela je connaissais très bien mes cours. Côté organisation je me faisais un planning précis à la semaine, en fonction des cours où j'avais le plus de mal et ceux que je devais revoir absolument (erreurs en colles, oublis etc). Je faisais également toutes les semaines beaucoup d'entraînements pour acquérir des automatismes en QCM. Enfin pour moi il était surtout très important de bien corriger mes colles et entraînements et surtout de bien comprendre mes erreurs afin de ne plus les refaire.

50. DELEBREU Elodie

Médecine

Bizuth

Bonjour les premières années ! Je me présente, je m'appelle Elodie DELEBREU, j'ai 18 ans et j'ai préparé le concours médecine que j'ai passé en bizuth. Ce serait avec plaisir d'aider quelques-uns d'entre vous ! Pour vous aider dans vos choix de parrain/marraine, je vais vous décrire en quelques lignes ma méthode et mon organisation afin que vous puissiez vous reconnaître ou bien même avoir quelques idées. Premièrement, j'allais en cours, du moins, le mieux est d'aller à ceux qui vous aident le plus, parce que certains profs insistent plus ou moins sur des éléments. Je ne fonctionnais pas pareil en fonction de la période de l'année : pendant les cours, j'avançais au rythme de la fac, mais vous verrez qu'il est difficile à suivre donc on se retrouve souvent avec une semaine de retard (d'où l'avantage de la pré-rentree). À cette période de l'année, mon organisation n'était pas sous forme de planning, je faisais un tas de tous les cours que j'avais vus dans la semaine en me disant qu'il fallait que je les sache avant d'attaquer les cours de la semaine suivante. En ce qui concerne ma méthode, je récitais beaucoup en écrivant les mots clés sur un tableau pour que ce soit assez interactif. Pour les notions plus denses, je faisais des petites fiches et pour le par cœur bête et méchant, des moyens mnémotechniques. Pendant les révisions, je prenais le temps de faire un planning, pour ne rien oublier ! Souvent on se garde une semaine pour rattraper notre retard et le reste, ce sont des révisions pures et dures, à ce moment-là, il suffisait de relire les cours, car vous verrez que vous les maîtriserez pas mal ! J'espère que ce petit texte vous sera bénéfique ! Courage à vous !! :-)

51. DELFAU Précilia

Médecine

Bizuth

Réussir sa PACES nécessite beaucoup d'apprentissage et surtout une bonne méthodologie. Avoir une bonne organisation, optimiser le temps mais s'autoriser des sorties pour s'aérer l'esprit. Le repos et une bonne hygiène de vie sont indispensables. Au cours de cette année je me suis fait des plannings et des cycles de révisions, je m'y tenais et cela me permettait de

garder un bon rythme. Le week-end, c'était plus léger niveau horaire pour me permettre à la fois de me reposer mais aussi de faire autre chose que réviser. Chacun doit trouver sa propre méthodologie, il faut en essayer plusieurs pour voir laquelle vous conviendra le mieux, plus vite elle sera trouvée et plus les heures travaillées seront efficaces !

52. DENIS Maéva

Médecine

Carrée

Ces deux années de PACES m'ont permis de me connaître et de bien connaître le système de PACES, notamment les attentes des professeurs. Je souhaite ainsi te transmettre mon expérience comme mon parrain avait pu le faire avec moi. Si jamais tu as des doutes, des questions quelles qu'elles soient, je serai là pour t'écouter, te rassurer, prendre le temps d'y répondre. Pour rester motivée, toute la journée et toute l'année, je m'étais définie des heures à ne pas dépasser pour conserver un temps de sommeil qui me convenait. Dans ce temps défini, j'organisais ma journée. Je sais combien il peut être difficile de trouver une méthode qui nous correspond et surtout la plus efficace possible. Pour ma part, j'ai trouvé ma méthode de travail seulement au second semestre de primant.

53. DESCHATRETTE Léna

Médecine

Carrée

En commençant mon année en tant que carrée, j'avais plein d'idées d'organisation, de méthode, etc. Je me suis vite rendue compte qu'en plus des cours, il fallait surtout apprendre à gérer son stress. Au niveau des cours, je travaillais avec ceux de l'année précédente (s'ils me convenaient) et je mettais à jour, si toutefois il y avait des changements, directement en cours. Je travaillais principalement chez moi, surtout au S2. Au niveau de ma méthode, je la détaillerai plus précisément pour ceux qui me demanderont mais je ne prenais pas "d'avance" tant que je ne maîtrisais pas parfaitement les cours actuels. Je suivais le fil des cours. J'ai travaillé différemment pendant les 2 semestres parce que selon moi, les objectifs/temps/volume horaires étant différents, l'organisation se devait d'être différente. Pour ce qui est de mon rôle de marraine, je serais évidemment là pour répondre à toutes vos questions qui portent sur les cours, la méthode, l'organisation, etc. mais je veux surtout vous apporter tout mon soutien et mes conseils pour vivre "bien" cette année. Il est important de comprendre qu'il ne s'agit là pas seulement de travail, de connaissances de cours, de "méthode", mais aussi de préparation mentale, de gestion de stress, de vie personnelle. Je m'engage à me rendre disponible pour répondre à vos interrogations et pour vous soutenir. Je vous souhaite à tous beaucoup de courage, et une excellente PACES !

54. DI FLORIO Léane

Médecine

Bizuth

Salut ! Je m'appelle Léane et je suis passée bizuth. Pendant la paces, j'ai suivi la "méthode des J", c'est-à-dire que je revoyais mes cours à J1, J4, J10, J20... après le cours en amphi pour les revoir très régulièrement. Pour ce qui est des entraînements, j'essayais d'en faire le plus régulièrement possible surtout en UE3 et UE4. Je serai là pour vous accompagner tout le long de l'année et pour vous donner certaines astuces et méthodes pour mieux retenir et appliquer vos cours. Vous pouvez le faire, croyez en vous !

55. DOLMAZON Lola

Médecine

Bizuth

Salut, je m'appelle Lola Dolmazon, je rentre en P2 cette année, après une année de PACES. En tant que marraine, je serai présente pour vous aider à trouver votre méthode de travail et à vous organiser, pour répondre à toutes vos questions par rapport aux cours, à la fac etc. et aussi vous aider à garder le moral tout au long de cette année.

56. EHNI Thelma

Médecine

Carrée

Je faisais un emploi du temps très détaillé en paces afin de savoir à n'importe quelle heure de la journée le cours que je devais travailler. Ça m'encourageait à être efficace pour finir mon planning et ça me permettait de ne pas me poser de questions et de perdre du temps. J'apprenais par cœur, mot pour mot comme une poésie. J'ai beaucoup écrit pour me réciter mes cours. J'ai une mémoire visuelle.

57. FAIVRE Antoine

Médecine

Carré

Salut à toi néo-paces ! Pour ma part, je suis passé carré. Je travaillais entre 7h et 21h chaque jour et je me prenais une journée complète par semaine pour faire une pause et où je ne travaillais pas. Je faisais tous mes plannings à l'avance et je travaillais énormément avec des schémas car j'ai une mémoire visuelle. De plus, ayant fait 2 ans de paces, j'ai pu savoir

quelles étaient les erreurs à ne pas faire pour réussir. Mes mots d'ordre sont l'organisation, la rigueur et une bonne hygiène de vie. Comment on dit, un esprit sain dans un corps sain.

58. FERNANDES Honorine

Médecine

Bizuth

Afin de réussir la PACES, j'ai mis en place une organisation très rigoureuse avec des horaires fixes et des pauses régulières. Il est très important, selon moi, d'être régulier dans son travail, de toujours rester fixé sur son objectif et franchir les étapes une à une, chaque petite victoire durant cette année est à prendre ! Par rapport à ma méthodologie, je lisais une première fois mon cours pour le comprendre, puis j'apprenais mon cours par cœur en le récitant à voix haute.

59. FORAY Amandine

Médecine

Bizuth

Salut ! Je suis passée bizuth et tout au long de l'année je me posais toujours plein de questions sur ce que je devais faire, à quelle heure je devais me lever, est-ce que je devais vraiment apprendre tous les fichus cours par cœur... En fait, quand on est en PACES, c'est vraiment un nouveau mode de vie du coup, on remet tout en question et c'est pour ça que vous aurez besoin d'un parrain ou d'une marraine. Ma méthode de travail, c'était de respecter des règles que je fixais sur mon emploi du temps pour travailler à fond mais sans empiéter sur mes repas et mon sommeil parce que c'est vraiment le plus important. Pour apprendre mes cours, je n'arrivais pas à juste tout apprendre par cœur en lisant donc je faisais plein de schémas, de colles et d'exercices pour essayer de comprendre. En tant que marraine je serais dispo pour toutes tes questions et j'essaierai de te donner tous les tips de la réussite mais je serais aussi là pour te faire penser à autre chose et te donner envie de continuer quand t'en auras marre de la PACES. Choisis bien et profite de la vie avant le début des festivités !

60. FRANCEQUIN Tristan

Médecine

Bizuth

Pour le rythme de cette année, j'ai un peu tout essayé sur les premières semaines, et j'ai trouvé un équilibre entre travail et repos qui me correspondait. Savoir quand s'arrêter pour mieux repartir c'est une des clefs de cette année !

61. FROGER Maëva

Médecine

Bizuth

Bienvenue à toi dans ce fabuleux monde de la PACES ! Ce n'est certes pas l'endroit qui fait le plus rêver en vue de la difficulté qui se dresse devant toi mais c'est exactement pour cette raison que je te propose mon aide en tant que marraine afin de réussir à surmonter tout cela. Je suis quelqu'un de très organisée (voire trop) et selon moi il est impossible de travailler sans planning. C'est pourquoi je pourrai te guider dans la manière de t'organiser ainsi que t'apporter des méthodes diverses et variées pour être le/la plus efficace possible dans ton travail. Pour aborder assez rapidement ma méthode, je suis quelqu'un d'assez visuelle mais j'aime également beaucoup raconter mes cours à voix haute (#jejoueàlamaitresse). Ainsi, je travaillais à la fois chez moi mais également à la BU. En ce qui concerne le planning, j'utilisais la fameuse « méthode des J » qui s'est avérée être très efficace pour moi. Quoi qu'il en soit, nous trouverons ensemble le rythme et des techniques de travail qui te conviendront le mieux afin que tu puisses réussir cette année dans la joie, l'amour et la bonne humeur. A très bientôt dans cette nouvelle aventure, Maëva

62. GARDAIRE-MARCOLET Elisa

Médecine

Bizuth

Salut à toi futur P1 ! Je me présente, je m'appelle Elisa, je suis passée bizuth l'année dernière en médecine. J'ai su trouver assez vite ma méthode de travail et de mémorisation, j'espère ainsi t'aider pleinement pour que ce soit pareil pour toi. Durant cette année, j'ai eu parfois de grosses baisses de moral. Ça a donc été important pour moi, et d'une grande aide, de savoir que j'avais un soutien de la part de ma marraine qui a vécu la même situation. Je pense que le soutien est très important, que ce soit pour des questions relatives au travail ou en cas de baisse de moral. Je veux ainsi parrainer à mon tour et transmettre mon expérience. J'accorderai le temps nécessaire à chacun et je m'adapterai à ton emploi du temps. Le temps est très précieux en PACES. Tu pourras compter sur moi pour une petite explication, des conseils, des réponses à tes questions que ce soit par messages, appels ou autour d'un repas (manger c'est important), n'hésite pas. Courage à toi et à très vite j'espère.

63. GAULMIN Emma

Médecine

Bizuth

Hello ! Que tu sois bizuth ou carré, je serai ravie de te conseiller et de t'aider durant cette année qui va être difficile, mais pas impossible ! Si je suis passée bizuth, tu en es aussi

capable ! Niveau organisation, j'essayais d'être bien attentive en cours. Le soir même ou le lendemain, je refaisais une première lecture bien approfondie du cours. Le week-end, je rattrapais mon retard. J'en profitais aussi pour revoir certains cours importants et faire des entraînements (essentiels en UE3 et UE4). Je pense que participer aux colles du Tutorat est aussi un bon moyen d'évaluer sa progression. Il faut aussi s'accorder un moment de détente dans la semaine (pour faire du sport, voir des amis...). Et ce qui est primordial, c'est de croire en vous ! A bientôt, Emma

64. GAUTHIER Idaline

Médecine

Bizuth

Je suis passée bizuth, je travaillais seule chez moi et parfois à la fac et le week-end je rentrais dans ma famille. Je pourrai te donner des conseils pour tenir moralement durant cette année mais aussi des astuces, méthodes ou techniques pour apprendre les cours efficacement. Personnellement, je lisais plusieurs fois les cours ensuite, je faisais des QCM pour voir mes points de faiblesse et pour me permettre de revoir les parties moins bien comprises. Je suis très organisée et ma méthode de travail peut peut-être te convenir. Si tu veux un peu de mon aide pour te motiver tu peux me choisir !

65. GHERAB Mohamed

Médecine

Carré

Actuellement étudiant en FGSM2, je m'y suis pris à deux fois avant d'être pris, donc je sais ce qu'il faut faire et ce qu'il ne faut pas faire ;) Concernant ma méthodologie, j'étais l'un des "rares" à ne pas utiliser des tas de stabilo ni de fiches résumés, j'estime que faire des fiches est une perte de temps (car ... ça prend du temps dans le cas de celles qui sont bien rédigées x)) et l'on peut rater d'importants détails si on les fait rapidement, pour les stabilos, je n'utilisais QUE du jaune, de temps en temps (car j'estime utile de mettre en valeur un groupe de mot important, mais pas tout un cours, ça serait contre-productif), par contre, j'affectionne beaucoup les post-it®, et je m'entraînais vraiment beaucoup (sachez que l'entraînement est PRIMORDIAL, évidemment une fois que votre retard est rattrapé, mais ça, je saurai vous en reparler en temps et en heure ;) Je vous aiderai aussi à créer vos plannings de révisions, sachez aussi que je suis (presque) toujours disponible (par message de préférence, ou facebook...) en cas de doute, n'hésitez surtout pas, je suis là pour vous ^-^

66. GUERRA Marine

Médecine

Bizuth

Je suis assez organisée dans mon travail, je faisais beaucoup de planning pour ne pas me perdre et faire tout ce que je devais faire. Je m'entraînais énormément. Avoir un rythme de travail régulier et être assidu et être une des clés du succès !

67. GUICHARD Hortense

Médecine

Carrée

Bonjour, je suis passée en étant carrée (8ème), j'ai raté mon année de bizuth à peu de place près et j'ai vraiment compris en carré les erreurs que j'avais commises. Je travaillais principalement chez moi, j'étais très régulière dans mon travail, je me faisais des emplois du temps pour la semaine en privilégiant mes temps de pause pour faire du sport. J'étais très motivée et souhaite vraiment encourager mes filleuls dans la réussite en essayant de répondre à toutes les questions possibles et en partageant mes astuces et conseils.

68. GUINOT Solenn

Médecine

Carrée

Salut ! Alors je suis passée carrée, mon année de bizuth a été assez difficile, j'arrivais d'un lycée à l'étranger donc j'ai eu un peu de mal à m'intégrer. Je ne fonctionne pas avec des plannings détaillés minute par minute, j'y allais plutôt un peu au feeling (avec tout de même beaucoup de travail), mais au final ça a marché... Tout ça pour dire que je serai ravie de pouvoir t'aider cette année, je serais dispo à tout moment pour te remonter le moral/prendre une bière !

69. GYAPAY Irène

Médecine

Bizuth

Hey! Moi c'est Irène, passée bizuth en filière médecine. Je me suis servie uniquement des cours du Tutorat qui sont amplement suffisants pour réussir son année. J'ai travaillé avec différentes méthodes, changées très régulièrement. J'estime en effet qu'il est important de se remettre sans cesse en question. Il est aussi important de faire le point sur son année, et je serai justement là pour qu'on puisse le faire ensemble afin de voir ce qui va et ce qui va moins. Il est nécessaire de ne pas rester tout seul et de pouvoir confier ses peurs, ses inquiétudes à quelqu'un qui a connu ce qu'est la PACES (MOI). Le moral compte à 70% selon moi, je tiendrai donc à te soutenir et à t'aider à garder le cap, à te motiver, à voir le bon côté des choses et à ne pas te laisser aller. Je répondrai à toutes tes questions, je suis là pour ça ! A bientôt ! :) RIRI

70. HIDALGO Manon

Médecine

Carrée

Salut, moi c'est Manon, je suis passée carrée en médecine. Ma méthode de travail était l'écrit. J'ai fait beaucoup de fiches de révisions. Je travaillais à la BU pour canaliser ma concentration. Je serai là pour répondre à toutes tes questions scolaires mais pas que. Si tu as besoin d'un petit coup de boost, je ferai mon maximum pour te motiver.

71. HILMI Harold

Médecine

Carré

Salut l'équipe ! Je suis Harold, passé en carré. Après une année de bizuth où je cherchais à tâter le terrain, j'ai conclu sur un redoublement beaucoup plus serein, presque même apprécié et confiant. J'ai surtout envie de pouvoir partager avec vous tous les petits conseils méthodo/hygiène de vie que j'ai eu le temps de réfléchir et expérimenter durant 2 ans pour vous en faire bénéficier le plus tôt possible. Niveau méthodo je n'avais rien de bien particulier si ce n'est que quand les résultats étaient concluants je restais sur la même technique/horaires et quand ça n'allait pas alors là s'opérait un changement de stratégie ! Niveau organisation, travail tous les jours (sans grande surprise) avec toujours du repos au minimum samedi fin d'après-midi + dimanche matin et + si besoin et surtout de vraies nuits de repos tous les soirs (car ça fait beaucoup beaucoup pour la mémoire). J'ai beaucoup trop de choses à dire alors je vais m'arrêter là et c'est à votre tour de voir si vous souhaitez en savoir plus ;) Pour le moment, finissez bien vos vacances futurs carabins !

72. HOAREAU Camille

Médecine

Bizuth

Bien le bonjour cher PACES ! Te voilà prêt à entamer l'année ? Il ne te manque plus qu'une chose : une marraine hors du commun, qui saura t'aider à rester bien sur tes appuis pendant ces longs mois. L'organisation étant mon point fort, je saurai me rendre disponible pour les conseils, le soutien moral, ou tout simplement faire une petite pause avant d'attaquer de plus belle. D'après moi, il s'agit d'abord de ne pas se laisser déborder, d'être régulier, et surtout de faire confiance à sa/ses méthode(s), avec comme maître mot l'efficacité ! Hâte de te rencontrer et de te faire (re)découvrir les merveilles de la PACES à Lyon Sud.

73. JACQUIN Lorie

Médecine

Carrée

Salut salut ! Je m'appelle Lorie, je suis passée carrée. J'aimerais beaucoup vous aider à traverser ce cap de la première année, je serai là pour vous guider et vous suivre quotidiennement au cours de votre année ! Je m'engage à être disponible par sms n'importe quand pour vous et d'essayer de faire un rendez-vous toutes les 2 semaines ou plus si besoin. Mon but est de vous aider à trouver une méthode et organisation de travail le plus rapidement possible et ensuite de vous aider à la suivre. Je tâcherai de m'adapter au mieux à la personnalité et au fonctionnement de chacun pour un suivi personnalisé. Je pourrai bien entendu vous aider à faire un planning pour chaque semaine si besoin et vous passer mes fiches. Pour ce qui est de mon organisation personnelle au cours de la PACES, j'aimais travailler dans le calme, j'écrivais beaucoup, je mettais un peu de temps à assimiler un cours mais je le revoyais moins souvent. Je faisais une demi-journée de pause par semaine. Je suis organisée, à l'écoute et motivée pour vous aider afin que vous défonciez tout le jour J !

74. JACQUOT Floriane

Médecine

Carrée

Salut, moi c'est Floriane ! Je suis passée carrée et entre mes deux années de paces, j'ai complètement changé ma manière de voir les choses, d'appréhender la suite de mon année et surtout de gérer mon stress. J'ai aussi changé une bonne partie de ma méthode de travail et mes horaires, enfin un peu tout quoi... ce qui a été révolutionnaire ! Si tu es bizuth(e), je t'accompagnerai pour que tu trouves ta méthode de travail, celle qui fait que le NC te choisira toi ! Et si t'es carré(e), je ferai en sorte que tu trouves ce qui n'a pas fonctionné et pourquoi et comment on peut remédier à ça !! Je serai là le temps d'un repas au RU ou pendant une pause BU selon tes envies. Et j'espère que je pourrai t'apporter tout le soutien psychologique et les conseils méthodologiques dont tu auras besoin. Je te souhaite bon courage pour cette année (un peu) longue et (un peu) éprouvante mais moi je crois déjà en toi, tu vas tout déchirer !!

75. KAITANDJIAN Julien

Médecine

Bizuth

J'ai fonctionné pas mal avec des plannings c'est-à-dire que je prévoyais ma semaine suivante avec les cours importants à faire et le temps que je devais y consacrer, ça m'a permis d'optimiser mon temps et de ne pas travailler dans le vide. Donc moi, j'essaierai d'aider dans l'accompagnement pour acquérir la méthode dès le début

76. LAUROZ Élise

Médecine

Carrée

Coucou ! Je m'appelle Élise, j'ai réussi ce concours de PACES en tant que carrée ! Pour ma méthode de travail, j'aime que tout soit bien réglé, que ce soit pour l'hygiène de vie ou pour l'organisation des cours et les plannings de révisions afin que mon cerveau suive le rythme et ne soit pas déboussolé à chaque événement qui puisse arriver. La première année de médecine est une année assez rigoureuse et en dent de scie ! Je serai disponible et dévouée pour toi, afin de t'apporter un soutien moral et surtout faire en sorte que ton année se passe pour le mieux, dans les meilleures conditions possibles ! Je veux être un rempart pour toi, à deux, on va plus vite et plus haut ! Et au bout de cette année, la réussite du concours ! Ensemble, cette année passera comme une lettre à la poste !

77. LIMINANA Laurine

Médecine

Carrée

Salut ! Je m'appelle Laurine, je suis passée carrée en médecine. Ces deux années m'ont permis de prendre du recul sur ma façon de travailler et les stratégies à adopter en fonction des matières et des profs. Personnellement je fais partie des personnes "lentes", je n'hésitais pas à passer 4h sur un cours ou certains mettent 3h et je n'allais pas tout le temps en cours. Je serai très heureuse de t'accompagner que ce soit un soutien psychologique (en PACES on se sent souvent très seul) ou encore des conseils d'organisation ou de méthode. N'hésite pas, je ne mords pas.

78. MANISSE Lucile

Médecine

Bizuth

Bonjour ! Je m'appelle Lucile Manisse et je viens du lycée Saint-Charles à Vienne. Je suis passée Bizuth en médecine. J'ai acquis ma méthode de travail en m'inspirant du récit de chacun et je souhaiterais à mon tour accompagner des futurs PACES. Je sais à quel point cette année peut être difficile et je suis prête à répondre à toutes tes questions et à t'accompagner.

79. MARENATI Stella

Médecine

Carrée

Salut ! Je m'appelle Stella et je suis passée carrée. Pendant mon S1 de bizuth je pensais savoir bosser, alors que c'était pas vraiment le cas. Ça m'a pris du temps pour trouver une méthode qui me correspondait et une bonne organisation. C'est pendant mon S2 que j'ai compris qu'il me fallait un emploi du temps très organisé (savoir quelle matière faire à quel moment, des entrainements ou non, caler toutes mes pauses, etc...) pour pouvoir travailler correctement, et plus sereinement en me libérant l'esprit. En carrée, je redoutais le S1 car je l'avais raté l'année d'avant, mais finalement tout s'est bien passé car j'avais trouvé ma méthode de travail et que je me faisais confiance ! Ma méthode diffère un peu selon les matières, mais en général j'essayais de visualiser et de comprendre le plus possible mes cours, pour que ce soit plus facile de les apprendre derrière. Je pourrai vous aider à faire un emploi du temps si vous en avez besoin et que vous avez du mal à vous organiser. On pourra aussi se voir autour d'un café ou d'un repas le midi si vous avez des doutes sur quoi que ce soit, ou que vous avez une baisse de moral (ce qui risque d'arriver... mais pas de panique, tout est surmontable ! En plus il paraît que je fais des blagues nulles qui sont (pas) très drôles). Le plus important selon moi pendant la PACES, c'est de toujours garder un mental de warrior et de rester positive ! Courage !!

80. MARIE-JEANNE Alix

Médecine

Carrée

Salut ! Je suis passée carrée, en utilisant uniquement le tut pendant mes 2 ans ! Sans regret ! Pour la méthode de travail je l'ai trouvée très vite, mais je l'ai perfectionnée tout le long... Je faisais peu de tours sur mes cours, mais en prenant le temps à chaque fois pour que ça reste longtemps ! Je n'habitais pas chez mes parents, et je rentrais rarement chez moi (tous les mois en biz et tous les 2 mois en carrée). Donc je peux t'aider si tu dois t'organiser tout seul pour la première fois ! De nature je suis assez stressée, mais on apprend à gérer tout ça... L'important c'est vraiment l'hygiène de vie et la régularité ! Plus tu t'imposes un rythme de vie tôt (mais qui reste raisonnable), plus il sera facile à tenir ... Je serai là pour t'aider !

81. MARTIN Pierre Arnaud

Médecine

Bizuth

Salut ! Je m'appelle P-A, je suis passé bizuth et je te préviens direct que tu vas passer une année de merde ! Fini les sorties et les amis, dis bonjour aux longues journées de révisions. Pour moi la réussite de la PACES se joue sur le travail, la méthodo et surtout la motivation !! Si t'as pas le moral, ça va être dur de bosser et de réussir ! Pas de panique, je serai là pour te conseiller sur les méthodes de travail, te booster quand t'as un coup de mou ou tout simplement pour t'aider sur certains cours ! J'étais dans la même situation l'année dernière, donc je sais ce que tu vas vivre et on pourra se voir si t'as besoin de soutien ou juste de discuter. La Biz

82. MARTIN-CAPDUPIUY Malvina

Médecine

Carrée

En P1 tout est une question d'organisation ! Perso je fonctionnais beaucoup avec la mémoire visuelle (fiches et schémas) mais, malheureusement il n'y a pas de solution miracle pour tout apprendre facilement... La clé reste la répétition pour moi et cela pour toutes les matières. Quand je dis répétition il y a plusieurs façons (réécrire son cours, le lire à voix haute, se faire interroger...), enfin plein de petites choses à faire et que l'on peut varier parce que faire toujours la même chose c'est un peu chiant. L'autre point hyper important c'est l'entraînement, beaucoup beaucoup de qcm (encore une question de répétition finalement). Plus on se trompe plus on retient ! C'est déprimant mais après avoir fait 10 fois la même erreur normalement on ne la refait pas au concours (parce que oui les questions restent quand même assez similaires d'une année à l'autre pour certaines matières vous allez vite vous en rendre compte avec BEAUCOUP d'ENTRAINEMENTS). On pourra aussi parler planning pour bien organiser son temps au maximum surtout en période de révisions. Je faisais une sorte de planning plutôt flexible perso pour ne pas trop me stresser mais chacun ses préférences, l'histoire du planning c'est au cas par cas mais il faudra quand même avoir une idée générale de sa journée. Ensuite il faut aussi faire des pauses, c'est dur de décrocher parfois mais c'est nécessaire pour mieux redémarrer (une sieste de 10 minutes ça aide à enregistrer, et il faut aussi prendre un peu de temps pour soi, un soir dans la semaine ou un après-midi). Et enfin ne pas avoir peur de se confier à quelqu'un quand ça ne va pas, on a tous eu des petits moments (ou de grandes périodes...) de doutes et de déprime en P1 et c'est une honte pour personne ! Voilà c'est une présentation assez rapide mais je développerai tous les points que vous voulez sur la méthode. Si vous avez besoin de quelqu'un pour vous aider à réviser, pour vous filer des tuyaux (mémos, schémas, petites astuces), pour poser des questions, pour préparer votre planning, ou tout simplement pour parler, n'hésitez pas.

83. MAZABRARD Gaëlle

Médecine

Bizuth

Lors de mon année de PACES j'ai essayé d'être méthodique pour apprendre les cours notamment au premier semestre. J'utilisais la technique des J. Je travaillais environ 11h par jour tous les jours sauf le dimanche. Je faisais donc ma pause le dimanche matin et je travaillais l'après-midi mais de façon plus cool par exemple sur mon canapé. Je suis allée à tous les cours sauf quelques-uns au deuxième semestre. C'est très important !

84. MAZEYRAT Pierre

Médecine

Carré

Pour me décrire rapidement, au lycée, j'étais plutôt quelqu'un qui travaillait mais qui n'avait pas non plus un niveau excellent ! Durant ma première année de PACES (Et oui j'ai été CARRE !!), j'ai découvert ma méthode de travail. Je lisais le cours pour le comprendre dans un premier temps et pour ensuite me répéter à l'oral chaque paragraphe jusqu'à ce que je connaisse le cours. Durant ma seconde année de PACES, j'ai gardé cette méthode mais en apprenant le maximum de détails par cœur (même les couleurs, surtout les couleurs !! :-)) car c'est souvent sur ces points que les professeurs vont interroger dans les QCMs. Je suis quelqu'un de relativement bien organisé aussi bien dans le rangement des cours que dans l'organisation du temps de travail.

85. MICHEL Mathilde

Médecine

Bizuth

Salut ! J'espère que tu vas bien et que tu es motivé(e) pour cette année ! Je suis passée en médecine et je me présente en tant que marraine pour t'aider et te soutenir moralement tout au long de cette année ! Je t'aiderai à t'organiser et à trouver une méthode qui te convient ! Je ne suis pas un modèle à suivre mais je pense vraiment pouvoir te donner les bons conseils, je connais les choses à faire et à éviter pour être efficace au max ! En tout cas courage pour cette année qui va être difficile ! Mais je serai là dès que tu en auras besoin !!
Bisous

86. MIROU Yaël

Médecine

Bizuth

Salut, les P1 un petit P2 passé bizuth. Une organisation d'enfer, une volonté sans limite et une méthode implacable voilà les secrets d'une réussite. Ayant testé différentes méthodes comme celle des J, je pourrai vous aider à obtenir la méthode parfaite pour que cette année soit la plus simple possible...

87. MOENNE Louis

Médecine

Bizuth

Salut je m'appelle Louis je suis passé bizuth, comme beaucoup au lycée, j'en branlais pas une et j'ai eu le bac avec 12,07 de moyenne. Mais tu vas vite te rendre compte que le lycée ça n'a

strictement rien à voir avec la paces (même si tu t'en doutes, t'es pas prêt) et que même si tu puais la merde au lycée bah ça peut vite changer si tu pars avec de la motive, du travail et de bon conseils (que je peux te donner). Je t'assure que grâce à ma technique révolutionnaire tu vas passer en 2-2!!! Alors choisis le chemin de la réussite et prends moi comme parrain.

88. MORELLON Pierrick

Médecine

Carré

Je suis quelqu'un d'assez organisé niveau travail, je me prévoyais les cours 3-4 jours en avance en essayant de garder une vision globale de l'avancée du programme, avec des plannings précis pour les périodes de révisions. Au niveau méthodologie je suis passé par pas mal de méthodes avant de trouver la mienne, ce qui fait que je change selon les matières et les difficultés de chaque cours.

89. NIOGRET Oriane

Médecine

Carrée

Bonnjooourr, J'ai décidé d'être marraine pour t'aider toi P1 à passer cette année pas comme les autres... J'avais une méthode de travail pas très commune. Je travaillais enfermée chez moi de 7H30 à 21H avec 1H30 de pause le midi et une pause l'après-midi. Je finissais à 19H 2 à 3 fois par semaine. J'étais quelqu'un de très organisée, j'ai beaucoup fait de plannings, je savais quel cours je faisais de telle à telle heure chaque jour. Ainsi, ayant loupé médecine de moins de 10 places en bizuth j'ai trouvé rapidement une méthode de travail qui me convenait, c'est ainsi que je pourrai trouver avec toi une méthode qui t'est propre. Dans mon année de bizuth j'ai fait une remontée de plus de 200 places entre le S1 et le S2 c'est ainsi que je vais t'apprendre que rien n'est joué, qu'il ne faut rien lâcher et qu'il faut se battre jusqu'au fameux « l'épreuve est terminée, levez vos stylos ». Je serai aussi là pour te soutenir moralement, pour t'apprendre à gérer le stress des colles, des examens et enfin des résultats. Je sors de terminale avec 10 de moyenne générale : personne n'aurait parié que je puisse avoir mon année mais avec de la rigueur, de l'organisation, du travail et de la volonté rien n'est impossible. J'ai une seule chose à te dire « CROIS EN TOI ». Je serai là aussi pour t'apprendre à faire des pauses efficaces. Une chose est sûre c'est que je ne te lâcherai pas. Donc que tu sois bizuth, carré ou cube tu es le(la) bienvenu(e) pour passer cette année avec moi et je serai ravie de te donner mon expérience pour que tu puisses réussir cette année. Sudistement.

90. O'MAHONY Priscille

Médecine

Bizuth

Je vais à tous les cours en amphi puis je les travaille dans des salles de travail uniquement (au centre Laennec, jamais chez moi). J'accorde beaucoup d'importance à l'hygiène de vie pour rester efficace dans la durée : le sommeil dont j'ai besoin, du sport chaque semaine, et une bonne alimentation. Je ne travaille pas le dimanche, ce qui me permet de récupérer, de voir mes amis et ma famille. Je suis méthodique et consciencieuse, mais je garde une certaine souplesse dans mon organisation. Enfin je suis très régulière dans mon travail et mes horaires chaque semaine (7h30-20h30). Je t'accompagnerai avec plaisir !

91. PAGLIARDINI Guilhem

Médecine

Carré

Salut, je suis passé doublant, je travaillais à la BU avec un petit groupe de potes. Le plus important : rigueur, ténacité, courage. Je suis là pour te soutenir, motiver, et t'aider à trouver au plus vite ta bonne méthode de travail, pour être efficace et devenir le meilleur !

92. PARIS Philippine

Médecine

Bizuth

Salut à toi futur médecin !!! Tu n'es pas sans savoir que tu te lances dans une année longue et exigeante, et que tu vas avoir besoin de conseils avisés pour y faire face. Malheureusement pour toi, je ne pourrai pas te donner une recette simplifiée pour obtenir ta place dans le numerus clausus sans travailler.... (à mon plus grand regret, je crois qu'elle n'existe pas). MAIS je pourrai te partager tous les conseils dont tu auras besoin, toutes les erreurs que j'ai faites et que tu peux éviter (elles sont nombreuses), toutes mes précieuses fiches, je pourrai aussi te donner du temps pour t'expliquer les cours que tu ne comprends pas et j'accepterai même de te prêter une de mes oreilles pour t'entendre te plaindre de ton absence de vie sociale (: L'année sera difficile, tu le sais, et tu auras besoin de prendre l'air et de faire tomber la pression). Si tu es un amoureux du sport, que tu es motivé et que tu ne comptes pas arrêter pendant la PACES, je t'expliquerai comment c'est possible de garder ton rythme d'entraînement (si si, je t'assure que c'est possible si tu es organisé). Si je deviens ta marraine, à très vite <3

Sinon, bon courage à tous !!!!!

93. PELLETIER Hiris

Médecine

Carrée

J'ai passé mes deux ans loin de mes parents. Je n'étais pas très douée en maths et en physique, donc je peux te montrer qu'il est possible de passer même en étant nul dans ces matières. Il m'aura fallu un an de Paces pour trouver ma méthode de travail plutôt visuelle et avec beaucoup de moyens mnémotechniques. Il m'est arrivée d'utiliser la méthode de Sébastien Martinez (se raconter des histoires...), mais je fonctionnais aussi par les questions qu'on se posait entre carrés ou lorsque je répondais à celles des bizu, ça aide à solidifier ses connaissances. Pour ce qui est de l'organisation, j'étais assez régulière sur mes horaires et sur mes pauses.

94. PERNEA Larisa

Médecine

Bizuth

Salut, moi c'est Larisa !! Futur P1, je suis là pour toi, pour t'aider, t'écouter, t'épauler face à cette année difficile. Il n'y a pas de méthode de travail miracle, mais je serai là pour qu'on trouve la tienne le plus rapidement, c'est essentiel. En ce qui concerne la mienne, j'ai une mémoire visuelle, je travaillais seule chez moi, et je relisais beaucoup. Mes conseils t'aideront à éviter les erreurs que j'ai pu faire afin de gérer le S1 et exceller le S2, étant donné que c'est au S2 que j'ai remonté le NC (= vaste montagne) !! Toujours là pour toi, courage futur P1 !

95. PICAUVET Mathias

Médecine

Bizuth

Salut ! Moi c'est Mathias, et je suis passé bizuth. Pendant ma PACES, j'ai su tout de suite trouver la méthode de travail qui me correspondait, et je pense que c'est essentiel pour ne pas prendre de retard dès le début. J'essaierai donc de vous aider à trouver la méthode qui vous correspond le mieux, et de me rendre disponible pour vous aider à garder le moral et la meilleure organisation possible pendant cette longue année.

96. POENSIN Aurélie

Médecine

Bizuth

Passée bizuth, j'ai dû rapidement trouver une méthode de travail efficace car comme je faisais pas grand chose au lycée j'avais pas de vraie méthode de travail en arrivant en Paces

:) Il faut trouver à quel moment on est le plus efficace et savoir quand prendre des pauses (c'est aussi important qu'une bonne méthode de travail). Je serai là pour vous aider que ce soit sur votre méthode, votre organisation mais surtout pour vous booster car la motivation c'est le plus important cette année ^^

97. PRAS Benjamin

Médecine

Bizuth

Salut ! Je sais qu'il y a beaucoup de choix parmi tous ces parrains... Je vais essayer de me vendre le mieux possible ! Je m'engage à être vraiment disponible pour toi, tes questions sur les cours, la fac, tes petits problèmes, n'importe quoi, je serai là pour te répondre et au mieux t'aider. Au niveau de mon organisation, je ne suis pas un fan des plannings bien organisés, je fonctionnais plutôt au jour le jour, selon le degré d'apprentissage d'un cours. Si tel cours je le connais bien je le reverrai un peu plus tard, tandis qu'un autre que je dois encore maîtriser, je vais le voir plus régulièrement. J'allais aussi à tous les cours de la fac, ça m'aidait à comprendre, j'aimais bien prendre des notes sur mes cours. Je précise pour la fin que je suis passé primant et seulement avec le Tutorat. Voilà ! J'espère t'être utile en te donnant tous les outils, les bons conseils pour que tu réussisses.

98. RATEAU Lysa

Médecine

Carrée

Bonjour à toi futur PACES et bienvenue dans la merveilleuse famille de Lyon Sud ! Je m'appelle Lysa et je me présente en tant que marraine pour t'aider dans cette année qui va être remplie de challenges et de compromis. Je serai là pour t'expliquer mon organisation mais également pour t'aider à trouver la tienne ainsi que ta méthode, qui sera forcément la meilleure. Étant passée doublante, j'ai pu voir les erreurs à ne pas faire, et ce qui au contraire a été bénéfique. Tu pourras compter sur moi tout au long de cette année pleine de travail ;)

99. REAL Hugo

Médecine

Carré

Je suis passé carré et je peux t'aider sur l'organisation, faire des plannings de révision et répondre à tes questions. Je vais tout faire pour t'accompagner et que tu gardes la motivation au cours de cette année. Je peux t'apprendre à être efficace et à gérer le mieux possible ton temps de travail. La PACES est compliquée mais pas impossible donc avec la bonne méthode tu peux y arriver. Je peux répondre à tes questions en UE 1-2-3-4-5-6 et spé med.

100. RENIERS Emeline

Médecine

Bizuth

Bonjour, A toi qui lis ce paragraphe, je te souhaite la bienvenue en PACES, je te félicite pour ton BAC et te souhaite beaucoup de courage pour cette année. Tu vas sans doute passer par de nombreuses épreuves, la surcharge de travail, l'organisation, trouver sa méthode de travail, essayer de garder un minimum de vie au global, tout ça pour obtenir ce concours ! Ce sera une année très dure, très éprouvante, mais on en sort quelque chose. En tout cas, quel que soit ton état, si je suis ta marraine tu pourras me contacter dès que tu voudras ! Chez moi, la gestion des émotions a été particulièrement importante, je t'aiderai à garder ton calme et à trouver des méthodes pour avancer sans te laisser submerger. De même que si tu as besoin de voir quelqu'un je serai là. Pour ce qui est de la méthode de travail, j'ai beaucoup travaillé sur les cours de tutorat. Je faisais plusieurs lectures, en cours je surlignais les titres et sous titres pour commencer à structurer les idées (chaque titre avec différentes couleurs) et dans le texte ce qu'il me semblait important. Ensuite à chaque lecture je surlignais avec d'autres couleurs, ou je soulignais au Bic. A chaque fois, cela me permettait de faire bien attention à chaque mot, à chaque détail. Au S1, je faisais des fiches avec les formules d'UE 3 pour bien les retenir et je faisais aussi beaucoup d'exercices pour la partie méca/thermo/méca flu parce que ça me rappelait mes exos de physique de terminale. En UE1 j'ai essayé plein de moyens mnémotechniques pour retenir le max de noms et les mettre en cohérence. Je faisais des arbres pour structurer et en UE4 je faisais les exercices. En tant que PACES, je te conseille de lire plein de méthodes, et n'hésite pas à demander conseil au gens que tu croises, parce qu'on a tous notre méthode et c'est un mélange de tout ça qui fera que tu trouveras la tienne et que tu réussiras. Allez, bon courage, ne t'inquiète pas ça va aller, on va tout faire pour, et ne te décourage pas dès les premiers cours si tu n'y arrives pas, cela viendra avec le travail. Force et honneur, je crois en toi !

101. RIVET Emma

Médecine

Bizuth

Salut ! Je m'appelle Emma, je suis passée primante et pour ma PACES je me suis surtout fiée au tutorat et à mon parrain parce que je n'avais pas de prépa. Perso je bossais différemment d'une matière à une autre (même si en général je faisais des fiches) toujours avec le même rythme et je m'entraînais aussi très régulièrement. Mon rôle en tant que marraine serait de vous aider à travailler efficacement en vous donnant les conseils qui ont marché pour moi (organisation, methodo ou autre) mais chacun a sa propre manière de fonctionner donc mon but c'est aussi de m'adapter à vous pour vous aider au mieux à réussir. Je serai aussi dispo pour répondre à vos questions sur le fonctionnement des cours, des colles etc qui peuvent être déstabilisants au début. Le plus important selon moi est de rester motivé toute l'année, d'être exigeant envers soi-même sans pour autant se démoraliser quand les résultats ne sont pas à la hauteur de nos attentes. Vous aurez parfois des baisses de moral (on est tous

passés par là) mais je serai présente pour vous soutenir et vous remotiver. Alors croyez-en vous et en votre réussite, moi j'y crois déjà. A bientôt !

102. ROIRE Nicolas

Médecine

Carré

Ma méthode est une méthode de travail qui prône l'efficacité et non le quota horaire, la prise en compte de ses besoins, qui nécessite aussi bien son cerveau que son physique.

103. SERVY Emma

Médecine

Carrée

Je suis passée doublante en deuxième année de médecine. Pendant deux ans, je travaillais chez moi car j'avais besoin de calme pour me concentrer. Je faisais des plannings des cours à réviser dans la semaine. Pour apprendre mes cours le plus précisément possible, je les réécrivais sur une ardoise. Je serai disponible pour répondre à toutes les questions de mes filleuls, aussi bien liées à l'organisation, la méthode de travail, les cours ou l'hygiène de vie.

104. SILVIN Jules

Médecine

Carré

Ma méthode : un planning bien ficelé mais laissant quelques libertés, des entraînements, et surtout garder le moral !

105. SIREYZOL Alexia

Médecine

Carrée

Saluut, moi c'est Alexia, passée carrée, et pleine de conseils et d'idées pour t'aider ! Pendant toute mon année de carrée, je me suis juré qu'il n'y avait rien de pire que d'être carrée, alors petit PACES je ferai tout pour que tu passes bizuth. J'avais une très bonne méthode en bizuth, le seul bémol c'est que je m'en suis rendue compte trop tard. L'important c'est de s'y prendre dès le début, avec les bons conseils, la bonne méthode et aussi savoir s'entourer des bonnes personnes et savoir faire des pauses. Tout ça, c'est du travail sur soi (et aussi du travail tout court :)) mais sans aide c'est très difficile de s'en sortir. C'est pourquoi avoir une bonne marraine ou un bon parrain qui sait par quoi tu vas passer est primordial ! Je serai là

tout au long de l'année pour t'épauler et pour te montrer le chemin à suivre ! Alors à bientôt peut-être (le choix ne dépend que de toi ;) !

106. TESTORI Yann

Médecine

Bizuth

Salut jeune PACES, cette année tu vas devoir bosser, tu vas en baver (pire qu'un escargot), mais je serai là pour t'aider à t'organiser, t'aider dans tes cours, te soutenir moralement pour que tu maintiennes le cap et que tu traverses cette année victorieusement ! Oses-y croire !

107. TOLSY Matthieu

Médecine

Carré

Je suis passé carré j'ai donc plus de recul sur la PACES qu'un bizuth je pense. Je travaille énormément et je n'ai pas spécialement de facilité, c'est par mon travail que je dois ma réussite. Au niveau de la méthodologie, je faisais les matières difficiles le matin et les moins contraignantes le soir. Je passais en général 2h par matières peu importe celles-ci, je suis extrêmement lent lorsque j'apprends mais je n'ai pas besoin de plusieurs relectures, en général une seule me suffit (c'est à dire qu'en tout je fais 2 à 3 tours maximum sur mes cours) J'ai une petite préférence pour le S2.

108. VADE Sixtine

Médecine

Carrée

Passée carrée, ça a été une année compliquée surtout le premier semestre bizuth puisque je n'avais pas encore ma méthode (que je pensais avoir après la terminale), les mauvais classements et la fatigue ont aussi beaucoup joué. C'est qu'au deuxième semestre que la méthode s'est mise en place avec la volonté de me montrer à moi-même que je pouvais y arriver et battre les autres.

109. VINCENT Emilien

Médecine

Bizuth

Au début j'avais surtout une mémoire écrite, genre j'avais besoin de réécrire mes cours plusieurs fois avec tous les détails puis de les reprendre, par exemple je prenais le titre d'une partie puis j'écrivais tout ce que je savais dessus. Et vers la fin du S2 genre 1/2 semaine avant les révisions, j'ai commencé à avoir une mémoire plus visuelle, c'est à dire de juste avoir

besoin de lire les cours et de les répéter genre sans les réécrire. Sinon je suis rarement allé en cours au S1 et quasi pas du tout au S2. Je n'étais pas assez concentré pour écouter alors je préférais travailler les cours seul.

110. VIRGA Axell'

Médecine

Carrée

Holà ! Moi c'est Axell' et je suis passée en tant que carrée. En PACES il est très important de trouver rapidement un bon rythme de travail ainsi qu'une méthode de travail efficace pour assimiler rapidement les cours ! Durant ces 2 ans j'ai su développer ces compétences ! Donc toi futur(e) P1 même si tu te sens complètement largué(e) face à cette nouvelle année, je serai là pour te guider et te soutenir moralement (car tu en auras besoin :p). Tu pourras toujours compter sur moi, le jour comme la nuit. MA DEVISE : LE TRAVAIL PAYE TOUJOURS !!! La bise ! <3

Ta future marraine