

L'Envol vers la Réussite :

Guide complet pour
la prépa



Méthodes de Travail, Conseils et Réussites

L'aigle en prépa

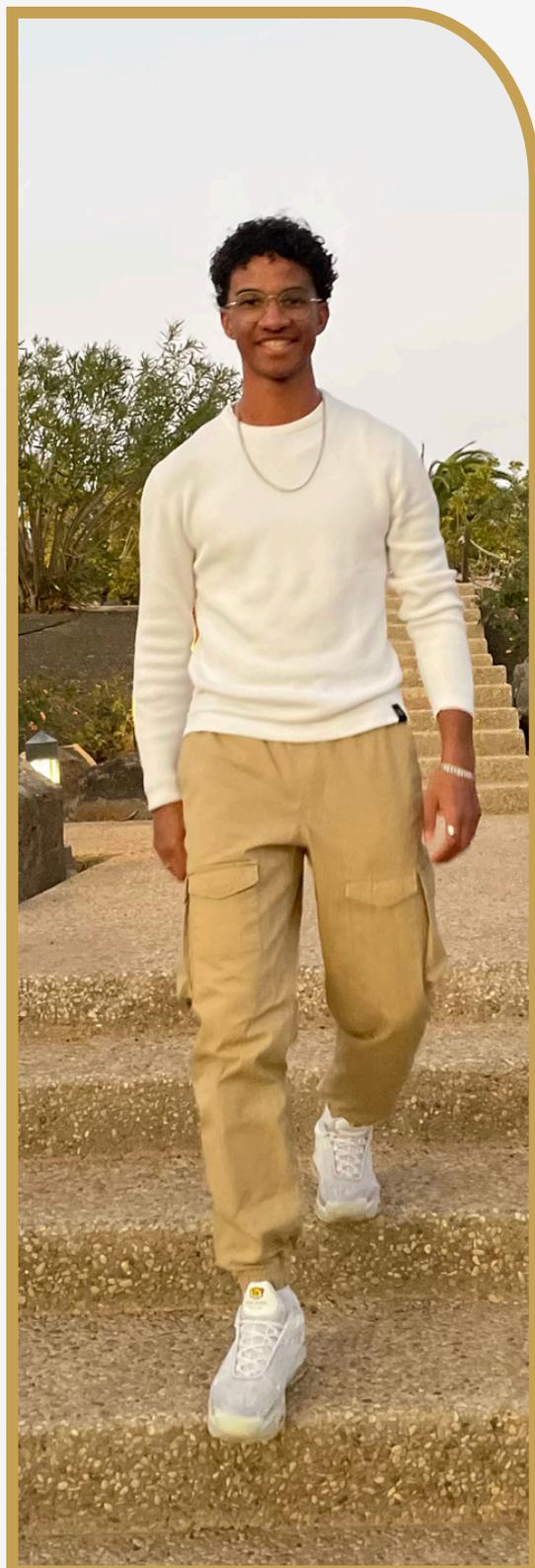
01

POURQUOI JE FAIS CET E-BOOK

BONJOOOOUUUUURRRR tout le monde, et bienvenue sur mon E-Book. Aujourd'hui, vous allez enfin découvrir cet E-book qui me tient à cœur. Je l'ai intégralement rédigé pour vous aider, vous ma communauté, à **réussir vos années en prépa !**

« Je ne perds jamais. Soit je gagne, soit j'apprends. » Nelson Mandela

C'est exactement cette philosophie qui a guidé chacune de mes étapes en prépa. Chaque obstacle que j'ai rencontré m'a permis de grandir, et chaque difficulté est devenue une occasion d'apprendre et de progresser. Ce que je vais te transmettre dans cet e-book, **ce ne sont pas seulement des méthodes et des conseils, c'est un véritable état d'esprit pour réussir.**



POURQUOI DOIS-JE LIRE CET E-BOOK ?

C'est sûrement la question que tu te poses, et si tu es là, c'est que **tu as envie de réussir et d'apprendre à maximiser tes chances** pendant tes années de prépa. Si c'est le cas alors tu es bien tombé car cet E-Book a été créé pour :

- 1) Répondre aux questions clés sur la prépa
- 2) Partager les leçons tirées de mon propre parcours
- 3) Gérer les moments de doute et rester motivé
- 4) Adopter des méthodes efficaces d'organisation et de gestion du temps
- 5) Découvrir des outils pratiques pour booster ta productivité
- 6) Maîtriser des techniques de relaxation et de gestion du stress
- 7) Adopter une mentalité d'aigle pour rester déterminé 🦅
- 8) Trouver un équilibre entre travail, repos et vie personnelle
- 9) Explorer les parcours possibles après la prépa
- 10) Faire les bons choix pour ton futur
- 11) Ne pas te sentir seul(e) dans cette aventure
- 12) Gagner en confiance à travers des exemples inspirants
- 13) Découvrir les expériences et méthodes d'autres étudiants
- 14) **Réussir ta prépa avec succès !**



03



QUI SUIS-JE ?

Tout le monde m'appelle « **L'aigle en prépa** », mais moi, c'est **Maxence**, un étudiant comme toi, mais qui a décidé de partager son aventure sur YouTube, **le 3 septembre 2022**, et depuis, vous avez été nombreux à me suivre, à m'encourager, et à faire grandir cette communauté. Si aujourd'hui je partage cet e-book avec vous, c'est pour vous **remercier** et pour transmettre tout ce que j'ai appris pendant ces années.

J'ai commencé à partager mon quotidien en prépa avec une seule idée en tête : **garder une trace** de cette expérience incroyable. Mais rapidement, ma chaîne est devenue **une véritable communauté d'entraide**, grâce à vous tous, qui m'avez encouragé quand j'avais envie d'abandonner. C'est pour cela que Prép'Aide est né, pour créer **un véritable guide, rempli de conseils concrets, d'outils pratiques, et de motivation** pour vous redonner ce que vous m'avez donné.



MON PARCOURS

Je n'étais pas forcément destiné à entrer en classe préparatoire. Comme beaucoup d'entre vous, j'ai douté, j'ai fait face à des difficultés, et j'ai remis en question mes capacités. Mais à force **de travail, de rigueur et de détermination**, j'ai été accepté en **PCSI** au lycée Marcelin Berthelot, puis j'ai réussi à passer en **PSI***, une filière plus exigeante.

En prépa, les moments difficiles ne manquent pas, surtout en deuxième année. Mais ce qui m'a poussé à **ne jamais abandonner**, c'est l'envie de vous prouver qu'avec la bonne mentalité (celle de l'aigle) et une organisation solide, on peut **réaliser ses rêves**. C'est ainsi que j'ai intégré une école prestigieuse comme **Télécom Paris**, et aujourd'hui, je suis fier de dire que je suis un Télécomien. L'objectif de cet E-Book et de ma chaîne, c'est **que vous aussi vous soyez fier de vous après votre prépa !**

05



MON ÉTAT D'ESPRIT ET MA MÉTHODE

Pour réussir en prépa, je n'ai pas simplement accumulé des heures de travail. La clé de ma réussite, c'était une combinaison entre une organisation méthodique, une mentalité d'acier et la capacité à toujours garder le bon équilibre entre travail et repos. Voici ce qui m'a aidé à tenir pendant ces années :

UN ÉTAT D'ESPRIT D'AIGLE 🦅

Mon surnom, “l'aigle en prépa”, ne vient pas de nulle part. L'aigle est un oiseau qui **vole au-dessus des tempêtes**, qui garde toujours un œil sur son objectif, et qui ne recule jamais devant l'adversité. C'est cet état d'esprit que j'ai adopté en prépa : **voler haut**, au-dessus des obstacles, avec une vision claire de mon objectif final. Tu devras traverser des tempêtes, mais en gardant **cette mentalité d'aigle**, tu sauras toujours pourquoi tu te bats. 🦅

UNE ORGANISATION MILLIMÉTRÉE

La prépa est une course contre la montre. Si tu veux réussir, tu dois être organisé(e) à la minute près. Dans les pages suivantes, je vais te donner des **méthodes concrètes** pour optimiser ton temps, mais sache déjà que **la régularité est la clé**. Pas besoin de travailler 12 heures par jour si tu n'es pas régulier(e) ou si tu travailles de manière désorganisée. Ce qui fait la différence, c'est la capacité à **travailler intelligemment**.

L'ÉQUILIBRE ENTRE TRAVAIL ET REPOS

Beaucoup pensent que la prépa, c'est sacrifier tout le reste de sa vie. Moi, je pense que **l'équilibre est essentiel**. Tu ne peux pas donner le meilleur de toi-même si tu t'épuises mentalement et physiquement. C'est pourquoi, dans cet e-book, je te parlerai aussi de **techniques de relaxation, de gestion du stress**, et de l'importance de maintenir **une activité physique**.

LA PERSÉVÉRANCE AVANT TOUT

Ce n'est pas une question de talent, mais de **persévérance**. Tu ne réussiras pas en une seule fois, et c'est normal. En prépa, tu apprendras plus de tes échecs que de tes réussites. Chaque échec est une **opportunité d'apprendre** et de progresser. Si tu gardes en tête que chaque difficulté te rapproche de ton objectif, tu ne baisseras jamais les bras.

06

COMMENT EST STRUCTURÉ CET E-BOOK ?

Que tu sois **en première année (SUP)** ou **déjà en deuxième année (SPE)**, ce guide est là pour t'accompagner dans cette aventure exigeante mais passionnante. La prépa, c'est une course d'endurance où chaque étape compte, et ce livre est conçu pour t'aider à garder le cap, à rester motivé et surtout à réussir. 🏔️

Dans cet E-Book, tu trouveras des **conseils pratiques** pour t'adapter au rythme de la prépa, qu'il s'agisse de **gérer ton emploi du temps, d'organiser tes révisions ou de maintenir un équilibre entre travail et bien-être**. Parce que réussir en prépa, ce n'est pas seulement travailler dur, c'est aussi travailler intelligemment.

Nous aborderons **des méthodes de travail spécifiques pour chaque matière** : Maths, Physique, Chimie, Informatique, Français, et même les langues. Chaque discipline demande une approche adaptée, et je te partage ici mes stratégies personnelles pour optimiser tes révisions, réussir tes DS, et briller en khôlles.

La motivation est la clé pour tenir sur la durée. Je te propose **des astuces** pour garder le cap face aux moments difficiles, **gérer le stress**, et retrouver de l'énergie quand la pression devient trop forte.

Enfin, la préparation des concours est une étape cruciale. Ce guide te donnera **les outils pour réviser efficacement**, mais aussi des conseils pratiques pour organiser la logistique des concours : planification, trajets, logements, et repos.

La Prépa :

Introduction :

1. Qu'est-ce que c'est ? Pourquoi y aller ?.....p12
2. Quel est le fonctionnement de la prépa ?.....p13
3. Vivre la prépa : Mon expérience.....p15
4. Quel profil pour réussir en prépa ?.....p17
5. Comment obtenir la MENTALITÉ D'AIGLE 🦅?....p18
6. Que faire pendant les vacances?.....p21
7. Bon voyage vers l'enfer.....p23

La SUP :

1. S'adapter au rythme intense de la prépa.....p26
2. Mon Organisation.....p29
3. Mes Méthodes de Travail.....p34
 - i. Mathématiques
 - ii. Physique
 - iii. SI
 - iv. Chimie
 - v. Informatique & Anglais
 - vi. Français
4. Mes Bulletins.....p48
5. Maintenir la motivation.....p49
6. Équilibre entre la prépa et la vie personnelle.....p53
7. En route vers la spé.....p55

La SPÉ:

1. S'adapter au rythme de la Spé.....p59
2. Mes nouvelles méthodes en Spé.....p63
 - i. Mathématiques
 - ii. Physique
 - iii. SII
 - iv. Chimie
 - v. Français
 - vi. Anglais
 - vii. Mon Bulletin
3. Vie social, week-end, vacances.....p83
4. Direction les concours.....p85

Les concours:

1. Informations importantes.....p88
2. Les semaines de révisions.....p90
3. L'ultra importance du repos.....p93
4. Gérer le stress.....p96
5. Jour J.....p99
6. Les résultats d'admissibilités.....p103
7. Les Oraux.....p110
8. TIPE.....p113
9. Les résultats des admissions.....p115

L'école d'ingénieur :

1. La vie en école d'ingénieur.....p122
2. Désormais c'est ton envol !.....p129

La Prépa:

Se préparer pour
les concours 🏆

