

Rapport de fin de séjour

Suède | Erasmus+

BTH – Blekinge Tekniska Högskola
Karlskrona

23 août 2023 – 14 janvier 2024

BELLAHCENE Yanis



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



IUT
ANNECY
UNIVERSITÉ SAVOIE
MONT BLANC



Remerciements

Je souhaite remercier l'équipe ILC de l'IUT d'Annecy pour m'avoir permis de réaliser cet échange universitaire et de découvrir une autre face du monde.

Je remercie également ma famille qui ont pu me faire confiance pour partir à l'étranger tout seul.

Et je souhaite également remercier la région Auvergne-Rhône-Alpes pour m'avoir aidé financièrement à réaliser cet échange, car sans eux je n'aurai jamais pu découvrir la suède dans son ensemble.

Vie pratique

Pour voyager en suède et accéder aux différents services que propose le pays (telle que les salles de sports, universités, abonnements de téléphonie...), vous devez posséder un numéro de sécurité social Suédois, l'obtention de ce numéro est très simple puisque c'est l'université de réception qui s'occupe de la création du dossier et nous l'envoie. Dans mon cas et dans le cas de plusieurs étudiants qui font un échange universitaire de moins de 1 ans, l'université vous attribue un numéro temporaire d'une durée de 6 à 12 mois maximum. Ce numéro de sécurité social doit être accompagné de votre Carte d'identité française ou un passeport à des fins de vérifications (je vous recommande de prendre les deux en cas de perte de l'un des deux).

Pour ce qui est du logement, vous avez plusieurs choix : résidences universitaires, campus étudiants ainsi que collocations. Dans mon cas j'ai choisi de faire une collocation car je suis parti avec un ami. Pour notre type d'habitat on est allé chez des propriétaires d'une maison qui possédait deux étages et qui proposait le second en collocation. La propriété était située à Lyckeby et 15 minutes du lieu de nos études. Les propriétaires étaient très accueillants, et à notre disposition quand nous avions besoin de quelque chose. La collocation possédait deux chambres, un grand salon, une cuisine tout équipée, ainsi qu'une salle de bain avec machine à laver et sèche-linge, le tout pour 300€ par mois par personnes. Ce qui était vraiment incroyable pour le prix que c'est. Si vous voulez plus d'informations pour les autres types de logements, je vous recommande ce site qui permet d'avoir plein d'information sur le logement dans la ville de Karlskrona : <https://bthstudent.se/en/ny-student-2/bostad-bidrag/>

Ensuite nous avons la gestion de l'argent, et premier point important, la devise en suède sont les couronnes Suédoises. Au moment où j'écris ce rapport, 1 euro est égale à 0,089 Krona. Et cela va à votre avantage car avec la conversion, cela vous revient moins cher ! Ensuite pour ce qui est des transactions, 90% des paiements se font par carte bancaire, mais on vous conseille de prendre 200 Krona (environ 20 euros) en liquide au cas où. Et pour ce qui est des frais de transactions, pour ma part, ma banque (LCL) possède une option pour les étudiants qui permet justement de supprimer ces frais internationaux pour seulement 2€ par mois.

En suède, le pays possède aussi une assurance maladie, d'ailleurs si vous avez une carte d'assurance maladie européenne (la demande est gratuite), vous pourrez l'utiliser là-bas pour couvrir vos frais de santé. En ce qui concerne Karlskrona, la ville possède un hôpital de taille régionale et si vous avez des petits soucis de santé, il y a des cliniques en dans l'arrondissement de Karlskrona.

Bien évidemment la chose la plus importante lors d'un voyage, c'est le forfait mobile. Mon forfait mobile était équipé d'une option permettant d'utiliser ma connexion 4G à l'étranger ainsi que de téléphoner/envoyer des SMS dans le pays ainsi que vers la France. Donc aucun souci de ce côté-là. Le problème de forfait mobile commencera à arriver au bout de 3/4 mois de séjour, car une loi européenne est mise en place afin d'éviter d'utiliser un forfait mobile dans un autre pays autre que celui résidé, on appellera ça un « usage non raisonnable ». Ducoup dès que j'ai reçu cette notification de mon opérateur,

j'ai fait le choix de prendre une carte SIM prépayé, il est impossible de prendre un forfait sans engagement (comme Telia, 3...) car vous devez posséder un numéro de sécurité non temporaire. Ducoup ce que j'ai fait, c'est que j'ai acheté une carte SIM LycaMobile avec une offre de 3 mois pour 40 Go, appels SMS illimités au bout de mon 3^e mois de séjour. Cela m'a couté au total 30€, ce qui est très raisonnable.

Maintenant passons au point principal qui est la vie universitaire. Pour notre échange, nous sommes allés à BTH (Blekinge Tekniska Högskola), qui est l'une des grandes écoles d'ingénieurs de la région de Blekinge. Pour ce qui est du système éducatif, c'est totalement différent de celui de la France. Contrairement en France où vous choisissez un parcours et devez suivre des cours imposés, en Suède vous avez la possibilité de choisir vos cours, chaque cours complété vous donne des crédits ETCS, ce qui vous permettra par la suite d'accéder à de nouveaux cours qui nécessite un certain nombre de crédit dans un domaine. Dans mon cas il me fallait 30 ETCS pour passer le semestre. Au niveau de la notation, c'est différent aussi, pas de notes sur 20, mais un système de graduation American (donc notes avec les lettres A à F). Il y a deux types de notations, il y a les notations graduées où vous devez avoir E minimum pour valider la matière (correspond à un 10/20) et où vous pouvez atteindre la note A (correspond à un 20/20), et il y a les notations « Pass or Fail » où vous ne pouvez pas obtenir une meilleure note que G (Pass). Si vous obtenez une note F ou U, pas de panique car vous avez la possibilité de passer des rattrapages, 3 mois et 6 mois après votre échec. Dans mon cas j'avais raté un examen où il fallait obtenir la note E que j'ai pu réussir à la seconde chance. Au niveau du déroulement des cours, c'est un peu spécial, car chaque cours peut être organiser à la façon du professeur, c'est-à-dire que parfois un professeur peut faire cours tout le temps, ou peut aussi laisser l'étudiant travailler seul en lui donnant que des supports numériques. Au niveau de la relation professeurs-étudiant, ce n'est pas du tout comme en France, où le professeur à un rôle plus élevé que l'élève, en Suède on est à un niveau égalitaire, les professeurs ainsi que les élèves partagent leurs connaissances afin de pouvoir évoluer des deux côtés. Aussi les professeurs aiment beaucoup recevoir un feedback à chaque fin de cours afin de pouvoir améliorer leur cours pour les futurs étudiants qui sélectionnerons ce cours. Pour ce qui est des cours, leur durée est de 2/3 mois maximum. A part les cours, BTH vous propose de nombreux dispositifs afin de vous aider dans votre échange. Il y a tout d'abord la bibliothèque universitaire, c'est l'endroit phare des étudiants pour travailler, vous avez à disposition beaucoup de salles de travail avec tableaux ainsi de TV pour vous aider. Vous pouvez aussi travailler un peu partout dans l'université car il y a plein d'espace de travail disponible, en plus de ça vous pouvez y aller quand vous voulez (24h/7J), Eh oui c'est l'avantage de cette université qui est ouverte tout le temps. Si vous êtes dans l'informatique, l'université possède un Labo informatique où vous pouvez connecter votre PC à de grands écrans, très utile pour coder. Et sinon l'université est très ouverte au niveau d'un sport où vous pouvez avoir un aménagement de l'emploi du temps ainsi qu'un conseiller qui vous aidera au niveau de la nutrition, stress et études. Le plus dans tout ça c'est qu'il n'est pas nécessaire d'obtenir le grade « sportif de haut niveau » comme en France.

Et enfin il y a la vie quotidienne, les Suédois sont très ouverts et très sympathiques. Si vous voulez commencer la discussion avec un Suédois, commencer à parler de la météo d'aujourd'hui (oui je ne rigole pas c'est vraiment vrai il adore parler de ça), et par la suite il deviendra votre meilleur ami. Pour

ce qui est du rythme de vie, ils font les choses plus tôt que nous, surtout le soir où ils mangent à 17/18h (car la nuit tombe très vite là-bas en saison hivernale), et d'ailleurs c'est le point négatif car les restaurants/commerces ferment plus tôt. D'ailleurs, on vous conseille d'être très matinal. Pour ce qui est des transports, pour 40€ par mois, vous pourrez prendre le bus dans toute la commune de Karlskrona. Seul point négatif, il n'y a que des bus de nuit le vendredi ainsi que le samedi. Donc si vous avez quelque chose de prévu à Karlskrona et que vous y habitez dehors, préparez-vous à utiliser un vélo à 3h du matin. Et en parlant de vélo, vous pouvez aussi rouler dans toute la commune à vélo avec ses pistes cyclables et avec la possibilité de louer en libre-service ou alors en demandant à l'université de vous en fournir un en échange d'une caution. Pour ce qui est de la nutrition, vous retrouverez des produits comme en France et moins cher, donc cuisiner chez soi n'est pas une mauvaise idée, cependant ne prenez pas de produit importé de France car le prix est aberrant (5€ pour du cœur de lion). Sinon vous avez la possibilité de manger dans des cafés ou des restaurants, et personnellement je vous conseille le Max Hamburger, c'est une chaîne de fast Food comme Burger King, mais qui possède de nombreux menus, de nombreuses options végétariennes pour un prix très intéressant. A Karlskrona vous avez la possibilité d'effectuer de nombreux loisirs, dans mon cas j'ai choisi d'effectuer de la natation comme j'avais déjà un très bon niveau, cela m'a permis de pouvoir réaliser une compétition et en arrivant 2 fois à la seconde place. Sinon en dehors de ça vous avez la possibilité d'aller à la salle de sport qui est très complète notamment à Wellness Studio que je vous conseille franchement. Pour ce qui est de la vie nocturne, les bars ferment très vite comme les boîtes de nuit (2h du matin maximum). Mais ça ne vous empêche pas de faire des karaokés avec vos amis que vous rencontrerez durant votre échange, c'est le cas de moi qui ai chanté sur du Toxic de Britney Spears.

Bilan et suggestions

Après avoir passé 5 mois en suède, j'en fais un bilan extrêmement positif à un point que ça a été la meilleure expérience dans ma vie jusqu'à présent. Au début du voyage il y avait un peu la difficulté d'engager la discussion auprès des personnes, car j'étais très intraverti au départ et je craignais mal m'exprimer, mais cela s'est vite amélioré au bout de trois semaines, j'ai su m'adapter et à engager la discussion. Mes projets personnels et professionnels n'ont pas évolué mais je dirai plutôt que ce séjour m'a ouvert une porte pour de potentiels projets professionnels, ainsi que personnelles. Tout d'abord professionnel, l'anglais me permettrait d'avoir une bonne communication si je devais travailler à l'étranger, de plus je suis plus à l'aise de voyager tout seul. Ainsi que personnel, avant je n'aimais pas voyager, car j'allais uniquement à des destinations de types plages, soleil... Mais le fait de partir dans un pays et de voyager dans toute la Scandinavie en toute liberté, m'a donné envie de découvrir encore plus de pays et de cultures tout en faisant des rencontres incroyables.

Bien évidemment un voyage dans un autre pays pendant 5 mois ne se fait pas en un claquement de doigts, avant tout ça, notre établissement d'envoi à organiser 3 réunions, la première étant une introduction au programme Erasmus+ , la seconde un intervenant d'une université étrangère afin de nous expliquer les différences de cultures (c'est très important), et enfin une préparation au TOIEC. Après ce test réalisé et passé à succès, vous devez choisir un établissement où vous devrez effectuer votre échange, personnellement pour département de l'université m'a fourni un Excel avec les universités avec laquelle elles ont un accord. Et enfin l'université vous aidera afin de recenser toutes les aides financières possible comme celle de la région Auvergne-Rhône-Alpes. Et par la suite c'est au tour de l'université d'accueil qui vous fera un topo sur l'accueil. Dans mon cas à BTH, l'université nous a donné toutes les informations nécessaires ainsi que les dépenses lors du séjour à l'étranger. Et après que tout est organisé (billet d'avion, contrat de location...) vous pouvez partir et profiter du séjour. Avant mon départ, je n'ai jamais pris contact avec des étudiants de l'établissement d'accueil, je n'en ai pas eu l'idée puisque je partais avec un ami, mais je pense que ce serait bien de pouvoir en effet avoir un contact de l'établissement d'accueil qui permettra par la suite de vous guider au départ afin d'en pas être perdu.

Si je devais repartir à l'étranger un jour pour un nouvel échange ou une expérience professionnelle, je pense que j'essaierai de me faire des amis très rapidement, car c'est très important d'avoir des contacts proches de soi. Il y a un truc cependant qui est très important et que je suis très content d'avoir évité cela, c'est de rester qu'entre français, ne faites surtout pas cette erreur, certes c'est bien d'avoir quelques amis français car on se sent plus à l'aise, mais le but d'un échange est de se faire des connaissances dans tout le monde entier, pour ma part j'ai pu rester en contact avec des Allemands, des Roumains, des Italiens, des Suédois, un Néerlandais, un Singapourien, et même un Japonais. Cela peut être super si vous souhaitez visiter le pays de votre ami. Et cette erreur là c'est produit mais chez les Espagnols de notre campus, on ne les croisait jamais, ils faisaient leurs trucs dans leurs coins et étaient très mal vu. Donc si un jour vous partez à l'étranger, ne craignez pas d'engager une

discussion avec une personne qui parle une autre langue, au contraire il n'y aura que du positif par la suite !

C'est à peu près tout pour mon bilan qui est plus que positif. Pour ce qui est des suggestions, je pense qu'il y en a une qui pourrait être pas mal et surtout au niveau de l'intégration, durant mon échange, une personne de mon université à elle aussi effectué un échange universitaire dans le même établissement d'accueil que moi. Le souci c'est qu'il était très intraverti et ne souhaitait pas trop participer aux activités de groupes. D'ailleurs je pense que ce sera pas mal par exemple de faire mettre en place des groupes de deux ou trois personnes avec par exemple un petit programme d'intégration à réaliser en équipe afin d'avoir des connaissances au début du voyage et par la suite agrandir son cercle d'amis. Mais sinon à part ça, je trouve que le programme est très complet et nécessite très peu de changements.