

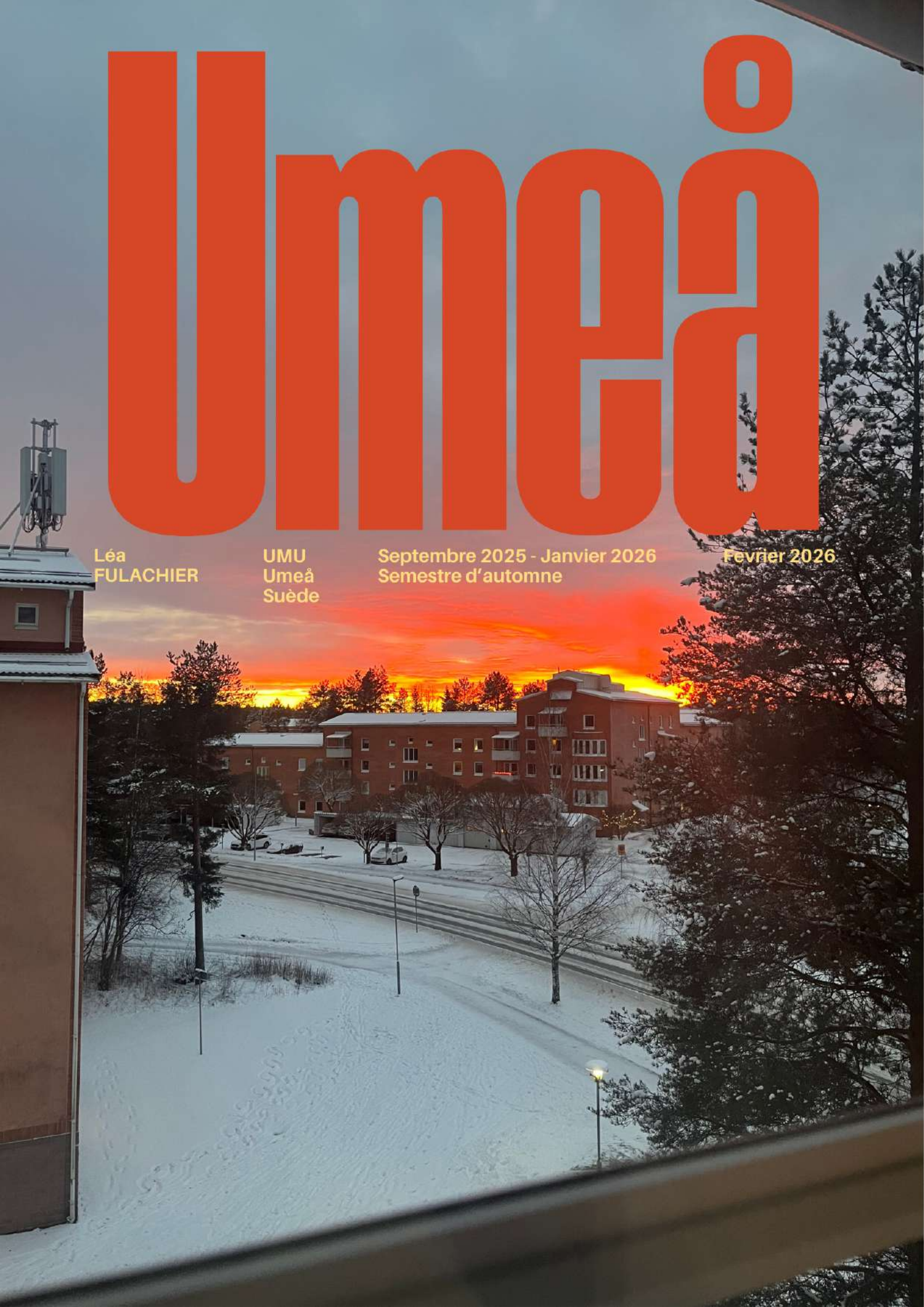
# Umeå

Léa  
FULACHIER

UMU  
Umeå  
Suède

Septembre 2025 - Janvier 2026  
Semestre d'automne

Fevrier 2026





# Sommaire

Motivation et attentes

Umeå

Culture Suédoise

Enseignement et vie à l'école

Expérience extra-scolaire

Conclusion

Annexes

## Motivation et attentes

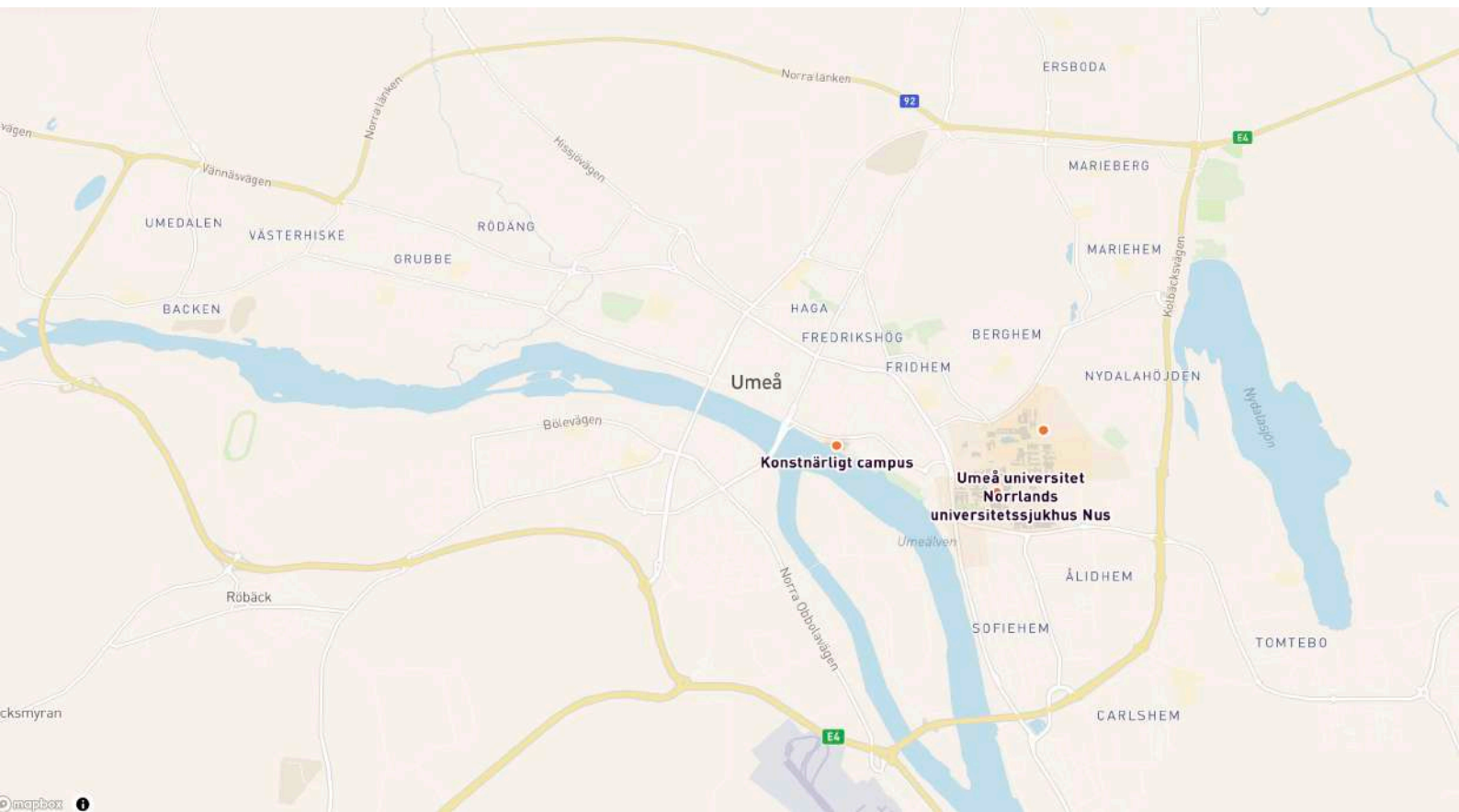
Ayant toujours vécu dans le sud de la France, j'étais à la recherche de nouvelles expériences et de nouvelles façons de vivre, afin de nourrir ma curiosité en tant qu'architecte. J'ai donc choisi de partir dans un pays scandinave, où le climat, les modes de vie et l'architecture diffèrent radicalement de ceux du sud de la France.

J'avais également candidaté pour la Norvège, mais c'est finalement en Suède que j'ai été acceptée, ces deux destinations correspondaient pleinement à mes attentes.

J'ai aussi été motivée par le fait que l'ensemble du cursus de cette école se déroule en anglais, ce qui me permettrait non seulement d'améliorer ma pratique de la langue, mais surtout d'acquérir une meilleure maîtrise du vocabulaire architectural dans cette langue.



# Umeå



Umeå est la plus grande ville étudiante de Suède, située à 600 km de Stockholm. Elle est constituée de deux campus universitaires : le campus principal à l'est et le campus artistique en bord de fleuve, vers le centre-ville.

La ville dispose d'une gare ferroviaire en centre-ville ainsi que d'un aéroport au sud, très facilement accessible grâce aux lignes de bus. S'il est possible de circuler en voiture, le centre-ville est piétonisé et le reste de la ville est équipé de pistes cyclables, faisant du vélo le moyen de déplacement le plus agréable et le plus répandu.

Lorsqu'il neige certains espaces comme le centre-ville ou les universités ont leur sol extérieur chauffé pour éviter le verglas.

# Culture suédoise

## La journée, mais surtout la nuit

J'ai effectué mon semestre d'automne à Umeå, de septembre à janvier.

Le premier mois, l'ensoleillement quotidien était légèrement plus court qu'en France mais, les températures étant nettement plus basses, cela donnait simplement l'impression d'être en début d'hiver.

En revanche, l'ensoleillement a diminué très rapidement les mois suivants, atteignant environ 4 heures par jour en novembre. Ces mois là, la nuit tombe dès 14h, ce qui peut parfois déstabiliser. On n'y est pas habitué, mais pas de panique : les Suédois sont bien préparés. En effet, il y a des éclairages absolument partout, jusque dans les forêts si vous souhaitez vous promener en après-midi. Globalement, la vie quotidienne s'y déroule tout à fait normalement.

### Septembre - 2025

Si vous voulez voir les heures auxquelles le lever et le coucher du soleil, [cliquez ici](#).

L	M	M	J	V	S	D
14:47	14:41	14:34	14:26	14:21	14:15	14:08
8	9	10	11	12	13	14
14:03	13:56	13:50	13:43	13:37	13:30	13:25
15	16	17	18	19	20	21
13:18	13:12	13:05	12:59	12:52	12:47	12:40
22	23	24	25	26	27	28
12:53	12:27	12:30	12:15	12:08	12:02	11:55
29	30					
11:49	11:42					

### Octobre - 2025

Si vous voulez voir les heures auxquelles le lever et le coucher du soleil, [cliquez ici](#).

L	M	M	J	V	S	D
			11:37	11:30	11:24	11:17
6	7	8	9	10	11	12
11:04	10:58	10:52	10:46	10:39	10:33	10:27
13	14	15	16	17	18	19
10:20	10:14	10:07	10:01	09:54	09:48	09:42
20	21	22	23	24	25	26
09:35	09:29	09:22	09:16	09:10	09:03	08:57
27	28	29	30	31		
08:51	08:44	08:38	08:32	08:26		

### Novembre - 2025

Si vous voulez voir les heures auxquelles le lever et le coucher du soleil, [cliquez ici](#).

L	M	M	J	V	S	D
					08:19	08:12
3	4	5	6	7	8	9
08:06	08:00	07:54	07:47	07:41	07:34	07:28
10	11	12	13	14	15	16
07:22	07:16	07:10	07:04	06:57	06:51	06:45
17	18	19	20	21	22	23
06:38	06:34	06:27	06:21	06:15	06:10	06:04
24	25	26	27	28	29	30
05:58	05:53	05:48	05:42	05:37	05:32	05:26

### Décembre - 2025

Si vous voulez voir les heures auxquelles le lever et le coucher du soleil, [cliquez ici](#).

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
05:21	05:16	05:12	05:07	05:02	04:59	04:54
8	9	10	11	12	13	14
04:51	04:46	04:43	04:40	04:36	04:33	04:31
15	16	17	18	19	20	21
04:28	04:26	04:24	04:22	04:21	04:20	04:19
22	23	24	25	26	27	28
04:18	04:18	04:17	04:18	04:19	04:20	04:21
29	30	31				
04:22	04:23	04:25				

Qui dit nuit en Suède dit aussi : aurores boréales. Pour en observer, trois conditions sont nécessaires : une nuit bien noire, une absence de nuisances lumineuses, et être là au bon moment.



Pour savoir si les conditions sont réunies, je vous conseille de télécharger l'application *My Aurora Forecast* ou de rejoindre des groupes Facebook de chasseurs d'aurores, qui vous indiqueront les meilleures soirées.

Pour observer le phénomène sans pollution lumineuse, le lac Nydalasjön est un excellent spot, accessible à pied ou à vélo. Mais j'ai aussi pu en apercevoir depuis mon balcon à Ersboda. Donc si vous êtes proche d'une forêt, c'est tout à fait envisageable.

## La nourriture

La Suède étant un pays nordique, la culture maraîchère y est peu développée. Cependant, c'est un pays qui importe énormément, et vous pouvez y trouver de tout à toute période de l'année, bien que les prix soient plus élevés qu'en France.



En matière de pâtisseries traditionnelles, les Suédois sont très friands de biscuits et de gâteaux, comme le Kanelbulle, à essayer absolument.

En ce qui concerne les plats, il n'existe pas vraiment de cuisine traditionnelle très élaborée, à l'exception du Köttbullar : des boulettes en sauce servies avec de la purée de pommes de terre et de la confiture.

L'eau est potable partout. Côté boissons, elles sont en majorité sans sucre, je vous conseille de tester le Trocadero et le Julmust, une boisson qui sort spécialement à Noël.

Ayant eu la chance d'être sur place avant Noël, j'ai pu profiter de quelques animations. On trouve de nombreux stands proposant des biscuits et du Glögg, sorte de vin chaud traditionnellement sans alcool.

L'alcool est très règlementé en Suède je vous conseil de vous renseigner un peu.



## La langue

En Suède, la langue officielle est le suédois, une langue quasi impossible à comprendre à l'oral lorsqu'on n'en a aucune base. En revanche, il est assez fréquent de reconnaître des mots écrits proches du français, ce qui s'avère pratique au quotidien, notamment lors des courses. Il existe en réalité de nombreux termes similaires entre les deux langues, mais leur prononciation étant radicalement différente, la compréhension orale reste très difficile.

Cela dit, cela ne pose généralement aucun problème, car en Suède, absolument tout le monde parle anglais couramment, des enfants aux personnes les plus âgées.

De plus, l'ensemble du cursus scolaire à l'université se déroule en anglais.

Le français, quant à lui, est très peu répandu, personne ne vous y parlera dans cette langue, car il existe une sorte de convention implicite où l'anglais est la langue commune permettant à tout le monde de se comprendre, quelle que soit sa nationalité d'origine.

Je vous conseille donc d'arriver avec un bon niveau d'anglais, idéalement B2 ou supérieur.

À titre personnel, j'étais la seule Française de mon studio, et nous n'étions que 4 français dans toute l'école, toutes années confondues. Cela laisse peu de marge pour se reposer sur sa langue maternelle en cas d'incompréhension, mais c'est aussi ce qui rend l'expérience particulièrement enrichissante sur le plan linguistique.

## La vie social

Lors d'une présentation de la vie étudiante dans les premiers jours, nous avons eu droit à une présentation spéciale sur la socialisation en Suède. En effet, il existe des préjugés assez tenaces sur ce sujet, les Suédois étant souvent perçus comme des gens froids et peu ouverts aux autres.

Au terme de mon échange, je ne partage pas ce point de vue. Les Suédois ont en réalité une façon de socialiser très différente de celle des Sud-Européens, ce qui peut surprendre au premier abord. À Marseille, par exemple, il suffit de discuter quelques instants avec quelqu'un pour avoir envie de l'inviter à prendre un verre, à faire du sport ou à partager un moment, et c'est souvent ainsi que naissent les amitiés.

En Suède, tout le monde sera très avenant avec vous dès le départ : les gens seront là pour vous aider ou vous conseiller, mais ils s'arrêteront là dans un premier temps. Ils ne vous proposeront pas spontanément de manger ensemble, de prendre un verre ou de faire une activité. Ne le prenez pas mal : même entre eux, ils ne fonctionnent pas vraiment en groupes fixes, comme on peut en trouver à l'ENSA de Marseille. Proposer quelque chose à quelqu'un représente pour eux une forme d'intrusion, une crainte de "déranger" l'autre.

Pas de panique, ce sont des relations qui se construisent avec le temps. J'ai pu tisser de belles amitiés en seulement quatre mois, mais c'est aussi l'une des raisons pour lesquelles je vous conseille de partir un an plutôt qu'un seul semestre. N'hésitez pas à prendre les devants et à faire le premier pas, car ils ne le feront probablement pas d'eux-mêmes, et croyez-moi, ils apprécieront sincèrement la démarche.

Dernier détail qui a son importance : les Suédois utilisent beaucoup Facebook et Messenger. Personne n'utilise WhatsApp pour les groupes de travail, pensez-y pour ne pas rater des informations importantes.

## Le cout de la vie

Globalement, la vie est plus chère qu'à Marseille.

Pour les courses, comme mentionné précédemment, la Suède étant un pays importateur, les prix sont légèrement plus élevés qu'en France.

Vous aurez le choix entre plusieurs enseignes : Coop (ouvert 7j/7), Willys, ICA et Lidl. Le moins cher est Lidl, situé dans le quartier d'Ålidhem. Parmi les autres, Willys est le moins cher, de peu par rapport à Coop. Je ne me suis jamais rendue chez ICA et personne dans mon entourage n'y faisait ses courses, ce qui laisse penser que c'est l'enseigne la plus chère.

Une bonne nouvelle cependant : Coop possède sa propre marque distributeur, un peu à l'image de la Marque Repère chez Leclerc. Contrairement à certaines marques distributeurs françaises qui peuvent parfois décevoir sur la qualité des ingrédients, les marques distributeurs suédoises sont en général excellentes, vous pouvez y aller les yeux fermés.

Concernant le logement, les prix me semblent assez similaires à ceux de Marseille, que ce soit pour une chambre étudiante ou un appartement. Le système pour trouver un logement est un peu compliqué c'est un système d points et de liste d'attentes et surtout une majorité des sites de recherche ne vous seront pas accessibles car il faut un numéro de sécurité social Suédois. Voici les sites accessibles pour vos recherches : Bostaden et K2A sont des sites avec des listes d'attentes et QasaxBlocket permet de sous-louer.

J'ai personnellement opté pour une sous-location à Ersboda, un quartier excentré mais très bien desservi par les bus. Je payais environ 660€ tout compris (Wi-Fi, eau, chauffage, électricité et accès à la laverie) pour un logement d'environ 50m<sup>2</sup>.

Pour les transports, deux options s'offrent à vous : le bus ou le vélo. La grande majorité des étudiants possèdent un vélo, et il est fréquent que le locataire précédent vous en laisse un lors d'une location de studio. Si ce n'est pas le cas, il est facile d'en acheter un à petit prix sur place. Pour ma part, mon logement étant trop éloigné, j'ai préféré le bus, pour lequel j'ai payé environ 200€ pour les 4 mois.

Enfin, une précision utile : depuis le début je vous parle en euros, mais en Suède on paie bien en couronnes suédoises. La conversion est simple : retirez le dernier chiffre du montant en couronnes et le résultat sera légèrement inférieur à l'équivalent en euros. (Exemple : 200 couronnes suédoise c'est un peu moins de 20€).

Dernière chose : vous n'aurez pas besoin d'espèces durant votre séjour, tout se règle par carte.

# Enseignement et vie à l'école

## L'école

Pour commencer, il faut savoir que l'école dispose d'un site internet très complet qui vous expliquera tout ce dont vous avez besoin. Si vous ne le connaissez pas encore : <https://www.umu.se/en/student/>

L'école d'architecture se situe sur le campus artistique, où se trouvent également l'école de design (la meilleur au monde au passage), l'école d'art et le Bildmuseet. J'ai été un peu déçue de constater que l'accès aux autres écoles était réglementé et que nous ne pouvions pas y circuler librement.



Pour accéder à l'école, plusieurs arrêts de bus se trouvent à 5 à 10 minutes à pied, et de grands espaces couverts sont disponibles pour garer vos vélos.

La cafétéria se situe sous le Bildmuseet. Il s'agit en réalité de la cafétéria du musée, mais les étudiants se l'approprient volontiers le midi. Attention cependant, elle est assez chère : comptez environ 15€ pour une soupe. Une cuisine équipée de micro-ondes et d'éviers est toutefois disponible si vous préférez apporter votre propre repas.

Vous aurez également accès au Curiosum, un musée scientifique destiné aux enfants, dont le dernier étage accueille des salles de cours. Une bibliothèque est aussi présente dans l'école, bien que plus petite que celle du campus principal.

Pour accéder aux bâtiments, vous aurez besoin de votre carte étudiante, qu'il est conseillé de faire rapidement à votre arrivée.

À noter : dans l'école comme dans la quasi-totalité des bâtiments en Suède, les portes sont équipées d'un bouton d'ouverture automatique pour faciliter l'accès aux personnes en situation de handicap. Elles restent ouvertes quelques secondes avant de se refermer, pensez-y pour ne pas vous faire surprendre, il faut s'y habituer.



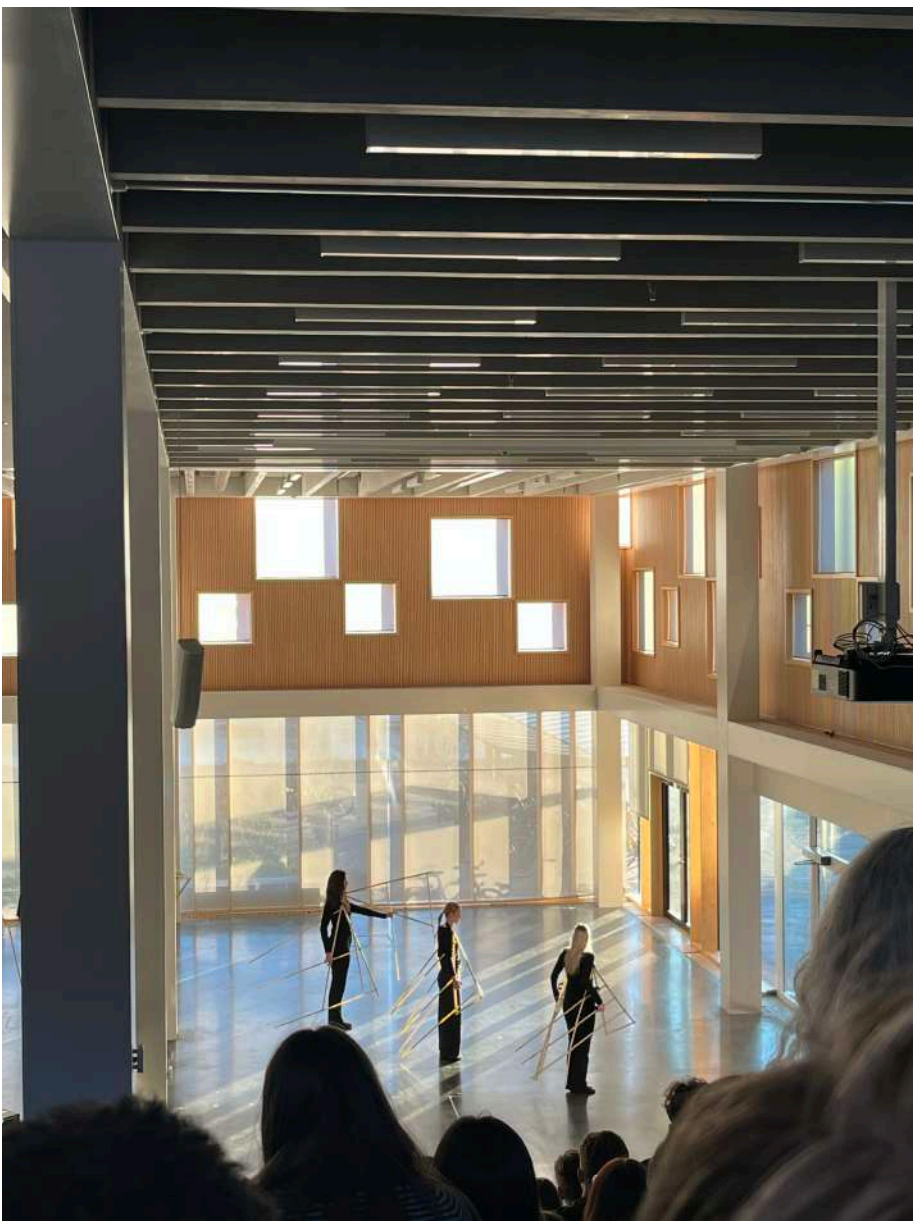


Concernant votre espace de travail, vous disposerez d'une table et d'un meuble de rangement attitré pour toute la durée de votre séjour, et serez regroupé par studio.

L'école est très ouverte et tous les espaces sont communicants, à l'exception des salles de séminaires situées au centre, ce qui peut la rendre assez bruyante.

Il n'y a pas d'amphithéâtre à proprement parler, mais un grand espace avec des gradins est utilisé pour les conférences et présentations.

Enfin, pour l'extérieur : l'information la plus utile est sans doute que le parvis d'entrée est chauffé en sous-sol, ce qui évite la formation de plaques de verglas en hiver.



## Enseignement Master

Lors d'un Erasmus à l'UMU, vous serez intégré soit avec les étudiants de deuxième année de licence si vous partez dans le cadre de la licence, soit avec les étudiants de première année de master si vous partez dans le cadre de votre master. Cela ne change rien à votre expérience, c'est simplement une contrainte administrative, les autres années n'étant pas ouvertes aux étudiants Erasmus.

Pour le master, j'ai eu le choix entre trois studios qui semblent exister depuis plusieurs années, chacun avec une ligne directrice bien établie. Vous devrez les classer par ordre de préférence, et un tirage aléatoire déterminera votre affectation. Il semblerait que les étudiants Erasmus obtiennent généralement leur premier choix.

À l'UMU, le master se déroule sur un an, et le studio que vous choisirez sera le vôtre pour toute l'année : vous travaillerez donc sur le même projet pendant douze mois. En n'y passant qu'un seul semestre, cela peut être un peu frustrant de ne pas voir l'aboutissement du travail engagé.

L'organisation de l'emploi du temps est radicalement différente de ce que nous connaissons en France. Au lieu d'avoir des semaines avec plusieurs cours qui se répètent, chaque semaine est entièrement dédiée à une seule matière.

À titre d'exemple, voici comment s'est organisé mon semestre : une semaine de workshop à mon arrivée, en groupes mélangés toutes années confondues pour réaliser un petit projet ; puis deux semaines de studio, deux semaines de technologie, trois semaines de studio, deux semaines d'histoire et théorie, et enfin neuf semaines de studio. Ce fonctionnement permet une gestion du temps très différente et vraiment agréable à expérimenter.

Le système de notation est lui aussi très différent : vous ne recevrez jamais de note chiffrée, tout est évalué en Pass ou Fail. De nombreux professeurs nous ont d'ailleurs expliqué qu'il leur était légalement interdit de attribuer des notes, même si certaines universités partenaires en font la demande pour le retour de leurs étudiants.

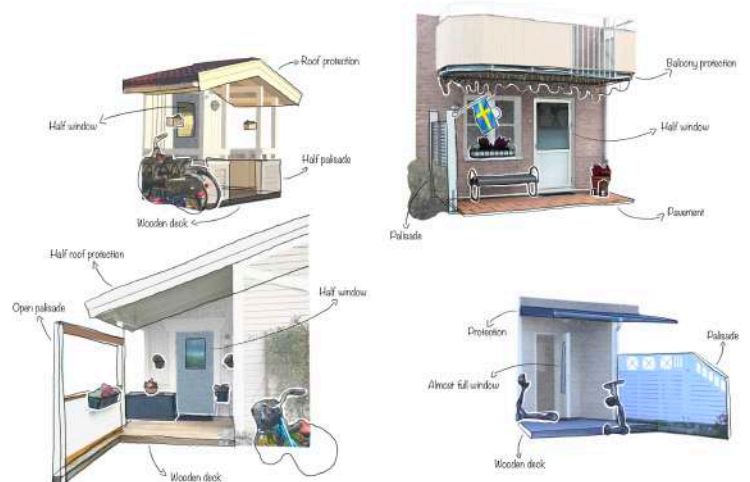
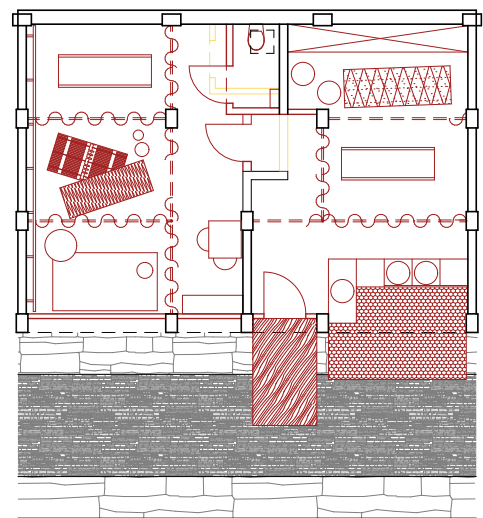
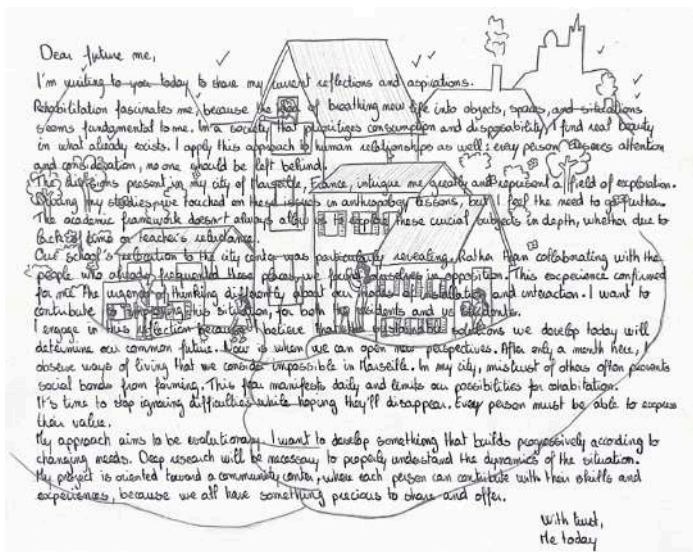
Concernant les absences, je vous parle ici de mon expérience avec mes professeurs de studio, qui peut varier selon les enseignants. Si vous ne vous sentez pas bien, il est tout à fait accepté de ne pas venir en cours sans avoir à vous justifier. La possibilité de suivre les séances en visioconférence existe également si une contrainte vous en empêche. À noter : les étudiants suédois, eux, viennent en cours quelle que soit la météo.

Les cours s'organisent autour de deux formats principaux : les séminaires, qui sont des lectures ou des cours sur un sujet donné, et les tutoriels, qui sont des moments individuels ou en petits groupes avec le professeur pour discuter de l'avancement de votre travail.

Dans cette école les logiciels principaux utilisés sont Rhino et la suite Adobe. Très peu d'élèves savent utiliser AutoCad ou ArchiCad car ils n'ont pas de cours pour apprendre. La plupart réalise des 3D sur Rhino qu'ils retouchent sur la suite Adobe.

Pour revenir à ma propre expérience, l'enseignement y est vraiment différent de ce que j'ai connu en France. L'accent est mis sur la compréhension de ce que l'étudiant souhaite vraiment exprimer dans son travail. Tout se fait en douceur, il n'y a pas de mauvaise réponse, et les professeurs valorisent avant tout votre motivation et votre investissement. Vous développerez également un lien privilégié avec eux, qui sont véritablement présents pour vous accompagner et vous soutenir tout au long de votre séjour.

L'examen final est une présentation sous forme de diapos avec un oral, qui est complété par des maquettes ou autre créations. C'est accompagné d'un travail personnel à rendre plus tard.



## Les cours

À mon arrivée, nous avons débuté par un workshop d'une semaine rassemblant toutes les promotions. Répartis en groupes de 5 à 6 étudiants, chaque groupe s'est vu attribuer un sujet différent. Notre groupe a travaillé sur la conception d'un sauna dans un site prédéfini. D'autres groupes travaillaient sur la création d'un espace modulable permettant à la fois de s'asseoir et de ranger ses affaires, un objet qu'ils devaient réellement fabriquer, ou encore sur la conception d'un ensemble de bâtiments sur des parcelles vacantes, en tenant compte du contexte et des besoins du site. Chaque sujet avait été formulé par une association partenaire selon ses propres besoins, qui accompagnait ensuite le groupe tout au long du workshop.

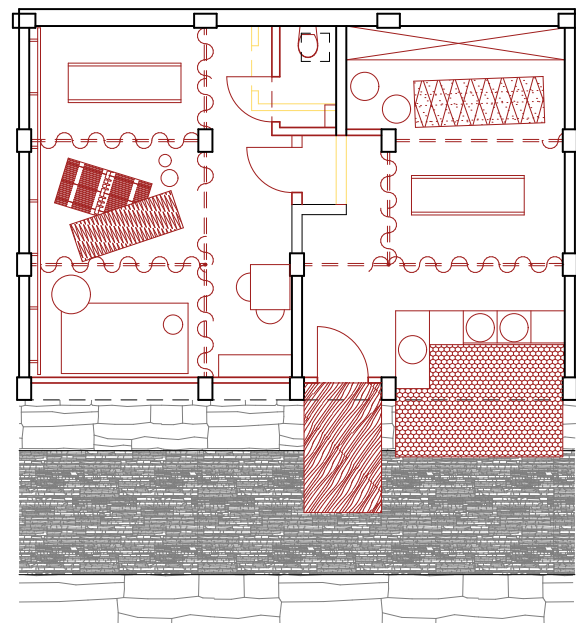
Ce fut une première expérience très enrichissante : j'étais entouré uniquement d'étudiants suédois, ce qui m'a immédiatement plongé dans le bain. J'ai pu échanger longuement avec mes coéquipiers sur leur façon de travailler, et ils m'ont beaucoup aidé à m'adapter. À l'issue de la semaine, chaque groupe a présenté son projet dans le forum de l'école, avec un représentant chargé de faire l'oral.

### Le studio : Global Challenges – An Urgent Pedagogy

Nous avons ensuite commencé les cours de studio. Les studios comptent environ 30 étudiants, M1 et M2 mélangés, et chaque studio travaille sur un programme différent. Le mien s'intitulait *Global Challenges : An Urgent Pedagogy*.

Le studio a démarré par un travail de groupe de deux semaines portant sur la conception d'un centre de physiothérapie destiné à des réfugiés syriens ayant transité par la Turquie avant de rentrer dans leur pays. Le sujet était vraiment chargé de sens car nous travaillions en lien direct avec une association réelle, qui avait elle-même identifié des sites potentiels pour le projet.

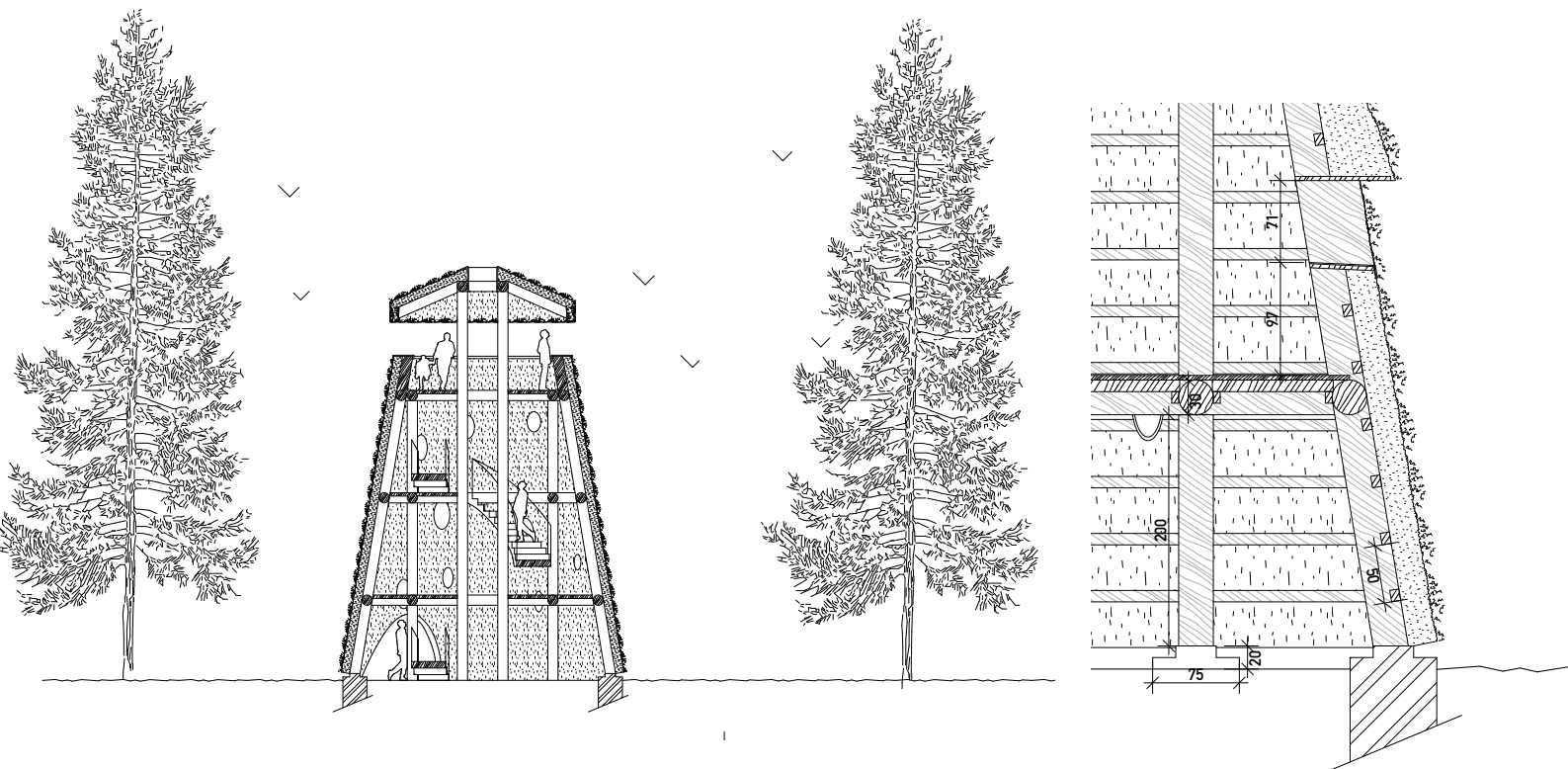
Ce contexte tangible a fait naître une dynamique de travail nouvelle pour moi, avec une attention toute particulière portée à la restitution : la représentante de l'association était présente en visioconférence lors de la présentation finale. Ce rendu fut émotionnellement fort et profondément enrichissant.



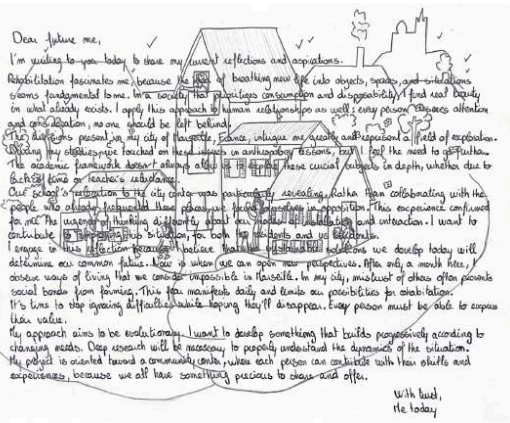
## Architectural Technology, Sustainability and Environmental Impact

Nous avons ensuite suivi deux semaines de cours dédiés à la technologie architecturale, au développement durable et à l'impact environnemental, réunissant l'ensemble des M1. La première semaine était consacrée à l'analyse d'un bâtiment choisi parmi une liste proposée par le professeur, par binômes, ainsi qu'à des lectures sur l'utilisation des matériaux. Ces lectures m'ont semblé peu stimulantes : il s'agissait de notions vues dès la L1 à l'ENSAM. Mais elles avaient du sens pour les étudiants suédois qui n'y avaient pas été autant exposés. Des tutoriels avec le professeur étaient également proposés pour accompagner l'analyse du bâtiment. Chose assez déroutante pour moi : contrairement aux échanges avec les professeurs de structure à l'ENSAM, les réponses n'étaient jamais tranchées. Cela reflète une philosophie propre à cette école, où il n'existe pas de mauvaise réponse. Le rendu final de cette semaine prenait la forme d'une présentation orale accompagnée d'un diaporama.

La deuxième semaine consistait à concevoir un bâtiment en intégrant les techniques étudiées précédemment, une sorte de réinterprétation pour vérifier la bonne compréhension des principes. Là encore, le rendu était oral, appuyé par un diaporama. Un travail personnel complémentaire, à remettre avant janvier, nous demandait de réaliser une coupe technique au 1:20 du bâtiment conçu lors de cette semaine.



## Retour au studio : le Contrat



De retour en studio pour trois semaines, nous avons commencé par rédiger une lettre d'intention décrivant les thématiques sur lesquelles nous souhaitons travailler.

Puis est venu ce que les professeurs appellent « le contrat » : un engagement écrit détaillant notre démarche et nos intentions pour le semestre. Cet exercice fut particulièrement stimulant, tant la méthodologie différait de ce que j'avais connu. Il s'agissait non seulement de rédiger ce contrat, mais aussi de créer un objet artistique le mettant en forme.

L'évaluation prenait la forme d'une cérémonie de signature : nous devions convaincre les professeurs de signer notre contrat, ce qui conférait à l'exercice de réels enjeux.

## Theory and History of Architecture and Urban Design

Deux semaines de théorie et d'histoire de l'architecture ont suivi, également avec l'ensemble des M1. La première semaine était principalement consacrée à la lecture de textes théoriques et à des séminaires en groupes d'une dizaine d'étudiants, au cours desquels nous débattions d'un sujet imposé. Nous avons également pris le temps de lire et d'analyser des textes choisis collectivement. La deuxième semaine était structurée autour de tutoriels avec le professeur pour approfondir ces lectures, et s'est conclue par un oral avec diaporama.

Un travail personnel, à remettre avant janvier, nous demandait de rédiger un texte traitant d'une controverse architecturale. L'exercer en anglais représentait un vrai défi, mais s'est révélé très formateur.

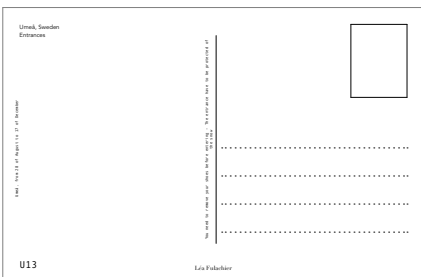
## La fin du semestre : le Cadeau et le Feedback



Le semestre s'est terminé par dix semaines de studio, divisées en deux temps : cinq semaines pour « le cadeau », puis cinq semaines pour « le feedback ».

Le cadeau s'inscrivait dans la continuité du contrat : il s'agissait de produire ce que nous avons promis. Après avoir approfondi nos recherches, nous devions créer un objet artistique à offrir. Le rendu consistait en un oral accompagné d'un diaporama, au cours duquel nous expliquions aux professeurs comment et à qui nous allions remettre ce cadeau.

Le feedback, quant à lui, prenait la forme d'un oral retraçant le moment du don : comment il s'était déroulé, ce qu'il nous avait apporté, et ce que nous en retenions.



# Expériences extra-scolaire

## Umeå

Durant votre séjour, vous aurez l'opportunité de vous inscrire au programme Buddy, qui vous donnera accès à de nombreuses activités organisées. C'est une excellente initiative pour ne pas s'ennuyer et découvrir la région, mais il faut garder à l'esprit que ce programme tend à regrouper les étudiants Erasmus entre eux, vous vous mélangerez donc peu avec les locaux. C'est un bon point de départ pour créer du lien avec d'autres étudiants internationaux, mais si votre objectif est de rencontrer des Suédois, il faudra chercher ces opportunités en dehors.



Dans le cadre de ce programme, j'ai notamment eu la chance de visiter une ferme d'élan, une expérience vraiment incontournable que je recommande chaudement.

En dehors de ce programme, de nombreuses activités s'offrent à vous. Il est possible de louer gratuitement du matériel de randonnée dans un magasin du côté d'Ålidhem (je n'ai malheureusement plus le nom exact), mais il est facile à trouver.

Vous pouvez également profiter du centre-ville pour prendre un verre ou faire du shopping. Mais l'activité vraiment incontournable reste d'aller assister à un match de hockey sur glace : Umeå dispose de son propre stade, avec des rencontres pratiquement chaque semaine, et les billets sont accessibles à partir de 7€.



Enfin Umeå possède son propre IKEA, un passage presque inévitable de votre séjour.



# Stockholm

Depuis Umeå, Stockholm est accessible en 8 heures de train ou 1 heure d'avion.

C'est une ville incroyablement créative et éclectique, qui ne ressemble à aucune autre. Elle est certes assez chère, mais en vous organisant à l'avance, notamment pour les transports et l'hébergement, il est tout à fait possible de la visiter avec un budget raisonnable.

Voici une liste des incontournables :

Le Vasamuseet, un musée consacré à un navire de guerre du XVIIe siècle conservé quasi intact.

Skansen, le plus ancien musée en plein air du monde.

L'Östermalms Saluhall, un marché couvert historique, idéal pour découvrir les produits locaux et la gastronomie suédoise.

L'ascenseur de Katarina, qui offre un panorama exceptionnel sur la ville et ses îles.

Gamla Stan, le vieux quartier médiéval de Stockholm, avec ses ruelles pavées et ses maisons colorées.

Et bien sûr, les monuments emblématiques tels que le Riksdag, le parlement suédois, ainsi que les nombreuses églises que vous croiserez au fil de vos promenades.



Östermalms Saluhall



## Conclusion

Ce semestre à Umeå restera l'une des expériences les plus marquantes de ma formation. Au-delà de la découverte d'un pays et d'une culture, c'est avant tout un autre regard sur l'architecture et sur la façon de vivre ensemble qui s'est ouvert à moi. La Suède m'a montré qu'il existe des modes de vie différents, plus collectifs, plus apaisés, et que l'architecture peut en être le reflet et même le moteur. Ce n'est pas tant un modèle à reproduire qu'une source d'inspiration profonde pour questionner nos propres façons d'habiter et de partager l'espace.

Sur le plan personnel et pédagogique, cette expérience m'a surtout appris à me questionner sur mes propres envies, ce qui n'est pas anodin en dernière année de master. La liberté créative encouragée par les enseignants suédois, notamment à travers le dessin et le collage comme outils de pensée et d'exploration, est quelque chose que je souhaite renforcer dans ma pratique, y compris dans les mois qui me restent à l'ENSA-M.

Pour mon projet de fin d'études, cette expérience nourrit directement ma réflexion. Je souhaite m'orienter vers la réhabilitation, non pas simplement comme discipline technique, mais comme outil capable de transformer les usages et de faire évoluer les modes de vie. Ce qui m'intéresse profondément, c'est d'identifier et de créer des espaces de partage au sein de l'existant, des lieux qui favorisent le lien social et invitent à de nouvelles façons de vivre ensemble. En ce sens, ce que j'ai observé en Suède résonne directement avec les questions que je veux porter dans mon travail.

Au-delà de l'ENSA-M, je souhaite exercer en France, là où je me sens légitime et ancrée. Travailler à l'étranger ne me correspond pas, du moins pour l'instant : l'architecture est profondément liée à un territoire, à une culture, à des usages que l'on connaît de l'intérieur. C'est précisément ce rapport au terrain et aux gens qui m'anime. Mon ambition est de travailler à une architecture du quotidien, engagée, qui ne cherche pas le geste spectaculaire mais qui œuvre, modestement et durablement, à améliorer la façon dont les gens habitent et se retrouvent.

