

# RUTSBORGSKOLAN

## *(STUDENT MOBILITY)*, BJÄRRED, SWEDEN

From 02<sup>nd</sup> to 07<sup>th</sup> June 2025: "Discovering Sweden and the food specialties"  
(« découverte de la Suède et des spécialités culinaires »)



Cofinancé par le  
programme Erasmus+  
de l'Union européenne

Students from Collège Roqua, Aubenas  
(Year 9)



Région académique Auvergne-Rhône-Alpes

# I. The program of the week in Bjärred with our partners

MONDAY 2<sup>nd</sup> JUNE 2025

On the first day, we left our school in the morning to go to the airport next to Lyon. We took the plane from Lyon to Brussels and we took another plane to go to Copenhagen. For some of us, it was the first travel by plane! Then we took the train from Copenhagen to Lund, a little city in the south west of Sweden, not far from Bjärred where our partners lived with their families. The partners and their parents were waiting for us. They took us to their homes and we spent our first night with them.



## TUESDAY 3<sup>rd</sup> JUNE 2025

Tuesday was our first day at school. We went to school at 8.30 am, and we had breakfast in the school canteen with our partners. We were with the teachers and the students who participated in the project. The headteacher delivered a welcome speech and after we discovered some food specialties that the Swedish usually have for breakfast. After that, we had a cooking lesson: we baked a Swedish specialty. In this pastry, there is some cinnamon, so the name of this cake is cinnamon rolls in English and Kanelbullar in Swedish. After the cooking class, we went to the canteen for lunch at 12.25. At 1.10pm, we went to another school in Bjärred where they had organised an exercise to fight a fire. There were firemen with us, and they showed us all we had to know about fighting a fire. They were professional guys. They also showed us how to resuscitate someone, and we practised cardiac massage with our partners. To finish the day, we had Fika (the Swedish break for having a snack) and we ate the pastries that we had baked in class in the morning.



# WEDNESDAY 4<sup>th</sup> JUNE 2025

On Wednesday, we went to the science class, the students had to do an oral presentation about biology: they talked about diseases. After we met year 8 and 9 students in the French class to practise French and English and to get to know each other. Then we played a game with our partners: it was the Werewolves of Millers Hollow, and we had a great time playing. After we ate lunch at the school canteen. Then we attended another biology class and worked on our project about food. After we went to eat "Swedish Fika" with the partners and our teachers. In their school it is not unusual to have a snack. After school, we had a break when we played basketball and football, as exceptionally we stayed at school for the evening to prepare the diner for all the Swedish partners and their parents, for the French students and the teachers. It was a long day, but that was worth it: we really had a great time cooking dinner together!



## THURSDAY 5<sup>th</sup> JUNE 2025

We started with a PE class: we discovered and played Swedish baseball. The French students liked this sport. After we went to a biology class: we did an exercise where we had to do some physical activity, then we measured the heartbeat. Then we did some other activities, and we went to the school canteen to eat lunch at 12.25. During the break, we talked with our partners, we had a lot of free time, and we could go everywhere in the school. Some French and Swedish partners did a program on the computers. In the afternoon, to finish the school day, we had a cooking lesson again with the Swedish students then we ate the cakes that we had baked.



# FRIDAY 6<sup>th</sup> JUNE 2025

Friday was our last day in Sweden. It was a public holiday, so the Swedish students didn't go to school. With our partners, we went to Kullaberg we took the bus to visit this place. It was a beautiful spot: there was the sea, but we couldn't go swimming because the weather was not good... There were some clouds and some rain and a lot of wind, but it was very fun. It was a natural place with a forest and cliffs, and there was a lighthouse, but we couldn't visit it because it was closed, so we ate an ice cream. Then we went back to Bjärred where the families were waiting for us and went to the train station of Lund. It was a sad moment! After we took the train to go to Copenhagen and we slept in a hotel.



# SATURDAY 7<sup>th</sup> JUNE 2025

On Saturday, we visited Copenhagen and walked around the city. We saw the little mermaid (it's a famous statue by the waterside), the square in front of Amalienborg palace with the changing of the guard and the sea. After, we took the plane to Frankfort and we took another plane to Lyon. We arrived in France at 11pm because the plane was late.



# 2. Découverte de l'école

## Les bâtiments

Les bâtiments sont disposés d'une certaine manière, en forme d'étoile, avec un hall central d'où partent plusieurs couloirs pour accéder aux salles de classe, selon les spécialités. Les salles de classe ressemblent aux nôtres. Ils ont du matériel en plus, un peu différent de ce que nous avons dans les salles de sciences par exemple (le microscope est scellé au plafond, et ne ressemble pas à celui que nous utilisons en France) ; les cours de SVT, sciences physiques et chimie ne sont qu'un seul cours là-bas, appelé « sciences », et il se déroule toujours dans la même salle, avec le même professeur. Leur gymnase se trouve devant l'école et il est beaucoup plus grand que le nôtre. L'école se trouve aussi au bord d'une piste cyclable, à côté d'une forêt où il y a des balises permanentes pour faire de la course d'orientation (plusieurs parcours). Par ailleurs, ils n'ont pas d'étage, alors que nous en avons trois au collège Roqua.

Dans leur hall et les couloirs (qui sont très larges pour certains), ils ont un billard, un babyfoot et une table de ping-pong. Ils peuvent y jouer s'ils le souhaitent pendant qu'ils n'ont pas cours, contrairement à nous qui n'avons pas ces choses-là dans notre hall. De plus, ils ont aussi des banquettes où ils peuvent se reposer, discuter ou travailler. Dehors, dans la cour, ils ont des barres de traction et d'autres machines de sport que nous n'avons pas aussi. Ils ont aussi des équipements devant leur école comme un petit city stade, un petit mur d'escalade, des mini trampolines et même une table de teqball (le teqball est un sport qui ressemble au ping-pong, sauf qu'il peut se jouer avec toutes les parties du corps, sauf les bras ou les mains). Enfin, ils n'ont pas de portail pour sortir de leur école, tout est ouvert.

Il y a une aile de l'école où les élèves ne vont pas, même si ce n'est pas fermé, car il y a une école primaire dans un des couloirs avec des élèves de 6 à 10 ans. Ils partagent les équipements sportifs et aussi la cantine, mais ont leur propre salle de classe (ils ne changent pas de classe car ont le même professeur).



# La cantine

Avant de rentrer dans la cantine, sur un des côtés du hall, il y a plusieurs lavabos avec du savon et des serviettes pour s'essuyer les mains. Tous les élèves ont pris l'habitude de se laver les mains avant d'aller manger, et ils ne se poussent pas pour être les premiers car ils arrivent en petits groupes, quand ils le souhaitent, c'est eux qui gèrent leur pause de midi. Il n'y a pas d'AED pour vérifier que tout le monde va bien manger, ou qu'il n'y ait pas de tensions entre les élèves dans la file car il n'y en a pas, et le repas est gratuit pour tous les élèves, donc pas besoin de vérifier.

Leur cantine est plus petite que la nôtre. A l'entrée de la cantine, les élèves prennent une assiette (il n'y a pas de plateau comme chez nous), et ils mettent ce qu'ils veulent dedans : crudités et plat chaud. Ils n'ont pas de plat dessert etc. Ils peuvent se resservir s'ils le souhaitent (les assiettes ne sont pas très grandes !). En entrant dans le réfectoire, il y a deux endroits où les élèves prennent un verre et se servent en eau ou lait, et au même endroit, toujours en libre-service, il y a aussi du pain suédois avec de la margarine (leur pain est différent du nôtre : ce sont des tartines solides appelées « wasa » et ils ont plusieurs sortes au choix). Les élèves ne sont pas obligés de manger dans le réfectoire ; s'il le souhaite (et s'il ne fait pas trop mauvais temps !), ils peuvent aller manger sur des tables disponibles à l'extérieur, juste devant le réfectoire. Et il y a un appareil pour indiquer quand le niveau sonore est trop haut.

Le premier matin, nous avons été accueillis par le chef d'établissement et quelques professeurs suédois, avec nos partenaires, et nous avons pris un petit déjeuner suédois ensemble, après le discours du principal de l'école qui nous souhaitait la bienvenue.



# 3. Les cours auxquels nous avons participé en Suède

## Les cours à Rutsborgskolan

Nous avons pu assister à différents cours avec nos partenaires, comme l'anglais, la technologie, les sciences et même le français. On a aussi pu avoir des cours de cuisine.

En cours de français, nous avons pu participer et nous avons fait des activités pour que les élèves suédois puissent pratiquer leur français et nous notre anglais (exemple : speed-dating en anglais / français). Ils ont des petites pauses entre certains cours et peuvent même sortir en dehors du collège quand ils n'ont pas cours, mais ils ne s'éloignent pas. Dans les écoles suédoises, les élèves n'ont presque pas de matériel à part un ordinateur portable qui leur est donné par l'école lors de leur première année : ils sont tous le même et doivent y faire attention car c'est là où se trouvent leurs leçons et devoirs à rendre ; s'il tombe en panne, ils peuvent le faire réparer par l'école. En classe, s'ils ont besoin de matériel qu'ils n'ont pas dans leur sac, les professeurs leur prêtent (crayons, ciseaux, feutres, etc.). Nous avons aussi participé à des cours d'EPS dans le gymnase (football et volley-ball) et en dehors (baseball suédois et course d'orientation). Et bien sûr, nous avons participé à plusieurs cours de cuisine tout au long de notre séjour avec les élèves suédois.

Initiation aux premiers secours :



Baseball suédois :



Cours de cuisine :



Course d'orientation autour de l'école :



# 4. Apprendre à se connaître (jeux et autres activités)

## Le loup-garou de Thiercelieux

Avec la classe de français de nos correspondants, on a joué au « loup garou » et la personne qui menait ce jeu devait parler en anglais (mais aussi en français si on ne connaissait pas le mot en anglais). Il y avait plusieurs rôles comme la voyante, le voleur, le chasseur, la petite fille, la sorcière, cupidon et les villageois. C'est une élève française qui a mené le jeu car les élèves suédois n'y avaient jamais joué, mais ils ont vite compris l'objectif du jeu! A la fin de la partie, ce sont les villageois qui ont gagné. Il y a eu quelques problèmes de compréhension pour certains (anglais / français), et il n'était pas toujours facile d'exprimer notre opinion en anglais pour que les élèves suédois nous comprennent et qu'on puisse les convaincre. La partie s'est quand même très bien déroulée, on a pu jouer et passer tous un très bon moment. On a parfois bien rigolé quand il fallait décider qui était loup-garou ou non.



## Apprendre à se connaître / Speed-dating

On a fait un jeu où on se mettait en ligne (les suédois en face de nous) et on posait des questions à la personne en face de nous en français puis en anglais. On se parlait pendant deux minutes, on essayait d'apprendre à mieux se connaître, puis un des rangs se déplaçait d'une place pour se retrouver devant une nouvelle personne à qui parler. On a aussi joué à ce jeu avec des élèves de 9ème et de 8ème année, ce qui leur a permis de pratiquer leur français (beaucoup d'élèves de cette école étudient le français!) et nous avons pu apprendre à mieux connaître les autres élèves suédois.



## Le memory géant

On a joué à un memory géant. Deux élèves sortaient de la salle et la professeure de français nous a donné un mot à chacun : les élèves français avaient un mot en français et les élèves suédois avaient la traduction de ce même mot en suédois ou en anglais, selon les parties (le même mot pour chaque groupe de deux : il y avait donc plusieurs paires de mots / d'élèves français-suédois). Quand tout le monde avait son mot et sa paire, les deux personnes qui étaient dans le couloir revenaient en classe et choisissaient deux personnes qui devaient dire leur mot ; si c'était la bonne paire, ils devaient s'asseoir, si non, ils restaient debout et le jeu continuait.

# 5. La soirée avec les familles: un repas franco-suédois (1/2)

Mercredi soir un repas franco-suédois a été proposé aux familles des correspondants. Nous avons cuisiné pour plus de 40 personnes (élèves, parents et professeurs) !!! Après les cours, nous avons pris une pause pour jouer avec les élèves suédois (certains ont fait une partie de basket, d'autres de football) sur les terrains de sport juste à côté de l'école. Puis, vers 16h30 - 17h00, nous avons rejoint la salle de cuisine pour cuisiner un repas français / suédois avec les professeurs. Le menu était composé de charcuterie ardéchoise que nous avons apportée (pâté et saucisson) pour l'entrée ; de boulettes de viande suédoises, avec pommes de terre à la vapeur, salade de concombre au vinaigre, une sauce whisky , et de la confiture de myrtille pour le plat principal ; de glace à la vanille, fraises de Suède et fondant chocolat/châtaigne pour le dessert (en plus de la charcuterie ardéchoise, nous avons ramené une autre spécialité ardéchoise dans nos valises : de la crème de marron pour confectionner un gâteau ardéchois chocolat/châtaigne).



# 5. La soirée avec les familles: un repas franco-suédois (2/2)

Nous avons beaucoup aimé ce moment de travail dans une bonne ambiance où on a réussi à communiquer tout en cuisinant ! Puis, une fois que tout était prêt, nous avons préparé la salle aux couleurs de la France et de la Suède.

Tout le monde s'est régalé et a apprécié goûter les spécialités de l'autres pays, nous avons même échangé les recettes entre nous pour pouvoir les refaire une fois à la maison ! Ce repas s'est très bien passé, et c'était une façon très sympathique de remercier nos familles du superbe accueil qu'elles nous ont réservé ! Nous avons aussi eu beaucoup de chance que le chef d'établissement accepte que nous organisions cet événement à l'école, après les cours. Nous étions un peu stressés au début, car c'était la première fois que nous allions cuisiner pour tant de personnes, mais nous avons terminé dans les temps et c'était vraiment très bon : une grande fierté !



# 6. Découverte de la région de Scanie

Bus trip en Scanie : nous nous sommes retrouvés devant le collège en début de matinée, et le bus nous a amené à Kullaberg, une réserve naturelle suédoise, où nous allons découvrir un bout de la Scanie, hors de l'école. Kullaberg se trouve au nord de Bjärred. Au fil du trajet, le paysage a changé, on a quitté les plaines et les champs (c'était très plat autour de Bjärred) pour voir des falaises de granite qui bordent la mer du nord, et où on a pu voir de nombreux paquebots qui transportaient des gros conteneurs. Il ne faisait vraiment pas beau (beaucoup de pluie), mais les Suédois aiment sortir dans la nature par tous les temps et selon l'une de leurs expressions : « il n'y a pas de mauvais temps, seulement des vêtements pas adaptés ».

Une fois à Kullaberg, alors qu'il pleuvait encore, nous avons marché vers le phare, au bord de la falaise, puis la météo s'est améliorée, il y a eu des éclaircies et nous avons pu descendre en bas de la falaise par un petit chemin. Nous avons partagé de superbes moments avec nos partenaires lors de cette sortie, c'est vraiment une belle manière de terminer notre séjour tous ensemble ! Avant de reprendre le bus pour retourner à Bjärred, nous avons mangé une glace tous ensemble !



# 7. Découverte de Copenhague avant de rentrer en France

Samedi, après avoir quitté Bjärred et nos partenaires suédois, direction Copenhague pour aller prendre notre avion. Le vol étant en fin d'après-midi, nous en avons profité pour découvrir cette ville que nous ne connaissions pas! C'est une ville très riche au niveau des monuments et où les bords de mer et de rivière sont très bien aménagés, avec des passerelles et des sentiers fleuris. On a pu assister à la relève de la garde du roi danois, le quartier aux maisons colorées du canal Nyhavn, puis la petite sirène au bord de l'eau, au nord de la ville. Ce n'a pas été notre journée préférée car nous n'étions pas avec nos partenaires et aussi parce que nous avons vraiment beaucoup marché ; mais c'était l'occasion de visiter cette ville qu'aucun d'entre nous ne connaissait, puisque nous ne devions être à l'aéroport qu'en fin d'après-midi.

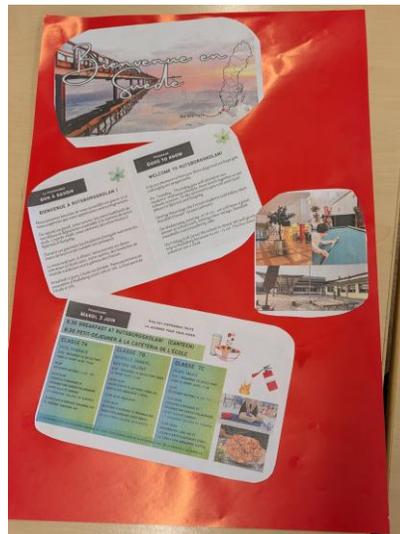
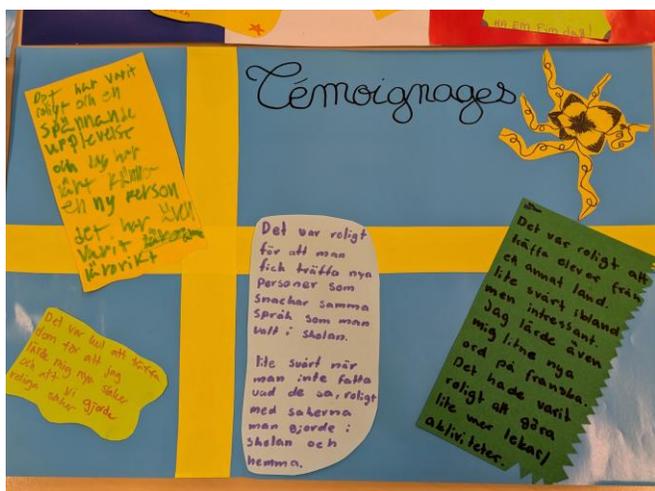
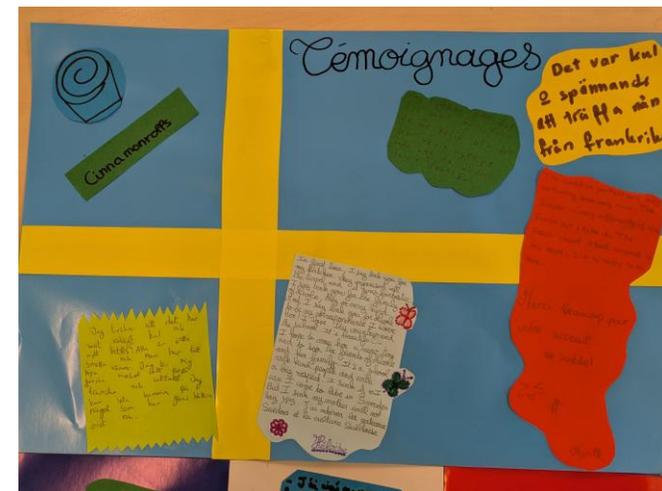
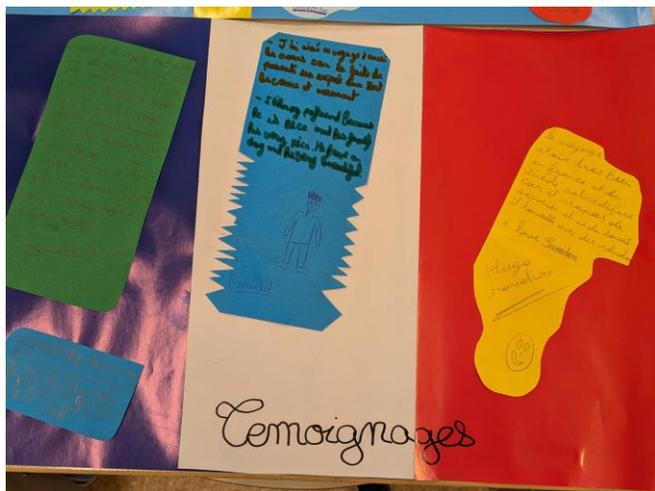


# 8. L'évaluation de la mobilité Erasmus+ à Bjärred

Qu'avons nous appris pendant ce projet dans une école suédoise? Quelles sont les pratiques que nous aimerions retrouver dans notre collège?

- Nous avons visité une école suédoise qui a des pratiques très différentes de la notre, avec des cours de cuisine et de travaux manuels, par exemple. Il n'y a pas de sonnerie pour le début et la fin des cours.
- Il n'y a pas de surveillants à l'école (ni dans les couloirs, ni dans la cour), les élèves sont libres.
- Lors de la course d'orientation, la professeure leur donne les cartes de CO et les élèves sortent de l'établissement en autonomie (pas d'adulte pour les surveiller) et ils ont tous fait le travail demandé.
- Dans les couloirs, il y a un billard, un babyfoot, et à l'extérieur, il y a des stades, des trampolines, des jeux au sol (comme la marelle par exemple), et les élèves ont accès à tout cela librement.
- A la cantine, il n'y a pas d'ordre de passage, et pourtant tout se passe de façon fluide! Dans le réfectoire, il y a un feu tricolore pour leur indiquer quand il y a trop de bruit et qu'il faut parler moins fort. Ils peuvent manger et discuter avec les professeurs. Et la cantine est gratuite. Ils peuvent boire du lait le midi, il n'y a pas que de l'eau.
- Chaque élève a un ordinateur gratuit fourni par l'établissement (les professeurs leur prêtent des stylos ou feuilles si besoin)..
- Les élèves sont bienveillants entre eux. Ils sont aussi plus responsables (ils ont autonomes, et savent ce qu'ils ont le droit de faire ou non, et s'ils sont sans adulte lors d'une activité, ils font ce qu'on leur demande, le professeur n'a pas besoin de venir le leur rappeler) et plus respectueux (du matériel scolaire, des adultes, etc.; quand un camarade passe à l'oral, tout le monde se tait et l'écoute, il n'y a plus de bavardages).
- Beaucoup d'élèves viennent à l'école à vélo.
- Les vacances d'été commencent mi-juin et se terminent mi-août.

# Les avis des élèves suédois et français sur ce projet et sur la semaine passée à Bjärred



## Ce que nous avons préféré pendant cette mobilité Erasmus+

- Nous avons passé une semaine très riche avec nos partenaires suédois. Nous avons participé à beaucoup d'activités différentes et nous avons travaillé ensemble sur notre projet Erasmus+. C'était super car chaque élève a apprécié des moments différents. Moi, ce que j'ai préféré, c'est le temps passé avec les correspondants (pendant la journée et aussi après les cours quand on se retrouvait ensemble) et aussi les cours de cuisine avec les élèves suédois : on a participé à plusieurs cours de cuisine et j'ai trouvé très intéressant de pouvoir réaliser des recettes suédoises simples que je vais pouvoir refaire à la maison !
- Marie a apprécié la soirée à l'école où nous avons cuisiné tous ensemble puis le repas que nous avons partagé : tout le monde était très content de ce que nous avons réalisé et ça a vraiment fait plaisir.
- Bastien a beaucoup aimé pouvoir jouer au football et au basket avec les élèves suédois, juste avant d'aller cuisiner tous ensemble pour les familles suédoises.
- Romuald a adoré visiter un nouveau pays qu'il ne connaissait pas et découvrir une nouvelle culture avec des personnes qui ont été très accueillantes.
- Les autres élèves ont beaucoup aimé la dernière journée passée tous ensemble au bord de la mer ; ce jour là on a vraiment pu profiter de nos correspondants car on n'avait rien à faire, juste passer du temps ensemble et s'amuser. En plus, les paysages étaient vraiment beaux.
- On s'est tous très bien entendus avec nos correspondants, on a partagé beaucoup de bons moments avec eux, ça a été une expérience formidable pour tout le monde ! Les familles ont été très gentilles avec nous et ont fait beaucoup d'efforts pour que nous nous sentions à l'aise et pour communiquer avec nous, même si parfois ce n'était pas facile.
- Nos partenaires ont été très sympathiques aussi: ils nous ont accueillis chez eux et à leur école, ont été bienveillants tout au long de la mobilité. Nous sommes devenus très proches et avons hâte de les revoir l'année prochaine en France!
- Cette expérience a été incroyable et nous sommes très reconnaissants envers le programme Erasmus+, le consortium de la région académique AURA et aussi nos professeurs pour nous avoir donné l'opportunité de participer à cette mobilité.

# 9. De retour en France!

En rentrant de la mobilité à Bjärred, en Suède, nous avons essayé de partager notre expérience avec les autres élèves du collège et leurs familles. Nous avons enregistré un interview à la radio du collège au sujet de la mobilité. Pendant la mobilité, nous avons publié des articles sur le site du collège pour raconter ce que nous faisons chaque jour. Nous avons aussi créé un livret de recettes suédoises que nous garderons en souvenir et que nous pourrons cuisiner pour nos proches.

Erasmus mobility in Bjärred, Sweden

From 2<sup>nd</sup> to 7<sup>th</sup> June 2025

Marie / Ellen  
Myrtille / Alba  
Hélène / Nicole  
Hugo / Tage  
Romain / Carl  
Gabriel / Leo  
Théo / Kasper  
Bastien / Benjamin

And Ms Coyreire / Ms Soleilhac



## Swedish recipes



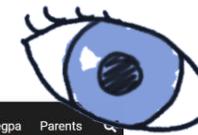
June 2025  
Erasmus+ mobility in Bjärred



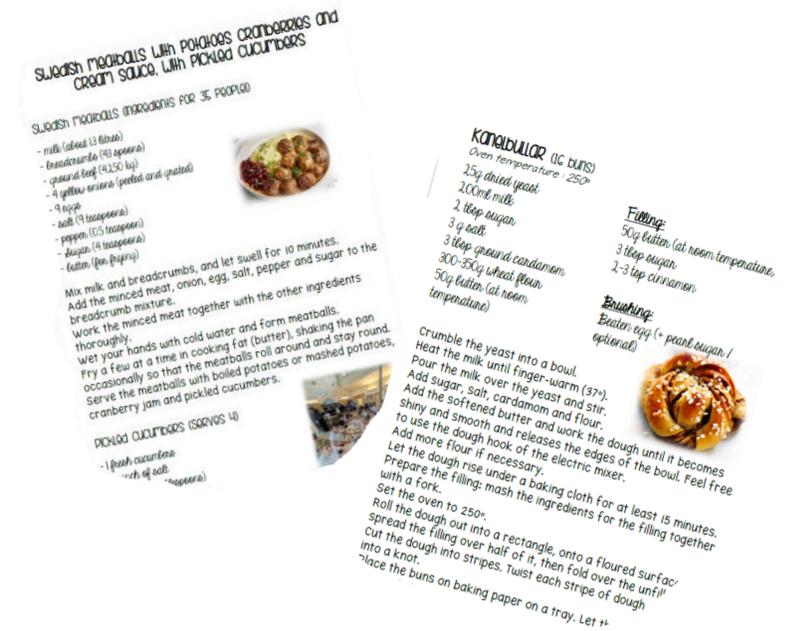
Réalisation d'un livret de recettes suédoises que nous avons cuisinées en classe



**INFO RC** 88.6  
www.inforc.fr  
Fréquences FM : 88.6 et 97.2 MHz



Le site du collège où se trouve notre bilan de cette mobilité ainsi que plusieurs articles rédigés lors de la mobilité



(Interview des élèves français sur la mobilité à Bjärred!)

Nous souhaitons remercier le programme Erasmus+ et le consortium Erasmus+ de la Région académique AURA, ainsi que les personnes sans que cette mobilité n'aurait pas pu être possible: Daniel Alven (chef d'établissement de Rutsborgskolan), Sofia Helgesson et Ylva Persson (coordinatrices du projet en Suède), mais aussi les enseignants, le personnel et les élèves de l'école qui nous ont réservé un accueil très chaleureux.



Cofinancé par le  
programme Erasmus+  
de l'Union européenne

