

Rte de la Glâne 107 • 1752 Villars-sur-Glâne • 026 322 65 66 • www.cfc-bz.ch



Bildungs- zentrum Freiburg

T a g e s -
K u r s -
Programm
2 0 1 9

Zusätzlich zum bewährten Semesterkursangebot bietet das BZ seit 2011 auch Tageskurse an.

Diese stehen allen Personen mit einer Behinderung (IV), die älter als 18 Jahre alt sind, offen und bestehen aus:

- **einem Kurstag**
- **einer Thematik** pro Kurseinheit
- **einer Gruppe** von 7 - 14 Kursteilnehmer/innen je nach Kursart
- **einer Betreuung** gewährleistet durch 2 - 4 Personen (Kursleitenden des BZ und/oder Spezialisten/innen des behandelten Themas)
- **einer gemeinsamen Mahlzeit**

Das BZ ermöglicht damit erwachsenen Personen mit einer Behinderung:

- ihre Kenntnisse kontinuierlich zu erweitern
- ihr soziales Netz mit anderen Studierenden des Kantons zu erhalten
- einen Tag ausserhalb des üblichen Rahmens zu verbringen.

Bedingungen

Mit ihrer Einschreibung verpflichten sich die Studierenden, die Kurskosten zu bezahlen. Für ihre Anmeldung erhalten sie bis spätestens zum 15. Juni eine persönliche Bestätigung. Im Fall einer Abmeldung nach Ablauf dieser Frist kann nur die Hälfte der Kurskosten rückerstattet werden.

Studierende, die nicht wünschen, dass ihr Foto auf dem Programm oder auf Internet erscheint, müssen dies der Direktion melden.

Weitere Informationen zum BZ sowie das jährlich erscheinende Kursprogramm finden Sie auf unsere Website www.cfc-bz.ch oder per Telefon unter der Nummer 026 322 65 66.

Auf dem Programm...

119-02	Über die Grenze	So 23.06.19	08.45 - 17.00 Uhr
119-03	Essbare Wildpflanzen	So 30.06.19	10.00 - 16.00 Uhr
119-06	Schatzsuche	Sa 24.08.19	10.00 - 16.30 Uhr
119-07	Rehen und Eichhörnchen	So 01.09.19	10.00 - 16.00 Uhr
119-09	Farbiger Herbst	Sa 21.09.19	09.30 - 15.30 Uhr
119-10	Afrikanische Bal(l)ade...	Sa 28.09.19	10.00 - 16.00 Uhr
120-01	Raquettes	Sa 25.01.20	09.45 - 16.00 Uhr

Über die Grenze

Kurs Nr.	119-02
Datum	So 23. Juni 2019
Zeitplan	08.45 - 17.00
Ort	"Oscella Lepontiorum"
Treffpunkt	Freiburg
Preis	Fr. 85.-
Sprache	zweisprachig



Verantwortliche Ruth Rüfenacht
Sarah Geboltsberger

Über die Grenze

Mit dem Zug Richtung Süden und zu Fuss auf Erkundungstour der Paläste in der alten Stadt.

Essbare Wildpflanzen

Kurs Nr.	119-03
Datum	So 30. Juni 2019
Zeitplan	10.00 - 16.00
Ort	Tannholz
Treffpunkt	Bourguillon-Bürglen
Preis	Fr. 60.-
Sprache	zweisprachig



Verantwortliche Rachel Cogniat
Anouk Macherel

Essbare Wildpflanzen

Am Rande des Weges kann man manchmal wahre Schätze finden! Während eines Tages im Wald werden wir essbare Wildpflanzen entdecken, die gut zum essen und für die Gesundheit sind.

Wir werden einige Pflanzen ernten und mit ihnen köstliche Spezialitäten vorbereiten. Schon mal Brennesselchips probiert? Sie schmecken ganz gut – und stechen gar nicht!

Schatzsuche

Kurs Nr.	119-06
Datum	Sa 24. August 2019
Zeitplan	10.00 - 16.30
Ort	Oberland...
Treffpunkt	Freiburg
Preis	Fr. 65.-
Sprache	zweisprachig



Verantwortliche Ruth Rüfenacht
Sarah Geboltsberger

Stadt am See im Oberland...

Die S1 führt uns durchs Aaretal bis zur Stadt mit dem grossen Schloss am Fuss der hohen Berge. Zu Fuss und vielleicht auch mit dem Schiff sind wir auf der Schatzsuche.

Rehen und Eichhörnchen

Kurs Nr.	119-07
Datum	So 01. September 2019
Zeitplan	10.00 - 16.00
Ort	Tannholz
Treffpunkt	Bourguillon-Bürglen
Preis	Fr. 60.-
Sprache	zweisprachig



Verantwortliche Rachel Gogniat
Anouk Macherel

Rehen und Eichhörnchen

Dieser Tag im Wald wird uns erlauben, 2 Tiere besser zu kennen, die nicht so weit von uns leben : was sie essen, wie sie schlafen, welche Spuren sie hinterlassen...

Spielend werden wir uns in einem Reh verwandeln, und sogar das Lieblingessen der Eichhörnchen probieren!

Farbiger Herbst

Kurs Nr.	119-09
Datum	Sa 21. September 2019
Zeitplan	09.30 - 15.30
Ort	Alterswil
Treffpunkt	Alterswil
Preis	Fr. 60.-
Sprache	Deutsch



Verantwortliche

Daniela Schafer
Carole Schafer

Farbiger Herbst

Der Herbst mit seinen wunderschönen Farben lädt uns ein!

Wir gestalten einen Tag mit Basteln, Kochen und Backen.

Bei gutem Wetter machen wir zudem auch einen Spaziergang durch einen Herbstwald.

Afrikanische Bal(l)ade

Kurs Nr.	119-10
Datum	Sa 28. September 2019
Zeitplan	10.00 - 16.00
Ort	Besencens
Treffpunkt	Besencens / Bulle
Preis	Fr. 60.-
Sprache	zweisprachig



Verantwortliche Marie-France Jankow

Afrikanische Bal(l)ade

Auf Französisch, eine «balade» ist ein Spaziergang und eine «ballade» ist ein Tanz. Wir werden also beiden machen: spazieren und tanzen, im Wald und Torfland, Rhythmen suchend mit der Hilfe des Tänzer von Burkina Faso, Frederic Belemkoabga Wendpanga. Wir werden auch ein Feuer machen um Pranz, Schlaginstrumente und Tanz darum gern zu tun.

Raquettes

Kurs Nr.	120-01
Datum	Sa 25. Januar 2020
Zeitplan	09.45 - 16.00
Ort	Freiburger Voralpen
Treffpunkt	Freiburg
Preis	Fr. 65.-
Sprache	zweisprachig



Verantwortliche

Ruth Rüfenacht
Sarah Geboltsberger

Raquettes

Einführung ins Schneeschuhlaufen auf einem einfachen Parcours.

Schneeschuhe werden zur Verfügung gestellt.

Anmeldung

Frau

☐

Herr

☐

Name und Vorname

Geburtsdatum

AHV/IV-Nr.

französisch

☐

deutsch

☐

Wohnort

Heim/geschützte Wohnung bei meinen Eltern selbständig

☐☐☐

Adresse

.....

Ort

Telefon Natel

E-Mail

Haben Sie ein Generalabonnement (GA) SBB ?

ja
☐

nein
☐

Haben Sie ein Halbtax (1/2) SBB ?

☐☐

- Einschreibung auf der Rückseite -

Anmeldung

Anmeldung zu folgendem(n) Kurs(en)

- | | |
|---------|----------|
| 1 | 6 |
| 2 | 7 |
| 3 | 8 |
| 4 | 9 |
| 5 | 10 |

Gibt es etwas, das Sie uns mitteilen möchten betreffend Ihres Gesundheitszustandes oder Ihrer Sicherheit? Falls ja, was ?

.....

.....

Benutzen Sie einen Rollstuhl ?

ja	nein
☐	☐

Mit dieser Einschreibung akzeptiere ich die auf Seite 1 vermerkten Bedingungen.

Unterschrift

zurückzuschicken ans
Bildungszentrum
Rte de la Glâne 107
1752 Villars-sur-Glâne

bis spätestens 1. Juni 2019

- Adresseangaben auf der Vorderseite -



Rte de la Glâne 107 • 1752 Villars-sur-Glâne • 026 322 65 66 • www.cfc-bz.ch



Centre de formation continue Fribourg

Programme
des cours
d'un jour
2 0 1 9

En complément de l'offre de cours semestriels traditionnelle, le cfc propose depuis 2011 des cours d'un jour.

Ouverts à toute personne en situation de handicap (AI) de plus de 18 ans, ils consistent en

- **une journée**
- **un thème** de formation
- **un groupe** de 7 à 14 étudiant-e-s, selon le type de cours
- **un encadrement** assuré par 2 à 4 personnes (enseignant-e-s du cfc et/ou spécialistes du thème proposé)
- **un repas** partagé

Le cfc offre ainsi aux personnes adultes en situation de handicap du canton la possibilité de

- continuer à accroître leurs connaissances
- maintenir un réseau social avec d'autres étudiant-e-s du canton
- passer une journée hors du cadre habituel

Conditions

Par leurs inscriptions, les étudiant-e-s s'engagent à payer la finance de cours.

Chaque inscription est confirmée personnellement avant le 15 juin. Passé ce délai, en cas de désistement, seule la moitié de la finance de cours pourra être remboursée.

Les étudiant-e-s qui ne veulent pas que leur photo paraisse sur le programme ou sur le site internet du cfc doivent en informer la direction.

Pour plus d'informations sur le cfc merci de visiter notre site internet www.cfc-bz.ch ou de consulter notre programme des cours annuels à disposition au 026 322 65 66.

Au programme...

119-02	Au-delà des frontières	di	23.06.19	08h45 - 17h00
119-03	Plantes sauvages comestibles	di	30.06.19	10h00 - 16h00
119-04	Légendes de la Gruyère	sa	06.07.19	09h45 - 17h00
119-05	La forêt musicale	di	14.07.19	09h30 - 15h30
119-06	Chasse au trésor	sa	24.08.19	10h00 - 16h30
119-07	Chevreuil et écureuil	di	01.09.19	10h00 - 16h00
119-08	Journée multi-balles	di	15.09.19	10h00 - 16h00
119-10	Bal(l)ade africaine en forêt	sa	28.09.19	10h00 - 16h00
120-01	Raquettes	sa	25.01.20	09h45 - 16h00

Au-delà des frontières

Cours N°	119-02
Date	di 23 juin 2019
Horaire	08h45 - 17h00
Lieu	"Oscella Lepontiorum"
Rendez-vous	Fribourg
Prix	Fr. 85.-
Langue	bilingue



Responsables

Ruth Rüfenacht
Sarah Geboltsberger

Au-delà des frontières

En train vers le sud et à pied à la découverte des palais d'une ville historique...

Plantes sauvages et comestibles

Cours N°	119-03
Date	di 30 juin 2019
Horaire	10h00 - 16h00
Lieu	Forêt de Bourguillon
Rendez-vous	Bourguillon
Prix	Fr. 60.-
Langue	bilingue



Responsables Rachel Gogniat
Anouk Macherel

Plantes sauvages et comestibles

Au bord du chemin se cachent parfois de vrais trésors ! Lors d'une journée en forêt, nous partirons à la découverte des plantes sauvages, bonnes pour la santé et bonnes à manger.

Nous préparerons quelques spécialités avec les plantes que nous aurons récoltées. Déjà goûté aux chips d'orties ? C'est délicieux – et ça ne pique pas !

Légendes de la Gruyère

Cours N°	119-04
Date	sa 6 juillet 2019
Horaire	09h45 - 17h00
Lieu	Lessoc - Montbovon
Rendez-vous	Fribourg ou Bulle
Prix	Fr. 75.-
Langue	français



Responsables Elisabeth Grandjean
Bérangère Pittet, Caroline Beaud

La fontaine de Lessoc

Un jour, le bon père Colin s'en était allé à la foire de Château d'Oex.

Il y fit de bonnes affaires, surtout dans les auberges. A son retour, il s'arrêta à l'Hôtel de Jaman, à Montbovon, non pour le plaisir de boire, mais par politesse envers de vieux amis d'enfance...

Tiré des légendes fribourgeoises, Joseph Genoud, Editions à la Carte

La forêt musicale

Cours N°	119-05
Date	di 14 juillet 2019
Horaire	09h30 - 15h30
Lieu	Villars-sur-Glâne
Rendez-vous	Fribourg
Prix	Fr. 60.-
Langue	français



Responsables Mélanie Sigrist
Sophie Menétrey

Au bois de Mon Coeur

Dans la nature, les sons et les mélodies sont partout. Nous pouvons les entendre en tendant l'oreille.

Nous allons partir à leur rencontre, inventer des sons avec des éléments naturels, s'inspirer de ce qui nous entoure pour créer, interpréter, imaginer, chanter, danser et s'amuser dans la forêt et avec la forêt.

Chasse au trésor

Cours N°	119-06
Date	sa 24 août 2019
Horaire	10h00 - 16h30
Lieu	Dans l'Oberland...
Rendez-vous	Fribourg
Prix	Fr. 65.-
Langue	bilingue



Responsables Ruth Rüfenacht
Sarah Geboltsberger

Une ville au bord du lac, dans l'Oberland...

La S1 nous conduit, par le "Aaretal", jusqu'à la ville avec son grand château au pied des montagnes .

A pied et peut-être aussi en bateau nous partons à la chasse du trésor.

Chevreuil et écureuil

Cours N°	119-07
Date	di 1 ^{er} septembre 2019
Horaire	10h00 - 16h00
Lieu	Forêt de Bourguillon
Rendez-vous	Bourguillon
Prix	Fr. 60.-
Langue	bilingue



Responsables Rachel Gogniat
Anouk Macherel

Chevreuil et écureuil

Cette journée en forêt nous permettra de mieux connaître 2 animaux qui vivent près de nous : ce qu'ils mangent, comment ils dorment, quelles sont leurs traces, etc.

Nous ferons des jeux pour nous mettre dans la peau d'un chevreuil et goûterons aux desserts préférés des écureuils !

Journée multi-balles

Cours N°	119-08
Date	di 15 septembre 2019
Horaire	10h00 - 16h00
Lieu	Estavayer-le-Lac
Rendez-vous	Estavayer-le-Lac
Prix	Fr. 60.-
Langue	français



Responsables Dominic Soldati
Sandra Golay

Journée multi-balles

Une escapade au bord du lac où différents styles de balles vont nous accompagner tout au long de la journée.

Découvrir de nouvelles sensations sous formes d'exercices ludiques à travers le tennis, le mini golf et la pétanque. Un moment convivial où on laisse de côté les soucis quotidiens.

Bal(l)ade africaine en forêt

Cours N°	119-10
Date	sa 28 septembre 2019
Horaire	10h00 - 16h00
Lieu	Besencens
Rendez-vous	Besencens ou Bulle
Prix	Fr. 60.-
Langue	bilingue



Responsable Marie-France Jankow

Bal(l)ade africaine en forêt

Le mot ballade écrit avec deux «L» est le nom d'une danse d'où le choix de ce mot pour notre parcours dansé, le long du parcours vita de Fiaugères, en forêt et tourbière, à la recherche de sons et de rythmes procurés par Dame Nature et présentés par Frederic Belemkoabga Wendpanga, célèbre danseur du Burkina Faso.

Raquettes

Cours N°	120-01
Date	sa 25 janvier 2020
Horaire	09h45 - 16h00
Lieu	Préalpes fribourgeoises
Rendez-vous	Fribourg
Prix	Fr. 65.-
Langue	bilingue



Responsables Ruth Rüfenacht
Sarah Geboltsberger

Raquettes

Initiation aux raquettes sur un parcours facile.

Les raquettes seront mises à disposition.

Inscription

Madame

☐

Monsieur

☐

Nom et prénom

Date de naissance

No AVS/AI

français

☐

allemand

☐

Lieu de vie

en institution

☐

chez mes parents

☐

indépendant

☐

Adresse

.....

Localité

Téléphone Natel

email

Avez-vous un abonnement général (AG) CFF ?

oui
☐

non
☐

Avez-vous un abonnement demi-tarif (1/2) CFF ?

☐☐

- Inscription aux cours au verso -

Inscription

Inscription au(x) cours suivant(s)

1	6
2	7
3	8
4	9
5	10

Y a-t-il des informations que vous désirez nous transmettre concernant votre santé ou votre sécurité ? Si oui, lesquelles ?

.....

.....

Vous déplacez-vous en fauteuil roulant ?

☐	☐
--------------------------	--------------------------

En m'inscrivant, j'accepte les conditions données en première page du programme.

Signature

à renvoyer au
Centre de formation continue
Route de la Glâne 107
1752 Villars-sur-Glâne

jusqu'au 1^{er} juin 2019.

- Coordonnées au recto -

