

2024



CFC | BZ

Centre de formation continue Fribourg
Bildungszentrum Freiburg

**Tageskurs-
Programm**

Sind Sie **älter als 18**?

Möchten Sie mit Anderen einen Tag verbringen?

Lernen Sie gerne Orte und Neues kennen?

Erhalten Sie eine Rente von **der
Invaliden-Versicherung IV**?



Das Bildungszentrum organisiert Kurse an einem **Freitag, Samstag** oder **Sonntag**.

Sie können sich mit dem **Anmeldeformular** anmelden.

Sie können sich auch auf Internet anmelden: www.cfc-bz.ch

Sie müssen sich **bis zum 8. Juni 2024** anmelden.

Wenn Sie sich anmelden, müssen Sie für den Kurs bezahlen.

Sie erhalten vor dem Kurstag einen Brief mit allen Informationen.

Wir können Fotos machen im Kurs.

Wir behalten die Fotos. Es sind Erinnerungen an den Kurs.

Wir können die Fotos benutzen: Für unser Programm oder die Internet-Seite.

Bitte sagen Sie uns, wenn Sie nicht auf den Fotos drauf sein wollen.

Die Kursleiter müssen für Ihre Sicherheit schauen.

Die Kursleiter **können nicht für Ihre Sicherheit schauen**, wenn Sie nicht zum Kurs kommen.

Die Kursleiter **können nicht für Ihre Sicherheit schauen**, wenn Sie vor dem Ende vom Kurs weggehen.

Wir machen alles, damit Sie sich im Kurs wohlfühlen.

Wir passen sehr gut auf, dass es **keine Misshandlung** gibt.

Misshandlung ist: Wenn ein Mensch einem anderen Menschen weh tut.

Misshandlung ist: Wenn ein Mensch Gewalt benutzt.

Misshandlung ist: Wenn ein Mensch einen anderen Menschen zwingt, Sachen zu machen. Dabei will der andere Mensch diese Sachen nicht tun.

Das **Präventionskonzept** ist auf unserer Internet-Seite.

Anmeldeformular

Ich bin

Frau

Herr

Vorname und Name _____

Geburtsdatum _____

AHV/IV Nr. _____

Ich wohne

Strasse und Nr. _____

PLZ und Ort _____

Telefon _____

Natel _____

E-Mail _____

Andere Adresse für die Rechnung _____

Ich habe ein Abonnement zum Reisen

ein Generalabonnement SBB (GA)

ja

ein Halbtaxabonnement SBB (1/2)

ja

Ich melde mich für diese Kurse an:

_____	_____
_____	_____
_____	_____

Ich möchte Ihnen etwas betreffend meinen Gesundheitszustand oder meine Sicherheit mitteilen

Ich gebe für den Notfall diese Notrufnummer an _____

Ich benutze einen Rollstuhl

ja

Ich habe die Infos gelesen und ich unterschreibe _____

Bitte zurückschicken ans Bildungszentrum

route de la Glâne 107, 1752 Villars-sur-Glâne **bis spätestens 8. Juni 2024**



Auf dem Programm

124-02	Magischer Abend im Wald	05.07.24	oder	23.08.24	17.00 - 22.00 Uhr
124-07	Schatzsuche	15.09.24			09.00 - 15.00 Uhr
124-08	Von Grissach nach Murten...	21.09.24			10.00 - 17.00 Uhr
124-11	Papierwelt	06.10.24			13.30 - 16.30 Uhr
125-01	Winterwanderung	25.01.25			09.00 - 15.00 Uhr

Magischer Abend im Wald

Nummer	124-02
Datum	Freitag 5. Juli 2024 oder Freitag 23. August 2024
Zeit	17.00 - 22.00
Ort	Villars-sur-Glâne
Treffpunkt	Moncor-Wald
Preis	50 Franken
Sprache	Deutsch - französisch
Kursleitende	Rachel Gogniat Gisèle Marchi Lucas Marqués





Informationen

Dieser Kurs ist
für alle.

Wir sitzen bequem am Feuer und wir spielen,
hören Geschichten, essen eine gute Suppe...

Wie sieht es aus im Wald, wenn die Nacht
kommt ?

Duo Artemisa, Lucas und Gisèle aus Argentinien
werden uns mit Gitarre, Flöte und schönen
Liedern begeistern, und wer mag kann
mitsingen. Wir werden bunte Laternen basteln
und wenn die Nacht kommt, wird es sogar eine
kleine Überraschung geben...

Komm und genieße einen magischen Abend
mit uns!

Schatzsuche

Nummer	124-07
Datum	Sonntag 15. September 2024
Zeit	09.00 - 15.00
Ort	Yverdon
Treffpunkt	Bahnhof Freiburg
Preis	60 Franken
Sprache	Deutsch - französisch
Kursleitende	Ruth Rufenacht Sarah Geboltsberger





Informationen

Dieser Kurs ist für gute Wanderer.

Wir werden

- gemeinsam mit der Bahn fahren
- mehrere Stunden auf den Wegen gehen
- nach dem Schatz suchen
- Yverdon und seine Umgebung entdecken
- ein Picknick essen.

Ein schöner Tag auf der Suche nach dem Schatz.

Von Grissach nach Murten zu Fuss

Nummer	124-08
Datum	Samstag 21. September 2024
Zeit	10.00 - 17.00
Ort	Grissach - Murten
Treffpunkt	Bahnhof Freiburg
Preis	70 Franken
Sprache	Deutsch - französisch
Kursleitende	Laura Onderka Anne Gillon-Vorlet





Informationen

Dieser Kurs ist für Personen, die mehr als drei Stunden lang flach gehen können.

Wir werden

- einen schönen Spaziergang von Cressier nach Murten machen
- die historische Stätte der Schlacht bei Murten passieren
- durch den Wald gehen, um eine herrliche Aussicht auf den See zu genießen
- und einem schönen 10 Kilometer langen Wanderweg folgen.

Wir freuen uns darauf, Sie zu treffen und zusammen zu wandern!

Nummer	124-11
Datum	Sonntag 6. Oktober 2024
Zeit	13.30 - 16.30
Ort	Freiburg
Treffpunkt	Freiburg
Preis	30 Franken
Sprache	Deutsch - französisch
Kursleitende	Laura Onderka Evelyne Nguyen





Informationen

Dieser Kurs ist
für alle.

Wir werden

- das Kleben und Falten von Papier (Origami) entdecken
- eine Karte oder ein Poster gestalten
- einen Gegenstand aus Papier herstellen.

Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen.

Winterwanderung

Nummer	125-01
Datum	Samstag 25. Januar 2025
Zeit	09.00 - 15.00
Ort	Les Paccots
Treffpunkt	Bahnhof Freiburg
Preis	60 Franken
Sprache	Deutsch - französisch
Kursleitende	Ruth Rufenacht Sarah Geboltsberger





Informationen

Dieser Kurs ist für gute Wanderer.

Wir werden

- gemeinsam mit dem Bus fahren
- einen langen Spaziergang in der Natur machen
- die Winterlandschaft der Region entdecken
- unser Picknick essen.

Ein schöner Wintertag.

Bildungszentrum
Route de la Glâne 107
1752 Villars-sur-Glâne



www.cfc-bz.ch
026 322 65 66

2024



CFC | BZ

Centre de formation continue Fribourg
Bildungszentrum Freiburg

**Programme
des cours d'un jour**

Vous avez **plus de 18 ans** ?

Vous aimez passer une journée avec d'autres personnes ?

Vous aimez découvrir des lieux et apprendre de nouvelles choses ?

Vous recevez une rente de l'**assurance invalidité** AI ?



Le centre de formation continue organise des cours sur un vendredi, un samedi ou un dimanche.

Vous pouvez vous inscrire avec le bulletin d'inscription.

Vous pouvez aussi vous inscrire sur notre site internet www.cfc-bz.ch

Il faut s'inscrire avant le 8 juin 2024.

Si vous vous inscrivez alors vous devez payer le cours.

Vous recevez une lettre avec les informations avant le jour prévu.

Nous pouvons faire des photos pendant les cours.

Nous gardons ces photos comme souvenirs des cours.

Nous pouvons utiliser les photos pour notre programme ou notre site.

Vous devez nous dire si vous ne voulez pas être sur les photos.

Les enseignant-e-s sont responsables de votre sécurité pendant les cours.

Les enseignant-e-s **ne peuvent pas être responsables de votre sécurité** si vous ne venez pas au cours.

Les enseignant-e-s **ne peuvent pas être responsables de votre sécurité** si vous décidez de partir avant la fin du cours.

Nous faisons tout pour que vous soyez **bien dans nos cours**.

Nous faisons très attention qu'il n'y ait **pas de maltraitance**.

La maltraitance, c'est quand une personne fait du mal à une autre personne.

La maltraitance, c'est aussi quand une personne réagit avec de la violence.

La maltraitance, c'est aussi quand on force une personne à faire quelque chose qu'elle ne veut pas faire.

Le **concept de prévention** est sur notre site.

Bulletin d'inscription

Qui je suis

Madame

Monsieur

Prénom et nom _____

Date de naissance _____

N° AVS/AI _____

Où j'habite

Rue et numéro _____

Lieu _____

Téléphone _____

Natel _____

Adresse mail _____

Autre adresse pour la facture _____

J'ai un abonnement pour voyager

un abonnement général CFF

oui

un abonnement demi-tarif CFF

oui

Je m'inscris pour ces cours :

Je veux vous donner des informations sur ma santé et ma sécurité

Je donne ce numéro d'urgence en cas de besoin _____

Je me déplace en fauteuil roulant oui

J'ai lu les informations et je signe _____

A renvoyer au Centre de formation continue
route de la Glâne 107, 1752 Villars-sur-Glâne **avant le 8 juin 2024**



Au programme

124-02	Soirée magique en forêt	05.07.24	ou	23.08.24	17h00 - 22h00
124-03	Visite de la salle du Grand Conseil	24.08.24			09h30 - 14h30
124-04	Marche en basse montagne 1	25.08.24			09h15 - 16h15
124-05	Jeux en forêt	01.09.24			10h30 - 15h30
124-06	Marche en basse montagne 2	08.09.24			09h00 - 16h00
124-07	Chasse au trésor	15.09.24			09h00 - 15h00
124-08	De Cressier à Morat à pied	21.09.24			10h00 - 17h00
124-09	Un samedi au Jardin d'Ogoz	28.09.24			09h00 - 14h00
124-10	Escalade - grimpe en salle	29.09.24			10h00 - 14h00
124-11	Le monde du papier	06.10.24			13h30 - 16h30
125-01	Randonnée hivernale	25.01.25			09h00 - 15h00

Soirée magique en forêt

Numéro	124-02
Date	Vendredi 5 juillet 2024 ou Vendredi 23 août 2024
Heures	17h00 - 22h00
Lieu	Villars-sur-Glâne
Rendez-vous	Bois de Moncor
Prix	50 francs
Langue	Français - allemand
Enseignant-e-s	Rachel Gogniat Gisèle Marchi Lucas Marqués





Informations

Ce cours est pour toutes et tous.

Dans l'inscription, il faut indiquer la date qui va le mieux pour vous, le 5 juillet **ou** le 23 août.

Bien installés autour du feu, nous allons

- faire des jeux, écouter des histoires
- manger une bonne soupe
- observer comment la forêt change quand la nuit tombe.

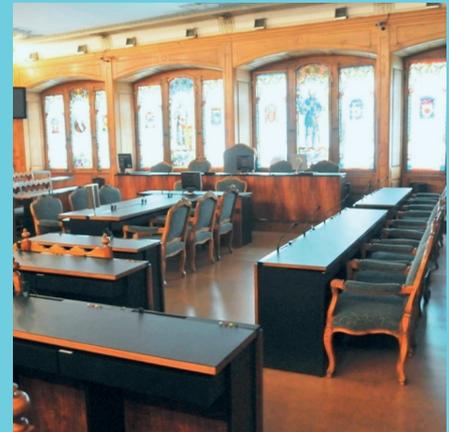
Le Duo Artemisa, Lucas et Gisèle d'Argentine nous enchanteront avec leurs instruments et leurs jolies chansons, faciles à chanter ensemble. Nous fabriquerons des lanternes colorées et quand la nuit sera là, il y aura un petit spectacle surprise...

Venez passer avec nous une soirée magique !

L'inscription est pour une des dates.

Visite de la salle du Grand Conseil

Numéro	124-03
Date	Samedi 24 août 2024
Heures	9h30 - 14h30
Lieu	Hôtel cantonal de Fribourg
Rendez-vous	Place de l'Hôtel-de-Ville
Prix	50 francs
Langue	Français
Enseignant-e-s	Elodie Siffert Géraldine Ayer





Informations

Ce cours est pour
toutes et tous.

Nous allons

- parler de la politique en Suisse et à Fribourg
- visiter la salle du Grand Conseil : c'est dans cette salle que les politiciens décident des lois de Fribourg
- pique-niquer au jardin du Musée d'art et d'histoire
- parler des votations et du droit de vote.

Nous nous réjouissons de passer cette journée avec vous.

Ce cours est ouvert à toutes les personnes intéressées, celles qui peuvent voter et celles qui ne peuvent pas voter.

Marche en basse montagne - journée 1

Numéro	124-04
Date	Dimanche 25 août 2024
Heures	09h15 - 16h15
Lieu	Lac de Lessoc
Rendez-vous	Gare de Bulle
Prix	70 francs
Langue	Français
Enseignant-e-s	Monique Berset Annic Berset





Informations

Ce cours est pour les personnes qui peuvent marcher pendant 2 heures.

Le Lac de Lessoc s'est formé quand un barrage a été construit.

Nous allons

- faire le tour du Lac de Lessoc
- marcher pendant 1h00 heure
- manger notre pique-nique ou notre grillade
- marcher de nouveau pendant 1h00 pour finir le tour.

Nous nous réjouissons de vous accueillir pour vivre une journée sympathique en basse montagne.

Journée 2 : parcours plus difficile (voir page 9)

Jeux en forêt

Numéro	124-05
Date	Dimanche 1 septembre 2024
Heures	10h30 - 15h30
Lieu	Villars-sur-Glâne
Rendez-vous	Bois de Moncor
Prix	50 francs
Langue	Français
Enseignant-e-s	Adele Colombo Rachel Gogniat





Informations

Ce cours est pour
toutes et tous.

Vous aimez bouger, rigoler et être ensemble
pour faire des jeux ?

Alors ce cours peut vous intéresser.

Durant cette journée nous allons

- découvrir de nouveaux jeux
- essayer de faire tomber des quilles en lançant un bâton
- bâtir ensemble une tour avec des plots en bois en équilibre les uns sur les autres
- jouer au Mikado géant et au croquet
- pique-niquer ensemble.

Marche en basse montagne - journée 2

Numéro	124-06
Date	Dimanche 8 septembre 2024
Heures	09h00 - 16h00
Lieu	La Berra - Le Cousimbert
Rendez-vous	Gare de Bulle
Prix	70 francs
Langue	Français
Enseignant-e-s	Monique Berset Annic Berset





Informations

Ce cours est pour les personnes qui peuvent marcher sur des chemins en pente durant plus de 4 heures.

Nous allons

- nous rendre à la Berra
- marcher 2h30
- partager un pique-nique ou une grillade
- marcher encore 1h30 pour atteindre notre destination.

Une belle journée dans la nature pour les très bons marcheurs.

Journée 1 : parcours plus facile (voir page 7)

Chasse au trésor

Numéro	124-07
Date	Dimanche 15 septembre 2024
Heures	09h00 - 15h00
Lieu	Yverdon
Rendez-vous	Gare de Fribourg
Prix	60 francs
Langue	Français - allemand
Enseignant-e-s	Ruth Rufenacht Sarah Geboltsberger





Informations

Ce cours est pour les personnes qui peuvent marcher plusieurs heures.

Nous allons

- prendre le train ensemble
- marcher plusieurs heures sur les chemins
- rechercher le trésor
- découvrir Yverdon et ses environs
- partager un pique-nique.

Une belle journée à la recherche du trésor.

De Cressier à Morat à pied

Numéro	124-08
Date	Samedi 21 septembre 2024
Heures	10h00 - 17h00
Lieu	Cressier - Morat
Rendez-vous	Gare de Fribourg
Prix	70 francs
Langue	Français - allemand
Enseignant-e-s	Laura Onderka Anne Gillon-Vorlet





Informations

Ce cours est pour les personnes qui peuvent marcher pendant plus de 3 heures à plat.

Nous allons

- faire une belle balade depuis Cressier jusqu'à Morat
- passer sur le site historique de la bataille de Morat
- marcher à travers la forêt pour découvrir une magnifique vue sur le lac
- suivre un joli sentier de 10 kilomètres.

Au plaisir de vous rencontrer et de marcher ensemble !

Un samedi au Jardin d'Ogoz

Numéro	124-09
Date	Samedi 28 septembre 2024
Heures	09h00 - 14h00
Lieu	Pont-en-Ogoz
Rendez-vous	Parking de l'Île d'Ogoz
Prix	50 francs
Langue	Français
Enseignant-e-s	Auriane Clément Stéphane Lambert





Informations

Ce cours est pour
toutes et tous.

Venez découvrir les travaux du maraîcher.

Le maraîcher est la personne qui cultive des légumes.

Nous vous proposons une journée au Jardin d'Ogoz au début de l'automne pour découvrir les grandes récoltes, le soin aux cultures et les plantations pour l'hiver.

A midi, nous pique-niquerons ensemble.

Escalade - grimpe en salle

Numéro	124-10
Date	Dimanche 29 septembre 2024
Heures	10h00 - 14h00
Lieu	L'Entrepôt à Bulle
Rendez-vous	L'Entrepôt à Bulle
Prix	40 francs
Langue	Français
Enseignant-e-s	Gilles Scherlé Lea Schertenleib





Informations

Ce cours est pour les personnes qui ont une bonne condition physique.

Nous allons

- apprendre à grimper dans une salle d'escalade
- grimper en toute sécurité, avec une corde
- pique-niquer ensemble.

Nous nous réjouissons de vous rencontrer et de grimper ensemble !

Le monde du papier

Numéro	124-11
Date	Dimanche 6 octobre 2024
Heures	13h30 - 16h30
Lieu	Villars-sur-Glâne
Rendez-vous	Villars-sur-Glâne
Prix	30 francs
Langue	Français - allemand
Enseignant-e-s	Laura Onderka Evelyne Nguyen





Informations

Ce cours est pour
toutes et tous.

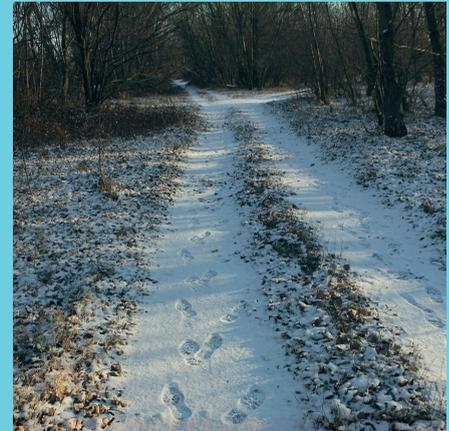
Nous allons

- découvrir le collage et le pliage du papier (origami)
- créer une carte, un poster
- faire un objet avec le papier.

Au plaisir de vous rencontrer.

Randonnée hivernale

Numéro	125-01
Date	Samedi 25 janvier 2025
Heures	09h00 - 15h00
Lieu	Les Paccots
Rendez-vous	Gare de Fribourg
Prix	60 francs
Langue	Français - allemand
Enseignant-e-s	Ruth Rufenacht Sarah Geboltsberger





Informations

Ce cours est pour les
bons marcheurs.

Nous allons

- prendre le bus ensemble
- faire une longue marche dans la nature
- découvrir le paysage hivernal de la région
- manger notre pique-nique.

Une belle journée d'hiver.

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



www.cfc-bz.ch
026 322 65 66