



L'Uni
de tout
le monde ! *Eine*
für alle !

www.unipopfr.ch





Des cours
pour tout le monde
dans tout le canton !

Kurse für alle
im ganzen Kanton !



Des cours peuvent être organisés
sur demande. Si vous êtes intéressés,
veuillez contacter directement
l'Université populaire:
info@unipopfr.ch

Kurse können auf Anfrage organi-
siert werden. Bei Interesse wenden
Sie sich bitte direkt an die Volks-
hochschule unter:
info@unipopfr.ch

Vacances scolaires Schulferien

14.10.2024 - 26.10.2024	Vacances d'automne / Herbstferien
01.11	Toussaint / Allerheiligen
08.12	Immaculée Conception / Mariä Empfängnis
23.12 - 04.01.2025	Noël / Weihnachtsferien

Contact Kontakt

Rue de Romont 12
1700 Fribourg
026 322 77 10
info@unipopfr.ch
www.unipopfr.ch

Ouverture des bureaux

Lundi et jeudi

9h - 11h
14h - 16h

Réception téléphonique

Mardi, mercredi et vendredi

9h - 11h

Öffnungszeiten

Montag und Donnerstag

09.00 - 11.00
14.00 - 16.00

Telefonische Sprechzeiten

Dienstag, Mittwoch und Freitag

09.00 - 11.00

Conditions générales de participation

INSCRIPTION

L'inscription se fait **par écrit** via notre **site Internet** www.unipopfr.ch ou avec la fiche d'inscription en annexe du présent programme.

Par son inscription, le / la participant/e atteste avoir pris connaissance des conditions générales de participation.

Une facture lui sera adressée par e-mail confirmant ainsi le cours.

Si un cours est complet ou annulé (inscriptions insuffisantes), il / elle en sera informé/e par e-mail.

Le prix du cours est à payer avant la première leçon du cours.

Les cours ne durant qu'une seule fois doivent être acquittés au moins 10 jours ouvrables avant leur date.

HORAIRES, LIEUX DE COURS ET NOMBRE DE PARTICIPANTS

Une unité de cours correspond à 60 minutes d'enseignement.

Les informations définitives sur l'heure et le lieu seront communiquées dans notre courrier de confirmation. Si, en cas de circonstances défavorables, une salle de cours ne peut être mise à disposition, l'Unipop se réserve le droit de donner les cours par vidéoconférence (notamment les cours de langues ou les cours ne nécessitant pas de matériel spécifique). La non-participation aux vidéoconférences ne donne droit ni à une rétrocession ni à un remboursement des taxes de cours.

En principe, la direction se réserve le droit de décision sur les points suivants :

- Les cours avec moins de quatre participants inscrits ne sont pas confirmés et n'ont pas lieu. Si les participant-e-s acceptent de payer le prix correspondant à 4 personnes, le cours est maintenu. Il peut aussi être envisagé de réduire le nombre de leçons.
- La direction se réserve le droit d'accepter un nombre raisonnable de participants supplémentaires dans un cours.

DÉSISTEMENT

Tout désistement doit être annoncé par écrit à info@unipopfr.ch ou par téléphone au 026 322 77 10.

Tout désistement entraîne des formalités administratives. Dès lors, les règles suivantes sont à respecter :

- Jusqu'à 11 jours calendriers : sans frais.
- 10 jours avant le début du cours : 100% du prix du cours est dû par le participant.

Aucune réduction ne sera accordée pour les leçons manquées.

Une facture impayée ou une information orale à un/e enseignant/e n'est pas considérée comme un désistement.

En cas d'absence pour cause de maladie ou d'accident (sur présentation d'un certificat médical remis dans un délai de 2 semaines), nous compensons les leçons manquées par un bon, valable 24 mois. Un remboursement en espèces n'est pas possible.

ATTESTATION DE SUIVI DE COURS

Le / la participant/e a droit à une attestation de suivi de cours à condition qu'il / elle ait suivi au minimum de 80% des leçons.

RESPONSABILITÉ

La responsabilité de l'Unipop n'est pas engagée en cas d'accident ou de vols durant les cours ou les excursions.

COVID

- 2 Nous sommes soumis à des dispositions légales qui peuvent être adaptées à tout moment.

Teilnahmebedingungen

EINSCHREIBUNG

Die Einschreibung muss schriftlich über unsere Internetseite www.unipopfr.ch oder mit dem beiliegenden Anmeldeformular erfolgen.

Mit der Einschreibung bestätigt der Teilnehmer/die Teilnehmerin, von den Teilnahmebedingungen der Volkshochschule des Kantons Freiburg Kenntnis genommen zu haben.

Der Kurs wird mit der Rechnung, die der Teilnehmer/die Teilnehmerin per e-mail erhalten, bestätigt. Ist ein Kurs bereits voll belegt oder findet er infolge ungenügender Teilnehmerzahl nicht statt, so wird der Teilnehmer/die Teilnehmerin schriftlich per e-mail darüber informiert.

Die Kursgebühren sind vor der ersten Kursstunde zu bezahlen.

Bei Kursen, die nur einmal stattfinden, ist die Kursgebühr spätestens 10 Werktage vor Kursbeginn zu bezahlen.

KURSE: ZEIT, ORT UND ANZAHL KURSTEILNEHMER-INNEN

Ein Kurseinheit entspricht 60 Minuten Unterrichtszeit.

Im Prinzip sind die genaue Zeit und der Ort des Kurses im Programm angegeben. Verbindlich sind jedoch die Angaben, die Sie unserer Kursbestätigung entnehmen. Sollten aus widrigen Gründen der VHSFR keine Räumlichkeiten zur Verfügung stehen, behält sich die Direktion vor, Kurse auf Videokonferenz umzuschalten: Es handelt sich in erster Linie um Sprachkurse oder Kurse, in welchen kein spezifisches Material benötigt werden. Eine Nicht-Teilnahme an den Videokonferenzen gibt keinerlei Anrecht auf eine Rückerstattung der Kurs-
taxen oder Nachholen des Kursstunden.

Die Direktion der VHSFR behält sich folgende Rechte vor:

- Kurse mit weniger als 4 eingeschriebene Teilnehmer-innen werden nicht bestätigt und finden nicht statt. Falls die Teilnehmer-innen bereit sind, die für 4 Personen berechneten Kurs-
taxen zu bezahlen, findet der Kurs statt. Eine weitere Möglichkeit kann darin bestehen, die Anzahl der angebotenen Kurs-
ktionen zu vermindern.
- Die Direktion kann sich das Recht vorbehalten eine annehmbare Anzahl von zusätzlichen Teilnehmern / Teilnehmerinnen in einem Kurs zu akzeptieren.

ABMELDUNG

Abmeldungen müssen schriftlich über info@unipopfr.ch oder per Telefon unter der Nummer 026 322 77 10 erfolgen. Eine Abmeldung ist mit administrativem Aufwand verbunden. Bitte beachten Sie deshalb folgende Regelung:

- bis 11 Kalendertage vor Kursbeginn kostenlos.
- 10 Kalendertage vor Kursbeginn 100% der Kursgebühr muss vom Teilnehmer-in bezahlt werden.

Für verpasste Lektionen wird keine Ermässigung der Kursgebühr gewährt.

Das Nichtbezahlen der in Rechnung gestellten Kursgebühr oder mündliche Mitteilung an Kursleitende gelten nicht als Abmeldung.

Bei Abwesenheit infolge Krankheit oder Unfall (gegen Vorlage eines ärztlichen Zeugnisses innerhalb von 2 Wochen) kann ein Gutschein für die nicht besuchten Lektionen ausgestellt werden, gültig 24 Monate. Eine Rückerstattung in bar ist nicht möglich.

KURSBESTÄTIGUNG

Der / die Teilnehmer-in hat das Anrecht auf eine Kursbestätigung wenn er mindestens 80% der Kurs-
ktionen besucht hat.

HAFTUNG

Die VHSFR haftet nicht für Unfälle oder Diebstahl während der Kurse oder Ausflüge.

COVID

Wir unterliegen den gesetzlichen Bestimmungen, die jederzeit angepasst werden können.

Echelle d'appréciation du CECRL

L'échelle d'appréciation des langues utilise une grille de six niveaux de connaissances comparables au plan international (A1, A2, B1, B2, C1, C2).

À la fin d'un niveau, vous devriez pouvoir:

UTILISATEUR ÉLÉMENTAIRE

Écouter = comprendre des mots et des phrases simples lorsque l'interlocuteur parle lentement et distinctement.

Parler = pouvoir formuler des phrases simples sur des sujets familiers.

Lire = comprendre des mots et des phrases simples, par exemple dans des catalogues ou des affiches.

Écrire = remplir un formulaire simple, par exemple à l'hôtel.

A 1

Écouter = comprendre des informations simples et saisir l'essentiel de messages clairs.

Parler = se faire comprendre dans des situations familières.

Lire = comprendre des textes simples et courts, par exemple prospectus, menus, catalogues.

Écrire = écrire des notes et des messages simples et courts.

A 2

UTILISATEUR INDÉPENDANT

Écouter = comprendre les informations radio/tv lorsqu'elles sont exprimées de façon claire.

Parler = pouvoir participer à des discussions sur des sujets familiers.
Décrire ses sentiments et souhaits.

Lire = comprendre des textes de la vie courante ou relative à son travail.

Écrire = écrire des lettres personnelles.

B 1

Écouter = comprendre des discours et conférences ainsi que la plupart des émissions TV.

Parler = communiquer aisément et pouvoir présenter et défendre un point de vue.

Lire = lire des articles et des rapports sur des sujets d'actualités.

Écrire = rédiger des rapports en exposant ses arguments.

B 2

UTILISATEUR EXPÉRIMENTÉ

Écouter = comprendre sans trop d'efforts de longs discours ainsi que des émissions TV et des films.

Parler = s'exprimer spontanément et couramment dans la plupart des situations.

Lire = comprendre de longs et complexes textes factuels ou littéraires.

Écrire = écrire sur des sujets complexes en adaptant le style au destinataire.

C 1

Écouter = comprendre le langage oral sans difficulté et en toute circonstance.

Parler = communiquer sans effort et avec précision et argumenter de manière claire et fluide.

Lire = lire sans effort tout type de texte.

Écrire = rédiger des lettres ou rapports complexes dans un style adapté aux circonstances.

C 2

A = NIVEAU DE BASE

B = NIVEAU MOYEN

C = NIVEAU AVANCÉ

Niveaustufen des GERS

Das gängige Sprachstufen-System verwendet ein Raster von 6 international vergleichbaren Niveaustufen (A1, A2, B1, B2, C1, C2).

Am Ende einer Stufe sollten Sie Folgendes können:

ELEMENTARE SPRACHANWENDUNG

Hören = Wörter und einfache Sätze verstehen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.

Sprechen = sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen.

Lesen = einzelne Wörter und einfache Sätze verstehen, z.B. auf Plakaten und Schildern.

Schreiben = einfache Formulare ausfüllen, z.B. im Hotel.

A 1

A 2

Hören = einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen.

Sprechen = kurze einfache Gespräche in Alltagssituationen führen.

Lesen = kurze einfache Texte verstehen, z.B. auf Anzeigen, Speisekarten.

Schreiben = kurze Notizen und Mitteilungen abfassen.

SELBSTSTÄNDIGE SPRACHANWENDUNG

Hören = das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn deutlich gesprochen wird.

Sprechen = in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben.

Lesen = Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen.

Schreiben = persönliche Briefe schreiben.

B 1

B 2

Hören = im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird.

Sprechen = sich fast mühelos an einer Diskussion beteiligen und aktiv eigene Ansichten vertreten.

Lesen = Artikel und Berichte über aktuelle Fragen verstehen.

Schreiben = detaillierte Texte verfassen, z.B. Aufsätze oder Berichte.

KOMPETENTE SPRACHANWENDUNG

Hören = längern Redebeiträgen folgen und Radio- / TV-Sendungen ohne besondere Mühe verstehen.

Sprechen = sich in den meisten Situationen spontan und fließend ausdrücken.

Lesen = komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen.

Schreiben = sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben.

C 1

C 2

Hören = ohne Schwierigkeit die gesprochene Sprache verstehen, auch wenn schnell gesprochen wird.

Sprechen = sich mühelos, sicher und angemessen an Gesprächen und Diskussionen beteiligen.

Lesen = jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen.

Schreiben = anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken.

A = GRUNDSTUFE

B = MITTELSTUFE

C = OBERSTUFE

Cours de langues Sprachkurse

Chaque mois, l'Université populaire du canton de Fribourg met sur pied de nouveaux cours (ou à la demande). Sont ainsi proposés des enseignements du Français, de l'Allemand, de l'Anglais, de l'Espagnol et de l'Italien du niveau A1 au niveau C2, selon les types de cours suivants :

- Cours standard (hebdomadaire)
- Cours semi-intensif (3x par semaine)
- Cours intensif (5x par semaine)
- Cours de conversation
- Cours privé
- Cours semi-privé
- Cours de préparation aux examens Telc, Goethe, Delf/Dalf, First, Advanced, Proficiency
- Cours d'écriture
- Cours à niveaux (A1-A2, A2-B1, B1-B2)
- Cours par vidéoconférence
- Cours en entreprise

Nos autres langues proposées en cours standard, cours de conversation, cours privé ou semi-privé ou cours sur demande concernent :

Arabe, Russe, Chinois, Japonais, Portugais Brésilien, Grec, Patois (gratuit), Bosnien

Die Volkshochschule des Kantons Freiburg bietet jeden Monat neue Kurse an (oder auf Anfrage). Französisch, Deutsch, Englisch, Spanisch und Italienisch werden auf den Stufen A1 bis C2 in folgenden Kursen angeboten:

- *Wöchentlicher Standardkurs*
- *Halbintensivkurs (3x pro Woche)*
- *Intensivkurs (5x pro Woche)*
- *Konversationskurs*
- *Privatkurs*
- *Halbprivatkurs*
- *Vorbereitungskurs zu Telc, Goethe, Delf/Dalf, First, Advanced, Proficiency*
- *Schreibkurs*
- *Niveauekurse (A1-A2, A2-B1, B1-B2)*
- *Kurs per Videokonferenz*
- *Firmenkurs*

Zudem werden in Standardkursen, Konversationskursen, Privatkursen oder Halbprivatkursen folgende Sprachen angeboten:

Arabisch, Russisch, Chinesisch, Japanisch, Brasilianisches Portugiesisch, Griechisch, Patois (gratis), Bosnisch

Les cours de plus de trois mois peuvent bénéficier de facilités de paiement. Veuillez vous adresser au secrétariat au 026 322 77 10 ou info@unipopfr.ch.

COURSKURSE

www.unipopfr.ch

> jour après jour <

Notre programme de cours s'étoffe...
Consultez régulièrement notre site internet!

> jeden Tag <

Unser Kursprogramme erweitert sich...
Besuchen Sie regelmässig unsere Website!

ALLEMAND DEUTSCH



Test de niveau: vous avez la possibilité de passer un test de niveau sur notre site Internet.

Celui-ci vous permettra ensuite de vous inscrire au cours adéquat.

Sous réserve de changements / Änderungen vorbehalten

Einstufungstest: Sie haben die Möglichkeit auf unserer Internetseite einen Einstufungstest durchzuführen.

Dieser Test ermöglicht Ihnen, sich für den passenden Sprachkurs einzuschreiben.

Allemand A1.1 **Débuter avec assurance**

Deutsch A1.1 *Selbstbewusst beginnen*

2024-S2-401111-FR Fribourg Lu 02.09. 19:00 – Lu 20.01. 20:30 17 x 90 min CHF 675.–

* Allemand A1.1 **Débuter avec assurance**

* Deutsch A1.1 *Selbstbewusst beginnen*

2024-S2-401116-GR Bulle Je 05.09. 17:30 – Je 23.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

Allemand A1.2 **Faux débutant**

Deutsch A1.2 *Wiedereinsteiger*

2024-S2-401121-FR Fribourg Ma 03.09. 18:00 – Ma 21.01. 19:30 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-401126-GR Bulle Me 04.09. 19:15 – Me 22.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

Allemand A2.1 **Communiquer simplement**

Deutsch A2.1 *Einfach kommunizieren*

2024-S2-401217-SE Courtepin Je 05.09. 18:00 – Je 23.01. 19:30 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-401218-SN Düdingen Je 05.09. 17:30 – Je 23.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-401211-FR Fribourg Ma 03.09. 19:00 – Ma 21.01. 20:30 17 x 90 min CHF 675.–

* Allemand A2.1 **Communiquer simplement**

* Deutsch A2.1 *Einfach kommunizieren*

2024-S2-401216-GR Bulle Je 05.09. 19:15 – Je 23.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

Allemand A2.2 **Prendre de l'assurance**

Deutsch A2.2 *Selbstvertrauen gewinnen*

2024-S2-401221-FR Fribourg Ma 03.09. 18:00 – Ma 21.01. 19:30 17 x 90 min CHF 675.–

* Allemand A2-B1 **Révision grammatical**

* Deutsch A2-B1 *Grammatik auffrischen*

2024-S2-401231-FR Fribourg Ma 03.09. 11:00 – Ma 24.09. 12:00 4 x 60 min CHF 96.–

2024-S2-401232-FR Fribourg Ma 05.11. 12:00 – Ma 26.11. 13:00 4 x 60 min CHF 96.–

Allemand B1.1 **Entreprendre l'indépendance**

Deutsch B1.1 **Selbstständigkeit unternehmen**

2024-S2-402118-SN Düdingen Je 05.09. 19:15 – Je 30.01. 20:45 18 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-402111-FR Fribourg Ma 03.09. 17:30 – Ma 21.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-402117-SE Courtepin Je 05.09. 19:30 – Je 23.01. 21:00 17 x 90 min CHF 675.–

Allemand B1.2 **Sur le chemin de l'indépendance**

Deutsch B1.2 **Auf dem Weg zur Selbstständigkeit**

2024-S2-402121-FR Fribourg *sur demande* 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-402126-GR Bulle *sur demande* 17 x 90 min CHF 675.–

Allemand B2.1 **Consolider l'autonomie**

Deutsch B2.1 **Autonomie festigen**

2024-S2-402211-FR Fribourg Lu 02.09. 17:30 – Lu 20.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

Deutsch C1 **Konversation**

2024-S2-403151-FR Fribourg Ma 03.09. 17:30 – Ma 21.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

Brauchen Sie einen Kurs nach Mass?

Sie sind auf der Suche nach einem massgeschneiderten Bildungsangebot die auf Ihre speziellen Bedürfnisse ausgerichtet ist?

Wir haben die richtige Lösung für Sie

Unsere massgeschneiderten Privatkurse sind angepasst an

- > Ihren Rhythmus
- > Ihr Niveau
- > Ihre Ziele
- > Ihre Verfügbarkeit

Mit unseren erfahrenen Lehrern profitieren Sie einer individuellen Begleitung.

Kontaktieren Sie uns um mehr zu erfahren

- > per E-Mail : manu.garcia@unipopfr.ch
- > per Telefon (montags und donnerstags): 026 322 77 10

FRANÇAIS FRANZÖSISCH



Test de niveau: vous avez la possibilité de passer un test de niveau sur notre site Internet.

Celui-ci vous permettra ensuite de vous inscrire au cours adéquat.

Sous réserve de changements / Änderungen vorbehalten

Einstufungstest: Sie haben die Möglichkeit auf unserer Internetseite einen Einstufungstest durchzuführen.

Dieser Test ermöglicht Ihnen, sich für den passenden Sprachkurs einzuschreiben.

* Français A1.1 **Débuter avec assurance**

* Französisch A1.1 **Selbstbewusst beginnen**

2024-S2-411111-FR Fribourg Ma 03.09. 17:30 – Ma 21.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-411118-SN Düdingen Lu 02.09. 17:30 – Lu 20.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

* Français A1.2 **Faux débutant**

* Französisch A1.2 **Wiedereinsteiger**

2024-S2-411121-FR Fribourg Je 05.09. 17:30 – Je 23.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

Français A2.1 **Communiquer simplement**

Französich A2.1 **Einfach kommunizieren**

2024-S2-411211-FR Fribourg Ma 03.09. 17:00 – Je 21.01. 18:30 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-411216-GR Bulle Ma 03.09. 17:30 – Ma 21.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-411217-SE Courtepin Me 02.10. 17:30 – Me 22.01. 19:00 13 x 90 min CHF 517.–

* Français A2.1 **Communiquer simplement**

* Französich A2.1 **Einfach kommunizieren**

2024-S2-411218-SN Düdingen Lu 02.09. 19:15 – Lu 20.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

Français A2.2 **Prendre de l'assurance**

Französich A2.2 **Selbstvertrauen gewinnen**

2024-S2-411226-GR Bulle Lu 02.09. 17:30 – Lu 20.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

Français B1.1 **Entreprendre l'indépendance**

Französich B1.1 **Selbstständigkeit unternehmen**

2024-S2-412111-FR Fribourg Lu 02.09. 17:30 – Lu 20.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-412116-GR Bulle Ma 03.09. 19:15 – Ma 21.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-412117-SE Courtepin Me 02.10. 19:15 – Me 22.01. 20:45 13 x 90 min CHF 517.–

* Français B1.1 **Entreprendre l'indépendance**

* Französich B1.1 **Selbstständigkeit unternehmen**

2024-S2-412118-SN Düdingen Je 05.09. 17:30 – Je 23.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

Français B1.2 **Sur le chemin de l'indépendance**

*Französisch B1.2 **Auf dem Weg zur Selbstständigkeit***

2024-S2-412121-FR Fribourg Ve 06.09. 17:00 – Ve 24.01. 18:30 16 x 90 min CHF 636.–

* Français B1.2 **Sur le chemin de l'indépendance**

* *Französisch B1.2 **Auf dem Weg zur Selbstständigkeit***

2024-S2-412126-GR Bulle Lu 02.09. 19:15 – Lu 20.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

Français B2.1 **Consolider l'autonomie**

*Französisch B2.1 **Autonomie festigen***

2024-S2-412211-FR Fribourg Lu 02.09. 19:15 – Lu 20.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-412216-GR Bulle Lu 02.09. 18:00 – Lu 20.01. 19:30 17 x 90 min CHF 675.–

* Français B2.1 **Consolider l'autonomie**

* *Französisch B2.1 **Autonomie festigen***

2024-S2-412218-SN Düdingen Je 05.09. 19:15 – Je 23.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

Français B2.2 **Préparer son avenir**

*Französisch B2.2 **Seine Zukunft vorbereiten***

2024-S2-412221-FR Fribourg Ma 03.09. 18:15 – Ma 21.01. 20:15 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-412226-GR Bulle Ma 03.09. 17:30 – Ma 21.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

* Français B2.2 **Préparer son avenir**

* *Französisch B2.2 **Seine Zukunft vorbereiten***

2024-S2-452221-FR Fribourg Me 04.09. 09:30 – Me 22.01. 11:00 17 x 90 min CHF 675.–

Français C1 **S'exprimer couramment à l'écrit et à l'oral**

*Französisch C1 **Sich fließend schriftlich und mündlich ausdrücken***

2024-S2-413111-FR Bulle Ma 03.09. 19:15 – Ma 21.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

COURSKURSE

www.unipopfr.ch

> jour après jour <

Notre programme de cours s'étoffe...
Consultez régulièrement notre site internet!

> jeden Tag <

Unser Kursprogramme erweitert sich...
Besuchen Sie regelmässig unsere Website!

ITALIEN

ITALIENISCH



Test de niveau: vous avez la possibilité de passer un test de niveau sur notre site Internet.

Celui-ci vous permettra ensuite de vous inscrire au cours adéquat.

Sous réserve de changements / Änderungen vorbehalten

Einstufungstest: Sie haben die Möglichkeit auf unserer Internetseite einen Einstufungstest durchzuführen.

Dieser Test ermöglicht Ihnen, sich für den passenden Sprachkurs einzuschreiben.

Italien A1.1 **Débuter avec assurance**

Italienisch A1.1 **Selbstbewusst beginnen**

2024-S2-421111-FR Fribourg Me 04.09. 17:30 – Me 22.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

Italien A2.1 **Communiquer simplement**

Italienisch A2.1 **Einfach kommunizieren**

2024-S2-421211-FR Fribourg Me 04.09. 19:15 – Me 22.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

Italien B1.1 **Entreprendre l'indépendance**

Italienisch B1.1 **Selbstständigkeit unternehmen**

2024-S2-422111-FR Fribourg Ve 06.09. 09:00 – Ve 31.01. 10:30 17 x 90 min CHF 675.–

* Italien B1.2 **Sur le chemin de l'indépendance**

* Italienisch B1.2 **Auf dem Weg zur Selbstständigkeit**

2024-S2-422121-FR Fribourg Lu 02.09. 18:35 – Lu 20.01. 20:05 17 x 90 min CHF 675.–

* Italien B2.1 **Consolider l'autonomie**

* Italienisch B2.1 **Autonomie festigen**

2024-S2-422211-FR Fribourg Lu 02.09. 17:00 – Lu 20.01. 18:30 17 x 90 min CHF 675.–

« Quien aprende una nueva lengua
adquiere una nueva alma. »

Juan Ramón Jiménez



ANGLAIS ENGLISCH

Test de niveau: vous avez la possibilité de passer un test de niveau sur notre site Internet.

Celui-ci vous permettra ensuite de vous inscrire au cours adéquat.

Einstufungstest: Sie haben die Möglichkeit auf unserer Internetseite einen Einstufungstest durchzuführen.

Dieser Test ermöglicht Ihnen, sich für den passenden Sprachkurs einzuschreiben.

Sous réserve de changements / Änderungen vorbehalten

Anglais A2 **Conversation** Englisch A2 **Konversation**

2024-S2-441251-FR Fribourg Ma 24.09. 16:30 – Ma 28.01. 18:00 15 x 90 min CHF 596.–

Anglais A1.1 **Débuter avec assurance** Englisch A1.1 **Selbstbewusst beginnen**

2024-S2-441111-FR Fribourg Ma 24.09. 19:30 – Ma 28.01. 21:00 15 x 90 min CHF 596.–

2024-S2-441116-GR Bulle Je 05.09. 17:30 – Je 23.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-441118-SN Düdingen *sur demande* 17 x 90 min CHF 675.–

Anglais A1.2 **Faux débutant** Englisch A1.2 **Wiedereinsteiger**

2024-S2-441121-FR Fribourg *sur demande* 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-441126-GR Bulle *sur demande* 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-441128-SN Düdingen *sur demande* 17 x 90 min CHF 675.–

Anglais A2.1 **Communiquer simplement** Englisch A2.1 **Einfach kommunizieren**

2024-S2-441211-FR Fribourg *sur demande* 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-441216-GR Bulle Je 05.09. 19:15 – Je 23.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-441218-SN Düdingen *sur demande* 17 x 90 min CHF 675.–

« La compétence s'acquiert par l'apprentissage.
N'arrêtez donc jamais d'apprendre »

Mouctar Keïta

Anglais A2.2 **Prendre de l'assurance**

Englisch A2.2 **Selbstvertrauen gewinnen**

2024-S2-441221-FR	Fribourg	sur demande	17 x 90 min	CHF 675.–
2024-S2-441226-GR	Bulle	sur demande	17 x 90 min	CHF 675.–
2024-S2-441228-SN	Düdingen	sur demande	17 x 90 min	CHF 675.–

Anglais B1.1 **Entreprendre l'indépendance**

Englisch B1.1 **Selbstständigkeit unternehmen**

2024-S2-442111-FR	Fribourg	Me 04.09. 17:30 – Me 22.01. 19:00	17 x 90 min	CHF 675.–
2024-S2-442116-GR	Bulle	Lu 02.09. 19:45 – Lu 20.01. 21:15	17 x 90 min	CHF 675.–
2024-S2-442118-SN	Düdingen	sur demande	17 x 90 min	CHF 675.–

Anglais B2.1 **Consolider l'autonomie**

Englisch B2.1 **Autonomie festigen**

2024-S2-442211-FR	Fribourg	sur demande	17 x 90 min	CHF 675.–
2024-S2-442216-GR	Bulle	sur demande	17 x 90 min	CHF 675.–
2024-S2-442218-SN	Düdingen	sur demande	17 x 90 min	CHF 675.–

English B2 **Conversation**

2024-S2-442251a-FR	Fribourg	Je 05.09. 13:45 – Je 14.11. 15:15	9 x 90 min	CHF 358.–
2024-S2-442251b-FR	Fribourg	Je 21.11. 13:45 – Je 23.01. 15:15	8 x 90 min	CHF 318.–

English C1 **Conversation**

2024-S2-443152-FR	Fribourg	Ma 24.09. 18:00 – Ma 28.01. 19:30	15 x 90 min	CHF 596.–
--------------------------	----------	-----------------------------------	-------------	-----------

Besoin d'un cours **sur mesure** ?

Vous êtes à la recherche d'une formation personnalisée qui répond à vos besoins spécifiques ?

Nous avons la solution pour vous

Nos cours privés sur mesure sont adaptés

- > à votre rythme
- > à votre niveau
- > à vos objectifs
- > à vos disponibilités

Avec nos enseignants expérimentés, vous bénéficierez d'un accompagnement individualisé. Contactez-nous dès maintenant pour en savoir plus

- > par email : manu.garcia@unipopfr.ch
- > par téléphone (le lundi et jeudi) : 026 322 77 10



ESPAGNOL SPANISCH

Test de niveau: vous avez la possibilité de passer un test de niveau sur notre site Internet.

Celui-ci vous permettra ensuite de vous inscrire au cours adéquat.

Einstufungstest: Sie haben die Möglichkeit auf unserer Internetseite einen Einstufungstest durchzuführen.

Dieser Test ermöglicht Ihnen, sich für den passenden Sprachkurs einzuschreiben.

Sous réserve de changements / Änderungen vorbehalten

* Espagnol A1.1 **Débuter avec assurance**

* Spanisch A1.1 **Selbstbewusst beginnen**

2024-S2-451111-FR Fribourg Lu 02.09. 14:00 – Lu 20.01. 15:30 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-451113-GR Fribourg Ma 03.09. 19:00 – Ma 21.01. 20:30 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-451116-GR Bulle sur demande 17 x 90 min CHF 675.–

* Espagnol A1.1 **Débuter avec assurance** Cours intensif

* Spanisch A1.1 **Selbstbewusst beginnen** Intensiv Kurs

2024-S2-451112-FR Fribourg Ma 03.09. 9:00 – Ve 24.01. 10:30 33 x 90 min CHF 1192.–

Espagnol A1.1 **Débuter avec assurance**

Spanisch A1.1 **Selbstbewusst beginnen**

2024-S2-451118-SN Düdingen sur demande 17 x 90 min CHF 675.–

* Espagnol A1.2 **Faux débutant**

* Spanisch A1.2 **Wiedereinsteiger**

2024-S2-451121-FR Fribourg Lu 02.09. 09:30 – Lu 20.01. 11:00 17 x 90 min CHF 675.–

Espagnol A1.2 **Faux débutant**

Spanisch A1.2 **Wiedereinsteiger**

2024-S2-451126-GR Bulle sur demande 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-451128-SN Düdingen Lu 02.09. 17:30 – Lu 20.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

* Espagnol A2.1 **Communiquer simplement**

* Spanisch A2.1 **Einfach kommunizieren**

2024-S2-451211-FR Fribourg Lu 02.09. 19:00 – Lu 20.01. 20:30 17 x 90 min CHF 675.–

Espagnol A2.1 **Communiquer simplement**

Spanisch A2.1 **Einfach kommunizieren**

2024-S2-451216-GR Bulle Je 05.09. 17:30 – Je 23.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-451218-SN Düdingen sur demande 17 x 90 min CHF 675.–

* Espagnol A2.2 **Prendre de l'assurance**

* Spanisch A2.2 **Selbstvertrauen gewinnen**

2024-S2-451221-FR Fribourg Me 04.09. 19:00 – Me 22.01. 20:30 17 x 90 min CHF 675.–

Espagnol A2.2 **Prendre de l'assurance**

Spanisch A2.2 **Selbstvertrauen gewinnen**

2024-S2-451226-GR Bulle sur demande 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-451225a-GL Romont Lu 02.09. 18:00 – Lu 11.11. 19:30 9 x 90 min CHF 358.–

2024-S2-451225b-GL Romont Lu 18.11. 18:00 – Lu 20.01. 19:30 8 x 90 min CHF 318.–

* Espagnol B1.1 **Entreprendre l'indépendance**

* Spanisch B1.1 **Selbstständigkeit unternehmen**

2024-S2-452111-FR Fribourg Ma 03.09. 14:30 – Ma 21.01. 16:00 17 x 90 min CHF 675.–

Espagnol B1.1 **Entreprendre l'indépendance**

Spanisch B1.1 **Selbstständigkeit unternehmen**

2024-S2-452116-GR Bulle sur demande 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-452118-SN Düdingen Lu 02.09. 19:15 – Lu 20.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

Espagnol B1.2 **Sur le chemin de l'indépendance**

Spanisch B1.2 **Auf dem Weg zur Selbstständigkeit**

2024-S2-452121-FR Fribourg Me 04.09. 15:30 – Me 22.01. 17:00 17 x 90 min CHF 675.–

* Espagnol B2 **Conversación «Tertulias del martes»**

* Spanisch B2 **Conversación «Tertulias del martes»**

2024-S2-452253-FR Fribourg Ma 03.09. 17:30 – Ma 21.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

Español B2 **conversación**

2024-S2-452251-FR Fribourg Ma 03.09. 18:30 – Ma 21.01. 20:00 17 x 90 min CHF 675.–

Español B2 **conversación y lecturas**

2024-S2-452256a-GR Bulle Me 04.09. 18:30 – Me 13.11. 20:00 9 x 90 min CHF 358.–

2024-S2-452256b-GR Bulle Me 20.11. 18:30 – Me 22.01. 20:00 8 x 90 min CHF 319.–

* Espagnol B2.1 **Consolider l'autonomie**

* Spanisch B2.1 **Autonomie festigen**

2024-S2-452211-FR Fribourg Lu 02.09. 17:30 – Lu 20.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-452212-FR Fribourg Me 04.09. 09:30 – Me 22.01. 11:00 17 x 90 min CHF 675.–

« Quien aprende una nueva lengua
adquiere una nueva alma. »

Juan Ramón Jiménez

Espagnol B2.1 **Consolider l'autonomie**

Spanisch B2.1 **Autonomie festigen**

2024-S2-452216-GR Bulle sur demande 17 x 90 min CHF 675.–

2024-S2-452218-SN Düringen Me 04.09. 19:15 – Me 22.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

Espagnol C1 **S'exprimer couramment à l'écrit et à l'oral**

Spanisch C1 **Sich fließend schriftlich und mündlich ausdrücken**

2024-S2-453116-GR Bulle sur demande 17 x 90 min CHF 675.–

* Espagnol C1.1 **S'exprimer couramment à l'écrit et à l'oral**

* Spanisch C1.1 **Sich fließend schriftlich und mündlich ausdrücken**

2024-S2-453111-FR Fribourg Ma 03.09. 19:00 – Ma 21.01. 20:30 17 x 90 min CHF 675.–

Espagnol C1 **Conversation**

Spanisch C1 **Konversation**

2024-S2-453118a-SN Düringen Me 04.09. 17:30 – Me 13.11. 19:00 9 x 90 min CHF 358.–

2024-S2-453118b-SN Düringen Me 20.11. 17:30 – Me 22.01. 19:00 8 x 90 min CHF 319.–

Brauchen Sie einen Kurs nach Mass?

Sie sind auf der Suche nach einem massgeschneiderten Bildungsangebot die auf Ihre speziellen Bedürfnisse ausgerichtet ist?

Wir haben die richtige Lösung für Sie

Unsere massgeschneiderten Privatkurse sind angepasst an

- > Ihren Rhythmus
- > Ihr Niveau
- > Ihre Ziele
- > Ihre Verfügbarkeit

Mit unseren erfahrenen Lehrern profitieren Sie einer individuellen Begleitung.

Kontaktieren Sie uns um mehr zu erfahren

- > per E-Mail : manu.garcia@unipopfr.ch
- > per Telefon (montags und donnerstags): 026 322 77 10

JAPONAIS JAPANISCH



Japonais A1.1 | *Japanisch A1.1*

2024-S2-491001a-FR Fribourg Je 05.09. 19:30 – Je 14.11. 21:00 9 x 90 min CHF 358.–

2024-S2-491001b-FR Fribourg Je 21.11. 19:30 – Je 23.01. 21:00 8 x 90 min CHF 319.–

Japonais A2.2 | *Japanisch A2.2*

2024-S2-491221a-FR Fribourg Me 04.09. 19:30 – Me 13.11. 21:00 9 x 90 min CHF 358.–

2024-S2-491221b-FR Fribourg Me 20.11. 19:30 – Me 22.01. 21:00 8 x 90 min CHF 319.–

Qui apprend
une nouvelle langue
acquiert
une nouvelle âme

Juan Ramón Jiménez



RUSSE RUSSISCH

Russe A2 (151-180 heures)

Russisch A2 (151-180 Stunden)

2024-S2-481213-FR Fribourg Lu 02.09. 17:30 – Lu 20.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

Russe A1 (0-30 heures)

Russisch A1 (0-30 Stunden)

2024-S2-481110-FR Fribourg Lu 02.09. 19:15 – Lu 20.01. 20:45 17 x 90 min CHF 675.–

Russe A1 (91-120 heures)

Russisch A1 (91-120 Stunden)

2024-S2-481114-FR Fribourg Ma 03.09. 18:30 – Ma 21.01. 20:00 17 x 90 min CHF 675.–

Russe A1 (121-150 heures)

Russisch A1 (121-150 Stunden)

2024-S2-481212-FR Fribourg Je 05.09. 17:30 – Je 23.01. 19:00 17 x 90 min CHF 675.–

Russe A2 (181-220 heures)

Russisch A2 (181-220 Stunden)

2024-S2-481215-FR Fribourg Me 04.09. 18:00 – Me 22.01. 19:30 17 x 90 min CHF 675.–



CHINOIS CHINESISCH

Chinois A1.1 **Débuter avec assurance**

Chinois A1.1 Selbstbewusst beginnen

18 **2024-S2-471111-FR** Fribourg Lu 09.09. 18:00 – Lu 27.01. 19:30 17 x 90 min CHF 675.–

ARABE

ARABISCH



Cours gratuit. Participation au support de cours demandée

Langue Arabe A1.1 **Débuter avec assurance**
Arabisch Sprache A1.1 **Selbstbewusst beginnen**

2024-S2-461001-FR Fribourg Ma 01.10. 18:15 – Ma 17.12. 19:45 10 x 90 min

PATOIS

PATÊ



Cours gratuit, participation au support de cours : env. CHF 30.–

Veillée d'initiation au Patois
Patois Initiationsabende

2024-S2-551001-FR Matran Lu 02.09.24 19:30 – Lu 09.06.25 21:00 18 x 90 min

Veillée d'initiation au Patois degré 1_débutant
Patois-Initiationsabende Stufe 1_Anfänger

2024-S2-551014-GR Bulle Ma 05.11.24 19:30 – Ma 25.03.25 21:00 18 x 90 min

Cours de Patois degré 2_moyen
Patoiskurs Stufe 2_mittel

2024-S2-551024-GR Bulle Ma 05.11.24 19:30 – Ma 25.03.25 21:00 18 x 90 min

Cours de Patois degré 3_avancé
Patoiskurs Stufe 3_fortgeschritten

2024-S2-551034-GR Bulle Ma 05.11.24 19:30 – Ma 25.03.25 21:00 18 x 90 min

Veillée d'initiation au Patois
Patois Initiationsabende

2024-S2-551055-VE Châtel-St-Denis Ma 05.11.24 20:00 – Ma 25.03.25 21:30 18 x 90 min 19

Vous avez besoin que vos compétences de langue soient attestées pour la Suisse? Nous vous proposons ici de faire votre attestation de compétences linguistiques fide pour la langue française ou allemande, aux niveaux A1-B1. Cette attestation est reconnue dans toute la Suisse. Vous pourrez ainsi la présenter lors de vos recherches d'emploi, vos demandes de permis ou de prolongation de permis de séjour et même pour une naturalisation.

L'attestation de compétences linguistiques fide se compose d'une partie orale (et compréhension) et/ou d'une partie écrite (et lecture). Lors du test, la compréhension linguistique et l'expression linguistique sont testées dans diverses situations provenant de la vie privée ou de la vie professionnelle.

Prix

Module « lire et écrire » : CHF 120.–

Module « parler et comprendre » : CHF 170.–

Les deux modules : CHF 250.–

«Brauchen Sie einen Nachweis Ihrer Sprachkompetenzen, der auf die Schweiz zugeschnitten ist? Bei der Volkshochschule des Kantons Freiburg können Sie den Sprachnachweis fide Deutsch oder Französisch auf den Stufen A1-B1 absolvieren. Dieser Sprachnachweis ist schweizweit anerkannt: Sie können ihn bei der Arbeitssuche, bei der Beantragung und der Verlängerung von Aufenthalts- und Niederlassungsbewilligungen oder für die Einbürgerung verwenden.

Der Sprachnachweis fide besteht aus einem mündlichen Teil (Sprechen und Verstehen) und/oder einem schriftlichen Teil (Schreiben und Lesen). Es werden Sprachverständnis und selbständige Sprachanwendung in unterschiedlichen Situationen des privaten und beruflichen Alltags geprüft.

Preis

Teil « Lesen und Schreiben » : CHF 120.–

Teil « Sprech- und Hörverständnis » : CHF 170.–

Beide Teilprüfungen : CHF 250.–

ALLEMAND – DEUTSCH

2024-S2-901001-FR	Freiburg	Sa 21.09.2024	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2024-S2-901002-FR	Freiburg	Sa 05.10.2024	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2024-S2-901003-FR	Freiburg	Sa 23.11.2024	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2024-S2-901004-FR	Freiburg	Sa 14.12.2024	08:00 - 12:00	CHF 250.–

FRANÇAIS – FRANZÖSISCH

2024-S2-911001-FR	Fribourg	Sa 07.09.2024	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2024-S2-911002-FR	Fribourg	Sa 21.09.2024	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2024-S2-911003-FR	Fribourg	Sa 05.10.2024	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2024-S2-911004-FR	Fribourg	Sa 09.11.2024	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2024-S2-911005-FR	Fribourg	Sa 23.11.2024	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2024-S2-911006-FR	Fribourg	Sa 14.12.2024	08:00 - 12:00	CHF 250.–

Natation Schwimmen



NATATION ADULTES | SCHWIMMEN ERWACHSENE

AQUA-FIT

2024-S2-721011-FR Cottens Me 11.09. 7:30 – Me 18.12. 18:15 13 x 45 min CHF 390.–

AQUA-GYM (BILINGUE/ZWEISPRACHIG)

2024-S2-721001-FR Fribourg Lu 09.09. 12:30 – Lu 16.12. 13:15 13 x 45 min CHF 260.–

2024-S2-721002-FR Fribourg Lu 09.09. 19:45 – Lu 16.12. 20:30 13 x 45 min CHF 260.–

2024-S2-721008-FR Marly Ma 10.09. 19:00 – Ma 17.12. 19:45 13 x 45 min CHF 260.–

2024-S2-721009-FR Marly Ma 10.09. 19:45 – Ma 17.12. 20:30 13 x 45 min CHF 260.–

2024-S2-721004-FR Fribourg Me 11.09. 18:30 – Me 18.12. 19:15 13 x 45 min CHF 260.–

2024-S2-721005-FR Fribourg Me 11.09. 19:15 – Me 18.12. 20:00 13 x 45 min CHF 260.–

AQUA-POWER-FIT

2024-S2-721020-SN Düdingen Me 11.09. 17:30 – Me 18.12. 18:15 13 x 45 min CHF 260.–

2024-S2-721021-SN Düdingen Me 11.09. 18:30 – Me 18.12. 19:15 13 x 45 min CHF 260.–

2024-S2-721022-SN Düdingen Sa 14.09. 07:55 – Sa 21.12. 08:40 13 x 45 min CHF 260.–

2024-S2-721023-SN Düdingen Sa 14.09. 08:40 – Sa 21.12. 09:25 13 x 45 min CHF 260.–

2024-S2-721024-SN Düdingen Sa 14.09. 09:25 – Sa 21.12. 10:10 13 x 45 min CHF 260.–

2024-S2-721025-SN Düdingen Sa 14.09. 10:10 – Sa 21.12. 10:55 13 x 45 min CHF 260.–

PISCINE SCHWIMMBAD

SAUF INDICATION SPÉCIALE / FALLS NICHT ANDERS ANGEGEBEN

Fribourg	Les Buissonnets	Route Villars-les-Joncs 3
Düdingen	Schulhaus Wolfacker	Alfons-Aeby-Strasse 2
Cottens	L'Archipel, EMS Résidence St-Martin	Route de la Résidence 1
Marly	Piscine de Marly	Route des Frères Lumière 2

NATATION ENFANTS | SCHWIMMEN FÜR KINDER

Accountumance **Enfants de 4 à 6 ans**

Accountumance **Kinder von 4 Jahren bis 6 Jahren**

2024-S2-721015-FR Cottens Me 11.09. 16:45 – Me 18.12. 17:15 13 x 30 min CHF 195.–

DÉBUTANTS | ANFÄNGER STUFE

2024-S2-721016-FR Cottens Me 11.09. 16:45 – Me 18.12. 17:15 13 x 30 min CHF 195.–

MOYENS | MITTLERE STUFE

2024-S2-721017-FR Cottens Me 11.09. 16:45 – Me 18.12. 17:30 13 x 45 min CHF 292.–

2024-S2-721018-FR Cottens Me 11.09. 17:30 – Me 18.12. 18:15 13 x 45 min CHF 292.–

AVANCÉS | FORTGESCHRITTENE STUFE

2024-S2-721019-FR Cottens Me 11.09. 17:30 – Me 18.12. 18:15 13 x 45 min CHF 292.–

ECREVISSE 1 | KREBS 1

2024-S2-721041-SN Düdingen Me 11.09. 17:30 – Me 18.12. 18:00 13 x 30 min CHF 162.50

2024-S2-721051-SN Düdingen Sa 14.09. 09:00 – Sa 21.12. 09:30 13 x 30 min CHF 162.50

HIPPOCAMPE 2 | SEEPFERD 2

2024-S2-721042-SN Düdingen Me 11.09. 18:00 – Me 18.12. 18:30 13 x 30 min CHF 162.50

2024-S2-721052-SN Düdingen Sa 14.09. 09:30 – Sa 21.12. 10:00 13 x 30 min CHF 162.50

GRENOUILLE 3 | FROSCH 3

2024-S2-721043-SN Düdingen Me 11.09. 18:30 – Me 18.12. 19:00 13 x 30 min CHF 162.50

2024-S2-721053-SN Düdingen Sa 14.09. 10:00 – Sa 21.12. 10:30 13 x 30 min CHF 162.50

PISCINE SCHWIMMBAD

SAUF INDICATION SPÉCIALE / FALLS NICHT ANDERS ANGEGEBEN

Fribourg	Les Buissonnets	Route Villars-les-Joncs 3
Düdingen	Schulhaus Wolfacker	Alfons-Aeby-Strasse 2
Cottens	L'Archipel, EMS Résidence St-Martin	Route de la Résidence 1
Marly	Piscine de Marly	Route des Frères Lumière 2

PINGOUIN 4 | PINGUIN 4

2024-S2-721044-SN Düdingen Me 11.09.19:00 – Me 18.12.19:30 13 x 30 min CHF 162.50

2024-S2-721054-SN Düdingen Sa 14.09. 10:30 – Sa 21.12. 11:00 13 x 30 min CHF 162.50

PIEUVRE 5 | TINTENFISCH 5

2024-S2-721045-SN Düdingen Me 11.09. 17:30 – Me 18.12. 18:00 13 x 30 min CHF 162.50

2024-S2-721055-SN Düdingen Sa 14.09. 09:00 – Sa 21.12. 09:30 13 x 30 min CHF 162.50

CROCODILE 6 | KROKODIL 6

2024-S2-721046-SN Düdingen Me 11.09. 18:00 – Me 18.12. 18:30 13 x 30 min CHF 162.50

2024-S2-721056-SN Düdingen Sa 14.09. 09:30 – Sa 21.12. 10:00 13 x 30 min CHF 162.50

OURS POLAIRE 7 | EISBÄR 7

2024-S2-721047-SN Düdingen Me 11.09. 18:30 – Me 18.12. 19:00 13 x 30 min CHF 162.50

2024-S2-721057-SN Düdingen Sa 14.09. 10:00 – Sa 21.12. 10:30 13 x 30 min CHF 162.50

COMBI 1 + COMBI 2 | KOMBI 1 + KOMBI 2

2024-S2-721048-SN Düdingen Me 11.09. 19:00 – Me 18.12. 19:30 13 x 30 min CHF 162.50

2024-S2-721058-SN Düdingen Sa 14.09. 10:30 – Sa 21.12. 11:00 13 x 30 min CHF 162.50



« J'essaie toujours de faire
ce que je ne sais pas faire,
c'est ainsi que j'espère
apprendre à le faire »

Pablo Picasso



Art et culture Kunst und Kultur

CRÉATIVITÉ | KREATIVITÄT

Calligraphie chinoise au pinceau débutants et moyens

Chinesische Kalligraphie mit Pinsel Anfänger und Mittelstufe

2024-S2-101010-FR Fribourg Lu 18.11. 17:00 – Lu 20.01. 18:00 8 x 60 min CHF 244.–

Gravure en creux et en relief Semestre 1 | Tiefdruck und Reliefgravur Semester 1

2024-S2-611001-FR Fribourg Ma 08.10. 18:30 – Ma 11.02. 20:30 15 x 120 min CHF 660.–

Aquarelle | Aquarell

2024-S2-601001-FR Marly Me 25.09. 17:00 – Me 06.11. 19:00 5 x 120 min CHF 220.–

Peinture à l'huile et ses matière | Ölmalerei

2024-S2-601002-FR Marly Je 03.10. 18:00 – Je 14.11. 20:00 5 x 120 min CHF 220.–

Modelage et sculpture en terre | Modellierkurs

2024-S2-611010-FR Marly Ve 04.10. 16:30 – Ve 22.11. 18:30 5 x 120 min CHF 220.–

PHILOSOPHIE

Philosophes du quotidien | Alltagsphilosophen

2024-S2-051001-FR Fribourg Ma 17.09. 17:30 – Ma 03.12. 19:30 10 x 120 min CHF 530.–

PHOTO | FOTO

Maîtriser son appareil photo | Seine Fotoapparat meistern

2024-S2-651001-FR Fribourg Me 11.09. 18:30 – Me 09.10. 20:00 5 x 90 min
Sa 21.09. 14:00 – 16:00 1 x 120 min CHF 252.–

Faire de meilleures photos de vacances | Bessere Fotos von Ihrem Urlaub machen

2024-S2-651002-FR Fribourg Me 30.10. 18:30 – Me 06.11. 20:00 2 x 90 min CHF 80.–

Photographie: smartphone | Fotografie: Smartphone

24 **2024-S2-651003-FR** Fribourg Me 20.11. 18:30 – Me 04.12. 20:00 3 x 90 min CHF 119.–

Mathématiques & informatique

Mathematik & Informatik



MATHÉMATIQUES | MATHEMATIK

Mathématiques pour prévenir ou repousser la maladie d'Alzheimer

Mathematik, um die Alzheimer-Krankheit zu verhindern oder zu verzögern

2024-S2-011001-FR Fribourg Je 12.09. 09:00 – Je 14.11. 11:00 8 x 120 min CHF 385.–

Analyse pour adultes et jeunes adultes (à partir de 16 ans)

Analyse für Erwachsene und junge Erwachsene (ab 16 Jahren)

2024-S2-011003-FR Fribourg Sa 14.09. 09:00 – Sa 14.12. 12:00 12 x 180 min CHF 867.–

2024-S2-011002-FR Fribourg Je 12.09. 11:00 – Je 19.12. 13:00 13 x 120 min CHF 626.–

* **Compétences de base pour adulte**

* **Grundkompetenzen für Erwachsene**

2024-S2-011004-FR Fribourg Sa 14.09. 12:30 – Sa 30.11. 14:30 19 x 120 min CHF 915.–

INFORMATIQUE | INFORMATIK

* **Les (in?)intelligences artificielles et nous...**

* **Künstliche (Un-)Intelligenzen und wir...**

2024-S2-021005-FR Fribourg Sa 21.09. 09:00 – Sa 12.10. 12:00 4 x 180 min CHF 289.–

Cours de base sur Photoshop

Photoshop Grundkurs

2024-S2-021001-FR Fribourg Je 19.09. 18:00 – Je 07.11. 20:00 6 x 120 min CHF 318.–

* **OFFICE 365 et Teams**

* **OFFICE 365 und Teams**

2024-S2-021006-FR Fribourg Sa 09.11. 09:00 – Sa 30.11. 12:00 4 x 180 min CHF 289.–

Internet et sécurité pour séniors et débutants actifs

Internet und Sicherheit für Senioren und aktive Anfänger

2024-S2-021010-FR Fribourg Lu 16.09. 15:00 – Lu 04.11. 16:30 6 x 90 min CHF 217.–

Introduction à l'informatique pour séniors et débutants actifs

Einführung in die Informatik für Senioren und aktive Anfänger

2024-S2-021011-FR Fribourg Lu 30.09. 13:15 – Lu 07.10. 14:45 2 x 90 min CHF 72.– 25



Santé et bien-être Gesundheit und Wohlbefinden

MÉDECINES ALTERNATIVES

* Réduction du stress basée sur la Méditation Pleine conscience

* *Stressabbau auf der Grundlage von Mindfulness Meditation*

2024-S2-711002-FR Fribourg Me 18.09. 17:30 – Me 04.12. 19:00 10 x 90 min CHF 360.–

2024-S2-711004-FR Fribourg Ve 20.09. 14:00 – Ve 13.12. 15:30 10 x 90 min CHF 360.–

* Gestion du stress avec la Sophrologie Caycedienne

* *Stressbewältigung mit der Caycedianischen Sophrologie*

2024-S2-711003-FR Fribourg Je 19.09. 14:00 – Je 05.12. 15:30 10 x 90 min CHF 360.–

2024-S2-711001-FR Fribourg Lu 16.09. 17:30 – Lu 02.12. 19:00 10 x 90 min CHF 360.–

Le mal de dos Signification & exercices salutaires

Rückenschmerzen Bedeutung & heilsame Übungen

2024-S2-751123-FR Fribourg Je 05.12. 18:00 – 19:30 1 x 90 min CHF 40.–

L'énergie vitale de la respiration

Atmen ist Lebenskraft

2024-S2-711032-FR Fribourg Sa 31.08. 13:30 – 16:30 *auf Deutsch* 1 x 180 min CHF 80.–

2024-S2-711038-FR Fribourg Sa 05.10. 13:30 – 16:30 *en français* 1 x 180 min CHF 80.–

Le jeûne: la clé d'un nouveau départ

Fasten, der Schlüssel zu einem Neuanfang

2024-S2-711033-FR Fribourg Sa 07.09. 09:00 – 11:30 *auf Deutsch* 1 x 150 min CHF 66.–

2024-S2-711034-FR Fribourg Sa 07.09. 13:30 – 16:00 *en français* 1 x 150 min CHF 66.–

Semaine de jeûne en groupe

Gemeinsame Fastenwoche

2024-S2-711035-FR Fribourg Me 02.10. 18:00 – Sa 12.10. 09:30 3 x 60 min,
auf Deutsch 2 x 90 min CHF 159.–

2024-S2-711036-FR Fribourg Me 02.10. 19:45 – Sa 12.10. 11:30 3 x 60 min
en français 2 x 90 min CHF 159.–

Retrouver l'harmonie grâce à la relaxologie psycho-corporelle

Harmonie finden durch körperorientierte Entspannung

26 **2024-S2-711010-FR** Fribourg Je 12.09. 18:15 – Je 10.10. 19:30 5 x 75 min CHF 165.–

TAI-CHI | QI-GONG

Tai-chi-chuan moyens et avancés

Tai-Chi-Chuan mittlere und fortgeschrittene Stufe

2024-S2-741001-FR Ste-Ursule Ma 10.09. 19:00 – Ma 17.12. 20:30 13 x 90 min CHF 332.–

2024-S2-741003-FR Ste-Ursule Me 11.09. 19:00 – Me 18.12. 20:30 13 x 90 min CHF 332.–

Tai-chi-chuan débutants et moyens

Tai-Chi-Chuan Anfänger und Mittelstufe

2024-S2-741002-FR Ste-Ursule Ma 10.09. 20:30 – Ma 17.12. 22:00 13 x 90 min CHF 332.–

MASSAGE | MASSAGEN

Massage classique du dos pour chez soi

Klassische Rückenmassage für den Hausgebrauch

2024-S2-761112-FR Fribourg Me 09.10. 18:00 – Me 30.10. 21:00 2 x 180 min CHF 159.–

Réflexologie plantaire pour chez soi

Fussreflexzonenmassage für den Hausgebrauch

2024-S2-761111-FR Fribourg Ma 17.09. 18:00 – Ma 01.10. 21:00 3 x 180 min CHF 248.–

Expérience de matrice – Guérison quantique vécue !

Erlebe Matrix – Quantenheilung hautnah !

2024-S2-751121-FR Fribourg Je 07.11. 18:00 – 19:30 1 x 90 min CHF 40.–

La santé d'un point de vue holistique

Gesundheit aus ganzheitlicher Sicht

2024-S2-751122-FR Fribourg Me 20.11. 18:00 – 19:30 1 x 90 min CHF 40.–

COURSKURSE



> méthode comodale <

Les cours précédés d'un astérisque *
sont donnés, simultanément, en présentiel et en ligne.

Kurse denen ein Sternchen * vorangestellt ist werden
gleichzeitig in Präsenzform und online durchgeführt.

YOGA

Hatha Yoga

2024-S2-731001-FR Fribourg Je 05.09. 19:00 – Je 23.01. 20:15 17 x 75 min CHF 425.–

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL | *PERSÖNLICHKEIT* ENTWICKLUNG

Leader ou Manager ?

Leader oder Manager ?

2024-S2-301001-FR Fribourg Me 25.09. 17:30 – 20:30 1 x 180 min CHF 80.–

Leader ou Manager ? L'art de la délégation

Leader oder Manager ? Die Kunst, zu delegieren

2024-S2-301002-FR Fribourg Me 09.10. 17:30 – 20:30 1 x 180 min CHF 80.–

Comment attirer et retenir les talents ? Stop Turn-Over – Leader ou Manager ?

Wie kann man Talente gewinnen und halten ? Stop Turn-Over – Leader oder Manager ?

2024-S2-301003-FR Fribourg Me 13.11. 17:30 – 20:30 1 x 180 min CHF 80.–

SPORT

Fitness en extérieur | *Outdoor Fitness*

2024-S2-781001-FR Fribourg Ma 03.09. 17:00 – Ve 24.01. 18:00 33 x 60 min CHF 795.–

Améliorez vos performances sportives | *Verbessern sie ihre sportliche Leistungsfähigkeit*

2024-S2-711031-FR Fribourg Sa 31.08. 08:00 – 11:30 *auf Deutsch* 1 x 210 min CHF 93.–

2024-S2-711037-FR Fribourg Sa 05.10. 08:00 – 11:30 *en français* 1 x 210 min CHF 93.–



pour **me former**
pour **mes loisirs**
pour **mon bien-être**

je choisis

Fribourg
uni pop
VHS
Fribourg

Rue de Romont 12 T 026 322 77 10
1700 Fribourg info@unipopfr.ch

Identité de l'Université populaire du Canton de Fribourg

FONDEMENT ET BUT

- L'Université populaire du Canton de Fribourg (Unipop) est une association à but idéal fondée en 1970.
- En tant qu'institution de formation d'adultes, elle a pour but d'offrir une formation continue à toutes les personnes qui le désirent.
- Elle est au bénéfice d'un mandat de prestation de l'État de Fribourg.
- Elle est membre de l'association suisse des Universités populaires.

PUBLIC ET OFFRE

- L'Université populaire est ouverte à tout public. Elle permet aux participants d'épanouir leur personnalité et d'élargir leurs connaissances et compétences, indépendamment de leur niveau de formation, de leur âge ou de leur provenance.
- Les cours de l'Université populaire couvrent les domaines visant à revaloriser la culture générale et l'épanouissement personnel ainsi qu'à promouvoir une meilleure insertion socio-professionnelle.
- A l'exception des cours de langues, nos offres sont proposées en français ou en allemand.
- L'offre englobe également des formations menant à des certificats et diplômes reconnus en Suisse et en Europe, principalement en langues étrangères.

ENGAGEMENT ET RESPONSABILITÉ

- L'Université populaire s'engage à répondre aux attentes de son public, et si possible les anticipe, en offrant des formations adaptées aux besoins de la société en constante évolution. Elle est à l'écoute des demandes de la collectivité.
- Elle veille à offrir des cours à des tarifs modérés. Elle souhaite être un lieu d'échanges humains et favoriser un esprit de convivialité et d'ouverture multiculturelle.

CONTRÔLE DE LA QUALITÉ

- L'Université populaire choisit ses formateurs et formatrices selon des critères de compétence, les accompagne durant leur activité et les soutient dans leur formation continue.
- Elle veille à ce que, dans les cours, l'éthique représentée, les connaissances et compétences à acquérir soient en adéquation avec le but visé.
- Elle assure un enseignement de qualité attesté par une évaluation externe. Depuis 2005, elle est certifiée eduQa.

Leitbild der Volkshochschule des Kantons Freiburg

GRUNDLAGEN UND ZIELE

- Die Volkshochschule des Kantons Freiburg (VHSFR) ist ein gemeinnütziger Verein, der 1970 gegründet wurde.
- Als Institution der Erwachsenenbildung hat sie sich zum Ziel gesetzt, allen interessierten Personen Weiterbildungskurse anzubieten.
- Sie besitzt einen Leistungsauftrag des Kantons Freiburg.
- Sie ist Mitglied des Verbands Schweizerischer Volkshochschulen.

PUBLIKUM UND ANGEBOT

- Die Volkshochschule steht allen offen. Sie ermöglicht den Teilnehmenden, unabhängig von Ausbildung, Alter oder Herkunft, ihre Persönlichkeit zu entfalten sowie ihre Kenntnisse und Kompetenzen zu erweitern.
- Die Kurse der Volkshochschule decken alle Bereiche ab, welche die Förderung der Allgemeinbildung, die persönliche Entfaltung sowie eine bessere berufliche Eingliederung anstreben.
- Mit Ausnahme unserer Sprachkurse werden unsere Kurse auf Französisch oder auf Deutsch angeboten.
- Das Angebot umfasst ebenfalls Kurse, die zu schweizerisch und europaweit anerkannten Zeugnissen und Diplomen, hauptsächlich in Fremdsprachen, führen.

AUSRICHTUNG UND ENGAGEMENT

- Die Volkshochschule bemüht sich, die Erwartungen und die Wünsche des Publikums zu erfüllen und wenn möglich voranzunehmen, indem sie Kurse anbietet, die den ständigen Wandel der Bedürfnisse einbeziehen.
- Sie ist darauf bedacht, Kurse zu gemässigten Tarifen anzubieten. Sie möchte ein Ort der zwischenmenschlichen Begegnung sein und fördert Aufgeschlossenheit und multikulturelle Öffnung.

QUALITÄTSSICHERUNG

- Die Volkshochschule wählt ihre Kursleitenden nach Kompetenzkriterien, begleitet sie in ihrer Tätigkeit und unterstützt sie in ihrer Weiterbildung.
- Sie ist darauf bedacht, dass in ihren Kursen die vermittelte Ethik sowie die zu erwerbenden Kenntnisse und Kompetenzen den angestrebten Zielen entsprechen.
- Sie gewährleistet einen Unterricht, dessen Qualität durch eine externe Evaluation belegt wird. Seit 2005 ist sie eduQua zertifiziert.

INSCRIPTIONS | EINSCHREIBUNG

Titre du cours
Kurstitel

Numéro du cours
Kursnummer

Prix
Preis

Nom
Name

Prénom
Vorname

Adresse complète
Vollständige Adresse

Tél. privé
Tel. privat

Portable
Natel

E-mail

Date de naissance
Geburtsdatum

Correspondance en
Korrespondenz in

Français

Deutsch

- Je souhaite devenir membre (cotisation annuelle CHF 30.–) et j'obtiens une réduction sur les cours à hauteur de CHF 20.– par année.

Par ma signature, je certifie avoir pris connaissance des Conditions générales de participation.

- Ich möchte Mitglied werden (Jahresbeitrag CHF 30.–) und erhalte eine Kursermässigung in Höhe von CHF 20.– pro Jahr.

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich von den Teilnahmebedingungen Kenntnis genommen habe.

Date
Datum

Signature
Unterschrift

(Mitglied
werden)

(devenez
membre)

Toute personne physique ou morale peut devenir membre de l'association, moyennant le paiement de la cotisation (membre individuel: CHF 30.– par an, membre collectif: CHF 150.– par an).

Les membres de l'association

- * bénéficient d'une réduction sur les cours à hauteur de CHF 20.– par année;
- * reçoivent régulièrement le programme des cours par courrier.

Par votre adhésion à notre association, vous soutenez un grand réseau de formation d'utilité publique. Nous vous remercions de votre soutien!

Jede natürliche oder juristische Person kann Mitglied des Vereins werden, indem sie den Mitgliederbeitrag bezahlt (Einzelmitglied CHF 30.– pro Jahr, Kollektivmitglied CHF 150.–).

Mitglieder des Vereins

- * erhalten eine Kursermässigung in Höhe von CHF 20.– pro Jahr,
- * erhalten regelmässig das neue Kursprogramm per Post zugestellt.

Mit Ihrem Beitritt zum Verein werden Sie Teil eines grossen gemeinnützigen Bildungsnetzes, welches Sie zugleich fördern. Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung!

avec le soutien de



Ville de Fribourg



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG
WWW.FR.CH



certifié



Rue de Romont 12
CP / Postfach 587
1700 Fribourg / Freiburg
T 026 322 77 10
info@unipopfr.ch
www.unipopfr.ch

