



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

CHERS MEMBRES ET AMIS DE L'UNIVERSITÉ POPULAIRE, LIEBE MITGLIEDER UND FREUNDE DER VOLKSHOCHSCHULE,

Nous sommes ravis de vous présenter le programme du 1^{er} semestre 2025, reflet de notre engagement à accompagner chacun dans son parcours d'apprentissage, quel qu'il soit.

Un programme à l'écoute des Fribourgeois

Ce programme a été enrichi grâce à vos retours exprimés lors de notre sondage estival. Vos idées et besoins ont été une source d'inspiration pour adapter notre offre et vous proposer des cours en phase avec vos attentes.

Un monde en mouvement, une Université populaire attentive

Dans un monde qui évolue rapidement, nous restons attentifs aux changements et aux besoins de notre communauté. Mais nous veillons aussi à préserver l'essence de notre mission : proposer une formation accessible, enrichissante et conviviale pour tous, portée par des formateurs expérimentés et dévoués.

Des cours pour tous les besoins et toutes les envies

Que vous souhaitiez renforcer vos compétences professionnelles, découvrir une nouvelle passion ou simplement vous faire plaisir, ce programme vous propose une offre riche et variée. Formations pour progresser au travail, cours artistiques et culturels pour s'évader, et bien d'autres activités. C'est cela l'esprit de l'Université populaire : offrir une place à chacun, selon ses envies et ses besoins.

Parcourez ces pages et découvrez tout ce que nous avons préparé pour vous. Il y en a pour tous les goûts, toutes les aspirations... et pour tous les Fribourgeois !

Merci de votre fidélité et de votre enthousiasme, qui donnent tout son sens à notre mission.

Au plaisir de vous retrouver dans nos cours !

L'équipe de l'Université populaire
du canton de Fribourg

Wir freuen uns, Ihnen das Programm für das 1. Semester 2025 zu präsentieren – ein Spiegel unseres Engagements, jeden Einzelnen auf seinem individuellen Lernweg zu begleiten.

Ein Programm, das auf die Freiburger hört

Dank Ihrer Rückmeldungen, insbesondere aus unserer Sommerumfrage, wurde dieses Programm angepasst, um Ihnen Kurse anzubieten, die Ihren Bedürfnissen und Wünschen entsprechen.

Eine aufmerksame Volkshochschule

In einer Welt, die sich ständig wandelt, bleiben wir aufmerksam für die Bedürfnisse unserer Gemeinschaft. Dabei bleibt unsere Mission klar: eine zugängliche, bereichernde und angenehme Bildung für alle, getragen von engagierten und erfahrenen Kursleitenden.

Kurse für alle Bedürfnisse und Wünsche

Ob Sie Ihre beruflichen Kompetenzen stärken, eine neue Leidenschaft entdecken oder einfach spass haben wollen – in diesem Programm finden Sie ein vielfältiges und abwechslungsreiches Angebot. Das ist der Geist der Volkshochschule: für jedem einen Platz anzubieten, je nach seinen Wünschen und Bedürfnissen.

Wir laden Sie ein, dieses Programm zu entdecken. Es gibt etwas für jeden Geschmack, jede Inspiration... und für alle Freiburger!

Vielen Dank für Ihre Treue und Ihr Engagement, die unserer Mission Bedeutung verleihen.

Wir freuen uns darauf, Sie in unseren Kursen wiederzusehen!

*Ihr Team der Volkshochschule
des Kantons Freiburg*

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

- 4 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- oder Nachholkosten.

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- oder Nachholkosten zu bezahlen, findet der Kurs statt. Eine weitere Möglichkeit kann darin bestehen, die Anzahl der angebotenen Kurs- oder Nachholstunden 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- oder Nachholstunden 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

A 1

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 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

B 1

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 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

C 1

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 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.

**NEW
NEW
NEW**



> 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.*

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 **Débutants, lancez-vous!** Deutsch A1 **Anfänger, los geht's!**

2025-S1-401111-FR	Fribourg	Ma 04.02.19:00 - Ma 17.06.20:30	17 x 90 min	CHF 676.–
2025-S1-401116-GR	Bulle	Je 06.02.19:00 - Je 12.06.20:30	15 x 90 min	CHF 596.–

Allemand A1+ **Perfectionner vos connaissances** Deutsch A1+ **Verbessern Sie Ihre Kenntnisse**

2025-S1-401112-FR	Fribourg	Lu 03.02.18:30 - Lu 16.06.20:00	16 x 90 min	CHF 636.–
--------------------------	----------	---------------------------------	-------------	-----------

Allemand A2 **Quoi de neuf?** Deutsch A2 **Was gibt's Neues?**

2025-S1-401211-FR	Fribourg	Lu 03.02.17:30 - Lu 16.06.19:00	16 x 90 min	CHF 636.–
--------------------------	----------	---------------------------------	-------------	-----------

Allemand A2+ **Complétez vos connaissances** Deutsch A2+ **Vervollständigen Sie Ihre Kenntnisse**

2025-S1-401212-FR	Fribourg	Ma 04.02.17:00 - Ma 17.06.18:30	17 x 90 min	CHF 676.–
--------------------------	----------	---------------------------------	-------------	-----------

Allemand A2-B1 **Révision grammaticale** en ligne Deutsch A2-B1 **Grammatik auffrischen** online

2025-S1-401231-FR	par vidéo	Lu 03.02.12:00 - Lu 24.02.13:00	4 x 60 min	CHF 96.–
--------------------------	-----------	---------------------------------	------------	----------

Deutsch B1+ **Ja, du kannst!**

2025-S1-402112-FR	Fribourg	Ma 04.02.17:30 - Ma 17.06.19:00	17 x 90 min	CHF 676.–
--------------------------	----------	---------------------------------	-------------	-----------

Deutsch B1 **Lass uns Deutsch sprechen!**

2025-S1-402111-FR	Fribourg	Je 06.02.18:00 - Je 12.06.19:30	15 x 90 min	CHF 596.–
--------------------------	----------	---------------------------------	-------------	-----------

Deutsch B2 **Mit Flüssigkeit und Leichtigkeit**

2025-S1-402211-FR	Fribourg	Je 06.02.19:30 - Je 12.06.21:00	15 x 90 min	CHF 596.–
--------------------------	----------	---------------------------------	-------------	-----------

Deutsch C1 **Konversation**

2025-S1-403151-FR	Fribourg	Ma 04.02.19:00 - Ma 24.06.20:30	18 x 90 min	
--------------------------	----------	---------------------------------	-------------	--



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 **Débutants, lancez-vous !**

*Französisch A1 **Anfänger, los geht's!***

2025-S1-411118-SN Düdingen Je 06.02. 17:30 - Je 12.06. 19:00 15 x 90 min CHF 596.–

Français A2 **Quoi de neuf ?**

*Französisch A2 **Was gibt's Neues ?***

2025-S1-411211-FR Fribourg Ma 04.02. 17:30 - Ma 17.06. 19:00 17 x 90 min CHF 676.–

2025-S1-411218-SN Düdingen Je 06.02. 19:15 - Je 12.06. 20:45 15 x 90 min CHF 596.–

Français A2+ **Complétez vos connaissances**

*Französisch A2+ **Vervollständigen Sie Ihre Kenntniss***

2025-S1-411212-FR Fribourg Ma 04.02. 18:00 - Ma 17.06. 19:30 17 x 90 min CHF 676.–

Français B1 **Donnez-vous toutes les chances**

2025-S1-412111-FR Fribourg Lu 03.02. 17:30 - Lu 16.06. 19:00 16 x 90 min CHF 636.–

2025-S1-412118-SN Düdingen Lu 03.02. 18:00 - Lu 16.06. 19:30 16 x 90 min CHF 636.–

Français B1+ **Oui, vous le pouvez !**

2025-S1-412112-FR Fribourg Ve 07.02. 17:00 - Ve 13.06. 18:30 14 x 90 min CHF 557.–

Français B1-B2 **Niveau intermédiaire**

*Französisch B1-B2 **Mittelstufe***

2025-S1-412213-FR Fribourg Lu 03.02. 19:15 - Lu 16.06. 20:45 16 x 90 min CHF 636.–

Français B2 **Avec fluidité et aisance**

2025-S1-412218-SN Düdingen Lu 03.02. 19:45 - Lu 16.06. 21:15 16 x 90 min CHF 636.–

2025-S1-412211-FR Fribourg Lu 03.02. 19:15 - Lu 16.06. 20:45 16 x 90 min CHF 636.–

Français B2+ **Boost**

2025-S1-412212-FR Fribourg Ma 04.02. 19:15 - Ma 17.06. 20:45 17 x 90 min CHF 676.–

2025-S1-412216-GR Bulle Lu 03.02. 17:30 - Lu 16.06. 19:00 16 x 90 min CHF 636.–

Français C1 **Parlez comme un natif**

2025-S1-413116-GR	Bulle	Lu 03.02. 19:15 - Lu 16.06. 20:45	16 x 90 min	CHF 636.–
2025-S1-413111-FR	Fribourg	Je 06.02. 18:00 - Je 12.06. 19:30	15 x 90 min	CHF 596.–

Français **Parfaire et oser** Semi-intensif

Französisch **Perfektionieren und sich trauen** Halbintensiv

2025-S1-418312-FR	Fribourg	Me 05.02. 09:00 - Ve 13.06. 11:00	30 x 120 min	CHF 1590.–
--------------------------	----------	-----------------------------------	--------------	------------

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.*

Espresso Italiano **Vivre l'Italie en 30 jours**
Espresso Italiano **Italien in 30 Tagen**

2025-S1-421112-FR	Fribourg	Lu 10.03. 18:00 - Ve 11.04. 19:30	20 x 90 min	CHF 795.–
--------------------------	----------	-----------------------------------	-------------	-----------

Italian A1+ **Perfectionner vos connaissances**
Italienisch A1+ **Verbessern Sie Ihre Kenntnisse**

2025-S1-421113-FR	Fribourg	Je 06.02. 18:00 - Je 12.06. 19:30	15 x 90 min	CHF 596.–
--------------------------	----------	-----------------------------------	-------------	-----------

Italiano B1+ **Si, è possibile!**

2025-S1-422112-FR	Fribourg	Lu 03.02. 18:35 - Lu 16.06. 20:05	16 x 90 min	CHF 636.–
--------------------------	----------	-----------------------------------	-------------	-----------

Italiano B2+ **Migliorare ancora di più le mie conoscenze**

2025-S1-422212-FR	Fribourg	Lu 03.02. 17:00 - Lu 16.06. 18:30	16 x 90 min	CHF 636.–
--------------------------	----------	-----------------------------------	-------------	-----------

Club di lettura B1

2025-S1-422115a-GL	Romont	Je 20.03. 18:45 - Je 12.06. 20:00	10 x 75 min	CHF 377.–
---------------------------	--------	-----------------------------------	-------------	-----------



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

Pitch Perfect **Présenter et convaincre en anglais**

Pitch Perfect **Präsentieren und überzeugen auf Englisch**

2025-S1-442131-FR Fribourg Me 26.03. 18:00 - Me 28.05. 20:00 8 x 120 min CHF 424.–

Anglais A1 **Let's start!**

Englisch A1 **Let's start!**

2025-S1-441118-SN Düdingen Me 05.02. 19:45 - Me 18.06. 21:15 17 x 90 min CHF 676.–

Anglais A2 **What's up?**

Englisch A2 **What's up?**

2025-S1-441216-GR Bulle Lu 03.02. 17:30 - Lu 16.06. 19:00 16 x 90 min CHF 636.–

English B1 **Let's talk English!**

2025-S1-442111-FR Fribourg Me 05.02. 17:30 - Me 18.06. 19:00 17 x 90 min CHF 676.–

2025-S1-442116-GR Bulle Lu 03.02. 19:15 - Lu 16.06. 20:45 16 x 90 min CHF 636.–

English B1 **English- Intermediate Course**

2025-S1-442118-SN Fribourg Me 05.02. 18:00 - Me 04.06. 19:30 15 x 90 min CHF 596.–

English B2 **Conversation**

2025-S1-442251a-FR Fribourg Je 06.02. 13:45 - Je 03.04. 15:00 8 x 75 min CHF 318.–

2025-S1-442251b-FR Fribourg Je 10.04. 13:45 - Je 12.06. 15:00 7 x 75 min CHF 278.–

Cultural Immersion (British English)

2025-S1-445111-FR Fribourg Ma 04.02. 09:00 - Ma 17.06. 11:00 17 x 120 min CHF 901.–

Qui apprend une nouvelle langue
acquiert une nouvelle âme

Juan Ramón Jiménez

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 **Débutants, lancez-vous !**

Spanisch A1 **Anfänger, los geht's!**

2025-S1-451118-SN Düdingen Lu 03.02. 17:30 - Lu 16.06. 19:00 16 x 90 min CHF 636.–

* Espagnol A1 **Débutants, lancez-vous !** Semi-intensif

* Spanisch A1 **Anfänger, los geht's!** Halbintensiv

2025-S1-451112-FR Fribourg Ma 04.02. 09:30 - Je 12.06. 11:00 31 x 90 min CHF 1233.–

* Espagnol A1 **Débutants, lancez-vous!**

* Spanisch A1 **Anfänger, los geht's!**

2025-S1-451111-FR Fribourg Ma 04.02. 19:00 - Ma 17.06. 20:30 17 x 90 min CHF 676.–

* Espagnol A1+ **Perfectionner vos connaissances**

* Spanisch A1+ **Verbessern Sie Ihre Kenntnisse**

2025-S1-451113-FR Fribourg Lu 03.02. 14:30 - Lu 16.06. 16:00 16 x 90 min CHF 636.–

* Espagnol A2 **Quoi de neuf ?** Semi-intensif

* Spanisch A2 **Was gibt's Neues?** Halbintensiv

2025-S1-451212-FR Fribourg Ma 04.02. 12:00 - Je 12.06. 13:30 31 x 90 min CHF 1233.–

Espagnol A2 **Quoi de neuf ?**

Spanisch A2 **Was gibt's Neues?**

2025-S1-451216-GR Bulle Je 06.02. 17:30 - Je 12.06. 19:00 15 x 90 min CHF 596.–

2025-S1-451218-SN Düdingen Me 05.02. 19:15 - Me 18.06. 20:45 17 x 90 min CHF 676.–

* Espagnol A2 **Quoi de neuf ?**

* Spanisch A2 **Was gibt's Neues?**

2025-S1-451211-FR Fribourg Je 06.02. 19:00 - Je 12.06. 20:30 15 x 90 min CHF 596.–

Espagnol A2+ **Complétez vos connaissances de base**

Spanisch A2+ **Vervollständigen Sie Ihre Grundkenntnisse**

2025-S1-451215a-GL Romont Lu 03.02. 18:00 - Lu 31.03. 19:30 8 x 90 min CHF 318.–

2025-S1-451215b-GL Romont Lu 07.04. 18:00 - Lu 16.06. 19:30 8 x 90 min CHF 318.–

Español B1 **Hablemos español !**

2025-S1-452118-SN Düdingen Lu 03.02. 19:15 - Lu 16.06. 20:45 16 x 90 min CHF 636.–

* Español B1 **Hablemos español !** Semi-intensivo

2025-S1-452112-FR Fribourg Ma 04.02. 17:00 - Je 12.06. 18:30 31 x 90 min CHF 1233.–

* Español B1 **Conversación «Tertulias del martes»**

2025-S1-452151-FR Fribourg Ma 04.02. 17:30 - Ma 17.06. 19:00 17 x 90 min CHF 676.–

* Español B1 **Conversación**

2025-S1-452152-FR Fribourg Me 05.02. 13:30 - Me 18.06. 15:00 17 x 90 min CHF 676.–

* Español B1 **Hablemos español !**

2025-S1-452111-FR Fribourg Me 05.02. 19:00 - Me 18.06. 20:30 17 x 90 min CHF 676.–

* Español B1-B2 **Intermedio**

2025-S1-452122-FR Fribourg Me 05.02. 18:30 - Me 18.06. 20:00 17 x 90 min CHF 676.–

* Español B2 **Ahora sí, puedo hablar**

2025-S1-452211-FR Fribourg Lu 03.02. 17:30 - Lu 16.06. 19:00 16 x 90 min CHF 636.–

Español B2 **Conversación**

2025-S1-452251-FR Fribourg Ma 04.02. 18:30 - Ma 17.06. 20:00 17 x 90 min CHF 676.–

* Español B2 **Conversación «Tertulias del miércoles»**

2025-S1-452252-FR Fribourg Me 05.02. 17:30 - Me 18.06. 19:00 17 x 90 min CHF 676.–

Español B2 **Conversación y lecturas**

2025-S1-452256-GR Bulle Me 05.02. 18:30 - Me 18.06. 20:00 17 x 90 min CHF 676.–

* Español C1 **Hablar como un nativo**

2025-S1-453111-FR Fribourg Me 05.02. 09:30 - Me 18.06. 11:00 17 x 90 min CHF 676.–

Español C1 **Conversación**

2025-S1-453158a-SN Düdingen Me 15.01. 17:30 - Me 02.04. 19:00 11 x 90 min CHF 437.–

2025-S1-453158b-SN Düdingen Me 09.04. 17:30 - Me 18.06. 19:00 9 x 90 min CHF 358.–

Espagnol pour les vacances et les voyages Débutants

Spanisch für Urlaub und Reisen Anfänger

2025-S1-455111-FR Fribourg Ma 04.02. 09:00 - Ma 17.06. 10:30 17 x 90 min CHF 676.–

Español & Salsa **Apprenez en rythme**

Español & Salsa *Im Rhythmus lernen*

2025-S1-457001-FR Fribourg Me 12.03. 18:30 - Me 11.06. 20:30 12 x 120 min CHF 636.–

JAPONAIS JAPANISCH



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.

Japonais A1+ | Japanisch A1+

2025-S1-491002a-FR	Fribourg	Je 06.02.19:30 - Je 03.04.21:00	8 x 90 min	CHF 318.–
2025-S1-491002b-FR	Fribourg	Je 10.04.19:30 - Je 12.06.21:00	7 x 90 min	CHF 278.–

Japonais A2+ | Japanisch A2+

2025-S1-491221a-FR	Fribourg	Me 05.02.19:30 - Me 02.04.20:30	8 x 60 min	CHF 318.–
2025-S1-491221b-FR	Fribourg	Me 09.04.19:30 - Me 18.06.20:30	9 x 60 min	CHF 358.–

Qui apprend
une nouvelle langue
acquiert
une nouvelle âme

Juan Ramón Jiménez



RUSSE RUSSISCH

Russe A1 (0-30 heures) **Débutants, lancez-vous !**

Russisch A1 (0-30 Stunden) Anfänger, los geht's!

2025-S1-481110-FR Fribourg Lu 03.02. 19:15 - Lu 16.06. 20:45 16 x 90 min CHF 636.–

Russe A2 (121-150 heures) | *Russisch A2 (121-150 Stunden)*

2025-S1-481112-FR Fribourg Ma 04.02. 18:30 - Ma 17.06. 20:00 17 x 90 min CHF 676.–

Russe A1 (151-180 heures) | *Russisch A1 (151-180 Stunden)*

2025-S1-481113-FR Fribourg Je 06.02. 17:30 - Je 12.06. 19:00 15 x 90 min CHF 596.–

Russe A2 (181-220 heures) | *Russisch A2 (181-220 Stunden)*

2025-S1-481212-FR Fribourg Lu 03.02. 17:30 - Lu 16.06. 19:00 16 x 90 min CHF 636.–

Russe A2 (221-250 heures) | *Russisch A2 (221-250 Stunden)*

2025-S1-481213-FR Fribourg Me 19.02. 18:00 - Me 18.06. 19:30 15 x 90 min CHF 596.–

NEW

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

CHINOIS

CHINESISCH



Chinois A1.1 **Débuter avec assurance**
Chinoise A1.1 **Selbstbewusst beginnen**

2024-S1-471111-FR Fribourg Lu 15.01. 18:00 – Lu 24.06. 19:30 20 x 90 min CHF 795.–

ARABE

ARABISCH



Langue arabe A1 **Débutants, lancez-vous !**

Arabische A1 **Anfänger, los geht's!**

2025-S1-461001a-FR Fribourg Lu 03.02.18:15 – Lu 31.03.19:45 8 x 90 min CHF 318.–

2025-S1-461001b-FR Fribourg Lu 07.04.18:15 – Lu 16.06.19:45 8 x 90 min CHF 318.–

Langue arabe A1+ **Perfectionner vos connaissances**

Arabisch A1+ **Verbessern Sie Ihre Kenntnisse**

2025-S1-461002a-FR Fribourg Ma 04.02.18:15 – Ma 01.04.19:45 8 x 90 min CHF 318.–

2025-S1-461002b-FR Fribourg Ma 08.04.18:15 – Ma 17.06.19:45 9 x 90 min CHF 358.–

Langue arabe A2 **Quoi de neuf?**

Arabisch A2 **Was gibt's Neues?**

2025-S1-461201a-FR Fribourg Lu 03.02.20:00 – Lu 31.03.21:30 8 x 90 min CHF 318.–

2025-S1-461201b-FR Fribourg Lu 07.04.20:00 – Lu 16.06.21:30 8 x 90 min CHF 318.–

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.–

Sie brauchen einen Nachweis Ihrer Sprachkenntnisse für die Schweiz? Wir bieten Ihnen hier die Möglichkeit Ihren Kompetenznachweis für die deutsche oder französische Sprache auf den Niveaus A1-B1 zu absolvieren. Dieser Nachweis ist in der ganzen Schweiz anerkannt. Sie können ihn also bei der Arbeitssuche, bei der Beantragung einer Aufenthaltsbewilligungen oder -verlängerung und sogar bei einer Einbürgerung vorweisen.

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.–

FRANÇAIS – FRANZÖSISCH

2025-S1-911001-FR	Fribourg	Sa 25.01.	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2025-S1-911002-FR	Fribourg	Sa 08.02.	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2025-S1-911003-FR	Fribourg	Sa 22.02.	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2025-S1-911004-FR	Fribourg	Sa 15.03.	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2025-S1-911005-FR	Fribourg	Sa 29.03.	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2025-S1-911006-FR	Fribourg	Sa 12.04.	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2025-S1-911007-FR	Fribourg	Sa 10.05.	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2025-S1-911008-FR	Fribourg	Sa 24.05.	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2025-S1-911009-FR	Fribourg	Sa 07.06.	08:00 - 12:00	CHF 250.–
2025-S1-911010-FR	Fribourg	Sa 21.06.	08:00 - 12:00	CHF 250.–

Natation Schwimmen



NATATION ADULTES | SCHWIMMEN ERWACHSENE

AQUA-FIT

(BILINGUE/ZWEISPRACHIG)

2025-S1-721001-FR	Fribourg	Lu 06.01. 12:30 - Lu 14.04. 13:15	14 x 45 min	CHF 280.–
2025-S1-722001-FR	Fribourg	Lu 05.05. 12:30 - Lu 23.06. 13:15	7 x 45 min	CHF 140.–
2025-S1-721002-FR	Fribourg	Lu 06.01. 19:45 - Lu 14.04. 20:30	14 x 45 min	CHF 280.–
2025-S1-722002-FR	Fribourg	Lu 05.05. 19:45 - Lu 23.06. 20:30	7 x 45 min	CHF 140.–
2025-S1-721004-FR	Fribourg	Me 08.01. 18:30 - Me 16.04. 19:15	14 x 45 min	CHF 280.–
2025-S1-722004-FR	Fribourg	Me 07.05. 18:30 - Me 25.06. 19:15	8 x 45 min	CHF 160.–
2025-S1-721005-FR	Fribourg	Me 08.01. 19:15 - Me 16.04. 20:00	14 x 45 min	CHF 280.–
2025-S1-722005-FR	Fribourg	Me 07.05. 19:15 - Me 25.06. 20:00	8 x 45 min	CHF 160.–
2025-S1-721008-FR	Marly	Ma 07.01. 19:00 - Ma 15.04. 19:45	14 x 45 min	CHF 280.–
2025-S1-722008-FR	Marly	Ma 06.05. 19:00 - Ma 24.06. 19:45	8 x 45 min	CHF 160.–
2025-S1-721009-FR	Marly	Ma 07.01. 19:45 - Ma 15.04. 20:30	14 x 45 min	CHF 280.–
2025-S1-722009-FR	Marly	Ma 06.05. 19:45 - Ma 24.06. 20:30	8 x 45 min	CHF 160.–

AQUA-POWER-FIT

2025-S1-721020-SN	Düdingen	Me 08.01. 17:30 - Me 16.04. 18:15	14 x 45 min	CHF 280.–
2025-S1-722020-SN	Düdingen	Me 07.05. 17:30 - Me 25.06. 18:15	8 x 45 min	CHF 160.–
2025-S1-721021-SN	Düdingen	Me 08.01. 18:30 - Me 16.04. 19:15	14 x 45 min	CHF 280.–
2025-S1-722021-SN	Düdingen	Me 07.05. 18:30 - Me 25.06. 19:15	8 x 45 min	CHF 160.–
2025-S1-721023-SN	Düdingen	Sa 11.01. 08:40 - Sa 12.04. 09:25	13 x 45 min	CHF 260.–
2025-S1-722023-SN	Düdingen	Sa 10.05. 08:40 - Sa 28.06. 09:25	7 x 45 min	CHF 140.–
2025-S1-721022-SN	Düdingen	Sa 11.01. 07:55 - Sa 12.04. 08:40	13 x 45 min	CHF 260.–
2025-S1-722022-SN	Düdingen	Sa 10.05. 07:55 - Sa 28.06. 08:40	7 x 45 min	CHF 140.–
2025-S1-721024-SN	Düdingen	Sa 11.01. 09:25 - Sa 12.04. 10:10	13 x 45 min	CHF 260.–
2025-S1-722024-SN	Düdingen	Sa 10.05. 09:25 - Sa 28.06. 10:10	7 x 45 min	CHF 140.–

PISCINESCHWIMMBAD

SAUF INDICATION SPÉCIALE / FALLS NICHT ANDERS ANGEGBEN

Fribourg Les Buissonnets

Route Villars-les-Joncs 3

Düdingen Schulhaus Wolfacker

Alfons-Aeby-Strasse 2

Marly Piscine de Marly

Route des Frères Lumière 2

NATATION ENFANTS | SCHWIMMEN FÜR KINDER

ECREVISSE 1 | KREBS 1

2025-S1-721041-SN	Düdingen	Me 08.01. 17:30 - Me 16.04. 18:00	14 x 30 min	CHF 175.–
2025-S1-722041-SN	Düdingen	Me 07.05. 17:30 - Me 25.06. 18:00	8 x 30 min	CHF 100.–
2025-S1-721051-SN	Düdingen	Sa 11.01. 9:00 - Sa 12.04. 09:30	13 x 30 min	CHF 162.50
2025-S1-722051-SN	Düdingen	Sa 10.05. 09:00 - Sa 28.06. 09:30	7 x 30 min	CHF 87.50

HIPPOCAMPE 2 | SEEPFERD 2

2025-S1-721042-SN	Düdingen	Me 08.01. 18:00 - Me 16.04. 18:30	14 x 30 min	CHF 175.–
2025-S1-722042-SN	Düdingen	Me 07.05. 18:00 - Me 25.06. 18:30	8 x 30 min	CHF 100.–
2025-S1-721052-SN	Düdingen	Sa 11.01. 09:30 - Sa 12.04. 10:00	13 x 30 min	CHF 162.50
2025-S1-722052-SN	Düdingen	Sa 10.05. 09:30 - Sa 28.06. 10:00	7 x 30 min	CHF 87.50

GRENOUILLE 3 | FROSCH 3

2025-S1-721043-SN	Düdingen	Me 08.01. 18:30 - Me 16.04. 19:00	14 x 30 min	CHF 175.–
2025-S1-722043-SN	Düdingen	Me 07.05. 18:30 - Me 25.06. 19:00	8 x 30 min	CHF 100.–
2025-S1-721053-SN	Düdingen	Sa 11.01. 10:00 - Sa 12.04. 10:30	13 x 30 min	CHF 162.50
2025-S1-722053-SN	Düdingen	Sa 10.05. 10:00 - Sa 28.06. 10:30	7 x 30 min	CHF 87.50

PINGOUIN 4 | PINGUIN 4

2025-S1-721044-SN	Düdingen	Me 08.01. 19:00 - Me 16.04. 19:30	14 x 30 min	CHF 175.–
2025-S1-722044-SN	Düdingen	Me 07.05. 19:00 - Me 25.06. 19:30	8 x 30 min	CHF 100.–
2025-S1-721054-SN	Düdingen	Sa 11.01. 10:30 - Sa 12.04. 11:00	13 x 30 min	CHF 162.50
2025-S1-722054-SN	Düdingen	Sa 10.05. 10:30 - Sa 28.06. 11:00	7 x 30 min	CHF 87.50

PIEUVRE 5 | TINTENFISCH 5

2025-S1-721045-SN	Düdingen	Me 08.01. 17:30 - Me 16.04. 18:00	14 x 30 min	CHF 175.–
2025-S1-722045-SN	Düdingen	Me 07.05. 17:30 - Me 25.06. 18:00	8 x 30 min	CHF 100.–
2025-S1-721055-SN	Düdingen	Sa 11.01. 09:00 - Sa 12.04. 09:30	13 x 30 min	CHF 162.50
2025-S1-722055-SN	Düdingen	Sa 10.05. 09:00 - Sa 28.06. 09:30	7 x 30 min	CHF 87.50

PISCINE SCHWIMMBAD

SAUF INDICATION SPÉCIALE / FALLS NICHT ANDERS ANGEGEBEN

Fribourg	Les Buissonnets	Route Villars-les-Joncs 3
Düdingen	Schulhaus Wolfacker	Alfons-Aeby-Strasse 2
Marly	Piscine de Marly	Route des Frères Lumière 2

CROCODILE 6 | KROKODIL 6

2025-S1-721046-SN	Düdingen Me 08.01. 18:00 - Me 16.04. 18:30	14 x 30 min	CHF 175.–
2025-S1-722046-SN	Düdingen Me 07.05. 18:00 - Me 25.06. 18:30	8 x 30 min	CHF 100.–
2025-S1-721056-SN	Düdingen Sa 11.01. 09:30 - Sa 12.04. 10:00	13 x 30 min	CHF 162.50
2025-S1-722056-SN	Düdingen Sa 10.05. 09:30 - Sa 28.06. 10:00	7 x 30 min	CHF 87.50

OURS POLAIRE 7 | EISBÄR 7


2025-S1-721047-SN	Düdingen Me 08.01. 18:30 - Me 16.04. 19:00	14 x 30 min	CHF 175.–
2025-S1-722047-SN	Düdingen Me 07.05. 18:30 - Me 25.06. 19:00	8 x 30 min	CHF 100.–
2025-S1-721057-SN	Düdingen Sa 11.01. 10:00 - Sa 12.04. 10:30	13 x 30 min	CHF 162.50
2025-S1-722057-SN	Düdingen Sa 10.05. 10:00 - Sa 28.06. 10:30	7 x 30 min	CHF 87.50

COMBI 1 + COMBI 2 | KOMBI 1 + KOMBI 2

2025-S1-721048-SN	Düdingen Me 08.01. 19:00 - Me 16.04. 19:30	14 x 30 min	CHF 175.–
2025-S1-722048-SN	Düdingen Me 07.05. 19:00 - Me 25.06. 19:30	8 x 30 min	CHF 100.–
2025-S1-721058-SN	Düdingen Sa 11.01. 10:30 - Sa 12.04. 11:00	13 x 30 min	CHF 162.50
2025-S1-722058-SN	Düdingen Sa 10.05. 10:30 - Sa 28.06. 11:00	7 x 30 min	CHF 87.50

COMBI 3 + COMBI 4 | KOMBI 3 + KOMBI 4

2025-S1-722059-SN	Düdingen Sa 10.05. 08:30 - Sa 28.06. 09:00	7 x 30 min	CHF 87.50
2025-S1-721059-SN	Düdingen Sa 11.01. 08:30 - Sa 12.04. 09:00	13 x 30 min	CHF 162.50



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

Mouctar Keïta

Vacances scolaires Schulferien

23.12 - 03.01.2025	Vacances de Noël / <i>Weihnachtsferien</i>
03.03 - 09.03.2025	Vacances de Carnaval / <i>Fasnachtsferien</i>
18.04 - 02.05.2025	Vacances de Pâques / <i>Osterferien</i>
29.05	Ascension / <i>Auffahrt</i>
30.05	Pont de l'Ascension / <i>Brücke nach Auffahrt</i>
09.06	Lundi de Pentecôte / <i>Pfingstmontag</i>
19.06	Fête-Dieu / <i>Fronleichnam</i>
04.07	Dernier jour de classe / <i>Letzter Schultag</i>

Contact Kontakt

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

Heures d'ouverture

Lundi et jeudi 9h - 11h / 14h - 16h

Vendredi 9h - 11h

Mardi et mercredi fermé

Par téléphone

Lundi - vendredi 9h - 11h

Mathématiques & informatique

Mathematik & Informatik



MATHÉMATIQUES | MATHEMATIK

Cours préparatoire de mathématiques pour examen d'admission EC et/ou ECG en mars 2025
Vorbereitungskurse Mathematik für die EC- und/oder ECG-Zulassungsprüfung im März 2025

2025-S1-011001-FR Fribourg Sa 11.01.08:30 - Sa 01.03.10:30 8 x 120 min CHF 425.–

ANALYSE pour adultes et jeunes adultes (à partir de 16 ans)
ANALYSE für Erwachsene und junge Erwachsene (ab 16 Jahren)

2025-S1-011002-FR Fribourg Sa 11.01.11:00 - Sa 17.05.14:00 15 x 180 min CHF 1193.–

Cours préparatoire de mathématiques pour examen d'admission EC et/ou ECG en juillet 2025
Vorbereitungskurse Mathematik für die EC- und/oder ECG-Zulassungsprüfung im Juli 2025

2025-S1-011004-FR Fribourg Sa 15.03.08:30 - Sa 28.06.10:30 13 x 120 min CHF 689.–

INFORMATIQUE | INFORMATIK

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

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

2025-S1-021001-FR Fribourg Sa 01.02.09:00 - Sa 22.02.12:00 4 x 180 min CHF 289.–

* OFFICE 365 et Teams

2025-S1-021003-FR Fribourg Sa 05.04.09:00 - Sa 17.05.12:00 4 x 180 min CHF 289.–

**NEW
NEW**



> 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.



COMPÉTENCES DE BASE GRUND KOMPETENZ



* **Mathématiques** Compétences de base pour adulte

* **Mathematik** Grundkompetenzen für Erwachsene

2025-S1-011003-FR Fribourg Ma 04.02.09:00 - Ma 17.06.11:00 17 x 120 min CHF 899.–

Internet et sécurité pour séniors et débutants actifs

Internet und Sicherheit für Senioren und aktive Anfänger

2025-S1-021004-FR Fribourg Ma 13.05.10:00 - Ma 17.06.11:00 6 x 60 min CHF 159.–

2025-S1-021002-FR Fribourg Ma 11.03.10:00 - Ma 15.04.11:00 6 x 60 min CHF 159.–

Introduction à l'informatique pour séniors et débutants actifs

Einführung in die Informatik für Senioren und aktive Anfänger

2025-S1-021010-FR Fribourg Me 19.02.08:30 - Me 26.02.11:30 2 x 180 min CHF 159.–

2025-S1-021011-FR Fribourg Me 14.05.08:30 - Me 21.05.11:30 2 x 180 min CHF 159.–

* **Cours d'allemand** Bien lire, c'est possible!

* **Deutschkurs** Gut lesen ist möglich!

2025-S1-406111-FR Fribourg Ve 14.03.12:15 - Ve 27.06.13:15 12 x 60 min CHF 318.–

* **Cours d'allemand** L'orthographe, avec plaisir!

* **Deutschkurs** Rechtschreibung, mit Spass!

2025-S1-406112-FR Fribourg Ve 14.03.17:30 - Ve 27.06.19:00 12 x 90 min CHF 477.–

* **Cours de français** Bien lire, c'est possible!

* **Französischkurs** Gut lesen ist möglich!

2025-S1-416111-FR Fribourg Ve 14.03.12:15 - Ve 27.06.13:15 12 x 60 min CHF 318.–

* **Cours de français** L'orthographe, avec plaisir!

* **Französischkurs** Rechtschreibung, mit Spass!

2025-S1-416112-FR Fribourg Ve 14.03.17:30 - Ve 27.06.19:00 12 x 90 min CHF 477.–

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!

COURS À LA DEMANDE KURSE AM ANFRAGE



**VOUS SOUHAITEZ SUIVRE UN COURS
À UNE DATE QUI VOUS CONVIENT
OU SUR UN SUJET SPÉCIFIQUE ?**



L'Université populaire s'adapte à vos besoins avec des cours personnalisés.

Langues, développement personnel, loisirs créatifs, ou toute autre thématique : faites-nous part de vos envies ou besoins en formation vis le formulaire disponible sur notre page Cours sur demande.

Scannez le QR code ci-dessus pour accéder directement au formulaire et laissez-nous organiser votre prochain cours sur mesure !

**MÖCHTEN SIE EINEN KURS
ZU EINEM PASSENDEN DATUM
ODER ZU EINEM SPEZIFISCHEN THEMA BESUCHEN !**



Die Volkshochschule passt sich Ihren Bedürfnissen an und bietet individuelle Kurse an.

Sprachen, Persönlichkeitentwicklung, kreative Freizeitgestaltung oder andere Themen : Teilen Sie uns Ihre Wünsche oder Bedürfnisse über das Formular auf unserer Seite Kurse auf Anfrage mit.

Scannen Sie den QR-Code unten, um direkt zum Formular zu gelangen, und lassen Sie uns Ihren nächsten Kurs nach Mass organisieren !



Art et culture Kunst und Kultur

CULTURE | KULTUR

Fribourg au travers de ces plus grands noms et lieux emblématiques
Freiburg durch seine grössten Namen und symbolträchtigen Orte

2025-S1-101020-FR Fribourg Me 12.03.18:00 - Me 28.05.19:30 10 x 90 min CHF 362.–

CRÉATIVITÉ | KREATIVITÄT

Gravure en creux et en relief Semestre 2 | Tiefdruck und Reliefgravur Semester 2

2025-S1-611001-FR Fribourg Ma 18.02.18:15 - Ma 17.06.20:15 15 x 120 min CHF 660.–

Découverte du Journal Créatif®, un outil pour prendre soin de soi au quotidien
Entdeckung des Kreativen Tagebuchs®, eines Werkzeugs zur Selbstfürsorge im Alltag

2025-S1-611005-FR Fribourg Ma 18.02.19:00 - Ma 01.04.21:00 6 x 120 min CHF 318.–

Développez votre créativité avec le Journal Créatif
Entwickeln Sie Ihre Kreativität mit dem Kreativen Tagebuch

2025-S1-611006-FR Fribourg Ma 06.05.19:00 - Ma 10.06.21:00 6 x 120 min CHF 318.–

SOCIÉTÉ | GEMEINSCHAFT

Philosophes du quotidien | Alltagsphilosophen

2025-S1-051001-FR Fribourg Ma 08.04.17:00 - Ma 20.05.19:00 5 x 120 min CHF 265.–

*** Vivre et s'intégrer dans le canton de Fribourg**

2025-S1-041111-FR Fribourg Me 12.03.18:30 - Me 16.04.20:00 6 x 90 min CHF 238.–

Préparation à la Retraite Active
Vorbereitung auf den aktiven Ruhestand

2025-S1-041021-FR Fribourg Je 13.03.14:00 - Je 17.04.16:00 6 x 120 min CHF 318.–

Santé et bien-être Gesundheit und Wohlbefinden



TAI-CHI | QI-GONG

Tai-chi-chuan moyens et avancés | **Tai-Chi-Chuan** *mittlere und fortgeschrittene Stufe*

2025-S1-741001-FR Fribourg Ma 18.02.19:00 - Ma 10.06.20:30 14 x 90 min CHF 360.–

2025-S1-741003-FR Fribourg Me 19.02.19:00 - Me 11.06.20:30 14 x 90 min CHF 360.–

Escrime au sabre Tai-ch débutants-moyens | **Säbelfechten Tai-chi** *Anfänger-Mittelstufe*

2025-S1-741004-FR Fribourg Me 12.03.18:00 - Me 11.06.19:00 12 x 60 min CHF 315.–

CUISINE | KOCHKURS

Cuisiner comme un chef depuis chez soi | **Von zu Hause aus wie ein Chef kochen**

2025-S1-701002-FR ONLINE Di 09.02.16:30 - Di 23.03.18:00 6 x 90 min CHF 216.–

Cuisine simple, savoureuse et de saison | **Einfache, schmackhafte und saisonale Küche**

2025-S1-701001-FR Fribourg Sa 29.03.10:30 - Sa 24.05.12:00 6 x 90 min CHF 238.–

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL | PERSÖNLICHKEIT ENTWICKLUNG

Hypnoses Relaxantes en ligne | **Entspannende Hypnosen** *online*

2025-S1-301006-FR par vidéo Ve 07.02.17:45 - Ve 28.02.19:45 4 x 120 min CHF 193.–

Blessures émotionnelles: comment s'en libérer? en ligne

Emotionale Verletzungen: Wie kann man sich davon befreien? *online*

2025-S1-301007-FR par vidéo Ve 14.03.08:30 - Ve 21.03.11:30 2 x 180 min CHF 145.–

MÉDECINES ALTERNATIVES

Introduction au massage du dos | **Einführung in die Rückenmassage**

2025-S1-761001-FR Fribourg Je 13.02.18:00 - Je 13.03.21:00 3 x 180 min CHF 239.–

Introduction à la réflexologie plantaire | **Einführung in die Fussreflexzonenmassage**

2025-S1-761002-FR Fribourg Me 16.04.18:00 - Me 28.05.21:00 3 x 180 min CHF 239.–

La santé d'un point de vue global | **Gesundheit aus ganzheitlicher Sicht**

2025-S1-751002-FR Fribourg Me 12.02.18:00 - 19:30 1 x 90 min CHF 40.–

Atelier «Vivre en équilibre» | **Workshop «Leben in Balance»**

2025-S1-751001-FR Fribourg Je 06.02.18:00 - Je 26.06.19:30 6 x 90 min CHF 239.– 27

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 eduQua.

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 beglaubigt wird. Seit 2005 ist sie eduQua zertifiziert.

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



LOTERIE
ROMANDE

certifié



QualiCert
CERTIFIED QUALITY

EDUQUA



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

