



Cours 2015 - 2016

Pour les élèves de 1H à 8H
de Belfaux et La Sonnaz

Important !



- **Vérifiez les dates ! Plusieurs cours ont lieu le même jour !**
- **Il est nécessaire d'inscrire chaque activité séparément pour chaque enfant. Plusieurs activités par enfant sont possibles.**
- **La cotisation annuelle de Fr. 20.- est obligatoire. Merci de votre soutien.**
- **Les prix sont fixés par les animateurs des cours, l'APE ne touche aucun bénéfice. Tous les membres du comité de l'APE travaillent bénévolement.**
- **Les déplacements ne sont pas assurés par l'APE**
- **En cas de désistement, les frais de cours sont à votre charge : vous pouvez trouver un remplaçant. Pas de compensation, ni de remboursement.**

- Informations
- Les élèves inscrits recevront une confirmation avec toutes les informations nécessaires concernant le cours et le bulletin de versement.
 - **Veuillez avertir l'animateur/trice, si votre enfant ne peut pas participer à un cours pour lequel il était inscrit.**
 - L'APE se réserve le droit d'annuler un cours si le nombre d'inscriptions est insuffisant.
 - Après discussion avec les parents, les animateurs/trices se réservent le droit d'exclure un enfant présentant un comportement trop dérangeant.
 - Pour tout autre renseignement, vous pouvez appeler :

Valérie Cotting 026 475 43 13
Nathalie Imstepf 026 677 18 90
Sylvie Nicolerat 026 475 28 90

Le comité de l'APE :

Nadia Borne, Valérie Cotting, Laurence Eicher, Christelle Fontaine,
Pierre-Emmanuel Grandjean, Nathalie Imstepf, Anne Leuba,
Sylvie Nicolerat, Alexandra Probst, Sophie Villet



No 1-2-3-4 Escalade

Animé par Denis Bussey, tél. 079 508 61 67

Pour qui ? 4H-8H, max. 10 enfants
4H à 6H présence d'un adulte indispensable

Où ? Bloczone, Rte Henri-Stephan 12 à Givisiez (dans les anciens bâtiments de l'entreprise Stephan : places de parc à disposition)

Horaire ? vendredi de 16h30 à 18h ou de 18h à 19h30

No 1	Escalade I	2 cours	20.11.15 et 27.11.15	de 16h30 à 18h00
No 2	Escalade II	2 cours	20.11.15 et 27.11.15	de 18h00 à 19h30
No 3	Escalade III	4 cours	04-11.12.15 / 15-22.01.16	de 16h30 à 18h00
No 4	Escalade IV	4 cours	04-11.12.15 / 15-22.01.16	de 18h00 à 19h30

Veuillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet.

Prix ? Cours Escalade I ou II 40.- pour les 2 cours
 Cours Escalade III ou IV 80.- pour les 4 cours



No 5-6-7 Poterie

Animé par Mireille Cuendet, tél. 079 293 70 69 <http://www.atelier-detente.com>,

Tu auras la possibilité de créer des pièces en terre cuite, de les peindre. Elles peuvent être utiles ou décoratives.

Pour qui ?	3H à 8H, min. 3 / max. 10 enfants
Où ?	salle ACM de l'école de Belfaux
Horaires ?	Dates ?
Cours 5 Poterie I vendredi de 16h00-17h30	02.10.15 / 09.10.15 / 06.11.15 / 13.11.15 / 04.12.15
Cours 6 Poterie II vendredi de 17h30-19h00	02.10.15 / 09.10.15 / 06.11.15 / 13.11.15 / 04.12.15
Cours 7 Poterie III vendredi de 16h00-17h30	15.01.16 / 22.01.16 / 19.02.16 / 04.03.16 / 11.03.16

Veuillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet.

Equipement : Tablier-chemise

Prix ? 60.- par enfant pour les 5 dates



No 8 Peinture à l'aquarelle

Animé par M. Jean-Paul Bongard, tél. 079 443 32 80

Introduction à la technique de l'aquarelle !

Pour qui ?	5 à 8H Min. 4 - max. 8 enfants	Où ? salle ACM à l'école de Belfaux
Horaires ?	samedi de 9h30 à 11h15	
Dates ?	21.11.15 / 28.11.15 / 12.12.15 / 19.12.15 / 09.01.16 / 16.01.16	
Prix ?	entre 90.- et 100.- (selon le nombre de participants) par enfant matériel compris	



No 9-10-11-12-13 Peinture sur porcelaine

Animé par Clotilde Ruegg, 079 579 32 72

Viens essayer la peinture sur porcelaine : tu pourras choisir parmi différents modèles présentés dans un support (bougeoir, tasse, vase, plat...). Voir photo ci-dessus ☺

Pour qui ? 3H-8H
Min. 7 - max. 8 enfants

Où ? Porcelaines Clotilde, Rte Fribourg 8 à Belfaux

Horaire ?

les 1^{er} mercredis de chaque mois, de 14h à 17h

Dates ?

Cours no 9 02.09.15

Cours no 12 02.12.15

Cours no 10 07.10.15

Cours no 13 06.01.16

Cours no 11 04.11.15

Veuillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet

Prix ? 50.- par cours (20.- matériel et 30.- cours)



No 14-15 Décoration florale dans une terrine

Animé par l'établissement horticole A. Angéloz à Belfaux, tél. 079/318.23.87

Viens composer une décoration florale dans une terrine !

Pour qui ? 6H, 7H, 8H
Max. 7 enfants

Où ? Etablissement horticole A. Angéloz, Belfaux

Date ? mercredi 24 février 2016

Horaire ?

No 14 Décoration florale I de 13h30 à 15h00

No 15 Décoration florale II de 15h30 à 17h00

Equipement : bons souliers et veste polaire

Prix ? 20.- le cours



No 16 Danse Zumba

Animé par Jeanne-Fleur Kaufmann tél. 079 845 51 72

Envie de découvrir la Zumba ? Alors viens nous rejoindre, chaque cours ressemble à une fête ! Les mouvements de danse-fitness sont faciles à suivre pour tout le monde, sur des musiques latino et des musiques du monde.

Pour qui ? 2H à 8H
Min. 4 - max. 15 enfants

Où ? Salle communale de Belfaux

Quand ? les mercredis de 15h50 à 16h50

Dates ? 02-09-16-23-30.09.15 / 07-14.10.15 / 04-11-18.11.15

Equipement : tenue de gym avec baskets, petit linge

Prix ? 100.- par enfant pour les 10 cours



No 17-18-19 Danse hip-hop

*Animé par Aurélie Moullet tél. 079 779 50 29, Evelyne Pochon tél. 079 829 69 15
ou Fanny Fidanza tél. 079 562 39 82*

Envie d'apprendre à danser le hip-hop ? Alors viens nous rejoindre, on va bien s'éclater !

Pour qui ? 1H à 8H
Min. 6 - max. 20 enfants

Où ? Salle communale de Belfaux

Horaire ?

Cours no 17	Hip-hop	samedi de 9h à 10h pour les 6H, 7H, 8H
Cours no 18	Hip-hop	samedi de 10h à 11h pour les 3H, 4H, 5H
Cours no 19	Hip-hop	samedi de 11h à 12h pour les 1H et 2H

Dates ? 09.01.16 / 16.01.16 / 23.01.16 / 30.01.16 / 20.02.16 / 27.02.16

Equipement : tenue de gym et ballerines

Prix ? 60.- par enfant pour les 6 cours



No 20-21-22-23 Stand up Paddle

Animé par Arlette Javet tél. 079 204 16 15

Ce nouveau sport en vogue est un excellent moyen de s'évader, décompresser. Il te fera travailler le gainage, le positionnement du dos et même oublier le stress !

Pour qui ? 3H à 8H
Min. 7 max. 24 enfants

Où ? Lac de Schiffenen (plage de Détente St Nicolas, Pensier)

Horaire ? mercredi de 13h30 à 15h00 pour les **3H, 4H, 5H**
mercredi de 15h00 à 16h30 pour les **6H, 7H, 8H**

Dates ?	cours no 20	02.09.15	13h30-15h00	cours no 21	02.09.15	15h00-16h30
	cours no 22	09.09.15	13h30-15h00	cours no 23	09.09.15	15h00-16h30

Veuillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet.

Date de remplacement : 16.09.15 en cas de mauvais temps

Equipement : boisson et goûter / crème solaire / habits de bain / habits chauds de rechange

Prix ? entre 20.- et 25.- par enfant pour un cours (selon nombre de participants)



No 24 Bien-être

Animé par Anne-Catherine Aouissaoui, tél. 079 395 79 69

Prendre conscience de son corps, de son ressenti et de sa personne par des exercices de yoga, de respiration, de relaxation, de mandala et de réflexion.

Pour qui ? 4H à 8H **Où ?** Ecole de la Sonnaz, salle de catéchisme
Min. 5 - max. 8 enfants

Horaire ? vendredi de 16h30 à 18h00

Dates ? 27.11.15 / 11.12.15 / 15.01.16 / 26.02.16

Equipement : habits confortables, couverture et/ou tapis de yoga, crayons de couleur

Prix ? 80.- par enfant pour les 4 dates



No 25-26 Ateliers Découverte Nature

« Sensibilisation de l'enfant à la nature et ses merveilles par la découverte, la créativité et le jeu »

Animé par Anne-Colette Schmutz, tél. 026 475 35 60 et 079 326 69 19

Tu as envie de vivre des aventures et des expériences en forêt et dans la nature, d'apprendre à mieux la connaître et à identifier des traces d'animaux, de découvrir des terriers, de laisser s'exprimer ton imagination et de créer de petites œuvres d'art avec ce que la nature t'offre, de cuisiner un goûter au feu de bois, de jouer, d'avoir du plaisir, de te faire des amis....

Pour qui ? 3H à 6H **Où ?** Aux environs de Belfaux.
Min. 5 - max. 8 enfants Le lieu de rendez-vous sera communiqué aux participants.
Il peut changer selon la météo.

Horaire ?	Dates ?
Cours no 25	mercredi de 13h30 à 16h30
Atelier automnal	02.09.15 / 16.09.15 / 07.10.15 (dates de remplacement 30.09.15 ou 04.11.15)
Cours no 26	mercredi de 13h30 à 16h30
Atelier printanier	23.03.16 / 13.04.16 / 27.04.16 (dates de remplacement 20.04.16 et 11.05.16)

Veuillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet.

Equipement et autre détail : les sorties ont lieu par tous les temps, sauf en cas de météo trop défavorable (voir dates de remplacement).
Habillement adapté à la météo et pas dommage. Chaussures fermées, imperméables et confortables, habits longs. Imperméable en cas de pluie.
Chaque enfant apporte sa boisson dans un sac à dos.
Merci de communiquer tout problème de santé et/ou allergie à l'animatrice.

Prix ?
90.- par cours (3 sorties), goûter compris
80.- pour un 2^{ème} enfant de la même famille
160.- pour 2 cours (6 sorties)



No 27-28 Ateliers Landart, créativité par & dans la nature

« Réaliser de petites œuvres d'art éphémères dans la nature en utilisant ce que l'on y trouve »

Animé par Anne-Colette Schmutz, tél. 026 475 35 60 et 079 326 69 19

Tu as de la fantaisie, de l'imagination et tu as envie de l'exprimer de manière un peu différente ? Dans cet atelier nous allons ensemble transformer un coin de forêt ou de nature en un lieu un peu magique et laisser vagabonder notre imagination : créations de petites œuvres d'art individuelles ou collectives, instruments de musique, découverte et utilisation de couleurs naturelles, création de personnages et d'histoires...

Pour qui ? 3H à 6H	Où ? Aux environs de Belfaux
Min. 5 - max. 8 enfants	Le lieu de rendez-vous sera communiqué aux participants. Il peut changer selon la météo.

Horaires ?**Cours no 27****Atelier automnal****Dates ?**

mercredi de 13h30 à 16h30

09.09.15 / 23.09.15 / 14.10.15

(dates de remplacement 30.09.15 ou 04.11.15)

Cours no 28**Atelier printanier**

mercredi de 13h30 à 16h30

04.05.16 / 18.05.16 / 01.06.16

(dates de remplacement 08.06.16 ou 15.06.16)

Veuillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet.

Équipement et**autre détail :**

les sorties ont lieu par tous les temps, sauf en cas de météo trop défavorable (voir dates de remplacement).

Habillage adapté à la météo et pas dommage. Chaussures fermées, imperméables et confortables, habits longs. Imperméable en cas de pluie.

Chaque enfant apporte sa boisson dans un sac à dos.

Merci de communiquer tout problème de santé et/ou allergie à l'animatrice.

Prix ?

90.- par cours (3 sorties), goûter compris

80.- pour un 2^{ème} enfant de la même famille

160.- pour 2 cours (6 sorties)



No 29-30 Observation gibier

Animé par Claude Bossy / tél. 079 638 18 93

Viens découvrir quelques animaux sauvages vivant dans nos forêts

Pour qui ?

5H à 8H

Garçons et filles

Min. 3 - max. 6 enfants

Où ? Départ et retour : parking de l'Auberge de la Gare à Grolley

Dates et horaires ?

Cours no 29

lundi 24.08.2015 de 19h15 à 21h15

Cours no 30

mardi 25.08.2015 de 19h15 à 21h15

(=vacances d'été)

Veillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet.

Equipement : habits chauds + de pluie, bottes, éventuellement jumelles

Annulation possible du cours en cas de mauvais temps, ou de temps incertain. A ce sujet, il y aura lieu de téléphoner à l'animateur le jour même

Prix ? 15.-



No 31 Gravure

Animé par Claire Zahnd, tél 026 322 89 91

Désires-tu découvrir diverses techniques de gravure dans l'atelier d'une artiste en Vieille-Ville de Fribourg ?

Pour qui ? 3H à 8H, min 4, max. 6 enfants

Où ? Atelier Le Pilon à Os, Gottéron 15, Fribourg

Horaire ? mercredi de 14h00 à 16h30

Dates ? 09.09.15 / 16.09.15 / 23.09.15

Prix ? entre 75.- et 115.- (selon le nombre d'inscriptions) plus 25.- pour le matériel soit entre 100.- et 140.- par enfant



No 32 Film d'animation

Animé par Pierre-Emmanuel Grandjean, 078 637 63 22

Réaliser un petit court-métrage en stop-motion (technique d'animation permettant de créer un mouvement à partir d'objets immobiles). Initiation aux différentes techniques d'animation et mise en ligne du film réalisé.

Voici un aperçu de courts-métrages réalisés par des jeunes de Belfaux et environs:

<http://www.imagipeg.com/animation/> et <http://www.imagipeg.com/animation2015/>

Pour qui ? 6H, 7H, 8H

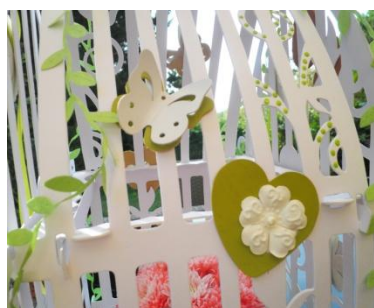
Min 2, max. 6 enfants

Où ? chez l'animateur : Champ Bonjard 8, Belfaux

Dates ? 19.03.16 / 16.04.16 / 23.04.16 / 30.04.16

Horaire ? samedi de 9h00 à 11h45

Prix ? entre 60.- et 80.- pour les 4 dates (selon le nombre de participants)



No 33 à 39 Bricolages

Animé par Isabelle Sallin Crottet, 026 476 01 71

As-tu envie de fabriquer de magnifiques bricolages? Viens réaliser des petits chefs-d'œuvre avec tes copains / copines !

Bricolage surprise No 33 09.09.15

Bricolage d'automne No 34 07.10.15

Bricolage de Noël No 35 18.11.15

Bricolage surprise	No 36	27.01.16
Bricolage surprise	No 37	24.02.16
Bricolage de Pâques	No 38	23.03.16
Bricolage surprise	No 39	08.06.16

Veillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet.

Pour qui ? 3-4-5-6-7-8H
Max. 5 enfants

Horaire? mercredi de 14h00 à 16h30

Où ? Atelier Mam'zelle, Rte du Centre 2 à Belfaux

Prix ? 25.- par cours



No 40-41-42 Les contes au fil des saisons

Animé par Contemuse

Chaque saison cache une merveille de contes. Aimes-tu les écouter?

Pour qui ? 1H à 4H (min 8, max. 20 enfants)

Où ? Ecole primaire de la Sonnaz, salle de l'école enfantine

Horaire ? mercredi de 14h00 à 15h30 (avec un petit goûter)

Dates ?

No 40	Contes d'automne	07.10.15
No 41	Contes de Noël	09.12.15
No 42	Contes de Pâques	09.03.16

Veillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet.

Prix ? 6.- par conte



No 43 Mon bonnet Myboshi

Animé par Mme Francesca Cheda, 079 630 20 35

Initiation au crochet : techniques de base de réalisation d'un bonnet Myboshi.

Pour qui ? 6H, 7H, 8H (min 4, max. 12 enfants)

Où ? Ecole primaire de la Sonnaz, anciens abris

Horaire ? mercredi de 14h00 à 16h30

Dates ? 30.09.15/ 07.10.15 / 14.10.15

Prix ? 20.- y compris frais de matériel



No 44-45-46 Ateliers chocolat

Animé par Mme Cécile Menoud, tél. 079 705 50 80

Fabrication artisanale de chocolat ☺ et chocolats pour Noël !

Pour qui ? 2H à 8H (min 3 max. 10 enfants)

Où ? Cécile Choco Créations, Rte de Fribourg 8 à Belfaux

Horaires et dates ?

No 44 fabrication artisanale	23.09.15	de 14h00 à 16h30
No 45 chocolat pour Noël	25.11.15	de 14h00 à 16h30
No 46 chocolat pour Noël	02.12.15	de 16h30 à 19h00

Veuillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet.

Prix ? 20.- y compris frais de matériel



No 47-48-49 Pâtisserie et Cake Design

Animé par Mme Anne-Sarah Caldara, tél. 079 899 72 76

Lors de ce cours de base, tu apprendras à recouvrir un gâteau avec de la pâte à sucre et à le décorer avec des emporte-pièces et divers matériaux pour le Cake Design.

Un gâteau prêt à être décoré, la pâte à sucre ainsi que tout le matériel pour la décoration te seront mis à disposition sur place.

Pour qui ? 7H et 8H (min. 4 max. 6 enfants)

Horaires ? de 14h00 à 17h00

Dates et lieu ?

No 47	gâteau d'Halloween	samedi 10.10.15 à la salle de l'AES
No 48	gâteau de Pâques	samedi 19.03.16 à la salle de l'AES
No 49	gâteau pour la fête des Mères	mercredi 04.05.16 à la salle communale

Veuillez mentionner dans l'inscription un 2^{ème} no de cours en remplacement, au cas où le cours choisi serait complet.

Prix ? 70.- pour une date



No 50 Cupcakes et biscuits

Animé par Mme Anne-Sarah Caldara, tél. 079 899 72 76

Viens t'amuser en apprenant à décorer des cupcakes mais aussi en donnant de la couleur à des biscuits !
Pendant ce cours je te propose d'apprendre à décorer des cupcakes avec de la pâte à sucre et à confectionner et décorer des biscuits avec du Royal Icing (un sucre coloré liquide).

Pour qui ? 5H à 8H (min. 4 max. 8 enfants)

Dates horaires et lieu ?

Cupcakes d'Halloween	mercredi 14.10.15 de 14h00 à 15h30 à la salle communale
Biscuits de Noël confection	samedi 12.12.15 de 9h30 à 11h00 à la salle de l'AES
Biscuits de Noël décoration	mercredi 16.12.15 de 14h00 à 16h00 à la salle communale
Cupcakes de Pâques	mercredi 23.03.16 de 14h00 à 15h30 à la salle communale

Prix ? 100.- pour les 4 dates