

(espacefemmes
frauenraum)

CALENDRIER


avril – juillet 2023







KALENDER

April – Juli 2023















 espace enfants disponible sur inscription / Kinderraum steht zur Verfügung auf Einschreibung

 Prix selon ses moyens : standard ** / petit budget * / solidaire ***
 Preisauswahl nach eigenen Mitteln: Standard ** / kleines Budget * / Solidarisch ***

Inscription unique, pour toute la période indiquée			Einmalige Einschreibung, für den ganzen angegebenen Zeitraum		
 Date Datum	Jour Tag		Activité Aktivität	 Prix Preis	
29 août - 30 juin 2023	1 à 3 fois par semaine	09:00 - 11:15 ou 13:30 - 15:45	Cours de français	CHF 95.- par mois (+ CHF 35.- frais d'inscription)	
29. August - 30. Juni 2023	Dienstag und Freitag	09:00 - 11:15 oder 13:30 - 15:45	Deutschkurse	CHF 95.- pro Monat (+ CHF 35.- Einschreibegebühr)	

Activités régulières			Regelmässige Aktivitäten		
 Date Datum	Jour Tag		Activité Aktivität	 Prix Preis	
26 avril - 05 juillet	Mercredi	09:30 - 11:00 ou 13:30 - 15:00	Parlons français	gratuit, inscription pour chaque date	
28 avril - 07 juillet	Vendredi	13:30 - 15:00	Parlons français	gratuit, inscription pour chaque date	
28 avril - 07 juillet 28. April - 7. Juillet	Vendredi Freitag	17:00 - 19:00	Broderie féministe Feministische Stickerei	gratuit, sans inscription kostenlos, ohne Einschreibung	







Inscription pour chaque date / chaque session (par trimestre)		Einschreibung für jedes einzelne Datum / jede (vierteljährliche) Kurseinheit			
 Date Datum	Jour Tag		Activité Aktivität	 Prix Preis	
26. April	Mittwoch	09:30 - 11:00	Konversation auf Deutsch	kostenlos	
26 avril	Mercredi	09:30 - 11:00	Smartphone et tablette : C'est difficile ? Apprenons ensemble !	gratuit	
27 avril	Jeudi	19:00 - 21:30	Jeux de société en soirée	gratuit, sans inscription	
29 avril 29. April	Samedi Samstag	09:30 - 11:00	Rencontre Maman-Bébé Mama-Baby Treff	gratuit kostenlos	
01 mai 1. Mai	Lundi Montag	16:00 - 18:00	Consultation juridique pour femmes Rechtsberatung für Frauen	CHF 45.- ** / 30.- * / 60.- *** 30 minutes 30 Minuten	
02 mai	Mardi	09:00 - 11:30	Transformer ses vêtements : atelier couture	gratuit	
03 mai - 17 mai	Mercredi	08:30 - 11:30	Femmes et famille : se préparer à la reprise d'un emploi	CHF 135.- ** / 45.- * 3 séances	
03 mai - 07 juin 3. Mai - 7. Juni	Mercredi Mittwoch	13:30 - 15:30	Apprendre à faire du vélo Velofahren lernen	CHF 150.- ** / 50.- * 5 séances 5 Lektionen	
03 mai - 05 juillet 3. Mai - 5. Juli	Mercredi Mittwoch	14:15 - 15:00	Apprendre à nager Schwimmen lernen	CHF 200.- 10 séances 10 Lektionen	
03 mai - 14 juin	Mercredi	18:15 - 19:15	Afro-Latine fit (Session 3)	CHF 105.- ** / 35.- * 7 séances	

 Date Datum	Jour Tag		Activité Aktivität	 Prix Preis	
04 mai 4. Mai	Jeudi Donnerstag	09:00 - 11:00	Marchons ensemble ! Gemeinsam wandern!	gratuit kostenlos	
04 mai - 06 juillet	Jeudi	16:30 - 17:45	Qigong - Shibashi (Session 3)	CHF 150.- ** / 50.- * 8 séances	
04 mai	Jeudi	18:00 - 20:00	Être enceinte et travailler : droits et devoirs	CHF 30.- ** / 10.- *	
05 mai	Vendredi	09:30 - 11:00	Atelier créatif	gratuit	
06 mai	Samedi	09:00 - 12:00	Femmes et argent : osons parler salaire	CHF 45.- ** / 15.- *	
08 mai	Lundi	09:30 - 11:00	Sophrologie	CHF 23.- ** / 8.- *	
08 mai - 03 juillet	Lundi	18:30 - 19:45	Yoga du féminin (Session 3)	CHF 150.- ** / 50.- * 8 séances	
09 mai 9. Mai	Mardi Dienstag	09:00 - 11:00	Réparer et rapiécer ses vêtements Kleider flicken und ausbessern	gratuit kostenlos	
09 mai	Mardi	13:30 - 15:00	Réflexologie : automassage des mains	CHF 23.- ** / 8.- *	
09 mai - 04 juillet 9. Mai - 4. Juli	Mardi Dienstag	19:00 - 20:30	C(h)oeur de femmes Frauenchor	CHF 115.- ** / 40.- * 5 séances 5 Lektionen	
10 mai 10. Mai	Mercredi Mittwoch	09:30 - 11:30	Trico'Thé	gratuit kostenlos	

 Date Datum	Jour Tag		Activité Aktivität	 Prix Preis	
10 mai 10. Mai	Mercredi Mittwoch	09:30 - 11:00	Konversation auf Deutsch	kostenlos	
10 mai	Mercredi	13:30 - 15:00	Créer un arrangement floral	CHF 23.- ** / 8.- *	
10 mai	Mercredi	18:00 - 19:30	Atelier contraceptions	CHF 23.- ** / 8.- *	
12 mai	Vendredi	18:00 - 21:00	Atelier de cuisine et nutrition de saison	CHF 45.- ** / 15.- *	
13 mai	Samedi	10:00 - 13:00	A la découverte de son clown	CHF 45.- ** / 15.- *	
13 mai 13. Mai	Samedi Samstag	10:00 - 12:00	Cuisine d'ici Lokale Küche	CHF 5.- par personne/famille CHF 5.- pro Person/Familie	
15 mai 15. Mai	Lundi Montag	16:00 - 18:00	Consultation juridique pour femmes Rechtsberatung für Frauen	CHF 45.- ** / 30.- * / 60.- *** 30 minutes 30 Minuten	
17 mai 17. Mai	Mercredi Mittwoch	13:30 - 15:30	Youpi, c'est mercredi ! Youpi, es ist Mittwoch!	gratuit kostenlos	
18-19 mai 18.-19. Mai	Jeudi-Vendredi Donnerstag-Freitag		FÉRIÉ et pont de l'Ascencion FEIERTAG und Brücke nach Auffahrt	fermé geschlossen	
22 mai	Lundi	09:30 - 11:00	Sophrologie	CHF 23.- ** / 8.- *	
24 mai - 21 juin	Mercredi	09:00 - 11:00	Initiation aux outils informatiques - Créer et utiliser une adresse email, faire une recherche sur internet	CHF 150.- ** / 50.- * 5 séances	

 Date Datum	Jour Tag		Activité Aktivität	 Prix Preis	
24. Mai	Mercredi Mittwoch	09:30 - 11:00	Konversation auf Deutsch	kostenlos	
24 mai - 14 juin	Mercredi	13:30 - 15:30	J'apprends le français et je cherche un travail : comment faire ?	CHF 120.- **/ 40.- * 4 séances	
25 mai	Jeudi	13:30 - 15:00	Atelier créatif	gratuit	
26 mai	Vendredi	19:00 -21:30	Jeux de société en soirée	gratuit, sans inscription	
29 mai 29. Mai	Lundi Montag		FÉRIÉ Lundi de Pentecôte FEIERTAG - Pfingstmontag	fermé geschlossen	
31 mai	Mercredi	09:30 - 11:00	Smartphone et tablette : C'est difficile ? Apprenons ensemble !	gratuit	
31 mai 31. Mai	Mercredi Mittwoch	13:30 - 15:30	Slogans et pancartes pour la grève du 14 juin Slogans und Plakate für den Streik vom 14. Juni	gratuit kostenlos	
01 juin 1. Juni	Jeudi Donnerstag	09:00 - 11:00	Marchons ensemble ! Gemeinsam wandern !	gratuit kostenlos	
01 juin	Jeudi	18:00 - 20:00	Quelles plantes à quel moment de son cycle menstruel ?	CHF 30.- **/ 10.- *	
03 juin 3. Juni	Samedi Samstag	09:30 - 11:00	Rencontre Maman-Bébé Mama-Baby Treff	gratuit kostenlos	

 Date Datum	Jour Tag		Activité Aktivität	 Prix Preis	
05 juin	Lundi	09:30 - 11:00	Sophrologie	CHF 23.- ** / 8.- *	
05 juin 5. Juni	Lundi Montag	16:00 - 18:00	Consultation juridique pour femmes Rechtsberatung für Frauen	CHF 45.- ** / 30.- * / 60.- *** 30 minutes 30 Minuten	
06 juin	Mardi	09:00 - 11:30	Transformer ses vêtements : atelier couture	gratuit	
7. Juni	Mittwoch	09:30 - 11:00	Konversation auf Deutsch	kostenlos	
07 juin 7. Juni	Mittwoch	13:30 - 15:30	Slogans et pancartes pour la grève du 14 juin Slogans und Plakate für den Streik vom 14. Juni	gratuit kostenlos	
08 juin 8. Juni	Jeudi Donnerstag		FÉRIÉ - Fête-Dieu FEIERTAG - Fronleichnam	fermé geschlossen	
13 juin 13. Juni	Mardi Dienstag	09:00 - 11:00	Réparer et rapiécer ses vêtements Kleider flicken und ausbessern	gratuit kostenlos	
14 juin 14. Juni	Mercredi Mittwoch		Grève féministe du 14 juin	gratuit kostenlos	
15 juin	Jeudi	13:30 - 15:00	Atelier créatif	gratuit	
19 juin 19. Juni	Lundi Montag	16:00 - 18:00	Consultation juridique pour femmes Rechtsberatung für Frauen	CHF 45.- ** / 30.- * / 60.- *** 30 minutes 30 Minuten	

 Date Datum	Jour Tag		Activité Aktivität	 Prix Preis	
21 juin 21. Juni	Mercredi Mittwoch	09:30 - 11:30	Trico'Thé Trico'Thé	gratuit kostenlos	
21. Juni	Mittwoch	09:30 - 11:00	Konversation auf Deutsch	kostenlos	
22 juin	Jeudi	19:00 - 21:30	Jeux de société en soirée	gratuit, sans inscription	
24 juin 24. Juni	Samedi Samstag	09:30 - 11:00	Rencontre Maman-Bébé Mama-Baby Treff	gratuit kostenlos	
24 juin 24. Juni	Samedi Samstag	10:00 - 12:00	Cuisine d'ici Lokale Küche	CHF 5.- par personne/famille CHF 5.- pro Person/Familie	
28 juin	Mercredi	09:30 - 11:00	Smartphone et tablette : C'est difficile ? Apprenons ensemble !	gratuit	
28 juin 28. Juni	Mercredi Mittwoch	13:30 - 15:30	Youpi, c'est mercredi ! Youpi, es ist Mittwoch!	gratuit kostenlos	
30 juin 30. Juni	Vendredi Freitag	19:00 - 22:00	Repas saveurs d'ailleurs Spezialitäten von Anderswo	Adultes/Erwachsene : CHF 20.- Enfants/Kinder (5-12) : CHF 10.- Enfants/Kinder (0-4) : gratuit/kostenlos	
03 juillet 3. Juli	Lundi Montag	16:00 - 18:00	Consultation juridique pour femmes Rechtsberatung für Frauen	CHF 45.- ** / 30.- * / 60.- *** 30 minutes 30 Minuten	
04 juillet	Mardi	09:00 - 11:30	Transformer ses vêtements : atelier couture	gratuit	
5. Juli	Mittwoch	09:30 - 11:00	Konversation auf Deutsch	kostenlos	

*espacefemmes-frauenraum est une association à but non lucratif
qui se définit comme un lieu de rencontre, de conseil et de formation
au service des femmes de tous milieux sociaux et culturels.*

En 2023, elle fête ses 25 ans.

*espacefemmes-frauenraum ist ein gemeinnütziger Verein
und ein Ort der Begegnung, Beratung und Bildung
für Frauen jeglicher sozialen und kulturellen Herkunft
Im Jahr 2023 feiert sie ihr 25-jähriges Bestehen.*




Inscription et détails :

Einschreibung und Details:

 Saint-Pierre 10
1700 Fribourg

 www.espacefemmes.org

 026 424 59 24

 info@espacefemmes.org

Ordinateurs en libre accès

Pendant les horaires d'ouverture

Aide à l'utilisation le jeudi après-midi

Internet : gratuit ; copies/impressions : payantes

Frei zugängliche Computer

Während der Öffnungszeiten

Unterstützung verfügbar am Donnerstagnachmittag

Internet: kostenlos; kopieren/drucken: kostenpflichtig



Horaires d'ouverture

Lundi, mardi, jeudi 09:00-12:00 14:00-17:00

Mercredi, vendredi 09:00-12:00

Öffnungszeiten

Montag, Dienstag, Donnerstag 09:00-12:00 14:00-17:00

Mittwoch, Freitag 09:00-12:00



espacefemmes.org/activites