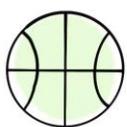


Cours facultatifs
Dépannage
Cours à option

2025-2026

CO de la Tour-de-Trême



Cours facultatifs, dépannage, cours à option 2025-2026

Principes :

1. Les cours facultatifs, les dépannages et les cours à option sont, en principe, ouverts à tous les élèves du CO. L'objectif est à la fois de permettre d'approfondir leurs connaissances scolaires, de s'ouvrir à de nouveaux domaines, de renforcer les capacités transversales mais aussi de se sentir appartenir à la communauté du CO de La Tour-de-Trême.
2. A la rentrée, les élèves reçoivent un journal avec la présentation de ces différents cours (également disponibles sur le site web de l'école). Les élèves intéressés s'inscrivent en ligne ou selon les modalités décrites dans cette brochure. Les élèves seront informés de la mise sur pied définitive par un **message sur teams** ou par voie de communication habituelle.
3. La durée du cours peut être variable, de quelques semaines à l'année complète.
4. L'inscription à l'un de ces cours est libre ; **toutefois l'élève inscrit s'engage à suivre le cours régulièrement jusqu'à son terme** ; les présences sont contrôlées. Toute absence doit être excusée auprès de l'enseignant ou enseignante responsable (**fiche rose**) ou d'une **adjointe**.
5. **L'annulation d'une inscription se fait uniquement après autorisation de la Direction, avec une motivation écrite et signée des parents.**

Inscription :

<https://www.co-gruyere.ch/activites-facultatives-la-tour>



Cours facultatifs

1. Lettering et création de cartes

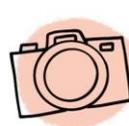
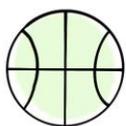
Responsable : Eloïse Rudaz

Elèves concernés : Tous (limité à 18 élèves)

Modalités : Les mardis de 12h30 à 13h10, du 28 octobre au 02 décembre 2025

Lieu : salle 1.23

Programme : Tu souhaites apprendre le lettering ? Tu apprécies créer et bricoler ? Alors ce cours est fait pour toi ! Apporte ton plumier et tes feutres préférés pour découvrir le lettering et la création de cartes. Si tu as un carnet ou BUJO, il est le bienvenu. Je me réjouis de te rencontrer durant ce moment créatif !



2. Création de bijoux

Responsable : Charlotte Fontaine

Elèves concernés : Tous (limité à 8 élèves)

Modalités : Les mardis de 11h45 à 13h10, du 16 décembre au 31 mars 2026
Une participation de 15 frs par élève est demandée

Lieu : salle S.08

Programme : Création et réalisation de bijoux en laiton, selon ton imagination et tes envies. Apprentissage des techniques de base du travail sur métal (scier, braser, limer, marteler, etc). Possibilité de faire plaquer tes créations en argent ou en or (coût à la charge de l'élève).

3. Relooking de la cafétéria

Responsable : Thibault Rytz

Elèves concernés : Tous (limité à 12 élèves)

Modalités : Les lundis de 11h45 à 13h10, du 27 octobre au 19 janvier 2026
Prendre un pique-nique

Lieu : salle d'AV 3.07 ou 3.08

Programme : Tu aimes expérimenter différentes techniques picturales, explorer les couleurs et contrastes, rechercher des textures et surfaces ? Tu souhaites participer au changement visuel de notre école ? Alors rejoins notre équipe pour un projet collaboratif de grande envergure qui aboutira à une nouvelle fresque pour le restaurant du CO, rien que ça !



4. Atelier céramique

Responsable : Elena Lommano

Elèves concernés : Tous (limité à 8 élèves)

Modalités : Les jeudis de 11h45 à 13h10, du 30 octobre au 18 décembre 2025
Prendre un pique-nique

Lieu : salle 3.05

Programme : Tu adores créer avec tes mains ? Viens découvrir l'univers magique de la céramique ! Dans cet atelier, tu apprendras à transformer de simples morceaux d'argile en véritables œuvres d'art : bols, figurines, bijoux, décorations... tout est possible !

5. Cours d'aquarelle

Responsable : Eloïse Rudaz

Elèves concernés : Tous (limité à 18 élèves)

Modalités : Les mardis de 12h30 à 13h10, du 24 février au 31 mars 2026

Lieu : salle 3.07 ou 3.05

Programme : Tu aimerais tester l'aquarelle ou te perfectionner ? Voici ton rendez-vous hebdomadaire pour t'amuser en peignant délicatement.



6. Réparation et artisanat

Responsable : Leila Licchelli Dobler

Elèves concernés : Tous (limité à 10 élèves)

Modalités : Les vendredis de 12h00 à 13h10, du 31 octobre au 16 janvier 2026

Lieu : salle S.08

Programme : Cette année le GECO, le groupe environnement du CO se transforme ! Il devient un cours de construction métal et réparation d'objet. Tu t'intéresses à l'artisanat, à réparer plutôt que jeter, à l'énergie et l'environnement ? Tu veux développer ton pouvoir d'agir ? Savoir braser, souder et réparer des objets du quotidien ? Coût de la réparation à la charge du propriétaire de l'objet.

7. les 6 heures de Fribourg : challenge suisse des voitures à pile à combustible hydrogène

Responsable : Aurélie Morard

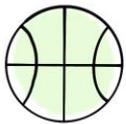
Elèves concernés : les élèves de 10H et 11H (limité à 12 élèves), priorité aux élèves de 11H qui s'étaient inscrits l'an dernier.

Modalités : Les mercredis de 15h45 à 16h35, du 07 janvier au 29 avril 2026

Lieu : salle 2.06

Programme : Construis avec ton équipe une voiture roulant à l'hydrogène. Tu devras comprendre le fonctionnement du moteur à hydrogène, modifier en équipe ta voiture pour qu'elle soit la plus performante possible. Le but ultime du cours c'est la compétition des 6H de Fribourg **le 25 avril à Romont**. Lors de cette compétition il faudra que la voiture de ton "écurie" fonctionne le plus longtemps possible et pourquoi pas les 6 heures ! Lors de l'inscription à ce cours facultatif tu réserves donc déjà l'entier de ton samedi 25 avril pour la compétition ultime !

<https://www.6hdefribourg.ch>



8. Enquêtes au musée

Responsable : Jessica Baur

Elèves concernés : Tous (limité à 15 élèves)

Modalités : Les lundis de 12h30 à 13h10, du 27 octobre au 19 janvier 2026
Prendre un cahier et de quoi écrire (= ta trousse)

Lieu : salle 0.15

Programme : Tu aimes résoudre des énigmes et en même temps découvrir des oeuvres d'art alors cet atelier est pour toi. Seul, en binôme ou en équipe, tente de découvrir la solution qui te mènera plus loin dans le musée.

9. Patois gruérien en jeu

Responsable : André Pauchard

Elèves concernés : Tous

Modalités : Le lundi de 12h15 à 13h05, du 27 octobre au 30 mars 2026

Lieu : salle 0.15

Programme : Viens découvrir le patrimoine de la langue gruérienne ! Jeux de mots, jeux d'accents, jeux d'histoires, jeux de théâtre. Nous pourrons monter des petites pièces ou des scènes de théâtre que nous pourrons présenter si vous le souhaitez.



10. Cours allemand amusant et créatif

Responsable : Marta Korzeniowska

Elèves concernés : Tous (limité à 10 élèves)

Modalités : Les vendredis de 11h40 à 12h25, du 31 octobre au 16 janvier 2026

Lieu : salle 2.16

Programme : Apprends l'allemand en jouant ! Tu pourras améliorer tes compétences en allemand sans utiliser de dossiers, livres ou cahiers. Au lieu de cela, tu feras des jeux de sociétés, des exercices en ligne et des ateliers avec plusieurs activités qui correspondent à ton niveau.
Deutsch macht Spass !

11. Slam- des mots qui claquent

Responsable : Audrey Gattoni

Elèves concernés : Tous (limité à 10 élèves)

Modalités : de 12h30 à 13h10, un jeudi sur 2, de janvier à Pâques
Dates : **08 et 22 janvier, 05 février, 5 et 19 mars et 2 avril 2026**

Lieu : à la bibliothèque

Programme : "Je ne saurais pas écrire un texte...et encore moins le dire devant des gens."
Archi-faux ! Tout le monde peut écrire, dire, réfléchir, créer, rêver, slamer.
Viens t'exprimer et partager à travers des jeux d'écriture, d'oralité et de mise en forme. Et si l'écriture devenait un terrain de jeu et de création comme le font tes rappeuses ou chanteurs du moment.



12. Scrabble

Responsable : Nicolas Horner

Elèves concernés : Tous (limité à 26 élèves)

Modalités : le jeudi de 12h30 à 13h10, du 30 octobre au 02 avril 2026

Lieu : salle 1.04

Programme : Le Scrabble, un jeu de lettres pour celles et ceux qui aiment les chiffres. Tu as envie de découvrir un nouveau jeu ? Tu aimes les jeux de stratégie et de réflexion ? Tu aimes apprendre en t'amusant ? Le Scrabble est fait pour toi ! Une fois par semaine, viens jouer avec d'autres camarades et tenter de les challenger pour être le gagnant ou la gagnante du jour !

13. Improvisation théâtre

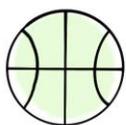
Responsable : Marjolaine Gay

Elèves concernés : tous (limité à 12 élèves)

Modalités : un lundi par mois, de 12h35 à 13h10, du 27 octobre au 01 juin 2026

Lieu : salle 1.04

Programme : Tu as plein d'idées qui fusent ? Tu aimes rire, inventer et jouer des personnages ? Cet atelier est fait pour toi ! Un espace pour bouger, imaginer et créer ensemble : à travers des jeux et des exercices d'improvisation, on apprend à développer sa spontanéité, son imagination, sa confiance et son esprit d'équipe. Pas besoin d'expérience en théâtre : ici, on vient pour s'amuser, tester des idées et apprendre à oser se lancer sans filet !



14. Rencontres coups de cœur

Responsable : Catherine Fehlmann

Elèves concernés : Tous (limité à 10 élèves)

Modalités : Un mercredi par mois de 12h25 à 13h10
La première rencontre a lieu le 01 octobre 2025
Inscription directement auprès de la bibliothécaire, Mme Fehlmann

Lieu : la bibliothèque

Programme : Tu as adoré un roman, un manga, une bd, un film ou une série. Alors inscris-toi aux rencontres coups de cœur pour en parler !

15. Zen'Happy

Responsable : Maria Rueda

Elèves concernés : Tous (limité à 10 élèves)

Modalités : Les mardis de 11h45 à 13h10 (prendre un pique-nique).
La première session aura lieu du 28 octobre au 16 décembre 2025.
La deuxième session aura lieu du 28 avril au 16 juin 2026.
Inscription via le formulaire ou directement auprès de Mme Rueda

Lieu : salle au-dessus de la bibliothèque = salle 1.18

Programme : Vous êtes stressés avant et/ou pendant un examen ? Rejoignez-moi à l'atelier Zen'Happy pour apprendre à garder votre calme et à vous détendre. Dans cet atelier, nous allons : • Comprendre le stress : D'où ça vient et comment ça nous affecte. • Découvrir des techniques cool : Apprendre des astuces pour se relaxer, comme des exercices de respiration et des étirements. • Profiter d'un moment de détente : Un coin chill avec des coussins et de la musique douce pour se ressourcer. Nous ferons tout ça de manière dynamique et fun ! Vous aurez accès à tout le matériel nécessaire (coussins, tapis, couvertures) pour rendre l'expérience encore plus agréable. Venez vivre un moment sympa et repartez avec des outils concrets pour mieux gérer votre stress au quotidien !



16. Parkour indoor

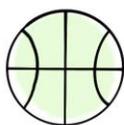
Responsable : Romain Pochon

Elèves concernés : tous (limité à 12 élèves)

Modalités : le lundi de 12h00 à 13h00, du 09 mars au 29 juin 2026
Inscription via le formulaire ou auprès de M. Pochon

Lieu : salle de sport

Programme : Rejoins le cours de Parkour Indoor !! Tu veux bouger, te dépasser et t'amuser dans un cadre motivant et stimulant ? Alors ce cours est fait pour toi ! Pas besoin d'être un athlète, chacun progresse à son rythme. Au programme : Sauts de précision, - Franchissement d'obstacles - Equilibre et coordination - Création de parcours - Défis en équipe et démonstration finale !



17. Randonnée nocturne en peau de phoque et fondue

Responsable : Maxime Charrière

Elèves concernés : Elèves ayant le matériel de peau de phoque (limité à 15 participants)

Modalités : Un soir d'hiver sur semaine, de 16h00 à 21h00, selon l'enneigement
Une participation de 15frs par élève est demandée

Programme : Une sortie en peau de phoque entre élèves et enseignants dans l'une de nos stations de la région. Vous pourrez déguster une délicieuse fondue au sommet et, si le temps le permet, admirer un magnifique coucher du soleil.

18. Badminton

Responsable : Romain Pochon

Elèves concernés : Tous (limité à 16 élèves)

Modalités : le lundi de 12h00 à 13h00, du 27 octobre au 19 janvier 26

Lieu : salle de sport C

Programme : Le cours facultatif de badminton, c'est l'occasion de t'amuser à travers des jeux et des tournois passionnants. Chaque échange te rapproche de tes objectifs, tout en vivant des moments sportifs et cool !



19. Danse

Responsable : Anne-Julie Kolly

Elèves concernés : Tous (limité à 20 élèves)

Modalités : Les vendredis de 12h15 à 13h00

La première session aura lieu du 31 octobre au 23 janvier 2026.

La deuxième session aura lieu du 30 janvier au 03 juillet 2026.

Inscription via le formulaire ou directement auprès de Mme Kolly

Lieu : salle de sport C

Programme : Durant ce cours tu auras la possibilité d'apprendre des chorégraphies variées tout en te faisant de nouveaux amis ! Chaque séance sera l'occasion de travailler sur ton expression corporelle et de développer ta créativité, ta coordination, ta souplesse et ta confiance en soi. Tu auras aussi la possibilité de créer ta propre chorégraphie seul·e ou en groupe. Et pour les plus motivé·e·s : monter une production pour le spectacle de fin d'année ! Que tu sois débutant·e ou déjà passionné·e, viens découvrir le plaisir de danser, de partager et de créer ensemble dans une ambiance fun et bienveillante.

Appuis/Dépannage

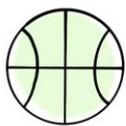
20. Dépannage

Le CO de La Tour-de-Trême propose également des cours sous la forme de dépannage dans les branches suivantes :

français – maths – latin – anglais

Toutes les informations seront affichées en classe ou disponibles auprès de l'enseignant(e) de la discipline. Ces cours peuvent être suivis irrégulièrement (aucune inscription à l'année).

Cette prestation est gratuite.



Cours à option

21. Chœur du CO de la Tour-de-Trême

Responsable : Marie Grandjean

Elèves concernés : Tous les élèves de 9^H, 10^H et 11^H

Inscriptions closes à la mi-septembre.

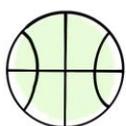
Modalités : Le cours a lieu durant toute l'année, 1x par semaine, à choix

- tous les mardis, de 12h20 à 13h10
- ou tous les vendredis, de 12h20 à 13h10

Programme : Le chœur de l'école vise à faire vivre à l'élève la musique de l'intérieur, en tant qu'interprète et non seulement en tant qu'auditeur, à l'amener à ressentir les émotions du chant partagé en groupe, à lui faire prendre conscience de son propre registre vocal (soprano, alto, ténor ou basse), à le sensibiliser à l'harmonie, aux nuances et, surtout, à partager sa production musicale avec un public. Le répertoire abordé est très varié : chansons françaises, traditionnelles, gospels, pièces classiques, extraits de comédies musicales, chansons pop, etc. Outre les prestations internes à l'école (fête de Noël et clôtures), le chœur se produit à deux reprises en fin d'année scolaire, accompagné par un ensemble instrumental ou par tout un orchestre, dans le cadre d'un concert public. Ces moments qui constituent le cœur du projet choral de l'école sont toujours empreints de très belles émotions que seule la musique nous permet de vivre !

Pour les élèves de 9^H-10^H, ce cours ne dispense pas du cours de musique inscrit à l'horaire.

Pour les élèves de 11^H, ce cours remplace le cours de musique inscrit à l'horaire.



22. Groupe de musique actuelle

Responsable : Lionel Chapuis

Elèves concernés : Tous les élèves intéressés par la chanson, variété, rock, rap,... et/ou jouant de la batterie, de la guitare électrique ou basse, du piano ou du keyboard, ...
Inscriptions closes à la mi-septembre.

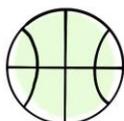
Modalités : Jour et heure des répétitions durant toute l'année scolaire :
le vendredi de 12h15 à 13h05, à l'annexe

Programme : Joues-tu d'un instrument tel que la guitare électrique, du piano ou du keyboard, la batterie ? Aimes-tu chanter des chansons « variété-rock » ? Alors tu es certainement intéressé/e par le GMA du CO ! Ce groupe travaillera un répertoire de musique actuelle. Pour des raisons évidentes, **le nombre de participants/es sera limité** (8-12 élèves).

Nous participerons aux fêtes de notre école (Noël, clôtures). Notre concert annuel a lieu dans le courant du mois de juin. A cette occasion, les groupes de musique actuelles des 3 CO se réunissent en principe dans un lieu de concert et/ou dans le cadre de la Fête de la Musique de Bulle ! Nous aurons également la possibilité de travailler lors de deux journées musicales organisées durant l'année scolaire.

Et Vive la musique !

Ce cours remplace le cours de musique inscrit à l'horaire.



23. L'ensemble instrumental

Responsables : Lionel Chapuis (COT et COB) et Xavier Fringeli (COR)

Elèves concernés : Tous les élèves jouant d'un instrument à vent (bois ou cuivre), du tambour ou des percussions.

Inscriptions closes à la mi-septembre.

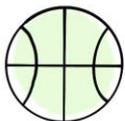
Modalités : Obligation de suivre des cours d'instrument

Une répétition par semaine

- mardi de 12h15 à 13h05
ou
- jeudi de 12h15 à 13h05

Programme : Nous partageons des moments de découvertes musicales fantastiques dans des événements scolaires ou publics. Parmi les moments forts de ces dernières années, nous pouvons citer nos concerts annuels devant près de 2000 spectateurs à la Fête cantonale des musiques « Grue'zig » à Bulle, à la Fête Cantonale des Jeunes Musiciens à Corpataux, des sorties musicales au Festimusiques de Moudon ou encore à l'Auditorium Stravinsky de Montreux ! Des moments forts qui resteront probablement gravés dans nos mémoires. Nous travaillons un répertoire abondant des styles, des époques, des compositeurs très variés. N'hésite plus ! Viens nous rejoindre ! Et Vive la musique !

Ce cours remplace le cours de musique inscrit à l'horaire.



24. Les Cordes

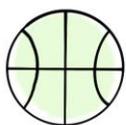
Responsable : Alba Cirafici

Elèves concernés : Tous les élèves qui jouent un instrument à cordes et ceux qui ne trouvent pas leur place dans un autre ensemble.

Modalités : Tous les mardis de 16h15 à 17h15, à l'annexe
Les dates des prestations seront transmises durant l'automne.

Programme : L'ensemble "Les COrdes" est dirigé depuis septembre 2009 par Alba Cirafici, violoniste professionnelle. Comme son nom l'indique, cet ensemble est ouvert aux instruments à cordes, c'est-à-dire aux violonistes, altistes, violoncellistes, aux contrebassistes et aux guitaristes. Depuis 2019, il accueille aussi les instruments qui ne trouvent pas leur place dans les autres ensembles, comme les flûtes à bec, par exemple ! Composé d'élèves des trois sites du CO de la Gruyère, cet ensemble compte entre 8 et 20 musiciens, et explore chaque semestre un répertoire varié allant de la musique baroque à la musique de nos jours, en passant par la musique de films ou de danses, etc... Chacun peut s'exprimer en soliste s'il le désire. Chaque année, cet ensemble accueille de nouvelles cordes et de nouveaux instruments pour partager "pizzicati", "ponticello" et autres "con sordino" !

Ce cours remplace le cours de musique inscrit à l'horaire.



25. Les accordéonistes

Responsable : Lionel Chapuis

Elèves concernés : Tous les élèves qui jouent de l'accordéon chromatique
Inscriptions closes à la mi-septembre.

Modalités : Obligation de suivre des cours d'instrument
Les jeudis de 16h00 à 17h40 (chaque 2 semaines, ceci pour éviter le transport des instruments chaque semaine).

Programme : Les élèves accordéonistes ont l'opportunité de former une équipe qui leur permettra de travailler un répertoire varié et adapté au travail de groupe de petite à grande envergure. Ils auront par exemple la possibilité d'intégrer l'Ensemble instrumental du CO de la Gruyère, ce qui représente également une magnifique découverte !

Parmi les moments forts de ces dernières années, nous pouvons citer nos concerts annuels devant près de 2000 spectateurs à la Fête cantonale des musiques « Grue'zig » à Bulle, à la Fête Cantonale des Jeunes Musiciens à Corpataux, des sorties musicales au Festimusiques de Moudon ou encore à l'Auditorium Stravinsky de Montreux ! Des moments forts qui resteront probablement gravés dans nos mémoires.

N'hésite plus ! Viens nous rejoindre ! Et Vive la musique !

Ce cours remplace le cours de musique inscrit à l'horaire.

