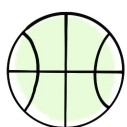


Cours facultatifs
Dépannage
Cours à option

2026-2027

CO de la Tour-de-Trême



Cours facultatifs, dépannage, cours à option 2026-2027

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'inscriront 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. Scrabble

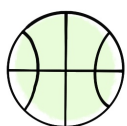
Responsable : Nicolas Horner

Elèves concernés : Tous (limité à 26 élèves)

Modalités : le mardi de 11h40 à 12h30 du 27 octobre au 29 juin 2027

Lieu : salle 2.14

Programme : Le Scrabble, un jeu mêlant stratégie et lettres pour les élèves 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 !



2. Jass'Time

Responsable : Mégane Nicolet et Eloïse Rudaz

Elèves concernés : 10H et 11H

Modalités : Les lundis de 12h20 à 13h10, du 07 décembre au 29 janvier 2027

Lieu : salle 0.07

Programme : Marre de ne pas savoir comment s'occuper sur le temps de midi ? Viens découvrir ou redécouvrir le jass ! Apprends à jouer, forme ton équipe, défie tes camarades et tente de devenir le roi ou la reine de la table. Pas besoin d'être un expert : que tu sois débutant, joueur occasionnel ou véritable accro du jass, tu es le bienvenu !

3. L'Atelier des possibles

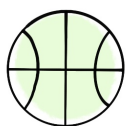
Responsable : Thibault Rytz

Elèves concernés : Tous (limité à 20 élèves)

Modalités : Les jeudis de 11h45 à 13h10, du 29 octobre au 17 décembre 2026

Lieu : salle 3.07 ou 3.08

Programme : L'Atelier des possibles propose du dessin autrement. Nous allons voyager à travers des expériences loufoques, des défis créatifs, des jeux visuels. Pas besoin d'être Picasso : ce cours facultatif s'adresse à celles et ceux qui sont suffisamment courageuses et courageux pour tenir un crayon ou un pinceau, et qui osent essayer. Ici, on valorise les idées !



4. Métal – Brasure et forge

Responsable : Leila Licchelli Dobler

Elèves concernés : Tous, mais priorité aux élèves qui n'ont pas de cours en salle de métal (limité à 10 élèves)

Modalités : Les mardis de 12h00 à 13h10, du 06 octobre au 15 décembre 2026

Lieu : salle S.08

Programme : Acquérir les bases pour le travail du métal. Façonnage, assemblage brasure et soudure, forge. Tu t'intéresses à l'artisanat du métal, tu veux savoir braser, souder ? Alors inscris-toi au cours facultatif sur le métal.

5. Lettering et création de cartes

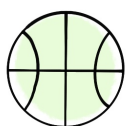
Responsable : Eloïse Rudaz

Elèves concernés : Tous (limité à 12 élèves)

Modalités : Les mardis de 11h40 à 12h25, du 27 octobre au 15 décembre 2026

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 !



6. Atelier Philo

Responsable : Ludovic Papaux

Elèves concernés : Tous

Modalités : Les vendredi de 12h30 à 13h10, du 13 novembre au 30 avril 2027

Lieu : à définir avec M. Papaux

Programme : Tu aimes te poser des questions sur le sens des choses ? Tu aimes discuter et débattre ? Tu as envie d'explorer la pensée de quelques grands philosophes ? Cet atelier découverte de philosophie est fait pour toi ! Réflexion en groupe, exploration de grands thèmes de questionnement philosophique ou théologique, découverte de textes de philosophes. Deviens philosophe !

7. Patois fribourgeois

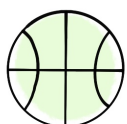
Responsable : Romain Pittet

Elèves concernés : Tous

Modalités : Le mardi de 12h15 à 13h05, du 06 octobre au 25 mars 2027
(prolongation possible)

Lieu : salle 0.15

Programme : Bondzoua galé dzouno !
Savais-tu que dans le canton de Fribourg, il existe une langue régionale ? Le patois fribourgeois.
« Dèpatse-tè », « le velâdzo », « kota la pouârta », « tiche-tè batoye »
ça te dît quelque chose ?
Tu as envie d'en savoir davantage sur cette langue ? son histoire
t'intéresse ? ou alors tu souhaites même apprendre à la parler ?
Inscris-toi aux cours facultatifs ...
Ou pyéji dè tè rêvêre !



8. Cours d'initiation au RAP

Responsable : Théo Charrière

Elèves concernés : Tous (limité à 10 élèves)

Modalités : Le mercredi de 12h20 à 13h05, toutes les deux semaines,
du 28 octobre au 24 mars 2027 (prolongation possible)

Lieu : salle à définir

Programme : Le cours portera sur des leçons d'écriture, de culture hip hop et d'expression de soi par le mouvement et par la parole, dans une ambiance ludique et vivante. A la fin du cours, les élèves seront capables de réaliser un morceau de rap. Ils maîtriseront l'écriture, connaîtront les différents rythmes, sauront poser leur voix et sauront performer leur morceau.

9. slam- des mots qui claquent

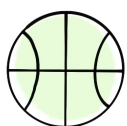
Responsable : Audrey Gattoni

Elèves concernés : Tous (limité à 10 élèves)

Modalités : les vendredis de 12h20 à 13h10, toutes les 2 semaines,
du 30 octobre 2026 au 19 mars 2027 (prolongation possible)

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.



10. Improvisation théâtre

Responsable : Marjolaine Gay

Elèves concernés : tous (limité à 12 élèves)

Modalités : un mercredi par mois, de 12h30 à 13h10,
du 28 octobre au 02 juin 2027

Lieu : salle 2.14

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 !

11. Let's play Schwytzoise !

Responsable : Marc Demierre

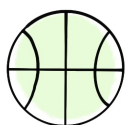
Elèves concernés : Tous

Modalités : le mercredi de 12h30 à 13h10, du 27 octobre au 31 mai 2027
Ce cours ne dispense pas du cours de musique hebdomadaire en classe.

Lieu : salle 2.18

Programme : Tu as envie d'apprendre à jouer de la Schwytzoise ? Alors ce cours est fait pour toi ! Viens découvrir la musique folklorique dans une ambiance détendue ! Dans ce cours, tu vas : • Comprendre comment fonctionne la Schwytzoise • Apprendre tous les accords de base pour accompagner une grande variété de morceaux • Jouer progressivement tes premiers morceaux. Que tu sois simplement curieux·se de découvrir cet instrument ou déjà joueur·se souhaitant progresser, tu trouveras ta place.

Matériel : Une schwytzoise est indispensable pour participer au cours. Chaque participant·e est responsable de se procurer ou de louer son instrument avant le début des cours.



12. Rencontres coups de cœur

Responsable : Catherine Fehlmann

Elèves concernés : Tous (limité à 10 élèves)

Modalités : Un mercredi par mois de 12h20 à 13h10
La première rencontre a lieu le mercredi 04 novembre 2026
Inscription directement auprès de la bibliothécaire, Mme Fehlmann

Lieu : la bibliothèque

Programme : Tu as adoré un roman, une bande dessinée ou un manga et tu as envie de partager ton enthousiasme au sein d'un petit groupe de lecteurs passionnés ? Alors viens aux rencontres "coup de cœur" pour en parler.

13. Zen'Happy

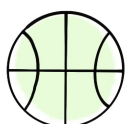
Responsable : Maria Rueda

Elèves concernés : Tous (limité à 10 élèves)

Modalités : Les mardis de 11h45 à 13h10 (prendre un pique-nique).
La première session aura lieu du 27 octobre au 15 décembre 2026.
Une deuxième session pourrait avoir lieu sur le printemps.
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 !



14. Likes, filtres & dérapages, connecté·e mais pas dupe

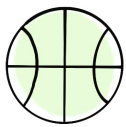
Responsable : Esther Lucciola

Elèves concernés : Tous

Modalités : 4 séances pour décrypter les réseaux sociaux
Le mardi de 11h40 à 12h30, du 03 au 24 novembre 2026

Lieu : au CO, salle à préciser

Programme : Ce cours facultatif propose aux élèves un espace de réflexion critique sur leurs usages des réseaux sociaux, à travers quatre séances thématiques d'une heure. Chaque séance suit la même structure pédagogique : une accroche choc, un extrait documentaire, un débat structuré et une clôture.



15. Ton cerveau, leur business : connecté·e, contrôlé·e ? Résiste aux algorithmes

Responsable : Esther Lucciola

Elèves concernés : Tous

Modalités : 4 séances pour mieux comprendre et utiliser l'intelligence artificielle
Le mardi de 11h40 à 12h30, du 12 janvier au 02 février 2027

Lieu : au CO, salle à préciser

Programme : Ce cours facultatif propose aux élèves un espace de réflexion critique sur l'intelligence artificielle, ses usages dans leur quotidien, ses mécanismes de manipulation et ses dérives. Il s'agit d'un espace pour penser, questionner et débattre – à partir de documentaires, de demos en direct et de situations concrètes.

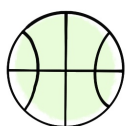
16. Randonnée nocturne en peau de phoque et fondue

Responsable : Maxime Charrière

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

Modalités : Un soir d'hiver sur semaine (entre janvier et mars), de 16h00 à 21h00, selon l'enneigement.
Une participation de 15frs par élève est demandée.

Programme : Une sortie en peau de phoque 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.



17. Course à pied avec la participation « A travers Sâles »

Responsable : Maxime Charrière

Elèves concernés : Tous

Modalités : le mardi de 12h00 à 12h45 ou de 16h00 à 17h00, du 05 janvier au 08 juin 2027
Une participation pourrait être demandée pour l'inscription à la course

Lieu : salle de sport du CO ou à l'extérieur

Programme : Un suivi personnalisé avec comme objectif final, la course à pied « **à travers Sâles** » le **11 juin 2027**. Lors du premier cours, un objectif personnel sera établi pour chaque élève. L'objectif peut être un temps à réaliser ou de simplement finir la course, il n'y a aucun "petit" objectif. Tout au long des cours, chaque élève recevra des tâches qui correspondront à son niveau et à son objectif. Ce cours facultatif est une occasion rêvée si tu veux te lancer un défi.

18. Badminton

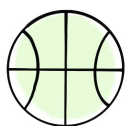
Responsable : Romain Pochon

Elèves concernés : Tous (limité à 12 élèves)

Modalités : le mercredi de 12h00 à 13h00, du 06 octobre au 17 mars 2027

Lieu : salle de sport C

Programme : Tu cherches une activité sportive sympa pendant la pause de midi ? Le badminton est un sport ludique qui permet de s'amuser tout en développant sa condition physique. Pendant 10 séances, nous découvrirons ensemble les techniques de base, des jeux variés et des matchs adaptés à tous les niveaux. Pas besoin d'être un expert. Ambiance détendue et bienveillante Jeux, défis et matchs garantis !



19. Danse

Responsable : Anne-Julie Kolly

Elèves concernés : Tous (limité à 20 élèves)

Modalités : Les lundis de 12h15 à 13h00
La première session aura lieu du 26 octobre au 18 janvier 2027.
La deuxième session aura lieu du 25 janvier au 05 juillet 2027.

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

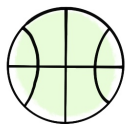
20. Dépannage

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.

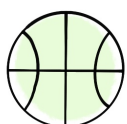
Modalités : Le cours a lieu durant toute l'année, 1x par semaine, à choix

- tous les mercredis, de 12h20 à 13h10
- ou tous les jeudis, 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 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 de répétition durant toute l'année scolaire :

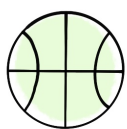
- vendredi de 12h15 à 13h05 ou de 15h45 à 16h35
(à définir en fonction des cours d'économie familiale)

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 un instrument de percussion.

Inscriptions closes à la mi-septembre.

Modalités : Obligation de suivre des cours d'instrument
Une répétition par semaine (à définir en fonction de son horaire)

- mercredi de 12h15 à 13h05
- jeudi de 12h15 à 13h05

Programme : Nous partageons des moments de découvertes musicales fantastiques dans des événements scolaires ou publics.
Nous nous rendrons cette année au Giron des Musiques de la Gruyère à Vuadens le vendredi 14 mai 2027 et au festival Festimusiques de Moudon le 12 juin 2027.

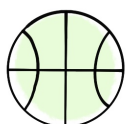
Parmi les moments forts de ces dernières années, nous pouvons citer nos concerts annuels devant près de 2000 spectateurs à la Fête cantonale des musiques « Grue'zig » à Bulle, à la Fête Cantonale des Jeunes Musiciens à Corpataux, des sorties musicales au Festimusiques de Moudon ou encore à l'Auditorium 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, lieu à définir
Les dates des prestations seront transmises durant l'automne.

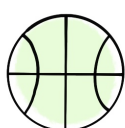
Programme : Comme notre nom l'indique, notre ensemble est ouvert aux instruments à cordes, c'est-à-dire aux violonistes, altistes, violoncellistes et aux contrebassistes, et aussi aux guitaristes. Depuis 2019, nous accueillons aussi les instruments qui ne trouveraient pas leur place dans les autres ensembles, comme les flûtes à bec, par exemple !

Nous sommes des élèves des trois sites du CO de la Gruyère, et notre ensemble compte entre 8 et 20 musiciens selon les années.

Nous explorons 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 nous accueillons de nouvelles cordes et de nouveaux instruments, et même si vous n'avez qu'une année de pratique, vous trouverez votre place au sein de notre ensemble, car les partitions sont adaptées au niveau de chacun !

Nous nous produisons lors de la fête de Noël, à Bulle et à Riaz, aux concerts du mois de juin à l'église St-Pierre-aux-Liens à Bulle, ainsi qu'aux clôtures dans les 3 CO. Nous nous réjouissons de préparer de nouvelles pièces pour ces diverses occasions !

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 également la possibilité d'intégrer l'Ensemble instrumental du CO de la Gruyère, ce qui représente une magnifique découverte !

Nous nous rendrons cette année au Giron des Musiques de la Gruyère à Vuadens le vendredi 14 mai 2027 et au festival Festimusiques de Moudon le 12 juin 2027.

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.

