

# Des rencontres et des activités avec espacefemmes à Fribourg

L'association espacefemmes à Fribourg a publié son calendrier semestriel de février à juin 2019. Des rendez-vous multiples, variés et très sympas.



**Rencontres.** Des espaces pour se rencontrer, développer son potentiel et tisser des liens, au service des femmes de tous milieux sociaux et culturels. Des activités et événements pour s'informer, apprendre, échanger sur l'intégration, la santé, le genre et l'égalité. Mais aussi chanter en chœur, danser, nager, pédaler, tricoter, apprendre l'auto-défense ou le shibashi, participer à des ateliers créatifs, etc. Signalons aussi DUO, un projet d'accompagnement de femme à femme pour favoriser l'amitié, la solidarité et l'échange interculturel et intergénérationnel.

**Formations.** Des cours de français et d'allemand pour faciliter l'intégration sociale et professionnelle. Un bilan portfolio pour valoriser ses compétences et élargir ses perspectives professionnelles. Et des cours informatiques pour développer ses capacités à utiliser des outils actuels.

**Conseil.** Un bilan pour renforcer la confiance en soi et se réinsérer professionnellement. Une mise en valeur de ses atouts pour changer d'emploi. Un coaching pour préparer son dossier de candidature.

**Espace enfants.** Un accueil pour que les mamans puissent prendre part aux cours et activités. Une socialisation précoce et un développement des compétences cognitives pour préparer l'entrée à l'école. Et aussi des espaces d'échanges sur l'éducation en collaboration avec l'Education Familiale.

[Le programme en ligne](#)