

LA GAZETTE

Pro Junior
Fribourg Freiburg



ÉDITO

Cher-ère-s membres, partenaires et ami-e-s,

L'année 2024 a marqué le lancement de notre projet Appel d'Air, une initiative dédiée aux jeunes sur la thématique de la santé mentale. Le projet a pris vie à travers un clip de présentation et une présence active tant sur le terrain que sur les réseaux sociaux.

Alors que l'année touche à sa fin, c'est avec une certaine inquiétude que nous constatons une augmentation importante des demandes d'aide de la part des familles. Depuis 2022, ces demandes ont augmenté de 25 %. Face à cela, notre association reste plus que jamais mobilisée, avec l'aide précieuse de nos bénévoles et de votre soutien.

Enfin, en cette période de fin d'année, notre vente solidaire bat son plein. Nous avons le plaisir de proposer un nouveau produit : une infusion de fruits « Tropicool ». Nous comptons sur vous pour ouvrir vos portes aux enfants qui viendront vous proposer nos articles. En achetant ces produits, vous contribuez directement à notre action en faveur des familles. Vous retrouvez également tous nos produits sur notre boutique en ligne.

Un grand merci pour votre engagement tout au long de l'année. Ensemble, continuons d'agir pour les enfants, les jeunes et les familles.

L'ÉQUIPE DU SECRÉTARIAT

FAMILIENHILFE

Vor kurzem hatte unsere Organisation die Möglichkeit, einer Familie zu helfen, die sich in grossen finanziellen Schwierigkeiten befand. Nach einem Arbeitsplatzverlust und gesundheitlichen Problemen war das Einkommen der Eltern erheblich gesunken, wodurch sie in eine prekäre Lage gerieten und nicht mehr in der Lage waren, die für ihre beiden Kinder notwendigen Zahnbehandlungen in Betracht zu ziehen.

Dank der Arbeit von Pro Junior konnte eine Partnerinstitution die Kosten für die Behandlungen übernehmen und der Familie damit einen echten Befreiungsschlag verschaffen.

Brauchen Sie Hilfe ?

proju-fr.ch/brauche-sie-hilfe

Darüber hinaus konnten wir auch die Judogebühren für eines der Kinder finanzieren. Dank der Arbeit von Pro Junior und seinen Partnern konnten wir eine bedeutende Veränderung im Leben dieser Familie herbeiführen. Wir hoffen, dass wir auch in Zukunft in der Lage sein werden, andere Familien in Schwierigkeiten zu unterstützen.

«Dank Pro Junior können wir unseren Kindern nicht nur weiterhin Zahnbehandlungen anbieten, sondern auch unseren Sohn weiterhin intensiv Judo trainieren lassen, was für seine geistige Gesundheit von entscheidender Bedeutung ist. Ein RIESIGES Dankeschön aus tiefstem Herzen »

TROPICOOOL !!!

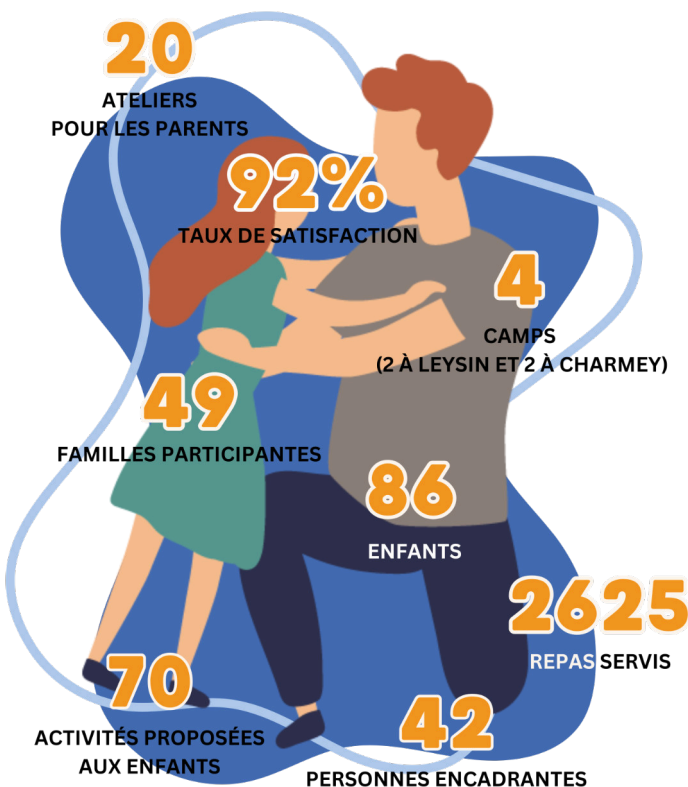
UN NOUVEAU PRODUIT !

Cette année, nous ajoutons une infusion de fruits à notre gamme de produits. Chaude ou froide, vous pouvez la déguster toute l'année. Si les enfants ne viennent pas sonner à votre porte, retrouvez tous nos articles sur notre shop:

proju-fr/shop



CAMPS POUR FAMILLES MONOPARENTALES



C'est à Leysin et à Charmey que se sont réunies les familles cette année aux mois de juillet et d'août. Dans un cadre idyllique, au cœur des pré-alpes vaudoises et fribourgeoises, tou-te-s les participant-e-s ont pu profiter de moments privilégiés.

Nos ateliers pour les parents ont été riches en échanges et ont traité de sujets tels que la gestion des conflits entre frères et sœurs, les enjeux de la co-parentalité ou encore la gestion des émotions. Encadré-e-s par notre équipe de formation, chacune et chacun a pu s'enrichir des apports théoriques et des expériences des autres parents.

Nos équipes d'animation se sont dépassées pour proposer des activités ludiques et culturelles aux enfants sur le thème des quatre éléments. Ainsi, jeux d'eau, peinture sur t-shirt, construction de cabanes ou visite d'une écurie ont été au programme.

Les après-midi en familles ont permis aux enfants et à leurs parents de se retrouver et de profiter de moments de loisirs, entre balades, musées et piscine.

Enfin, nos équipes de cuisine ont été aux petits soins pour concocter de délicieux repas à nos hôtes, à partir de produits frais et locaux.

APPEL D'AIR

EN PARLER, C'EST RESPIRER !

DARÜBER ZU SPRECHEN,
IST WIE LUFT HOLEN!

Le projet Appel d'Air vise à promouvoir le bien-être mental des jeunes Fribourgeois-e-s âgé-e-s de 12 à 25 ans en libérant la parole, en brisant les tabous autour de la santé mentale et en faisant connaître les ressources d'aide disponibles dans le canton de Fribourg.

Conçu pour les jeunes, Appel d'air se veut avant tout participatif.

Für die Jugend konzipiert, versteht sich das Projekt vor allem partizipativ.

Bilan de 2024

Cette année, notre aventure a commencé avec un stand de promotion au **Collège du Sud** à Bulle, où nous avons rencontré plus de 200 jeunes !

Notre identité visuelle a été finalisée à la fin de l'hiver, en collaboration avec Pro Junior Arc jurassien. Nous avons désormais un logo et un slogan.

Au printemps, nous avons travaillé avec l' **EIKON** de Fribourg pour réaliser un clip promotionnel diffusé pendant un mois dans les transports publics du canton.

En mai, lors du festival Juvenalia, nous avons sensibilisé une cinquantaine de jeunes à la promotion de la santé mentale.

Durant l'été, nous avons arpenté les parcs de Fribourg pour réaliser des micro-trottoirs.

Ein Herbst im Zeichen der mentalen Gesundheit

Ausgezeichnet hat sich der für Appel d'Air sehr aktive Herbst durch mehrere herausragende Aktionen im Oktober und November:

Im Oktober, der traditionell der psychischen Gesundheit gewidmet ist, haben wir eine Partnerschaft mit dem **CO du Belluard** geschlossen, das seine erste Kampagne zur Förderung der mentalen Gesundheit initiiert hat. Über unsere sozialen Medien haben wir im Laufe des Monats zahlreiche Themen geteilt, um ein breites Publikum zu erreichen und die Sensibilisierung voranzutreiben.

Das Wissen über Emotionen stand im November im Mittelpunkt einer Aktivität in Zusammenarbeit mit MEMO, einer kulturellen Institution der Stadt Freiburg.

AUSBLICK IN DIE ZUKUNFT: 2025

Zahlreiche Projekte und Kooperationen sind für das kommende Jahr bereits in Vorbereitung. Das Abenteuer hat gerade erst begonnen!

ET POUR 2025 ?

De nombreux projets et collaborations sont déjà en préparation pour 2025, et l'aventure ne fait que commencer !



Retrouvez notre clip et nos micros-trottoirs
appeldair-fr.ch



INTERVIEWS DE BAOLI WICHT ET FANCHOU KISUKA

BÉNÉVOLES EN SARINE



Comment avez-vous connu Pro Junior ?

J'ai découvert Pro Junior grâce à SOPFA (Service de l'orientation professionnelle et de la formation des adultes).

Pourquoi êtes-vous devenue bénévole à Pro Junior ?

J'ai toujours été passionnée par l'idée d'aider les autres, cela me permet de mettre mes connaissances en pratique tout en me sentant utile.

Quelles tâches faites-vous ?

J'aide dans les tâches administratives pour les enfants et les jeunes, dans les démarches pour obtenir des subventions pour des activités comme les camps d'été et de ski. Je participe également à diverses activités, comme la préparation des commandes pour la vente de thé de Noël et aide durant l'événement Juvenalia.

Comment avez-vous connu Pro Junior ?

Par l'intermédiaire de ma soeur qui connaissait Pro Junior.

Pourquoi êtes-vous devenue bénévole à Pro Junior ?

Pour avoir l'opportunité de voir l'impact direct de mon engagement sur la vie des enfants et des jeunes.

Quelles tâches faites-vous ?

Les tâches administratives et les «à côtés»

Qu'est-ce que vous apporte cet engagement ?

De me développer sur le plan personnel, de rencontrer des personnes partageant les mêmes valeurs et découvrir de nouvelles perspectives.

Qu'est-ce que vous aimez dans le bénévolat ?

Apporter un soutien concret et positif à une cause qui aide autrui.

Envie de devenir bénévole ?

proju-fr.ch/benevoles

Qu'est-ce que vous apporte cet engagement ?

Cela me permet de développer de nouvelles compétences, de rencontrer des personnes formidables et d'avoir un impact positif sur la société.

Qu'est-ce que vous aimez dans le bénévolat ?

J'aime le sentiment d'accomplissement que je ressens en aidant les autres et le fait de pouvoir redonner à la société.

Comment encourager de futur-e-s bénévoles à nous rejoindre ?

En partageant des témoignages inspirants sur nos expériences positives et en montrant l'importance de leur contribution.

Avez-vous une anecdote sur votre travail à Pro Junior ?

J'ai toujours chaud au cœur chaque fois qu'une demande de subvention est finalisée, car je sais que cela va aider les enfants et les jeunes à suivre leur passion durant leur temps libre.

BAOLI

Comment encourager de futur-e-s bénévoles à nous rejoindre ?

En permettant aux bénévoles de s'engager en toute flexibilité, selon leurs disponibilité, que ce soit ponctuellement ou de manière plus régulière.

Avez-vous une anecdote sur votre travail à Pro Junior ?

Grâce au travail des équipes des bénévoles, on a pu préparer les cartons destinés aux écoles pour la vente en temps et en heures pour qu'ils puissent être distribués aux établissements scolaires.

FANCHOU



Suivez-nous !

Pro Junior Fribourg Freiburg

Boulevard de Pérolles 40 · 1700 Fribourg
026 424 24 42 · contact@projunior-fr.ch
www.proju-fr.ch

IBAN : CH02 0076 8300 1185 9280 9

 @projufr
 @projunior_fribourg
 Pro Junior Fribourg