



GEM
Groupe d'Entraide Mutuelle
La Colombe Dignoise

Planning de Avril 2026

12 Rue Maldonat 04000 Digne les Bains / Tél : 04.92.35.08.97 ou 07.83.11.11.83

		Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		01	02	03	04	05
		14h Courses (pour l'Atelier cuisine) ou 13h/17h30 Accueil autour d'un café et jeux de société ou loisir créatif	10h Atelier cuisine * 12h Repas partagés (4€) 14h Jeux et Atelier Créatif	14h Visite du Centre Equestre de Digne	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
6	7	8	9	10	11	12
Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir) (Pâques)	14h à 15h30 Atelier "Les Entendeurs de Voix" (Esper Pro) / 15h30 Jardinage	13h30 GYM DOUCE (Avec Anne-Lise)	10h Sortie Moustiers Ste Marie (Prévoir son Repas) Sortie Gratuite	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir) (Salariées à Manosque échange pratiques salariales)	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi		Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
13	14	15	16	17	18	19
14h Entretien des locaux du GEM	Départ 8h *Château d'If Marseille (Prévoir son Pique-nique + eau sac à dos)	14h Courses (pour l'Atelier cuisine) ou 13h/17h30 Accueil autour d'un café et jeux de société ou loisir créatif	10h Atelier cuisine * 12h Repas partagés (4€) 14h Jeux / Karaoké	13h30/15h Atelier Mémoire	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
20	21	22	23	24	25	26
14h Balade autour de Digne	13h30 GYM DOUCE (Avec Anne-Lise)	14h Courses (pour l'Atelier cuisine) ou 13h/17h30 Accueil autour d'un café et jeux de société ou loisir créatif	10h Atelier cuisine * 12h Repas partagés (4€) 14h Jeux et Atelier Créatif	* 13h à 21h Ciné (3€50)/Pizza (3€50) et 14h Jeux de société	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi			
27	28	29	30			
13h/17h30 Temps d'accueil & Pause café	14h à 15h30 Atelier "Les Entendeurs de Voix" (Esper Pro)	14h Courses (pour l'Atelier cuisine) ou 13h/17h30 Accueil autour d'un café et jeux de société ou loisir créatif	10h Atelier cuisine * 12h Repas partagés (4€) 14h Jeux et Atelier Créatif			

*** Ce symbole signale que l'activité est payante et qu'il est obligatoire de réserver avant !**

Horaires d'ouverture : Lundi, mardi, mercredi et vendredi 13h à 18h et le jeudi et samedi de 10h à 18h