



GEM
Groupe d'Entraide Mutuelle
La Colombe Dignoise

Planning de Septembre 2026

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

	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	01	02	03	04	05	06
	13h/17h30 Atelier Créatif ----- 14h Courses (pour l'Atelier cuisine)	14h à 17h30 Atelier Gourmand ! Réalise ton Smoothie ! Et Karaoké	10h Atelier cuisine * 12h Repas partagés (4€) 14h Jeux et Atelier Créatif	* 13h30 Sortie au Bowling de Villeneuve (4€ de participation)	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
07	08	09	10	11	12	13
14h Entretien des locaux du GEM	*Séjour à Arles Départ du GEM à 8h	*Séjour à Arles	*Séjour à Arles	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
14	15	16	17	18	19	20
13h à 18h Fermeture Administrative	14h à 17h Balade Dignoise avec Remy ----- 14h Courses (pour l'Atelier cuisine)	*Départ 8h Sortie Italie (Prévoir de l'argent pour son repas) 3€ Participation pour l'essence	10h Atelier cuisine * 12h Repas partagés (4€) 14h Jeux et Atelier Créatif	13h30 Musée Alexandra David Neel + Expo "Monde Indien"	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
21	22	23	24	25	26	27
* Sortie Zoo de la Barbene (7€ de participation) Départ 8h (Prévoir son Pique-Pique)	13h30 Conseil d'Administration	13h/17h30 Atelier Créatif ----- 14h Courses (pour l'Atelier cuisine)	10h Atelier cuisine * 12h Repas partagés (4€) 14h Jeux et Atelier Créatif	* 13h à 21h Ciné (3€50)/Pizza (3€50) et 14h Karaoké/Jeux	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi	Mercredi				
28	29	30				
14h à 15h30 Atelier Chant avec Bastien et Anne-Lise	14h Courses (pour l'Atelier cuisine) ----- 16h45 à 19h Sortie au Barioc	14h à 17h Balade Dignoise				

*** 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