



GEM
Groupe d'Entraide Mutuelle
La Colombe Dignoise

Planning de Mars 2026

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

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
02	03	04	05	06	07	08
13h/17h30 Temps d'accueil & Pause café	14h à 15h30 Atelier "Les Entendeurs de Voix" (Esper Pro) / 15h30 Jeux et Atelier Créatif	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/17h Loisir créatif Animée par Anne-Lise (Nouvelle Animatrice)	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9	10	11	12	13	14	15
* 8h15 Départ pour Primark + Plan de Campagne (Participation autoroute 2€)	14h à 15h30 Atelier "Les Entendeurs de Voix" (Esper Pro) / 15h30 Jeux et Atelier Créatif et Courses du GEM	* Resto O Bo Bun + Bowling à Villeneuve avec APF + GEM ma vie Départ du GEM à 10h15	10h Atelier cuisine * 12h Repas partagés (4€) 14h Jeux et Atelier Créatif	13h/17h Loisir créatif Animée par Anne-Lise (Nouvelle Animatrice)	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
16	17	18	19	20	21	22
13h/17h30 Temps d'accueil & Pause café	14h à 15h30 Atelier "Les Entendeurs de Voix" (Esper Pro) / 15h30 Jeux et Atelier Créatif	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	Vendredi	Samedi	Dimanche
23	24	25	26	27	28	29
14h Entretien des locaux du GEM	14h à 15h30 Atelier "Les Entendeurs de Voix" (Esper Pro) / 15h30 Jeux et Atelier Créatif	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/17h Atelier Musique et Chant Bastien & Anne-Lise (Nouvelle Animatrice)	Ouverture par les membres du bureau de 10h à 18h (Préférable de téléphoner avant de venir)	Fermé
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
30	31					
* 8h15 Départ pour Sortie à Marseille Notre Dame de la Garde (Petit Train) * Prévoir l'argent pour son repas de midi (Participation autoroute 2€)	14h à 15h30 Atelier "Les Entendeurs de Voix" (Esper Pro) / 15h30 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