

NOVEMBRE

DÉCEMBRE

1	J	FÉRIÉ
2	V	
3	S	
4	D	
5	L	
6	M	Sortie à l'Ecomusée de Volx 14h-18h
7	M	
8	J	Groupe Relais Sisteron - 12h
9	V	Expo à la Médiathèque de Manosque (14h)
10	S	
11	D	
12	L	
13	M	
14	M	Initiation à l'aviron aux Vannades - 9h
15	J	Balade au plan d'eau de Sisteron - 14h
16	V	
17	S	Formation RePairs Aidants à la délégation (journée)
18	D	
19	L	
20	M	Visite de la Thomassine + rencontre avec apiculteur - 14h
21	M	Groupe Relais Digne - 10h à l'UDAF
22	J	
23	V	Balade en ville à Manosque - 14h
24	S	
25	D	
26	L	
27	M	Réunion Vie asso (10h) suivie du Café Asso Manosque Rando à la borie du « pain de sucre » - Après-midi
28	M	Sortie au parcours de santé de Digne - 14h
29	J	
30	V	

1	S	
2	D	
3	L	
4	M	Visite Centre culturel « Jean Giono » à Manosque (10h)
5	M	
6	J	Groupe Relais Sisteron - 12h
7	V	Café Philo à la Délégation - 14h
8	S	
9	D	
10	L	
11	M	Sortie à Salagon - 9h
12	M	Réunion d'info « c'est quoi être élu APF? » 14h au SAVS de Manosque
13	J	Visite Musée à Sisteron - 14h
14	V	Jeux Apéros Quizz à la Délégation ! 18h
15	S	Formation RePairs Aidants à la délégation (journée)
16	D	
17	L	
18	M	Réunion Vie Asso (10h) suivie du Café Asso Manosque Bowling au Complexe (Manosque) - 18h
19	M	Groupe Relais Digne - 10h
20	J	
21	V	Atelier Scratchbooking à la Délégation - 9h
22	S	
23	D	
24	L	
25	M	NOËL
26	M	
27	J	 Belles fêtes de fin d'année à tous !! 
28	V	
29	S	
30	D	
31	L	



Les activités Loisirs de la Délégation 04

NOVEMBRE

Mardi 6	Sortie à l'écomusée de Volx, l'huile, l'olive et l'olivier sous toutes ses formes RDV à 14h à la Délégation 04 <i>Coût : 4 € de participation aux frais de transport si besoin</i> Inscriptions à la Délégation auprès de Pierre (04.91.71.74.50), clôture des inscriptions 2 jours avant.
Vendredi 9	« Expo à la médiathèque » : la grotte de Chauvet 14h - 18h Expo et rencontre avec l'auteur (18h) pour tous ceux qui veulent tout savoir sur la numérisation en 3D de la grotte de Chauvet. RDV à 14h à la Médiathèque de Manosque. <i>Coût : 4 € de participation aux frais de transport si besoin</i> Inscriptions à la Délégation auprès de Pierre (04.91.71.74.50).
Vendredi 14	Initiation à l'aviron aux Vannades Matinée Rdv à 9h à la Délégation <i>Coût : inscription à l'activité (entre 10 et 15 €, en cours de négociation!) + 4 € de participation et aux frais de transport si besoin</i> Inscriptions à la Délégation auprès de Pierre (04.91.71.74.50).
Jeudi 15	Balade au plan d'eau des Marres (Sisteron) Départ d'Embrun 8h30—Départ de Gap 9h30 / retour prévu à 18h à Gap et 19h15 à Embrun Entrée gratuite - <i>Coût : 4 € de participation aux frais de transport si besoin</i> Inscriptions à la Délégation auprès de Pierre (04.91.71.74.50).
Mardi 20	Visite de la Thomassin et rencontre avec un apiculteur. RDV à 14h à la Délégation de Manosque. <i>Coût : 4 € de participation aux frais de transport si besoin</i> Inscriptions à la Délégation auprès de Pierre (04.91.71.74.50).
Vendredi 23	Balade en ville à Manosque! On partage nos bonnes adresses, les coins qu'on aime et on va boire un coup si le cœur nous en dit! RDV à 14h à la Délégation de Manosque. <i>Coût : 4 € de participation aux frais de transport si besoin</i> Inscriptions à la Délégation auprès de Pierre (04.91.71.74.50).
Mardi 27	Rando à la borie du « pain de sucre » + rencontre avec un écrivain restaurateur de bories RDV à 14h à la Délégation de Manosque. <i>Coût : 4 € de participation aux frais de transport si besoin</i> Inscriptions à la Délégation auprès de Pierre (04.91.71.74.50).
Mercredi 28	Sortie au parcours de santé (remise en forme) à Digne RDV à 14h au parcours Chantal Grangier. <i>Coût : 4 € de participation aux frais de transport si besoin</i> Inscriptions à la Délégation auprès de Pierre (04.91.71.74.50).

Café Asso Manosque

De 14h à 16h
gratuit

Mardi 27/11, 12h
Mardi 18/12, 12h

ATTENTION ! Exceptionnellement, les Cafés Asso de Manosque auront lieu aux dates ci-dessus, à la suite de la réunion Vie Asso !

Groupe Relais Digne

Mercredi 21/11
Mercredi 19/12
10h
Lieu à confirmer

Groupe Relais Sisteron

De 12h à 16h
Jeudi 8/11, 12h
Mardi 6/12, 12h
Salle Alain Prieur

<p>Mardi 4</p>	<p align="center">Visite et expo « Le cœur de Noé »</p> <p>...ou comment Jean Giono a trompé l'ennui grâce à l'écriture. RDV à 9h30 à la Délégation de Manosque ou à 10h devant le centre culturel de Manosque. <i>Coût : 4 € de participation aux frais de transport si besoin</i></p>
<p>Vendredi 7</p>	<p align="center">Café Philo à la Délégation !</p> <p>Des thèmes seront tirés au sort par une « main innocente » et on en discute autour d'un café! Regard de l'autre, maladie, amour...partageons nos points de vue ! Rdv à 14h à la Délégation. <i>Coût : 4 € de participation et aux frais de transport si besoin</i></p>
<p>Mardi 11</p>	<p align="center">Sortie à Salagon</p> <p>Une promenade en plein air dans le musée ethnobotanique pour découvrir les plantes et leurs utilisations au fil des siècles. Rdv à 9h à la Délégation. <i>Coût : billet d'entrée (6 €) + 4 € de participation et aux frais de transport si besoin</i> <i>Prévoir le pique-nique</i></p>
<p>Jeudi 13</p>	<p align="center">Repas de fin d'année !</p> <p>Salle de Château Arnoux Tout comme l'année dernière, venez partager un repas de fête! Nous vous attendons avec votre bonne humeur et vos habits de lumière! Rdv à 12h à la Salle de Château Arnoux St Auban <i>Coût : en cours d'élaboration</i></p>
<p>Vendredi 14</p>	<p align="center">Jeux Apéros Quizz!</p> <p>Rdv à 18h à la Délégation <i>Coût : 4 € de participation et aux frais de transport si besoin</i></p>
<p>Mardi 18</p>	<p align="center">Bowling au Complexe.</p> <p>Rdv à 18h à la Délégation <i>Coût : prix des parties (3,50 € / partie) + 4 € de participation et aux frais de transport si besoin</i></p>
<p>Vendredi 21</p>	<p align="center">Atelier Scratchbooking à la Délégation !</p> <p>Apprenez à customiser vos albums photos et préparez vous des fêtes inoubliables! Rdv à 9h à la Délégation <i>Coût : 4 € de participation et aux frais de transport si besoin</i></p>

Pour tous ces rdv, inscrivez-vous auprès de Pierre, au 04.92.71.74.50.
Clôture des inscriptions 2 jours avant.

A venir en Janvier

...des retrouvailles après les fêtes!

Vendredi 4 janvier : Soirée Cocktail : des recettes faciles et conviviales à préparer avec une bonne poignée de bonne humeur et un zest de créativité !