


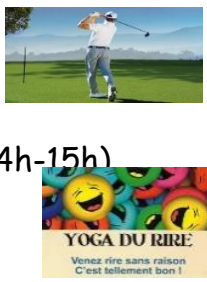



## Programme Activités GEM'ACTIV Février 2026

<b>lundi 2 février</b>	10h	Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>	17h
<p><b><u>Matin</u> Accueil convivial</b> (discussion, jeux au local...)  <b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Jeux de société</b> au local  <b>ou Escalade</b> (durée du cours 15h-16h)  au gymnase Cosec - Toulouse. Départ <b>14h40</b> ou rdv <b>15h</b> sur place.</p> 				
<b>mardi 3 février</b>	10h	Laetitia, Yeni	<b>inscription obligatoire</b>	
<p><b><u>Matin</u> Attention Réunion d'équipe</b>  <b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Bowling à Colomiers</b>  (29 chemin du loudet, Colomiers) Rdv 13h50 au Gem  ou <b>14h15</b> sur place: <b>début de la partie</b>. Prévoir <b>4,5 euros</b></p> 				
<b>merc 4 février</b>	10h	Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>	17h
<p><b><u>Matin</u> Co création du planning</b> du mois de mars  (Réflexion, donnez vos idées, envies...)</p> <p><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Jeux divers + fêtons la chandeleur</b>  Amenez vos crêpes</p> 				
<b>jeudi 5 février</b>	10h	Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>	
<p><b><u>Matin</u> Golf</b> (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée  Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ <b>10h</b>  du GEM ou rdv <b>10h20</b> sur place. Retour <b>12h30</b> local.</p> <p><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Yoga du rire à quefets</b> (durée du cours 14h-15h)  Départ <b>13h30</b> du GEM ou Rdv <b>14h</b> à la maison de quartier  de Quefets 1 bd Alain Savary, Tournefeuille.</p> 				
<b>vendredi 6 fév</b>	10h	Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>	17h
<p><b><u>Matin</u> Tir à l'arc</b> (durée du cours 11h-11h50)  au Gymnase de Gironis -Toulouse. Départ <b>10h30</b> du Gem  ou rdv <b>11h</b> sur place. Retour <b>12h30</b> au local</p> <p><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u></b>  <b>Grand jeu Trivial Pursuit</b></p> 				

**Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur**

# Programme Activités GEM'ACTIV Février 2026

**lundi 09 février**

10h Laetitia, Yeni

inscription obligatoire

17h

**Matin**

**Atelier créatif**

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

**Après-midi**

**Jeux de société** au local

**ou Escalade** (durée du cours 14h45-15h45)

au gymnase Cosec - Toulouse. Départ **14h20** ou rdv **14h45** sur pce.



**mardi 10 février**

10h Laetitia, Yeni

inscription obligatoire

17h

**Matin**

**Billard français** départ **10h15** du local  
ou rdv **10h40** au 5, rue Michel Ange 31200 - Toulouse

Retour **12h30** au GEM **Accesible aux fauteuils roulants**

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

**Après-midi**

**Peinture figurative** 14h-16h

Avec intervenante (Participation = 2€)



**merc 11 fév**

10h Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

17h

**Matin**

**Accueil convivial** (discussion, jeux au local...)

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

**Après-midi**

**Promenade à la Ramée**

Départ **13h40** du Gem. Rdv **14h** sur place.

Parking 1 (manège), Tournefeuille. Retour local **16h**.



**jeudi 12 février**

10h Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

17h

**Matin**

**Golf** (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée  
Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ **10h**  
du GEM ou rdv **10h20** sur place. Retour **12h30** local.

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

**Après-midi**

**Courses pour l'atelier cuisine de vendredi**  
**+ jeux au local**



**vendredi 13 févr**

10h Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

17h

**Atelier Cuisine**

à la maison de quartier de Quefets (1 bd Alain Savary,  
Tournefeuille) + **Dégustation** de notre repas **ensemble**

Départ **10h** du GEM ou rdv **10h20** sur place. Retour **16h** au local.

Prévoir **4€** pour l'atelier.










**Thème = La cuisine c'est facile ! Repas à reproduire**  
**à la maison**



**Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur**

GEM'ACTIV 8 bis rue du Couderc 31770 Colomiers, email: gemactiv@gmail.com,  
tel: 05 34 26 90 54 / animateurs 07 68 56 96 33 / Site internet: [www.gemactiv.fr](http://www.gemactiv.fr)

## Programme Activités GEM'ACTIV Février 2026

<b>lundi 16 février</b>	10h	Laetitia, Yeni	<b>inscription obligatoire</b> 17h
<p><b><u>Matin</u> Réponses à vos questions informatique</b> (téléphone, tablette, ordinateur...)</p> <p><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Escalade</b> (durée du cours 14h45-15h45) au gymnase Cosec - 6 rue Ferdinand Laulanié, Toulouse..</p>			
		 	
<b>mardi 17 février</b>	10h	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b> 17h
<p><b><u>Matin</u> Accueil convivial</b> (discussion, jeux au local...)</p> <p><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Atelier mémoire - Quizz Voyage</b> (durée : 14h-15h30) avec Anastasia</p>			
		 	
<b>mercredi 18 fév</b>	10h	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b> 17h
<p><b><u>Matin</u> Scrabble et/ou Rummikub</b></p> <p><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Atelier d'Aquarelle</b></p>			
		 	
<b>jeudi 19 février</b>	10h	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b> 17h
<p><b><u>Matin</u> Golf</b> (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ <b>10h</b> du GEM ou rdv <b>10h20</b> sur place. Retour <b>12h30</b> local.</p> <p><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Yoga du rire à quefets</b> (durée du cours 14h-15h) Départ <b>13h30</b> du GEM ou Rdv <b>14h</b> à la maison de quartier de Quefets 1 bd Alain Savary, Tournefeuille.</p>			
		 	
<b>vendredi 20 fév</b>	10h	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b> 17h
<p><b><u>Matin</u> Tir à l'arc</b> (durée du cours 11h-11h50) au Gymnase de Gironis -Toulouse. Départ <b>10h30</b> du Gem ou rdv <b>11h</b> sur place. Retour <b>12h30</b> au loca</p> <p><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Pétanque au boulodrome</b> (route de pibrac, Colomiers) Départ 14h ou rdv sur place 14h10, retour local 16h15</p>			
		 	

**Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur**

## Programme Activités GEM'ACTIV Février 2026

<b>lundi 23 février</b>	10h	Laetitia, Yeni	<b>inscription obligatoire</b>	17h
<p><u><b>Matin</b></u>      <b>Réponses à vos questions "vie quotidienne"</b></p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u>      <b>Peinture en commun</b></p>  				
<b>mardi 24 février</b>	10h	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>	17h
<p><u><b>Matin</b></u>      <b>Courses pour atelier créatif</b></p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u>      <b>Tournois de jeux</b></p>   				
<b>mercredi 25 fév</b>	10h	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>	17h
<p><u><b>Matin</b></u>      <b>Scrabble et/ou Rummikub</b></p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u>      <b>Jeux et goûter dansant</b> au FAM Fond peyré</p> <p>Départ 13h30 du GEM ou Rdv sur place 14h (3 Imp. René Cassin, 31240 Saint-Jean). Retour 16h45 au GEM.</p>  				
<b>jeudi 26 février</b>	10h	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>	17h
<p><b>10h - 17h</b></p> <p>      <b>Repas commun Auberge espagnole au GEM</b></p> <p>Chacun amène quelque chose à partager !      </p>				
<b>vendredi 27 fév</b>	10h	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>	17h
<p><u><b>Matin</b></u>      <b>Accueil convivial</b> (discussion, jeux au local...)</p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u>      <b>GEM le ciné</b></p> <p>Visionnage d'un film au local. Début du film à 14h</p>   				

**Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur**

GEM'ACTIV 8 bis rue du Couderc 31770 Colomiers , email: gemactiv@gmail.com,  
tel: 05 34 26 90 54 / animateurs 07 68 56 96 33 / site internet: [www.gemactiv.fr](http://www.gemactiv.fr)