

Grandir en famille – «La gestion des émotions»
Familiarekin haunditu – «Emozioen kudeaketa»
Vàder gran en família – «La gestion de las emociones»

0-3 ans
3-10 ans
11-17 ans



Samedi 30 septembre de 10H à 16H
à BARDOS
(mur à gauche, cinéma, fronton, bibliothèque)
Conférence, ateliers, jeux pour tous.

Petite restauration sur place
(réservation conseillée) :
Restaurant Chez Bixente ☎ 05.59.56.80.25
ou restaurant Chez Odile ☎ 05.59.08.98.92



Programme

De 11H à 12H30 :
conférence « Les émotions de 0 à 17 ans », animée par Stéphanie GUINY-LAMARRE au cinéma de Bardos

De 10H à 16H :
* **pour les 0 à 3 ans :**
activités autour de la santé environnementale, du livre et de la motricité libre,

* **pour les 3 à 10 ans :**
ateliers de jardinage, de lecture, artistiques et sophrologie,

* **pour les 11 à 17 ans :**
jeux de société sur la prévention et conduites à risque, ainsi que sur les compétences psychosociales.



Du Samedi 23 septembre
au 14 octobre en entrée libre
pour tout public à la
ludo-médiathèque de Bardos



Les résidents de l'unité Alzheimer
de la maison de retraite Albodi,
vous proposent une exposition de
diverses créations artistiques sur le
thème du recyclage

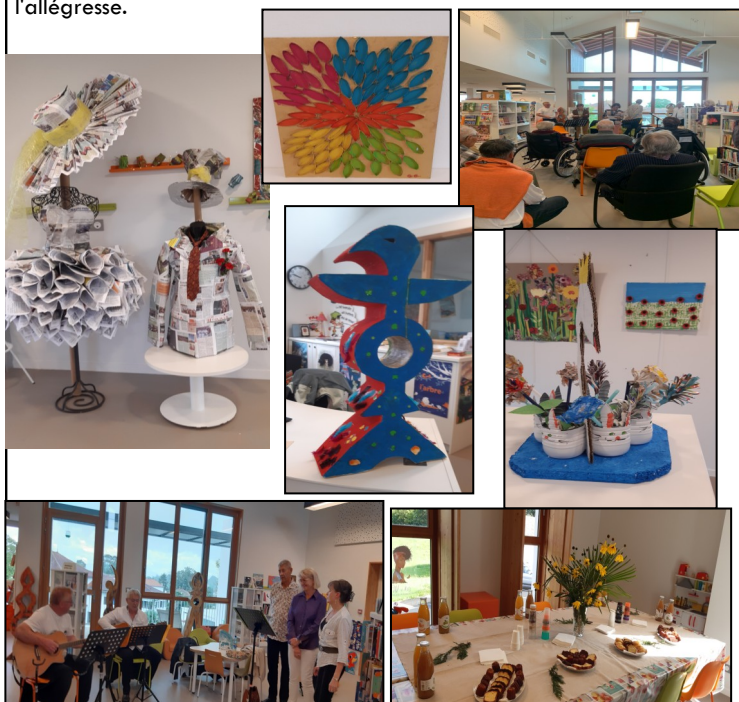


LUDO-MEDIATHEQUE

Ce samedi 30 septembre, Bardos accueille la Journée des Familles. La Ludo-Médiathèque se joint à cet événement en proposant des temps de lecture et de jeux et en restant ouverte jusqu'à 16H.

REMERCIEMENTS EXPOSITION MAISON DE RETRAITE

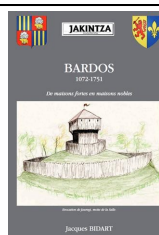
Le vernissage du 23 septembre organisé par la maison de retraite Albodi unité Alzheimer représentant les diverses créations artistiques sur le thème du recyclage s'est passé dans une ambiance très chaleureuse et conviviale. Les résidents, les familles, les aidés, les aidants et toutes les personnes accompagnatrices dans cette démarche ont apprécié la mise en place de ce projet qui a permis d'apporter un peu de douceur lors de cette journée. L'animation musicale ainsi que le goûter ont permis de se divertir dans l'allégresse.



LIVRE « BARDOS 1072 – 1751 DE MAISONS FORTES EN MAISONS NOBLES »

Rappel : livre en vente à la médiathèque ou à la mairie au prix de 20€.

Mr BIDART, son auteur, reviendra le samedi 14 octobre pour dédicacer son livre de 9H30 à 12H et répondra à vos questions.



OFFRE D'EMPLOI A BARDOS

URGENT. Le restaurant Chez Odile recherche un chef de cuisine ou un second de cuisine motivé pouvant évoluer au poste de chef. CDI. Salaire à négocier. Poste à pourvoir immédiatement.
☎ 05.59.08.98.92 ou 06.07.65.60.85

LAGUNEKIN - CAFE - INSCRIPTION

Le samedi 30 septembre, à 10H30, en salle 4 du Château Salha, vous pourrez inscrire votre enfant à nos cours de danses. Ce sera l'occasion de rencontrer les parents et les professeurs qui encadreront vos enfants.

On vous présentera le programme de l'année (olentzero, ihauteria ...) ainsi que l'organisation des cours.

Ouvert à tous y compris aux anciens danseurs de Lagunekin. A samedi.



USB

J1 Brassage R1 U16 : USB 0 – 27 AORC

Match compliqué pour les cadets qui recevaient l'équipe bien fournie de l'AORC. Lors de la 1^{ère} mi-temps Anglet montre ses qualités techniques en faisant briller ses 3/4 mais Bardos essaie tant bien que mal de mettre son jeu en place. Le score est sévère à la mi-temps 20-0. La seconde mi-temps prend une toute autre tournure. Les jeunes bardoztars gardent le ballon et montrent ce dont ils sont capables. Un ballon perdu sur les 40 adverse suivi d'un essai vient sceller le sort de cette équipe qui mérite mieux au vu du match et du sursaut d'orgueil en seconde mi-temps. Cette réaction est de bonne augure pour le reste de la saison. Ils ont plus que jamais besoin de votre soutien ! Atxik USB !

J1 Brassage R1 U19 : USB 29 – 5 BIDART UC

Continuer sur cette lancée, tels ont été les maîtres-mots à l'issue de cette rencontre. Ce samedi les juniors ont pris et donné du plaisir aux nombreux supporters présents pour ce 1^{er} choc de la saison. Du rythme, de l'efficacité, du « bulbe », et surtout un bel engagement qui a réussi à faire douter et finalement craquer l'adversaire. La route est longue mais avec du sérieux et une présence régulière aux entraînements, nul doute que les objectifs soient atteints quelque soit l'adversaire ou le terrain ! Prochain RDV ce samedi avec la réception de MOUGUERRE.

Fédérale 3 : USB 18 – 7 ASB

Excellence B : USB 14 – 8 ASB

Quoi de mieux que 2 belles victoires pour fêter comme il se doit notre président Jean-Baptiste LAMOTE. 2 victoires à domicile, il y avait plus de 9 mois que cela n'était pas arrivé. Félicitations à l'ensemble du groupe Seniors qui donne RDV à tous les supporters dimanche prochain à LARRESSORE avec les mêmes envies et ambitions.

Assemblée générale



Une page se tourne à l'USB, et quelle page ! Ce samedi 23 septembre, lors de l'Assemblée Générale annuelle, l'emblématique **Jean-Baptiste LAMOTE**, dans le tiers sortant, s'est retiré du comité directeur et de la présidence du club, après 47 années passées en orange et noir, où il laissera une empreinte indélébile. Celui-ci a eu du mal à cacher son émotion au moment de ses derniers vœux à ses très chers licenciés, qui se sont levés pour l'applaudir. Difficile de résumer près d'un demi-siècle au service du club en quelques lignes. Mme LABARSOUCQUE, principale du collège de Bidache, avec lequel le club s'est engagé dans l'animation de la section sportive rugby, a trouvé les mots justes pour le décrire : un homme capable de s'adapter à toutes les situations, porteur des valeurs du sport, de travail, d'engagement, de respect et de solidarité. Des valeurs qui ont besoin de tous pour les faire vivre et dont elle l'a remercié de les avoir initiées.

Ovation également, ce dimanche, des joueurs qui ont formé une haie d'honneur à LEUR président, et de tout un stade debout pour une minute d'applaudissement, avant que ne lui soit remis le maillot de l'USB signé de tous les licenciés du club, et que ce dernier ne tape le coup d'envoi du 1^{er} match à domicile de la saison. Pour tout ce que vous avez fait pour le club des 3 vallées et pour Bardos, MERCI Monsieur le Président.

NB: Le Conseil d'Administration du club se réunira ce mercredi soir pour élire son successeur.





Aste urdina Setmana blua

Semaine bleue à Bardos

le jeudi 5 octobre à 14h30
départ maison de retraite Albodi

La Semaine Bleue est la semaine nationale des retraités et personnes âgées (7 jours annuels qui sont un moment privilégié pour sensibiliser l'opinion publique sur la contribution des retraités à la vie économique, sociale et culturelle)

C'est l'occasion de créer des liens entre générations.

La commune de Bardos,
La maison de retraite Albodi,
Le Club Bethi Aintzina,
Le CIAS,
L'école publique Pierre Laborde,
L'école privée Ste Marie
Le Xarnegu Ikastola

co-organisent une marche bleue autour du village de Bardos, départ 14h30 devant maison de retraite et se retrouvent pour un goûter partagé dans la salle du RDC du château.

Toute personne souhaitant se joindre à l'événement peut s'inscrire auprès de Morgane au 05-59-56-98-00 (code vestimentaire bleu). Un foulard peut vous être fourni.



A Tout âge, ensemble.
Denak elharrekin.
Tots amassa.

NOS JOIES

Mariage

Toutes nos félicitations et tous nos vœux de bonheur accompagnent les mariés **Sara ARLA et Sylvain DAGORRET** domiciliés Route de Bidache (23 septembre 2023).



ATELIER DE SOUTIEN A LA PARENTALITE /

COMMUNICATION ADULTES-ENFANTS, LE 30 SEPTEMBRE, A BARDOS

Vous vivez et/ou vous travaillez avec des enfants ou adolescents et vous vous questionnez sur votre posture d'accompagnant ?

Je vous propose de nous retrouver samedi 30 septembre, entre 9H30 et 12H30, à Bardos, pour prendre le temps de partager nos expériences de l'été auprès de nos enfants, nos difficultés comme nos réussites, nos doutes, bref, tout ce qui fait de nous des personnes vivantes et se questionnant pour tenter jour après jour d'accompagner au mieux les enfants qui partagent nos vies.

Cette rencontre permettra à chacun de remobiliser les ressources dont il dispose et de nous pencher ensemble sur les multiples outils proposés par Adele FABER et Elaine MAZLISH, auteures de l'ouvrage « Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent ».

Que vous ayez ou non participé à l'une des formations que je propose autour de cette dernière approche, vous êtes les bienvenu-e-s pour venir partager un moment convivial et chaleureux tout en expérimentant de nouvelles façons de communiquer avec les enfants et de nourrir le lien avec ces derniers.

L'occasion ainsi de se réapproprier un langage positif et bienveillant et de cheminer ensemble dans une posture soutenant auprès des enfants que nous accompagnons, tout en nous ressourçant en tant que parent et/ou professionnel de l'enfance.

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à me contacter :
Valérie ☎ 06.62.92.37.06 / valerie.debayle0412@orange.fr.
<https://assoricochets.wixsite.com/monsie>

FOYER DE BARDOS

Qi Gong

Venez le découvrir et le pratiquer pour entretenir votre forme, apaiser vos douleurs (lombaires, ...), assouplir vos muscles et articulations, lutter contre le stress... Pas d'impératif de condition physique. Il est accessible aux débutants de tous âges. Cours le samedi de 9H à 10H30, à la salle Erdizka, à partir du 30 septembre. Contacter Maryse au ☎ 06.01.80.64.44.

Danses de Salon

Si vous voulez rester en forme, avoir le moral, venez nous rejoindre à nos cours de danse. Vous y apprendrez diverses danses dont le lindy (apparenté au rock), la batchata, ... avec nos professeurs Daniel et Anne-Marie. Cours le mardi au rez-de-chaussée du château de 20H30 à 22H pour les confirmés, et le mercredi à la salle Erdizka de 20H30 à 22H pour les débutants et initiés. Rendez-vous le mercredi 4 octobre. Contacter Maryse au ☎ 06.01.80.64.44.

LA VIEillesse, UNE CHANCE ? OU UNE FATALITE ?

Et si vieillir devenait pour nous un art de vivre ?

Et si la vieillesse était pour nous le moyen d'apprendre à aimer vraiment, soi-même, les autres et le monde ?

Et si la vieillesse était pour nous une opportunité de trouver la vraie vie ?

Nous pourrions partager nos trouvailles pour s'entraider à mieux vieillir.

Nous pourrions aussi apprendre à jouer à qui « Perd Gagne ».

Rencontres autour de 3 temps :

- tout ce qu'on ne vous a jamais dit sur la vieillesse, ou l'art de vivre plus intensément,
- le moment de partage de nos trouvailles, de nos témoignages, d'une entraide possible,
- un moment de convivialité et de partage de petits plaisirs.

Tous les jeudis après-midi à 15H à Bardos. Chacun à son rythme. Ateliers découverts les jeudi 28/09 et 05/10.

Pour tout renseignement, s'adresser à Christine LAFFORT au ☎ 06.22.47.52.38.

OSEZ LE THEATRE

L'association « Des Corps et Décors » relance une nouvelle saison d'atelier théâtre pour adultes.

Vous avez toujours eu envie de monter ou remonter sur les planches, l'idée germe depuis peu de temps, dans tous les cas, c'est le moment de se lancer ! Débutants ou confirmés, peu importe.

Notre souhait : faire découvrir ou faciliter l'expression théâtrale dans la bonne humeur et la convivialité, faire prendre confiance grâce au groupe pour dépasser les craintes et bien sûr, en rire.

Nous pourrions nous retrouver chaque semaine pour 2H de pratique.

L'activité est gratuite, seuls les 20€ de cotisation annuelle à l'association vous seront demandés.

RDV pour une rencontre d'information mercredi 4 octobre, à 18H, à la salle de cinéma de Bardos (face au fronton).

Ce moment sera l'occasion de répondre à vos questions, de définir ensemble la date de démarrage, les jours et horaires des ateliers hebdomadaires et peut-être d'aborder quelques premiers jeux sur scène. Nous vous attendons nombreuses et nombreux !

D'ici là, n'hésitez pas à nous contacter pour toute précision :
descorpsetdecor@sfr.fr. ☎ 05.59.56.81.87.

LES BOBINES RURALES

Le ciné-club « Les bobines Rurales » vous informe de la reprise de son activité pour l'année 2023-2024, pour sa douzième année de fonctionnement, avec ce rêve qui nous anime toujours, d'apporter le cinéma en milieu rural.

Ce vendredi 29 septembre 2023, à 21H, au cinéma de Bardos, sera diffusé le film « La vie invisible d'Euridice GUSMAO » de Karim AINOUI, film Brésilien de 2019.

Synopsis : Rio de Janeiro, 1950. Euridice, 18 ans, et Guida, 20 ans, sont deux sœurs inséparables. Elles vivent chez leurs parents et rêvent, l'une d'une carrière de pianiste, l'autre du grand amour. A cause de leur père, les deux sœurs vont devoir construire leurs vies l'une sans l'autre. Séparées, elles prendront en main leur destin, sans jamais renoncer à se retrouver.

JOURNÉE FRANCE SERVICES

Journée Portes Ouvertes à la maison France Services à Bardos le mardi 3 octobre, de 9H à 12H30, organisée par le Pôle Territorial Pays de Bidache.

Découverte des services administratifs et numériques autour d'un café de bienvenue.

Permanences de la CPAM, des impôts, de la Mission locale, du CIAS, de l'Accès aux droits...

Atelier numérique « cyber sécurité » de 10H30 à 11H30 animée par notre conseillère numérique (sur inscription).

Nous vous attendons nombreux à la Maison de services Eihartzea, 199 route de Bayonne, 64520 Bardos.

Contact : ☎ 05.59.47.54.00.



ENSEMBLE LUTTONS CONTRE LE FRELO ASIATIQUE

QUAND PIÉGER ?

- DES LE PRINTEMPS ET LA DOUCEUR DES TEMPÉRATURES (12/15 °C),
- DE FÉVRIER À AVRIL ET DE NOVEMBRE À DÉCEMBRE, POUR RECUEILLIR LES REINES FONDATRICES.

L'APPAT ?

- UN ATTRACTIF SUCRÉ ET ALCOOLISÉ (BIÈRE, SIROP...) EXEMPLES : 2/3 DE BIÈRE + 1/3 DE SIROP DE CASSIS.
- FAIRE 2 PETITS TROUS DE 5 MM ENTRE LA CHAMBRE DE PIÉGEAGE ET L'ENTONNOIR POUR QUE LES INSECTES NON CIBLÉS, SE LIBÈRENT.

ENTRETIEN DU PIÈGE

- TOUS LES 5 JOURS, RENOUELER LE CONTENU DU PIÈGE

LE FRELO ASIATIQUE VESPA VELUTINA EST UN REDOUTABLE PREDATEUR POUR LES ABEILLES. IL A DES IMPACTS IMPORTANTS SUR LA PRATIQUE DE L'APICULTURE.

Le frelo asiatique chasse les abeilles pour nourrir ses larves et satisfaire les besoins en protéines nécessaires à la croissance de sa colonie. Les dégâts sur les ruches s'effectuent par le prélèvement direct d'abeilles, mais aussi et surtout, par le stress et l'affaiblissement progressif que leur présence continue induit sur les abeilles. Paralysées, les abeilles ne vont plus prélever le nectar, le pollen et l'eau indispensables à leur survie et à leur bonne santé.



ATURRI ONDO KANTUZ JOURNÉE DU CHANT



**URRIAK 8
OCTOBRE**
CLOÎTRE DE L'ABBAYE
LEHUNTZE • 11H • LAHONCE
BUVETTE • TALO
REPLI ASSURÉ SALLE KIROLDEGI

XARNEGU IKASTOLA

Urriaren 8an, Lehuntzen 11 etatik goiti ATURRI ONDO KANTUZ ! 200 bat kantari elkartuko dira musikariekin kantatzeko eta zuekin ere ! Bardoze Kantuzeko kideak han izanen dira, Hiriburu, Mugerre, Lehuntze, Beskoitze eta Milafrangako kideekin ere. Xarnegu ikastolak taloak eta ostatua proposatuko ditu Hiriburu eta Beskoitzeko ikastolekin batera.

Le 8 octobre à Lahonce, dans le cadre historique et magnifique de l'Abbaye du XIIème siècle des Prémontrés (avec repli dans la salle communale si pluie) 200 chanteurs se retrouveront à partir de 11h. Les membres de Bardozen Kantuz y seront avec ceux de St Pierre d'Irube, Mouguerre, Lahonce, Briscous et Villefranque, n'hésitez pas à venir

chanter avec eux et leurs musiciens.

Buvette et restauration assurée par Xarnegu ikastola avec les ikastola de Briscous et St Pierre d'Irube.

EN BREF

Recherche : Urgent ! Avant le 15 octobre 2023. Recherche location à l'année pour une maman et enfant de 19 mois, T3 proche de Bayonne (30 min maximum). Budget de 750€/mois au maximum. Joignable tous les jours. ☎ 06.43.62.24.39.

A vendre :

- Radiateur blanc long 80 cm, larg 40 cm, très peu servi, 50€ ; fauteuil électrique marron en très bon état, 70€ ; 1 fauteuil manuel gris en très bon état, 70€ ; table merisier 6 places, 40€ ; 1 commode marron avec 4 tiroirs en bon état, 25€. ☎ 06.38.01.95.21
- A Bardos bourg, meuble TV ou d'appoint métallique rouge, bon état, L 119, l 40, h 63. 50€. ☎ 06.85.57.54.15.



La Ludo-Médiathèque propose
Ludomédiathèque proposez du

RENCONTRE autour du maternage

Partage - information - soutien

Vendredi 6 octobre
Urriaren 6a asteazkena

10 h - 12 h

Eihartzea
BARDOS / BARDOZE
05 33 09 45 03
bibliotheque@bardos.fr



WWW.LLLFRANCE.ORG



RETRAITE YOGA & PILATES AU SLOW TOKI A BIDACHE

Origyne-s Yoga organise une retraite de Yoga & Pilates au Slow Toki à Bidache du 5 au 8 octobre 2023.

Programme :

- 3 nuits dans un lieu magique,
- 3 séances matinales de Pilates avec Britt MONNIER de Yoga Pilates Lines,
- 3 séances de Yoga en fin de journée avec Britt,
- tisanes et fruits tous les matins au réveil, Brunch après la pratique matinale et dîner 3 plats (menus végétariens hors boissons),
- après-midis libres,
- possibilité d'extension d'une nuit, 2 cours et 2 repas (supplément de 190€ / personne).

A partir de 599€, incluant séances de yoga et pilates, logement avec salle de bain privative au Slow Toki et repas. Transport et activités extra non compris.

Réservation au ☎ 06.12.63.34.50 ou

par mail unique@origyne-s.com

Site : www.origyne-s.com



PHARMACIE DE GARDE SAINT LON LES MINES

Dimanche 1er octobre 2023

Pharmacie DASTEGUY Au bourg ☎ 05.58.57.65.69.