

La semaine bleue s'invite pour les aînés à Louhossoa

Le lien entre les générations



Du 6 au 10 octobre 2026
Sur inscription à la Mairie

MARDI
14h30

SI NOUS RETOURNIONS À L'ÉCOLE...

Un atelier convivial avec Laida (Diététicienne) et les enfants autour des souvenirs d'école et des goûters d'antan.



MERCREDI
11h

ROUTINE MATINALE (Salle Etage Amalurra)

Des exercices avec Pauline et Antony (kinésithérapeutes) pour préparer le corps à une nouvelle journée.



MERCREDI
16h

ÉQUILIBRE INTERGÉNÉRATIONNEL

(Fronton, repli Uxuria en cas de pluie)
Des parcours en binôme enfant (5-8 ans) et aîné, de l'entraide et beaucoup de rires !



SAMEDI
10h

MARCHE BLEUE

Départ Amalurra

3 km autour du village
et sur le chemin du kaolin



BOUGER
pour sa santé



PARTAGER
un moment convivial



APPRENDRE
et échanger



S'AMUSER
ensemble



Marraine
de l'édition 2026
Pauline Barennes
kinésithérapeute



Possibilité d'être véhiculé (à indiquer lors de l'inscription)

Aste Urdina adinekoentzat Luhuson

Belaunaldien arteko lotura



2026ko urriaren 6tik 10era
Herriko etxean izena eman

ASTEARTEA
14:30

ESKOLARA ITZULIKO BAGINA...

Tailer atsegina Laida (diétalari) eta hurrekin, eskolako oroitzapenen eta garai bateko askarien inguruan.



ASTEAZKENA
11:00

GOIZEKO ERRUTINA (Amalurrako goiko aretoa)

Ariketak Pauline eta Antonyrekin (kinésiterapeutak), gorputza egun berri baterako prestatzeko.



ASTEAZKENA
16:00

BELAUNALDIEN ARTEKO OREKA

(Frontoian, euriarekin Uxurxian)
Haur (5-8 urte) eta adinekoen binakako ibilbideak, elkarri lagunduz eta irri ainitzekin!



LARUNBATA
10:00

IBILALDI URDINA

Amalurratik abiatzea

3 km herriaren inguruan
eta kaolinaren bidean.



MUGITU
osasunaren alde



PARTEKATU
une atsegina



IKASI
eta elkartrukatu



ELKARREKIN
ONDO PASA



2026ko
edizioaren
babelea:
Pauline Barennes
kinésithérapeute



Autoz jiteko aukera (izena ematean adierazi)