



🌟 **Lundi 2 Mars - De 17h à 19h - "Ouvertures" : Permanence et accueil convivial**

Infos & écoute - Buvette - Jeux & activités
Local Arcolan - Centre LGBT+ Béarn : Villa Piot, 46 bd Alsace Lorraine - Pau



🌟 **Vendredi 6 Mars - de 18h à 21h - Tournoi de baby foot**

Txalaparta - 10 rue J. Laffitte - Bayonne

🌟 **Samedi 7 Mars - 10h - Café Trans-proches**

Groupe d'échange et de parole pour proches de personnes Trans.
Txalaparta - 10 rue J. Laffitte - Bayonne
Infos : transidentites.lesbascos@gmail.com



🌟 **Samedi 7 Mars - 11h à 13h - Groupe de parole Asile LGBT+ [en non mixité]**

Écoute, soutien et partage d'expériences pour les personnes LGBT+ en demande d'asile et réfugié.e.s
Local Arcolan - Centre LGBT+ Béarn : Villa Piot, 46 bd Alsace Lorraine - Pau
Infos : asso.arcolan@gmail.com



🌟 **Samedi 7 Mars - 14h - Ça me dit Trans**

Groupe d'échange et de parole pour personnes trans et en questionnement
Txalaparta - 10 rue J. Laffitte - Bayonne
Infos : transidentites.lesbascos@gmail.com



🌟 **Samedi 7 Mars - 15h - Assemblée Générale de NOS COULEURS**

Salle de L'Amina, 11 Rue du Maréchal Bosquet - Mont-de-Marsan
Infos : noscouleurs40@gmail.com

🌟 **Samedi 7 Mars - 19h - Concert « Manifesto » de « GAYTE DE CHOEUR »**

Centre LGBT+ des Landes, Mont-de-Marsan
Infos : noscouleurs40@gmail.com

🌟 **Samedi 7 Mars - 19h - Soirée « Girl Power »**

Auberge espagnole de 19h à 20h30.
Pour se mettre dans l'ambiance et nous ferons un Come Black dans les années 80 avec DJ CASSOU
- Chansons pour danser et chanter
Txalaparta - 10 rue J. Laffitte - Bayonne

🌟 **Dimanche 8 Mars - Journée Internationale des Droits des Femmes**

Matin : Promenade autour de Pau
Ap.Midi : Expo et Ateliers
Plus d'infos à venir
Local Arcolan - Centre LGBT+ Béarn : Villa Piot, 46 bd Alsace Lorraine - Pau



🌟 **Dimanche 8 Mars - 18h à 20h30 - Bear & Bask – SPÉCIALE MOUSTACHE**

À vos broses, prêts... moustache !
Les bears et leurs amis sont invités à une soirée 100 % poils, fun et bonne humeur
LA TOMBOLA PARTICIPATIVE :
On pimente la soirée avec un petit jeu de hasard !
- Le principe : Chacun amène un petit truc (un objet rigolo, une bêtise, une gourmandise...) pour remplir la hotte.
- Le tirage : Quelques chanceux seront tirés au sort pour repartir avec une surprise... et peut-être même le gros cadeau de la soirée !
- **Dress code conseillé : moustache fièrement portée (ou dessinée, on ne juge pas)**
- **Viens comme tu es, repars avec le sourire... et peut-être un lot !**
Txalaparta (Bayonne) - Participation : 5€ (pour les non-adhérent.e.s)
À partir de 20h, la fête continue au Jo's Bar (Rue Panneau) pour une soirée Bear & Bask inoubliable jusqu'à minuit.
Infos : Philippe 06 78 55 21 72



🌟 **Jedi 12 Mars - 18h à 20h - Prévention santé LGBT+**

avec Les Bascos, le CeGIDD, ENIPSE et CAARUD
Ciné-discussion : santé FSF
Un espace bienveillant pour discuter de santé sexuelle, avec dépistage gratuit et échanges sur la prévention.
Txalaparta, 10 rue Jacques Laffitte, Bayonne

🌟 **Samedi 14 mars - 10h à 12h - "Groovy Coffee" : permanence et accueil convivial**

Centre social La-Haüt - 25 place Saint-Pierre - Oloron Sainte-Marie
Infos : asso.arcolan@gmail.com



🌟 **Samedi 14 mars - de 14h à 16h - Atelier Collage-découpage**

Tous.tes sont les bienvenu.e.s, s'iels veulent faire du collage ou juste être présent.e.s.
En simultanée proposition de dialogue en Anglais pour anglophones, bilingues et ceux qui désirent pratiquer l'anglais.
Local Arcolan - Centre LGBT+ Béarn : Villa Piot, 46 bd Alsace Lorraine - Pau
Infos : asso.arcolan@gmail.com



🌟 **Dimanche 15 Mars - 12h30 - Cidrerie à Bayonne avec les Promeneurs**

Menu cidrerie (environ 40€)
Infos et inscriptions : Agnès 06.51.33.78.15 / agnes-gb@hotmail.fr

🌟 **Jedi 20 Mars - 19h à 21h - Atelier théâtre d'impro avec Manu**

Centre LGBT+ des Landes, Mont-de-Marsan
Infos : noscouleurs40@gmail.com

🌟 **Vendredi 20 Mars - 18h à 21h - Charentaises & Talons Aiguilles : "Vieillir et jouer sans tabou"**

Auberge espagnole : chacun.e apporte un plat sucré ou salé à partager
Txalaparta - 10 rue J. Laffitte - Bayonne
Infos : lesbascos@gmail.com



🌟 **Dimanche 22 Mars - 14h30 - "Rugby Touch"**

Suivi d'un goûter-apéro participatif.
Prévoir une tenue de sport classique et de l'eau.
Plage de la madraque - Anglet.
Infos et inscriptions : kuintoa@outlook.com

🌟 **Lundi 23 mars - T'Nb Time**

18h à 20h : Groupe de parole [en non mixité] pour personnes trans et/ou non binaires.
Local Arcolan - Centre LGBT+ Béarn : Villa Piot, 46 bd Alsace Lorraine - Pau
Infos : asso.arcolan@gmail.com



🌟 **Mercredi 25 Mars - 18h30 - Afterwork !**

Le rendez-vous mensuel de Nos Couleurs : l'occasion de se retrouver, de partager un moment convivial entre adhérent-es ou non, de découvrir le centre et ses actions.
Centre LGBT+ des Landes, Mont-de-Marsan
Infos : noscouleurs40@gmail.com

🌟 **Samedi 28 Mars - à partir de 19h - Les soirées de Mlle Audrey [Women only]**

Après Paris, Bordeaux, Lille, La Rochelle, direction Biarritz !
Soirée apéro DJ Set à l'hôtel Mirano entièrement privatisé pour Les Soirées de Mademoiselle Audrey !
L'Hôtel Mirano : situé au sein d'un quartier historique, une décoration haute en couleur, un bar cosy seventies, une terrasse à l'ombre des platanes, où vous pourrez prendre un verre, grignoter ou danser...
Sylvie (@sylviedfi) sera aux platines !
Vous souhaitez dormir sur place et vous réveiller au calme ?
Les chambres de l'hôtel Mirano vous seront réservées ! Attention, il ne reste que 3 chambres disponibles.
Pour toute demande de réservation contactez directement l'hôtel et précisez que vous venez pour la soirée !
Hôtel Mirano
11 avenue Pasteur - 64200 Biarritz
contact@hotel-mirano-biarritz.fr
+(33) 05 59 23 11 63

🌟 **Mardi 31 Mars - Journée de la visibilité Trans**

Ateliers créatifs
Plus d'infos à venir
Local Arcolan - Centre LGBT+ Béarn : Villa Piot, 46 bd Alsace Lorraine - Pau

🌟 **Mardi 31 mars - 20h30 - "Charly et ses drôles de Drags"**

Dans le cadre de la semaine de la diversité, l'atelier Drags du groupe «Charentaises et talons aiguilles» vous invite à découvrir la saison 2 de leur spectacle
Entrée Gratuite - Réservation obligatoire (attention nb de places très limité):
<https://www.helloasso.com/associations/les-bascos/evenements/charly-et-ses-droles-de-drags-2>
Luna Negra - Bayonne
Infos : lesbascos@gmail.com



GRUPE SPORTS PAYS-BASQUE

Kuintoa - Groupe Sports Pays Basque :

Jeudi 5, 12, 19, 26 mars - 19h -

Ouvert à toutes et tous - Tous niveaux - En fonction du temps : Course à pied, Escalade, natation...

Infos et Inscriptions : kuintoa@outlook.com



RANDONNEES / MARCHES

Dimanche 1er Mars - Randonneurs :

L'Azkua - et repas à la venta du col de Lizarrieta

Dénivelé 750m | 5h | 13km | 2 sapins

Nous rejoignons le village D'Etxalar depuis Sare, en passant par l'autoroute à l'allée et par le col de Lizarrieta où nous déjeunerons à l'heure espagnole au retour. Nous nous garons facilement dans ce village du Baztan, point de départ de notre randonnée sur les deux crêtes qui l'entourent.

Pas de difficultés particulières. Vue sur les sommets du Baztan et de la côte, le Mendaur, l'Ibanteli, les Penas de Aya, la Rhune,....

Nous remontons à gauche de l'église la rue qui part vers le sud en suivant le balisage blanc, rouge et jaune. A un carrefour de quatre routes, nous prenons une piste bétonnée vers le sud. Au niveau d'une maison, après deux lacets, nous continuons sur le chemin qui lui fait suite à droite, pour arriver sur un chemin plus large. Nous prenons presque en face, le sentier qui s'élève dans la forêt, puis sur l'herbe et des fougères, jusqu'à un autre chemin plus large que nous quittons rapidement pour nous engager sur un sentier à gauche et traverser des barrières en bois : nous sommes au pied de l'Azkua (1H30). Nous montons au sommet (786m).

Nous redescendons côté l'ouest pour remonter sur le Kokorri (2H15). Nous suivons la ligne de crête pour rejoindre le Mendizorrotz, puis une piste que nous suivons à gauche qui après quelques lacets, aux panneaux jaunes, nous mène à une route. Avant de rejoindre le village, nous faisons un petit détour par l'ermitage Santa Cruz (Santa Krutz Ermita). Nous suivons la rivière rive droite pour revenir à Etxalar (4h15).

Départ 8h00 Bayonne nord Peugeot

Infos : Catherine : lesbascosrandonneurs@gmail.com



Dimanche 15 Mars - 10h - Randonnée avec Nos Couleurs à Herm.

Il s'agit du circuit 6.1 nommé "entre fleurs et forêts"

Circuit facile de 10,8 km pour 3h de marche.

Point de départ et de stationnement, 102 avenue de l'océan (parking en bord de route à côté du parc de la mairie).

Selon la météo des jours précédents, il faudra prévoir des chaussures imperméables et un sac poubelle pour s'asseoir pour le repas. Il y a une piste forestière sur laquelle l'eau stagne.

Infos et inscriptions : noscouleurs40@gmail.com en mentionnant votre n° de téléphone

Dimanche 22 Mars - Marcheurs : Erlo et Xoxote depuis Izarraitz

Dénivelé 451m | 9,5Km | 4h30

Nous partirons du parking de Izarraitz en Espagne, circuit avec une boucle pour atteindre les sommets Xoxote et Erlo à 1029m. Arrêt au refuge de Xoxote pour une petite pause café.

Le pique nique se prendra au sommet de l'Erlo.

Passage par de superbes forêts et clairières aux arbres centenaires.

Le chemin du retour empruntera une partie de l'aller.

Fin des inscriptions le vendredi soir svp afin de pouvoir prévoir les véhicules nécessaires.

Le coût du covoiturage sera un peu plus important à cause de plusieurs péages. 1h20mn de trajet.

Infos : Hélène Dumercq : 06 29 02 14 58



Nous vous rappelons que pour participer aux activités sportives, marches, randonnées, vous devez être à jour dans vos cotisations de l'année et produire un certificat médical d'aptitude à ces activités valable de moins de 3 ans.

PERMANENCES BÉARN

Permanence téléphonique :
06 34 38 25 03

Centre LGBT+ Béarn : Villa Piot, 46
Boulevard Alsace Lorraine - Pau
Lundi 2 mars de 17h à 19h

Centre Social La Haüt : 25 place
Saint-Pierre - Oloron Sainte-Marie
Samedi 14 mars de 10h à 12h

PERMANENCES PAYS BASQUE

Sur Rendez-Vous : 07 83 02 18 27

Bayonne : Txalaparta - 10, rue
Jacques Laffitte.

Biarritz : CCAS – Square d'Ixelles

TXALAPARTA

Lundi : 14h/18h

Mardi : 14h/18h

Mercredi : 15h/18h

Jeudi : 14h/18h

Vendredi : 14h/21h

PERMANENCES LANDES

Permanence téléphonique :
07 85 30 64 15

Du lundi au vendredi
10h-12h / 15h-18h

Saint-Vincent-de-Tyrosse:

Espace Grand Tourren, 2 allée des
magnolias, bureau 11.

Mercredi 4 mars de 14h30 à 17h

Mont-de-Marsan :

Centre LGBT+ 3 rue Maréchal Bosquet
De 14h à 18h30 les mercredis et
vendredis

Labrit :

Carrément citoyen , ancien café du
Centre 51 Chem. des Plantons
Jeudi 19 mars de 15h- 17h



Plus d'informations: <https://lesbascos.org/>