



# LA GAZETTE DU FORUM

N°1  
JANVIER 2026

*Nous vous adressons nos  
meilleurs vœux pour cette  
nouvelle année 2026*

## CONTACTS



Ehpad Mont Le Roux



02.98.99.71.63



55 rue des cieux - 29690 HUELGOAT



animation@montleroux.bzh



<https://www.montleroux.bzh>







# **Joyeux anniversaire à tous les résidents nés en janvier**

Vendredi 2 : M. ARHANTEC Jean fêtera ses 81 ans (Service Corbière)

Dimanche 4 : Mme ORIESKA Erna fêtera ses 85 ans (Service Gwernig)

Dimanche 4 : Mme JAFFRET Jeanne fêtera ses 97 ans (Service Ségalen)

Mardi 6 : Mme SEIZOU Edith fêtera ses 89 ans (Service Kérouac)

Vendredi 9 : Mme CORNEC Denise fêtera ses 90 ans (Service Kérguelen)

Samedi 10 : Mme DANIEL Jeannette fêtera ses 91 ans (Service Ségalen)

Dimanche 11 : M. JAOUEN Francis fêtera ses 70 ans (Service Gwernig)

Mardi 13 : M. TSCHAMPER Eric fêtera ses 74 ans (Service Kérguelen)

Samedi 17 : Mme STERVINOY Yveline fêtera ses 67 ans (Service Gwernig)

Lundi 19 : M. MEVEL Ernest fêtera ses 82 ans (Service Corbière)

Mercredi 21 : Mme COMBE Germaine fêtera ses 101 ans (Service Ségalen)

Vendredi 23 : Mme SOUQUET Christiane fêtera ses 99 ans (Service Kérouac)

Dimanche 25 : Mme RUELOU Marie fêtera ses 95 ans (Service Gwernig)

Lundi 26 : Mme LOSSOUARN Marcelle fêtera ses 91 ans (Service Gwernig)

Lundi 26 : M. LOUEDEC Jean Paul fêtera ses 91 ans (Service Gwernig)

Mercredi 28 : Mme CARRE Marie fêtera ses 80 ans (Service Ségalen)

Vendredi 30 : Mme HUIBAN Bernadette fêtera ses 97 ans (Service Kérouac)

***Le goûter des anniversaires aura lieu***

***le mercredi 28 janvier à 15 heures en salle des loisirs***



# Semaine du 1er 2 au janvier 2026

**JEUDI 1er JANVIER :** (Jour de l'an)

**Jour férié. Nous vous souhaitons une très bonne année 2026**

**VENDREDI 2 JANVIER :** (Saint Basile)

11h00 : Gym douce au salon Marzin à Gwernig (Prof APA)

**Le service animations sera fermé**

## Une petite méditation

Arbres ou buissons, les mimosas éclaboussent les jours gris de leurs masses jaune vif comme des cris de couleur. Ils sentent que la nuit recule imperceptiblement.

Ailleurs certains bourgeons gonflent et changent de couleurs, informés de la nouvelle année par la sève venue de leurs racines. C'est en plein hiver l'avant-goût du printemps.

Au fil des siècles, des hommes puissants, avec ou sans sincérité, ont incliné leurs splendeurs devant la pauvreté d'un enfant dans sa crèche.

Et nous, si savants et que rien n'oblige, quand la vie revient et que le soleil bascule, que faisons -nous de nos cœurs?

Tout est mouvement.

Colette Wittorski  
Résidente



# Semaine du 5 au 09 janvier 2026

## **LUNDI 5 JANVIER :** ([Saint Edouard](#))

9h30 : Présence de la coiffeuse toute la journée  
10h30: Atelier mémoire en salle des loisirs (groupe 1)  
11h00 : Atelier équilibre en salle des loisirs (Prof APA)  
10h00 : Médiation animale en chambre et au salon Marzin.  
13h30 : Marche nature autour du lac de Huelgoat  
14h00 : Médiation animale en chambre et en salle des loisirs

## **MARDI 6 JANVIER :** ([Sainte Mélaine](#))

10h30 : Chant en salle des loisirs  
11h00 : Gym yoga au salon Corbière (Prof APA)  
14h30 : Jeux de société en salle des loisirs

## **MERCREDI 7 JANVIER :** ([Saint Raymond](#))

14h30 : Office religieux en salle des loisirs  
15h00: Goûter avec la municipalité de Berrien

## **JEUDI 8 JANVIER :** ([Saint Lucien](#))

11h00 : Gym douce au salon Kérouac (Prof APA)  
14h00 : Sortie à l'EHPAD de Sizun

## **VENDREDI 9 JANVIER :** ([Sainte Alix](#))

9h30 : Esthétique au salon soins et confort  
11h00 : Gym douce au salon Kerguelen (Prof APA)  
15h30: Goûter avec la municipalité de La feuillée



# Semaine du 12 au 16 janvier 2026

## **LUNDI 12 JANVIER :** ([Sainte Tatiana](#))

9h30 : Présence de la coiffeuse toute la journée

10h30: Atelier mémoire en salle des loisirs (groupe 2)

11h00 : Jeux sur la table active à Corbière

11h00 : Atelier équilibre en salle des loisirs (Prof APA)

13h30 : Marche nature au CAL de Huelgoat

14h30 : Atelier bien-être en chambre

## **MARDI 13 JANVIER :** ([Sainte Yvette](#))

10h30 : Chant en salle des loisirs

11h00 : Gym yoga au salon Corbière (Prof APA)

14h30 : Loto en salle des loisirs

## **MERCREDI 14 JANVIER :** ([Sainte Nina](#))

14h30 : Tricot papote au salon Marzin

14h30 : Atelier pâtisserie en salle des loisirs

## **JEUDI 15 JANVIER :** ([Saint Rémi](#))

11h00 : Gym douce au salon Kérouac (Prof APA)

14h30 : Vœux de Mme Bovéry, Directrice, dans le Forum et fête des centenaires de l'EHPAD.

## **VENDREDI 16 JANVIER :** ([Saint Marcel](#))

9h30 : Esthétique au salon soins et confort

11h00 : Gym douce au salon Marzin à Gwernig (Prof APA)

14h30 : Art floral au salon Corbière.

## **SAMEDI 17 JANVIER :** ([Sainte Roseline](#))

14h30 : Représentation de la chorale de l'Arrée de Huelgoat et de la chorale de l'établissement, au Forum.

# Semaine du 19 au 23 janvier 2026

## **LUNDI 19 JANVIER :** (Saint Marius)

9h30 : Présence de la coiffeuse toute la journée

10h00 : Médiation animale en chambre et au salon Marzin à Gwernig

11h00 : Atelier équilibre en salle des loisirs (Prof APA)

13h30 : Séance de Cornhole et Mollky à Cornic

14h00 : Médiation animale en chambre et en salle des loisirs

## **MARDI 20 JANVIER :** (Saint Sébastien)

10h30 : Chant en salle des loisirs

11h00 : Gym yoga au salon Corbière (Prof APA)

14h30 : Jeux de société en salle des loisirs

## **MERCREDI 21 JANVIER :** (Sainte Agnès)

11h00 : Invitation à un repas à Berrien avec les enfants du centre de loisirs

## **JEUDI 22 JANVIER :** (Saint Vincent)

11h00 : Gym douce au salon Kérouac (Prof APA)

10h00 : Sortie sur le marché et repas en salle des loisirs

14h30: Quiz au salon Ségalen.

## **VENDREDI 23 JANVIER :** (Saint Barnard)

11h00 : Lecture du journal au salon Ségalen

11h00 : Gym douce au salon Kerguelen (Prof APA)

14h30 : Art floral au salon Marzin.

# Semaine du 26 au 30 janvier 2026

## **LUNDI 26 JANVIER :** (Saint Paul)

9h30 : Présence de la coiffeuse toute la journée

11h00 : Atelier équilibre en salle des loisirs (Prof APA)

13h00 : Sortie à la patinoire de Brest (Prof APA)

14h00 : Atelier bien-être en chambre

## **MARDI 27 JANVIER:** (Sainte Angèle)

10h30 : Chant en salle des loisirs

11h00 : Gym yoga au salon Corbière (Prof APA)

14h30 : Loto en salle des loisirs

## **MERCREDI 28 JANVIER :** (Th. D'Aquin)

15h00 : Goûter des anniversaires en salle des loisirs

## **JEUDI 29 JANVIER :** (Saint Gildas)

10h00 : Sortie sur le marché de Huelgoat

11h00 : Petit bac au salon Gwernig

11h00 : Gym douce au salon Kérouac (Prof APA)

11h00 : Jeux divers avec la table active au salon Gwernig

14h30 : Sortie à la biscuiterie Menou à Plougonver

18h00 : Vernissage de l'Exposition des œuvres (peintures et sculptures)

de Olivier Danican au Forum

## **VENDREDI 30 JANVIER :** (Sainte Martine)

11h00 : Jeux divers avec la table active au salon Kérouac

11h00 : Gym douce au salon Marzin à Gwernig (Prof APA)

14h30 : Atelier bois en salle des loisirs



# Les fêtes de Noël à l'EHPAD



Mercredi 10 décembre, les enfants du personnel ont été conviés à l'arbre de Noël de l'établissement au Forum. L'animation proposée par DJ Glaouch, alliant musique et marionnettes fut un très bon moment pour eux. A l'issue, le père Noël leur a offert un cadeau avant de partager le goûter.







Avant les vacances de Noël, nous avons eu le plaisir d'accueillir les élèves de maternelle de Huelgoat. Accompagnés par Katell et Fred, ces jeunes enfants ont parcouru les différents services en chantant et offrant ainsi aux résidents des instants magiques pour les fêtes. Les mélodies, accompagnées à la guitare par Fred, ont résonné dans tout l'établissement, apportant un immense bonheur à tous.



En décembre, les élus et membres des CCAS des communes sont venus à la rencontre des résidents pour partager un goûter avec ceux de leur commune et leur offrir un petit cadeau pour Noël.





Vendredi 19 décembre, l'établissement a dégusté son repas de Noël avec les familles et Mme Bovéry, Directrice. Au Forum, cent personnes ont profité d'un menu savoureux confectionné par l'équipe de cuisine. Le menu était le suivant : cassolette de saumon aux lardons et poireaux, chapon aux morilles, une assiette de fromages et un dessert aux notes automnales. Christian Le Roy a animé la journée, en offrant aux amateurs l'occasion de danser. Bernard Bozec, Adrien Le Huidoux et une chanteuse de l'association « sonimage » ont assuré l'ambiance dans les services.







En décembre, les bénévoles de l'atelier chant ont créé avec les résidents de jolis instants en chantant des airs de Noël, puis en partageant avec eux quelques photos souvenirs.



Le loto étant l'animation préférée des résidents, les bénévoles ont voulu leur faire plaisir . En effet, les lots du loto de Noël ont été offerts par l'association.



Sortie achats de Noël à Morlaix





Le dernier goûter des anniversaires s'est déroulé lundi 29 décembre en présence des bénévoles dont Yvon qui a accompagné les résidents en chansons.

Voilà, l'année 2025 s'achève aujourd'hui après une année marquée par des animations diverses qui ont permis aux résidents de s'épanouir, découvrir de nouvelles activités, rire, chanter, danser, faire des rencontres, s'amuser, se réaliser. Beaucoup de moments partagés ensemble dans la bonne humeur et le plaisir de se retrouver.

En ce dernier jour de l'année, l'équipe du service d'animations, Delphine, Christelle et Christophe, vous adresse ses meilleurs vœux de bonheur, joie et santé pour la nouvelle année 2026.

Nous tenions à remercier tous nos partenaires, et tout particulièrement nos bénévoles de l'association Entraide et Solidarité pour leur aide si précieuse et leur dévouement sans faille.

Une très belle année à tous  
L'équipe du service animations



## INFORMATION



### Secrétaire médicale

Elodie BETEIL est la secrétaire médicale de l'établissement. Si vous souhaitez la voir, son bureau se trouve au Forum derrière le bureau des animateurs. La mission d'Elodie :

- Rendez-vous avec le médecin de l'établissement
- Appel aux taxis
- Rendez-vous pour des examens à l'extérieur
- rendez-vous avec les prestataires de l'établissement (pédicure, opticien)

**Elle est présente du lundi au vendredi de 9h à 16h et absente le mercredi après-midi**



# Mme PERON Denise, 6 ème centenaire de l'EHPAD



Née à Poulllaouen en 1925, Mme PERON Denise passe ses premières années en Bretagne puis elle vit à Saint Denis, et apprend le français à l'école comme une langue étrangère.

Elle fait une école de couture et travaille dans un atelier où elle apprend à confectionner toutes sortes de vêtements mais aussi les chaussures et des chapeaux.

Elle utilise ses compétences jusqu'à ce qu'elle en soit empêchée par d'importants problèmes de vue.



Pendant la guerre, elle retourne en Bretagne où elle rencontre son futur mari : elle se marie avec Roger en 1948. Ils auront deux enfants, quatre petits-enfants et neuf arrière petits-enfants. La famille vit à Brest, puis en région parisienne jusqu'en 1960

En 1983 retour en Bretagne pour Denise et Roger pour une paisible retraite. Denise s'investit dans le club du troisième âge de Locmaria-Berrien et accueillera ses petits-enfants pendant les vacances avec une constance jamais prise en défaut.

Mme Péron a fêté ses 100 ans le 1er décembre en présence de sa famille, des amis et des élus de la commune de Poulllaouen Locmaria, commune dont elle est la doyenne.



# ACTIVITE APA



Le mois de décembre a été rythmé par les séances de gym : les élastiques étaient de sortie pour renforcer les muscles, les cours de boxe adaptés pour travailler le cardio.

Dans le cadre d'une sortie marche nature le lundi, un groupe de marcheurs est allé au centre commercial « géant Morlaix » pour admirer les belles décorations de Noël avant d'aller boire un bon chocolat chaud.



La séance de patinoire tant attendue par les résidents a eu lieu le lundi 8 décembre à Brest, 5 résidents ont pu marcher sur la glace tandis que d'autres ont glissé sur des luges. Tout le monde y a trouvé son compte.



La marche Nature continue tous les lundis pour le plaisir des plus motivés !

Passez un doux hiver et de très bonnes fêtes à tous.  
Amélie votre prof apa.



# Les mouvements en décembre

## Bienvenue aux nouveaux résidents



**Mme CARRE Marie Ange** est née le 28 janvier 1946 à CARHAIX. Elle est entrée le jeudi 11 décembre 2025 à Gwernig dans la chambre 624.



**Mme RAOUL Marguerite** est née le 05 novembre 1946 à CLEDEN CAP SIZUN. Elle est entrée le lundi 22 décembre 2025 à Gwernig dans la chambre 620 en hébergement temporaire.



**Mme LE GUERN Marie** est née le 05 mai 1945 au COITRE PLEYBEN. Elle est entrée le mardi 23 décembre 2025 à Kerguelen dans la chambre 210.

## Nous avons la tristesse de vous annoncer les décès suivants

**SERVICE KERGUELEN** : Mme LE FOLL Yvette le 14 décembre l'âge de 88 ans

**SERVICE GWERNIG** : M. KERREVER Joseph le 16 décembre l'âge de 87 ans

**SERVICE GWERNIG** : Mme FERELLEC Odette le 18 décembre l'âge de 99 ans

**SERVICE KERGUELEN** : Mme GUEDES Marie le 21 décembre l'âge de 103 ans

**SERVICE SEGALLEN** : Mme CORRE Noëlle le 29 décembre l'âge de 76 ans



# INFORMATIONS DIVERSES

## CAROLE COIFFURE

tous les lundis  
de 9h30 à 17h.

Rendez-vous à prendre  
auprès du service  
animations

## PASCAL GUERNALEC OPTICIEN

présent 1 fois par mois  
afin de faire des bilans  
de vision, gravures et  
entretien des lunettes.

Rendez-vous à prendre  
auprès des infirmiers

## SANDRINE LE GUILLOU PEDICURE

Présence de la pédicure  
tous les jeudis.

Rendez-vous à prendre  
auprès des soignants

## RESTAURANT DES FAMILLES

Le restaurant est ouvert  
du lundi au vendredi

Tarif: 12.15 € sans la boisson

RESERVATION : 48h à l'avance

Avec le service animations

## LES GOUTERS ANNIVERSAIRES

Nous vous proposons de fêter les anniversaires  
en famille. l'Établissement offre un goûter pour  
dix personnes sur réservation. Pour cela,  
contactez le service animations  
afin de planifier une date.

## COMMUNICATION

- Suivez l'actualité de l'EHPAD sur notre page FACEBOOK  
**Ehpad Mont Le Roux**
- Si vous souhaitez organiser des visios, c'est possible via Messenger ou Teams. Pour cela, il vous suffit de voir les animateurs pour planifier un rendez-vous
- Tous les mois, vous recevrez la gazette par mail : [animation@montleroux.bzh](mailto:animation@montleroux.bzh)
- <https://www.montleroux.bzh>

facebook



## COLLECTE DE S VIEUX JOURNAUX

L'association Animations Loisirs de l'EHPAD récupère les vieux journaux. 1 tonne = 80 euros

Journaux à déposer derrière le bar au Forum.  
Les recettes permettent d'aider à financer des animations

