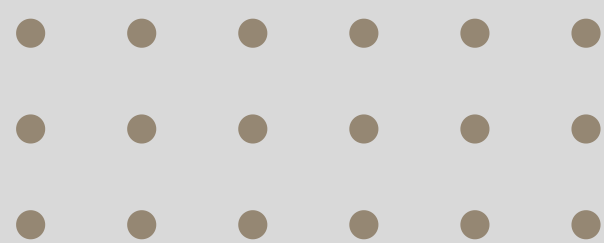


LA GAZETTE DU FORUM

N°3
MARS 2026



CONTACTS



Ehpad Mont Le Roux



02.98.99.71.63



55 rue des cieux - 29690 HUELGOAT



animation@montleroux.bzh



<https://www.montleroux.bzh>



*Le printemps arrive
le 20 mars*



Joyeux anniversaire à tous les résidents nés en mars

Jeudi 5 : Mme CALLEC Jeanne fêtera ses 94 ans (Service Ségalen)

Lundi 9 : M. LE BAUT Jean fêtera ses 74 ans (Service Corbière)

Jeudi 12 : Mme COCHENNEC Geneviève fêtera ses 86 ans (Service Gwernig)

Mardi 24 : Mme LOTHIER Sylvie fêtera ses 68 ans (Service Corbière)

Jeudi 26 : Mme DELEN Marie fêtera ses 84 ans (Service Kérouac)

Lundi 30 : M.CALLAREC Jean fêtera ses 80 ans (Service Corbière)

Le goûter des anniversaires aura lieu

le mercredi 25 mars à 15 heures en salle des loisirs



Les anniversaires de février ont été fêtés le 25 février



Semaine du 2 au 6 mars 2026

LUNDI 2 MARS : ([Saint Charles Le Bon](#))

11h00 : 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)

13h45 : Marche nature

14h00 : Atelier massages en chambre

16h00 : Assemblée générale de l'association Animations et Loisirs

MARDI 3 MARS : ([Saint Guénolé](#))

10h30 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Jeux de société en salle des loisirs

15h45 : Groupe d'expression dans la médiathèque

MERCREDI 4 MARS : ([Saint Casimir](#))

14h30 : Office religieux en salle des loisirs

JEUDI 5 MARS : ([Saint Olive](#))

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

11h00 : Journée des droits de la femme : Création d'un panneau des métiers féminins en salle des loisirs

11h00 : Petit bac au salon Gwernig

14h00 : Sortie à la chocolaterie Grain de Sail à Morlaix

14h30 : Tricot papote en salle des loisirs

VENDREDI 6 MARS : ([Sainte Colette](#))

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

11h00 : Groupe d'expression en lien avec la fête des grand-mères.

14h30 : Atelier manuel en salle des loisirs

Semaine du 9 au 13 mars 2026

LUNDI 9 MARS : (Sainte Françoise)

10h30 : Médiation animale en chambre

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

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

13h30 : Marche nature

14h00 : Médiation animale au salon de Kerguelen

15h00 : Médiation animale en groupe en salle des loisirs.

MARDI 10 MARS : (Saint Vivien)

10h30 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Loto en salle des loisirs

14h30 : Conseil de Vie Sociale en salle de formation

MERCREDI 11 FÉVRIER : (Sainte Rosine)

14h30 : Atelier manuel avec les enfants du Centre de Loisirs de Berrien

JEUDI 12 MARS : (Sainte Justine)

10h00 : Sortie sur le marché de Huelgoat

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

10h30 : Atelier pâtisserie en salle des loisirs

11h00 : Petit bac au salon Marzin de Gwernig

14h30: Groupe de discussion sur le bulletin municipal de Poullaouen avec des élus de la commune.

VENDREDI 13 MARS : (Saint Rodrigue)

11h00 : "Jeux mémoire" au salon Kérouac

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

14h30 : Atelier manuel en salle des loisirs

Semaine du 16 au 20 mars 2026

LUNDI 16 MARS : (Sainte Bénédicte)

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

13h30 : Marche nature

MARDI 17 MARS : (Saint Patrick)

10h30 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Après-midi musical pour la Saint Patrick. Harpe

MERCREDI 18 FÉVRIER : (Saint Cyrille)

14h30 : Loto en salle des loisirs

JEUDI 19 MARS :(Saint Joseph)

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

11h00 : Sortie au restaurant "la table de Jeanne" à Plouégat Moysan pour un Kik Ar Farz.

14h30 : Table active au salon Corbière

VENDREDI 20 MARS : (Saint Herbert)

9h30 : Esthétique au salon soins et confort

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

14h30 : Atelier création de chocolat en salle des loisirs

Semaine du 23 au 27 mars 2026

LUNDI 23 MARS : (Saint Victorien)

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

10h30 : Médiation animale en chambre.

13h30 : Marche nature

14h00 : Médiation animale en groupe au salon de Kerguelen

15h00 : Médiation animale en groupe en salle des loisirs.

MARDI 24 MARS : (Sainte Catherine de Suède)

10h30 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Loto en salle des loisirs

MERCREDI 25 MARS : (Annonciation)

15h00 : Goûter des anniversaires en salle des loisirs

JEUDI 26 MARS : (Sainte Larissa)

10h00 : Sortie sur le marché

11h00 : Jeux mémoire au salon Corbière

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

14h30 : Art floral au salon Corbière

16h00 : Jeu du Cornhole

VENDREDI 27 MARS : (Saint Habib)

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

14h30 : Atelier bois en salle des loisirs

Semaine du 30 au 31 mars 2026

LUNDI 30 MARS : (Saint Amédée)

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

13h30 : Marche nature

MARDI 31 MARS : (Saint benjamin)

10h30 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Jeux de société en salle des loisirs

Éveil d'hiver

Debout pour se faire de l'ombre
La nuit levée et décrite
Comble de la lune royale lumineuse
Croise dans ma tête
la sale nuit du matin

Un étranger tourne autour de moi
A la mesure du vent

Colette Wittorski
Résidente de Kérouac

Les grises dentellières
De leurs doigts d'eau
Lissent la pluie

De mille aiguilles douces
Parlant bas
A la terre nue

Colette Wittorski
Résidente de Kérouac

Mme PLOUNEVEZ Christelle, nouvelle Directrice de l'EHPAD

Chères résidentes, chers résidents, chers familles et proches,



Après avoir commencé ma carrière en tant qu'intervenant de tutelle au sein d'une association finistérienne durant 5 ans 1/2, j'ai intégré l'Ecole Nationale de la Santé Publique en 2004.

A l'issue de cette formation, j'ai été pendant 12 ans Directrice d'un Institut Médico Educatif.

Ensuite, j'ai été durant 8 ans Directrice adjointe d'un Etablissement Médico Social où j'étais référente du secteur enfance en situation de handicap, du secteur personnes âgées, de la qualité et de la gestion des risques ainsi que de l'expression des usagers.

Au 1er Février dernier, j'ai rejoint l'EHPAD Mont Le Roux ainsi que celui de Ker Dudi à Trébrivan. Je suis ravie d'entamer ce nouveau chapitre de mon parcours professionnel et de m'engager aux côtés de l'ensemble des équipes afin de valoriser toutes les initiatives du quotidien à destination de nos aînés et de leurs proches.

Mon action s'inscrira dans des valeurs de bienveillance, de respect, d'ouverture et d'humanité, afin qu'au sein du collectif la singularité de chacun de nos aînés soit prise en compte.

Les nombreux temps forts qui rythment la vie de l'EHPAD Mont Le Roux nous réuniront avec les professionnels, les résidents et leurs proches et permettront à la convivialité, le partage et le lien social de s'inviter régulièrement au forum.

Bien à vous dans l'attente d'avoir le plaisir de vous rencontrer.

Mme Plounévez Christelle

Directrice déléguée EHPAD Mont Le Roux à Huelgoat et Ker Dudi à Trébrivan

RETOUR SUR LES ANIMATIONS DE FÉVRIER 2026



Les deux lotos proposés en février ont permis de récompenser de nombreux gagnants, dont certains ont remporté des prix à deux reprises dans le mois. De plus, deux résidentes ont également gagné lors de leur première participation.



Lors de vos promenades au Forum, vous êtes sûrement passés devant ce tableau installé devant la médiathèque. Ce projet intitulé "Qui suis-je ?" vous permettra de découvrir des résidents, mais aussi des professionnels lorsqu'ils étaient plus jeunes.

Un indice vous donne quelques informations, mais en soulevant la photo, vous trouverez la réponse.

RETOUR SUR LES JO D'HIVER



Les Jeux olympiques d'hiver sont un événement sportif international organisé tous les quatre ans. La première édition des jeux olympiques d'hiver a eu lieu dans la station française de Chamonix en 1924. Cette année, ils ont été célébrés à Milan et Cortina d'Ampezzo, en Italie, du 6 au 22 février 2026.

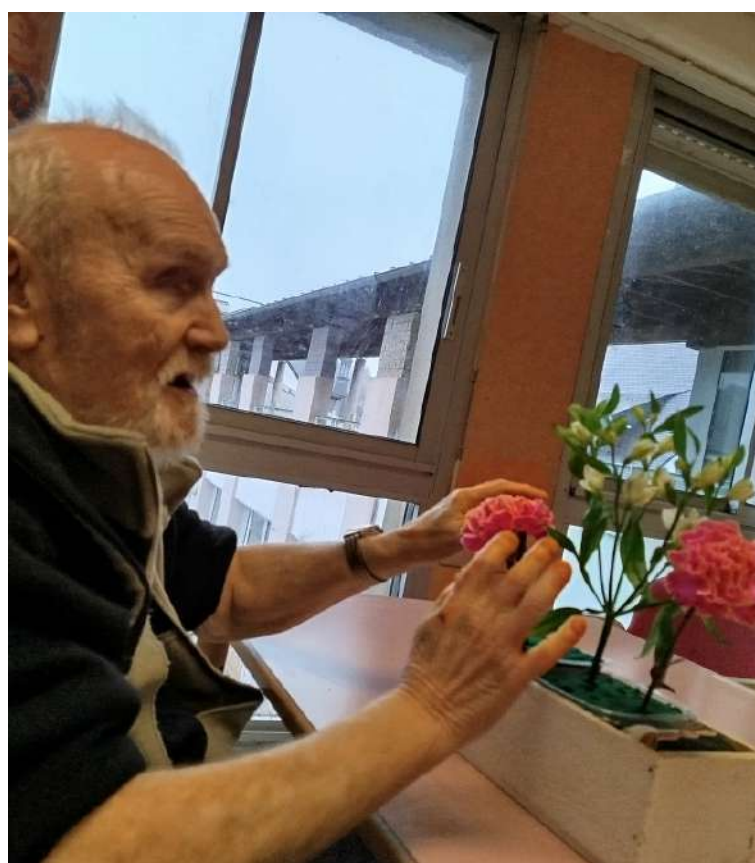


Nous avons souhaité célébrer aussi cet évènement avec les résidents et leur proposer les JO D'HIVER de l'EHPAD avec le PASA, la prof APA, les professionnels. Les résidents se sont affrontés sur plusieurs disciplines. C'est le service Corbière, ici en photo qui a remporté l'épreuve. Merci à M. Nigues qui a réalisé les médailles.

Pour information, l'équipe de France a réalisé de beaux jeux puisqu'ils terminent à la 6ème place avec 23 médailles au total dont 8 médailles d'or, 9 d'argent et 6 de bronze.



En février, tous les résidents ont mangé un repas de crêpes. Ce fut l'occasion pour certaines de reprendre le rozell pour tourner les crêpes. Merci à toutes les personnes qui sont venues nous aider : Violette, Muriel, Christine, Anne-Marie.



Atelier art floral



Plaisir des papilles avec un atelier création de chocolats. Ils sont venus nombreux découvrir comment réaliser les recettes. Une première très réussie après dégustation des résidents et des professionnels. Il y avait différents saveurs : caramel au beurre salé, praliné noisette, crêpes dentelles, et chocolat noir. Pour poursuivre cet atelier une visite à Grain de Sail à Morlaix est prévu le 5 mars et prochain atelier chocolat le 20 mars



En février, nous avons eu le plaisir d'accueillir les enfants de l'école maternelle de Huelgoat. Revêtus de magnifiques costumes pour le mardi gras, ils ont parcouru les différents services, rencontrant des résidents ravis de les voir et de les féliciter pour les chants qu'ils ont interprétés.



Une sortie a été planifiée à la salle des fêtes de Rostrenen (22) pour un bal dansant animé par Aurélien Liennel. Cette invitation lancée par l'association "Un soleil pour tous" au profit des résidents de l'EHPAD Kéramour a offert aux amateurs de danse un bel après-midi rythmé par des valse, tango, et autres danses de salon...



Jeudi 26 février, Pierre Pinat, ancien guide touristique de Huelgoat a proposé une conférence aux résidents sur le thème des vieux métiers.

ce mois-ci :

Deux sorties à Morlaix

Dans le cadre de la Saint Valentin, un groupe de résidents a participé à une conférence à Domitys à Morlaix le 11/02/2026. L'intervenant, Frédéric Mallégo, les a entraîné dans un voyage à travers les plus belles chansons d'amour.



Célébration du nouvel an chinois au restaurant de Domitys



Pose photo devant le viaduc avant d'aller voir le nouveau cinéma et la visite du magasin Grand Frais. Découverte des produits de saison, mais aussi toutes les variétés exotiques, asiatiques appréciées au repas.



ACTIVITE PASA



En février, le PASA est allé déjeuner dans une crêperie à Pleyber Christ.

Cette sortie a été financée par l'association Animations et Loisirs



Après avoir préparé ensemble la pâte, les résidents ont réalisé des crêpes sur la bilig pour la Chandeleur.



Le mauvais temps de ces dernières semaines nous plongent durablement dans l'hiver et pourtant le printemps approche. Les résidents l'attendent avec impatience et confectionnent un tableau pour faire venir le soleil au plus vite.

En attendant, ils sont allés cueillir les premières jonquilles au Poérop et ont partagé un gâteau qu'ils avaient réalisé ensemble.

ACTIVITE APA



Jeudi 5 février, nous avons fêté l'arrivée des JO à Milan Cortina en Italie. Pour cela, j'ai organisé une fête des JO d'hiver au forum l'après-midi. Les résidents ont découvert 6 épreuves (hockey sur glace, curling, bobsleigh, créé par Christelle et les résidents, 2 courses de ski et le tir à l'arc pour faire penser au tir en biathlon). C'est le service Corbière qui a remporté la victoire ! Un bon goûter et du vin chaud ont clôturé cette journée festive et les résidents ont passé un bon moment. J'ai pu voir un élan de motivation sportive dès le lendemain. Cette journée avait pour but de faire découvrir les Jeux d'hiver qui ont lieu tous les 4 ans ! Et pourquoi pas de se découvrir une nouvelle passion.



Le mois de février continue avec la gym Yoga qui commence à se faire connaître avec des résidents qui me demandent d'y participer grâce au bouche-à-oreille. Il est aussi très adapté pour un public plus dépendant, offrant un moment de relaxation et des étirements pour un bien-être physique et mental. Pour les plus autonomes, s'allonger sur un tapis au sol n'est pas un problème !

Au mois de mars, nous démarrerons des entraînements spécifiques en vue des Olympiades de Langolvas à Morlaix qui auront lieu le 3 avril !

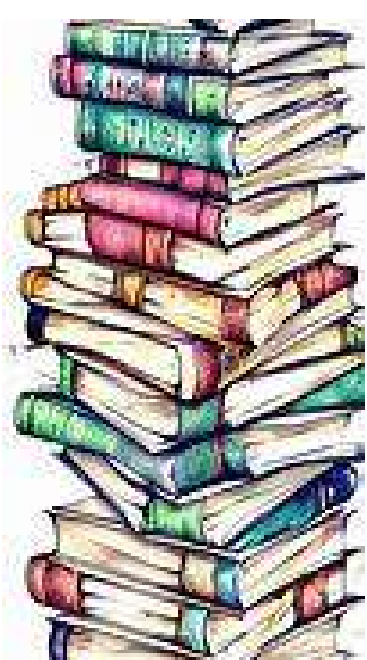
INFORMATIONS

- **Arrivée d'un nouveau cadre au 2ème étage: Mr DEMAS Alexis**



Je viens de Lyon où j'ai exercé dans différents milieux de soins. Plusieurs années dans les soins intensifs ou médecine polyvalente. Je me suis ensuite dirigé vers la coordination en HAD puis le libéral. Arrivé en Bretagne il y a 1 an et demi, j'ai d'abord repris un poste dans les soins avant de reprendre un poste en HAD.

La coordination et l'encadrement me manquait et j'ai donc décidé de rejoindre l'EHPAD Montleroux comme cadre de santé. J'espère pouvoir y apporter quelque chose de positif et constructif afin que les résidents se sentent bien chez eux autant que le personnel dans leur travail.



- **Du Nouveau à la Bibliothèque**

L'année dernière, des travaux de peinture et de tapisserie ont été effectués pour rendre l'espace plus chaleureux, mais l'organisation de son fonctionnement n'était pas encore mise en place. Cela est désormais réglé. À partir de mars, M. Fonteneau sera ravi de vous accueillir **LES MARDIS ET VENDREDIS de 14h30 à 16h30** pour vous aider dans vos choix de livres, ainsi que pour récupérer et ranger les ouvrages empruntés.

- **Élections municipales**

Les élections municipales auront lieu les 15 et 22 mars prochain. Pour voter, vous avez 2 possibilités. Être accompagné sur le bureau de vote de votre commune ou donner une procuration à un de vos proches. Nous préparons actuellement cet événement pour les résidents intéressés. La gendarmerie vient mercredi 4 mars récupérer la liste des résidents qui souhaitent voter par procuration.



Note aux familles : Si vous avez la possibilité d'accompagner vos parents pour voter, merci de nous le communiquer.

Un agent du Forum sera présent pour accompagner ceux qui le souhaitent à Huelgoat et dans les communes voisines. **si vous souhaitez être accompagnés, ou voter par procuration, adressez-vous aux animateurs.**

Les mouvements en février

Bienvenue aux nouveaux résidents



Mme REST Bernadette est née le 22 février 1939 à PLONEVEZ DU FAOU. Elle est entrée le mardi 3 février 2026 à Gwernig dans la chambre 622.



Mme LE BORGNE Jeanne est née le 26 mai 1930 à PLOUYE. Elle est entrée le mardi 3 février 2026 à Kérouac dans la chambre 521.



M. GAGNEREAUX DE PALMAROUX Philippe est né le 25 avril 1958 à ARGENTEUIL. Il est entré le mercredi 4 février 2026 à Gwernig dans la chambre 617.



M. FLEITOUR Jean est né le 15 décembre 1951 à GOURIN. Il est entré le mardi 10 février 2026 à Kerguelen dans la chambre 206.



Mme CAM Josiane est née le 15 février 1939 à BERRIEN. Elle est entrée le jeudi 12 février 2026 à Ségalen dans la chambre 120.



Mme LE FRANC Eliane est née le 8 avril 1934 à TOULON. Elle est entrée le mardi 17 février 2026 à Ségalen dans la chambre 109.



M. COTONNEC Guy est né le 03 août 1944 à BERRIEN. Il est entré le jeudi 19 février 2026 à Ségalen dans la chambre 118.

Nous avons la tristesse de vous annoncer les décès suivants

SERVICE SEGALEN : M. LE NEUN Francis le 3 février 2026 à l'âge de 89 ans

SERVICE GWERNIG : M. CAM Francis le 8 février 2026 à l'âge de 89 ans

SERVICE KEROUAC : M. LE BORGNE Robert le 12 février 2026 à l'âge de 89 ans

SERVICE KEROUAC : Mme LAPOUS Ginette le 20 février 2026 à l'âge de 88 ans

SERVICE KEROUAC : Mme LE BERRE Irène le 23 février 2026 à l'âge de 100 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
- <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

