

LA GAZETTE DU FORUM

N°6
JUIN 2026



CONTACTS



Ehpad Mont Le Roux



02.98.99.71.63



55 rue des cieux - 29690 HUELGOAT



animation@montleroux.bzh



<https://www.montleroux.bzh>

VIDE-GRENIER
DIMANCHE 14 JUIN
GRAND GYMNASSE DE HUELGOAT

ENTRÉE 1 EURO

Tarifs exposants

- 3€ le mètre linéaire avec table
- 2€ le mètre linéaire sans table

Horaires

- De 9 h à 17h

Restauration sur place

- Sandwichs
- Crêpes garnies
- Gateaux
- Boissons chaudes et fraîches

Organisé par les associations
"Animations et Loisirs" et "Entraide et Solidarité"

CONTACTS : EHPAD Mont Le Roux - 55 rue des cieux - 29690 HUELGOAT
02.98.99.71.63 - 06.42.42.01.46 - animation@montleroux.bzh

C'est l'été 
le dimanche 21 juin



Joyeux anniversaire à tous les résidents nés en juin

Jeudi 4 : Mme POULIQUEN Marie fêtera ses 102 ans (Service Corbière)

Vendredi 5 : M. LE GALL Maurice fêtera ses 85 ans (Service Corbière)

Lundi 8 : Mme DAVID Hélène fêtera ses 92 ans (Service Gwernig)

Dimanche 14 : Mme LOSTANLEN Annie fêtera ses 75 ans (Service Ségalen)

Vendredi 26 : Mme LOUEDEC Marie Jo fêtera ses 76 ans (Service Ségalen)

Vendredi 26 : Mme MARTIN Michelle fêtera ses 80 ans (Service Corbière)

***Le goûter des anniversaires aura lieu
le mercredi 24 juin 2026 à 15 heures en salle des loisirs***



Semaine du 1er au 6 juin 2026

LUNDI 1er JUIN : (Saint Justin)

10h30 : Médiation animale en chambre

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

13h30 : Marche nature à la Vallée de l'Hyères

14h00 : Médiation animale en groupe au salon de Kerguelen

15h00 : Médiation animale en groupe au salon Corbière

MARDI 2 JUIN : (Sainte Blandine)

10h30 : Chant en salle des loisirs

11h00 : Gym yoga au salon Corbière - 2ème étage (Prof APA)

14h00 : Jeux de société en salle des loisirs avec les enfants de l'école de Huelgoat

MERCREDI 3 JUIN: (Saint Kévin)

15h00 : Office religieux en salle des loisirs

JEUDI 4 JUIN : (Sainte Clothilde)

11h00 : Gym douce au salon Kérouac - 2ème étage (Prof APA)

11h00 : Sortie sur le marché de Huelgoat

11h00 : Soins esthétiques au salon Bien-être du Forum

14h30 : Atelier relaxation dans l'espace détente de Cornic

14h30 : Promenade dans le jardin

18h00 : Vernissage de l'exposition de l'association Ty Ar Lenn

VENDREDI 5 JUIN : (Saint Igor)

11h00 : Gym douce au salon Marzin de Gwernig- 1er étage (Prof APA)

11h00 : Petit bac au salon Ségalen

14h30 : Jeux en extérieur (Cornhole, grenouille) dans le patio

Semaine du 8 au 12 juin 2026

LUNDI 8 JUIN : (Saint Médard)

10h30 : Atelier mémoire dans la médiathèque (groupe 1)

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

13h30 : Marche nature à Brennilis

14h30 : Groupe de discussion sur le thème "les remèdes de grand-mère" au salon Gwernig

MARDI 9 JUIN : (Sainte Diane)

10h30 : Chant en salle des loisirs

11h00 : Gym yoga au salon Corbière - 2ème étage (Prof APA)

14h30 : Loto en salle des loisirs

MERCREDI 10 JUIN: (Sainte Landry)

14h30 : Après-midi contes avec Fabien Dédryver : épaté de campagne" en salle des loisirs

JEUDI 11 JUIN : (Saint Barnabé)

11h00 : Gym douce au salon Kérouac - 2ème étage (Prof APA)

11h00 : Groupe de discussion sur le thème "le village de Montvallon" au salon Corbière

14h30 : Groupe de discussion sur le thème "les région et leurs spécialités" au salon Kérouac

VENDREDI 12 JUIN : (Saint Guy)

11h00 : Gym douce au salon Kerguelen - 1er étage (Prof APA)

Préparation



Semaine du 15 au 19 juin 2026

LUNDI 15 JUIN : (Sainte Germaine)

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

13h30 : Marche nature à Berrien

Le forum est fermé ce jour

MARDI 16 JUIN : (Saint J-F Régis)

Il n'y a pas d'animation ce jour. Rangement après le vide grenier

MERCREDI 17 JUIN : (Saint Hervé)

14h30 : Sortie à la piscine de Carhaix avec Amélie

JEUDI 18 JUIN : (Sainte Léonce)

11h00 : Gym douce au salon Kérouac - 2ème étage (Prof APA)

11h00 : Pique-nique à Locquirec

VENDREDI 19 JUIN : (Saint Romuald)

9h30 : Esthétique au salon bien-être du Forum

11h00 : Jeux de mots au salon Ségalen

11h00 : Gym douce au salon Marzin de Gwernig - 1er étage (Prof APA)

14h30 : Atelier manuel en salle des loisirs

SAMEDI 20 JUIN : (Saint Silvère)

14h30 : Fête de la musique . Danse country et chant avec Yvon Le Scraigne au Forum

JEUX

Dicton :

S'il.....à la**Médard**

il.....40 jours.....tard

Aque saint **Barnabé** ne lui l'herbe sous les

Semaine du 22 au 26 juin 2026

LUNDI 22 JUIN: (Saint Alban)

10h30 : Médiation animale en chambre

10h30 : Atelier mémoire dans la médiathèque (groupe 2)

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

13h30 : Marche nature à Carantec

14h00 : Médiation animale en groupe au salon de Kerguelen

15h00 : Médiation animale en groupe au salon Corbière

MARDI 23 JUIN : (Sainte Audrey)

10h30 : Chant en salle des loisirs

11h00 : Gym yoga au salon Corbière - 2ème étage (Prof APA)

14h30 : Loto en salle des loisirs

MERCREDI 24 JUIN : (Saint Jean Baptiste)

14h00: Sortie achat de fleurs aux serres Cariou de Châteauneuf Du Faou.

15h00 : Goûter des anniversaires en salle des loisirs

JEUDI 25 JUIN : (Saint Prosper)

11h00 : Groupe de discussion sur le thème "les oiseaux de nos jardins" au salon Kérouac

11h00 : Gym douce au salon Kérouac - 2ème étage (Prof APA)

14h30 : Plantation des géraniums en salle des loisirs

14h30 : Promenade autour de l'établissement

VENDREDI 26 JUIN : (Saint Anthelme)

11h00 : Gym douce au salon de Kerguelen- 1er étage (Prof APA)

14h30 : Dégustation de glaces artisanales sur le belvédère

Semaine du 29 au 30 juin 2026

LUNDI 29 JUIN : (Saint Pierre)

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

13h30 : Marche nature à la gare de Scignac

MARDI 30 JUIN : (Saint Martial)

10h30 : Chant en salle des loisirs

11h00 : Gym yoga au salon Corbière - 2ème étage (Prof APA)

14h30 : Jeux de société en salle des loisirs

Coupe du monde de football 2026

Mardi 16 juin 2026

21:00



France



Sénégal

New York ● Stade de New York/New Jersey -

Lundi 23 juin 2026

23:00



France



Irak

Philadelphie ● Stade de Philadelphie

Vendredi 26 juin 2026

21:00





Norvège



France

Boston ● Stade de Boston

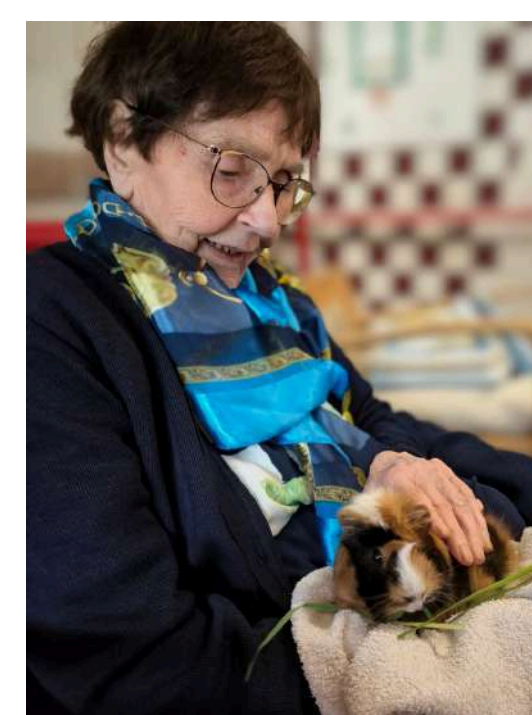
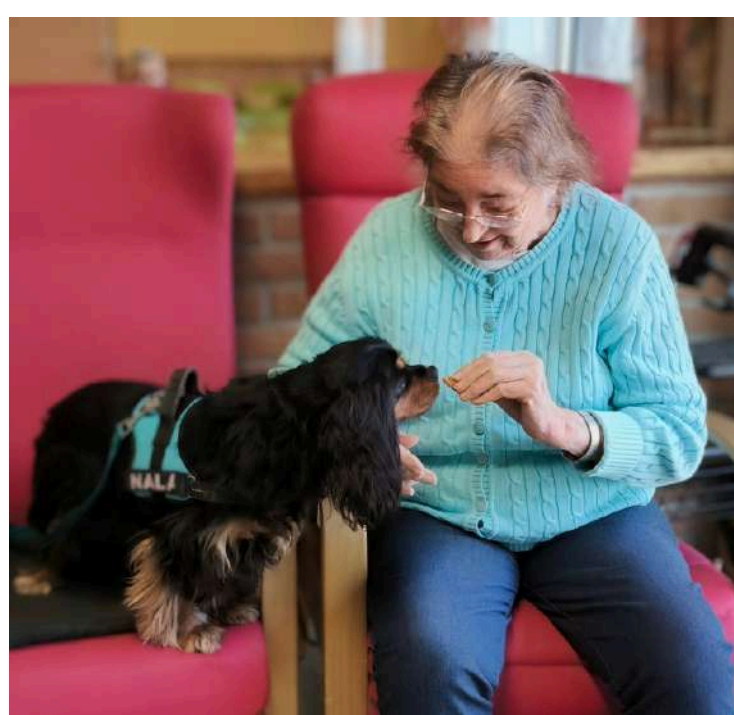
 Pour chaque rencontre, nous vous proposons des pronostics.
Un cadeau sera offert en cas de bon résultat.

 Le tableau des différents résultats sera affiché au Forum

LES ANIMATIONS DE MAI 2026 EN PHOTOS



Lundi 4 mai, c'est avec le Tram qu'un groupe a visité la ville de Brest.



La médiation animale suscite toujours un grand engouement. Les résidents font preuve d'une attention particulière, et Nalah ainsi que les cochons d'Inde reçoivent de nombreuses caresses et une grande tendresse.



La venue de la chorale "Chantons Ensemble" de Poullaouen, mercredi 20, a enchanté les résidents. Accompagnés de guitare, violon et accordéon, les choristes ont interprété un répertoire familial à tous. Une atmosphère chaleureuse a régné, comme chaque fois qu'ils se produisent. Mme Hourmand, membre de la chorale, a eu le plaisir de retrouver ses amies.

Un grand merci à tous pour ce moment mémorable !



Parce qu'ils avaient beaucoup apprécié leur première rencontre l'année dernière, les membres de la pétanque Huelgoataine et les résidents se sont de nouveau réunis pour quelques parties ensemble le jeudi 21 mai. Par une magnifique après-midi ensoleillée, seize joueurs, dont sept résidents, se sont affrontés lors de plusieurs parties près du stade. Ce fut un échange intergénérationnel très enrichissant, favorisant l'ouverture vers l'extérieur où chacun a retrouvé le plaisir de jouer et a fait de nouvelles rencontres. Un grand merci aux membres du club de pétanque qui ont également offert un goûter et préparé une délicieuse tarte aux pommes.



Toujours des heureux gagnants au loto



C'est au nouveau cinéma moderne de Morlaix que les résidents sont allés voir le film "la Vénus électrique". Une comédie tendre sur la rencontre entre un peintre en deuil et une fausse voyante jouée avec malice par Anaïs Demoustier

Les différents ateliers :



Ça tricote, ça papote



Art floral dans les services



Atelier argile



Groupe de discussion : l'association Animations et Loisirs a financé un abonnement au service animations. Les ateliers de "La Boîte à Outils d'Animations Cognitives" sont des animations « clé en main » conçues pour les professionnels. Chaque semaine, le service recevra une gazette abordant différents thèmes ainsi que des supports d'animations permettant aux résidents d'échanger et de se remémorer des souvenirs.



Mercredi 13 mai, une journée destinée à l'entretien du jardin a été organisée. 11 bénévoles et quelques résidents se sont mobilisés pour nettoyer le Patio, le petit jardin des résidents et le jardin de l'Argoat. La tâche était considérable : arracher les mauvaises herbes, désherber, couper et tailler. Désormais, les résidents dont la chambre donne sur le petit jardin bénéficient d'une vue plus agréable. Les allées du patio sont dégagées, permettant ainsi les promenades dans cet espace. Le travail commencé il y a quelques semaines se poursuit dans le jardin de l'Argoat.

Un très grand merci aux bénévoles pour leur précieuse contribution !



Les enfants de l'école maternelle sont venus jouer à des jeux de société avec les résidents.



Dans le cadre de sa formation, Isabelle, stagiaire AES, a proposé un atelier jardinage aux résidents de Kerguelen

La Bibliothèque du Forum

Notre EHPAD est riche de plusieurs centaines de livres, soigneusement rangés par ordre alphabétique des noms d'auteurs. Tout autour de la salle récemment rénovée avec talent par les soins de Peggy, Yves-Luc Fonteneau, résident et Anne-Marie, bénévole, ont soigneusement imprimé et disposé des étiquettes indispensables et il est désormais assez facile de s'y retrouver.



On peut prélever, pour une lecture en chambre, des romans variés et autres types de livres, certains en gros caractères. On peut également sortir des revues diverses (à droite en entrant) et des DVD de toutes sortes pour les amateurs de bonne musique ! Il y a aussi des jeux de société variés (dominos, triominos, dames, petits chevaux, cartes...) que l'on peut emprunter pour jouer en famille ou entre amis au forum. Pour l'emprunt des livres, revues et DVD, il est nécessaire d'écrire sur le cahier de service, la date, le nom de l'emprunteur et le titre du livre. Un bac attend le retour du livre après lecture.

Chaque vendredi, deux résidents, Yves-Luc Fonteneau et Colette Wittorski aident Anne-Marie qui pourra éventuellement vous servir une boisson de la cafétéria où elle travaille aussi. Bonnes lectures à tous.

Belles activités physiques



On peut découvrir dans la gazette chaque semaine plusieurs possibilités d'activités physiques (gym douce, gym yoga, atelier équilibre...) Pendant une heure, Amélie, responsable de cette activité, nous propose une succession de mouvements très variés et parfaitement adaptés aux capacités des résidents.

Nous ne sommes pas des grands sportifs, mais des mouvements modérés, bien adaptés à nos possibilités, sont régulièrement proposés avec une constante bienveillance !

La grande variété de ces exercices évite toute lassitude et permet de mobiliser les différentes parties du corps, ce qui les renforce progressivement. Au final, un travail vraiment raffiné et intéressant qui peut nous aider à tenir le coup !

ACTIVITE PASA

Le mois de mai a été consacré aux ateliers jardinage, notamment les plantations dans la serre. Toutes les semaines, les résidents arroseront et cueilleront les fruits de leur travail.

Comme tous les mois, un groupe est allé au Magasin Vert de Carhaix afin d'y acheter le nécessaire pour les animaux ainsi que des plants.



Profitant d'une belle journée ensoleillée, une sortie a été planifiée à Roscoff. Le programme : déjeuner à la crêperie et visite du beau jardin exotique de Rospico.

ACTIVITE APA



Retour sur le mois de mai :

Re-découverte de la piscine pour Monsieur Fonteneau qui s'est essayé à la brasse, à la marche dans l'eau. En équilibre, sur le dos avec mouvements de jambes et pour finir un moment détente au jacuzzi.

La gym douce dans les différents services, un nouvel arrivant à l'atelier équilibre qui se reconnaîtra ! C'est vous tous qui donnez de la vie à ces ateliers, bravo à tous.

La Marche Nature avec les habitués et les passionnés ! Et enfin notre spectacle de patinoire qui clôture la saison 2026,



Un cours de pétanque adapté a remplacé un cours de gym en matinée afin de montrer à la stagiaire Isabelle comment adapter la pétanque dans son ensemble aux personnes âgées : aller au rythme de l'autre, l'aider dans son geste s'il n'y arrive pas, lui proposer des balles plutôt que des boules, l'accompagner plus près du cochonnet si c'est difficile de lancer fort, créer du lien pour rentrer en contact avec les autres résidents.

ADAPTER, le sport permet de continuer à se faire plaisir et être en bonne santé !

Amélie

Les mouvements en mai

Bienvenue aux nouveaux résidents



Mme HARISSON Marie Antoinette est née le 25 juillet 1934 à PARIS 12ème arrondissement. Elle est entrée le mardi 19 mai 2026 à Ségalen dans la chambre 130.



M. CORBOU Christian est né le 30 janvier 1954 à PLONEVEZ DU FAOU. Il est entré le mercredi 20 mai 2026 à Kérouac dans la chambre 524.



Mme JONES Judith est née le 2 décembre 1937 au ROYAUME UNI. Elle est entrée le mercredi 20 mai 2026 à Corbière dans la chambre 331.

Nous avons la tristesse de vous annoncer les décès suivants

SERVICE KERGUELEN : Mme CABON Annick le mardi 5 mai 2026 à l'âge de 87 ans

SERVICE KEROUAC : M. VITRE Bernard le mardi 5 mai 2026 à l'âge de 82 ans

SERVICE SEGALEN : Mme COMBE Germaine le mercredi 6 mai 2026 à l'âge de 101 ans

SERVICE KEROUAC : M. RITZ Armel le mercredi 13 mai 2026 à l'âge de 93 ans

SERVICE KEROUAC : M. LE GALL Yves le mercredi 13 mai 2026 à l'âge de 93 ans

SERVICE GWERNIG : Mme DENOYER Yvonne le samedi 16 mai 2026 à l'âge de 99 ans

SERVICE CORBIERE : Mme LE BORGNE Anna le mardi 26 mai 2026 à l'âge de 92 ans

SERVICE SEGALEN : M. BOURGEOIS Roland le jeudi 28 mai 2026 à 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

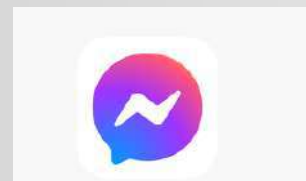
LES GOUTERS ANNIVERSAIRES

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
- <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

