

LA GAZETTE DU FORUM

N°9
SEPTEMBRE 2026

*C'est
l'automne le
23 septembre*

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 septembre

Mardi 1er : Mme ROIGNANT Annick fêtera ses 71 ans (Service Ségalen)

Mardi 1er : M. LOHEAC René fêtera ses 87 ans (Service Kerguelen)

Mercredi 2 : M. TRION Jean-Pierre fêtera ses 80 ans (Service Corbière)

Samedi 12 : M. CRENN Jacky fêtera ses 75 ans (Service Corbière)

Dimanche 13 : Mme GALLOU Jeanne fêtera ses 91 ans (Service Kérouac)

Mercredi 16 : Mme MULLER Michèle fêtera ses 81 ans (Service Kerguelen)

Samedi 19 : Mme MANAC'H Sylvie fêtera ses 58 ans (Service Gwernig)

Vendredi 25 : Mme CADOUDAL Nicole fêtera ses 93 ans (Service Kerguelen)

Samedi 26 : Mme KERVOELEN Josiane fêtera ses 91 ans (Service Kérouac)

Samedi 26 : Mme RANNOU Jeanne fêtera ses 89 ans (Service Corbière)

Dimanche 27 : Mme SCOUARNEC Yvonne fêtera ses 92 ans (Service Corbière)

***Le goûter des anniversaires aura lieu
le mercredi 30 septembre 2026 à 15 heures en salle des loisirs***



Semaine du 1er au 4 septembre 2026

MARDI 1er SEPTEMBRE : ([Saint Gilles](#))

11h00 : Jeu de mots au salon Kérouac (Delphine)

14h30 : Jeux de société en salle des loisirs

MERCREDI 2 SEPTEMBRE: ([Sainte Ingrid](#))

15h00 : Office religieux en salle des loisirs

JEUDI 3 SEPTEMBRE : ([Saint Grégoire](#))

10h00 : Atelier pâtisserie en salle des loisirs

11h00 : Groupe de discussion sur le thème "à vos marques" au salon Gwernig

14h30 : Projection d'un film "légendes Bretonnes" et contes Indien en salle des loisirs

VENDREDI 4 SEPTEMBRE : ([Sainte Raïssa](#))

10h30 : Atelier esthétique au salon Soins et bien-être du Forum

14h30 : Séance de relaxation dans l'espace de Cornic

Semaine du 7 au 11 septembre 2026

LUNDI 7 SEPTEMBRE : (Sainte Reine)

10h30 : Médiation animale en chambre

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

14h00 : Médiation animale en groupe au salon de Kerguelen

15h00 : Médiation animale en groupe au salon Corbière

MARDI 8 SEPTEMBRE : (Nativité N-D)

11h00 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Loto en salle des loisirs

MERCREDI 9 SEPTEMBRE : (Saint Alain)

14h30 : Tricot papote en salle des loisirs

14h30 : Séance de relaxation dans l'espace de Cornic

18h00 : Vernissage du photo club de Plourin Les Morlaix au Forum

JEUDI 10 SEPTEMBRE : (Sainte Inès)

10h00 : Atelier bien-être en chambre

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

11h00 : Groupe de discussion sur le thème "les célébrités" au salon Gwernig

14h30 : Séance d'équithérapie avec l'association "Bien dans mes sabots" sur le belvédère

VENDREDI 11 SEPTEMBRE : (Saint Adelphe)

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

11h00: Groupe de discussion sur le thème "l'école autrefois" au salon Ségalen

14h30 : Initiation au macramé en salle des loisirs

Semaine du 14 au 18 septembre 2026

LUNDI 14 SEPTEMBRE : ([La sainte Croix](#))

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

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

13h30 : Marche nature au lac de Huelgoat

14h30 : Découverte des expressions à trouver sur la nouvelle exposition photographique au Forum.

MARDI 15 SEPTEMBRE : ([Saint Roland](#))

11h00 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Jeux de société en salle des loisirs

MERCREDI 16 SEPTEMBRE : ([Sainte Edith](#))

14h30 : Animation musicale avec Sylvain Duval au Forum

JEUDI 17 SEPTEMBRE : ([Saint Renaud](#))

10h30 : Jeu de "dé" au Forum en partenariat avec le RHEMS (réseau hygiène pour les établissements médico-sociaux)

14h30 : Atelier : "hygiène des mains " au Forum. Utilisation de la boîte à coucou! en partenariat avec le RHEMS

VENDREDI 18 SEPTEMBRE : ([Sainte Nadège](#))

11h00 : Esthétique au salon soins et bien-être du Forum

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

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

Semaine du 21 au 25 septembre 2026

LUNDI 21 SEPTEMBRE : (Saint Mathieu)

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

10h30 : Médiation animale en chambre

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

13h30 : Golf à Carhaix

14h00 : Médiation animale en groupe au salon de Kerguelen et au salon Kérouac

MARDI 22 SEPTEMBRE: (Saint Maurice)

10h30 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Loto en salle des loisirs

MERCREDI 23 SEPTEMBRE : (AUTOMNE)

12h00 : Pique-nique au lac de Huelgoat et pêche l'après-midi

14h30 : Art floral dans les services



JEUDI 24 SEPTEMBRE: (Saint Thècle)

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

12h00 : Déjeuner au Mac Do à Carhaix et balade à la vallée de l'Hyères

(Le forum sera fermé)

VENDREDI 25 SEPTEMBRE : (Saint Herman)

11h00 : Esthétique au salon soins et bien-être du Forum

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

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

Semaine du 28 au 30 septembre 2026

LUNDI 28 SEPTEMBRE : (Venceslas)

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

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

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

13h30 : Marche nature au stade de Huelgoat

MARDI 29 SEPTEMBRE: (Saint Michel)

10h30 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Jeux de société en salle des loisirs

MERCREDI 30 SEPTEMBRE : (Saint Jérôme)

14h00 : Sortie piscine à Carhaix (Prof APA)

15h00 : Goûter des anniversaires en salle des loisirs

La belle bête saine
Mon cheval d'autrefois
Elle nous sautais les haies de feuilles et d'épines
Et le bruit des chiens
S'étranglait entre les maisons



Au lieu le plus immense
Entre ses pattes endormies
L'herbe foulée brillait d'un soleil nocturne
Et je buvais à même ses naseaux
L'écume fraîche de la fuite

Parfois le cercle d'un halo de lune
Imitait notre course parfaite
L'ordre de la nuit s'appelait de mon nom
Les buissons devenaient les plis de sa crinière

Et nous revenions enchantés
Plus légers que l'air
Plus invisibles qu'une idée

Mme Colette Wittorski
Résidente du service Kérouac

Retour sur les animations d'août



mercredi 12 août, les résidents ont eu l'opportunité d'observer l'éclipse solaire. Le partenaire de l'établissement, M. Guernalec d'Optique 2000 Carhaix a en effet généreusement offert des lunettes de protection. Douze résidents, des bénévoles et des personnels se sont rassemblés sur le belvédère pour observer le phénomène. Le temps de la progression de la lune devant le Soleil, les résidents ont dégusté une glace. C'était pour eux une coupure dans leurs habitudes, une soirée à échanger entre eux et à discuter avec des personnes de l'extérieur.



Mercredi 12 août, Mathieu Le Donge, chanteur et guitariste, a offert un après-midi musical aux résidents. Son répertoire, comprenant des chansons d'Hugues Aufray, Johnny Hallyday..., mais aussi ses chansons personnelles, a été très apprécié. De nombreux participants ont chanté et applaudi, créant ainsi une ambiance chaleureuse et joyeuse !



Jeu d'adresse au Forum: Cornhole et parachute



Il a fallu composer avec la météo pour l'organisation des repas grillades. Seul le service Ségalen a pu manger sur le belvédère. Pour les autres services, nous avons mangé en salle des loisirs ou dans le Forum à cause de la chaleur mais aussi du retour de la pluie.



Malgré tout, chacun a apprécié le menu (pastèque, saucisse grillée, pommes de terre grenailles et glace en dessert) et les danseurs se sont fait plaisir.



Son accordéon a résonné pendant près de trois heures dans l'ensemble de l'établissement. Se déplaçant de service en service et parfois même dans les chambres, Jean- Luc Prat a su apporter une immense joie aux résidents. Les visages se sont illuminés, les corps se sont mis à vibrer au rythme des valse, tangos, chansons françaises et danses bretonnes... Un après-midi plein de magie et d'énergie ! Quel plaisir!!!



2 lotos
en août

Les ateliers

Pâtisserie



Lors d'un atelier pâtisserie, des résidentes ont réalisé des Muffins au chocolat, et à la pommes. Ces derniers ont été dégusté l'après- midi au goûter du loto.

Art floral



Tricot papote





Le jeudi 20 août, sept résidents ont participé à une séance d'équithérapie à Duault, où se situe l'association « Bien dans mes sabots ». Après un pique-nique sur place, ils ont partagé des moments agréables avec Cacahuète et Lila, les deux poneys de Marion. Au cours de cette journée, ils ont discuté de l'utilisation des chevaux autrefois, et les différents métiers puis ont pris soin des poneys en les brossant, tout en leur coupant des carottes et des pommes à leur offrir.



Goûter des anniversaires



Revue de presse au salon Kérouac



Petit tour autour du lac de Huelgoat



Sortie à la plage de Carantec



ACTIVITE APA



Il y a de plus en plus d'adeptes à l'atelier équilibre le lundi matin et la gym debout le vendredi au salon Gwernig, jusqu'à 12 participants.



1 fois par mois, une séance de gym yoga est programmée dans l'espace de relaxation de Cornic.



Noémie une nouvelle prof de gym adapté sera présente 2 jeudis par mois de 14h à 15h en salle de rééducation dans le but de m'aider à mobiliser plus de monde. Sa première séance à eut du succès !



« Kerguelen en fête » s'est bien déroulé et a pu se faire dehors dans le patio comme convenu. L'aide des familles et soignants a été bénéfique, les résidents ont pu faire du sport de 10h à 15h, suivi d'un goûter spécial !

Les mouvements en août

Bienvenue aux nouveaux résidents



Mme PENVEN Danielle est née le 1er novembre 1944 à MONTMACQ. Elle est entrée le 6 août 2026 à Gwernig dans la chambre 629.



M. NOVARRA Daniel est né le 11 février 1948 à SAINT TROPEZ. Il est entré le 11 août 2026 à Kérouac dans la chambre 516.



M. KERLEO Pierre est né le 26 mai 1946 à LA FEUILLEE. Il est entré le 12 août 2026 à Kérouac dans la chambre 508.



Mme GUILLOTIN Marguerite est née le 24 octobre 1932 à PARIS 16ème arrondissement. Elle est entrée le 13 août 2026 à Kérouac dans la chambre 507.



Mme MANACH Sylvie est née le 19 septembre 1968 à LANDIVISIAU. Elle est entrée le 18 août 2026 à Gwernig dans la chambre 628.



M. SEBBAH-LE BRAS Gérard est né le 23 juillet 1949 à CLERMONT-FERRAND. Il est entré le 25 août 2026 à Corbière dans la chambre 415.



M. GAUTIER François est né le 14 juillet 1937 à PLOUYE. Il est entré le 26 août 2026 à Gwernig dans la chambre 614 en hébergement temporaire.

Nous avons la tristesse de vous annoncer les décès suivants



SERVICE GWERNIG : Mme LARROUY Marie le mercredi 5 août 2026 à l'âge de 78 ans

SERVICE GWERNIG : M. LOUEDEC Jean Paul le mercredi 26 août 2026 à l'âge de 91 ans

SERVICE KEROUAC : Mme SOUQUET Christiane le samedi 29 août 2026 à l'âge de 99 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

