

LA GAZETTE DU FORUM

N°10
OCTOBRE 2026

BRADERIE DE VETEMENTS D'OCCASION

BOUTIQUE DU FORUM CHIC AR BRAW



SAMEDI 3 OCTOBRE 2026

DE 10H30 À 17H

Au Forum de l'EHPAD Mont Le Roux
HUELGOAT

Cafétéria et vente de crêpes chaudes
en salle des loisirs



Organisé par les associations "Animations et loisirs"
et "Entraide et solidarité"

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

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 octobre

- Jeudi 1er : M. LE SING Roger fêtera ses 96 ans (service Kérouac)
- Jeudi 1er : Mme TANGUY Marie Thérèse fêtera ses 94 ans (service Kérouac)
- Vendredi 2 : Mme QUERE Louise fêtera ses 92 ans (service Corbière)
- Dimanche 4 : M. GOURVEST Roger fêtera ses 88 ans (service Corbière)
- Lundi 12 : Mme KERLOCH Liliane fêtera ses 89 ans (service Kerguelen)
- Mardi 13 : Mme RUELOU Marceline fêtera ses 91 ans (service Corbière)
- Dimanche 18 : M. SCOUARNEC Jean Jacques fêtera ses 70 ans (service Corbière)
- Mardi 20 : Mme SALAUN Thérèse fêtera ses 92 ans (service Gwernig)
- Samedi 24 : Mme GUILLOTIN Marguerite Thérèse fêtera ses 94 ans (service Kérouac)
- Mercredi 28 : Mme PINK Joyce fêtera ses 93 ans (service Kerguelen)
- Mercredi 28 : Mme ROUSSEL Anne-Marie fêtera ses 78 ans (service Kerguelen)
- Mercredi 28 : Mme WAGON Nelly fêtera ses 91 ans (service Kérouac)
- Vendredi 30 : M. BOURLES Louis fêtera ses 88 ans (service Corbière)

***Le goûter des anniversaires aura lieu
le mercredi 28 octobre 2026 à 15 heures en salle des loisirs***



Semaine du 1 au 3 octobre 2026

JEUDI 1er OCTOBRE : (Sainte Thérèse de l'EJ)

10h00: Sortie sur le marché de Huelgoat

11h00 : Lecture du journal au salon Gwernig

14h30 : Cogitons avec les champignons! Parlons de l'automne au Forum

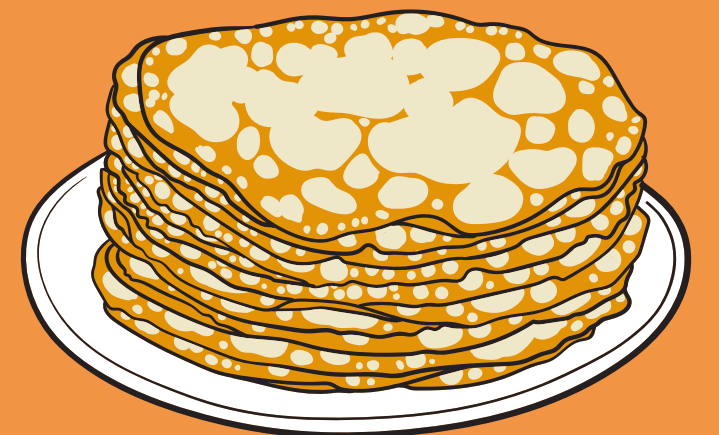
VENDREDI 2 OCTOBRE: (Saint Léger)

Préparation de la braderie de vêtements d'occasion

Samedi 3 OCTOBRE: (Saint Gérard)

10h00 : Braderie de vêtements d'occasion au Forum

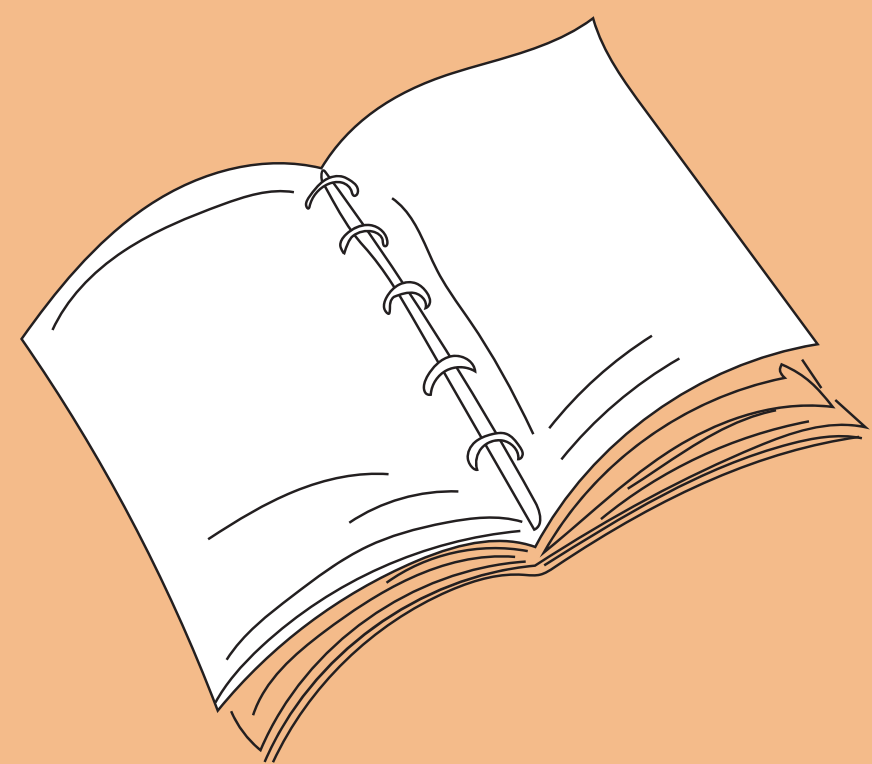
Cafétéria et vente de crêpes chaudes en salle des loisirs



Jument dont l'encolure
frissonne sous mes doigts
souvent
quand tu passes
ombre claire sur mes sentiers
j'entends battre ton pas

Cheval d'amours et de combats
encore une fois
prends moi dans tes souffles
l'élan de ta crinière

Ne me laisse pas seule
avec mon corps irréparable
et mon destin inachevé



Colette Wittorski
Résidente du service Kérouac

Semaine du 5 au 9 octobre 2026

LUNDI 5 OCTOBRE: [\(Sainte Fleur\)](#)

10h30 : Médiation animale en chambre

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)

14h00 : Médiation animale en groupe au salon de Kerguelen

15h00 : Médiation animale en groupe au salon Corbière

MARDI 6 OCTOBRE : [\(Saint Bruno\)](#)

11h00 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Loto en salle des loisirs

MERCREDI 7 OCTOBRE : [\(Saint Serge\)](#)

10h30: Récolte des pommes au Poérop pour la fabrication de jus de pommes

14h30 : Conseil de Vie Sociale en salle des loisirs

JEUDI 8 OCTOBRE : [\(Sainte Pélagie\)](#)

11h00 : Jeux de mots au salon Gwernig

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

14h00 : Bowling à Morlaix

14h30 : Atelier pâtisserie en salle des loisirs.

VENDREDI 9 OCTOBRE : [\(Saint Denis\)](#)

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

14h30 : Animation "contes et chants en Breton" avec Céline Gumuchian.

Semaine du 12 au 16 octobre 2026

LUNDI 12 OCTOBRE : ([Saint Wilfried](#))

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 circuit du golf à Carhaix (Prof APA)

MARDI 13 OCTOBRE : ([Saint Géraud](#))

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 14 OCTOBRE : ([Saint Juste](#))

12h00 : Déjeuner au Forum et sortie au Moustoir pour le pressage des pommes

15h00 : Office religieux en salle des loisirs

JEUDI 15 OCTOBRE : ([Sainte Thérèse d'Avilla](#))

10h30 : Sortie sur le marché

10h00 : Esthétique au salon soins et bien-être du Forum

11h00 : Groupe de discussion sur le thème "octobre rose".

14h00 : Sortie au cinéma de Carhaix

14h00 : Gym avec Noémie en salle de rééducation à Cornic (Prof APA)

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

VENDREDI 16 OCTOBRE : ([Sainte Edwige](#))

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

11h00 : Groupe de discussion sur le thème " la découverte du Canada"
au salon Kérouac

14h30 : Macramé en salle des loisirs

Semaine du 19 au 23 octobre 2026

LUNDI 19 OCTOBRE : ([Saint René](#))

10h30 : Médiation animale en chambre

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

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

12h00 : Repas crêpes pour le service Kerguelen

13h45 : Marche nature au lac d'Huelgoat - (Prof APA)

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

15h45 : Groupe d'expression en salle des loisirs

MARDI 20 OCTOBRE: ([Sainte Adeline](#))

10h30 : Chant en salle des loisirs

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

14h30 : Loto en salle des loisirs

MERCREDI 21 OCTOBRE : ([Sainte Céline](#))

14h15 : Sortie à la piscine de Carhaix

14h30 : Animation musicale avec la chorale Chantaccord

JEUDI 22 OCTOBRE: ([Sainte Elodie](#))

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

10h30 : Atelier bois en salle des loisirs

11h00 : Jeu de mots au salon Kérouac

14h00 : Gym douce avec Noémie en salle de rééducation à Cornic (Prof APA)

15h00 : Présence du clown Pédrofino à Ségalen pour le goûter

VENDREDI 23 OCTOBRE : ([Saint Jean de C](#))

10h00 : Esthétique au salon Soins et beauté du Forum

11h00 : Animation sensorielle. Quel objet se trouve dans le sac au salon Corbière

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

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

14h30 : Atelier manuel en salle des loisirs (macramé)

Semaine du 26 au 30 octobre 2026

LUNDI 26 OCTOBRE : (Saint Dimitri)

11h00 : Présence de la coiffeuse toute la journée

14h30 : Massages en chambre

MARDI 27 OCTOBRE: (Sainte Émeline)

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 28 OCTOBRE : (Saint Jude)

15h00 : Goûter des anniversaires

JEUDI 29 OCTOBRE: (Sainte Narcisse)

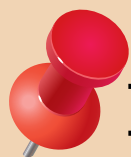
11h00 : Jeu de mots au salon Kérouac

12h00 : Repas crêpes pour le service Gwernig

14h30 : Art floral dans les services

VENDREDI 30 OCTOBRE : (Sainte Bienvenue)

INFORMATION AUX FAMILLES



Le premier tour des élections présidentielles aura lieu le dimanche 18 avril 2027 et le second tour, si nécessaire, le dimanche 2 mai 2027.

Certains résidents en parlent déjà car ils aimeraient aller voter.

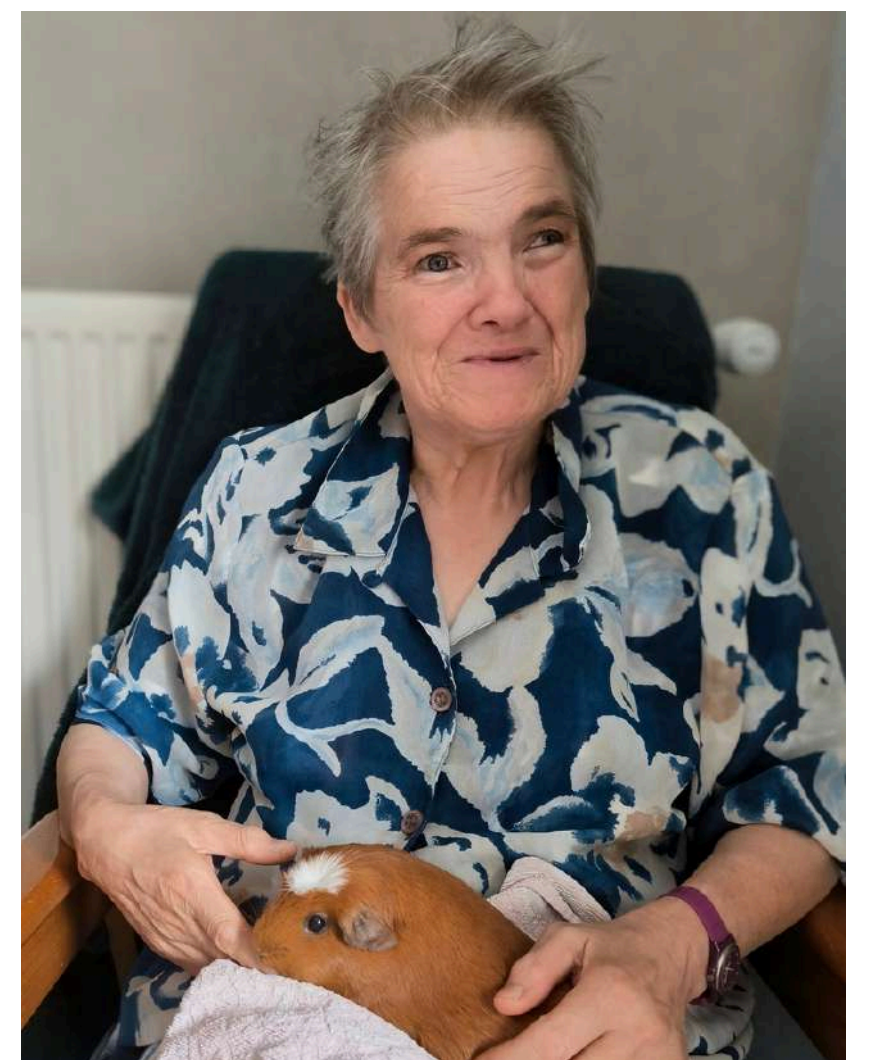
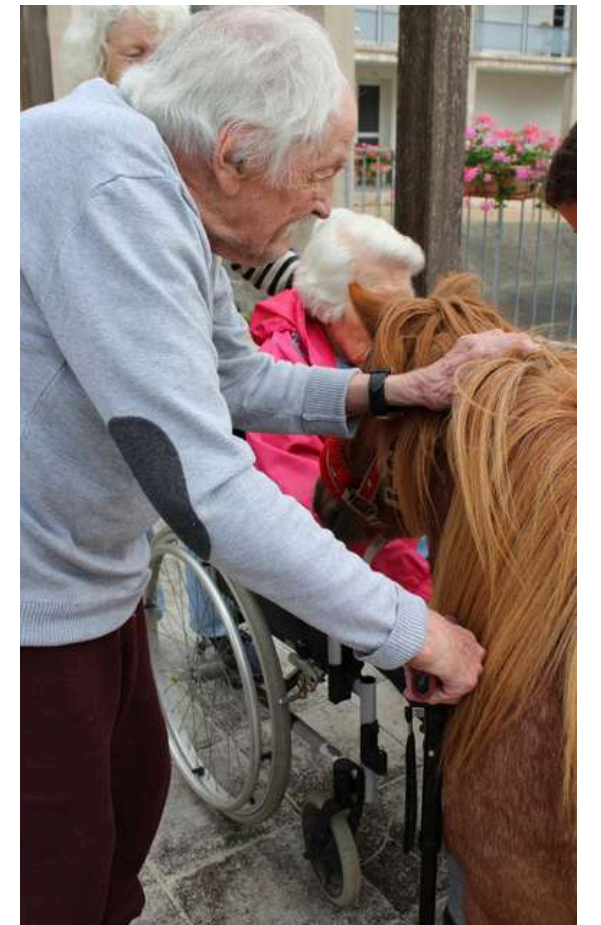


Afin d'anticiper et de leur permettre de voter, merci de vérifier si leur carte d'identité est valide.

Retour sur les animations de septembre



Financé par l'association Animations Loisirs, Marion Tanneau, de l'association "Bien dans mes sabots" est de nouveau venue en septembre avec ses Poneys. "Profitant d'une belle journée, l'animation a eu lieu sur le belvédère. Les résidents ont ainsi pu être au contact des animaux afin de les caresser, les brosser ou les promener. Cela leur a rappelé aussi des souvenirs.



Séance de médiation animale avec Nalah et les cochons d'Inde

Les ateliers

Pâtisserie



Art floral



Crumble aux pommes réalisés par les résidents au salon Ségalen et bouquets de roses

Macramé

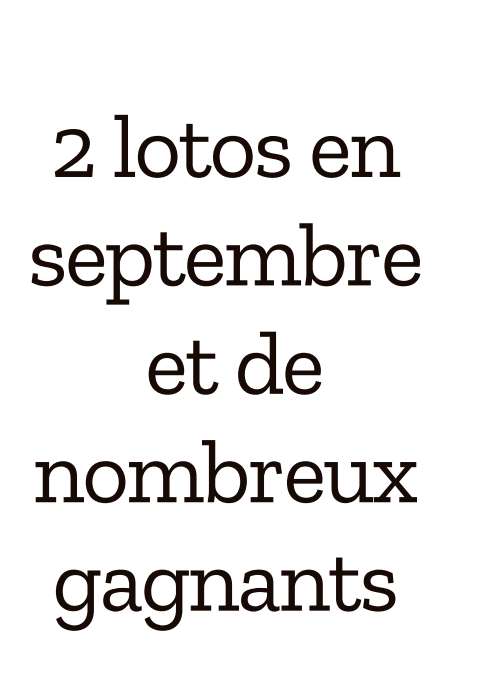


Tricot papote





Mercredi 16 septembre, l'accordéon de Sylvain Duval a résonné au Forum pour le plus grand plaisir des résidents. Quoi de mieux que la musique et quelques pas de danses en guise de gym avec Amélie et Christelle.



2 lotos en
septembre
et de
nombreux
gagnants



Claudine, Isabelle et Maryse, bénévoles de l'association Entraide et Solidarité sont de retour tous les mardis matin. L'atelier chant a donc repris et les résidents sont ravis, notamment M. Le Sinq, notre accordéoniste.



En partenariat avec Anne Sophie L'hélias, référente hygiène au RHEMS, les résidents ont échangé sur les règles d'hygiène de vie en général, à partir du jeu de l'oie. Ils ont eu l'occasion de partager leur vécu et ont évoqué notamment la période où ils étaient à l'école avec les leçons de morale sur la propreté.

Passe ton tour.		Tour	5 cases		Cases	2 cases	
Avances de 3 cases 20	Retour à la case départ! 37	Stop passez votre tour 36	Quel est le nom de Sommeil Recommandé? 35	Retour Case 32 34	Comment Protégez sa Peau du Froid? 33	Citez un produit d'hygiène 32	Passez votre tour 11
Les vêtements: Propreté? Lavage? 21	Vaccins 38		La douche: Fréquence? Produits? Technique? Température? Séchage? 46	Citez une marque de produits d'hygiène, beaux 45	Est-il important d'avoir une architecture Physique? 44	 Retourne au 20. 31	Comment bien se laver les mains? 10
1920 Hygiène, comment? 22	Avances de 2 cases 39	 Recommence au début. 40	Quand doit-on se laver les mains? 41	Retour à la case 23 42	Nouveautés en produits d'hygiène? 43	Buvez! Mais Combien? Et Quel? 30	 Relance le dé. 9
Comment Protégez sa Peau du Soleil? 23	Le savon c'est quoi? Son histoire 24	Retour case 19 25	 Va au 41. 26	Les enduits en fumes, Pollués Sont-ils bons pour la Santé? 27	28	Avances de 2 cases 29	Comment Signer une amende? 8

Plusieurs thèmes ont été évoqués dont l'alimentation , les vaccins, le sommeil et les habitudes de vie d'autrefois.



Le Photo Club de Plourin Les Morlaix présente actuellement une exposition photographique sur le thème "les expressions". Derrière chaque photo se cache une expression. Lors du vernissage, les résidents ont tenté de les découvrir avec l'aide des photographes.

Venez découvrir cette exposition et vous amuser à chercher les expressions. Pour vous aider, une liste est à votre disposition.



Les légendes bretonnes ont captivé les résidents. Immersion totale, émerveillements et fascination; l'esprit s'est laissé guidé par les mystères, les paysages, les personnages. Voyages à Brocéliande à la découverte de l'arbre d'or, puis avec les fées Maëlig, Enora, Rozenn de la source d'argent, au dolmen des Korriganes avec Ronan le tailleur de pierre et le conte indien "le jardin des souvenirs".

Animé par l'équipe animation, ce moment est riche en émotions: les souvenirs ou connaissances sont exprimés en fin de séance. Deux résidents ont, également, conté avec les animatrices, maintenant le public dans l'ambiance fantastique de la culture celtique. Avant de se quitter, nous avons, tous, dégusté le crumble de saison préparé par un groupe de résidents le matin.



Goûter des anniversaires du mois

LE PASA

L'automne s'est installé au PASA ! Les premières couleurs de l'automne ont inspiré nos résidents, qui ont partagé de beaux moments de convivialité et de bonne humeur.

Pour commencer, nous avons accueilli la Dame des Saisons, venue nous aider à créer une magnifique décoration automnale. Feuilles aux teintes dorées, branches, pommes de pin, châtaignes et autres trésors de la nature ont trouvé leur place dans notre salle, apportant chaleur et douceur à notre quotidien.

Afin de profiter pleinement de cette belle saison, plusieurs sorties ont été organisées. Nous nous sommes rendus sur le marché de Huelgoat, où chacun a pris plaisir à flâner parmi les étals avant de partager un délicieux poulet dans une ambiance joyeuse et détendue.

Nos promenades se sont poursuivies à la Vallée de l'Hyères, de Carhaix, ainsi qu'au parc de l'Arboretum. Nous y avons récolté de nombreux végétaux qui ont ensuite servi à enrichir notre décoration d'automne. Ces balades ont permis à chacun de profiter du grand air, d'admirer les magnifiques paysages de saison et de faire ressurgir de nombreux souvenirs.

Ces activités, riches en échanges, en rires et en découvertes, rappellent combien les petits plaisirs de la vie et le contact avec la nature contribuent au bien-être de tous.



ACTIVITE APA

Retour en image sur un mois de septembre bien riche en activité sportive !



La reprise du mini-golf à Carhaix avec ses adeptes a encore bien plu.



Découverte de plusieurs cours de boxe au Pasa et dans les services. Les résidents étaient curieux d'enfiler les gants et de tester les « touches » sur les sacs mis en place.

Noémie est venue 2 fois ce moi-ci et a proposé ses séances de sport adapté. Cela fait découvrir aux résidents de nouveaux exercices tout aussi dynamiques.

Enfin les cours piscine continuent à Carhaix. Au mois d'octobre, nous irons au bowling de Morlaix et à la piscine de nouveau victime de son succès.



Il n'y aura pas de gym du lundi 26 octobre au vendredi 30 octobre : Congés

Les mouvements en septembre

Bienvenue aux nouveaux résidents



M. LE BORGNE Philippe est né le 02 février 1953 à HUELGOAT.
Il est entré le 15 septembre 2026 à Gwernig dans la chambre 612.



Mme RAOUL Marguerite est née le 05 novembre 1946 à CLEDEN-CAP-SIZUN. Elle est entrée le 21 septembre 2026 à Ségalen dans la chambre 114 .



Mme BEUZEN Noëlle est née le 21 janvier 1944 à CHATEAULIN.
Elle est entrée le 24 septembre 2026 à Kérouac dans la chambre 508 .

Nous avons la tristesse de vous annoncer les décès suivants



- **SERVICE KEROUAC:** M. KERLEO Pierre le jeudi 3 septembre à l'âge de 80 ans
- **SERVICE KEROUAC:** Mme CRENN Eliane le jeudi 3 septembre à l'âge de 94 ans
- **SERVICE GWERNIG:** Mme TANGUY Francine le lundi 7 septembre à l'âge de 82 ans
- **SERVICE GWERNIG:** Mme GUENVER Simone le dimanche 13 septembre à l'âge de 82 ans
- **SERVICE CORBIERE:** Mme VERGER Fernande le jeudi 17 septembre à l'âge de 96 ans
- **SERVICE GWERNIG:** Mme COCHENNNEC Geneviève le mercredi 23 septembre à l'âge de 86 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

