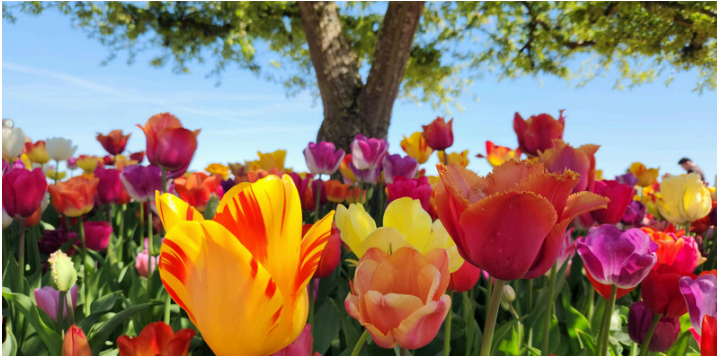


BELLE ETOILE ET VOUS

2E TRIMESTRE 2026



- 02 *LES ANNIVERSAIRES*
- 03 *LA VIE A L'EHPAD*
- 04 *LA RECETTE DU MOIS*
- 05 *LE CALENDRIER*
- 06 *QUESTIONS MUSIQUE*
- 07 *L'ACTU DU DERNIER TRIMESTRE*
- 10 *JEUX*

MOT DE LA DIRECTRICE

Chers résidents, chères familles, chers professionnels,

Vous trouverez adossé à ce journal le compte-rendu du dernier Conseil de la vie sociale qui s'est tenu le 13 février. 3 nouveaux représentants des familles ont rejoint cette instance: Mme VIDÉLO, Présidente, Mme LE PARC, et Mme LE BIHAN.

Elles restent disponibles pour relayer vos éventuelles questions, propositions lors des réunions.

Je vous informe également que nous avons rencontré début mars, les autorités de tarification sur le projet architectural. Bien que rien ne soit acté en terme de plan et de décision définitive sur l'implantation, je peux vous confirmer que le projet verra le jour en 2030, en associant l'EHPAD et le Foyer de vie. Je ne manquerai pas de vous apporter les informations au fur et à mesure des étapes.

Le projet est également désormais suivi par Mme LE FORESTIER Maryvonne, nouvelle maire de la commune et de fait Présidente du CCAS, qui était présente lors de la réunion.

A noter dans vos agendas:

- le **11 avril à 14h**: un café-rencontre proposé aux familles/proches des résidents - animé par le psychologue, en présence des représentants des familles du CVS et moi-même - Participation à confirmer au secrétariat.
- le **21/04 à 10h à l'EHPAD**: réunion pour recueillir les attentes en vue de l'élaboration du projet d'établissement. Les résidents et familles y sont conviés.
- le **22/05 : les Olympiades intergénérationnelles** regroupant les enfants des écoles, des résidents et les seniors résidants à domicile sur la commune pour partager un moment de convivialité. Nous aurons besoin de volontaires pour accompagner les résidents et lors des jeux. N'hésitez pas à nous rejoindre et communiquer votre nom au secrétariat.

Je vous informe par ailleurs du départ de Mme NEYSSENSAS, infirmière coordinatrice, qui a été parmi nous durant 3 ans et à qui je souhaite une bonne continuation dans ces futurs projets.

Mme LE MOELLE Emilie, actuellement recrutée en remplacement de Valérie, prend progressivement les fonctions d'infirmière coordinatrice, avec une recherche en cours d'infirmier.

Bonne lecture.

Mme CHRISTIEN, Directrice

HAPPY Birthday



AVRIL 2026

4 Avril	Annick STOUVENEL	76 ans
6 Avril	Francis LE GOFF	76 ans
9 Avril	Françoise SERVATIUS	75 ans
15 Avril	Louis LEDEUR	93 ans
26 Avril	Olivier BASLEY	68 ans

MAI 2026

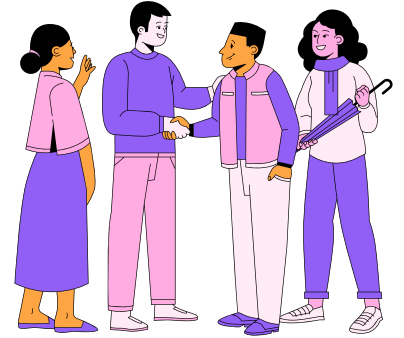
5 Mai	André JAN	84 ans
14 Mai	Pierre LE CLERE	93 ans
18 Mai	Renée DERIGENT	81 ans
27 Mai	Elise LE PADELLEC	87 ans

JUIN 2026

17 Juin	Dominique LE HINGRAT	71 ans
19 Juin	Christiane LE TOUMELIN	78 ans
20 Juin	Jeanne LE MOUELLIC	99 ans
23 Juin	Anne-Marie LE TOULLEC	88 ans
27 Juin	Yvonne LE MOUELLIC	97 ans

Les personnes qui nous ont rejoints

6 Janvier :	Christiane LE TOUMELIN	77 ans
12 Janvier:	Marie Laure POSSEME	63 ans
26 Janvier:	Josette POULIZAC	81 ans
3 Février:	Maryannick LE THUAUT	83 ans
5 Mars:	Yannick ROLLAND	66 ans



Les personnes qui nous ont quittées

10 Janvier:
Louis ROBIC
94 ans

12 Janvier:
Jean LE COROLLER
99 ans

16 Janvier:
Lucienne AINARDI
92 ans

1 Février:
Paulette LE PONNER
92 ans

4 Février:
Noëlla LE PABIC
89 ans

Nous remercions les familles de nous avoir accordé leur confiance

Recette du mois

Recette

GATEAU DE PAQUES



Pâques marque le retour de l'abondance et le renouveau du printemps. Au XIXe siècle, on avait pour coutume de préparer un ribambelle de brioches aux formes et décorations typiques dont le nid de Pâques. Il s'agit d'un gâteau coloré en forme de nid d'oiseau et rempli de friandises à picorer. Le nid, symbole de fécondité nécessitait d'être préparé avec les plus grand soin afin d'accueillir les oeufs apportés par les cloches, le lapin ou le lièvre selon la localité.

Préparation

- Préchauffez le four à 180° et beurrez un moule en forme de couronne
- Mélangez les jaunes d'oeufs avec le sucre
- Faites fondre le chocolat au bain-marie avec le café
- Ajoutez le beurre en petits morceaux, laissez fondre puis mélangez pour obtenir une pâte bien lisse
- Ajoutez ce mélange aux oeufs puis incorporez la farine tamisée
- BAttez les blancs en neige et incorporez les délicatement à la préparation
- Versez la pâte dans le moule et faire cuire 25 à 30 min
- Démoulez sur un plateau et laissez le gâteau refroidir complètement
- Garnissez le centre de petits oeufs et de sujets en sucre colorés

Ingrédients

- 150 gr chocolat noir amer
- 100 gr beurre
- 2 CS farine
- 1 CS café fort
- 4 oeufs
- 100 gr sucre en poudre



Bonne dégustation

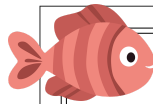
Calendrier

"Certains matins de printemps ont une fraîcheur de grenouille"

Avril 2026

A L'EHPAD

- 8: Récréaferme
- 21: Récréaferme



- 1: Poisson d'avril
- 6: Lundi de Pâques

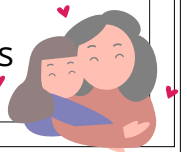


Mai 2026

A L'EHPAD

- 5: Récréaferme
- 7 - 8 ou 9: démonstration de sonneurs
- 19: Récréaferme
- 22: Olympiades
- Ciné-goûter à la médiathèque: "Spirit, l'étalon sauvage"
- 29: répétition spectacle conservatoire

- 1: Fête du travail
- 8: Fête de la Victoire
- 14: Jeudi de l'Ascension
- 29: Fête des voisins
- 31: Fête des mères



Juin 2026

A L'EHPAD

- Récréaferme: sorties à la ferme
- Ciné-goûter à la médiathèque: "un petit truc en plus"
- 5: spectacle conservatoire



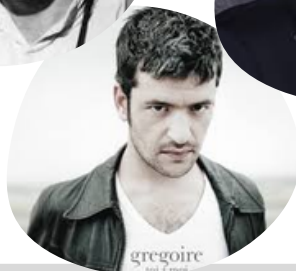
- 6: Loto
- 21: Fête de la musique
- 21: Fête des pères

Atelier “Questions Musique”

Auriez-vous fait aussi bien que nos résidents si vous aviez dû retrouver les chanteurs, les titres et les années de sortie des morceaux suivants?

Thème: Guerrière

• Mireille Mathieu	“Que la paix soit sur le monde”	1976
• Laurent Voulzy	“Liebe man Liebe Frau”	1983
• Florent Pagny	“Savoir aimer”	1998
• Boris Vian	“Le déserteur”	1956
• Renaud	“Le déserteur”	1984
• Jean Ferrat	“Potemkine”	1966
• Michel Sardou	“Vladimir Ilitch”	1982
• Goldman / Frederick / Jones	“Né en 17”	1992
• Enrico Macias	“Le fusil rouillé”	1977
• Gérard Palaprat	“Pour la fin du monde”	1972
• Julien Clerc	“Laissons entrer le soleil”	1970
• Rika Zaraï	“Yervshala'in Shel Zahav”	1970
• Georges Moustaki	“Sans la nommer”	1976
• Ivan Rebroff	“Le temps des Fleurs”	1973
• Bourvil	“Le petit bal perdu”	1961
• Michel Fugain	“Les gentils, les méchants”	1972
• Pierre Perret	“Pour faire une bonne guerre”	2005
• Grégoire	“Toi + moi”	2008



Retour sur le dernier trimestre



Du judo adapté pour stimuler les résidents en EHPAD

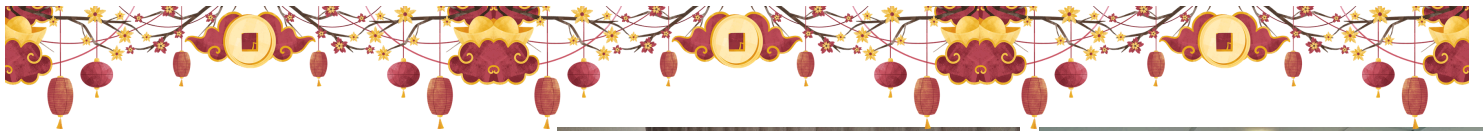
A l'EHPAD, la routine laisse place à une activité originale : une séance de judo adaptée, encadrée par nos 2 Mathieu : l'ergothérapeute et l'animateur sportif. Loin des combats, les résidents pratiquent des exercices doux axés sur l'équilibre, la coordination et la confiance en soi.

Chaque mouvement est ajusté aux capacités de chacun, dans un cadre sécurisé et bienveillant. L'animateur apporte une touche ludique, favorisant la participation et les échanges, souvent ponctués de rires.

Au-delà des bénéfices physiques, cette pratique renforce l'estime de soi et le lien social. Une initiative innovante qui contribue à améliorer le bien-être des personnes âgées au quotidien.



Un rendez-vous toujours très attendu par les résidents de l'EHPAD : les ateliers culinaires. Qu'il s'agisse de préparer le gâteau du goûter ou d'éplucher les légumes destinés au repas du lendemain, ces moments allient plaisir, participation et convivialité.



Toutes les occasions sont bonnes pour rythmer le quotidien et égayer les repas. L'établissement n'a donc pas manqué de célébrer le Nouvel An chinois.

Au menu pour l'occasion : nems, sauté de nouilles aux crevettes et litchis au sirop.





Il n'y a pas d'âge pour goûter aux plaisirs de la fête foraine. Profitant d'un rayon de soleil, l'animatrice Caroline a accompagné les résidents pour une sortie placée sous le signe du jeu et de la bonne humeur, entre tir à la carabine et défi face à Hulk. Une parenthèse festive, agrémentée de croustillons particulièrement appréciés.

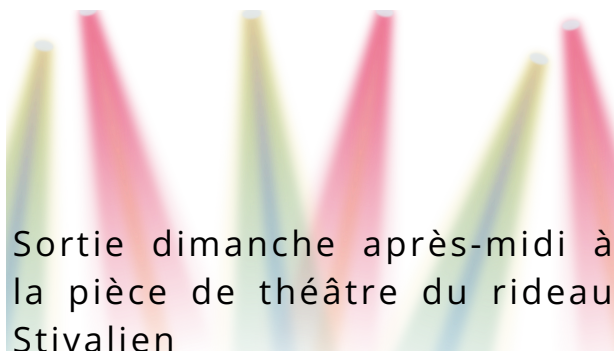




Trois après-midis ont été mené par Leïla, animatrice au Musée de l'Electricité de Guerlédan :

- un premier atelier sur les objets avant la mise en place du courant dans nos maisons, puis leurs remplacements après
- Un second atelier sur la fabrication de circuits électriques
- Le troisième a repris l'histoire du barrage à travers un diaporama

Certains de nos résidents ont eu leurs grands-pères sur ce chantier.



Sortie dimanche après-midi à la pièce de théâtre du rideau Stivalien



A la suite de sorties au Conservatoire de Musique de Pontivy, nous avons été embauchés pour fabriquer un décor pour un de leur spectacle au Palais des Congrès : 120 enfants préparent avec les professeurs, un répertoire sur les chansons des dessins-animés Disney. Nous devons faire le saule pleureur de Pocahontas, les fleurs de Bambi, les mégalithes de Rebelle, un palmier pour Vaiana...tout en pensant à Mulan.

En retour, certaines répétition auront lieu à l'Ehpad, un groupe se déplacera pour la répétition générale au Palais des Congrès le vendredi 29 mai à 14 h, et un deuxième groupe ira voir le spectacle final le 5 juin au soir.



Pluie ou beau temps

Langage & Vocabulaire



Passez d'un mot à l'autre en changeant une seule lettre à chaque fois.

M	A	R	S
A	I	M	E

F	L	E	U	R	S
P	R	U	N	E	S

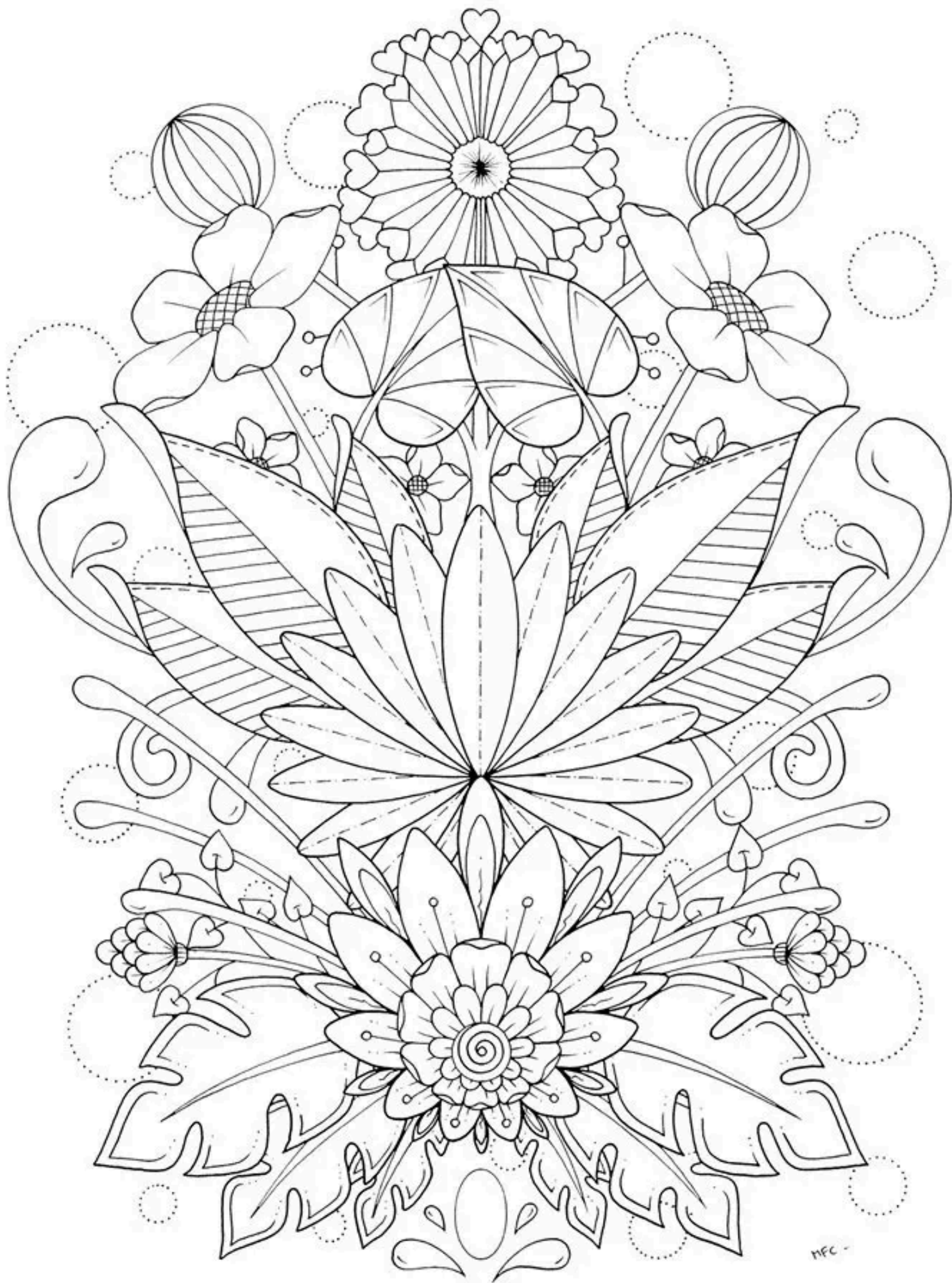
Passez d'un mot à l'autre en ajoutant une seule lettre à chaque fois.

Â	G	E		
N	U	A	G	E

Î	L	E			
		I			
	S				
S	O	L	E	I	L

Reliez ces mots de la météo à leur définition.

- | | |
|-----------------|--|
| la bise ● | ● une petite pluie très fine |
| la brise ● | ● un brouillard léger |
| la giboulée ● | ● un grand coup de vent |
| l'averse ● | ● un vent sec et froid |
| la bruine ● | ● une pluie subite et abondante, de courte durée |
| la brume ● | ● un vent léger |
| la bourrasque ● | ● une averse soudaine, avec parfois du vent ou de la grêle |



MFC -

Jeux Réponses du trimestre dernier



Luc

Chantal

Agnès

Jean

A

- Coupe de Champagne et ses canapés
- Foie gras mi-cuit et confit de figue
- Rôti de bœuf laqué au miel et gratin dauphinois
- Bûche tout chocolat, sauce chocolat
- Café et assortiments aux 3 chocolats

B

- Cocktail sans alcool gingembre et abricot
- Duo de foie gras et gelée de mangue
- Chapon farci aux marrons et aux cèpes
- Panier croustillant de chèvre au miel
- Tiramisu à la crème de marrons
- Café et mignardises

C

- Huîtres de St-Vaast
- Trou normand
- Filet de bar et risotto aux morilles
- Plateau normand : camembert, pont-l'évêque et livarot
- Bûche noix de coco, fruits de la passion
- Café et rocher glacé aux trois chocolats

D

- Champagne blanc de blanc
- Noix de St-Jacques en carpaccio
- Turbot rôti sur fondue de poireau
- Crottin de Chavignol au miel
- Feuillantine chocolat et crème fouettée
- Clémentines

2	1	3	4	6	7	5	8	9
4	5	7	1	8	9	2	3	6
6	8	9	2	3	5	7	1	4
1	3	2	6	4	8	9	5	7
7	4	6	9	5	1	3	2	8
5	9	8	3	7	2	4	6	1
3	7	5	8	9	6	1	4	2
9	6	1	5	2	4	8	7	3
8	2	4	7	1	3	6	9	5



3	1	2	4	8	5	6	7	9
4	6	8	3	9	7	1	2	5
5	7	9	1	2	6	8	4	3
1	3	4	2	5	9	7	6	8
2	8	5	6	7	3	4	9	1
6	9	7	8	1	4	5	3	2
8	4	6	5	3	2	9	1	7
7	2	1	9	4	8	3	5	6
9	5	3	7	6	1	2	8	4





LE CCAS DE
CLÉGUÉREC
VOUS INVITE



olympiades inter générations 2026



VENDREDI 22 MAI 2026, À PARTIR DE 11H30



SALLE DES
SPORTS DE

Cléguérec
Klegereg



02.97.38.11.64

animation@ccas-clequerec.fr