



Alpes Himalaya

Actions Année 2017

Sommaire :

- Editorial - p3
- Points forts année 2017 - p4
- Notre mission première :
 - Les parrainages/Région de LEH - p5
 - Région de l'Himachal Pradesh - p15
- L'été 2017 au village de Tangso
 - Les élèves de la middle school - p6
 - Construction de l'internat - p10
 - Petite leçon d'hygiène - p12
 - Nettoyage puits de lumière - p13
 - Bilans financiers ZSA - p14
- Soutien à la médecine tibétaine
 - « Santé Zanskar Himalaya » - p16
- L'été 2017 Vallée de la Lungnak
 - « LVS en action » - p17
- Partenariat avec le MTK
 - Visite du Dr TSULTRIM Kalsang - p18
- Manifestations en France
 - Soirée tibétaine annuelle - p23
- Quels projets pour 2018 ?
 - Projet théâtre/Clown - p24
- Courriers du toit du monde
 - Migration des jeunes du CIBS - p25
 - Losar, nouvel an au Ladakh - p26
 - Parcours d'un ancien filleul - p28
- Aventure et émotions :
 - à vos plumes !!
 - Mon voyage au Zanskar - p29
 - Voyage découverte - p33
 - Retour au Zanskar, émotions! - p37
 - Le temps d'une rencontre - p39
 - Voyage d'un solitaire - p40
- La vie de l'association
 - Les achats d'articles tibétains - p44
 - Les événements - p45
 - Rapport moral AG 2016- p46
 - Rapport d'activité AG 2016 - p50
 - Rapport financier AG 2016 - p53
 - Outils de communication - p58
 - Bulletin d'adhésion - p58



PARTAGER SA LECTURE !!!
 Donnez moi au lieu de me jeter
 ...Ou me retourner à Alpes Himalaya.



Photos de Françoise GIROND - Alpes Juillet 2017

EDITORIAL



L'année 2017 est terminée. Elle nous a amené du travail quasi ininterrompu du début à la fin. En janvier déjà l'ancien headlama du monastère de Muné est venu en Dauphiné, aidé par l'association Hoka de notre membre Suzy van Antwerpen. Il a travaillé sur beaucoup de fronts, notamment en m'assistant pour les animations « mandala » dans les écoles et des associations. Nous avons accueilli en février notre ami de longue date, Géshé Ngawang Junjup, philosophe bouddhiste et en avril lama Tsewang de Lingshed et Sonam Dorjé, député de la région de Lingshed. Conférences, animations scolaires, séances de méditation et fabrications de mandalas se sont succédées, mais aussi de belles sorties dans nos montagnes d'abord hivernales puis printanières.

Au milieu de tout cela notre Assemblée Générale très animée s'est déroulée le 10 mars, avec beaucoup de monde et la grosse soupe tibétaine faite par Dorjé Lurap, qui a finalement obtenu une carte de séjour pour 10 ans. Nous étions tous contents pour lui.

En mai la Foire Bio du Murier n'était pas vraiment un succès, mais en juin l'Ecofestival de Lumbin, 2 jours, nous a attiré beaucoup de visiteurs.

Mais l'attraction de cet été était la venue du Dr. TSULTRIM Kalsang, botaniste et docteur de la médecine tibétaine, qui voulait connaître la flore alpine et étudier le pouvoir de guérison de nos plantes. Donc dès son arrivée fin juin, nous l'avons emmené dans nos montagnes : d'abord l'écofestival de Méaudre et la floraison du Vercors, une visite à la ferme bio/éco de l'Espinasse, où notre amie Brigitte Merendao et son mari Fernando produisent crèmes et huiles essentielles avec les plantes de leur jardin. Puis nous sommes montés 2 jours sur la chaîne de Belledonne avec beaucoup de membres.

Après, ce fut l'exploration de la Chartreuse, grâce à notre médecin et « amchi » locale Aline Mercan, fraîchement revenue d'un séjour en Mongolie. Passant par les Bauges et le pays du Mont Blanc, nous nous sommes déplacés dans le Dévoluy, le pays de Digne, le Diois, le Conservatoire de Gap et la vallée de la Durance. Puis pour finir en beauté, ce fut l'Oisans avec la visite du Jardin Alpin du Lautaret en floraison optimale et une montée vers la Meije. Un article à l'intérieur vous donnera des détails.

En juillet et début août sont parties les missions pour l'Himalaya. D'abord Chloé et Hervé puis Cécile et pour finir Françoise et Anne. Ils ont beaucoup à raconter surtout Françoise, qui après l'Himalaya a fait un grand et beau voyage à travers la Russie, la Mongolie, la Chine vers le Tibet pour finir par le Népal, et nous est revenue fin novembre. On attend avec impatience son film.

En septembre Tangso était aussi visité par un jeune couple d'agriculteurs de l'Allier, Thibaut et Anaïs Petitcolin, qui étaient en train de reprendre en France une ferme/accueil avec 60 chèvres et moutons. Ils désiraient une collaboration avec des fermes à yacks.

Pendant le trimestre d'automne c'est Cécile et moi-même, assistées par un CA élargi très appliqué, qui avons dirigé l'association et organisé les nombreux événements. D'abord le troisième Ecofestival de l'été à Albenc, début septembre, puis, fin novembre une grande soirée tibétaine à St.Nazaire les Eymes avec plus que 150 visiteurs, les récits des missions, les vidéos de trois jeunes membres Vincent, Maya et Arthur et le superbe film de Caroline Riegel « Les Semeuses de Joie », Caroline était présente. Nous avons apprécié la fameuse soupe tibétaine, la thoukpa préparée par notre ami Dorjé Lurap.

La soirée était organisée dans le cadre des « Semaines de la Solidarité Internationale en Grésivaudan ». Dans le même cadre était organisée la création d'un mandala géant (5m x 5m) à Emmaüs au Versoud. Le thème était « les migrants traversant la Méditerranée, cherchant refuge en Europe ». Comme tous les ans nous avons terminé avec un grand et beau stand au Salon Naturissima/Artisa du 28 nov. au 3 dec. Beaucoup d'intérêt pour nos projets, des adhésions, des parrainages et une vente satisfaisante.

Alpes Himalaya fait toujours partie du CA de la MNEI, est toujours hébergée par Jeunes et Nature et a des bons contacts avec plusieurs autres associations (Hoka, femmes d'Himalaya, Santé Zanskar Himalaya, Grains de Sable Graines de Sagesse,etc).

Un grand merci à tous ceux qui nous hébergent, aux membres du Bureau et du CA, à tous les bénévoles, mais surtout à nos marraines/parrains, dont la générosité assure la pérennité de l'association Alpes Himalaya.

Une pensée pour le Tibet toujours étouffé par le gouvernement chinois.

Djulé, djulé- tashi delek

Catherine Hamburger, présidente

Les points forts de l'année 2017

Notre mission première : les parrainages	p.5 à p.14
L'été 2017 au village de Tangso	p.6 à 14
Soutien à la médecine tibétaine	p.16
LVS en action	p.17
Visite du Dr TSULTRIM Kalsang / Institut Men-Tsee-Khang	p.18 à 22
Courriers du toit du monde - rédigé par nos filleuls	p.25 à 28
Aventure et émotions - rédigé par nos parrains	p.29 à 43
La vie de l'association	p.44 à 58

C'est le 4 août que démarre pour Anne, Cécile et Françoise la grande aventure « ZANSKAR 2017 »

Une grande première pour Anne très excitée à l'idée de tout ce qu'elle va découvrir au cours de cette magnifique virée (p. 29)

Notre séjour commence par un temps d'adaptation à l'altitude durant 5 jours à Leh (3500m) où nous nous affairons : activité « achats pour l'association » par Cécile et Anne, toutes deux très performantes en la matière (p. 44), activités « rencontre de filleul(e)s » par Françoise, et toutes 3 réunies, à des visites de personnes ou sites importants pour l'association. Nous retrouvons à Leh Rémi et Catherine, amis de longue date. Françoise avait rencontré Rémi pour la toute première fois au village de Tangso, Rémi penché sur ses micros à l'affût de sons hors du commun, avec lequel elle a gardé de très bonnes relations. Nos deux amis ont participé à l'acheminement de nos parrainages jusqu'à Leh et nous les en remercions, nos deux amis poursuivront leur route sans nous. Le 9 août nous trois choisissons de rejoindre le Zanskar par le chemin de trek à travers le Ladakh par Lingshed : paysages montagneux toujours aussi merveilleux !! Ensemble nous avons opté pour la formule « façon locale » : « homestay » (chez l'habitant), nuitées en « teashop » ou sous une bâche, accompagnement par nos amis locaux. Puis au Zanskar, de Padum jusqu'au village de Tangso, nos nombreux arrêts dans les divers villages et le monastère de Phuktal nous permettent de faire le point sur grand nombre de nos filleuls majoritairement originaires de cette vallée (la vallée de la Lungnak). Arrivées le 20 août au village de Tangso, le temps de faire : le point sur les enfants scolarisés à l'école du village et sur les internes avec « séquence photos de classe et d'élèves », un cours d'hygiène auprès des écoliers (p. 12), un nettoyage des puits de lumière des salles de cours (p. 13), la visite de nombreuses familles à Sking, à Tangso et à Shankar, déjà Cécile est sur le départ, c'est le 24 août et bientôt le festival de l'Albenc et la rentrée scolaire en France (Cécile est enseignante). Surprise-surprise !! Cécile ne fera pas la route seule, nous venons de retrouver Rémi arrivé au village de Tangso. Après une séquence découverte « doksa » avec Anne, Françoise, Anaïs et Thibaut (éleveurs français de passage à Tangso) et l'originalité d'une nuitée sous bâche dans les alpages (génial !!!), c'est le temps pour nous d'un meeting avec les villageois et de meetings financiers avec le président et le trésorier de « Zanskar Sorig Association ». Le 27 août, le temps est venu de prendre la route vers Manali, puis Dharamsala et enfin Delhi (Majnu Ka Tilla). Et c'est alors un long parcours avec de nombreuses rencontres de filleuls : l'internat de Manali, les élèves de HBS, différentes familles et étudiants à Manali, notre ami amchi Lotos et sa femme Passang. Puis à Dharamsala et ses environs : notre étudiant à l'UTCV, les petites nonnes à Dolma Ling Gompa, les étudiants venus nous rendre visite depuis Jammu, nos amis du Men-Tsee-Khang et quelques achats pour l'association. Le 6 septembre, après les derniers achats à Majnu Ka Tilla, c'est le départ de Anne vers la France depuis Delhi. Françoise restera à Majnu Ka Tilla 3 jours pour y rencontrer tous les étudiants inscrits dans des Universités « à proximité » de la capitale et rédiger son rapport de mission avant son départ le 9 septembre vers Moscou mais là c'est une toute autre aventure qui se prépare !!!!

*Anne Rault (commission vente/achat)
Cécile Guilloux (secrétaire) et
Françoise Giroud (vice-présidente)*

Dans les pages suivantes vous trouverez des informations sur l'ensemble de nos filleuls.

Notre mission première, l'âme de notre association :

Les parrainages : la région de LEH / Ladakh

Il faut bien 5 bonnes journées pour pouvoir s'accorder un temps de parole et d'échange avec chacun de nos filleuls dans la région de LEH, soit un total de 20 étudiants répartis sur 4 sites : Leh, Choklamsar, Shey et Phey et 7 établissements scolaires : Gvt School Leh (2), LMS (2), CIBS (10), KV School (1), DPS (1), WLSchool (2), BVS (1) et SECMOL (1). Avec la surprise de découvrir que sur le total des jeunes : deux jeunes filles placées dans des familles sont en difficulté scolaire, deux jeunes garçons ont quitté leur établissement scolaire, l'un est rentré au Chang Tang (difficulté pour nous car il faut un permis pour accéder à cette zone et nous n'en aurons pas le temps), l'autre est parti dans un village plus lointain dans la vallée de Shakti (ce que nous n'apprendront malheureusement que trop tard, càd en arrivant au village de Tangso). En résumé : de nombreuses visites sur sites, de nombreux rendez-vous d'étudiants en ville, dans notre guest house, un temps de recherche non négligeable

Ajouter à cela, la rencontre d'un bon nombre d'étudiants de JAMMU qui durant leurs vacances universitaires sont à Leh pour un travail saisonnier. Nous avons maintenant pour habitude de retrouver ces jeunes gens dans le bureau de l'agence de notre ami STANZIN Chotaks « Djule Adventure », agence qui leur procure un tel travail saisonnier (guide, *helper*, cuisinier). Chotak joue un précieux rôle de relais (relationnel et bancaire) auprès de tous nos étudiants de JAMMU. Nous lui exprimons ici nos plus vifs remerciements.

L'été 2017 au village de Tangso

Les élèves de la Middle School du village de Tangso



43 enfants scolarisés :

- 1 Class 7 (eq primaire 5^{ième})
- 7 Class 6 (eq primaire 6^{ième})
- 6 Class 5 (eq primaire CM2)
- 6 Class 3 (eq primaire CE2)
- 10 Class 2 (eq primaire CE1)
- 7 Class 1 (eq primaire CP)
- 6 Class KG (eq maternelle)

kindergarten (jardin d'enfants)
dont 30 enfants en internat
2 élèves absents sur les photos.

Les 2 instituteurs privés :



STANZIN
Gombo

STANZIN
Gyatso



Class 7



Class KG

Class 6



Class 5



L'été 2017 au village de Tangso

Les élèves de la Middle School du village de Tangso

Class 3

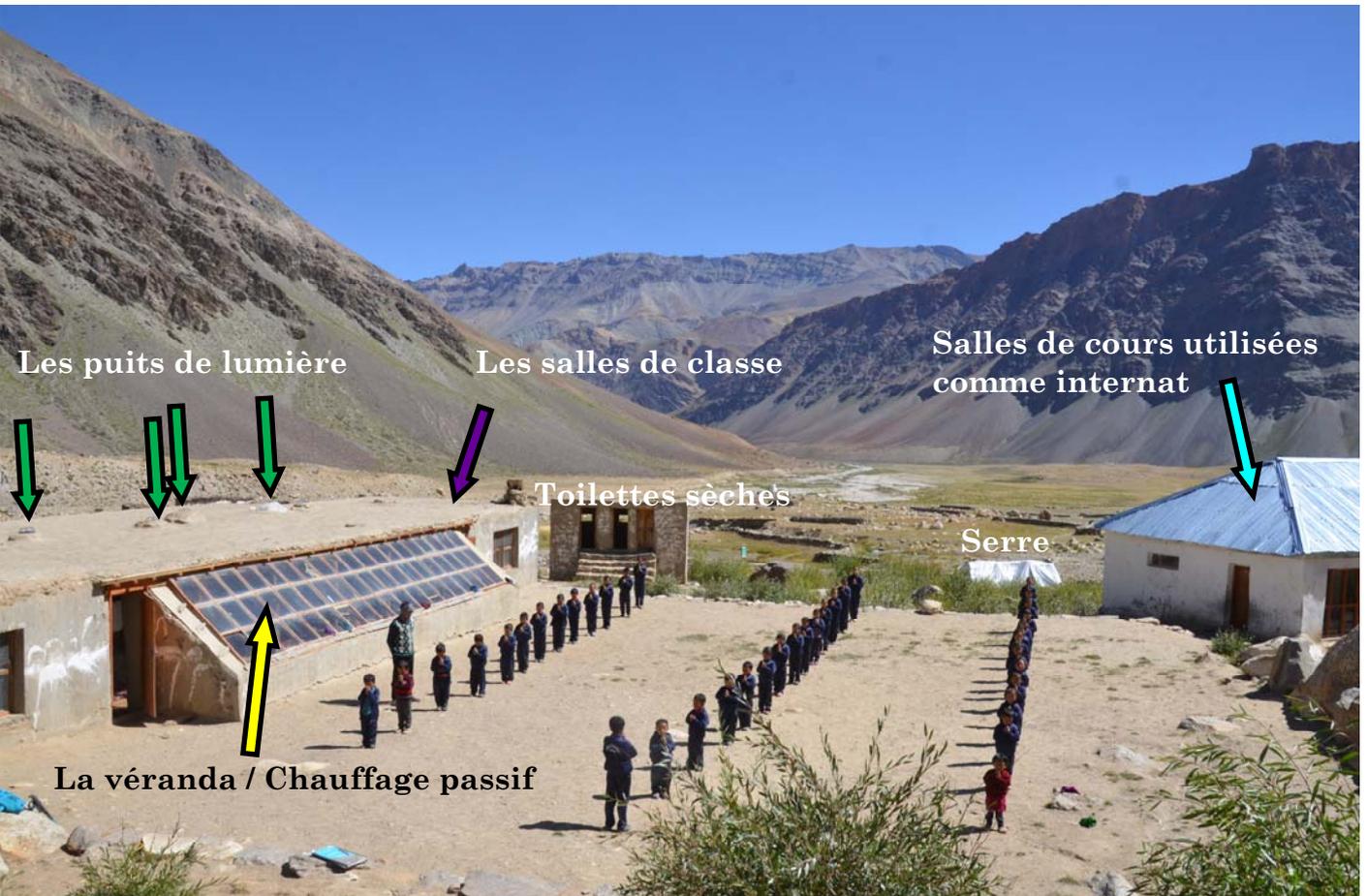


Class 2



Françoise Giroud, vice-présidente

Class 1



L'été 2017 au village de Tangso

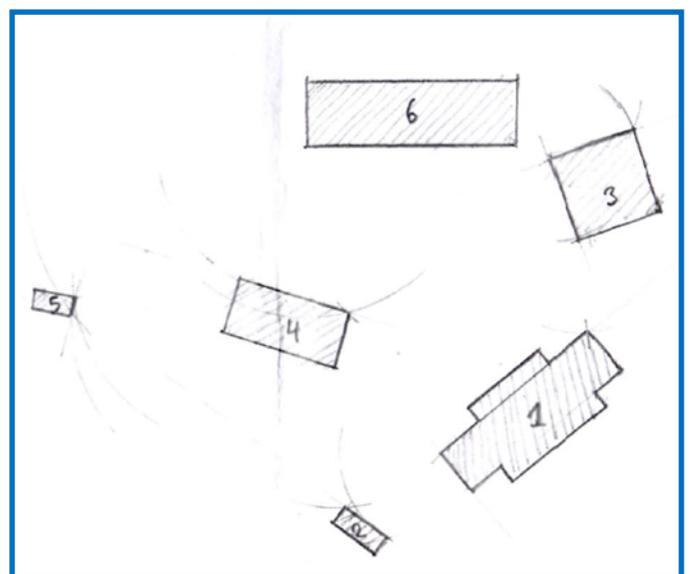
La construction du nouvel internat

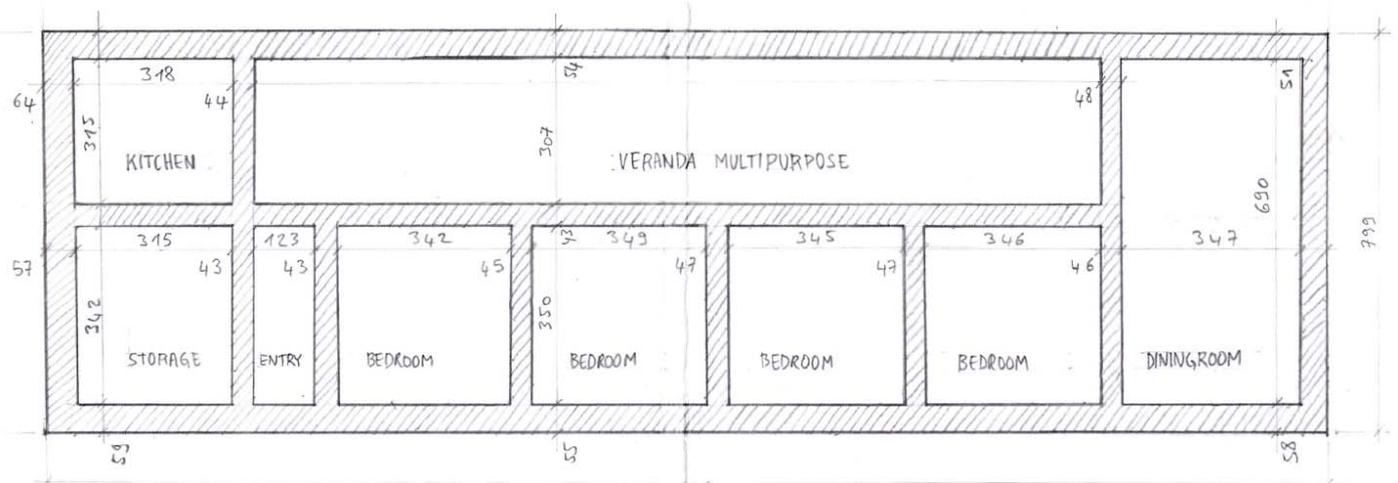
En 2016, sur les 24 élèves internes, 19 étaient logés dans l'internat actuel et 5 étaient accueillis dans des familles. En 2017, le nombre d'internes a augmenté, maintenant nous comptons 30 élèves. « Zanskar Sorig Association » (association locale) a donc entrepris des démarches auprès du gouvernement indien pour obtenir une aide financière pour la construction d'un véritable internat. Il se trouve que l'aide promise par le gouvernement indien ne sera pas suffisante pour accomplir l'ouvrage dans sa globalité. ZSA demande à Alpes Himalaya de bien vouloir accorder une aide spéciale pour contribution à la réalisation de cet ouvrage.



Situation du nouvel internat par rapport à l'ensemble du groupe scolaire :

- Bât 1 Salles de classe
- Bât 2 Toilettes sèches
- Bât 3 Bâtiment administratif
- Bât 4 Internat actuel
- Bât 5 Salle de bain
- Bât 6 Fondations du futur internat





Les plans de l'internat ont été réalisés le 9 août 2017 par Caroline Charvet, étudiante en architecture, EPFL, Lausanne. Ce mois de juillet 2017, Caroline a pu participer, par notre intermédiaire, en tant qu'enseignante à une école d'été sur les constructions de terre à l'école SECMOL, Leh. En août Caroline a accepté de faire un détour par Tangso pour étudier l'avancement des travaux de construction du nouvel internat.



A l'internat les enfants sont chouchoutés par notre charmante maîtresse d'internat comme par une vraie mère.



L'été 2017 au village de Tangso

Petite leçon d'hygiène à l'école de Tangso

Avec Cécile nous avons pratiqué une petite séance d'hygiène nasale avec les enfants de l'école, constatant que beaucoup d'enfants avaient la goutte au nez, voire des petites chandelles pour être plus imagé.

Nous avons montré à chacun d'eux qu'il suffisait de faire couler un peu d'eau dans une narine, en fermant l'autre narine, et vider ensuite d'un fort coup d'air, et vice et versa,

ET HOP.

Les voies respiratoires sont bien dégagées et le visage plus agréable à regarder.



Un par un, chaque enfant a fait cette petite manipulation au seul filet d'eau courante qui coule dans la cour; cela ressemblait à un jeu. Ce jeu fut renouvelé chaque matin et impulsé par la dame qui s'occupe de l'internat les jours suivants. C'est ainsi que nous avons eu des petites frimousses bien nettes chaque matin et si un minois ne paraissait pas net, nous donnions la direction du point d'eau pour faire « nez net » !!!



Anne Rault

L'été 2017 au village de Tangso

Nettoyage des hublots des puits de lumière

Nous n'étions pas trop de 6 pour 1) démonter, 2) nettoyer et réparer et 3) remonter les hublots des 4 puits de lumière qui permettent d'éclairer les salles de classes de l'école du village de Tangso et pour prendre les photos !!



Photos de Françoise Giroud



**Pense-bête
pour une prochaine fois :
ramener deux hublots de
rechange, car il y en a
aussi un de cassé sur le
toit !!**

***Merci aux participants :
Cécile, Anne, Rémi,
Anaïs et Thibaut.***

L'été 2017 au village de Tangso

Bilans financiers Zanskar Sorig Association

Ecole du village de Tangso : bilan budget 2016/2017 & budget prévisionnel 2017/2018

	2017/2018		2016/2017	
	45 élèves		43 élèves	
	33 internes		30 internes	
	Total 9150 €		9 100 € = 655 200 INR	
			Change : 1€ =72 INR	
	P		D	P
1 Salaires des deux instituteurs	2 759 €	200 000 INR	210 000 INR	200 000 INR
2 Vacation d'hiver	414 €	30 000 INR	32 880 INR	30 000 INR
3 Fournitures pour les élèves et transport	690 €	50 000 INR	33 187 INR	30 000 INR
4 Transport et nourriture des instituteurs	414 €	30 000 INR	39 519 INR	30 000 INR
5 Complément de salaire du cuisinier du midi	207 €	15 000 INR	15 000 INR	15 000 INR
6 Salaire du cuisinier de l'internat	807 €	58 500 INR	56 000 INR	58 000 INR
7 Maitresse d'internat	869 €	63 000 INR	53 000 INR	63 000 INR
8 Remplacement de bâche pour serres des villageois	276 €	20 000 INR	20 000 INR	20 000 INR
9 Picnic annuel des élèves	55 €	4 000 INR	3 500 INR	4 000 INR
10 Matériel de tricot et couture + uniformes	621 €	45 000 INR	33 950 INR	40 000 INR
11 Nourriture pour l'internat	966 €	70 000 INR	78 949 INR	50 000 INR
12 Dépenses diverses	961 €	69 700 INR	28 898 INR	64 800 INR
	9 037 €	655 200 INR	604 883 INR	604 800 INR

P = prévisionnel / D = dépense effective

Internat de Manali et école SVM : bilan budget 2016/2017

Ecole/Internat MANALI 2016/2017 (Début Mars 2016 > Fin Février 2017)					
RECETTES		DEPENSES 2017	DEPENSES 2016	DEPENSES 2015	
		Change moy 1 € / 72,5 INR	Change 1 € / 70 INR	Change 1 € / 69 INR	
		19 Etudiants	15 Etudiants	10 Etudiants	
ALPES HIMALAYA ASSOCIATION	551 362 INR	Frais scolarité	233 562 INR	201 300 INR	78 600 INR
		Bus	8 492 INR		
		5 Etudiants			
		4 pièces à 1500/mois/pièce soit 6000 par mois	84 000 INR	102 000 INR	64 400 INR
Cours Bodhi 2016 : 700 €		SUNITA (maitresse d'internat) 5000/mois - 13 mois	65 000 INR	80 000 INR	65 000 INR
		Nourriture	83 579 INR	41 858 INR	40 130 INR
Parents	132 000 INR	Nourriture (végétaux)	20 506 INR	13 172 INR	12 931 INR
		Lait quotidien	8 200 INR	2 500 INR	600 INR
Relicat Février 2016	29 521 INR	Gaz pour la cuisine	20 620 INR	8 190 INR	17 700 INR
		Electricité	6 429 INR	3 628 INR	2 742 INR
		Transports	4 070 INR	2 062 INR	7 540 INR
		Téléphone mobile			150 INR
		Divers	44 832 INR	5 771 INR	9 513 INR
		Sonam Dolma	12 000 INR	12 000 INR	
		Tsomo	11 174 INR		
		Bus Tsomo	2 000 INR		
		Diskit	12 000 INR	11 850 INR	
		Cours de Bodhi		35 000 INR	
		réserve SUNITA	75 000 INR	34 140 INR	
	712 883 INR		691 464 INR	553 471 INR	299 306 INR
Balance	21 419 INR				
	305,99 €				

Notre mission première, l'âme de notre association :

Les parrainages : la région de l'Himachal Pradesh

Notre date de départ du village de Tangso, descente sur Manali, correspondait exactement à la fin des vacances des étudiants de Manali : « petites vacances » de 15 jours pour les 19 étudiants de l'internat auto-géré par Zanskar Sorig Association et « grandes vacances » de 2 mois pour les 6 étudiants de HBS. Nous aurons donc la joie de faire le trajet de retour de Tangso à Manali avec certains d'entre eux en 2 longues journées avec notre accompagnateur hors-pair STANZIN Namzek (frère de Ytok, moine à Karnataka qui terminait également ses vacances).

Cette année nous avons eu la surprise de l'arrêt de scolarisation pour 3 jeunes filles : une grande fille Diskit qui est maintenant mariée et venait d'avoir un bébé, et deux plus jeunes, Chodon et Ningsal, qui sont parties en nonnerie à Dolma Ling Gompa, près de Dharamsala. Choix des jeunes filles ou obligation traditionnelle Qui sait ?

A Manali, le temps de faire un détour par l'internat auto-géré, par l'école HBS, de visiter notre ami amchi Lotos et sa femme Passang et leur fille Kinzom (parrainée), de retrouver la jeune Diskit qui a arrêté ses études et qui travaille afin de pouvoir subvenir aux besoins de sa maman malade, et de sa sœur qui poursuit ses études à Jammu ... et nous voilà parties pour Dharamsala.

A Dharamsala nous avons rendu visite à Shakgya scolarisé à l'UTCV. Si les classes de cours nous sont apparues très correctes, il est à déplorer l'état d'insalubrité de l'internat dans lequel il vit. Incroyable de rencontrer un garçon si bien tenu de sa personne et si souriant, vivant dans un lieu aussi morbide (et ce n'est pas peu dire !!!).

Une longue visite à Dolma Ling Gompa, accompagnées de Rigtol le frère de Ningsal, nous a permis de nous rendre compte de la difficulté de comprendre les réelles raisons d'entrée des jeunes filles à la nonnerie. Sur notre route nous nous arrêterons à l'Institut Norbulinka, un lieu de rêve dédié à la sauvegarde de l'art et de la culture tibétaine. Malheureusement c'était un dimanche et les activités artisanales ne sont pas en activité ce jour-là, dommage !!!

Après la rencontre de 4 étudiants venus depuis Jammu, les derniers achats pour l'association et quelques verre de « ginger/lemon/honey », nous terminerons calmement par un massage tibétain à 4 mains au SPA du Men-Tsee-Khang de Dharamsala suivi d'une belle soirée au restaurant avec nos amis médecins du Men-Tsee-Kang. C'est ce qu'il nous fallait pour nous préparer au voyage en bus indien de Dharamsala à Delhi. Que de virages !!!

Majnu Ka Tilla (le village tibétain de Delhi) : après le départ d'Anne, encore 3 jours en Inde pour rencontrer les 5 étudiants scolarisés dans une boucle de 150 kms autour de Delhi.

Au final, au cours de notre mission nous avons rencontré la grande majorité de nos filleuls, excepté certains étudiants de Jammu et les moines du Karnataka.

Françoise Giroud, vice-présidente.

Soutien pour la Médecine tibétaine au Zanskar

Partenariat avec l'association « Santé Zanskar Himalaya »

En date du 26 Juillet 2017 l'Association Santé Zanskar Himalaya a confirmé à l'Association Alpes Himalaya qu'elle lui attribuait une donation d'une valeur de 4 740 € au bénéfice des actions suivantes :

1- contribution au parrainage de 14 étudiants pour un montant de 3 340 € :

sections amchi au CIBS (2)

préparation à des études d'amchi (3)

université médicale (2),

école d'infirmière (5)

préparation au concours d'entrée en école d'infirmière (2)

2- campagne de soins dans la vallée de la Lungnak pour un montant de 600 €,

3- maintien de la médecine tibétaine au village de Tangso pour un montant de 800 €.

Nous les remercions très vivement pour cette collaboration.

L'été 2016 dans la vallée de la Lungnak

Campagne de Amchi STANZIN Tsega - automne 2017
Partenariat avec l'association « Santé Zanskar Himalaya »

Cette année 2017 c'est à amchi STANZIN Tsega qu'a été confiée la campagne de soins automnale dans la vallée de la Lungnak.

Nous sommes fiers de voir que l'un de nos anciens filleul, diplômé du Men Tsee Khang (Leh) depuis maintenant 2 ans, peut s'investir dans des actions aux côtés de notre association.

Avec un budget de 600€ amchi STAZIN Tsega a investi dans l'achat de traitements de la médecine tibétaine pour une somme de 42 580 Rs et a mené une campagne de soins en automne 2017.

C'est durant le mois d'octobre que amchi STANZIN Tsega est monté dans la vallée de la Lungnak pour délivrer ses soins. Il a au total vu 170 patients répartis entre les villages suivants :

- 1) 22/10/2017 - Kargyak : 38 patients.
- 2) 24/10/2017 - Sking : 40 patients.
- 3) 26/10/2017 - Thangso : 35 patients.
- 4) 28/10/2017 - Kuru : 28 patients.
- 5) 29/10/2017 - Testa : 29 patients.

Nos plus vifs et sincères remerciements vont à l'association « Santé Zanskar Himalaya » qui, par leur contribution de 600€, a permis la réalisation de cette mission pour l'achat des traitements de médecine tibétaine et le paiement des chevaux pour le transport de la mission. Nous remercions vivement également notre ami amchi STANZIN Tsega qui a mené haut la main cette mission.



**STANZIN Tsega (Sking)
Traduit par Françoise GIROUD**

L'été 2017 dans la vallée de la Lungnak

LVS students in action

Chers membres d'Alpes Himalaya,

C'est pour moi un immense plaisir de vous parler de la LVS à travers le journal de l'association. LVS (Lungnak Voluntary Students) est une équipe dédiée à la conservation de notre vallée (Lungnak), qui est connue pour sa beauté immaculée et ses paysages à couper le souffle. Puisque la vallée ne change pas beaucoup, les glaciers sur les montagnes sont préservés, les eaux des ruisseaux et des sources sont restées cristallines, le parfum de l'air est inchangé. Ces éléments sont aujourd'hui nécessaires pour tous les êtres vivants sur cette belle terre. Par ailleurs, des traditions ancestrales et la riche culture des peuples ont traversé le temps.

En tant qu'héritiers de cette nature et de la culture de nos ancêtres, nous avons discuté sans relâche avec nos pairs sur la manière d'agir pour préserver l'avenir. En 2011 nous nous sommes mis à l'œuvre plutôt que de râler, en réunissant sous un même toit la plupart de nos camarades qui étudiaient à l'extérieur de la vallée, pour donner une forme et un nom à notre rêve. Tous les étudiants réunis ont montré leur profond intérêt et leur enthousiasme à nommer notre association LVS : étudiants bénévoles de la Lungnak.

Les questions environnementales ont été notre principale devise car l'environnement est le plus fragile et la mère de toutes les créatures sur terre. Depuis ce jour, notre équipe s'est efforcée de protéger l'environnement du moindre débris, dans tous les recoins de notre vallée, de la manière la plus convaincante. Chaque année, nous organisons pendant 15 à 20 jours, dans différents villages, différentes activités et ateliers sur des thèmes comme le respect de l'environnement, l'absence de plastique, l'importance du bio, et l'importance de la culture et de l'éducation. Les campagnes sur l'environnement et la plantation d'arbres dans différents villages ont apporté un changement considérable quant à la prise de conscience des villageois et la protection de la nature. Notre enthousiasme et nos efforts inlassables ont gagné le cœur de tous les villageois et ont vraiment porté leurs fruits. Je suis persuadé que l'esprit de notre équipe n'a jamais dévié de son objectif au cours de ces neuf merveilleuses années, notre travail est apprécié, ce qui motive mon ardent désir de servir la terre nourricière. Alors prenons le taureau par les cornes aujourd'hui pour sauver la terre mère, car demain il sera trop tard.

Je dois dire fièrement à nos amis du monde moderne que nous, membres de la LVS, avons pavé le chemin vers l'air pur, l'eau potable cristalline et les terres vierges, pour vivre sous un ciel bleu, et nous pourrions en récolter les fruits tôt ou tard. En attendant, que notre état d'esprit demeure.

Enfin et surtout, je voudrais adresser mes remerciements à l'association Alpes Himalaya, France, pour son aide financière et son soutien permettant le succès de notre mission.

- 1) J'ai reçu 20 000 roupies de Chospel, notre dernier président
- 2) J'ai obtenu 500 € d'Alpes Himalaya (environ 37000 roupies)
- 3) Nous avons donné 1000 roupies pour chaque village pour faire des poubelles, soit environ 21 000 roupies.
- 4) Écharpe (khatak) dont nous avons besoin à chaque fois
- 5) Nous avons acheté des arbres à Ichar et les avons plantés à Raru. Environ 2000 roupies et 500 pour des frais de voiture
- 6) Nous avons fait faire des autocollants LVS, environ 3500 roupies
- 7) Rafraîchissements lors de quelques réunions et pendant nos missions
- 8) Nous avons acheté un rideau, une prise, du fil, pour le projecteur. Environ 2500 roupies
- 9) Il y a quelques semaines, les jeunes étudiants de la Lungnak ont collaboré avec la LVS et nous leur avons organisé des formations, environ 7000 roupies

Les étudiants de la LVS vous remercient pour votre soutien financier.
Jullay !



STANZIN Sangay (Sking), Président de la LVS - Traduit par Cécile GUILLOUX

Partenariat avec l'institut du Men-Tsee-Khang / Dharamsala

Visite du Dr TSULTRIM Kalsang .-. Responsable du matériel médical au MTK

Depuis plusieurs années, Françoise GIROUD, vice-présidente, entretient des relations régulières avec l'institut du Men-Tsee-Khang de Dharamsala. Au cours d'une de ses récentes visites au MTK, le directeur du MTK, Mr Tashi Tsering Phuri, lui a présenté le Dr TSULTRIM Kalsang comme un visiteur probable en France sur un programme « exploration des plantes médicinales dans les Alpes », programme initié par le Dalai Lama. *Le projet se concrétisa en Juillet 2017*

Biographie



1970 Dr. TSULTRIM Kalsang est né à *Rachu* au Tibet.
 1982 Arrivée en Inde, poursuite d'études au TCV à Dharamsala
 1990 Certification de fin d'études secondaires
 1992 Grade études supérieures scientifiques
 1993 Admis à l'école de médecine tibétaine à Dharamsala
 1997 Diplômé en médecine tibétaine
 1998 Médecin au Men-Tsee-Khang
 1999 Dr de recherche sur matériel médical au MTK
 2003 Affecté au projet de recherche sur les plantes médicinales rares
 2009 Menrampa Degree (MD)
 Nombreux ouvrages publiés .-. Nombreuses visites en europe

Merci à Brigitte MERENDAO
 et son mari Fernando
 Pour leur accueil à
 La FERME LESPINASSE
<http://ferme.lespinasse.free.fr/>



Mardi 27 Juin : Ferme LESPINASSE (Montaud)



Mercredi 28 Juin : Ferme Aromatique (Varces Allières Ricet)

Merci à Anne et Thierry RAULT
 Pour leur accueil à
 La FERME AROMATIQUE DE VARCES
lafermearomatique@yahoo.fr
<https://facebook.com/Lafermearomatique>



Jeudi 29 Juin : Museum de Grenoble (Grenoble)

Merci à Matthieu LEFEBVRE / Botaniste
 Pour la visite exceptionnelle qu'il a organisée à
 L'HERBIER du MUSEUM de GRENOBLE

<https://www.grenoble.fr/lieu/131/137-museum-de-grenoble.htm>



Samedi 1er Juillet : Association Vercors Ladakh (Méaudre)

Merci aux membres de l'ASSOCIATION VERCORS LADAKH
 Pour leur chaleureux accueil, les échanges amicaux, et
 La séquence « découverte de la VERCOUNLINE »
 (la raclette au bleu du Vercors-Sassenage)
 Au plaisir de les revoir très bientôt..

Samedi 1er Juillet et Dimanche 2 juillet : 17^{ème} Foire BIO de Méaudre (VERCORS)



Merci aux organisateurs pour leur invitation à participer à la 17^{ème} Foire BIO de Méaudre.

Merci à tous les membres de l'association qui sont venus aider sur le stand Alpes Himalaya.

Merci à notre membre Renée GUILLOTIN pour l'accueil qu'elle nous a réservé à Méaudre pendant la durée de la foire.

CONFERENCE 1 : « Endangered Tibetan Medicinal Plants : Properties, Culture and Conservation » – Merci à Cécile GUILLOUX pour la traduction.

Lundi 3 Juillet : Herborisation à la Combe de la Cochette (VERCORS)

Samedi 8 Juillet : L'association La Sauge et le Cosmos – Saint-Maximin (BELLEDONNE)



Merci à Simone SARAH CHABERT,
diplômée de l'école d'herboristerie Européenne de Bruxelles
Préparatrice des élixirs mères pour le laboratoire DEVA.
Représentant L'association SAUGE et COSMOS
Pour
la journée d'herborisation à la Combe de La Cochette
et pour
la visite du site de l'association SAUGE et COSMOS à Saint-Maximin
<http://www.lasauge.org/>



Marçdi 4 Juillet :
Laboratoire DEVA (Autrans)



Merci à la société DEVA
en la personne de Brigitte MEYLAN
Pour la visite du laboratoire DEVA
spécialiste des fleurs de BACH
<https://www.deva-lesemotions.com/>

Vendredi 7 Juillet :
Végétal en Vercors (Autrans)



Merci à Lorraine AGOFROY RAYMOND
Spécialiste en aménagements paysagers
Pour la visite de sa pépinière à Autrans
<http://vegetal-en-vercors.blogspot.com/>

Mercredi 5 et Jeudi 6 Juillet :
Refuge des 7 laux (Belledonne)



Merci à tous les membres de Alpes-Himalaya
qui nous ont accompagné pour herboriser sur
le sentier menant au
refuge des 7 Laux depuis le Rivier d'Allemont

Merci à Fabienne DECORET
Pour la visite de son exploitation
PETITS JARDINIERS

Productrice de plantes et
Transformations en produits variés

<https://www.producteurs-plantes-savoies.fr/portfolio/petits-jardiniers/>

Lundi 10 Juillet : Petits Jardiniers (Saint-Pierre de Chartreuse)



Lundi 10 Juillet : **Herborisation et Conférence** (Saint-Pierre de Chartreuse)



GRAND MERCI à Aline MERCAN

Médecin phytothérapeute et anthropologue de la santé

CO-ORGANISATRICE du PROGRAMME de TRAVAIL du Dr TSULTRIM Kalsang Pour ce mois de Juillet 2017

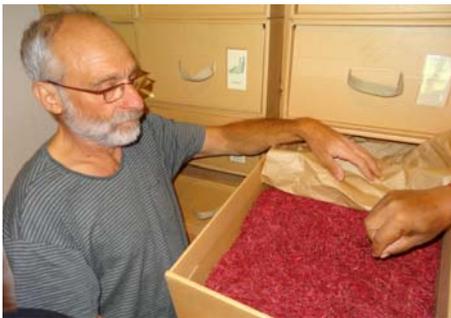
CONFERENCE 2 :
« Sept éléments essentiels des plantes médicinales tibétaines »
Merci à Cécile GUILLOUX pour la traduction.



Marçi 11 et Mercredi 12 Juillet : **Herborisation Saint-Pierre-d'Entremont/Ruchère/Petit Som/Bovinant** (Chartreuse)



Jeuçi 13 Juillet :
L'herbier de la Clappe (Bauges)



Merci à Philippe DURAND
Pour son accueil chaleureux et
la visite de sa ferme
<https://www.lherbierdelaclappe.com/>



Jeuçi 13 Juillet :
Asinerie et plantes du Cul du Bois (Bauges)



Merci à
Jacques VIAL

Pour
Son
accueil chaleureux
la visite du
jardin pédagogique

<http://www.asinerieetplantes.fr/>



Jeuçi 13 Juillet :
Gîte de Landagnes (Bauges)



Merci à Solange RENAUD
Pour son accompagnement
et son accueil chaleureux
au gîte de Landagnes
<http://www.landagnes.fr/>





Vendredi 14 Juillet : Jardin botanique alpin La Jaysinia (Haute-Savoie)

Merci à Christian CHAUPLANNAZ

Responsable technique au jardin La Jaysinia (Samoens) depuis 1983

Pour son accueil chaleureux, la visite du jardin, de sa collection de graines, de son herbier, et pour l'accès au logement dans la maison de la station d'écologie de Jays.

Espace de recherche et de conservation, le jardin botanique alpin a été créé en 1906 et offert par Marie-Louise Cognacq-Jay à sa ville natale. Depuis 1937, le jardin est placé sous la direction scientifique du Muséum National d'Histoire Naturelle. Le jardin conserve des milliers de plantes représentant 2500 espèces des montagnes du monde..

<https://ete.samoens.com/patrimoine-culturel/1/189663-jardin-botanique-alpin-la-jaysinia.html>

Merci à Luc BERNARD

Accompagnateur en montagne
Phytologue-herboriste / Paysan-cueilleur

Pour son accueil chaleureux,
La visite de ses cultures d'edelweiss,
La journée d'herborisation,
L'organisation de la conférence,
et l'hébergement

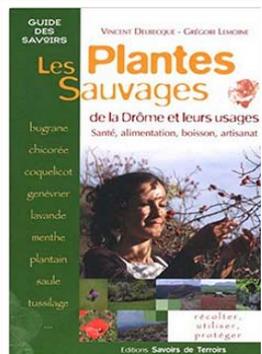
<http://herbierdudevoluy.fr/>



CONFERENCE 3 :
« Sept éléments essentiels des plantes
médicinales tibétaines »
Merci à Aline MERCAN
pour la traduction.



Dimanche 16 et Lundi 17 Juillet : Herbière du Dévoluy (Devoluy)



Mardi 18 Juillet : Boulc (Diois)

Merci à Grégori LEMOINE
Ethnobotaniste

Pour son accueil chaleureux,
l'hébergement,
et la communication de son savoir.



La ferme SOLAURE est une ferme en agro écologie tournée vers les plantes médicinales, l'apiculture et un laboratoire de cosmétiques naturelles



Mercredi 19 Juillet : La ferme SOLAURE (Diois)

Merci à
Claire MONTELISSO et Etienne FOURNIER

Pour leur accueil chaleureux, la cueillette de la lavande et sa transformation, l'hébergement, et la visite de leur laboratoire.

<http://www.solaure.fr/>



Jeudi 20 et vendredi 21 Juillet : Ceillac (Hautes-Alpes)

Merci à Isabelle et Vincent CALVET KELLER
Pour leur accueil chaleureux dans leur superbe
maison de paille (Pelleautier, 05)

et à

Yves FOUQUE (accompagnateur en montagne)
pour la ballade depuis Ceillac.



Jeuđi 20 Juillet :
Jardin et musée de SALAGON (Forcalquier)



Merci à Antonin CHABERT
Pour
la visite commentée des jardins de SALAGON
<http://www.musee-de-salagon.com/>

Vendredi 21 Juillet :
Conservatoire botanique CBNA (Gap)



Merci à Luc GARRAUD, botaniste,
pour son accueil et l'accompagnement dans les
différentes visites : bibliothèque, herbier, collec-
tion de graines, jardin botanique et cultures,
nursérie.

<http://www.cbn-alpin.fr/>

Vendredi 21 Juillet :
Laboratoire HERBIOLYS (Lardier et Valença)



Merci à Benoît ARTICLAUX, gérant d'Herbiolys,
pour la visite du laboratoire et l'organisation
d'une CONFERENCE 4 en ses locaux.

<https://www.herbiolys.fr/fr/>

Dimanche 23 Juillet :
Jardin historique (Mont Dauphin)



Le jardin illustre l'alimentation et le ravitaille-
ment d'une place forte de montagne du XVIIIe .

Merci à Emmanuel BOREL pour la visite suivie
d'une CONFERENCE 5 interactive dans le jardin
<http://www.montdauphin-vauban.fr/fr/jardin-historique>

Lundi 24 Juillet :
L'Argentière-La Bessée (Briançonnais)

Association « Les COLL Buissonnière »
promouvoir, d'une manière générale, la découverte des
produits de la nature et leurs utilisations traditionnelles.



Merci à Dominique COLL
Pour son accueil chaleureux et
la visite du site de DESLIOURES

Lundi 24 Juillet :
Site de DESLIOURES (Briançonnais)

Le chardon bleu, « La reine des Alpes »



Réserve botanique avec le plus grand champ de
Panicaud des Alpes de la région
<http://www.oduch.fr/Paysage/Reserve-biologique-de-Deslioures>

Mercredi 26 Juillet :
Jardin du LAUTARET (Ecrins)



Jeuđi 27 Juillet :
Les glaciers de la MEJE (Ecrins)



Randonnée de découverte des plantes médi-
cinales et alimentaires sauvages
Animée par Aline MERCAN

CONFERENCE 6 : « La médecine tibétaine : ses plantes et
ses usages ». Merci à Aline MERCAN pour la traduction.

Vendredi 28 Juillet :
Festival MESSIAEN (La Grave)

Restaurant « Les Glaciers »
Alain PELLETIER
« Menu de dégustation sauvage » aux saveurs
des plantes récoltées dans la montagne.



FINANCEMENT du PROJET

Samedi 29 Juillet : Florales de Monétier Les bains (ECRINS)

CONFERENCE 7 : « La médecine tibétaine : ses plantes et ses usages » – Merci à Aline MERCAN pour la traduction.

Un total de 7 conférences au cours du séjour du Dr TSULTRIM Kalsang qui nous ont permis de couvrir toutes les dépenses du séjour de notre invité, en complément de toutes les invitations gracieuses et des dons dont nos amis nous ont fait bénéficier.

Nous les remercions tous très vivement du fond du cœur pour la réalisation de ce beau projet.

Manifestations culturelles Alpes Himalaya en France

Soirée Alpes Himalaya du 22 novembre 2017

Environ 150 personnes avaient répondu à l'invitation d'Alpes Himalaya à la salle Cartier Millon de Saint Nazaire Les Eymes, dans le cadre du festival des solidarités 2017.

Tout d'abord Cécile Guilloux et Hervé Servant ont présenté les missions traditionnelles de l'été 2017 au Zanskar : rencontre des élèves scolarisés à Tangso et de leurs enseignants, rencontres avec les élèves plus âgés scolarisés dans divers établissements (Leh, Manali, Delhi), apport de l'argent des parrainages, achat d'articles destinés à être revendus en France au profit de l'association.

Ensuite Vincent Vergez, membre d'une expédition solidaire en hommage aux victimes de l'attentat de Nice de 2016, a commenté le film réalisé à cette occasion.

Des galets peints en bleu-blanc-rouge et ornés chacun du nom d'une victime, avaient été réalisés par les enfants d'une école de Nice. Ensuite le 27 juin 2017, 17 jeunes marcheurs décollaient de l'aéroport de Nice avec, dans leurs sacs à dos, les galets synonymes de mémoire. Quelques jours plus tard ils les déposaient au sommet du Stok Kangri au Ladakh à 6.153 mètres d'altitude.

Très belle manifestation de solidarité.



Puis Caroline Riegel a présenté son film "Les semeuses de joie".

Il y a une dizaine d'années Caroline Riegel faisait la connaissance de onze nonnes bouddhistes de la nonnerie de Tungri près de Padum. Après plusieurs séjours auprès d'elles elle leur avait promis de les emmener pour un grand voyage de découverte, un pèlerinage initiatique à travers leur pays qu'elles ne connaissent pas : l'Inde.

Le film raconte ce voyage au long des grands lieux de pèlerinage bouddhistes en Inde.

Les spectateurs ont été très impressionnés et posèrent beaucoup de questions à la réalisatrice au sujet de la vie de ces nonnes bouddhistes ainsi que sur la parcours de Caroline Riegel.

La soirée s'est terminée avec une dégustation de tchaï et de soupe tibétaine et un partage des desserts apportés par tous.

Quels projets pour 2018 ?

Projet – Juillet 2018

Formation théâtre/clown

Zanskar été 2018

LVS STUDENTS IN ACTION

LVS Students in action

Théâtre et humour au service de l'hygiène, de la santé et de l'environnement

Association Alpes Himalaya

MERCI POUR VOTRE AIDE

Caravane Théâtre

Association Caravane Théâtre

Compagnie L'envol de la baleine

Une action originale de formation innovante pour l'aide aux populations reculées du Zanskar

Financement participatif jusque fin décembre 2018 : <https://www.helloasso.com/associations/alpes-himalaya/collectes/zanskar2018-theatre-et-humour-au-service-de-l-hygiene-et-de-la-sante>

Courriers du toit du monde

Pourquoi les jeunes du CIBS migrent par période dans d'autres villes ?

Comme les oiseaux, les étudiants du CIBS migrent.

Tout d'abord je voudrais vous souhaiter une très bonne année 2018.

Au Ladakh, il y a deux types de « migration » chez les étudiants :

- Premièrement, la migration à long terme, cela signifie que les étudiants vont et viennent pour obtenir un diplôme. Cela prend du temps en fonction des études qu'ils mènent. Ils partent faire un Bachelor ou un Master ou peuvent tout simplement rester au Ladakh. Nous avons aussi des lycées et des universités dans notre région. Mais nous préférons partir car cela nous semble plus bénéfique.

- Deuxièmement, la migration à court terme, ce que nous faisons. Nous partons pour une courte période, disons deux ou trois mois, pendant les vacances d'hiver. Nous avons le choix de rester à Leh ou de rentrer à la maison mais nous avons parfois l'impression de perdre notre temps. Donc nous allons dans des endroits qui ne sont pas communs pour les étudiants Ladakhis. Par exemple, Delhi, Jammu et autres villes en Inde. Nous allons à Varanasi (où Bouddha a tourné la première roue du dharma), ou au sud de l'Inde, où nous avons une immense université monastique. D'autres étudiants du CIBS vont à Delhi, Jammu et autres villes également. Mais un nombre important d'étudiants part à Varanasi et dans le sud de l'Inde.

Vous comprendrez mieux si je vous parle des buts et objectifs de notre université (CIBS). L'institut où nous étudions est unique. Il date de 1959. Il était destiné à préserver la culture unique, la langue, les arts, la danse etc, de cette belle terre appelée Ladakh, parfois « petit Tibet ». Les noms ont changé au fil des époques. L'enseignement de Bouddha a joué un rôle énorme dans le développement de la région. Nous étudions principalement l'enseignement du Bouddha, la science et la religion bouddhiste. Nous étudions aussi le Boti qui est notre langue, la littérature, le système médical tibétain, et les beaux-arts.



Nous devons aller là où nous pouvons atteindre notre objectif. Où pouvons-nous étudier les sujets que nous avons choisis? Nous avons le même institut à Varanasi où nous pouvons étudier ce que nous voulons. En Inde du sud il y a une immense université monastique, cela signifie que nous pouvons étudier l'enseignement de Bouddha de manière plus efficace que dans n'importe quel autre endroit.

Merci beaucoup de nous donner cette belle opportunité. J'espère en faire le meilleur usage possible.

LOBZANG Tsering (Tangso)
Traduit par Cécile GUILLOUX

Courriers du toit du monde

Le Losar, la célébration du Nouvel An au Ladakh

Losar est la célébration du Nouvel An des Tibétains ou des personnes d'origine tibétaine. Il est largement célébré dans tout le Ladakh et le Tibet, principalement célébré dans les états himalayens du Népal, du Bhoutan, du Tibet et de la région himalayenne de l'Inde. La célébration de Losar marque le début de la nouvelle année, c'est la célébration la plus importante du Ladakh.

En Inde, le festival est célébré dans les régions bouddhistes de l'Himachal Pradesh, du Sikkim, de l'Arunachal Pradesh et du Ladakh. La célébration de Losar remonte à la période pré-bouddhiste au Tibet. Fut un temps, quand les Tibétains pratiquaient la religion Bon, où chaque année un festival était organisé, les gens offraient de grandes quantités d'encens pour plaire aux esprits et aux divinités locales.

Au Ladakh, le Losar précède d'un mois la célébration tibétaine. La célébration du Nouvel An ladakhi a ses racines dans l'histoire de la dynastie Namgyal du Ladakh. L'histoire derrière ce festival est intéressante car elle précède la célébration du Losar du Tibet. A l'époque le roi du Ladakh, Jamyang Namgyal, partait en expédition contre les forces du Baltistan. Les oracles du Ladakh lui avaient conseillé d'attendre jusqu'à l'année suivante, car le Nouvel An n'était qu'à un mois de là. Afin d'éviter un malheur pendant l'expédition, il décida de célébrer la nouvelle année avec un mois d'avance. Donc, sa solution à ce problème fut d'avancer la célébration du Nouvel An d'un mois. Depuis il est de tradition de célébrer le Losar le onzième mois de l'année.

Losar est célébré au mois de décembre ou janvier mais la date exacte varie chaque année en fonction du calendrier tibétain, qui est un calendrier luni-solaire. Dans un calendrier lunaire, les dates indiquent les différentes phases de la lune. Le calendrier tibétain est basé sur le soleil et il est composé de 12 ou 13 mois lunaires. Un mois lunaire est un temps entre deux nouvelles lunes successives. Les fêtes du Losar durent sept jours au Ladakh.



Le premier jour, la fête est généralement réservée à la famille, car ce jour-là, la famille se réunit pour célébrer le début d'une nouvelle année. Le deuxième et le troisième jour étant le moment de visiter et d'échanger des cadeaux avec les amis et la famille. Les jours restants, des gens masqués se promènent dans leur village pour s'amuser. À l'occasion du Losar, une réplique du Bélier Bleu en pâte (farine) est offert aux dieux et aux divinités pour commencer la nouvelle année sous leur bénédiction. Les jeunes des villages rendent visite à chaque famille de leur village et chantent une chanson pour le bien-être des familles qui, à leur tour, leur offrent de la nourriture ou de l'argent.

STANZIN Gayphel (Muney)
Traduit par Cécile GUILLOUX



Courriers du toit du monde

Parcours d'un ancien filleul

Je m'appelle Stanzin Sungrap, j'ai 30 ans et suis originaire du village de Cha, dans le Zanskar.

J'ai été parrainé par l'association Alpes Himalaya depuis que je suis rentré en classe 9, et pendant six ans, jusqu'à mon diplôme. J'ai essayé d'entretenir un lien avec mes parrains mais mes lettres sont restées pour la plupart sans réponse.

A la fin de mon Master en anglais en 2010, j'ai tenté de postuler pour des jobs gouvernementaux mais mes demandes n'ont pas abouti. J'avais déjà le souhait, à cette époque, de me lancer dans le tourisme à Leh. J'ai commencé par être guide dans différentes agences. J'ai petit à petit appris ce métier et fait des progrès.

En 2013, j'ai décidé d'ouvrir ma propre agence avec un ami : l'agence Adventure Ibex. Pendant la première année, cette agence se trouvait sur Changspa avant que nous déménagions sur l'Hemis Complex plus près du centre ville. D'année en année l'agence devient plus connue et plus prospère. Notre activité est assez diversifiée. Nous faisons de la location de vélos et de motos, organisons des tours culturels et des treks, des sorties rafting, des descentes du Kardhungla à VTT, etc...

Cet hiver, je devrai suivre une formation d'un mois à Manali pour obtenir un diplôme officiel de guide. J'ai aussi le projet d'apprendre le français pour pouvoir obtenir une nouvelle clientèle au sein de mon agence.

J'ai beaucoup d'autres projets en tête dont d'ouvrir une cafétéria à Leh mais aussi de créer une guest house au Zanskar.



Béné pour STANZIN Sungrap (Cha)

Aventures et émotions

A vos plumes !!!

Mon voyage au Zanskar et à Tangso

Un long voyage qui me tenait à cœur depuis quelques années. Françoise me propose de partir enfin vers cette terre du Zanskar pour aller voir les enfants parrainés par l'Association Alpes Himalaya. En juillet 2017 j'ai eu un avant-goût de ce périple en partageant une grande balade aux Sept-Laux avec notre ami TSULTRIM Kalsang du Men-Tsee-Khang/Dharamsala invité par Alpes Himalaya.

C'est le 3 août que nous embarquons, Françoise et moi, pour Delhi en passant par Londres. Nous transitons dans la ville moite de Delhi jusqu'à l'aéroport national pour rejoindre Leh. Notre vol étant annulé nous partons quelques heures plus tard et c'est Stanzin Chotak, ami précieux, de l'agence *Djulé Adventure*, qui vient nous récupérer à l'aéroport.

Avant de démarrer le voyage nous séparant du village de Tangso, il nous faut quelques jours d'acclimatation à Leh afin que mon corps accepte l'altitude. Néanmoins je me lève deux matins avec un bon mal de tête et c'est seulement après une cure de coca et de doliprane que je me réveille le 3ème jour bien en forme.

Après l'achat d'articles pour Alpes Himalaya et de quelques provisions pour notre voyage, nous grimpons à 2h du matin dans un bus en compagnie de plusieurs voyageurs dont un bébé et avec un chargement de nombreux bagages et cartons sur le toit du bus.

Avec Françoise et Cécile nous sommes assises au fond, entourées de cartons et de balluchons. Après avoir roulé 40 km le bus rentre dans une cour où des villageois attendent. Sept personnes, dont des jumeaux en bas âge, montent alors dans le bus et des balluchons et des bagages sont encore hissés sur le toit. Quand un carton ne rentre plus son contenu est réparti dans les portes du bus. Les femmes parlent très fort dans les aigus et pour nous c'est un 2ème réveil agité. Plus loin deux personnes montent à nouveau et c'est reparti pour une route très chaotique. Encore plus loin, un arrêt pipi s'impose et des gens nous offrent des nouilles séchées aromatisées en guise de déjeuner. Nous repartons ensuite et sommes entourées de mangeuses de chewing-gum faisant claquer des bulles toute les 30 secondes dans un bruitage agaçant. Notre voyage en bus se termine à Kiupa La où Stanzing Dorgé nous attend avec 3 chevaux et nous aide à charger nos bagages.

En route pour la vallée de Lingshed, nous passons notre 1ère nuit au monastère où nous est réservé un bon accueil. Un bon repas nous est servi puis nous montons à Chapskang La pour une descente jusqu'à un tea shop où nous passons notre 2ème nuit. Nous y rencontrons le reporter Frank Charton de « Grand Reportage » présent avec une expédition « Terre d'Aventures » : rien à voir avec notre périple.

Le matin, déjeuner express et départ pour Hanuma La 4710m, une première pour moi. J'y arrive non sans mal, puis bivouac sympa à Nyete 3750m, 3ème repas de dal (lentilles) plus riz et une sauce ; il n'y a pas de dessert au Zanskar mais un pot de miel sur la table fera notre bonheur. Ensuite une vallée très longue pour arriver au tea shop de Hanumil où nous passons notre 4ème nuit dans une très belle guest house avec une dame et ses deux enfants adorables, son mari est en trek; nous mangeons de la toukpa et passons une super soirée avec eux en parlant et chantant. Nous avons deux chambres. Au petit matin nous partons pour Pigmo, village des parents de Tsepel, notre protégé qui était en prison. Nous y sommes très bien accueillis et je goûte au thé au beurre salé.

Passage d'un pont étrange et suspendu au-dessus d'un fleuve tumultueux où une jeep nous attend de l'autre côté.



Arrivée à Padum pour déjeuner avec Thinley de Tangso puis nous nous installons dans une guest house du vieux Padum.

Nous assistons à la journée « independance day » du 15 août avec des danses et des chants, c'est la fête sur la place du village, puis nous passons du temps avec SONAM Chonzon, étudiante très attachante qui a des difficultés d'élocutions.

Nous avons aussi la surprise de retrouver Angla, un protégé de Françoise, guide qui manage une équipe de japonais à Pipiting. Afin de pouvoir passer un petit moment avec Angla, le directeur de l'hôtel qui héberge le groupe de japonais et que nous avons rencontré au taxi stand, propose de nous emmener gracieusement à son hôtel 4**** où nous passerons un moment agréable, une soirée un peu décalée. Nous y rencontrons aussi Véronique de l'association AaZ avec qui nous partageons nos expériences au Zanskar et nous passons un petit moment avec Angla.

Nous visitons aussi l'hôpital amchi tout neuf de Padum et y rencontrons un médecin amchi : très instructif sur les maladies récurrentes que les médecins soignent le plus souvent et qui sont causées par le manque d'hygiène et une alimentation pauvre en légumes. Nous visitons l'école de Stongde où quelques filleuls d'AH sont scolarisés.

Un passage par la nonnerie de Tungri où nous rencontrons Caroline Riegel et des bénévoles de l'association Niyamdu Dro qui installent l'électricité. Je fais connaissance avec Jean-Francois Coutrieux, un membre très actif de cette association.

6ème et 7ème nuit à Padum, rencontre de l'inspecteur des écoles.

8ème nuit à Mune Gompa,

Nous dînons et les jeunes moines font un spectacle de jonglerie sur la terrasse; Nous n'avons qu'une chambre et comme je ronfle trop Cécile va dormir à l'extérieur sur la terrasse !!!

Au petit matin nous allons voir Suzy qui gère une guest house tout près du monastère, le jardin est superbe, et l'habitat très coquet. Puis nous partons en jeep pour Anmu fin de la route où nous avons rendez-vous avec un horseman et ses chevaux; mais personne !!! aussi nous patientons, buvons et mangeons. Françoise et Cécile décident de partir dans le village voisin chercher de l'aide pendant que je garde les bagages et apprends le ladakhi avec les enfants présents, mais aucun horseman n'est disponible au village. Enfin une jeep arrive et son chauffeur est le papa d'un filleul ! Françoise discute avec lui et il nous organise un portage avec les nonnes de la nonnerie voisine qui transportent déjà matelas, bouteilles de gaz, vitres en plus de nos bagages, c'est énorme !!! elles y arrivent en faisant des allers retours, un portage mémorable.

9ème nuit à Cha où nous dormons chez les parents de Sungrap, copain de Béné amie de Françoise que nous avons croisés à Leh.

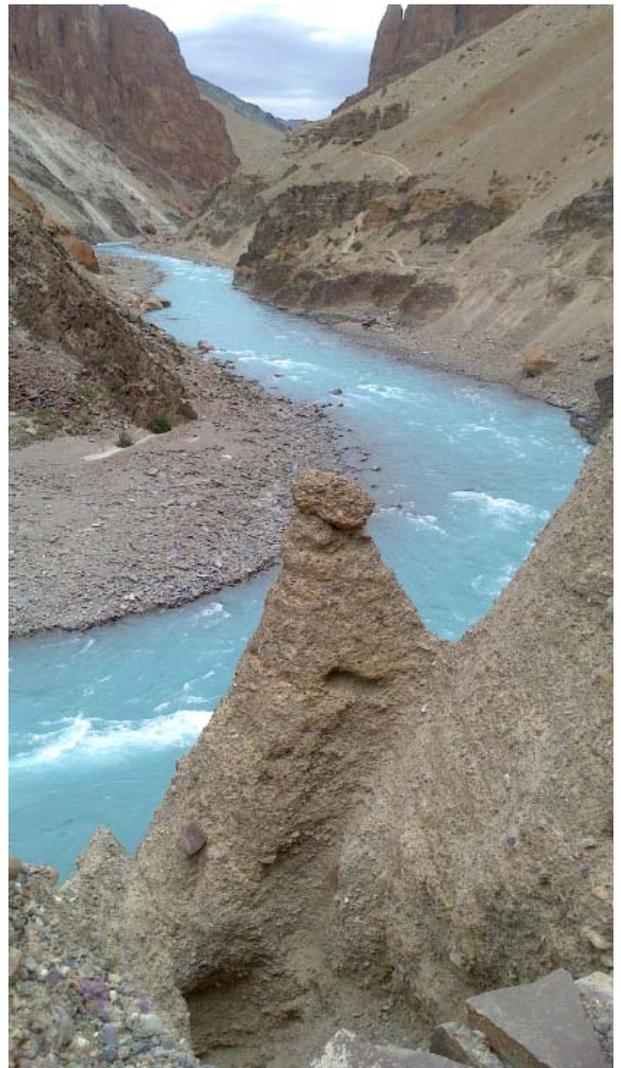
Nous n'avons pas de chevaux pour le lendemain, par chance l'expédition qui est dans le village n'a pas besoin des leurs car ils vont à Phuktal à pied. Nous négocions pour disposer de 2 chevaux juste pour cette journée là, histoire d'arriver à Phuktal à moindre effort.

Rencontre avec notre filleule STANZIN Deskyong (sœur de Sungrap) qui nous annonce qu'elle est malade : l'association n'avait pas trop de ses nouvelles, elle est restée durant 4 années au même niveau d'études à Jammu, sans conclure du fait de ses problèmes de santé. Nous l'informons que nous arrêtons son parrainage.



Arrivées à Phuktal, comme il n'y a plus de place au monastère, nous passons la nuit à la guest house du monastère, puis visite du village voisin Yugar pour voir Skalden. Le village est un peu désert, c'est la saison des moissons et les villageois sont en train de trier l'orge sur la place.

De retour de l'autre côté de la Tsarap, nous montons au monastère et visitons les salles secrètes de prières. Nous sommes invitées pour dîner le soir par STANZIN Sangay et STANZIN Dawa, deux jeunes moines que nous parrainons, qui nous préparent des chapatis aux épinards. Grande discussion sur l'avenir avec l'oncle lama de Dawa venu en fin de soirée.



10ème nuit.

Départ pour Testa, où la sœur de Thinley nous héberge. Son mari est militaire et nous parle de la présence de l'armée indienne aux frontières, ce sont de longues périodes d'absence pour la famille, un couple très sympathique.

Dimanche, arrivée triomphale à Tangso avec une haie d'honneur où les kataks sont mis autour du cou de Françoise et Cécile, c'est magique !! Sur un tapis rouge un goûter nous est offert. Nous regagnons nos logements : Françoise et moi chez le petit Thinley (la plus pauvre famille du village) et Cécile chez son filleul,

Nous prenons une douche chez Ytok, un des seuls villageois à avoir une installation digne de ce nom.

Après je vais voir les enfants à l'internat, et nous jouons à « un deux trois soleil » avant le dîner que leur prépare.....le cuisinier.

Chez le petit Thinley nous mangeons des petits pois que nous écossons une bonne partie de la soirée, le papa nous prépare du riz pendant que la maman est montée à la doksa (l'alpage) d'où elle redescendra dans 6 jours.

Pendant ce séjour, j'ai vu tous les soirs Françoise se pencher sur son petit ordinateur, faire son bilan de la journée, calculer les parrainages à donner chaque jour, suivre le budget. Chaque soirée se terminait par ce rituel qui prend du temps sur son sommeil.

11ème nuit, petit déjeuner au thé et au chapati avec une omelette, Petit Thinley nous prépare le thé, les enfants déjeunent avec nous, puis vont à l'école pour 10h.

Lundi, je vais découvrir le fonctionnement de l'école : bien alignés en 3 rangées les enfants sont en uniforme, l'appel est fait, un chant est entonné, puis un enfant vient raconter une histoire devant tout le monde. A la fin tous rentrent en classe, nous nous installons dans le bureau des maîtres pour le relevé des notes. Nous déjeunons avec Gombo le maître payé par AH.

Tangso : tous les jours je découvre une nouvelle famille chez laquelle nous sommes très bien accueillies, nous avons des nouvelles de leurs enfants et les projets qui s'y rattachent. Je savoure une humilité dans leur regard et une lumière intérieure pleine de joie, qui chaque fois fait chaud au cœur.

Le voyage se poursuit avec de nombreuses haltes dans les villages et les nonneries.

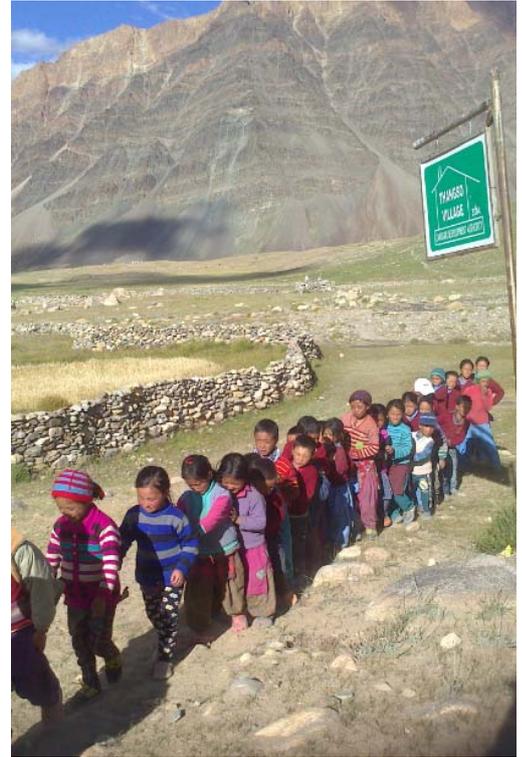
Notre voyage se poursuit jusqu'à Manali où nous rencontrons aussi de nombreux filleuls, puis c'est à Dharamsala que je découvre la demeure du Dalaï Lama toute en simplicité. Nous rendons visite à notre ami Tsultrim du Men-Tsee-Khang.

Un périple mémorable en bus jusqu'à Delhi où nous faisons les derniers achats pour AH. Que Delhi est moite à cette période !

Après un dernier jus de mangue, je pars à 5h du matin pour l'aéroport de Delhi.

Quel merveilleux voyage entourée de Cécile et Françoise qui ont su le rendre plein de réelles rencontres à travers toutes ces familles que nous aidons. Cécile et Françoise ne ménagent pas leur peine pour traduire, encourager et trouver des solutions sur place pour améliorer le quotidien des écoliers, des étudiants et des familles, pour les motiver ou simplement les écouter.

Anne RAULT



Voyage découverte

L'arrivée

Pour notre premier voyage au Ladakh, Alpes Himalaya nous avait confié la mission de :

- Remettre leurs parrainages aux étudiants scolarisés à Choklamsar près de Leh,
- A Tangso, remettre à leurs parents les parrainages des élèves scolarisés à Dehradun en Inde, et remettre à Zanskar Sorig Association les parrainages de ceux scolarisés à Manali,
- Effectuer différents achats d'articles à revendre en France pour le compte d'AH.

Après 1 jour de voyage nous étions fatigués mais émus ce matin-là en survolant les sommets himalayens malheureusement cachés par les nuages, avant d'effectuer une approche périlleuse de l'aéroport de Leh enserré dans ses montagnes à 3 400 m d'altitude.

Une mêlée de chauffeurs de taxis attend les voyageurs à la sortie et nous avons du mal à retrouver Stanzin Chotak de l'agence Djulé Adventure qui nous emmène dans la guesthouse Lung Snon.

Quelques heures de repos et nous voici partis à la découverte de la ville, lentement car en plus de l'altitude la rue qui mène au centre-ville est en pente ! Voitures, motos, petits bus se frayent leur route à coups de klaxon, les piétons ont intérêt à vite se ranger sur les bas-côtés comme partout en Asie.

Des chantiers partout, surtout des hôtels et guesthouses bourrés de touristes qui restent de préférence dans la vallée de l'Indus et les vallées voisines.

Normalement 3 jours à Leh devraient permettre de nous acclimater à l'altitude ; ce qui ne sera pas tout à fait le cas comme on s'en rendra compte plus tard. Nous en profitons pour acheter des bijoux dans les échoppes tibétaines, achats nécessitant toujours de longues tractations car tibétains et ladakhis sont des commerçants nés et nous avons toujours en tête le prix de revente en France au profit de l'association. Et comme c'est bien connu, plus il y a de touristes plus les prix montent !

Nous avons aussi rendez-vous dans notre guesthouse avec les étudiants du CIBS de Choklamsar. Ce sont des grands, entre 16 et 22 ans, les plus âgés parlent facilement avec nous, aussi les premiers contacts sont faciles. On a toutefois un peu de mal à appréhender le système scolaire indien ainsi qu'à comprendre les spécialités qu'ils étudient ou souhaitent étudier, le tout en anglais évidemment.

Trek

Nous partons pour quelques jours de trek à travers les montagnes du centre du Ladakh afin de rejoindre Padum et la vallée du Zanskar. Après une journée de voiture pour visiter des monastères de la vallée de l'Indus (petite saturation avec 5 visites dans la journée !), nous retrouvons notre horseman et ses chevaux à 4 350 m d'alti-

Nous bénéficions rien que pour nous d'une équipe de 4 zanskaris : guide, horseman, cuisinier et son jeune aide. C'est le grand confort !



Le réveil du lendemain est difficile car je ne peux rien avaler ni boire ; l'acclimatation à l'altitude est insuffisante. On part quand même avec notre guide. Les 2 premiers jours je ne peux rien avaler, heureusement les dénivelés sont encore faibles et je me bourre de vitamines. De temps en temps je vois nos amis zanskaris discuter entre eux avec inquiétude : la suite du trek est plus difficile et ils se demandent si je vais tenir le coup ! Pour ma part, dans l'état où je suis, leur appréhension m'importe peu.

Au 3^{ème} jour mon état s'est amélioré et nous enchaînons les cols avec leurs drapeaux de prières. Les paysages sont magnifiques. Chaque jour nous partons en premier avec notre guide Thupstan pendant que nos autres accompagnateurs zanskaris démontent les tentes, rangent le matériel et chargent les chevaux. Ensuite ils avancent vite et nous dépassent rapidement car les chevaux ne regardent pas le paysage et ne prennent pas de photos !

Moments d'appréhension parfois quand, sur un étroit sentier, nous longeons un précipice avec la rivière qui gronde au fond ; interdit de trébucher; on n'a pas ça sur nos GR, trop dangereux.

Pourtant les quelques caravanes de zanskaris que nous croisons semblent complètement indifférentes à ces dangers, hommes et bêtes sont habitués depuis toujours à parcourir ces chemins.



Pour l'instant nous arrivons à Padum destination de notre trek organisé, heureux d'avoir parcouru de magnifiques paysages et d'avoir partagé de bons moments avec nos compagnons de route.

Nous passons une première nuit dans une vieille maison du vieux Padum dans la maison des parents d'un ancien filleul d'AH. Très gentil mais la nuit est mouvementée : un cousin se marie à proximité et notre sommeil est interrompu à plusieurs reprises par des invités rentrant dans la pièce où on dort.

Comme la fête dure 3 jours, on préfère changer d'hébergement le lendemain.

Montée à Tangso

Après 2 jours à Padum nous repartons cette fois avec simplement un cheval pour nos sacs ; nous dormirons et mangerons chez l'habitant dans les villages où nous ferons halte le soir.

La 1^{ère} nuit à Dordzon dans une vraie maison tibétaine nous plonge dans les conditions de vie simple de ses habitants. L'accueil est chaleureux autour des repas pris avec parents et leurs grands enfants revenus pour les vacances.

Encore deux jours de marche et nous arrivons au monastère de Phuktal, accroché à la montagne et bâti à l'origine dans l'immense grotte que nous visitons.

Arrivés dans la matinée au monastère nous trouvons une chambre dans la guesthouse associée. Cela ne nous enchante guère de patienter une journée mais nous avons rendez-vous avec le nouvel horseman seulement le lendemain. En effet il faut traverser la rivière Tsarap pour continuer vers Tangso et depuis que les ponts ont été emportés par la grosse vague de 2015, on doit changer de chevaux ceux-ci ne pouvant pas franchir la nouvelle passerelle de branchages.

Aussi c'est d'abord avec surprise puis soulagement que nous sommes abordés par notre horseman de Tangso avec un jour d'avance sur le calendrier; en effet il n'avait pas pris en compte la modification de planning qu'on lui avait transmis par facebook; finalement ce changement nous convient parfaitement !

Après la visite de ce monastère impressionnant, nous mettons les sacs sur le dos pour franchir la passerelle et rejoindre les chevaux qui attendent de l'autre côté.

Quelques kilomètres avant Tangso pause au village de Tanzey pour rendre visite à la famille de notre filleul. Ce dernier n'y sera pas car interne à Tangso il ne rentre qu'en fin de semaine. Et nous préférons laisser son cadeau chez lui plutôt qu'à l'internat. C'est aussi l'occasion de rencontrer sa famille.

Après quelques hésitations, car nous avons perdu depuis le matin Tsega notre horseman, nous finissons par trouver la maison ; des 8 enfants seuls sont présents les deux plus jeunes garçons et la fille aînée ; cette dernière ne va pas à l'école car elle semble remplacer la maman qui travaille au champ en ce moment ; le père est avec un groupe de trekkeurs comme beaucoup de zanskaris à cette période.

La mère arrive et est très émue de nous voir ; nous pouvons échanger par l'intermédiaire de la fille aînée qui parle anglais. Avant de repartir, nous lui laissons quelques photos de notre famille et le cadeau pour Tseten.

Tangso

Encore 2 heures de marche et Tangso nous apparaît enfin à la fois semblable et différent de ce qu'on avait imaginé. Peut-être à cause du ciel qui n'est pas tout à fait bleu.

Tsega et ses chevaux sont arrivés avant nous et on se retrouve bloqués par un torrent

qui, grossi par la fonte des neiges de l'après-midi, coule avec un gros débit et nous coupe le chemin. On commence à traverser, on hésite, on revient en arrière par peur de tomber et mouiller nos sacs. Comment font les autres ?

Finalement deux jeunes du village arrivent, jettent quelques grosses pierres à des endroits précis et nous font traverser. C'est l'avantage d'être né ici. En outre ils nous apprennent qu'on a quitté le sentier et le passage aménagé !

Nous logeons dans une maison à côté de l'école. Nous y faisons connaissance de notre filleul Tseten très intimidé par notre présence.



Autour des maisons, des champs d'orge et de petits pois occupent les espaces dépierrés. Nous remettons à leurs destinataires l'argent des parrainages. D'abord celui des nombreux élèves scolarisés à Manali, que nous donnons à Thundup Phunstok trésorier de l'association du village, puis avec quelques indications nous partons dans le village à la recherche des maisons des 4 élèves scolarisés à Dehradun. A chaque fois c'est une invitation amicale à prendre le thé !

Le lendemain matin excursion au camp d'estive (doksa) des bergères de Tangso ; au retour nous retrouvons Chloé d'AH, arrivée de Padum.

Le lendemain nous sommes invités à assister à la cérémonie matinale de chants religieux et patriotique chantés par tous les enfants alignés dans la cour; le directeur fait un peu de zèle en passant dans les rangs parce qu'on est là, mais bon. A la fin une petite fille se place devant les autres enfants et dit quelques mots ; on nous explique que c'est pour les habituer à parler en public.

Nous partons à la recherche de chaussettes tricotées par les femmes afin de les revendre en France pour AH. Occasion de rentrer dans toutes les maisons du village et faire connaissance avec les habitants. Encore des occasions pour boire le thé.

Retour

C'est le moment de rentrer. Nous remontons la vallée vers le sud en direction du col du Shingo-La. Paysages éblouissants tout au long jusqu'à Manali.

Dernier moment de stress à la gare routière de Manali lorsqu'on se rend compte à 20 h du soir que le bus ne part pas à Delhi mais à Dharamsala. Finalement tout s'arrange et on embarque dans un autre bus pour Delhi rempli de ballots de légumes ! Avec pleins de souvenirs dans la tête...

Retour au Zaskar ... séquence émotion

Cinq jours, c'est le minimum qu'il faut pour nous rendre depuis notre région lyonnaise jusqu'au fond de la vallée de la Lungnak où se trouvent les villages de Sking et de Tangso.

A peine arrivés à Leh, nous « tombons » sur Françoise, Cécile et Anne ! Belle soirée et riches échanges de points de vue. Les chemins de chacun ne se sont pas croisés quelques jours plus tard comme nous l'avions imaginé.

Cette année c'est par le Sud que nous voulons arriver : ce sera par le col du Phirtse La (5350m) en partant de Sarchu.

Le 14 Août, nous longeons la Lungnak pour remonter la vallée jusqu'à Sking, comme nous l'avions prévu ... Mais, ceux que nous aimerions voir seront-ils au rendez-vous ?

En 2012, nous avons fait connaissance de notre « filleul » Jamphel qui, après sa scolarité à Tangso venait de terminer sa première année à HBS à Manali. Sa maman était montée dans la doksa et son papa accompagnait des touristes en tant qu'homme. Nous n'avions pu les rencontrer...

Le temps est calme, le soleil rayonne, il n'y a pas le vent si souvent présent. Les champs d'orge changent de couleur et ondoient délicatement Tout n'est qu'harmonie.

Après le passage du pont, petite halte avant d'entrer dans le village ... de loin une silhouette arrive : Jamphel nous accueille avec des kataks et nous conduit dans sa maison où toute la famille ... nous attend.

Moment de grand bonheur ...

Il y a le papa, Jigmet, la maman, Jingskit, et 4 enfants : Jamphel (14 ans), Norzom la seule fille (11ans) à l'école à Tangso, et les deux autres Jingsal (17ans) étudiant et Nutup (11 ans) moine à Phuktal qui ne sont pas à Sking.

Nous passerons 48 h avec eux et ils nous recevront avec un grand cœur. C'est le moment des récoltes, et il n'y a pas de temps à perdre ; pourtant ils sauront nous donner le maximum de leur temps ... nous remercier et nous exprimer leur reconnaissance pour Jamphel

Durant ces deux jours, la visite de Tangso situé à ½ heure environ de Sking est au programme...

Le village, dans cette belle vallée perpendiculaire à la Lungnak est très ouvert, et les maisons dispersées occupent de grands espaces.

Jamphel, Tenzin, cook et accompagnateur, Jompel, homme et notre ami Motup, nous conduisent vers l'école facilement repérable avec son toit argenté et ses annexes autour d'une cour.

Mais nous réalisons très vite que nous sommes le 15 Août, jour de l'Indépendance Day, donc jour férié ! L'école est-elle vide ? Verrons-nous quelqu'un ?

Eh bien oui : les enfants, un peu en vacances, sont là et nous accueillent avec de grands sourires. Ils réclament d'être pris en photo et font le V de la victoire !!! D'autres jouent avec un rien et une grande fille nous montre ses performances en corde à sauter ! Pas de cris, pas de bagarres...



Ils nous emmènent visiter les locaux.

Tout est parfaitement rangé dans l'internat, mais en comptant les couvertures et l'espace disponible nous nous disons qu'il devient trop exigu....

Nous ne verrons pas la cantine qui est fermée à ce moment de la journée....

Nous n'avons pas rencontré les enseignants ...

Nous sommes reçus ensuite dans une maison du village toute proche (celle de la famille de notre horseman, dont une de ses filles est scolarisée à Tangso) pour un thé partagé....

Demain matin, nous quitterons la vallée en direction de Padum.

Plus bas, dans le village de Cha, nous devons remettre un courrier d'une marraine (sœur de Geneviève) au papa de Chodom Namso. Comme le village est devenu moins accessible depuis l'énorme vague d'inondation qui a ravagé la vallée il y a trois ans, Il descendra nous rejoindre depuis Cha par le grand pont himalayaen pour nous remettre les kataks et partager le thé au gingembre qu'il a dans son thermos.....

Tangso, Manali, Jammu ... Alpes Himalaya accompagne ces enfants si attachants et aujourd'hui tournés vers le monde.

Janvier 2018 : Merci à Catherine à qui nous confions les photos de notre passage court mais riche en émotions dans ce si beau coin du monde pour qu'elle les donne lorsqu'elle arrivera à Tangso.

Geneviève et Philippe BONNET



Aventures et émotions

A vos plumes !!!

Le temps d'une rencontre

Vendredi 21 juillet 2017, j'ai rencontré ma filleule STANZIN Idga à Manali. Nous étions en Inde du nord avec mon conjoint pour un voyage d'un mois (du 9 juillet au 10 août 2017), ainsi nous avons convenu d'une rencontre avec cette jeune fille.

Nous nous étions données rendez-vous au Juice bar du centre ville. Nous nous sommes tout de suite reconnues. Idga était accompagnée de son amie. Elles nous expliquent qu'elles sont les seules à ne pas être rentrées dans leur village natal malgré les vacances scolaires, faire la route trop souvent dans l'année serait une démarche onéreuse. En effet, entre Manali et Tangso, une partie non négligeable du voyage est à effectuer en taxi.

Nous les emmenons donc déjeuner. Les jeunes filles se montrent excitées et choisissent un repas à l'occidental, des spaghettis à la bolognaise pour l'une et une pizza pour l'autre. Nous irons ensuite à la découverte de divers temples bouddhistes qu'Idga et son amie tenaient à nous faire visiter. Entre balades et prières, nous nous racontons nos vies réciproques. Nos chemins se séparent, mon conjoint et moi-même partons pour Dharamsala tandis que les jeunes zanskaries regagnent leur école en bus.



Anne-Lise BREUIL.

Aventures et émotions

A vos plumes !!!

Voyage d'un solitaire

Après avoir bravé les routes défoncées, les cols et les précipices, le bus de Keylong me dépose à Darsha; début d'un trek de 20 jours avec sur le dos un sac de 18 kg qui me tiendra compagnie jusqu'à Leh, capitale du Ladakh.

Pour en arriver à cet épisode, 15h d'attente le 29 juillet 2017 à l'aéroport de New-Delhi ou le sac à dos est resté en rade à Abu-Dhabi, 500 km en taxi avec un gentil chauffeur qui pilote son bolide avec une maîtrise totale du klaxon, 2 jours de trombes d'eau à Manali où un déluge s'abat depuis 2 semaines dans la région de l'Himachal-Pradech et pour figoler la toile je suis dans un hôtel où je ne peux utiliser que de l'eau bouillante! Mais la ville est sympa, j'en profite pour la visiter de fond en comble et m'approvisionner en nourriture.

Du coup pour mon premier voyage en Inde, je suis vraiment content, mais content! De commencer à marcher avec un mini-beau rayon de soleil.

11h de marche sur une piste détrempeée taillée au bulldozer et premier campement sur une berge du Zanskar-Chu, torrent tumultueux qui prend sa source dans les glaces du Shingo-Ri.

Le lendemain, après 2h de marche la piste s'arrête sous le col. Au delà du Shingo La culminant à 5095m, la météo est plus clémente. La course des nuages dans le bleu profond du ciel dessine des ombres qui valsent sur les pics et les falaises de hautes altitudes. Le paysage est fantastique!

Au troisième campement, sur la rive droite du Lakhang-Togpo je suis dominé par la Montagne Sacrée: l'impressionnante paroi du Gumburanjon culminant à 5900m visible de très loin dans la vallée.

Sur le sentier de kharghyag, premier village au nord du Shingo La, il fallait bien être dans cet endroit du monde, au bon moment, pour croiser Patricia, une amie dont je n'avais aucune nouvelles depuis 12 ans accompagnée d'un ami et de leur horseman.

Le 5 août je suis à Sking pour 2 jours ou je suis accueilli dans la famille de Stanzing. Les gens sont souriants et les enfants un peu arsouilles (comme on dit dans le Bouchonnois).



Leur village est un îlot de verdure ainsi que beaucoup d'autres dans ces montagnes. Sking est irrigué par un torrent qui se jette dans le Lhachang-Togpo, issu de 2 affluents: le Lenak et le Gyambal qui dévalent les pentes du Great-Himalaya. On y cultive l'orge, la pomme de terre, le petit pois et certains légumes comme les épinards. Les yaks sont dans les alpages à cette époque de l'année, ils fournissent le lait indispensable pour les protéines, on utilise leur laine pour fabriquer des manteaux et des couvertures pendant les longs mois d'hiver, les bouses sont séchées et servent de combustible pour le chauffage et la cuisine. Cet animal est quasiment indispensable dans ces hautes vallées pour porter ou tirer de lourdes charges. Cet animal est quasiment indispensable dans ces hautes vallées. Le jour suivant Jampel et sa petite sœur, les enfants de Stanzin, m'accompagnent à leur école à Tangso où ils retrouvent tous leurs copains. J'en profite pour faire coucou aux yaks dans les alpages et j'assiste à un concours de tir à l'arc bien arrosé.



Le 8 août, belle journée jusqu'à Marling où je croise Caroline de Lille adhérente de l'association Alpes Himalaya. Le 9 je suis de passage à Purne, meilleur village d'Inde pour trouver des CD de Gilbert Montagné (après le passage de l'émission « rendez-vous en terre inconnue »!!). Je rencontre Helmut, un vététiste hollandais, parti depuis 8 mois, alternant le vélo et la grimpe et sur le sentier de Phuktal Gompa je chemine avec un architecte français qui travaille sur la reconstruction de l'école du monastère.

Après avoir traversé le pont himalayen enjambant la Tsarap de sa rive gauche vers sa rive droite, je me retrouve ébahi devant ce monastère : « Le Phuktal » édifié au XIIème siècle dans une falaise dont la partie sommitale s'enfonce dans une caverne.

Quittons le monastère de Phuktal



Le 10 août, village de Cha puis le sentier de Enmu borné soudainement par d'énormes blocs rocheux en phase de dynamitage sur les hauteurs du Lungnak Chu grondant à 300m plus bas, un des tronçons de la future piste Darsha-Padum-Leh.

Taxi de Enmu jusqu'à Padum, capitale du Zanskar où trône à l'ouest de la ville 2 sommets majestueux, l'Afhal-Kangri à 6180m et l'Auberrack à 6180m d'altitude. Ma 1ère nuit à l'hôtel depuis Darsha où j'ai du mal à regretter des douches dans les torrents.

Le lendemain je suis au pont de Pischu sur le Zanskar et puis Pigma où je fais connaissance avec Cécile qui habite à quelques kms de chez moi et je retrouve Françoise et Anne descendant le Parpi La.

Magnifique bivouac sous un bouleau peut être 5 fois centenaire. Nuit magnifique sous une chaîne de montagnes culminant à 5000m avec une voie lactée extraordinaire. Un beau coucher de lune au petit matin et le passage de 2 aigles royaux au dessus des pierriers à mon départ.

Parpi La 3900m. Hanuma La 4710m jusqu'à Lingshed, belle vallée verdoyante blottie autour d'un immense cirque rocheux où domine un monastère calé contre une falaise. Là je fais la rencontre de la fille de l'ancien médecin de mon village que je ne connaissais pas du tout. Campement près du monastère. Murgum La 4370m Hupsky La 4400m Netuksi La 4960m Bumiktse La 4390m Sisir La 4805m en 3 jours et taxi jusqu'à Phanji La. Le soir l'hôtel est bien venu avec 10hrs de sommeil non stop.



Le 19 août je quitte la route de Lamayuru vers l'Est en direction de Hinju, c'est la vallée des peupliers arrosée par le Ripchartogpo. Je découvre le village de Ursi à 4000m d'altitude avec ses cultures en coteaux sur les versants Sud du Tar La à la suite d'une erreur de parcours.

Après une grosse journée de tricotage j'arrive enfin à Hinju, épuisé mais sur la bonne piste. Sur les flancs abruptes exposés plein sud se dresse un vieux monastère inoccupé. Au village c'est la récolte de l'orge et le soir les yacks et les chèvres rentrent dans les enclos pour la nuit. Je m'endors sous la tente à 2hrs du mat... sous la cacophonie de 2 italiennes qui refont le monde.

Le 20 Ranzke La 4880m tout près des 5110m de Photogsar, superbe étape interminable avec une descente dans les alpages où ruminent les yacks et puis un sentier sur les berges très inclinées de la Sumda Chu et des remontées à forts dénivelés avec quelques passages vertigineux et c'est le vol du gypaète barbu au crépuscule sur les roches enflammées du Spanting qui viens clore la journée. Mais il me reste encore 2 heures de marche nocturne pour arriver vers 10h30 au village de Sumda Chemmo où je trouve une adorable dame qui m'apporte de bons chipolatas que je dévore goulûment avec un black tea bien chaud avant de m'endormir dans le silence des lieux.

Le 21 août descente sur Lasgo. Pagal La 4210m Dundunchen La 4620m.

Petite douche et lessive dans le torrent avant Chilling. Repas chez une habitante du village et campement sous les pommiers en donnant un cours de montage de tente aux enfants du village.

C'est parti le lendemain sur la piste du fleuve Zanskar en rive gauche où je rencontre un couple de français originaires des Cévennes parti depuis 4 ans avec un ford 4x4x avec annexe en route vers la Chine.

C'est dans une nacelle en bois que je traverse le fleuve pour longer la rive droite de la Marka jusqu'à Skyu. Et je remonte le canyon du Shingri Togpo sous l'écho effrayant de



l'orage jusqu'à Shingo. Dans ce canyon on aurait aperçu la panthère des neiges il y a deux jours !

Le 23 août, Ganda La 4900m, le village désert de Rumbag où je rencontre des randonneurs habitants à Leh que je retrouve à Zinchen et qui me conduiront jusqu'à Leh dans leur voiture où je me pose au Naaz Guest House et où je suis invité à fumer le narguilé.

Je me rattrape en douches et en nourriture, visites de la ville, citadelle, mausolée monastère.

20 jours de marche de cols en vallée, de vallée en col avec des paysages à couper le souffle où les habitants sont heureux et hospitaliers, attachés à leur terre qui est devenue au fil des générations des paradis de verdure. C'est à vous en donner des leçons de courage et d'humilité.

Jean-Pierre BARNIER.

La vie de l'association

Les achats d'articles tibétains et leur revente en France

Bon acheteur, bon payeur !

Lors de nos diverses manifestations, les stands de l'association sont achalandés au mieux. Et faire les achats ne s'improvise pas !

Avant de partir au Ladakh, nous faisons la liste des objets à acheter, établissons un budget et nous nous répartissons les achats à effectuer.

Cet été 2017, Anne et moi-même étions chargées de ramener des bijoux, des gants, des bonnets, des plaids, des étoles, des pierres gravées (mani), des drapeaux à prières (tarchoks), des crèmes à l'abricot, des savons, des porte-clés... Et ce pour tous les goûts et pour toutes les bourses !



Des heures à arpenter les marchés tibétains et à choisir... Ce qui n'est pas rien car les goûts de nos futurs acheteurs en France ne sont pas forcément identiques aux nôtres !



Puis nous négocions et achetons à des prix équitables pour que tout le monde s'y retrouve. Nous laissons le vendeur fixer son prix, lui seul sait ce qu'il lui faut pour vivre. Nous acceptons en général les prix proposés.

Les Manis sont achetées à Tangso, nous les commandons sur place, Konchok et Tsega vont choisir les pierres puis les gravent.

Dans les heures qui suivent les achats, nous dressons un inventaire et fixons ensemble le prix de revente en France.

Cet inventaire est mis au propre et informatisé à notre retour car nécessaire pour validation dans notre budget annuel.



Pour cette année, cela représente environ 9h de travail. Nous avons rapporté au final une bonne quarantaine de kilos de marchandises.

Certains articles rapportés ont eu un vif succès sur nos stands et ont été vendus rapidement (plaids, gants, bonnets, colliers). L'argent gagné retourne ensuite au Ladakh pour nos actions là-bas. La boucle est bouclée !

Nous serons à l'affût de nouveautés cette année, tout en restant fidèles à nos partenaires Tibétains. Vos suggestions d'achat sont les bienvenues !

Cécile GUILLOUX et Anne RAULT ROUVEURE.

La vie de l'association

« Les évènements passés en 2017 »

Foire et Expositions

Foire du Murier

21 mai 2017

Eco-festival en Grésivaudan

3-4 juin 2017

Foire bio de Méaudre

1-2 juillet 2017

Festival de l'avenir au Naturel de l'Albenc

2-3 septembre 2017

Festival des solidarités 2017

Du 17 nov au 3 déc 2017

Naturissima

Du 29 nov au 3 déc 2017



Grands événements 2017

**Accueil de Gueshe La
Conférence au Népalaya & Méditation à la MNEI**

7-8 février 2017

Assemblée Générale

10 mars 2017

**Venue de Sonam Dorje et Lama Tsewang
Conférence au Népalaya**

18 avril 2017

**Venue du Dr Tsultrim Kalsang, médecin tibétain
Conférences et sorties botanique**

Du 26 juin au 30 juillet 2017

**Soirée Alpes Himalaya - Projection du film
« Les semeuses de joie » de Caroline Riegel**

22 novembre 2017

Marché de Noël

à Vaulnaveys-Le-Haut

8 décembre 2017

La vie de l'association

« Les évènements à venir en 2018 »

Foire et Expositions

Foire bio de Méaudre

7-8 juillet 2018

Festival de l'avenir au naturel de l'Albenc

Septembre 2018

Salon Naturissima

Du 28 nov au 2 déc 2018

Toujours dans la bonne humeur, besoin de bénévoles pour faire de ces moments des francs succès avec le public

Assemblée Générale

Vendredi 6 avril à la MNEI

Grands événements 2018

Soirée Alpes-Himalaya à St Nazaire les Eymes**Projection du film « Octobre au Ladakh »**

d'Isabelle Garcia-Chopin

13 avril 2018

Merci de bien vouloir nous contacter pour toute proposition d'activité : conférence, soirée tibétaine, réalisation de mandala, activité péri-scolaire, expo photo et toute proposition de votre part

La vie de l'association

Rapport moral AG 2016

Si l'année du singe nous a toujours apporté de la violence en France, il y avait une accalmie en Himalaya pour guérir quelques plaies des deux dernières années, notamment reconstruire les ponts les plus importants dans la vallée de la Lungnak. Ainsi une grande partie de la route de Padum vers Tangso était de nouveau praticable en jeep et cela a beaucoup facilité les trois missions de l'association parties en Himalaya cet été 2016. En hiver 2016 aucune mission n'est allée rejoindre le Zanskar par le Chadhar, la rivière gelée.

La première mission, celle de la vice-présidente Françoise Giroud, est partie au mois de mai. Françoise est arrivée à Leh où elle a rejoint Flavien (étudiant de l'EMLYON business school). Ils ont prévu d'accompagner les étudiants de la LVS (Lungnak Volunteers Students) au Zanskar pour mener, avec eux, leur action annuelle de gestion des déchets dans la vallée de la Lungnak. Françoise a pour objectif la réalisation d'un documentaire sur le sujet. Dans le cadre de sa mission Françoise a rencontré différents filleuls à Leh et Choklamsar, puis elle a été rejointe par Stanzin Thinlay, président de Zanskar Sorig Association (village de Tangso/Zanskar). Tous trois ont été accueillis sur le campus de SECMOL, lycée écologique à la campagne, où on prépare des élèves, qui ont abandonné les cycles classiques, à une réorientation et une réinsertion par l'agriculture biologique, le sport (hockey surtout) et le développement durable (énergie solaire, toilettes sèches, compostageetc). Les élèves, une cinquantaine, en internat, mènent une vie très simple, très chaleureuse et créative. Cette école accueille depuis une année un élève de Tangso en difficulté scolaire. A leur arrivée à SECMOL, Françoise, Flavien et Thinlay ont eu l'opportunité de pouvoir s'entretenir très longuement avec Sonam Wangchuk, ingénieur au Ladakh et fondateur du campus. Ils ont abordé ensemble de nombreux sujets dans les domaines de spécialité de Sonam Wangchuck : architecture locale en terre, énergies renouvelables, orientation scolaire et stages professionnels, changements climatiques, stupa de glace et catastrophe 2015 dans la vallée de la Lungnak. Stanzin Thinley a été grandement impressionné, non seulement par le contenu de ces discussions, mais également par la visite de l'établissement scolaire et de son internat. Il a eu l'occasion de s'entretenir personnellement en Ladakhi avec Sonam Wangchuck.

Françoise, Flavien et Thinlay ont ensuite rejoints le Zanskar. A Padum Françoise a pu enfin rencontrer le comité de direction du nouvel hôpital de Padum érigé sous la responsabilité du Dalai-Lama, ce qui représente un point très intéressant pour nos partenaires de « Santé Zankar Himalaya ». Puis, elle a eu la chance de rencontrer le dentiste de l'hôpital de Padum, auprès duquel elle a pu présenter le projet de laboratoire de prothèses dentaires de nos partenaires « Sourire d'Himalaya ». Ces derniers ont de ce fait pu rencontrer ce dentiste lors de leur voyage en Août 2016 et ont ainsi pu préciser leur projet.

Enfin, Françoise, Flavien et Thinlay sont montés, par la route du monastère de Phuktal, jusqu'au village de Tangso où ils ont été accueillis par la traditionnelle haie d'honneur avec distribution des khatas par les élèves, puis autour du cercle de l'amitié sur tapis vert avec thé et khura à volonté.

Françoise a tenu ensuite divers meetings avec les villageois, les femmes, le trésorier et le président de ZSA (Zanskar Sorig Association). Elle a dressé le bilan et le prévisionnel de la comptabilité de l'internat de Manali auto-géré par ZSA. Le relevé des notes 2015 des élèves de l'école du village a également été réalisé. Un temps a aussi été accordé au problème de la médecine tibétaine pratiquée au village et au projet de jardin botanique. Une belle soirée festive a permis d'échanger avec le directeur de RBM en vacances au Zanskar.

Puis Françoise et Flavien ont rejoint le groupe des étudiants de la LVS pour 10 jours de campagne sur la gestion des déchets dans la vallée de la Lungnak. Au cours de cette campagne ils se sont arrêtés dans tous les villages et monastères de la vallée, ont rencontré les amas (women alliance) de tous les villages, ont diffusé l'annonce de la campagne de santé pour dépistage qui était prévue fin juin par une association américaine, et à chaque fois que possible ont diffusé deux films sur « les méfaits de l'abus d'alcool » et « le travail des enfants ». Avec Flavien, Françoise a assuré de nombreuses prises de vue pour la réalisation du documentaire.

Au cours de ces 10 jours Françoise a rencontré pratiquement tous nos filleuls scolarisés à Jammu, en vacances dans leurs familles à cette époque de l'année. Françoise a convenu avec eux du mode de transfert de leur somme de parrainage. En effet, les transferts d'argent en liquide deviennent de plus en plus compliqués à cause de la réglementation modifiée chaque année par le gouvernement indien.

Françoise par ses voyages, mails et réseaux sociaux, le CA et les parrains/marraines tiennent d'excellents rapports avec ces jeunes gens, qui sans exception montrent une maturité, une disponibilité et une solidarité exceptionnelle. Un grand merci aussi à Stanzin Chotak le président de l'agence de voyage « Djule Adventure », originaire du village voisin de Tangso et à Stanzin Gayphel (un de nos filleuls) du village de Muney qui nous ont aidé énormément dans tous ces transferts d'argent.

En remontant au village de Tangso Françoise et Flavien ont eu la joie de retrouver les trois étudiants grenoblois de l'association Solida'rire qui ont travaillé pour terminer l'installation photovoltaïque de l'école et installer internet. Malheureusement, la dernière phase, l'installation de l'Internet, n'a pas abouti et nous ne pouvons toujours pas envoyer des e-mails à Tangso, dommage. Sur le chemin du retour Françoise est passée par Manali où elle a été logée avec Flavien pendant 5 jours par les étudiants de l'internat de Manali avec lesquels ils ont partagé de bons moments. Toujours avec la présence de Thinlay, Françoise a acheté l'imprimante remise en donation à ZSA.

Dans sa dernière étape de mission, Françoise a rendu visite à l'Université de la Médecine Tibétaine, le Man Tsee Khang, à Dharamsala, le siège du Dalai Lama. Là, Françoise a mené de longues discussions avec les médecins et la direction pour fixer les conditions d'accueil par l'association d'un groupe de 4 membres de l'université. Cette délégation avait choisi de passer la première quinzaine de novembre 2016 en Dauphiné lors de leur tournée européenne de 2 mois en l'occasion du 100^{ième} anniversaire de l'institution.

La deuxième mission était celle de Cécile Guilloux en juin. Cécile est montée toute seule en Himalaya et après la visite de plusieurs écoles à Leh et environs, elle a fait la traversée de Leh à Tangso en bus et en trek. Pour la première fois elle a pris la grosse responsabilité de transmettre des parrainages, de faire des entretiens avec les filleuls et de leur porter l'argent.

En tant que professeur d'anglais, elle connaît parfaitement cette langue de communication avec les jeunes zanskaris, ce qui a énormément facilité les entretiens. Elle a donc rencontré de nombreux filleuls à Leh et Choklamsar. Elle est passée par le village de Lingshed où elle a remis le parrainage, contribution du collège de St.Ismier.

Cécile s'est très bien sortie de toutes ces tâches nouvelles et nous a aussi fait des critiques très constructives concernant plusieurs problèmes à l'école et à l'internat du village de Tangso. Un très grand merci donc à Cécile sa collaboration et son excellent travail.

La troisième mission était la mienne en fin juillet, puis août. C'était, comme l'année dernière un voyage « mamie avec 6 jeunes bénévoles » plus une famille composée d'une jeune professeur de yoga et ses deux fils adolescents. Comme tous les ans le travail de préparation et de communication avec Tangso et de préparation du trek était accompli par nos amis amchi de Manali, Pasang et Lotos à qui vont mes intenses remerciements. Ils étaient toujours sous les impressions très favorables de leur voyage en France du mois de juin et débordaient de gentillesse avec les jeunes. Les amitiés, qui naissent ainsi par les voyages entre l'Himalaya et les Alpes sont un des aspects les plus durables de nos relations. Nous étions très agréablement surpris de voir arriver la piste carrossable presque jusqu'au col de Shingu (5100 m), mais la jeune famille a dû faire demi-tour du fait de l'altitude. L'année prochaine la piste atteindra Kargyak, à une heure de marche de Tangso, et nous nous attendons à de grands changements touristiques et économiques et à des surprises peut-être pas toujours agréables.

Accueil très chaleureux à Tangso par l'école et la population, puis une semaine très travaillée pour tous : Alice (lycéenne de 16 ans) construisait des paraboles solaires avec Kunchok un jeune sourd-muet de Tangso ; Blaise et Arthur, jeunes ingénieurs de Polytech/Grenoble étaient partis avec l'étudiant Lobsang dans les falaises à la recherche de terrains aptes à être

transformés en voies d'escalade; Florie, jeune médecin, faisait des bilans de santé à l'école et dans les fermes et moi-même je faisais, comme chaque année, la comptabilité, le transfert de l'argent et évidemment les visites dans les fermes, les champs et les alpages. Le top de la semaine : la distribution des 50 anoraks, apportés par nous tous, aux 50 élèves de l'école. Tous défilaient en rouge ou en vert en faisant la pub pour l'Alpes d'Huez !!

Pour les jeunes français, qui participaient à beaucoup de petites soirées, organisées par les grands élèves en vacances, ce fut une semaine de rêve. J'ai pu aussi constater que les treks du tourisme solidaire (RBM), que AH a promu en 2004 par un stagiaire, passent toujours par Tangso. Nous avons aussi préparé la venue de trois stagiaires de l'école ISTOM qui venaient travailler avec amchi Tsega, pour créer un jardin de plantes médicinales.

En descendant à la fin de la semaine nous visitons dans le monastère Phuktal les 5 moines/élèves parrainés, très contents et souriants, puis tout le monde était ravi de prendre enfin une bonne douche chaude dans la guesthouse du monastère de Muney, créé en 2000 par des jeunes de l'association « Jeunes et Nature » puis restauré en 2015 par l'association Hoka de notre membre Susy van Antwerpen.

Merci à Suzy de l'accueil si chaleureux, merci aux lamas des deux monastères. Bien que les monastères n'aient plus de pouvoir politique, il est de la première importance d'avoir des relations très proches et très amicales avec ces institutions, certes religieuses, mais surtout sociales.

Même importance pour les relations très étroites avec le « Department of Education » à Padum, où l'inspecteur, même très occupé par l'« Indépendance Day » m'a néanmoins accueilli dans sa résidence privée, pour me dire plein de bonnes choses sur notre école de Tangso : d'après lui, c'est actuellement la deuxième meilleure école du Zanskar !

Le groupe en traversant quatre hautes chaînes en trek, s'est arrêté au village et monastère de Lingshed. Ici nous avons retrouvé deux autres jeunes qui sont venues gonfler notre groupe, Caroline et Céline, qui avaient effectué un stage à SECMOL sur les procédés locaux de construction (maison de terre) et l'énergie solaire au Ladakh et qui se sont maintenant jointes à nous pour rentrer à Leh. Lingshed, village très isolé entre 2 cols de 5000 m a une école (150 élèves) de haute performance, aidée par l'association Suisse « Friends of Lingshed ». A Lingshed nous avons eu l'occasion de visiter l'école et de nous entretenir avec le corps enseignants et la directrice. Cette école fonctionne aussi en hiver car équipée d'une véranda solaire. Elle accepte les enfants de 7 villages et pourrait être un exemple à suivre pour le village de Tangso.

A Leh et environs on se partage les visites de cinq élèves restants et repartons après quelques jours, en bus, à travers 5 cols, vers Manali. Nous passons deux jours très intenses avec les 12 lycéens, qui préparent ici leur baccalauréat en 4 ans. Ils logent dans une villa, qui fonctionne comme un internat autogéré par eux tous (ils ont entre 15 et 18 ans). Nos jeunes bénévoles français étaient en admiration devant le sérieux, la responsabilité, l'autonomie, la chaleur humaine et la gaité de ce petit groupe. Ils ont échangé leurs e-mails.

Des échanges de ce style entre jeunes des deux montagnes du monde sont fondamentaux pour la réussite de notre travail. Vous allez en voir un joli exemple tout à l'heure par la projection du film.

Voyons ce qui s'est passé dans les Alpes en 2016 :

L'année débute au mois de mars avec un AG bien fréquentée avec beaucoup de discussions et d'intérêt. Les trois grands événements écologiques, les deux festivals de Lumbin (juin) et de l'Albenc (septembre) et le Salon Naturissima/Artisa (décembre), ont suscité la participation de nos membres et sympathisants, mais n'ont pas répondu à toutes nos attentes. Le rapport d'activité vous donnera des détails.

Les deux événements « médecine tibétaine » : la venue de Pasang et Lotos, nos amis amchis en juin et la délégation du Man Tsee Khang en novembre ont été des très chouettes et très intéressants moments dans l'année. Nous avons constaté, que cette médecine alternative très ancienne intéresse de plus en plus de monde chez nous en France, allant jusqu'aux milieux médicaux !

Je remercie vivement tous ceux et celles de nos membres qui ont donné de leur temps pour nous aider à animer toutes ces manifestations. C'est un travail très lourd et très prenant indispensable pour la visibilité de notre association.

Côté administration, les membres du Bureau ont beaucoup, voir énormément travaillé sur les comptes, les parrainages et les projets et je leur adresse un très grand merci pour leur fort engagement. Elles se sont rencontrées chez les unes ou chez les autres et ont parfois travaillé plus de 5 heures d'affilé ! Cette grande charge de travail démontre que nous manquons crucialement de membres actifs.

C'est pour cela que nous engageons toute personne qui dispose d'un peu de temps à venir nous rejoindre au Conseil d'Administration. Vos compétences quelles qu'elles soient seront d'un grand secours pour permettre aux commissions (parrainages, comptabilité, adhérents/filleuls, achat/vente, expositions/ manifestations, communication, projets) de pouvoir enfin fonctionner.

Pour exemple de vos possibles contributions, j'en profite pour remercier Corinne pour la réalisation du courrier 2016 aux filleul(e)s (nouveau de l'année) et Alizée pour sa contribution dans la parution du calendrier 2017 vendu à Naturissima. Je vous annonce en même temps, que Isabelle Le Maître, notre secrétaire a quitté le Bureau depuis début février tout en acceptant de vous présenter le rapport d'activités ce soir. Je lui adresse, au nom de l'association, tous nos remerciements pour son travail compétent et assidu. Elle est très préoccupée par les situations des nonnes et des femmes au Zanskar/ et vient de créer une nouvelle association, qui, je l'espère, travaillera en coopération avec l'association Alpes Himalaya.

Tout cela m'incite donc à vous demander avec grande insistance de penser à proposer vos candidatures au CA en fin de cette AG. Nous ne sommes pas loin de 180 membres, une association très reconnue au Zanskar pour sa coopération et les rencontres entre des jeunes des deux montagnes et il serait très dommage qu'elle soit affaiblie par un CA et un Bureau trop restreint.

Je compte sur vous pour démarrer l'année 2017 avec plus de coopération, plus de rencontres, plus de réflexions et de discussions.

Notre association participe toujours au CA de la MNEI, qui nous héberge et qui rencontre de gros problèmes depuis que le département de l'Isère a réduit ses subventions en une peau de chagrin. La MNEI n'a même pas pu participer au Salon Naturissima en décembre 2016 et nous avons été obligés de nous y inscrire au prix fort. Tout le milieu associatif est durement frappé par cette diminution générale des subventions et la solidarité est de mise.

L'association Jeunes et Nature, qui abrite notre armoire et nous prête ses lieux pour des réunions, lutte aussi pour sa survie depuis plusieurs années. Actuellement nous avons nombres de filleuls en attente de parrainages, probablement de nouveaux entrants à l'école de Tangso et je renouvelle ma demande pour la recherche de nouveaux parrains/marraines pour 2017 et 2018 tout en remerciant les parrains/marraines actuels pour leur générosité, leur solidarité et leurs communications avec leurs filleuls pendant ces longues années. Sachez que les parents paysans, qui gagnent leurs vies si durement là-haut sur le toit du monde, vous sont infiniment reconnaissants pour cet effort durable envers leurs enfants.

Ayons une pensée d'amitié et d'espoir pour le peuple tibétain, qui souffre sous les lois arbitraires du gouvernement chinois depuis bientôt 70 ans.

Développons des conduites de solidarité envers les milliers de réfugiés, qui fuient la terreur et la misère. Espérons ensemble que la Planète retrouve la paix et l'harmonie.

Djulé, djulé, tashi delek

Catherine Hamburger, présidente

La vie de l'association

Rapport d'Activités AG 2016

Les activités pérennes de l'association que sont les foires et les expositions se sont déroulées dans la bonne humeur. Ces temps forts sont très importants pour notre association car ils nous permettent de présenter nos actions et d'avoir une visibilité sur la plate-forme grenobloise. Aussi nous faisons toujours de très belles rencontres, de nouveaux membres et parrains, des « relations publiques » et c'est ainsi que naissent de nouveaux projets. Nous remercions très vivement tous les bénévoles de l'association qui aident à animer les stands, et contribuent par « les petits plats sortis du panier » et le traditionnel chaé de notre présidente à créer une ambiance conviviale d'échange et de partage. Un grand merci aussi à notre public fidèle qui achète régulièrement bijoux, lainages, encens, crèmes de soins et objets tibétains. Merci à tous pour ce fidèle soutien.

Les grands rendez-vous de foires et expositions auxquelles nous avons participé sont :

- √ Eco festival en Gresivaudan (Lumbin) - 4 & 5 Juin 2016.
- √ Foire au naturel de l'Albenc - 3 & 4 Septembre 2016
- √ Semaine de la solidarité Internationale – du 12 au 20 novembre 2016.
- √ Naturissima - du 30 novembre au 4 décembre 2016 avec la réalisation d'un mandala sur le thème des réfugiés avec la collaboration de l'association Les Chevaux du Vent et notre marraine Patricia Favel.

Coté parrainage, il ne nous manque plus que quelques parrains pour satisfaire la scolarité de l'ensemble de nos filleul(e)s. A savoir que lorsque nos filleul(e)s grandissent et doivent quitter l'école du village pour poursuivre leurs études, la scolarité devient plus coûteuse et nous sommes amenés à doubler les parrainages pour chaque enfant, tout en laissant une part de 30% à régler par la famille (exception faite pour les orphelins de père que nous assurons à 100%). Si nous avons été pris de court lors du départ du 1^{er} groupe d'étudiants il y a trois années, nous avons su mieux anticiper la situation les années suivantes, ce qui explique qu'à ce jour pratiquement tous nos filleuls (à part quelques cas) sont correctement parrainés. Merci à vous tous de nous avoir rejoints. Cependant il nous faut toujours prévoir de nouveaux parrains pour les nouveaux filleuls entrants de 2017, et dont nous n'aurons la connaissance que lors de nos retours de mission. Car l'école de Tangso ne peut survivre que si elle admet chaque année de nouveaux élèves.

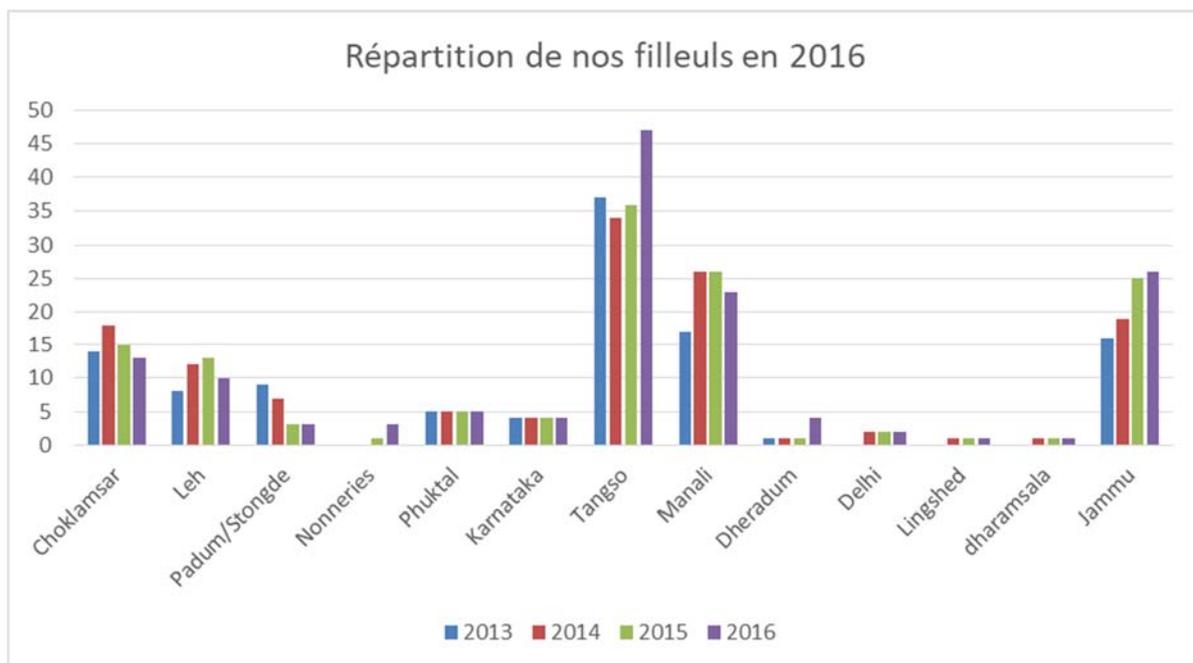
Alors si vous connaissez des amis, des proches qui pourraient être intéressés, n'hésitez pas à leur parler de l'association.

Bilan des parrainages pour 2016 :

173 adhérents dont 138 parrains/marraines (dont 35 qui font un don supplémentaire)
17 adhésions simples
20 donateurs (dont 4 gros donateurs)

A noter que cette année nous avons compté l'arrivée de 16 nouveaux parrains, et que très peu nous ont quitté. Comme les années précédentes, certains adhérents ont fait le choix de ne pas parrainer un enfant en particulier. Ceci contribue à nous aider pour les enfants ayant besoin d'un complément de parrainage, et à apporter une contribution supplémentaire à l'école de Tangso, contribution non couverte par les parrainages.

Une mention particulière à notre partenaire « Santé Zanskar Himalaya » qui par une dotation de 2 600 € accorde un soutien inestimable à nos actions pour le maintien et le développement de la médecine tibétaine au Zanskar : parrainage de jeunes étudiants en médecine tibétaine, financement des traitements de médecine tibétaine au village de Tangso, et financement de la campagne de soin menée dans la vallée de la Lungnak par notre fidèle ami amchi Lotos.



Côté filleuls, remarquons que les localités de Tangso, Jammu et Manali représentent nos plus gros effectifs. Les effectifs sont à peu près à l'équilibre sur Tangso. Le pic de 2016 s'explique par le fait que les étudiants de classe 8 (8 élèves) ont eu leurs résultats d'examen trop tard pour pouvoir passer le Shingo La (5100m d'altitude) dans de bonnes conditions. Ils attendent donc les mois de mars/avril 2017 pour rejoindre Manali.

Les grands étudiants de HBS/Manali sont allés sur Dheradum. Les étudiants de Choklamsar et Leh arrivent aussi en fin de cycle secondaire. Tous ces étudiants qui grandissent engendrent des coûts de scolarité plus importants, d'où un besoin en double parrainage qui augmente chaque année. Noter la contribution de l'association auprès des monastères (9 lamas) et nonneries (3).

Les autres événements de l'année sont :

- √ La quinzaine de la Médecine tibétaine, du 1er au 14 novembre 2016. A l'occasion du 100^{ème} anniversaire de l'institut de médecine tibétaine, le Men Tsee Khang, l'association a reçu pendant une quinzaine de jours la délégation européenne constituée de 4 membres dont un médecin, le Dr Passang Wangdu, une astrologue, Mrs Sonam Palmo, le secrétaire principal du directeur du MTK, Mr Tseten Dorjee, et l'adjointe à la secrétaire principale du MTK, Ms Kalsang Dechen. Vous avez été très nombreux à participer à cette quinzaine tibétaine et nous vous en remercions. Ce fut aussi l'occasion de rencontrer de très nombreuses personnes que nous n'avons pas vraiment l'habitude de rencontrer lors de nos manifestations habituelles, ce fut donc une quinzaine très enrichissante pour nous tous.

De nombreuses conférences ont été données à chaque fois sous invitation : à la maison de l'internationale à Grenoble, à l'auditorium de l'office du tourisme de Grenoble, au centre médical Rocheplane qui nous a fait l'honneur d'un don de 500€, à la clinique Belledonne, dans la salle municipale de Saint Nazaire les Eymes où notre ami Jean-Claude Nectoux nous a fait la joie d'un concert de bols tibétains, au restaurant le Nepalaya pour deux conférences dédiées à la nutrition, au musée de l'Ours des Cavernes (site très original que nous avons découvert sous la neige), et dans la grandeur des locaux de l'Abbaye de Saint Antoine. Sans oublier la semaine d'exposition à la galerie/Café La Vina où un magnifique mandala de médecine tibétaine a été créé en collaboration avec l'association Chevaux du vent et notre amie Patricia Favel. Merci pour sa grande gentillesse et sa contribution.

- √ Le marché de Noël à Vaulnaveys Le Haut le 11 décembre 2016.
- √ Les missions de l'été présentées par notre présidente dans son rapport moral ont été de belles réussites, un grand bravo à tous pour avoir mené à bien et haut la main chaque mission :
 - Projet électrification de l'école (Suite)
 - Projet plantes médicinales
 - Rencontre avec les filleuls

Toujours de la bonne humeur, beaucoup de contacts et des bénévoles impliqués pour faire de ces moments des francs succès avec le public.

Un grand merci à tous, les bénévoles pour votre aide sur ces différentes foires, notre public fidèle et nos parrains, adhérents qui nous permettent de mener à bien nos actions auprès des enfants de l'Himalaya, qui vous en sont très reconnaissants.



Association Alpes-Himalaya
Maison de la nature et de l'environnement
5 Place Bir Hakeim - 38000 Grenoble

Téléphone : 04 76 52 24 41
Messagerie : djule-djule@alpes-himalaya.org
www.djule-djule.alpes-himalaya.org

Présentation des CHARGE (-) et PRODUITS (+) de l'année 2016.**Variation sur compte résultats****Sur nos stands et manifestations diverses :**

Les « ventes de marchandises » sont en hausse en 2016 par rapport en 2015.

L'écart de MARGE de -3 049,72 € entre les deux exercices 2015-2016 est dû du fait aux recettes élevées en 2015 du fait de notre participation au festival du film d'aventure vécu au Fontanil.

Adhésions :

Avec un montant total de 2 595 € (173 membres), les adhésions sont en augmentation par rapport en 2015.

Par contre d'après le tableau présenté les adhésions ne semblent pas recouvrir les dépenses de l'association, dites « Total Charges fonctionnement » puisque ces dernières s'élèvent à 7 276,82 €.

Afin d'expliquer ce point, trois postes sont à mettre en avant :

- √ **Foires et exposition :** charges de 220 € en 2015 contre 1 153,80 € en 2016.
Cette grande différence est due aux augmentations de toutes les inscriptions aux foires et tout particulièrement à Naturissima du fait des gros problèmes financiers rencontrés par la MNEI et donc de leur retrait de cette manifestation.
Lumbin (75 € > 79 €), L'Albenc (145 € > 247 €), Naturissima (646,80 €)
Notre présence à ces manifestations est indispensable car elle assure notre visibilité locale et est favorable au recrutement de nouveaux membres.
- Pour les manifestations mineures :**
Bernin 35€, Montbonnot 18€, Galerie/Café La Vina 100€
Il semble important de d'amplifier ce type de prestations à faible coût, voir même manifestations gratuites.
- √ **Prestations intervenant :**
La somme supérieure en 2015 est due au paiement des prestations de Chanteur tibétain Chozom, de Lama Tsewang et de Dorje Lurap pour leur participation lors du festival du film d'aventure vécue (total de 1 600 €), ce qui réduit d'autant la marge bénéficiaire du festival, qui n'a été finalement que de 1 449,72 €.
La somme de 2016, dont on retrouve l'équivalent en 2015, correspond à la possibilité offerte à notre ami Mr Dal Molin de faire valoir ses activités de réalisation de mandala sur différents sites. Cette facilité lui est accordée du fait de sa participation très active en tant qu'animateur bénévole pour la réalisation de mandalas lors des manifestations de l'association Alpes Himalaya.
- √ **Réceptions :** sont inclus les frais pour la quinzaine tibétaine (886 €) qui ont été compensés par les entrées au chapeau, les frais de mission au Zanskar (total 557,91 € pour les 3 missions 2016, frais de transports + frais de réception des étudiants en ville), pour des frais d'accueil d'amchi Lotos et Passang (97,26 €). Les 487 € restant sont en attente de régularisation de mission.

En estimant que l'ensemble de ces 3 postes n'ont pas à être compensés par les adhésions mais plutôt par nos activités expositions/manifestation, nous estimons que le montant de l'adhésion devrait rester inchangé pour 2017, soit 15€ l'adhésion.

Parrainages

Les besoins en parrainage ont largement augmentés en 2016 par rapport à 2015. Ceci est dû aux élèves qui grandissent et donc aux coûts de scolarité plus élevés.

En ce qui concerne l'école du village de Tangso tous les postes ont un coût globalement plus élevé. (Tableau présenté et commenté en salle). En 2016 un total de 8 600 € a été laissé à l'association locale « Zanskar Sorig Association » dont nous présentons le budget prévisionnel. Soit 39 élèves à 120 € de parrainage (total 4 680 €), auxquels se sont rajoutés 3920 € de don plus 44 € de jeux pour les enfants.

Il serait justifié de passer à un parrainage de 150€ par élève (soit un total de 135€ pour 39 élèves) afin de pouvoir diminuer l'apport par don de l'association.

Afin de nous faciliter la préparation des missions en Inde il serait souhaitable que les sommes de parrainage soient versées avant la mi-juin. Nous vous informons que les virements automatiques en plusieurs versements sont également acceptés par l'association.

« Aide projet vallée de Tangso » : 2 500 € à affecter au projet électrification tranche 2016.

« Frais de déplacement France Inde », correspondent au coût des billets d'avion et visas qui sont considérés comme des dons à l'association pour les membres qui partent en mission au Zanskar, sommes qui sont compensés en charges/produits.

« Autres dons » : il faut noter l'aide conséquente de notre partenaire « Association Santé Zanskar Himalaya » (2 600 € en 2016) qui contribue aux parrainages d'étudiants en médecine tibétaine et conventionnelle, fondation AUDAVIE qui a reçu la délégation du MTK au centre de Rocheplane, le monastère de la Grande Chartreuse, et quelques membres donateurs très généreux. Nous les remercions ici très chaleureusement.

« Les « frais de mission » Himalaya qui apparaissent en 2015, ont été transférés dans nos résultats 2016 dans « charges fonctionnement ».

« Les intérêts de livret » sont assez faibles dû à la baisse du taux d'intérêts (0,35). Pour 2017 nous allons basculer sur livret A qui à ce jour présente un taux plus élevé (0,75).

Suivent les Tableaux :

Présentation des charges et produits de l'année 2016

Variation sur compte résultats

Rapport au total encaissé

Tableau qui montre que 98,83% de nos encaissements sont redistribués lors de nos missions en Himalaya ce qui est bien en accord avec les objectifs de notre association.

Contrôle par rapport au budget prévisionnel

Bilan 2016 au 31 décembre 2016

Un résultat négatif de -332,24 €

Budget Prévisionnel 2017

Nous proposons le budget prévisionnel 2017 dans le tableau joint.

Nous remarquerons qu'il est en déséquilibre d'une valeur de 3 380 €

Ce qui nous permet de réfléchir ensemble, si nous ne souhaitons pas réduire notre aide au Zanskar, sur le type d'actions que l'on pourrait mener localement en France

Présentation des CHARGES (-) et PRODUITS (+) de l'année 2016.
Variation sur compte résultats

CHARGES	Exercice N 2 016	Exercice N-1 2 015	ECART	PRODUITS	Exercice N 2 016	Exercice N-1 2 015	ECART
ACHATS				RECETTES			
Achats marchandises	3 518,83	1 250,01	2 268,82	Ventes de marchandise	6 283,50	5 873,00	410,50
				Ventes de produits finis		2 539,00	
Variation stocks	- 2 097,60			Prestations services		750,00	- 750,00
				Sous-total recettes	6 283,50	9 162,00	- 2 878,50
Sous-total achats utilisés	1 421,23	1 250,01	171,22	MARGE	4 862,27	7 911,99	- 3 049,72
Fournitures et matières consommables	39,40	308,32	- 268,92	ADHESIONS	2 595,00	2 490,50	104,50
Fournitures de bureau	385,97	409,30	- 23,33	DONS			
Sous-total achats non stockés	425,37	717,62	- 292,25	Parrainages enfants et école	30 948,00	26 749,50	4 198,50
CHARGES EXTERNES				Animations	830,00	800,00	30,00
Location immobilière	110,00	89,00	21,00	Trajets France Inde	8 093,10	11 003,05	- 2 909,95
Assurances	191,42	374,08	- 182,66	Autres	6 558,44	8 143,72	- 1 585,28
Catalogues	635,41	610,71	24,70	Sous-total dons	46 429,54	46 696,27	- 266,73
Prestations intervenants	1 850,00	2 971,86	- 1 121,86				
Foires expositions	1 153,80	220,00	933,80	Total produits	49 024,54	49 186,77	- 162,23
Voyages déplacement	-	376,73	- 376,73	INTERETS LIVRET	49,50		49,50
Réception	2 028,17	243,08	1 785,09				
Frais postaux et téléphone	273,64	228,27	45,37				
Services bancaires	218,39	149,10	69,29				
Cotisations	246,90	286,90	- 40,00				
Autres charges	143,72	19,00	124,72				
Sous-total charges externes	6 851,45	5 568,73	1 282,72				
Total charges fonctionnement	7 276,82	6 286,35	990,47				
CHARGES HIMALAYA							
Parrainages enfants et école	32 811,00	26 465,00	6 346,00				
Parrainages (Réserve en Inde)	1 458,00						
Aide à Zanskar Sorig Association	3 964,00	2 180,00	1 784,00				
Aide projet vallée du Tangso	2 707,00	3 166,06	- 459,06				
Aide projet hors vallée du Tangso	400,00	950,00	- 550,00				
Frais de mission		905,00	- 905,00				
Frais déplacement France Inde	6 532,43	8 698,63	- 2 166,20				
Charges exceptionnelles	577,30	1 971,45	- 1 394,15				
Sous-total charges Himalaya	48 449,73	44 336,14	4 113,59				
TOTAL DES CHARGES	55 726,55	51 872,50	3 854,05				
RESULTAT BENEFICE		6 476,27		RESULTAT PERTE	1 790,24		8 266,51
TOTAL GENERAL	57 147,78	58 348,77		TOTAL GENERAL	57 147,78	58 348,77	

Présentation des CHARGES (-) et PRODUITS (+) de l'année 2016.
Rapport au total encaissé

CHARGES	Exercice N	%	Exercice N-1	%	PRODUITS	Exercice N	%	Exercice N-1	%
	2 016	ENCAIS	2 015	ENCAIS		2 016	ENCAIS	2 015	ENCAIS
ACHATS					RECETTES				
Achats marchandises	3 518,83	7,18%	1 250,01	2,54%	Ventes	6 283,50	12,82%	8 412,00	17,10%
Variation stocks	- 2 097,60	-4,28%			Prestations services			750,00	1,52%
Sous-total achats utilisés	1 421,23	2,90%	1 250,01	2,54%	Sous-total recettes	6 283,50	12,82%	9 162,00	18,63%
Fournitures et matières consommables	39,40	0,08%	308,32	0,63%	MARGE	4 862,27	9,92%	7 911,99	16,09%
Fournitures de bureau	385,97	0,79%	409,30	0,83%	ADHESIONS	2 595,00	5,29%	2 490,50	5,06%
Sous-total achats non stockés	425,37	0,87%	717,62	1,46%	DONS				
CHARGES EXTERNES					Parrainages	30 948,00	63,13%	26 749,50	54,38%
Location immobilière	110,00	0,22%	89,00	0,18%	Animations	830,00	1,69%	800,00	1,63%
Assurances	191,42	0,39%	374,08	0,76%	Trajets France Inde	8 093,10	16,51%	11 003,05	22,37%
Catalogues	635,41	1,30%	610,71	1,24%	Autres	6 558,44	13,38%	8 143,72	16,56%
Prestations intervenants	1 850,00	3,77%	2 971,86	6,04%	Sous-total dons	46 429,54	94,71%	46 696,27	94,94%
Foires expositions	1 153,80	2,35%	220,00	0,45%	Total produits	49 024,54	100,00%	49 186,77	100,00%
Voyages déplacement	-	0,00%	376,73	0,77%	INTERETS LIVRET	49,50	0,10%		
Réception	2 028,17	4,14%	243,08	0,49%					
Frais postaux et téléphone	273,64	0,56%	228,27	0,46%					
Services bancaires	218,39	0,45%	149,10	0,30%					
Cotisations	246,90	0,50%	286,90	0,58%					
Autres charges	143,72	0,29%	19,00	0,04%					
Sous-total charges externes	6 851,45	13,98%	5 568,73	11,32%					
Total charges fonctionnement	7 276,82		6 286,35	12,78%					
CHARGES HIMALAYA									
Parrainages enfants et école	34 269,00	69,90%	26 465,00	53,81%					
Aide à Zanskar Sorig Association	3 964,00	8,09%	2 180,00	4,43%					
Aide projet vallée du Tango	2 707,00	5,52%	3 166,06	6,44%					
Aide projet hors vallée du Tango	400,00	0,82%	950,00	1,93%					
Frais de mission		0,00%	905,00	1,84%					
Frais déplacement France Inde	6 532,43	13,32%	8 698,63	17,68%					
Charges exceptionnelles	577,30	1,18%	1 971,45	4,01%					
Sous-total charges Himalaya	48 449,73	98,83%	44 336,14	90,14%					
TOTAL DES CHARGES	55 726,55	113,67%	51 872,50	105,46%	RESULTAT PERTE	1 790,24	3,65%		
RESULTAT BENEFICE			6 476,27	13,17%					
TOTAL GENERAL	57 147,78		58 348,77		TOTAL GENERAL	57 147,78		58 348,77	

Présentation des CHARGES (-) et PRODUITS (+) de l'année 2016.
Contrôle par rapport au budget prévisionnel

CHARGES	Exercice N	BUDGET	ECART	PRODUITS	Exercice N	BUDGET	ECART
	2 016	2 016			2 016	2 016	
ACHATS				RECETTES			
Achats marchandises	3 518,83	2 000,00	1 518,83	Ventes	6 283,50	5 000,00	1 283,50
Variation stocks	- 2 097,60			Prestations services		-	-
Sous-total achats utilisés	1 421,23	2 000,00	- 578,77	Sous-total recettes	6 283,50	5 000,00	1 283,50
Fournitures et matières consommables	39,40	-	39,40	MARGE	4 862,27	3 000,00	1 862,27
Fournitures de bureau	385,97	300,00	85,97	ADHESIONS	2 595,00	2 400,00	195,00
Sous-total achats non stockés	425,37	300,00	125,37	DONS			
CHARGES EXTERNES				Parrainages	30 948,00	32 000,00	- 1 052,00
Location immobilière	110,00	100,00	10,00	Animations	830,00	-	830,00
Assurances	191,42	400,00	- 208,58	Trajets France Inde	8 093,10	-	8 093,10
Catalogues	635,41	700,00	- 64,59	Autres	6 558,44	4 000,00	2 558,44
Prestations intervenants	1 850,00		1 850,00	Sous-total dons	46 429,54	36 000,00	10 429,54
Foires expositions	1 153,80	200,00	953,80	Total produits	49 024,54	38 400,00	10 624,54
Voyages déplacement	-		-	INTERETS LIVRET	49,50		49,50
Réception	2 028,17	250,00	1 778,17				
Frais postaux et téléphone	273,64	300,00	- 26,36				
Services bancaires	218,39	200,00	18,39				
Cotisations	246,90	300,00	- 53,10				
Autres charges	143,72	-	143,72				
Sous-total charges externes	6 851,45	2 450,00	4 401,45				
Total charges de fonctionnement	7 276,82	2 750,00	4 526,82				
CHARGES HIMALAYA							
Parrainages enfants et école	34 269,00	27 000,00	7 269,00				
Aide à Zanskar Sorig Association	3 964,00	2 500,00	1 464,00				
Aide projet vallée du Tango	2 707,00	500,00	2 207,00				
Aide projet hors vallée du Tango	400,00	500,00	- 100,00				
Frais de mission		6 150,00	- 6 150,00				
Frais déplacement France Inde	6 532,43		6 532,43				
Charges exceptionnelles	577,30		577,30				
Sous-total charges Himalaya	48 449,73	36 650,00	11 799,73	RESULTAT PERTE	1 790,24		
TOTAL DES CHARGES	55 726,55	41 400,00	14 326,55				
TOTAL GENERAL	57 147,78	43 400,00		TOTAL GENERAL	57 147,78	43 400,00	

Bilan au 31 décembre 2016
Exercice du 01/01/2016 au 31/12/2016
Comparaison avec l'exercice 2015

ACTIF	2016	2015	PASSIF	2016	2015
	Net	Net		Net	Net
Stocks (prix vente 5244,00)	2 097,60		FONDS PROPRES		
	-		Report à nouveau	28 757,80	22 281,53
Total I	2 097,60	-	Résultat	- 332,24	6 476,27
Disponibilités			Total I situation nette	28 425,56	28 757,80
Banque compte courant	4 018,14	2 429,18			
Livret épargne	20 748,12	26 328,62			
Réserve/Dépôt en Inde	1 458,00				
Sous-total	26 224,26	28 757,80			
Caisse	103,70				
Total II	26 327,96	28 757,80	Total II		
TOTAL GENERAL (I+II)	28 425,56	28 757,80	TOTAL GENERAL (I+II)	28 425,56	28 757,80

Présentation des CHARGE (-) et PRODUITS (+) de l'année 2016
Budget prévisionnel 2017

CHARGES	Exercice N	BUDGET	PRODUITS	Exercice N	BUDGET
	2016	2017		2016	2017
ACHATS			RECETTES		
Achats marchandises	3 518,83	2 000,00	Ventes	6 283,50	5 000,00
Variation stocks	- 2 097,60		Prestations services	-	
Sous-total achats utilisés	1 421,23	2 000,00	Sous-total recettes	6 283,50	5 000,00
Fournitures et matières consommables	39,40	20,00	MARGE	4 862,27	3 000,00
Fournitures de bureau	385,97	400,00	ADHESIONS	2 595,00	2 600,00
Sous-total achats non stockés	425,37	420,00	DONS		
CHARGES EXTERNES			Parrainages	30 948,00	32 000,00
Location immobilière	110,00	110,00	Animations	830,00	900,00
Assurances	191,42	200,00	Trajets France Inde	8 093,10	5 000,00
Catalogues	635,41	700,00	Autres	6 558,44	4 000,00
Prestations intervenants	1 850,00	400,00	Sous-total dons	46 429,54	41 900,00
Foires expositions	1 153,80	1 200,00			
Voyages déplacement	-		Total produits	49 024,54	44 500,00
Réception	2 028,17	300,00	INTERETS LIVRET	49,50	
Frais postaux et téléphone	273,64	300,00			
Services bancaires	218,39	200,00			
Cotisations	246,90	300,00			
Autres charges	143,72	150,00			
Sous-total charges externes	6 851,45	3 860,00			
Total charges de fonctionnement	7 276,82	4 280,00			
CHARGES HYMALAYA					
Parrainages enfants et école	34 269,00	35 000,00			
Aide à Zanskar Sorig Association	3 964,00	2 700,00			
Aide projet vallée du Tangso	2 707,00	1 000,00			
Aide projet hors vallée du Tangso	400,00	900,00			
Frais de mission					
Frais déplacement France Inde	6 532,43	5 000,00			
Charges exceptionnelles	577,30				
Sous-total charges Himalaya	48 449,73	44 600,00	DESEQUILIBRE		3 380,00
TOTAL DES CHARGES	55 726,55	50 880,00			
TOTAL GENERAL	57 147,78	52 880,00	TOTAL GENERAL	55 357,54	49 500,00

Comptabilité tenue par Christiane RIONDET (trésorière),
avec l'aide de Isabelle LE MAITRE puis Françoise GIROUD (vice-présidente).
Commissaire aux comptes : Catherine BETEND (Expert-comptable/commissaire aux comptes RETRAITÉE)

La vie de l'association

Organigramme et Outils de communication

Composition du bureau

Présidente : Catherine HAMBURGER
 Vice-Présidente : Françoise GIROUD
 Secrétaire : Cécile GUILLOUX
 Secrétaire adjoint : Hervé SERVANT
 Trésorière : Christiane RIONDET

Responsables de commissions :

Comptabilité : Christiane RIONDET
 Missions : Françoise GIROUD
 Parrainage : Françoise GIROUD
 Ventes/Achats : Anne RAULT
 Expositions/Stand : Catherine HAMBURGER
 Communication : Françoise GIROUD
 Représentation MNEI/ASI : C. HAMBURGER

Des membres pour faire vivre l'association : vous avez un peu de temps libre, quelques soient vos compétences Rejoignez nous !!!

Convivialité : C'est l'affaire de tous et à développer tous ensemble au sein de notre association.

Merci à chacun d'entre vous de nos indiquer toute salle à laquelle vous pourriez avoir accès gratuitement (ou à faible coût) pour présentation de film / diaporama, exposition photos, animations, stand (marché de Noël par exemple), animation aussi dans les écoles (présentation du mode de vie de nos amis zanskarpas, mandala, fabrication de momos)...

Vous avez des talents pour la confection de petits objets sympas, n'hésitez pas à nous les proposer, nous les vendrons sur nos stands au bénéfice de l'association

Vous avez des restants de laine, de vieux vêtements, cravates, divers tissus ... nous sommes preneurs : certaines de nos membres sont spécialistes dans le « **Recyclage Malin** »

La vie de l'association : nos outils de communication

La communication au sein de notre association : Pensez à consulter régulièrement :

Notre site Internet : <http://alpes-himalaya.org>

Notre page facebook : « Alpes-Himalaya: Nos frères du toit du monde »

Notre journal annuel « Djulé-Djulé » disponible en version pdf sur notre site (version papier à la demande)

Nos News Letters ... elles devraient reprendre vie cette année 2017 !!!

Nos listes de diffusion adhérents / sympathisants / Médecine Tibétaine.

N'oubliez pas de communiquer vos changements d'adresse à francoise.giroud.fg@orange.fr

Association Alpes Himalaya : bulletin d'adhésion

NOM & Prénom: _____ Num tél : _____

Adresse email : _____

Adresse Postale : _____

Je souhaite être inscrite sur votre liste de diffusion :

Adhérent

Sympathisant

Médecine Tibétaine

- En souscrivant la cotisation annuelle de 15 e (familiale);
- En parrainant la scolarité annuelle d'un enfant (par tranche de 150e) + 15e d'adhésion
- En participant aux grands projets de l'association pour l'aide à l'école et/ou au village de Tangso
- En participant au soutien d'actions locales pour la protection de l'environnement et la sensibilisation de la population
- En participant au soutien de la Médecine traditionnelle Tibétaine
- En participant à l'aide pour d'éventuelles hospitalisations ou des soins particuliers



Association Alpes-Himalaya
 Maison de la nature et de l'environnement
 5 Place Bir Hakeim - 38000 Grenoble

Téléphone : 04 76 52 24 41
 Messagerie : djule-djule@alpes-himalaya.org
www.djule-djule.alpes-himalaya.org



