



# *Namasté*

नमस्ते

N° 92

Janvier - Février - Mars 2021

	<i>Page</i>
<i>Edito et Voeux</i>	2
<i>Nouvelles des villages</i>	4
- L'activité du dispensaire	
- Le courrier de l'école de Rigaon	
- L'évolution des effectifs dans les écoles	
<i>Le projet agricole</i>	8
<i>Nouvelles de NAMASTÉ Monaco</i>	9
<i>Prochains rendez-vous</i>	11
- Les randonnées	
- Le voyage	
<i>Revue de presse</i>	13
<i>Agenda</i>	16

Association Népal Avignon

20, rue Agricole Perdiguier - 84 000 AVIGNON - Tél.: 06 56 83 60 95

e-mail : nepal.avignon.rigaon@free.fr

site http : a.nepal.avignon.free.fr

Siège social : 20, rue Poincaré - Avignon

नयाँ बर्ष २०२१

को हार्दिक शुभकामना

*Bonne année*

2021



# Edito et voeux



Chers Amis,

Au Népal comme en France, l'année écoulée a été aussi étrange que difficile. En tournant la page et en ouvrant celle de 2021, on ne peut qu'espérer mieux.

Quoi qu'il en soit, en tant que nouveau président de l'association, j'aurai à cœur de poursuivre l'action menée par mes prédécesseurs (j'ose le néologisme). Tant dans le domaine scolaire, que dans ceux des soins, de l'artisanat et de l'agriculture, l'importance du travail réalisé force mon estime.

À Colette, la fondatrice visionnaire, puis à Lucette qui a su poursuivre l'entreprise avec rigueur et générosité, je tiens à dire mon admiration.

Mais une association vit surtout par ses membres et je sais la très grande part qui a été prise par le bureau et par toutes les bonnes volontés pour organiser conférences, repas, ventes et autres activités. Merci à vous tous d'avoir si bien fait exister l'ANA et transformé Rigaon en ce qu'il est devenu .

Il m'appartient désormais de trouver le souffle nécessaire pour aborder cette nouvelle année. J'aurai besoin de chacun d'entre vous, de toutes les compétences et de toutes les énergies pour reprendre le flambeau, continuer, imaginer et inventer. Je compte sur vous pour réaliser de belles choses ensemble, pour Rigaon.

*Bonne année à tous !*

Bruno Gallet

*Post scriptum :*

*J'apprends à l'instant qu'une expédition népalaise vient de réaliser la première hivernale du K2, deuxième sommet de la planète, situé sur la frontière indo-pakistanaise. L'ascension en est difficile, dangereuse également car constamment menacée par des chutes de séracs. L'exploit est important. Il est significatif aussi car il marque le début d'expéditions à l'initiative des habitants de l'Himalaya.*

*De la même façon, puisse l'aide de l'ANA permettre aux gens de Rigaon de prendre un jour leur destinée en main.*



*Une classe de Choké*

# Nouvelles des villages



## Bilan du dispensaire

Raju a établi le bilan de l'activité du dispensaire pour l'année de juillet 2019 à juillet 2020.



L'équipe médicale

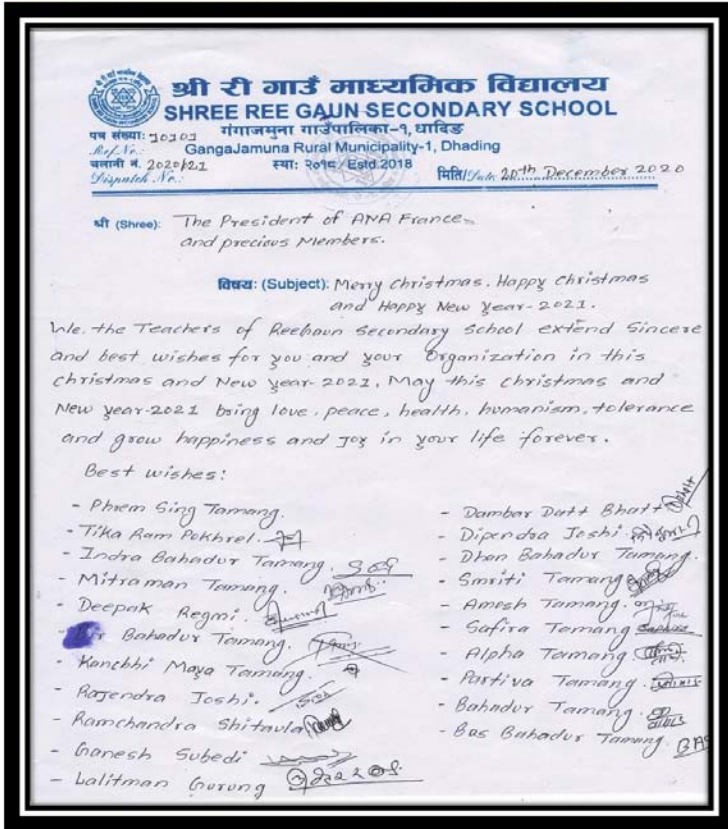
	Maladie	Total
1	Coqueluche	0
2	Tuberculose	0
3	Oreillons	0
4	Hépatite B	0
5	Typhoïde	65
6	Dysenterie amibienne	2
7	Dysenterie à bacilles	10
8	Diarrhée	154
9	Vers intestinaux	22
10	Jaunisse	4
11	Lèpre	0
12	Leucorrhée	0
13	Douleurs abdominales	0
14	Infections pulmonaires	639
15	Infections respiratoires	281
16	Pneumonie	33
17	Bronchite	4
18	Infections urinaires	82
19	Grippe	469
20	Diabète	4
21	Malnutrition	0
22	Anémie	70
23	Polynéphrite	57
24	Acnée	1
25	Eczéma	157
26	Herpès	15
27	Impétigo	117
28	Furoncles	23
29	Abcès	102
30	Mycose	65
31	Gâle	17
32	Otite aigüe	9
33	Otite chronique	57
34	Sinusite	43
35	Angines aigües	126

36	Maux de gorge	21
37	Problèmes auriculaires	0
38	Rhinites	0
39	Caries	602
40	Maux de dents	184
41	Gingivite	17
42	Conjonctivite	218
43	Cataracte	2
44	Dépression	6
45	Hypertension	30
46	Asthme	57
47	Maux de tête	230
48	Gastrite	366
49	Piqûre d'insecte	4
50	Douleurs abdominales	48
51	Brûlures	8
52	Morsure de chien	2
53	Piqûre de serpent	7
54	Blessures - fractures	279
55	Arthrite	355
56	Maux de dos	256
57	Calcul rénaux	0
58	Abcès au sein	8
59	Appendicite	0
60	Hernie	1
61	Epanchement liquidien dans les bourses	1
62	Hémorroïdes	12
63	Avortement	0
64	Rétention du placenta	0
65	Prolapsus de l'utérus	3
66	Epilepsie	1
67	Bronchite chronique et emphysème	9
68	Polyadénopathie ORL	0
69	Accouchements	27
	Total	5382

# Courrier du village



## Lettre des professeurs

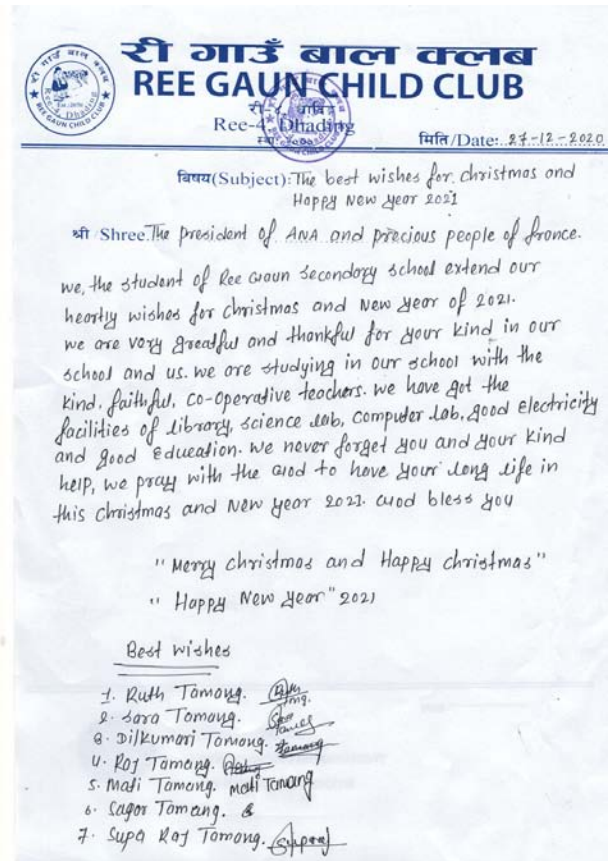


A la Présidente d'ANA France et ses précieux membres,  
 Les professeurs de l'école de Rigaon vous envoient ainsi qu'aux membres de l'association, leurs meilleurs vœux pour la nouvelle année 2021.  
 Que la nouvelle année apporte amour, paix, santé, humanisme, tolérance et développe le bonheur dans votre vie pour toujours.



Les professeurs payés par l'ANA

## Lettre des étudiants



A la Présidente d'ANA et au précieux peuple de France,  
 Les étudiants de l'école secondaire de Rigaon vous envoient leurs meilleurs vœux pour Noël et la nouvelle année 2021.  
 Nous vous sommes très reconnaissants et vous remercions pour votre bonté à l'égard de notre école.  
 Nous étudions avec des professeurs agréables, coopératifs et qui ont la foi. Nous avons à notre disposition la bibliothèque, le laboratoire de sciences, les ordinateurs, l'électricité et une bonne éducation.  
 Nous n'oublions jamais votre bonté et votre aide. En ce Noël et cette nouvelle année, nous prions pour vous et vous souhaitons une longue vie. Dieu vous bénisse.  
 Joyeux et heureux Noël ! Bonne année !

## *Evolution des effectifs des écoles du canton de Rigaon*

Données recueillies par Lucette

En 20 ans, la population du canton est restée relativement stable (8 000 habitants) alors que le nombre d'enfants scolarisés a été multiplié par 3 pour les garçons (G) et par 12 pour les filles (F). A partir de 2009, les nombres de garçons et de filles sont voisins.

Ecoles du canton	1990		1995		2003		2004		2005		2006		2007		2008		2009		2010		2011	
	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G
<b>RIGAON</b>	/	/	34	89	45	91	59	89	54	78	54	88	54	88	61	111	73	113	99	129	112	170
	15	63	66	81	71	89	67	110	50	105	50	95	50	95	63	83	57	71	44	67	77	90
<b>TAWAL</b>	/	/	22	40	76	48	15	35	15	35	17	17	17	17	45	48	72	70	101	94	136	107
	13	67	79	133	99	133	104	132	104	132	115	157	114	112	131	139	114	112	101	91	98	85
<b>TAJMRANG</b>	10	66	44	86	60	111	54	84	62	86	56	83	80	61	109	73	140	93	150	104		
<b>KITCHET</b>	7	33	16	33	12	68	36	73	36	73	51	98	57	98	63	111	68	111	68	111	73	119
<b>SALLERI</b>	20	66	26	27	26	22	33	23	33	24	68	42	69	41	75	54	60	44	60	44	55	44
<b>KUTAL</b>	10	45	58	80	75	62	84	64	77	57	90	51	104	51	72	45	48	41	48	41	86	37
<b>DUSHENI</b>	10	45	28	42	28	49	32	46	50	57	62	69	73	71	70	85	69	86	69	86	72	74
<b>LATAP</b>	15	30	Fermée	Fermée	Fermée	Fermée	30	24	32	26	34	31	40	36	59	37	68	36	68	36	71	52
<b>CHOKE</b>			26	60	40	22	55	47	51	59	75	75	57	63	75	67	82	78	82	78	70	62
<b>TAWAL BESI</b>			20	31	24	26	25	25	33	15	31	11	31	11	26	9	28	20	28	20	6	2
<b>RICHET</b>			33	42	31	38	37	45	56	36	52	44	55	45	63	60	81	93	81	93	84	79
<b>KARANG</b>							28	46	31	45	34	40	34	40	18	29	26	31	26	31	31	31
<b>TOTAL</b>	<b>90</b>	<b>349</b>	<b>442</b>	<b>744</b>	<b>537</b>	<b>759</b>	<b>659</b>	<b>843</b>	<b>684</b>	<b>828</b>	<b>789</b>	<b>901</b>	<b>890</b>	<b>898</b>	<b>946</b>	<b>936</b>	<b>1055</b>	<b>1014</b>	<b>1121</b>	<b>1056</b>	<b>1121</b>	<b>1056</b>

Ecoles primaires

1 Ecoles secondaires de Rigaon et Tawal

2 Ecoles primaires de Rigaon et Tawal

Ecoles du canton	2012		2013		2014		2015		2016		2017		2018		2019		2020		
	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	
<b>RIGAON</b>	1	124	163	129	170	149	176	153	184	141	158	143	133	145	139	140	140	173	140
	2	43	47	38	40	41	39	37	39	25	32	13	23	18	34	23	23	23	24
<b>TAWAL</b>	1	157	111	144	109	170	116	175	113	155	141	145	116	129	103	49	33	112	91
	2	87	68	83	70	81	67	95	70	61	42	51	37	50	44	107	93	46	40
<b>TAJIMRANG</b>		107	104	118	94	90	75	96	78	62	59	56	68	77	59	56	77	56	83
<b>KITCHET</b>		73	119	70	92	56	87	75	86	49	76	46	56	47	51	44	52	73	48
<b>SALLERI</b>		51	45	48	49	28	42	28	43	22	17	20	38	18	41	19	42	21	39
<b>KUTAL</b>		54	33	48	36	42	37	43	36	33	32	20	24	23	21	19	29	21	27
<b>DUSHENI</b>		72	76	56	61	42	58	48	62	39	35	26	28	26	27	22	24	20	32
<b>LATAP</b>		71	48	72	53	66	46	76	64	67	45	60	45	57	46	49	38	52	39
<b>CHOKE</b>		72	49	70	45	68	44	72	43	64	38	54	36	53	37	47	37	43	44
<b>TAWAL BESI</b>		25	13	20	17	7	6	8	15	8	10	4	9	6	9	10	10	12	10
<b>RICHET</b>		78	78	69	59	74	82	48	48	6	12	23	35	21	33	28	29	29	28
<b>KARANG</b>		23	31	28	21	24	26	/	/	12	4	6	2	/	/	/	/	/	/
<b>TOTAL</b>		1037	983	997	909	938	931	943	871	734	695	667	650	670	644	615	629	670	646

Ecoles primaires

1 Ecoles secondaires de Rigaon et Tawal  
2 Ecoles primaires de Rigaon et Tawal

# Le projet agricole

Les démarches engagées à Rigaon en faveur de l'agriculture, notamment la production de café et de thé de qualité, semblent prometteuses. Elles sont tournées vers l'investissement et peuvent à terme permettre à ses habitants un apport de revenus significatifs, à condition toutefois d'être menées avec rigueur et constance.

L'article de Catherine Speich ci-après s'inscrit dans ces exigences en proposant des axes de réflexion et d'actions qui semblent bien adaptés à la vocation de **développement durable et d'assistance de l'ANA**.

Le projet de développement économique de la région de Rigaon par l'agriculture locale a démarré en 2010 ; projet à l'initiative des producteurs de Rigaon qui souhaitent diversifier leur activité agricole. Ce projet a vu le jour grâce au soutien de la Coopération Internationale Monégasque et de l'association Népal Avignon (ANA).

Cinq axes principaux avaient été privilégiés au départ: le développement de deux nouvelles cultures dans ce canton, à savoir le café et le thé, l'élevage, l'apiculture, la plantation de plantes médicinales (chairato) et d'épices (cardamome noire).

Les producteurs se sont organisés au sein d'une coopérative, Rigaon Agriculture Coopérative (RAC) présidée par Mr Khasarki Tamang, avec également la formation de comités par secteurs.

Peu à peu ces cultures se sont mises en place dans les différents villages du secteur de Rigaon. Un suivi de cette action est réalisé pratiquement tous les ans par ANA. Nous avons pu constater l'intérêt suscité au niveau des producteurs, en particulier par les nouvelles cultures comme le café.



Café

Deux techniciens agricoles (JTA dont les études ont été financées par l'association NAMASTÉ Monaco) ont été embauchés en 2016, et ils sont toujours soutenus par l'association Népal Avignon. C'est indéniablement un élément majeur d'appui au projet agricole. Jeunes et dynamiques, ils font avancer cette modernisation de l'agriculture régionale, mais il leur manque encore de l'expérience surtout sur les nouvelles productions.

Nous pouvons rappeler que cette dynamique est menée dans un esprit de développement durable, et que les différentes productions sont toutes menées en agriculture biologique.

Le séisme de 2015 a bien sûr impacté cette progression. Depuis 2 ans, nous travaillons avec eux pour impulser une nouvelle énergie, et pour encourager ces producteurs à continuer sur leur lancée ; ceci, à leur demande bien sûr. En 2019-2020 la phase de reconstruction urgente des villages est bien avancée, d'autres objectifs peuvent être de nouveau pris en compte comme le renouveau du développement d'activités agricoles plus structurées.

Pour avancer de façon plus efficace et constructive, l'association Népal Avignon a financé l'intervention d'un groupe d'experts népalais pour faire un état des lieux

et pointer les différentes pistes à mettre en place.

Ce groupe d'experts, agronomes népalais, est donc monté à Rigaon il y a tout juste 1

an (courant janvier 2020). Lors de notre dernier séjour à Rigaon en février-mars 2020, nous avons exploité le rapport des experts par une consultation exhaustive dans tout le canton de Rigaon (plusieurs réunions avec plus de 400 personnes au total). Il en est ressorti un certain nombre d'éléments permettant d'établir un plan d'actions. Ces éléments ont été consignés dans un rapport, rapport traduit en népalais par Arun et renvoyé à la coopérative RAC de Rigaon. Khasarki et son équipe, avec l'aide des experts népalais ont commencé à élaborer une stratégie de développement agricole, avec différentes priorités ; stratégie à long terme sur dix ans.

L'association Népal Avignon évolue, et la nouvelle présidence pourrait permettre d'aller dans le sens d'une stratégie d'investissement innovante. Alors pourquoi ne pas faire évoluer la communauté agricole de Rigaon vers un développement économique construit autour des possibilités de cette région. Le café et thé sont des produits d'exception, en mesure de révéler une typicité liée à l'expression de leur terroir d'origine.

Il s'agirait d'un projet d'envergure sur dix ans avec différents axes, un plan d'actions en adéquation avec leurs attentes.

Les aides au fonctionnement au départ de cette réorientation, permettrait entre autres, de mieux structurer chacun des axes de développement, et aussi de mieux

cerner les circuits commerciaux potentiels en fonction de chacun des axes. Pas de projet sans les hommes de terrain motivés et rigoureux, interlocuteurs compétents sur place qui avanceraient dans la bonne direction en fonction d'objectifs précis.

Notre mission sera de les aider à mieux structurer toute la filière agricole locale. Ainsi, petit à petit, les agriculteurs de Rigaon gagneront en autonomie, et peut être que cela incitera même les jeunes à rester chez eux.

Catherine Speich



Meeting projet agricole



Thé Prem Kumari



## EDUCATION

### - Travaux à la high school

Malgré les contraintes liées au problème du Covid, Kaisarki et son équipe de chantier ont pu réaliser des travaux sur le bâtiment de la high school de Rigaon. C'est ainsi que les façades du bâtiment ont été entièrement renouvelées et des piliers de consolidation de l'édifice ont été construits dans toutes les classes du rez-de-chaussée. Suite au séisme en effet, certaines fissures apparaissaient au fil du temps, Jean-Marc Nowak s'en était inquiété et l'avait signalé lors du dernier séjour de NAMASTE Monaco.

A la demande des villageois et des enseignants, une cantine a été construite près de la high school, leur demande a été acceptée par l'association monégasque à la condition que les repas servis soient issus de denrées locales et que toute « junk food » soit écartée. Cette décision a été prise en adéquation avec le projet environnemental en cours de réalisation.

### - Nouvelles des étudiants de Rigaon par Premrose coordinateur

Depuis un mois les étudiants en classes supérieures soutenus par MAP/NAMASTE sont revenus à Kathmandu, ils suivent leurs cours en distanciation, certains vont au collège, mais fin janvier tous les collèges vont rouvrir leurs cours en présentiel, la plupart des étudiants sont scolarisés à Kathmandu et quelques uns à Pokhara.

1) **Manisha Tamang de Tajimrang** : elle a terminé Bachelor en éducation (B. ED.) maintenant elle continue Master en Art pour 2 ans la première année est presque terminée. Après avoir terminé ses études elle pourra être professeur d'anglais et économie en high school (classes 8,9,10, 11 et 12)

2) **Dipsikha Tamang de Rigaon** : elle a terminé Bachelor en Education (B. ED.) maintenant elle continue ses études Master en éducation pour 2 ans, la première année est presque terminée. Elle peut être professeur d'anglais en high school

3) **Prabin Tamang de Tajimrang** : il vient de terminer Bachelor en Education il a obtenu un poste de professeur de Math et Anglais à l'école de Choke,

4) **Prem Maya Tamang de Tajimrang** : elle étudie Health Assistant, (3 ans d'étude), et dans un mois, elle passe l'examen final, si elle réussit elle peut travailler dans un dispensaire.

5) **Sushan Tamang** : Il est de Dhuseni, il a travaillé comme peon au dispensaire de Gamrang pendant quelques années, maintenant il étudie pour 3 années comme technicien de laboratoire, il termine la 2ème année, il pourra travailler dans un laboratoire ou un hôpital.

6) **Shishir Tamang de Latap** : il est en bachelor (B, ED) informaticien, après 4 ans d'étude il termine cette année et peut enseigner en Informatique en high school.

7) **Lok Bahadur Tamang de Latap** : il est en bachelor (B, ED) informaticien, après 4 ans d'étude il termine cette année et peut enseigner en Informatique en high school.

8) **Anu Tamang de Rigaon** : elle est en bachelor anglais à Pokhara (B. ED.) pendant 4 ans bientôt elle va passer son examen de 3ème année et pourra enseigner en Anglais.

9) **Santosh Tamang de Rigaon** : il a choisi l'école d'ingénieur informatique pour une durée de 3 ans, il est en deuxième année, il pourra travailler dans un bureau résoudre les problèmes sur les logiciels ou enseigner en Informatique.

10) **Sharmila Tamang de Choke** : elle est en classe 12, sujet sciences, elle fera des études d'infirmière.

11) **Milan Tamang de Gompa** : il vient de passer l'examen final de classe 12 sujet Sciences, selon le résultat il choisira une filière professionnelle.

12) **Amisha Tamang de Choke** : elle vient de passer l'examen final de classe 12 sujet sciences, selon le résultat comme Milan elle choisira sa voie professionnelle.



*Sushan Tamang  
étudiant de Rigaon  
à Kathmandu*



*High School*

Pour rappel il n'y a pas possibilité de poursuivre en classe 11 et 12 à Rigaon pour les élèves choisissant la matière «Sciences».

13) **Ashmita Tamang de Tesimrang** : elle vit à Dhading et étudie dans cette ville, elle a quitté son village depuis le séisme qui l'avait traumatisée. Cette année, elle va passer le SEE.

Cette année MAP NAMASTE soutient deux nouveaux étudiants :

14) **Punam Tamang de Tajimrang** : elle a commencé une école d'infirmière pour une durée de 3 ans à Om Health College de Kathmandu.

15) **Salmon Tamang de Gompa** : il va faire les études d'ingénieur civil pour une durée de 3 ans il pourra travailler dans la construction sous ingénieur, il ne pourra pas travailler comme architecte mais sous la direction d'un architecte.



Les étudiants de l'Eco-club

## ENVIRONNEMENT

Après un long travail de concertation et de mobilisation auprès des villageois, en particulier auprès des deux chefs de villages, de NARAA, des enseignants et des étudiants, ce projet pérenne, quasiment unique au Népal, a débuté en 2019. Poursuivi en 2020, il va être réalisé selon le planning au cours de l'année 2021 et se terminera fin janvier 2022.

Nous avons très vite compris l'intérêt profond que l'équipe de santé et les enseignants portaient à cette cause environnementale, les motivations sont nombreuses.

La jeune entreprise de recyclage DOKO présente à Rigaon en mars dernier avec l'équipe des bénévoles ANA, va dès le mois d'avril prochain entamer la première étape concrète du projet de recyclage des déchets.

- Très prochainement les responsables de NARAA et de la High school vont avoir l'opportunité de recevoir un invité de marque en la personne de Sudeep Thakuri professeur en science de l'environnement à Tribhuvan University de Kathmandu.

Le parcours étonnant de Sudeep Thakuri est sans lien avec NAMASTE Monaco, c'est par une brochure parue en novembre dernier en Principauté que Nancy Dotta y découvrait un article consacré à un jeune lauréat népalais; jugeant combien il serait important de le contacter, au moment où la protection de l'environnement devient aussi une priorité à Rigaon, cela s'est fait rapidement.

C'est avec un grand intérêt que Sudeep va se rendre ces prochains jours à Rigaon accompagné par Premrose et peut-être Sailendra, pour connaître les acteurs de nos projets et découvrir par la même occasion l'histoire qui relie Rigaon à Monaco mais aussi à Avignon.

### *Quelques lignes sur le parcours de 2011 Sudeep Thakuri.*

*En 2011, il a été lauréat de la bourse GIEC (Groupe d'experts Intergouvernementaux sur l'Evolution du Climat) et de la Fondation Prince Albert II de Monaco. Ses recherches de doctorat ont porté sur le devenir des glaciers de montagne du centre de l'Himalaya et ont été publiées dans des revues scientifiques et relayées par plusieurs médias mondiaux comme National Geographic, the Guardian, Washington Post, Science Daily...*

*Cette bourse a permis à Sudeep de s'inscrire au programme de doctorat de l'Université de Milan, où il a travaillé en collaboration avec l'Institut de recherche sur les eaux d'Italie relevant du Centre national de recherche (IRSAC-NR) et a également travaillé comme expert dans différentes organisations nationales et internationales. Spécialisé en dynamique du climat, il enseigne actuellement au Népal à des étudiants en maîtrise et en doctorat la télédétection, les systèmes d'Information Géographique et la modélisation environnementale tout en poursuivant ses recherches en tant que glaciologue.*



**Plus que jamais MAP- NAMASTE tout comme ANA restent à l'écoute des besoins et problèmes des villageois. Jusque là, le virus n'a pas franchi les frontières de l'Ankhu Khola...et a ignoré les villages de la commune de Rigaon ; le service de santé local a été vigilant depuis le début de la pandémie, ce qui peut expliquer en partie cette situation.**

**Si le séjour prévu au mois de mars a dû être annulé, les espoirs se portent désormais sur l'automne. Nos amis népalais nous attendent.**

Colette.

# Prochains rendez-vous



## RANDONNEES

Les randos que nous proposons se déroulent selon les dispositions sanitaires arrêtées (ou confirmées) le 14 janvier.

A savoir : constitution de groupes de 6 personnes, groupes distants les uns des autres, port du masque dans l'espace public, horaires adaptés au couvre-feu à 18h.

Vous devez vous inscrire auprès de l'accompagnatrice(teur) de la rando 2 jours avant celle-ci.

Comme vous, nous souhaitons que ces contraintes s'atténuent... pour disparaître. Ceci dit, elles n'ont pas atteint, jusqu'à présent, le plaisir de se balader et de se retrouver dans le cadre de l'ANA.

**Dimanche 7 février 2021**

**Fontvieille et son histoire,**  
avec Denise Grynbaum.

(denise.grynbaum@laposte.net) 06 74 10 00 02

distance d'Avignon : 31km

Durée : 4 h 30, 12 km,

Dénivelé : +133 m.

1er RV : 8 h 45 parking allées de l'Oulle, près de la statue,

2ème RV : contactez Denise



**Dimanche 21 février 2021**

**Boulbon et le Moulin Bonnet**  
avec Denise Grynbaum

(denise.grynbaum@laposte.net) 06 74 10 00 02

distance d'Avignon: 20 km

Durée : 2 h 30, 7km,

Dénivelé +147 m

(poursuite possible jusqu'à Frigolet + 1h 30)

RV : 9 h 45 parking Place Gilles Léontin à Boulbon.

(rando initialement prévue pour le 20.12.20 et annulée à cause du mauvais temps)

**Dimanche 7 mars**

**Les Ogres du Colorado Provençal**  
avec Véronique Signoret et Lucette Pascal

06 89 85 22 69

distance d'Avignon : 65 km

Durée : 4h30, 13 km,

Dénivelé 200 m

Parking à Rustrel 5 € par voiture

RV : 8h30 parking allées de l'Oulle, près de la statue

2ème RV : contactez Lucette

**Dimanche 21 mars**

**Les Crevasses de Chantemerle-les-Grignan (Drôme sud)**  
avec Christian Prête

(prete.christian@club-internet.fr) 06 11 82 12 07

distance d'Avignon : 72 km

Distance : 5 km, durée plutôt courte qui nous permettra de visiter le très intéressant village de Clansayes.

Dénivelé : +100 m,

1er RV : 8 h 45 parking allées de l'Oulle, près de la statue,

2ème RV : contactez Christian



**Dimanche 11 avril**

**La Capelle-Masmolène et l'Oppidum St Vincent (Uzège)**

avec Denise Grynbaum

(denise.grynbaum@laposte.net) 06 74 10 00 02

distance d'Avignon: 35 km

Durée : 5h, 14,5 km,

Dénivelé : +217 m

1er RV : 8 h 45 parking allées de l'Oulle, près de la statue,

2ème RV: contactez Denise



Ogres de Rustrel

Naturellement nous sommes preneurs de toute proposition de rando(s). Contacter Michel Jouve.  
(jouvem@wanadoo.fr) 06 72 78 06 99.

**Nous demandons aux personnes qui participent à la marche de fournir un certificat médical d'aptitude à la marche.**

## 22, 23 ET 24 MAI : PENTECÔTE DANS LES BARONNIES ENTRE MÉOUGE ET BUËCH.

avec **Véronique Signoret.**

(veronique.signoret007@gmail.com) 06 75 54 36 91

Hébergement : Gîte du Mont-Garde à 05700 TRECSCLEOUX. 16 places.

<http://www.gitemontgarde-buech-baronnies.com/>

2 nuits (du 22 au 23 et du 23 au 24) Demi-pension journalière : 36,60 €.

Possibilité de pique-niques. Draps fournis.



**Samedi 22/5 : la montagne de Chabre** (2h55, 7 km, 380m de dénivelée).

**Dimanche 23/5 : la crête de la Bouisse par le rocher de Jardanne** (5h50, 14 km, ~800 m de dénivelée).

**Lundi 24/5 : Gorges du Riou et sommet de Revuaire** (4h55, 12 km, 630m de dénivelée).

S'inscrire dès que possible : chèque d'acompte de 25 € à l'ordre de Lucette Pascal

à envoyer à Véronique Signoret, 4 rue du Lubéron, 84130 Le Pontet.

\*\*\*\*\*

### VOYAGE

*Si les contraintes sanitaires et les conditions internationales le permettent, Luc Berthaud proposera à l'automne, le trek prévu en octobre 2020 et organisé par l'agence Hidden Shangrila à Kathmandu.*

#### HAUT DOLPO TREK HORS DU TEMPS AUTOMNE 2021

A l'automne 2021, pendant le mois d'octobre, un trek dans une des dernières régions au monde où subsiste une authentique culture tibétaine. En dehors de quelques villages, la montagne y est vide et sauvage.

Tout au long de ce voyage, nous découvrons les paysages grandioses de cette région du Nord - Ouest du Népal, le lac aux eaux turquoise de PHOKSUMDO où fut tourné le film : « Himalaya, l'enfance d'un chef » d'Éric Valli et les villages de la vallée de TARAP qui vivent hors du temps, une vie rythmée par les rites et les fêtes sacrées.

Les plus de ce voyage :

- La découverte d'un des derniers grands mythes himalayens
- La culture Dolpo isolée et préservée ;
- Le lac aux eaux turquoise de PHOKSUMDO ;
- Les rencontres avec les caravanes.

avec **Luc BERTHAUD**

**06 41 83 24 64**



### Népal : bataille entre communistes sur le Toit du monde

**Le Premier ministre a dissous l'Assemblée, provoquant une énième crise sur fond de rivalité fratricide entre marxistes et maoïstes. Sous les yeux de Pékin et New Delhi.**

Paradis des randonneurs en quête de paysages grandioses, sur les hauteurs de l'Himalaya, le Népal est aussi un pays à l'histoire agitée. Il y a presque vingt ans, en juin 2001, le roi du Népal, Birendra Bir Bikram, était assassiné avec neuf membres de sa famille par le prince héritier Dipendra - qui retourna ensuite l'arme contre lui - au palais royal de Katmandou, lors d'un dîner.

Sept ans plus tard, en mai 2008, la monarchie tombait sous les coups de boutoir des communistes. Depuis, le petit Etat coincé entre la Chine et l'Inde souffre d'une instabilité chronique, avec des gouvernements incapables de se maintenir. En cause, la guerre surréaliste à laquelle se livrent les maoïstes et les marxistes-léninistes sur le Toit du monde.

**Frères ennemis**

Juste avant Noël, alors qu'il battait le record de longévité au pouvoir (deux ans et dix mois), le Premier ministre Khadga Prasad Oli a soudainement dissous l'Assemblée nationale et annoncé l'organisation d'élections législatives anticipées, les 30 avril et 10 mai prochains. Chef du camp marxiste, le dirigeant est en conflit ouvert avec le leader maoïste Pushpa Kamal Dahal, surnommé Prachanda («le féroce»), l'homme à l'origine d'une insurrection qui a déchiré le Népal de

1996 à 2006. Il a, comme Oli, déjà été Premier ministre deux fois.

Les deux frères ennemis n'en sont pas à leur premier accrochage. En 2016, Prachanda avait poussé à la démission Oli, à la tête du gouvernement, et avait pris sa place, en vertu d'un accord tacite de partage du pouvoir entre communistes à mi-mandat, que le fameux Oli refusait de respecter. C'est précisément pour éviter de devoir de nouveau quitter le pouvoir que ce dernier a renvoyé chez eux les députés. «Un coup d'Etat», dénoncent ses opposants.

Au printemps 2018, les deux rivaux avaient pourtant semblé signer une trêve en fusionnant leurs formations respectives, pour donner naissance à un Parti communiste népalais, le NCP. L'alliance ne va pas de soi. «Chez nous, les marxistes sont réformistes, ils croient aux droits de l'homme et s'efforcent de suivre les règles démocratiques pour arriver au pouvoir. Les maoïstes, eux, sont révolutionnaires et ont renoncé il y a une dizaine d'années seulement à l'instauration de la dictature du prolétariat», explique Uma Baral, professeur de sciences politiques à l'université Tribhuvan de Pokhara, ville bien connue des alpinistes partant à l'assaut de l'Annapurna.

**Choisir entre la Chine et l'Inde**

En réalité, ce n'est pas tant l'idéologie qui les sépare, mais plutôt un désaccord profond sur la sphère d'influence à laquelle ils veulent appartenir : celle de la Chine ou de l'Inde - les deux géants asiatiques prenant en étau ce pays de 29 millions d'habitants. Et là, surprise

: malgré le grand écart idéologique, les maoïstes jouent la carte de New Delhi, où gouverne le parti de droite nationaliste de Narendra Modi, tandis que les marxistes sont plus proches de Pékin. «La Chine considère que les marxistes incarnent mieux un Népal fort, à même de stabiliser sa frontière avec le Tibet. L'Inde, de son côté, souhaite continuer à contrôler les ressources naturelles du pays, l'eau en particulier, en favorisant en sous-main l'instabilité politique chère aux maoïstes», analyse Uma Baral.

Il y a exactement cinq ans, New Delhi était allé jusqu'à organiser un blocus du Népal durant cinq mois, dans l'objectif de soutenir les revendications autonomistes des minorités indiennes vivant au pied de l'Himalaya. «Cela a aggravé la crise humanitaire résultant des terribles tremblements de terre du printemps 2015 et renforcé la tentation des marxistes de se jeter dans les bras de la Chine», souligne l'universitaire. «Depuis, Pékin s'est engagé à construire des infrastructures alors que New Delhi, pour tenter de maintenir son emprise, soutient ouvertement Prachanda», observe Subin Mulmi, chercheur en politiques publiques à Katmandou. La Chine, qui déteste l'instabilité, voit la dissolution du Parlement d'un très mauvais oeil, selon les médias locaux. Quant à L'Inde, qui s'accommoderait fort bien d'un pays divisé, elle est soupçonnée de tout faire pour pousser les marxistes et les maoïstes à divorcer, après trois ans d'un mariage houleux. ■

## SOCIETE

### Comment les moniales kung-fu du Népal permettent aux jeunes femmes de bénéficier des arts martiaux

Ce sont les religieuses bouddhistes Kung Fu de la lignée Drukpa, connues dans le monde entier pour leur randon-

née à travers l'Himalaya pour nettoyer les ordures, pagayer dans les rivières de montagne pour briser des tabous

séculaires pour éduquer les autres sur la santé des femmes et adopter les arts martiaux comme moyen de défendre

l'égalité des sexes.

Ils utilisent leurs compétences pour enseigner l'autodéfense aux jeunes filles, éduquer les autres sur la traite des êtres humains et prendre des mesures environnementales jamais vues auparavant dans la région.

Ces nonnes drukpa extrêmement gentilles – âgées de 9 à 60 ans – ont changé la vie de milliers de femmes dans l'Himalaya. Aujourd'hui, ils sont l'un des trois finalistes du Prix des droits de l'homme Vaclav Havel, de renommée mondiale, basé en Europe, un honneur pour une fonction publique exceptionnelle dans la défense des droits de l'homme.



Les religieuses en robe marron sont originaires d'Inde et s'entraînent au couvent de montagne Druk Amitabha basé à Katmandou, établi par Sa Sainteté le 12e Gyalwang Drukpa, le chef spirituel de l'Ordre Drukpa vieux de 1000 ans basé dans l'Himalaya, en tant que guerriers pour la paix .

Le couvent de montagne Druk Amitabha, situé dans les collines surplombant Katmandou au Népal et le plus grand de l'Himalaya, est un exemple unique de renversement de genre où les religieuses dirigent l'administration et effectuent presque toutes les tâches d'entretien, y compris les travaux de construction, un travail historiquement réservé pour les moines.

Les religieuses, se réveillant à 3 heures du matin, sauf le dimanche, pratiquent une méditation intensive, exécutent des rituels spirituels complexes avec des instruments de cérémonie et de la danse, et s'entraînent aux arts martiaux pour autonomiser une nouvelle génération de jeunes femmes, en plus de développer un lien entre les catastrophes liées au climat et l'atténuation du climat.

Ravie de leur sélection en tant que finaliste par un panel présidé par le président de l'Assemblée parlementaire

du Conseil de l'Europe, Rik Daems, la religieuse Jigme Konchok Lhamo a déclaré aux médias par téléphone depuis le couvent de montagne Druk Amitabha que c'était un grand exploit pour un groupe de religieuses. .

«Quand j'avais tout juste 12 ans, j'ai été profondément inspiré par Sa Sainteté le Gyalwang Drukpa qui a dit que les femmes peuvent tout faire en donnant l'exemple de l'autonomisation pour tous», a déclaré Jigme Konchok Lhamo, 25 ans, qui fait partie du couvent depuis 13 ans. ans et rend rarement visite à sa famille dans le district de Lahaul-Spiti, à dominance bouddhiste, dans l'Himachal Pradesh.

Jigme est le prénom de toutes les religieuses de la lignée Drukpa, ce qui signifie «sans peur».

Les religieuses de Kung Fu, qui reçoivent une éducation moderne en plus de leur formation spirituelle traditionnelle, gagnent maintenant une reconnaissance mondiale.

En 2019, les religieuses de Kung Fu ont reçu le prestigieux Game Changers Award de la Asia Society à New York pour avoir inspiré et appliqué leur talent unique pour rendre le monde meilleur.

Ils ont également récemment reçu l'honneur des héros méconnus du Conseil de l'Atlantique à Washington DC pour leur travail courageux dans les domaines de l'égalité des sexes, de l'environnementalisme et de l'aide humanitaire.

Les religieuses de Kung Fu ont consacré leur vie à aider leur communauté – en défendant les filles, en protégeant l'environnement et en servant de premiers intervenants lors de catastrophes comme le tremblement de terre de 2015 au Népal en portant une aide vitale sur leur dos.

Après avoir survécu au tremblement de terre meurtrier de magnitude 7,9, les religieuses ont refusé l'évacuation pour aider les villageois éloignés qui n'avaient pas d'autre accès à l'aide et à l'aide.

Une autre religieuse, Jigme Migyur Palmo, a déclaré qu'elle croyait en l'éveil du pouvoir que chaque femme a en elle.

«Que plus de femmes et de filles réa-

lisent que le pouvoir est à nous et que ce n'est pas quelque chose d'autrui», a déclaré Palmo à IANS.

A peine 13 ans et extrêmement timide lorsqu'elle a quitté son domicile au Ladakh, Jigme Migyur Palmo est désormais « intrépide » avec Jigme devant son nom, et est rejointe par d'autres religieuses dans un entraînement sportif intensif pour renforcer la confiance et la force, en apprenant sur le changement climatique, et même participer à des événements comme les conférences des Nations Unies sur le changement climatique.

L'Ordre du Bouddhisme Drukpa, originaire de l'Himalaya, a bâti une solide histoire d'action communautaire et d'autonomisation des citoyens depuis de nombreuses années.

Le chef spirituel, Sa Sainteté le Gyalwang Drukpa, a passé une grande partie de sa vie à briser les pratiques patriarcales dépassées qui excluent les femmes.

Sa Sainteté a été honorée par les Nations Unies du prix des objectifs du Millénaire pour le développement en septembre 2010 pour la promotion de l'éducation environnementale et de l'égalité des sexes.

La fondation internationale de Gyalwang Drukpa, «Live to Love», a construit de nombreuses écoles, cliniques médicales, projets de préservation du patrimoine et maisons antisismiques dans l'Himalaya.

En tant que partenaires sur le terrain de «Live to Love», les religieuses de Kung Fu sont le fer de lance de nombreux projets en cours, notamment les secours en cas de catastrophe et l'enseignement des jeunes filles à se défendre contre la violence.

Plus récemment, ils ont aidé à atténuer l'impact du COVID-19 en Inde et au Népal, en fournissant aux villages négligés des aliments essentiels en récoltant leurs propres légumes, fournitures et en dispensant une éducation à l'hygiène. Ils ont également commencé une éducation révolutionnaire sur la menstruation des femmes et la distribution de produits sanitaires dans les régions où les femmes sont souvent punies pour avoir discuté de santé.

## Ascension du K2: les Népalais ont dû surmonter un vent et un froid «terribles»

Shigar (Pakistan) - Les dix alpinistes népalais qui ont réussi samedi la première ascension hivernale du K2 ont décrit mercredi les conditions dantesques, avec des vents déchaînés et un froid extrême, dans lesquelles ils ont accompli cet exploit.

Le K2, deuxième plus haute montagne de la planète (8.611 m), situé dans le massif du Karakoram au Pakistan, était le seul des quatorze sommets de plus de 8.000 m à n'avoir jamais été escaladé en hiver.

Surnommé la «montagne sauvage», le K2 est soumis en hiver à des vents très violents pouvant atteindre les 200 km/h. Les températures peuvent descendre jusqu'à -60°C sur les parties sommitales.

«Nous sommes venus ici cet hiver avec l'espoir d'y arriver», a déclaré Nirmal Purja, l'un des deux leaders de l'équipe et ancien soldat des forces spéciales britanniques, lors d'une réception en leur honneur.

«Les conditions météorologiques étaient vraiment, vraiment terribles. La température a atteint jusqu'à -65 degrés celsius, il y avait des vents de la force d'un ouragan, mais dix grim-

peurs népalais ont réussi à le faire», a-t-il ajouté.

L'équipe népalaise a été transportée mercredi en hélicoptère par l'armée pakistanaise depuis le camp de base du K2 jusqu'à la vallée de Shigar, près de la ville de Skardu, porte d'entrée du Karakoram.

Portant un chapeau de laine traditionnel pakistanais décoré d'une plume et des guirlandes autour du cou, les alpinistes ont été reçus en héros par la communauté locale.

Connus depuis des décennies pour leur aptitude à la haute montagne, les Népalais n'avaient encore jamais placé le moindre grimpeur sur une première ascension hivernale d'un «8.000».

Leur succès a été chaleureusement applaudi au Népal et perçu ailleurs comme une juste reconnaissance du talent des sherpas, pendant trop longtemps restés cantonnés au service des alpinistes étrangers.

Une poignée d'expéditions avaient tenté l'ascension hivernale du K2, depuis la première en 1987-1988. Mais cette année, pas moins de quatre équipes différentes et une soixantaine de grimpeurs s'y essayaient.

Membres de trois des quatre équipes initiales, les Népalais se sont regroupés et ont su faire



preuve d'audace en profitant d'une fenêtre de beau temps, sans vent, pour atteindre ensemble le sommet.

«Ca n'a en rien été un effort individuel, (mais) dix frères unis comme une famille (...) et chacun a joué un rôle très, très important», a repris Nirmal Purja, qui avait gravi en 2019 les quatorze «8.000», avec oxygène, en six mois et six jours.

«Le message est que quand on est uni, tout devient possible, et c'est pourquoi nous tous, les dix, nous avons travaillé ensemble pour rendre le K2 possible», a-t-il ajouté.

Leur succès a toutefois été terni par la mort le même jour sur le K2 de l'Espagnol Sergi Mingote, victime d'une chute en redescendant d'un camp intermédiaire vers le camp de base.

### Vidéo de l'arrivée au sommet du K2 :

<https://www.lunion.fr/id226366/article/2021-01-25/la-video-de-larrivee-des-nepalais-au-sommet-du-k2-diffusee>

### Les premières hivernales à 8 000 mètres

(toutes réussies sans oxygène sauf l'Everest et le K2)

- Everest : Leszek Cichy et Krzysztof Wielicki, le 17 Février 1980
- Manaslu : Maciej Berbeka et Ryszard Gajewski, le 12 Janvier 1984
- Dhaulagiri : Jerzy Kukuczka et Andrzej Czok, le 21 Janvier 1985
- Cho Oyu : Maciej Berbeka et Maciej Pawlikowski, le 12 Février 1985
- Kangchenjunga : Jerzy Kukuczka et Krzysztof Wielicki, le 11 Janvier 1986
- Annapurna : Jerzy Kukuczka et Artur Hajzer, le 3 Février 1987
- Lhotse : Krzysztof Wielicki, le 31 Décembre 1988
- Shishapangma : Simone Moro et Piotr Morawsky, le 14 Janvier 2005
- Makalu : Simone Moro et Denis Urubko, le 9 Février 2009
- Gasherbrum II : Simone Moro, Denis Urubko et Cory Richards, le 2 février 2011
- Gasherbrum I : Adam Bielecki et Janusz Golab, le 9 mars 2012
- Broad Peak : Adam Bielecki, Artur Małek, Maciej Berbeka et Tomasz Kowalski, le 5 mars 2013
- Nanga Parbat : Simone Moro, Alex Txikon et Ali Sadpara, le 26 février 2016
- K2 : Sona Sherpa, Mingma Gyalje, Dawa Tenzing, Kilu Pemba, Nims, Mingma David, Dawa Temba Sherpa, Pemchhiri Sherpa, Gelje Sherpa et Mingma Tenzi Sherpa, le 16 janvier 2021

# Agenda

---

Dimanche 7 février  
Randonnée Fontvieille et son histoire

Dimanche 21 février  
Randonnée Boulbon et le Moulin Bonnet

Dimanche 7 mars  
Randonnée Le Colorado Provençal

Dimanche 21 mars  
Randonnée les Crevasses de  
Chantemerle-les-Grignan

Dimanche 11 avril  
Randonnée La Capelle-Masmolène

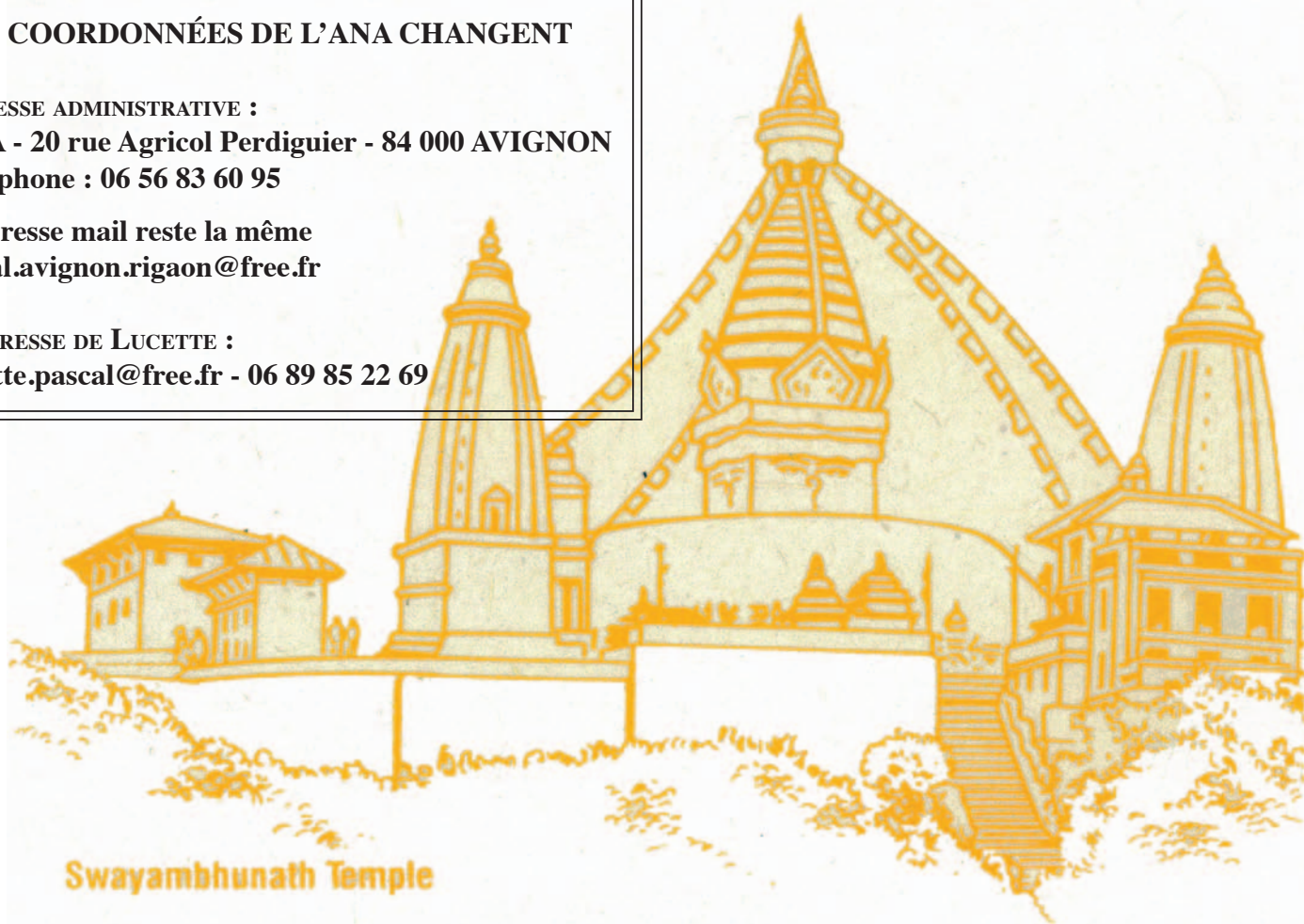
WE de Pentecôte  
Dans les Baronnie

## DES COORDONNÉES DE L'ANA CHANGENT

ADRESSE ADMINISTRATIVE :  
ANA - 20 rue Agricole Perdiguier - 84 000 AVIGNON  
Téléphone : 06 56 83 60 95

L'adresse mail reste la même  
[nepal.avignon.rigaon@free.fr](mailto:nepal.avignon.rigaon@free.fr)

L'ADRESSE DE LUCETTE :  
[lucette.pascal@free.fr](mailto:lucette.pascal@free.fr) - 06 89 85 22 69



Swayambhunath Temple

**SITE DE L'ANA :** Le site est régulièrement mis à jour, consultez-le pour avoir des nouvelles de l'évolution de la situation à Rigaon. Nous remercions Jacques Touranche pour sa disponibilité.

**[a.nepal.avignon.free.fr](http://a.nepal.avignon.free.fr)**

## LE NAMASTÉ VIA INTERNET :

Merci, ce sera une économie importante pour l'ANA et vous ferez un geste pour l'environnement ...

Indiquez votre adresse à : [nepal.avignon.rigaon@free.fr](mailto:nepal.avignon.rigaon@free.fr)

*Merci à ceux d'entre vous qui nous ont déjà adressé leur adhésion. Pour ceux qui ne l'ont pas encore fait, nous joignons un bulletin à ce courrier. Sans réponse de votre part, ce numéro sera le dernier envoyé.*

**Equipe de rédaction :** Marcelle Dissac, Colette Grèves, Lucette Pascal, Jeanne Maillet, Michel Jouve, Francis Saccon, Catherine Speich.

**Illustrations :** Catherine Speich.

**Composition et tirages :** PARCHEMIN - 18, rue Carnot à Avignon - [parchemin.avignon@orange.fr](mailto:parchemin.avignon@orange.fr)