

# NAMASTÉ

*Mag'*



Association  
Népal  
Avignon

#97

Le bulletin d'information de l'**Association Népal Avignon**

# LE MOT DU PRÉSIDENT

2025 aura été une belle et importante année pour l'association Népal Avignon

Nous avons réalisé pour la première fois une mission au Népal avec des membres de MAP NAMASTE.

Cette mission nous a donné l'occasion d'observer directement les actions que nous menons conjointement dans les villages. Nous avons également été reçus par le gouvernement local, ce qui nous a permis de présenter d'une seule voix nos initiatives en cours et d'exprimer clairement nos attentes en matière de soutien.

Nous avons soutenu un chantier école porté par Energies Sans Frontières avec des villageois sur l'électricité domestique.

Les autres projets menés par ANA dans les villages se poursuivent au bénéfice des habitants. Ils comprennent notamment l'accueil au dispensaire et au cabinet dentaire pour un premier diagnostic et des soins initiaux, les excellents résultats obtenus aux examens par les étudiants de la High School, ainsi que la continuation du projet de développement agricole, qui montre déjà des progrès significatifs dans la culture du café et offre de belles perspectives pour le thé et d'autres productions.

La situation au Népal a connu des bouleversements en septembre 2025 avec une émeute des jeunes de la « Génération Z » qui s'est déclenchée sur une interdiction des réseaux sociaux mais qui est surtout le signe d'une frustration de la jeunesse face à la corruption et aux difficultés à vivre et travailler au Népal. Nous sentons bien que dans les villages la situation est aussi problématique et que les jeunes diplômés ou pas ont du mal à trouver une activité leur permettant de faire vivre leur famille dans les villages mais aussi dans les villes proches.

Pour pouvoir continuer à soutenir financièrement les villages, nous avons besoin de plus de soutiens et d'être mieux connus. Avec le conseil d'administration nous avons mis en place des actions pour améliorer notre visibilité (vous en trouverez les détails dans ce journal) et de nouveaux adhérents sont venus nous rejoindre. Grâce à l'équipe réunie autour de Simone JARRE en Savoie, nous avons été présents dans différentes manifestations sur place.

**Je tiens à remercier tous les partenaires d'ANA** qui nous aident sur les projets dans les villages, les nombreuses et nombreux bénévoles qui sont allés aux villages cette année mais aussi celles et ceux qui nous ont aidés sur la tenue des différentes manifestations autour d'Avignon ou en Savoie.

**Je remercie les villageois** qui à travers leur association locale (NARAA), son président et son trésorier qui pilotent les actions sur place ainsi que toutes les équipes financées par ANA (Raju, Shosang et Laxmi qui sont en charge du dispensaire, Shiva accompagné de Prakash et Saplama qui suivent le programme agricole) l'ensemble des enseignants et personnel éducatif qui assurent l'éducation des enfants...

**Je remercie également la Mairie d'Avignon** qui pour la première fois nous a apporté son soutien financier. Je remercie l'ensemble du Conseil d'Administration et les nouveaux administrateurs motivés qui nous ont rejoints cette année et nous espérons que d'autres suivront

**Je remercie également Colette Didi** - la fondatrice - et Lucette Didi, membre actif de l'association depuis sa création, et grâce à qui cette association s'est développée pour les villageois. Elles sont toujours à nos côtés pour nous aider et nous



apporter leur expérience.

**Nous devons remercier Raju et Chosang** qui accueillent les groupes qui viennent aux villages toujours avec la même gentillesse et la même attention. Ils ont veillé sur nos quatre jeunes scouts comme si elles étaient leurs propres filles .... Ils ont été beaucoup sollicités cette année. Raju est également depuis 2001 le responsable du dispensaire et il a été à l'œuvre pendant le tremblement de terre de 2015. En tant que membre de l'association NARAA il est aussi un relais essentiel de nos communications avec les villages.

**Je tenais au nom du Conseil d'Administration à lui exprimer ainsi qu'à Chosang toute notre gratitude . Danebad !**

**Au nom du Conseil d'Administration de l'Association Népal Avignon je vous présente mes meilleurs vœux pour 2026. Nous sommes prêts à relever avec les villageois de REEGAUN de nouveaux défis et nous savons que nous pourrons compter sur votre soutien.**

■ **Bernard Coron**, président

# Sommaire

p. 2

Le mot du président

p. 4 et 5

Voyage à Rigaon, mission printemps 2025 & impressions de voyages

p. 6

Prévention dentaire

p. 7

Formation au métier d'électricien en milieu rural

p. 8

Le projet agricole

p. 9

Les écoles en chiffres

p. 10

Treks

p. 11

Ils étaient à Reegaun cet automne

p. 12

2025 en bref

p. 13

Quelques chiffres

p. 14

Présentation de MAP-NAMASTE

p. 15

Nous soutenir

Comité de Rédaction :

**Bernard Coron**, directeur de la publication

**Marcelle Dissac**, pilotage

**Jérémie GRAPHIK studio**, mise en page

Merci à celles et ceux qui ont contribué à ce numéro : **Colette Grèves, Catherine et Pierre Speich, François Perrin, Simone Jarre, Lucette Pascal, Jean-Marc Nowak, Francine Cheynard, Michelle Maury, Claudine Bryselbou, Dominique et François Sybille, René Ballet et Philippe Moussy** (Photos ESF).



# VOYAGE À RIGAON MISSION PRINTEMPS 2025



**Jeudi 24 avril Marignane, nous décollons à bord de la Turkish Airlines...** et atterrissons le lendemain matin à l'aube; pour moi, toujours la même émotion en touchant le sol népalais, et comme un sentiment de retour à la maison.

Dans la douceur du premier soir c'est autour du grand stupa de Bodnath que notre groupe ANA (Bernard Coron et Denise son épouse, Francine Cheynard, Michelle Maury, Dominique et François Sybille, Alain Jolivet, Catherine et Pierre Speich, Colette Grèves) retrouve les amis de Nancy (Anne, Stéphanie, Agathe, Nicholas) ils viennent de Belgique son pays d'origine mais aussi de Monaco où Nancy est administratrice de l'association MAP-NAMASTE, Khaled Bohsali dentiste et Nicolas Ryter coordinateur de MAP accompagnent la mission.



Nous avons un objectif commun, aller à Rigaon y retrouver des amis pour certains, et pour d'autres rencontrer enfin les villageois, mais aussi admirer leurs collines et leurs montagnes dont ils ont tellement entendu parler.

**Notre mission a aussi un objectif très ciblé, celui de faire comprendre aux membres de l'association du village NARAA et aux villageois que l'association ANA, accompagnée par Bernard son nouveau président, et MAP-NAMASTE partagent les mêmes objectifs et travaillent ensemble afin de soutenir les projets portés par NARAA pour le bien des villageois en leur donnant la possibilité d'étudier, de se soigner et de développer des activités leur permettant de rester dans leurs villages.**

Premier effet de cette collaboration, un rendez-vous obtenu pour la première fois auprès des institutions gouvernementales basées à Phulkarka à quelques heures de jeep de Rigaon, nous nous y sommes rendus en délégation.

Viendront ensuite au fil des journées : les visites des écoles, l'expertise du bâtiment d'hébergement des enseignants qui a besoin de rénovation, le soutien à Laxmi par le

dentiste venu de Monaco, la visite de l'usine de retraitement des déchets, une rencontre avec les étudiants originaires du village et soutenus par MAP-NAMASTE, les rencontres avec les professeurs, puis les réunions avec les responsables de NARAA. Nous avons également écouté avec attention quelques jeunes adultes qui se sont s'exprimés sur la vision de leurs villages et comment les faire évoluer pour les inciter à y vivre.

Et bien entendu l'important travail de suivi du projet agricole par Catherine et Pierre en compagnie des 2 techniciens de terrain Saplama et Prakash accompagnés par Shiva le chef de projet.

Les rencontres/réunion se sont

passées souvent en présence de tout le groupe autour d'un thé devant la grande tente mess, et chacun d'y apporter suggestions, ou propositions d'aides.

Une grande amitié est née entre les membres ANA et les amis de MAP qui nous ont fait le plaisir de participer à notre assemblée générale et de faire sur ce séjour un film que nous avons diffusé et partagé largement (avec la permission de Stéphanie l'auteur) sur les réseaux sociaux de Ana Népal.

■ Colette et Bernard

# & IMPRESSIONS DE VOYAGE

Je garde de ce séjour une belle entente avec les membres de Monaco, de belles rencontres avec les villageois, des paysages toujours sublimes. Ce pays est toujours aussi attachant et ses habitants aimables et souriants malgré la dureté de la vie. A très vite pour de nouvelles aventures népalaises.

■ Francine

Ce voyage a été une palette d'émotions, m'amenant à découvrir le Népal, célèbre pour ses montagnes légendaires, sous un autre angle, loin des circuits touristiques. C'était pour moi une occasion de comprendre et observer toute l'assistance fournie depuis tant d'années dans ces villages négligés par le développement, grâce aux efforts conjoints d'organismes tel qu'ANA et MAP Monaco ainsi que par l'engagement des jeunes à améliorer leur situation.

Etonnée par la fragilité des habitations et la précarité, en dépit des conditions d'existence ardues, j'ai rencontré des personnes bienveillantes, sereines et joyeuses. Le plus impressionnant ce sont ces femmes dont l'âge est difficile à définir, portant d'incroyables charges sur leur dos, chaussées de tongs, parcourant des sentiers escarpés, tout en souriant et consentant à se faire prendre en photo. Il y a tant de choses à dire ....

■ Michelle

Notre précédent séjour à Rigaon datait de 1994. Nous avons retrouvé l'accueil chaleureux et souriant des villageois. Nous avons été très touchés par le travail effectué par l'ANA et, depuis 10 ans, par la MAP-NAMASTE.

Quel changement en 31 ans !

Des bâtiments solides et bien conçus remplacent les premières constructions réalisées.

Grâce au soutien apporté à l'enseignement et aux formations diplômantes, des professeurs et une partie importante du personnel de santé sont issus du village. En 1994, il fallait avoir recours à du personnel extérieur.

Des jeunes s'investissent dans les actions des Associations ; ils ont appris l'anglais, ce qui facilite la communication. Ils sont une courroie de transmission très efficace et indispensable auprès des habitants pour la réalisation concrète des actions.

Ce voyage nous a rappelé l'importance de l'ANA et nous motive à poursuivre notre soutien.

■ Dominique et François



Sous la forme de deux haïkus, partage de joyeux moments lors de mon dernier voyage au Népal : regard contemplatif sur la nature et la vie quotidienne, marqué par la simplicité, la sincérité et la sensibilité.

Des regards croisés  
Fou rire communicatif  
Champs de millets or !

Liens aquarrellés  
Entre les enfants du village Tamang, tamang, tamang !

■ Catherine



# PRÉVENTION DENTAIRE UNE NOUVELLE DYNAMIQUE AU DISPENSAIRE

En 2018, le constat a été sans appel : **99 % des enfants présentaient des caries.** Il a donc été décidé de les faire venir au dispensaire et d'y installer un cabinet dentaire.

Un nouveau fauteuil a récemment été mis en place dans l'ancienne maternité. Lors de l'assemblée générale, François, adhérent et chirurgien-dentiste savoyard, a présenté le suivi du cabinet dentaire. Laxmi Tamang, l'infirmière du dispensaire, a été formée aux « bons gestes dentaires efficaces », désormais intégrés à sa pratique quotidienne.

Elle exerce aujourd'hui sur le nouveau fauteuil obtenu grâce au soutien de la Mutuelle Générale, convaincue par

Simone Jarre de l'importance cruciale de la santé bucco-dentaire pour les habitants de Rigaon. Les avulsions dentaires n'ont plus de secrets pour Laxmi.

Étant donné que les soins dits « sophistiqués » (prothèses, implants) ne pourront jamais être réalisés à Rigaon pour des raisons financières, il était indispensable de concentrer les efforts sur la prophylaxie. En partant du principe que la meilleure carie est celle qui ne se forme pas, des protocoles de prévention seront appliqués.

Le scellement des sillons à l'aide d'une résine fait partie de ces méthodes

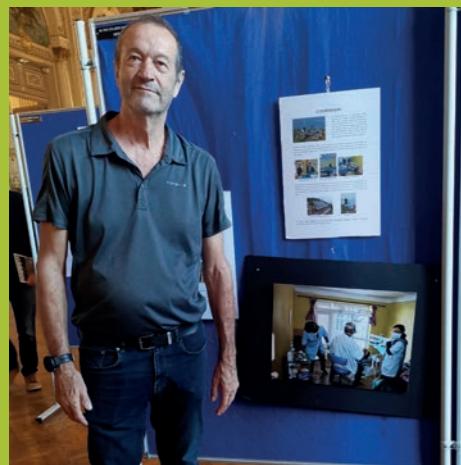
préventives : il crée une barrière protectrice contre les bactéries et réduit de 80 % le risque de carie sur la dent traitée. L'application, rapide et indolore, se pratique uniquement sur des dents saines et offre une protection pendant plusieurs années. Le protocole mis en place prévoit : un bilan dentaire pour chaque élève, le scellement des sillons, des détartrages, et le soin ou l'extraction des dents cariées lorsqu'elles sont trop abîmées.

**L'objectif est de contrôler tous les élèves, de renforcer les compétences de Laxmi pour réduire progressivement les besoins de soins dentaires.**

■ Marcelle Dissac



Classe qui vient se faire contrôler au dispensaire



# FORMATION AU MÉTIER D'ÉLECTRICIEN EN MILIEU RURAL

Certains villages ont été raccordés au réseau électrique national. Chaque maison peut ainsi accéder à ce réseau et peut donc envisager une installation électrique domestique familiale.

Une forte demande pour ces installations domestiques est à prévoir.

La plupart des villageois n'ont pas assez de connaissances sur les installations électriques. C'est dans ce cadre et en raison d'un risque d'électrocution élevé que l'association ANA associé à NARAA a sollicité Energies Sans Frontières afin d'organiser sur place une formation électrique pour installation domestique.

**Formation au métier d'électricien :** C'est ainsi que 16 participants très motivés ont bénéficié d'une formation de trois semaines en mars 2025. Le chantier école s'est déroulé à l'atelier de couture, le matériel aux normes internationales a été acheté à Kathmandou.

**L'objectif était de permettre à des villageois non spécialisés** en électricité de réaliser des installations électriques intérieures de maisons individuelles ou des installations électriques pour des artisans.

**La formation était constituée** d'une partie théorique sur les bases de l'électricité et sur la sécurité, de travaux pratiques sur maquettes et de chantiers école.

**Pour faciliter l'apprentissage** les documents pédagogiques étaient traduits en népalais. Un responsable de mission, deux formateurs et Shyam, l'interprète, ont encadré cette formation qui s'est clôturée par la remise de diplômes.

Un autre chantier école pour mettre aux normes le dispensaire et l'hébergement des professeurs est en vue. « Nous espérons remonter à Rigaon pour un deuxième projet sur la maintenance des installations et sur le solaire ».



Laurent et René montent ce dossier de demande d'aide à la Fondation Energies Sans Frontières.

■ Marcelle Dissac

# LE PROJET AGRICOLE

**Le projet agricole intitulé « Reegaun Integrated Development Project » et initié pour cinq ans en 2022, est dans sa quatrième année.**

Pour les cultures pérennes comme le café ou le timur les premières récoltes issues des plantations 2022 sont attendues cette année. L'occasion de faire un point d'étape sur ce qui a pu être mis en place au travers de ce projet.

La culture du café est la réussite la plus visible. Pour rappel les premiers plants de cafés ont été mis en place dès 2009 et les agriculteurs y ont vu une opportunité de rentrées financières significatives.

Depuis 2022 le projet a contribué à l'implantation de près de 50000 plants de cafés supplémentaires soit un potentiel de production de l'ordre de 50 tonnes contre une dizaine actuellement, dans un contexte de forte demande et de prix attractifs. Cette culture a ainsi dépassé le stade expérimental et pourrait devenir autonome. Pour autant un accompagnement rigoureux restera de mise avec les techniciens pour répondre aux exigences techniques de cette production mais aussi pour coordonner les producteurs et la commercialisation.

D'autres cultures doivent venir compléter le projet notamment pour les villages les plus en altitude (Latap, Reegaun, Gompa, Kitchet...) où l'implantation du café est moins adaptée.

Les premières récoltes des plantations de timur 2022 sont prometteuses sous réserve de possibilités de valorisation suffisante.

Concernant le thé, après une phase de stagnation des premières plantations initiées en 2009, une nouvelle phase voit le jour en 2025 avec l'implantation de nouvelles cultures sur Reegaun et Gompa Gaun, issues des pépinières mises en place en 2023. Le voyage d'étude réalisé dans l'Est du Népal a également permis de fixer le cap notamment pour optimiser les besoins en matériels relatifs à la phase post récolte permettant de proposer un thé de qualité constante.

Au-delà des nouvelles cultures le projet promeut également l'amélioration des cultures destinées à l'auto-consommation. C'est en particulier le cas du maraîchage qui doit permettre la diversification des apports nutritionnels. Le programme « School to Home Garden », en lien avec la High School, contribue à la formation des jeunes et à la diffusion de nouvelles productions dans leurs familles.



Le rôle d'animation et de mise en réseau des agriculteurs dans chaque village est un élément au moins aussi important que les productions elles mêmes. La pérennité des échanges entre producteurs est sans doute la clef de la réussite de ce projet qui entrera sous cette forme dans sa dernière année en 2026.

■ Catherine et Pierre SPEICH



## Quelques repères et chiffres (période 2022 – 2025)

- 20 000 € par an sur cinq ans ;
- Financement sur toute la période d'un chef de projet sur zone (Shiva) et de 2 techniciens de terrain (Prakash et Sap Lama) ;
- Acquisition de matériels végétaux (achetés ou issus des pépinières mises en place) : 50 000 plants de cafés, 5 000 arbres d'ombrage, 12 000 plants de thé, 2 600 plants de timur, 1 100 plants d'arbres fruitiers dont mandarines (200), noyers (350) et kiwis (550), 58 ruches modernes, semences de cultures maraîchères très variées, 10 variétés de millet.... ;
- Cycles de formations avec des experts (phytosanitaire, apiculture, champignons, ) et voyages d'études dans d'autres régions du Népal telles que des centres de recherches appliquées (NARC), d'autres coopératives, d'autres zones de cultures du thé, de secteurs de café... ;
- Constitution puis animation (une réunion par mois) de 13 groupes d'agriculteurs sur les ward 1 et 2 (couvrant toute la zone du projet).

# LES ÉCOLES en chiffres



## L'école secondaire Reegaun a réussi à obtenir d'excellents résultats cette année

à l'examen de Secondaire (SEE) :

4 élèves ont obtenu une note de grade A, 14 élèves ont obtenu une classe A et 4 élèves ont obtenu une classe B. Tous les étudiants sont passés, obtenant un succès à 100 %.

Nous remercions tous les professeurs ainsi que Ramchandra Sitaaula

(directeur jusqu'à la fin de l'année scolaire 2024 2025) pour leur motivation et leur travail et nous félicitons les étudiants.

En avril 2025, au début de l'année scolaire népalaise, le directeur de la High School de REE GAUN Mr RAM CHANDRA SITAULA a été remplacé par Mr BIR BAHADUR TAMANG

Dans le canton il y a 11 écoles (1 lycée, 1 école secondaire et 9 écoles



# TREK AU PALDOR du 25 novembre au 13 décembre 2025 avec Jean Marc NOWAK



Ce trekking parcourt une région sauvage, préservée et méconnue du Népal, dont le point de départ est Rigaon, situé à 80 km au nord-ouest de Kathmandu, en plein pays Tamang. Loin des circuits fréquentés, on rencontre ce peuple de montagne d'origine tibétaine, toujours souriant et accueillant.

Ce Voyage « Découverte » est enrichissant par son authenticité, sans croiser le moindre groupe. Le trek s'effectue sur 10 jours et s'adresse à de bons randonneurs, dans un

environnement qui offre une grande diversité florale depuis les forêts himalayennes jusqu'aux neiges éternelles.

L'altitude débute à 1800m pour monter progressivement à 4450m (dernier campement) + le col de 5150m pour ceux qui le souhaitent. L'ascension facile de ce belvédère permet de découvrir un environnement haute montagne dont l'itinéraire est idéal pour une première expérience en altitude.



## TREK AU DOLPO avec Jean-Marc Nowak (Septembre 2026)



**Le Haut Dolpo, vaste territoire d'altitude situé entre le Dhaulagiri et le plateau tibétain, séduit par son isolement et ses étendues sauvages.**

Le voyage prévu pour septembre 2026 propose une immersion rare dans ce « petit Tibet », où l'aventure se mêle à la vie traditionnelle des Dolpo-

pas, éliteurs et agriculteurs vivant au rythme des caravanes de yacks transportant sel et produits de troc depuis le Tibet voisin.

Le trek suit l'itinéraire du film Himalaya, l'enfance d'un chef, emprunté par les caravanes franchissant les cols tibétains. Jean-Marc Nowak souligne l'authenticité de cette traversée, révélée au public par le réalisateur Éric Valli.

Ce voyage s'adresse à des randonneurs expérimentés : l'itinéraire, exceptionnel mais exigeant, comprend plusieurs cols dépassant 5 000 m et requiert 22 jours de marche sur un total de 30 jours. Ce long périple offre aussi du temps pour rencontrer les Dolpo-pas et partager des moments privilégiés dans ces vallées mythiques de l'Himalaya.

# ILS ÉTAIENT À REEGAUN cet automne

## SCOUTS toujours prêtes !

Quatre scouts de Carpentras – Elsa, Juliette, Marie et Marielle – ont passé dix jours à Ree Gaun après trois ans de préparation. Ensemble, elles ont brossé, gratté, lessivé avant de peindre les murs des chambres des professeurs. Le tout en musique, gagnant la réputation de « good painters, good singers and funny people ». Leur séjour a été marqué par la pluie, les sangsues et les douches froides, mais aussi par les rires, les tea time chaleureux, de goûteux

repas, fameuses dégustations (lait de buffle, miel), une fête de la pleine lune, des rencontres avec les élèves et des paysages grandioses sur le Ganesh Himal. Les jeunes femmes ont découvert le dispensaire, les plantations de café, le tri des déchets, assisté à une messe et partagé leurs chants. Avant de partir, Marielle et Marie ont vécu leur cérémonie d'engagement scout, entourées d'habitants émus. Après une visite de Katmandou, elles sont reparties la tête et le cœur remplis de souvenirs

uniques, de la profonde humanité des habitants de Ree Gaun et...de quatre tee-shirts floqués Ree Gaun.

■ Marcelle Dissac



## Des Kinés au Népal

Une nouvelle équipe de bénévoles (Justine - Maxime et Vincent). Deux Kinés et une infirmière originaire de la Région de Grenoble ont été plusieurs jours au dispensaire. Au programme de leur mission une visite des villages les plus éloignés en compagnie de Laxmi pour apporter des soins.



## MESSAGE DE LAXMI SUITE À LA VISITE DES KINÉS

Namaste à tous, J'espère que vous allez bien. Aujourd'hui, je suis ici pour partager ma joie avec vous tous. Nos charmants invités, deux infirmières et un kinésithérapeute, ont terminé aujourd'hui leur séjour de deux semaines à ReeGaun. J'ai beaucoup apprécié le temps passé avec eux. J'ai visité de nombreux villages que je ne connaissais pas encore à ReeGaun. Cela a été une formidable opportunité pour

moi. Ils m'ont appris beaucoup de choses sur l'importance de la physiothérapie. Nous nous sommes rendus dans différents villages, dispensaires et écoles pour mener des programmes de sensibilisation sur la santé bucco-dentaire (comment se brosser les dents, quand se brosser les dents, les étapes du lavage des mains et de l'hygiène) et sur l'importance de la physiothérapie pour les douleurs dorsales,

les douleurs aux genoux, les douleurs aux épaules et les différentes articulations. Nous avons séjourné dans différents villages reculés comme Karang. Nous avons constaté que certaines personnes s'intéressaient à la physiothérapie. Les villageois étaient très heureux de nous accueillir dans leurs villages. J'espère que ce type de programmes sera reconduit à l'avenir. (NDLR traduit de l'anglais)

# 2025 en bref...



## ACTIONS réalisées en Savoie

- 14 et 15 juin COURCHEVEL organisation avec notre collectif SAVOIE NEPAL (qui comprend 6 associations) d'une belle manifestation : Conférences, animations, restaurations, vente d'artisanat...
- 18/10 Stand d'artisanat à la fête des Allobroges à Chambéry tenu par Théophile.
- 15/11 . Vente au profit du Népal de 2 fournées de pains fabriqués par l'association « les Fournachus » du village de Fournet. Ce même jour vente d'artisanat et une nouvelle adhésion réalisée
- 22 /11 Marché de Noël à Cognin. Vente d'artisanat.

## Quelques REMERCIEMENTS

Nous remercions l'Association GRAINE de LOTUS à Avignon qui organise des expositions ventes d'artisanat et qui nous fait chaque année un don significatif sur le produit de ces ventes.

Nous remercions le Centre de Yoga Pranam qui coorganise la vente d'artisanat sur Laudun et les municipalités de Châteauneuf de Gadagne et de Saze qui nous

ont permis encore cette année de réaliser des manifestations sur leur territoire (Ventes d'Artisanat - Repas).

Nous remercions également Jérémie GRAPHIK studio qui par son professionnalisme nous aide dans la conception et la mise en page des nouveaux outils de communication, des newsletters, du Namaste et la maintenance du site.



## QUELQUES stats sur notre site

### 2025 c'est :

1201 visiteurs uniques  
2232 sessions  
6768 pages consultées  
518 recherches Google nous ont trouvé  
24 % de visiteurs réguliers  
6 visiteurs / jour en moyenne  
46 visiteurs depuis le Népal  
32 des États-Unis  
23 d'Allemagne  
19 de Suisse  
15 de Russie  
11 d'Espagne  
8 de Monaco... etc.  
(les visiteurs viennent de 34 pays différents)

12 Newsletter envoyées  
1827 lecture de ces newsletters  
5 minutes de consultation en moyenne par session  
Notre page la plus visitée est la page Actu

et sur Facebook

97 posts  
272 amis

## 2026 au programme

### À venir au Népal en 2026

- Nouveaux chantier Ecole avec ESF (Energie Sans Frontières) sur la maintenance des installation photovoltaïques.
- Projet d'investissement en machines pour sécher le Thé et installation de l'irrigation sur certaines cultures avec Rotary international.
- Rénovation des installations solaires de l'auberge des enseignants et du dispensaire.

### À Venir en France

- Randonnées
- Samedi 10 janvier: la Galette autour de ND d'Aubune à Beaumes de Venise avec notre ami Jean-Noël Marlard de l'Association Les Corens.
- Le dimanche 25 janvier 2026 : Randonnée aux Ocres de Villars avec Anne Gordeenko et René Charles
- Du 22 au 27 juin, Séjour en Valgaudemar avec Jean-Pierre Mattio.

**Restez attentifs à nos prochaines newsletters pour connaître le détail des randonnées et nos prochains RDV : Repas / Concerts / Rencontres / Séances de Cinéma / Expositions...**



# Présentation de MAP-NAMASTE

Crée en 1979, MAP est une des associations les plus anciennes et les plus importantes de Monaco, qui assure un contrôle sur le terrain annuel, et 0 frais de gestion pour les donateurs.

MAP gère et finance des projets de développement et d'assistance humanitaire dans les domaines de :

- L'éducation
- La santé
- Le développement communautaire
- L'urgence
- Le patronage de S.A.S. Le Prince Souverain Albert II
- Plus de 45 ans de Présence, dans 11 pays de coopération
- Un impact mesurable des projets répondant aux besoins des bénéficiaires
- Le soutien du Gouvernement Monégasque qui couvre la totalité des frais de fonctionnement
- Le bénévolat des responsables locaux, des administrateurs et de l'audit comptable.
- Les administrateurs, tous très actifs, assurent le suivi des projets par des missions régulières sur le terrain, à leurs propres frais.

**100% des dons sont directement reversés aux projets !**

NAMASTE (Népal Monaco-Association Culturelle) est créée en octobre 2009 par Nancy Dotta suite à une mission à Rigaon en février dans le but d'améliorer les conditions de vie des habitants de Rigaon, principalement dans les domaines de l'éducation, de la santé et de l'environnement.

En octobre 2011, visite de S.A.S. le Prince Albert II et la Princesse Charlène de Monaco.

**Après dix ans, en 2019, NAMASTE a rejoint MAP et les projets se sont depuis poursuivis.**



## PROJETS MAP/NAMASTE

- Entretien des 3 écoles construites : écoles primaires de Dhuseni et Salleri, Highschool de Rigaon, qui accueillent environ 340 élèves en 2025.
- Programme de bourses scolaires complètes « post-bac » à Katmandou pour les élèves de Rigaon les plus méritants : depuis 2016, près de 60 bourses ont été financées. Les jeunes sont encouragés à retourner à Rigaon pour contribuer au développement du village.
- Programme environnement : construction de deux Centres de Recyclage Communautaires afin d'assurer une meilleure gestion des déchets. Construction d'un sentier botanique pour sensibiliser les villageois à leur environnement et installation d'une table d'orientation.
- Prabin Tamang : bachelor en éducation à Katmandou de 2016 à 2020, a passé le concours national pour devenir professeur et est actuellement professeur de mathématiques et d'anglais à l'école de Tajimrang.
- Lok Tamang : bachelor en éducation et informatique à Katmandou de 2017 à 2021. Après quelques expériences comme professeur d'informatique, il vient d'être engagé à l'école de Tajimrang.



Nancy Dotta, présidente de MAP Namasté

## ANCIENS BOURSIERS

- Punam Tamang : études d'infirmière de 2020 à 2023, a travaillé pendant 1 an à la Highschool de Rigaon. Elle a trouvé un nouveau poste d'infirmière non loin de Pokhara.
- Anu Tamang : bachelor en éducation à Pokhara de 2017 à 2021, a d'abord enseigné dans une école privée à Pokhara, et est désormais professeur d'anglais à la Highschool de Rigaon depuis 2024.

# NOUS SOUTENIR

## Bulletin d'adhésion 2025 / 2026

Pour soutenir l'Association Népal Avignon, vous pouvez :

- **Adhérer** à l'association  
adhésion simple  35 € adhésion couple  50 €
- **Soutenir** l'association dans son action en faisant un don de ..... €
- **Parrainer** les élèves de l'école secondaire de Rigaon en versant 25 € par mois, (Versements échelonnés ou annuels).

## VOS COORDONNÉES

**Nom** ..... **Prénom** .....

**Adresse** .....

**Code postal** ..... **Ville** .....

**Tél** ..... **Courriel** .....

**Cochez cette case si vous souhaitez recevoir notre newsletter**

## Les versements peuvent être réalisés :

**Par chèque** : à l'ordre de l'Association Népal Avignon

**Par virement bancaire** : IBAN : FR76 1131 5000 0108 1286 6254 370

**Sur notre site** : page Nos actions/Adhésion et parrainage/ Hello Asso

**À renvoyer à :**  
**Association Népal Avignon, 2 avenue des Lierres 84000 Avignon**  
**ou par email : associationnepalavignon@gmail.com**



Suivez-nous sur les réseaux  
et n'hésitez pas à partager nos publications



associationnepalavignon@gmail.com  
www.associationnepalavignon.com





Association  
Népal  
Avignon



associationnepalavignon@gmail.com  
[www.associationnepalavignon.com](http://www.associationnepalavignon.com)