



AIDE AU TIBET ET AUX
PEUPLES DE L'HIMALAYA
ANCIENNEMENT TIBET LIBRE

**PARTIR
AVEC
SOLHIMAL**



**Découvrir nos actions
sur le terrain en faveur
des populations
himalayennes, choisir de
les soutenir, d'y
participer**

SolHimal – Aide au Tibet et aux peuples de l'Himalaya
7 cour Fernand Jaenger - F-67200 STRASBOURG
Tél. : 03 88 27 33 00 - 09 62 06 19 39
projets@solhimal.org - Site Internet : <http://www.solhimal.org>

Créée en avril 1988, SolHimal vient en aide aux réfugiés tibétains et aux peuples de l'Himalaya. Les objectifs sont d'alléger les difficultés des familles démunies en les aidant à vivre dans la dignité, en favorisant l'éducation et en soutenant le développement local dans le respect des croyances et traditions. Les actions sont menées en partenariat avec des acteurs locaux (écoles, autorités locales, familles...).



Les actions en Inde et au Népal prennent plusieurs formes :

- Le parrainage (enfants, personnes âgées, familles, moines)
- Le soutien aux projets de développement
- Le commerce équitable d'artisanat
- L'organisation de chantiers, de voyages et de missions solidaires

Les chantiers solidaires

SolHimal organise des chantiers solidaires permettant à des bénévoles de se rendre en Inde ou au Népal et de participer à la mise en œuvre de projets ou d'activités répondant à des besoins réels recensés sur place auprès des partenaires. Pendant environ un mois, ces bénévoles vivent auprès des personnes soutenues par SolHimal et participent à la réalisation de projets concrets. Le chantier est un lieu où il faut savoir faire beaucoup avec peu et surtout savoir vivre ensemble.

Solidarité, Partage, Aventure

Chaque année, le plus souvent en été, SolHimal organise des chantiers pour améliorer les conditions de vie ou de scolarité au Népal ou en Inde.

Participer à un chantier offre la possibilité de donner de son temps et de son énergie pour aider concrètement les populations himalayennes. C'est également l'occasion de partager leur quotidien, de passer du temps avec ces hommes et ces femmes heureux de faire découvrir leur mode de vie, leur langue, leur cuisine, leur musique traditionnelle, leurs rituels... Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues. Il n'est pas nécessaire d'être médecin ou maçon. SolHimal offre à chacun la possibilité d'agir, quelles que soient ses compétences. Les travaux retenus au programme répondent toujours à une demande des acteurs locaux qui expriment leurs besoins et leurs priorités. Il ne s'agit pas d'interventions isolées mais d'actions durables suivies sur le long terme.



SolHimal finance l'approvisionnement sur place des matériaux nécessaires au chantier et l'acheminement vers le site du chantier. La main d'œuvre est assurée par les volontaires répartis par groupes d'activité. Ils sont aidés des villageois quand ces derniers ne sont pas retenus par leurs propres activités.

A noter : Nous prenons des billets de groupe pour organiser nos départs. Ainsi, nous réservons des billets environ un an à l'avance pour assurer un départ concomitant à tous les participants du chantier et permettre une flexibilité en cas d'annulation d'un ou plusieurs participants. Cette solution ne permet pas en revanche de bénéficier de tarifs promotionnels.

Mode de fonctionnement de nos chantiers

Quand ?

- Les chantiers se déroulent en juillet et en août sur une durée d'un mois environ

Qui ?

- Un chantier comprend un maximum de 30 participants, ce nombre peut varier en fonction du projet à réaliser et de la capacité d'accueil sur le lieu du chantier
- Un chef de chantier est chargé de l'encadrement technique des participants, il participe également à la coordination avec SolHimal et les partenaires sur place. Il veille au bon déroulement des activités et au suivi des dépenses
- SolHimal se réserve le droit d'opérer une sélection des candidats selon les compétences, les motivations et l'ordre de réception des candidatures
- Une réunion de préparation a lieu au printemps, permettant de rencontrer l'équipe de SolHimal et les responsables de chantier avant le départ

Pour faire quoi ?

- Les activités et travaux sont sélectionnés sur la base des informations données par les partenaires locaux : nous souhaitons répondre à des demandes exprimées localement
- En dehors des activités/projets liés au chantier, le programme comprend la possibilité de rencontrer son/sa filleul, des visites touristiques, un trek (durée variable selon l'avancement du chantier)
- Le programme défini avant le départ des volontaires peut parfois être modifié – le maître mot est : ADAPTATION

Dans quel cadre ?

- Les participants et les chefs de chantiers interviennent à titre bénévole
- Les chefs de chantiers encadrent les participants pendant toute la durée du chantier sur les activités « techniques » à réaliser. Le groupe évolue en autogestion pour toutes les autres activités : chacun participe aux tâches de la vie quotidienne (linge, ménage, vaisselle)
- Pendant toute la durée du chantier, les repas sont pris en charge par l'association, sauf lors des journées libres. Les boissons autres que le thé et l'eau sont à la charge des participants
- Les horaires de travail sont établis en fonction des tâches à réaliser, de leur pénibilité, des conditions climatiques ainsi que des us et coutumes locaux. Les après-midi sont souvent libres pour favoriser les échanges avec la population

La participation aux frais

- Une participation aux frais (PAF) est demandée.
Cette PAF inclut :
 - Les billets d'avion AR
 - L'acheminement AR de Strasbourg à l'aéroport de départ
 - L'hébergement et la nourriture
 - Les transports sur placeCette PAF ne comprend pas :
 - L'assurance
 - Le visa d'entrée
 - Les boissons autres que le thé et l'eau
 - Les pourboires
 - Les entrées dans les sites payants
 - Les repas des journées libres
 - La cotisation de membre pour les personnes qui ne sont ni parrains ni membres
- Le montant de la PAF est fixé sur une estimation du coût du chantier qui peut varier notamment en fonction du prix du billet d'avion et du cours de la monnaie locale. Une partie couvre les frais administratifs engagés pour l'organisation en France et sur le terrain. La marge éventuellement dégagée est systématiquement réinjectée dans les projets. Les bénévoles bénéficient de plusieurs jours de visite à caractère touristique lors desquels ils profitent gracieusement d'un accompagnement.
- Le montant demandé pour la PAF est déductible des impôts à hauteur de 66%
- Aucune avance financière n'est accordée sur place par l'association pour les dépenses personnelles des participants
- L'association décline toute responsabilité en cas de problème après le départ d'un participant abrégant sa participation au chantier pour des raisons personnelles (la déduction fiscale sera au prorata du nombre de jours passés sur le chantier)

Question santé

- Les chantiers se déroulent dans des pays où les infrastructures médicales sont inexistantes en dehors des grandes villes.
- Nous donnons un certain nombre d'indications sur les « indispensables » de la trousse médicale.
- SolHimal invite les participants ayant des problèmes chroniques ou ponctuels à être prévoyants: les personnes suivant un traitement médical doivent emporter leurs médicaments pour une durée supérieure à celle du séjour ainsi que l'ordonnance..... Celles souffrant de problèmes de santé ponctuels (allergies, problèmes urinaires...) doivent également prévoir les médicaments nécessaires.

Les voyages solidaires

Chaque année, SolHimal organise des voyages solidaires qui sont autant d'occasions offertes à des parrains de rencontrer leur filleul(e) et leurs familles, à des donateurs ou à toute autre personne de mieux appréhender notre action et les réalités locales.

Voyager solidaire, un état d'esprit

Nos voyages s'inscrivent dans notre action d'aide aux populations himalayennes en privilégiant les rencontres et les échanges avec celles-ci (découverte de leur quotidien, mode de vie, musiques et chants, religion, traditions...). Nous proposons la rencontre de nos partenaires (écoles, camps de réfugiés tibétains, monastères...) et des personnes que nous soutenons via le parrainage (enfants, familles, moines...). Le nombre de partenaires rencontrés dépend chaque fois des participants inscrits et des programmes de parrainages dans lesquels se trouvent leurs filleuls. Chaque année, nous faisons preuve de souplesse afin d'essayer de répondre aux demandes de chacun dans la limite du possible.

La satisfaction du rêve d'enchantement et de dépaysement, aussi légitime soit-elle, ne doit pas empêcher d'être un consommateur responsable et des réflexions toutes simples sont à garder à l'esprit :

- Voir comment notre présence influe sur la vie de celles et ceux qui nous accueillent
- Garder une attitude de respect et d'écoute, sans préjugés moralisateurs ou sentiment de culpabilité

Nos voyages visent à aider les acteurs locaux à développer une activité touristique, aussi les circuits de commercialisation sont raccourcis au maximum et les bénéfices éventuels sont reversés dans des projets destinés à améliorer les conditions de vie locales.



A Noter : Comme pour les chantiers, nous prenons des billets de groupe pour organiser nos départs, billets qui sont réservés environ un an à l'avance.

Organisation de nos voyages

Quand ?

- Les voyages se déroulent au printemps, été ou automne sur une durée de 2 à 3 semaines

Qui ?

- Un voyage comprend au maximum 20 participants
- Nos voyages sont ouverts à toute personne membre de l'association (ou adhérent à l'association afin de participer au voyage)
- Un accompagnateur encadre le groupe

Pour faire quoi ?

- Visite de sites touristiques
- Rencontre des partenaires locaux de l'association
- Rencontre avec son/sa filleul pour les parrains et marraines de l'association

La participation aux frais

- Une participation aux frais (PAF) est demandée
Cette PAF inclut :
 - Les billets d'avion AR
 - L'acheminement AR de Strasbourg à l'aéroport de départ
 - L'hébergement et la nourriture
 - Les transports sur place
La PAF ne comprend pas
 - L'assurance
 - Le visa d'entrée
 - Les boissons autres que le thé et l'eau
 - Les pourboires

Les entrées dans les sites payants

Les repas des journées libres

La cotisation de membre pour les personnes qui ne sont pas parrains ou marraines

- Le montant de la PAF est fixé sur une estimation du coût du voyage qui peut varier notamment en fonction du prix du billet d'avion et du cours de la monnaie locale. Une partie couvre les frais administratifs engagés pour l'organisation en France et sur le terrain.
- Aucune avance financière n'est accordée sur place pour les dépenses personnelles des participants
- L'association décline toute responsabilité en cas de problème après le départ d'un participant abrégant sa participation pour des raisons personnelles

Question santé

- Nous donnons des indications sur les « indispensables » à emporter dans sa trousse médicale.
- Un certificat médical peut être demandé pour certains circuits plus difficiles.
- SolHimal invite les participants ayant des problèmes chroniques ou ponctuels à être prévoyants: les personnes suivant un traitement médical doivent emporter leurs médicaments pour une durée supérieure à celle du séjour ainsi que l'ordonnance..... Celles souffrant de problèmes de santé ponctuels (allergies, problèmes urinaires...) doivent également prévoir les médicaments nécessaires.
- .

Les missions solidaires

Tout au long de l'année, des personnes peuvent apporter bénévolement un appui aux actions menées en Inde ou au Népal avec nos partenaires (écoles, centre de réfugiés tibétains, ONG locales...).

Des missions spécifiques (enseignement, médecine, agronomie, maîtrise d'oeuvre, journalisme, génie civil, menuiserie, génie électrique...) sont organisées. Les tâches, activités et objectifs sont définis au cas par cas, en

fonction des besoins locaux de nos partenaires. Les missions sont ciblées : elles exigent des compétences et expériences particulières dans un domaine d'activité précis.



Les bénévoles peuvent répondre à une annonce de SolHimal ou bien proposer une mission. Dans ce second cas, il leur appartient de formuler une proposition détaillée et motivée qui pourrait être utile pour l'association, en faisant état de leurs compétences et expériences dans le domaine proposé. Autonomie et bonne maîtrise de l'anglais sont deux qualités requises pour tout type de mission.

La durée des missions est définie au cas par cas : à côté de missions ponctuelles, pour des raisons de plus grande cohérence et de pérennité, ce sont surtout des missions de moyenne durée (plusieurs mois) qui sont privilégiées.

A noter : Les personnes qui partent en mission se chargent d'organiser leur départ et de prendre leurs billets d'avion. Certaines compagnies aériennes comme Gulf Air ou Qatar Airways donnent droit à des excédents de bagages qui nous permettent, lors de départs individuels, d'organiser le convoyage de matériel à destination de nos partenaires. Nous contacter pour plus de renseignements.

Mode de fonctionnement des missions

Quand ?

- Les missions peuvent avoir lieu tout au long de l'année pour une durée à définir au cas par cas

Qui ?

- Toute personne de plus de 18 ans
- SolHimal se réserve le droit de sélectionner les candidatures reçues selon les activités et/ou travaux à réaliser, les compétences, les motivations et les disponibilités

Pour faire quoi ?

- Les activités sont définies au cas par cas sur la base des informations données par les partenaires locaux et en fonction des compétences et disponibilités des personnes disposées à partir
- Les principales qualités requises sont : Altruisme - Adaptation – Efficacité - Respect de l'autre

- Les horaires de travail sont établis en fonction des horaires du partenaire où se déroule la mission, en fonction des tâches à réaliser, de leur pénibilité, des conditions climatiques, ainsi que des us et coutumes locaux

Dans quel cadre ?

- Les personnes interviennent à titre bénévole

Déduction fiscale des frais engagés

Les personnes partant en mission doivent veiller elles-mêmes à :

- Prendre leurs billets d'avion A/R
- Souscrire une assurance
- S'acquitter des frais de visa
- Effectuer les vaccinations nécessaires

Ces frais étant engagés pour le déroulement de la mission, ils sont déductibles des impôts à hauteur de 66%.

Quelques habitudes à avoir

Les pays où nous intervenons sont régis par des coutumes et des règles de travail très différentes

- Au Népal comme en Inde, pour dire bonjour, on ne s'embrasse pas. On joint les mains jointes en position de prières
- Eviter les contacts corporels, les mini-shorts, les décolletés et les démonstrations d'affection en public
- Avoir le sens de la nuance, les réponses négatives franches sont rares, les fausses informations ou le silence traduisent la volonté de ne pas « perdre la face »
- Ne pas encourager la mendicité. Répondre à la demande des enfants mendiants risque de les inciter à se « complaire » de l'argent facile de la mendicité à moins qu'il ne soit destiné à un trafiquant
- Demander le consentement des personnes que vous souhaitez photographier

Pour les personnes intéressées:

Demandez les programmes et bulletins d'inscription de nos chantiers/voyages.
Ils sont disponibles en début d'année et téléchargeables sur notre site.

Association SolHimal

7 cour Fernand Jaenger - 67200 STRASBOURG - 03 88 27 33 00

Contact : section projets – Valérie BACHMANN - projets@solhimal.org