



**PARTIR
AVEC
SOLHIMAL**



**PROGRAMME
VOYAGE
NEPAL**

**DECOUVERTE DE LA VALLEE DE
KATMANDOU
RANDONNÉE AU MUSTANG**

du 17 avril au 2 mai 2014

Quelques mots sur SolHimal

Depuis 25 ans, Solhimal vient en aide aux réfugiés tibétains en allégeant les difficultés des familles, en les aidant à vivre dans la dignité et en favorisant l'éducation des jeunes. Au Népal, l'aide s'est progressivement élargie aux populations d'origine tibétaine dont l'identité culturelle est menacée d'extinction. Les actions menées en partenariat avec les acteurs locaux (familles, écoles, autorités locales...) prennent plusieurs formes :

- Le parrainage individuel et collectif
- Le soutien aux projets ciblés
- L'organisation de voyages et de chantiers solidaires
- Le commerce équitable d'artisanat himalayen.

L'esprit des voyages solidaires SolHimal

Chaque année, nous organisons des voyages solidaires en Inde, au Népal et parfois au Tibet qui sont autant d'occasions pour nos parrains de rencontrer leur filleul(e) et leurs familles, et pour nos donateurs ou nos sympathisants de mieux appréhender notre action et les réalités locales de ces destinations.

Voyager solidaire, un état d'esprit

Les voyages que nous organisons s'inscrivent dans notre action d'aide aux populations himalayennes tout en privilégiant les rencontres et les échanges avec celles-ci (découverte de leur quotidien, mode de vie, musiques et chants, religion...). La satisfaction du rêve d'enchantement et de dépaysement, toute légitime qu'elle soit, ne doit pas empêcher d'être un consommateur responsable et équitable. Nos voyages visant à aider les acteurs locaux à développer une activité touristique, les circuits de commercialisation sont raccourcis au maximum et les bénéfices sont reversés dans des projets destinés à améliorer les conditions de vie locales. Deux choses toutes simples à garder en tête :

* Chercher à savoir si notre présence peut influencer positivement la vie de celles et ceux qui nous accueillent ou au contraire la dégrader.

* Garder une attitude de respect et d'écoute, sans préjugés ni à priori moralisateur ou sentiment de culpabilité.

Participation aux frais

Une Participation aux Frais (PAF) est demandée. Le montant varie en fonction du voyage proposé, des billets d'avion et de la durée du séjour. Les éventuels bénéfices réalisés sur un voyage sont affectés au financement des projets bénéficiant aux populations locales.

La PAF inclut :

- Les billets d'avion A/R Francfort Katmandu et l'acheminement en bus A/R Strasbourg - Francfort
- L'hébergement sur base chambre double avec petit-déjeuner (à Katmandou seulement)
- Les transports sur place (avion+bus)
- Le TIMS (permis spécial lors des treks)
- L'entrée dans le parc national

La PAF n'inclut pas :

- Le visa (env. 20€)
- Les pourboires
- Les entrées dans les sites/musées (env 15 euros)
- Les repas et les boissons (entre 180 et 350 euros)
- L'assurance (il appartient au participant, s'il le souhaite, de s'assurer une couverture santé/rapatriement et perte de bagages)

Quelques suggestions:

Saluer ses interlocuteurs à distance, les mains jointes en position de prière

Éviter de toucher une personne ou désigner une chose avec son pied, cette partie la plus basse du corps est jugée impure

Ne pas encourager la mendicité. Répondre à la demande des enfants mendicants 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

Savoir ranger l'appareil photo pour mieux ouvrir les yeux et ressentir la force de l'instant vécu

Pour tout renseignement :

SOLHIMAL – 7 cour Fernand Jaenger – 67200 Strasbourg

03 88 27 33 00 – projets@solhimal.org

Voyage Népal 2014

Les grandes lignes du séjour

Nous vous proposons un séjour qui vous permettra de découvrir le Népal hors des sentiers battus, notamment la région reculée du bas Mustang et ses inoubliables paysages. Le programme détaillé des premiers jours dépendra des rencontres entre les participants et leurs filleuls. Nous ferons preuve de souplesse, comme d'habitude. Voici déjà les grandes lignes du séjour :

- La rencontre avec votre filleul (e), dans son école et, si possible, avec sa famille.
- La visite de Katmandou et ses quartiers hauts en couleur et en images insolites (Bouddhanath, Swayambhunath, Jawalakhel...).
- La visite de Pokhara la deuxième ville du Népal
- Un trek dans la région du bas Mustang (difficulté moyenne).
- Une journée libre pour découvrir la capitale et les boutiques.



Contexte géographique :

La voie d'accès entre l'Inde et le Tibet passe par la vallée de la Kali Gandaki et le stratégique district du Mustang. Le Haut-Mustang reste une zone protégée du tourisme et peu accessible. Le Bas-Mustang dont le chef-lieu est Jomsom est une région peuplée essentiellement par l'ethnie Thakali, une des 22 ethnies du Népal qui vivent dans la région de Marpha. Située dans cette vallée qui mène au Tibet. Cette population a fait l'objet d'étude d'anthropologues, particulièrement sur leur capacité d'adaptation aux changements de leurs environnements sociaux, religieux, économiques et politiques.

La vallée de la Kali Gandaki, une des plus belles vallées du Népal, est parcourue par les pèlerins et les marchands transportant du sel et les denrées indispensables à dos de mules. À partir de Jomsom, la terre aride et ventée évoque certaines régions du Tibet. Les massifs de l'Annapurna et du Dhaulagiri dominent le parcours.

Dans cette vallée reculée du massif de l'Annapurna, se trouve le camp de réfugiés tibétains de Tsérok où Solhimal apporte son aide depuis 18 ans ainsi que le village de Lupra, dissimulé entre Jomsom et Kagbeni, à l'écart des sentiers de trekking où Solhimal a organisé un chantier en 2011. Les paysages sont époustouffants et l'accueil des populations locales très chaleureux. Le village de Lupra, près du sanctuaire de Muktinath (3802 m), est parvenu à garder intacte son authenticité et une grande part de ses croyances chamanistes pré-bouddhistes : la religion Bön.

Prix (au départ de Strasbourg) : 2 000 € TTC (pour les parrains et les membres)
2 135 € TTC (pour les non-membres, dont 35 € de cotisation)

Accompagnateurs : Mme Danielle HEIM, Directrice de SolHimal-France
Mme Chemi GONSAR, Directrice Adjointe de SolHimal-Nepal

Modalité d'inscription

Renvoyez-nous :

- Votre bulletin d'inscription dûment rempli
- La copie de votre passeport
- Un acompte de 500 € (chèque à l'ordre de SolHimal) .

Confirmez votre participation dès que possible