

**PARTIR
AVEC
SOLHIMAL**



**PROGRAMME
VOYAGE
VALLEE DE
KATMANDOU, NEPAL**

**Du 15 au 25 septembre
2013**

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
- Les transports sur place

La PAF n'inclut pas :

- Le visa
- Les repas et boissons
- Les pourboires
- Les entrées dans les sites/musées
- L'assurance (non obligatoire mais conseillée. Il appartient au participant 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 pas 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

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 2013

Les grandes lignes du séjour

Nous vous proposons un séjour qui vous permettra de découvrir la Vallée de Katmandou hors des sentiers battus. Le programme détaillé 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 chauds en couleur et en images insolites (Bouddhanath, Swayambhunath, Jawalakhel...).
- Bhaktapur, ancienne capitale royale
- Le village médiéval de Bungamati

Et bien d'autres lieux tout aussi majestueux !



Contexte géographique :

Prix (au départ de Strasbourg) : 1 170 € TTC

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

Programme voyage
NEPAL – du 15 au 25 septembre 2013

15 septembre

10h - Rendez vous à Strasbourg à la gare
Transfert vers Francfort
15h10 – 19h10 : Vol Frankfort-Istanbul
21h45 : décollage pour Katmandou

16 septembre

7h15 : arrivée à Katmandou
Transfert à l'hôtel
Réception au bureau de Solhimal
Promenade autour du stupa de Baudanath

17 septembre

Visite du monastère de Gaden
Participation à une puja (cérémonie rituelle)
Visite école Manasarovar

18 septembre

9h – Départ pour Swayambunath, le temple des singes
12h – Repas à Swayambunath
Visite des 3 Bouddhas dorés
17h-Visite quartier Asan Tole et Place du Palais royal.

19 septembre

Bhaktapur, ancienne capitale
Visite de Thamel le quartier du shopping
Après-midi libre

20 septembre

9h - Départ pour le village médiéval de Bungamati
Repas à Jawalakhel
Visite du camp de réfugiés de Jawalakhel et des fabriques d'artisanat
17h - Visite de Patan

21 septembre

Visite du Men Tse Khang et possibilité de consultation avec un médecin tibétain.
Visite du monastère Sheshen de Mathieu Ricard

22 septembre

Dhulikhel
Marche vers Namu Buddha

23 septembre

10h - Visite de l'école Shree Srongsten Bhrikuti
14h – Visite du lycée Namgyal à Gokarna

24 septembre

Départ matinal pour Nagarkot, l'endroit le plus élevé de la vallée de Katmandou, magnifique Panorama

25 septembre

8h45 : décollage pour Istanbul
17h25 : Arrivée prévue à Francfort
Retour à Strasbourg prévue en fin de journée