

ASSOCIATION D'ALSACE LORRAINE À BUT NON LUCRATIF

PARRAINER AVEC SOLHIMAL



www.solhimal.org



LE PARRAINAGE

UNE MISSION

ENFANTS ET
ÉTUDIANTS

ÉLARGIR LE CHAMP DES POSSIBLES PAR UNE MEILLEURE ÉDUCATION, L'ACCÈS À DES SOINS MÉDICAUX, UNE ALIMENTATION ADÉQUATE ET UN ENVIRONNEMENT SÛR OÙ IL PEUT S'ÉPANOUIR.

MOINES ET
NONNES

LES AIDER À PRÉSERVER LA CULTURE TIBÉTAINE ET POURSUIVRE LEUR ENGAGEMENT SPIRITUEL.

PERSONNES
ÂGÉES

CONTRIBUER À LEUR OFFRIR LES MOYENS D'AVOIR UNE VIE DÉCENTE

UN ENGAGEMENT

ENGAGEMENT SUR LE LONG TERME :

Le parrainage implique un soutien durable, idéalement jusqu'à ce que l'enfant termine ses études et devienne autonome. Le parrain doit être conscient de l'importance d'une continuité dans son engagement pour garantir la stabilité et le bien-être de l'enfant.

RESPECT DES DROITS HUMAINS ET DES VALEURS CULTURELLES :

Le parrain/la marraine s'engage à respecter les droits fondamentaux de l'enfant, en veillant à ne pas imposer des attentes ou des pratiques contraires aux valeurs locales. L'approche doit être bienveillante et sans discrimination, tout en respectant la mission humanitaire de l'association.

CORRESPONDANCE :

Le parrainage implique une correspondance régulière entre le parrain et l'enfant, avec un engagement minimum de 3 à 4 échanges par an. En cas de manque de correspondance de la part de l'enfant, il est important d'en informer SolHimal. Ce suivi permet de maintenir un lien et de s'assurer que l'engagement de l'enfant, qui s'est également engagé à écrire au parrain, est respecté.



QUI SONT LES BÉNÉFICIAIRES?

CHAQUE NOUVEAU PARRAIN PEUT INDiquer SES PRÉfERENCES D'ÂGE OU DE GENRE QUANT AU FILLEUL QU'IL SOUHAITE PARRAINER



**JEUNES ENFANTS,
ENFANTS,
ADOLESCENTS,
ETUDIANTS**



**PERSONNES
ÂGÉES**



**NONNES,
MOINES**

DE 3 À 100 ANS

RÉSIDANT AU NÉPAL ET EN INDE

**ORIGINAires D'ETHNIES TIBÉTAINes (TAMANGS, GURUNGs,
SHERPA) OU DES AUTRES POPULATIONS DE L'HIMALAYA**

ISSUS DE SITUATIONS SOUVENT TRÈS PRÉCAIRES :

- **ENFANTS ABANDONNÉS**
- **VIVANT AVEC UN SEUL DES PARENTS**
- **ENFANTS DONT LES PARENTS VIVENT EN CAMP DE RÉFUGIÉS**
- **ADULTES SANS REVENUS**

PROPOSITION DE PARRAINAGE

NOUS VOUS REMERCIONS POUR VOTRE INTÉRÊT DE
PARRAINER UN ENFANT OU UNE PERSONNE ÂGÉE
OU UNE NONNE/UN MOINE DANS LE BESOIN.

COMMENT CHOISIR MON/MA FILLEUL(E) ?

VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR DANS LES PAGES QUI VONT SUIVRE,
LES PROFILS DE FILLEUL(E)S QUE NOUS AVONS,
EN ATTENTE D'ÊTRE PARRAINÉ(E)S.

SI VOUS N'AVEZ PAS DE PRÉFÉRENCE D'ÂGE OU DE GENRE,
SOLHIMAL PEUT ÉGALEMENT VOUS ORIENTER VERS UNE SITUATION
PRÉSENTANT UN CARACTÈRE PRIORITAIRE.

NOTRE SERVICE DE PARRAINAGE RESTE À VOTRE DISPOSITION
POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS CE PROCESSUS.

1. sélectionnez
un profil



2. contactez-nous

Charlotte SCHERR

Coordinatrice des parrainages et de la communication dédiée



ASSIST.PARRAINAGE@SOLHIMAL.ORG



[+33 \(0\)3.88.27.33.00](tel:+33(0)3.88.27.33.00)



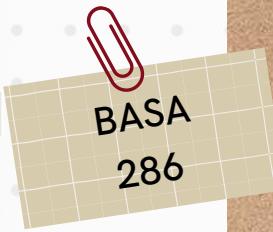
[+33 \(0\)6 82 13 85 20](tel:+33(0)6.82.13.85.20)



Quelques Profils de filleul(e)s en attente de parrainage urgent

DERNIÈRE MISE À JOUR :
JANVIER 2026

pour en découvrir d'autres encore, contactez-nous.



BIJAYA RAI

Né le : 02/04/2018 à
Waku, Solukhumbu,
Népal



Famille :

PÈRE

Dorjee Rai est né en 1976 dans le district du Solukhumbu. Il a été scolarisé jusqu'en classe V (CM2). Il est fermier et cuisinier.

MÈRE

Bhoti Maya Rai est née dans le district du Solukhumbu. Elle est femme au foyer et assiste son mari aux travaux agricoles.

FRATRIE

-



NOVEMBRE
2025

Classe 2024/25 : II (CE1)
SHREE JANAJAGARAN MAHKUNDA
BASIC SCHOOL

PROFIL

Bijaya Rai est un jeune népalais issu de l'ethnie Rai qui vit avec ses parents à Waku, village du district montagneux du Solukhumbu, au Nord-Est du Népal. Son père est fermier : il cultive sur un petit terrain quelques légumes (pomme de terre), céréales (millet, maïs) et fruits (banane). Durant les périodes propices au trek (printemps, automne), il est parfois employé en tant que cuisinier. Sa mère est femme au foyer et participe aux travaux agricoles. Le couple possède en outre 2 boeufs, 1 vache, 4 chèvres et quelques poules. La famille habite une petite maison, composée de 2 pièces sommairement équipées. Tous les membres du foyer sont en bonne santé, à l'exception de la mère qui ne s'est jamais véritablement remise de son second accouchement (césarienne) et du décès de son enfant. Bijaya Rai est un enfant souriant et très attaché à ses parents. Quand il sera plus grand, il souhaiterait devenir médecin. Grâce à votre aide, il sera en mesure de débuter sa scolarité.



VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !



assist.parrainage@solhimal.org



+33 (0)3 88 27 33 00

+33 (0)6 82 13 85 20



www.solhimal.org



@Solhimal_France



@solhimal_asso

**LANG/TIMU
300**

DIPAKA YARI

Née le : 24/09/2022 à
Bangad Kupinde, Salyan,
Népal.



Famille :

PÈRE

Dhak Bir Yari, né en 2002 dans le district de Salyan au Népal. Il a été scolarisé jusqu'en classe IX (3ème). Il est manoeuvre.

MÈRE

Bina Gharti, née en 2002 dans le district de Salyan au Népal. Elle a été scolarisée jusqu'en classe VIII (4ème). Elle est manoeuvre et femme au foyer.

FRATRIE

- Asmita Yari, sa grande soeur, née en 2020.

PROFIL

Dans le petit village frontalier de Timure, la vie est rude pour Dipika et sa famille. Chaque jour, ses parents, récemment arrivés du district de Salyan, s'épuisent à charger et décharger les camions qui circulent entre le Népal et la Chine. Leur salaire de manutentionnaires suffit à peine à nourrir les quatre membres de la famille, entassés dans une seule pièce louée.

Pourtant, malgré cette précarité quotidienne, l'univers de Dipika, 3 ans, est peuplé de sourires et de doux rêves. Son refuge ? Ses poupées Barbie, avec lesquelles elle invente des histoires colorées, une échappatoire belle et fragile à la réalité.

Cette petite fille courageuse et enjouée mérite plus qu'un avenir déterminé par la nécessité. Elle mérite de grandir en sécurité, de jouer en toute insouciance et de poursuivre sereinement sa scolarité. En parrainant Dipika, vous ne changez pas seulement une vie, vous protégez la lumière d'un enfant et vous lui offrez la chance d'écrire, enfin, sa propre histoire.



VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !



assist.parrainage@solhimal.org



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

www.solhimal.org



@Solhimal France

@solhimal_asso

**LANG/DHAL
301**

PRATIMA GHALE

Née le : 14/01/2021 à Dhal Phedi, Rasuwa, Népal.



Famille :

PÈRE

Gam Ghale, né en 1993 dans le district de Rasuwa au Népal. Il a été scolarisé jusqu'en classe X (2de). Il est fermier.

MÈRE

Geeta Tamang, née en 1995 dans le district de Rasuwa au Népal. Elle a été scolarisée jusqu'en classe XII (Terminale). Elle est enseignante.

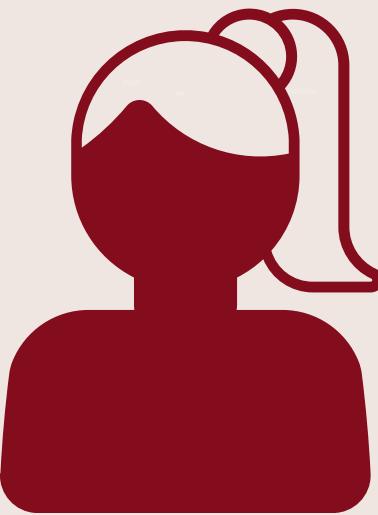
FRATRIE

- Prabin Ghale, son grand frère, né en 2017.
- Prayash Ghale, son petit frère, né en 2023.

PROFIL

Au cœur des montagnes du district de Rasuwa, à Dhal Phedi, la vie de la petite Pratima s'organise entre l'école et la maison familiale, faite de pierres et composée de deux pièces. Son père cultive avec courage maïs, blé, haricot, épinard et pomme de terre sur les terrasses escarpées, tandis que sa mère enseigne à l'école primaire du village. Mais les revenus sont maigres, surtout pour subvenir aux besoins des cinq membres de la famille.

Pratima, 5 ans, est une petite fille appliquée qui aime les mathématiques et s'évade en dessinant ou en dansant. Son frère aîné est scolarisé loin de la maison, à Shabru Besi, tandis que son petit frère, atteint de trisomie 21, reste au quotidien auprès de son père, nécessitant des soins et des médicaments. Dans ce foyer où chaque roupie compte, l'éducation de Pratima est un défi quotidien. Parrainer Pratima, c'est lui offrir la sérénité de poursuivre sa scolarité sans que celle-ci ne soit un fardeau financier pour sa famille. C'est soutenir toute une maisonnée qui se bat avec dignité, et permettre à cette petite fille pleine de promesses de grandir en rêvant, le crayon à la main. Votre soutien deviendrait un pilier essentiel pour leur avenir.



**JANVIER
2026**

Classe 2025/2026 : I (CP)
SHREE ARUNADHYA PRIMARY SCHOOL
Dhal Phedi, Rasuwa, Népal



VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !



assist.parrainage@solhimal.org



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

www.solhimal.org



@Solhimal France

@solhimal_asso

MANA 321

TENZIN TSELHA LAMA

Née le : 02/12/2021 à
Katmandou.



Famille :

PÈRE

Tanjan Phurbu Lama, né en 1985 dans le district de l'Humla au Népal. Il n'a jamais été scolarisé. Il est chanteur.

MÈRE

Nima Yangjum Lama, née en 1997 dans le district de l'Humla au Népal. Elle a été scolarisée jusqu'en classe X (2de). Elle est femme au foyer.

FRATRIE

- Phuntsok Gelek Lama, son grand frère, né en 2013.

PROFIL

Tenzin Tselha Lama, une petite fille de 4 ans, vit avec sa famille dans le quartier de Baudhanath à Katmandou. Sociable, vive et malicieuse, elle trace ses premières lettres en anglais et népalais, compte fièrement jusqu'à dix, chante des comptines d'une voix cristalline et reconnaît animaux, formes et couleurs comme une grande. Son moment préféré ? Colorier des arcs-en-ciel entiers sur ses cahiers. Mais derrière ses éclats de rire, la vie est fragile. Son père, jamais scolarisé, a passé son enfance dans un monastère. Il officie aujourd'hui pour des puja quand on l'appelle, mais les revenus sont rares. Arrivé à Katmandou il y a deux ans pour offrir un avenir à ses enfants, il doit aussi soutenir sa mère restée au village, dans le district de l'Humla, au Nord-Ouest du Népal. L'aîné, Phuntsok Gelek Lama, bénéficie d'un tarif réduit de la part de son école, mais chaque mois reste un combat. Sa mère, qui a interrompu sa scolarité en classe X (seconde), reste à la maison pour s'occuper des enfants et de son foyer.

Ils n'ont qu'un rêve : que leur fille continue d'apprendre et de colorier librement. Votre parrainage pourrait le réaliser : garder Tenzin Tselha à l'école, soulager ses parents et laisser cette petite artiste grandir sans peur du lendemain.



VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !



assist.parrainage@solhimal.org



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

www.solhimal.org



@Solhimal France

@solhimal_asso

SHR 557

NURBU TAMANG

Né le : 03/11/2018
à Katmandou, Népal.



Famille :

PÈRE

Kishor Tamang, né en 1981 dans le district de Kavrepalanchok au Népal. Il n'a jamais été scolarisé. Il est vendeur.

MÈRE

Bishnu Maya Lama, née en 1981 dans le district de Kavrepalanchok au Népal. Elle n'a jamais été scolarisée. Elle est femme au foyer.

FRATRIE

- Kusum Tamang, sa petite soeur, née en 2021.



DÉCEMBRE

2025



PROFIL

Nurbu Tamang est un jeune garçon de 7 ans qui vit avec sa famille dans le quartier de Baudhanath à Katmandou. En classe II (CE1) cette année, il excelle en mathématiques et en anglais, les yeux brillants de celui qui veut déjà devenir médecin. Il est accompagné chaque matin par sa maman qui lui apporte son déjeuner. Après l'école, il adore jouer au football en compagnie de ses camarades. Le papa vend des objets de prière dans une boutique du quartier ; c'est le seul revenu du foyer. Sa grande sœur, Kusum Tamang, poursuit ses études (4ème année d'un bachelor), et chaque roupie est comptée deux fois : loyer, riz, cahiers... rien n'est jamais de trop. Pourtant, les parents n'ont qu'un rêve : que Nurbu et sa sœur aillent loin, plus loin qu'eux. Un rêve qui vacille quand les fins de mois arrivent trop vite. Votre parrainage peut le rendre solide comme un roc : garder Nurbu à l'école, soulager son père épuisé et sa mère inquiète, et laisser ce petit footballeur devenir le docteur dont il rêve déjà.



VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !



assist.parrainage@solhimal.org



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

www.solhimal.org



@Solhimal France

@solhimal_asso

SHR 558

PEMA SHERPA

Née le : 29/08/2015 dans
le district du Solukhumbu,
Népal.



Famille :

PÈRE

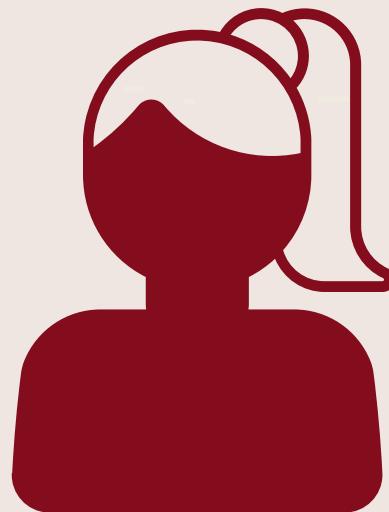
Nawang Tenji Sherpa, né en 1989 dans le district du Solukhumbu au Népal. Il n'a jamais été scolarisé. Il est fermier.

MÈRE

Mingmar Chhamjee Sherpa, née en 1993 dans le district du Solukhumbu au Népal. Elle n'a jamais été scolarisée. Elle gère un petit restaurant.

FRATRIE

- Kusum Sherpa, sa petite soeur, née en 2016.
- Nima Tsering Sherpa, son petit frère, né en 2025.



DÉCEMBRE

2025

Classe 2025/2026 : V (CM2)

STRONGTSEN BHRIKUTI BOARDING SCHOOL

Katmandou, Népal

PROFIL

Pema Sherpa, 10 ans, est l'aînée d'une fratrie de trois. En classe V (CM2), elle brille en mathématiques et en népalais, mais c'est sur le terrain de sport que sa timidité s'envole. Discrète et appliquée, elle rêve déjà de blouse blanche : devenir infirmière pour soigner ceux qu'elle aime. Dans son village du Solukhumbu, son père cultive les champs des autres et prend soin de ses parents âgés - grand-père appuyé sur une canne, grand-mère dont une main ne répond plus. L'hiver, il descend à Katmandou rejoindre sa femme qui tient un tout petit restaurant dans le quartier de Baudhanath. Le bébé de 6 mois, la petite sœur en classe IV (CM1), Pema : trois bouches à nourrir, deux scolarités à payer. Les revenus du restaurant ne suffisent pas ; chaque fin de mois est un casse-tête.

Pema voit sa maman compter les pièces, son papa rentrer épuisé. Elle ne dit rien, mais ses yeux parlent : elle veut étudier, soulager un jour sa famille. Votre parrainage peut lui offrir cette chance : garder Pema à l'école, alléger ses parents et transformer cette petite fille timide en une infirmière courageuse.



VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !



assist.parrainage@solhimal.org



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

www.solhimal.org



@Solhimal France

@solhimal_asso



SHR 560

TENZIN DELEK SHERPA

Né le : 05/05/2021 dans le district du Solukhumbu au Népal.



Famille :

PÈRE

Phura Tashi Sherpa, né en 1990 dans le district du Solukhumbu au Népal. Il n'a jamais été scolarisé.

MÈRE

Dawa Diki Sherpa, née en 1993 dans le district du Solukhumbu au Népal. Elle n'a jamais été scolarisée. Elle est vendeuse et femme au foyer.

FRATRIE

• -



DÉCEMBRE

2025

PROFIL

Classe 2025/2026 : Jardin d'enfants
STRONGTSEN BHRIKUTI BOARDING SCHOOL
Katmandou, Népal

Tenzin Delek Sherpa, 4 ans, est un petit garçon timide qui découvre la maternelle cette année à Katmandou. Il adore les maths et l'anglais, joue avec ses camarades dès qu'il ose, et son regard curieux s'illumine quand il assimile quelque chose de nouveau.

Sa vie a basculé très tôt. Une avalanche a détruit l'école de Namche Bazar, dans le district montagneux du Solukhumbu, forçant la famille à tout quitter. Son papa, prisonnier de l'alcool, les a abandonnés quand Tenzin Delek avait 1 an à peine. Aujourd'hui, c'est sa maman qui porte tout : elle est vendeuse dans un grand magasin pour un salaire de misère, rentre soigner sa propre mère, soulage ses genoux douloureux, et trouve encore la force de sourire à son fils.

Le peu qu'elle gagne suffit à peine pour la nourriture et le loyer ; les frais d'école sont une montagne. Pourtant, elle refuse que Tenzin Delek grandisse sans apprendre.

Votre parrainage peut changer cela : garder Tenzin Delek sur les bancs de l'école, soulager sa maman épuisée et offrir à ce petit garçon timide la chance de devenir l'homme solide dont il rêve déjà.



VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !



assist.parrainage@solhimal.org



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

www.solhimal.org



@Solhimal France

@solhimal_asso

 **ILS SONT PLUS DE 40 À
ATTENDRE... ET VOUS POUVEZ
FAIRE LA DIFFÉRENCE.**

Contactez-nous pour plus de profil(s)

**VOUS SOUHAITEZ DÉCOUVRIR D'AUTRES PROFILS ?
AUJOURD'HUI, NOUS AVONS PLUS DE 40
FILLEUL(E)S QUI ATTENDENT D'ÊTRE PARRAINÉ(E)S.**

**N'attendez-pas !
Écrivez-nous pour découvrir les
profils ;**



ASSIST.PARRAINAGE@SOLHIMAL.ORG



+33 (0)3.88.27.33.00



+33 (0)6 82 13 85 20

 **ILS SONT PLUS DE 40 À
ATTENDRE... ET VOUS POUVEZ
FAIRE LA DIFFÉRENCE.**

**N'attendez-pas !
Écrivez-nous pour découvrir
les profils ;**



Charlotte SCHERR
Coordinatrice des parrainages et de la communication dédiée



ASSIST.PARRAINAGE@SOLHIMAL.ORG



+33 (0)3.88.27.33.00



+33 (0)6 82 13 85 20

PROCESSUS POUR PARRAINER AVEC SOLHIMAL

Pour concrétiser votre démarche de parrainage, veuillez suivre les étapes ci-dessous :

1. Prise de contact pour répondre à vos questions [ici](#)
2. Proposition de profil et validation
3. Signature du contrat de parrainage
4. Mise en place des modalités de paiement
5. Officialisation du parrainage dès réception du premier versement.
6. Réception de la photo de votre filleul(e) et début de la correspondance

Le parrainage nécessite un engagement durable, idéalement jusqu'à l'autonomie de votre filleul(e).

Nous recommandons d'effectuer 3 à 4 échanges par an pour entretenir un lien privilégié. Notre équipe est à votre disposition pour vous accompagner dans vos correspondances et vous tenir informé(e) des progrès de votre filleul(e).

Pour démarrer votre parrainage ou pour toute question complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter :

 Email : assist.parrainage@solhimal.org

 Téléphone : +33 (0)3 88 27 33 00 | +33 (0)6 82 13 85 20





ENSEMBLE, CONTRIBUONS À LEUR AVENIR

En parrainant avec SolHimal, vous offrez une chance unique à une personne en grande précarité tout en préservant les valeurs de l'Himalaya. Votre engagement transforme des vies et apporte de l'espoir.

Si un profil vous touche ou si vous souhaitez soutenir une personne dans le besoin, contactez-nous dès aujourd'hui. Notre équipe est là pour vous accompagner dans cette belle aventure solidaire.

Contactez-nous :

assist.parrainage@solhimal.org

+33 (0)3 88 27 33 00 | +33 (0)6 82 13 85 20

www.solhimal.org

Suivez-nous sur les réseaux sociaux pour rester informé :

[Facebook](#)

[Instagram](#)

[LinkedIn](#)

Alexandre Sattler
PHOTOGRAPHY