

ASSOCIATION D'ALSACE LORRAINE À BUT NON LUCRATIF

# PARRAINER AVEC SOLHIMAL



Alexandre Sattler  
PHOTOGRAPHY

[www.solhimal.org](http://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 INDICER SES PRÉFÉRENCES 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**

**ORIGINAIRE 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](mailto:ASSIST.PARRAINAGE@SOLHIMAL.ORG)



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



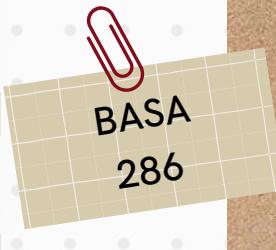
[+33 \(0\)6 82 13 85 20](tel:+33(0)6.82.13.85.20)



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

**DERNIÈRE MISE À JOUR :**  
**FÉVRIER 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'éthnie 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](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)



+33 (0)3 88 27 33 00

+33 (0)6 82 13 85 20



[www.solhimal.org](http://www.solhimal.org)



@Solhimal\_France



@solhimal\_asso

**LANG/TIMU  
300**

## DIPIKA YARI

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



### Famille :

PÈRE

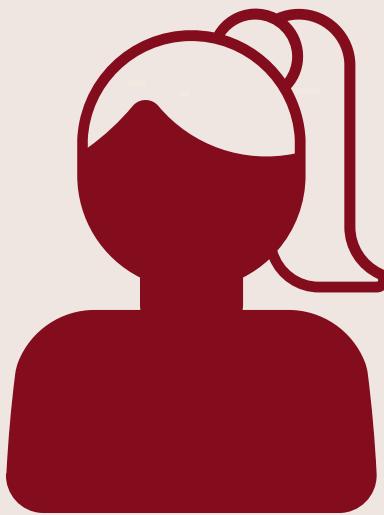
Dhak Bir Yari, né en 2002 dans le district de Salyan au Népal. Il a été scolarisé jusqu'en classe IX (3ème). Il est manoeuvre.

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.



**JANVIER  
2026**

Classe 2025/2026 : Jardin d'enfants  
**NEPAL RASTRYA BASIC SCHOOL**  
Timure, Rasuwa, Népal

## 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](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)

+33 (0)3 88 27 33 00

+33 (0)6 82 13 85 20

[www.solhimal.org](http://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.

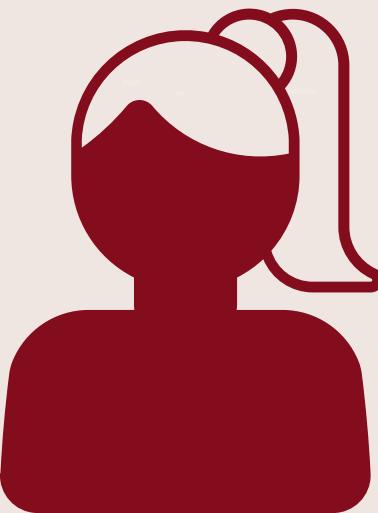
**FRATRIE**

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

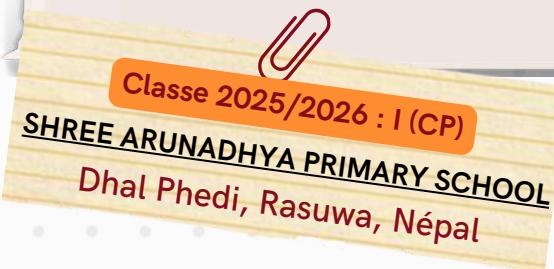
## PROFIL

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**



**VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !**

[assist.parrainage@solhimal.org](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)

[+33 \(0\)3 88 27 33 00](tel:+33(0)388273300)

[+33 \(0\)6 82 13 85 20](tel:+33(0)682138520)

[www.solhimal.org](http://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 chantre.

**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.

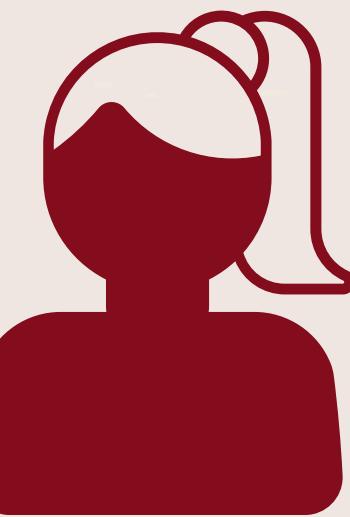
**FRATRIE**

- 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.



**DÉCEMBRE  
2025**



**VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !**



[assist.parrainage@solhimal.org](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

[www.solhimal.org](http://www.solhimal.org)



@Solhimal France

@solhimal\_asso

**MANA 324**

# DOLMA KARZOM TAMANG

Née le : 26/11/2020 à  
Katmandou.



## Famille :

**PÈRE**  
Pema Namdup Tamang, né en 1992 à Katmandou. Il a été scolarisé jusqu'en classe XII (terminale). Il est guide touristique.

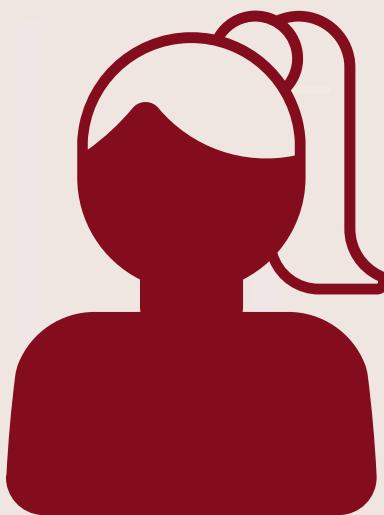
**MÈRE**  
Norzom Lama, née en 1997 dans le district de l'Humla au Népal. Elle a été scolarisée jusqu'en classe X (seconde). Elle gère un salon de thé.

**FRATRIE**

- Rangdol Lhamo Tamang, sa petite soeur, née en 2023.

## PROFIL

Dolma Karzom Tamang, une petite fille de 5 ans, vit avec sa famille dans le quartier de Tinchuli à Katmandou. Active, maligne et pleine de malice, elle adore la science, écrit déjà des mots simples en anglais et népalais, commence le tibétain, chante à tue-tête et reconnaît tous les animaux comme une grande. Son rire fait vibrer toute la classe. Mais derrière son énergie, la vie est dispersée. Son papa, né à Katmandou bien qu'originaire de Humla, a passé son bac et rêvé des États-Unis. Aujourd'hui guide pour touristes chinois à Thamel, il travaille seulement quand les visiteurs arrivent ; le reste de l'année, rien. Il s'occupe aussi de ses propres parents âgés. Sa maman, elle, tient un salon de thé à Simikot, dans l'Himalaya lointain. Elle ne descend à Katmandou qu'en hiver, laissant Dolma avec son père et ses grands-parents. Entre deux mondes, deux loyautés, deux familles à soutenir, les revenus s'épuisent vite. Pourtant, ils n'ont qu'un seul rêve : que Dolma Karzom continue l'école, fasse du vélo et devienne scientifique un jour. Votre parrainage peut rassembler ce qui est épargné : offrir à Dolma Karzom une scolarité stable, soulager ses parents séparés par la distance et laisser cette petite championne grandir sans frein.



**NOVEMBRE  
2025**



**VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !**



[assist.parrainage@solhimal.org](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

[www.solhimal.org](http://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

Classe 2025/2026 : II (CE1)  
SRONGTSEN BHRIKUTI BOARDING SCHOOL  
Katmandou, Népal

## 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](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

[www.solhimal.org](http://www.solhimal.org)



@Solhimal France

@solhimal\_asso

SHR 558

## PEMA SHERPA

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



### Famille :

PÈRE

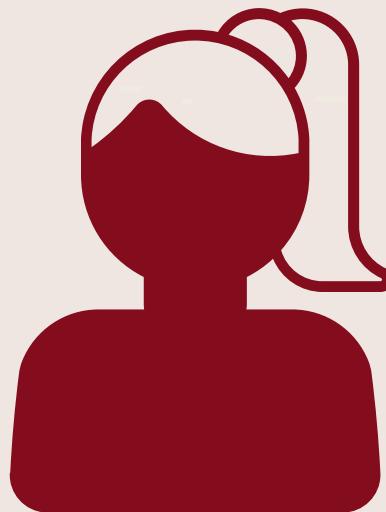
Nawang Tenji Sherpa, né en 1989 dans le district du Solukhumbu au Népal. Il n'a jamais été scolarisé. Il est fermier.

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](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

[www.solhimal.org](http://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**

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

## PROFIL

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](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

[www.solhimal.org](http://www.solhimal.org)



@Solhimal France

@solhimal\_asso



SHR 561

# TENZIN NORTSO

Née le : 25/10/2021 à  
Katmandou, Népal.



## Famille :

PÈRE

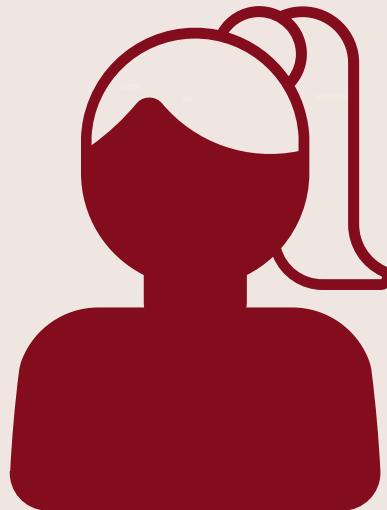
Tsering Sangpo, né en 1983 dans le district du Solukhumbu au Népal. Il a été scolarisé jusqu'en classe VIII (4ème). Il est employé dans une manufacture de tapis.

MÈRE

Mingmar Gole, née en 1992 dans le district de Sindhupalchok au Népal. Elle a été scolarisée jusqu'en classe V (CM2). Elle est femme au foyer.

FRATRIE

• -



DÉCEMBRE

2025

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

## PROFIL

Tenzin Nortso, 4 ans, est une petite fille un peu timide qui colorie déjà ses rêves en maternelle. Elle adore l'anglais et les mathématiques, et dès la récréation, elle court rejoindre ses camarades, ses yeux brillants derrière sa réserve. Dans le quartier de Tinchuli à Katmandou, elle vit dans un appartement de 2 pièces avec papa, maman et sa grand-mère.

Son père est l'unique pilier : il travaille au département laine d'une usine de tapis à Katmandou, pour un salaire minimum qui fond comme neige au soleil. Sa maman, elle, reste à la maison : elle emmène Tenzin Nortso à l'école chaque matin, va la chercher chaque soir, et s'occupe de la grand-mère qui ne peut plus beaucoup bouger.

Le loyer, la nourriture, les cahiers... tout est compté. Les frais de maternelle pèsent déjà trop lourd. Pourtant, Tenzin Nortso ne demande rien ; elle colorie, elle apprend, elle grandit. Votre parrainage peut lui offrir la seule chose dont elle a vraiment besoin : continuer l'école sans que ses parents aient à choisir entre un crayon et un repas. Un petit geste régulier, un immense sourire pour cette douce petite fille.



VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !

[assist.parrainage@solhimal.org](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)

+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

[www.solhimal.org](http://www.solhimal.org)

@Solhimal France

@solhimal\_asso



SOL 644

# YASHU TAMANG

Née le : 30/10/2022  
à Katmandou, Népal.



## Famille :

PÈRE

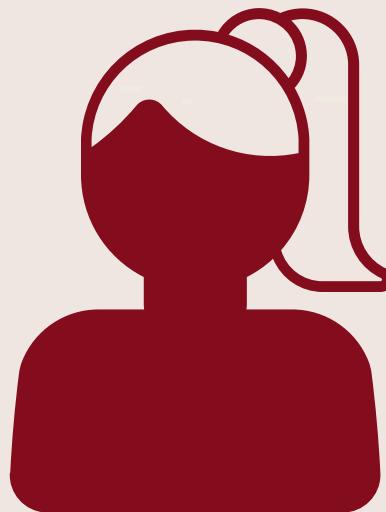
Saila Tamang, né en 1975 dans le district de Kavrepalanchok au Népal. Il a été scolarisé jusqu'en classe II (CE1). Il est manœuvre.

MÈRE

Goma Tamang, née en 1987 dans le district de Dhading au Népal. Elle n'a jamais été scolarisée. Elle est femme au foyer.

FRATRIE

- Bishal Tamang, son demi-frère, né en 2018.



JANVIER 2026

## PROFIL

Classe 2025/2026 : jardin d'enfants  
SUNAULO BHABISHYA BOARDING SCHOOL  
KATMANDOU, NEPAL

Yashu Tamang est une petite fille lumineuse et souriante qui vit avec sa famille dans le quartier de Narayantar à Katmandou. À seulement 3 ans, elle rayonne quand elle danse, joue avec ses amis ou dessine avec application. L'anglais et le dessin sont ses matières préférées ; elle y met tout son cœur, comme si elle savait déjà que l'école est sa chance de changer le cours des choses.

Pourtant, derrière ce sourire timide et ce caractère doux se cache une histoire lourde. Sa maman, Goma, porte depuis l'enfance les séquelles d'une chute d'un arbre : une jambe abîmée, une différence de longueur, des douleurs chroniques. Sans accès aux soins, l'infection s'est aggravée. Plus tard, on lui a diagnostiqué une tuberculose osseuse. Malgré tout, Goma n'a jamais pu aller à l'école et a travaillé comme domestique pour survivre. Aujourd'hui, elle suit une formation gratuite en peinture sur thanka, avec une petite aide financière pendant l'apprentissage.

Son papa, Saila, est manœuvre : il charge, décharge, transporte... quand le travail existe. Il est souvent absent des mois entiers. De son premier mariage, il a perdu sa femme peu après la naissance de leur fils. Ensemble, Goma et Saila élèvent désormais deux enfants, dont Yashu, dans un foyer où chaque roupie est comptée deux fois. Malgré leur courage et leur amour immense, les frais scolaires deviennent un mur infranchissable. Yashu mérite pourtant de continuer à danser, à dessiner, à grandir sans que l'école devienne un luxe. Votre parrainage peut changer cela : offrir à cette petite fille au grand cœur une scolarité sereine, soulager ses parents épuisés et lui permettre de construire, pas à pas, le futur confiant et indépendant dont elle rêve déjà.



VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !

[assist.parrainage@solhimal.org](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)

+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

[www.solhimal.org](http://www.solhimal.org)

@Solhimal France

@solhimal\_asso

SOL 645

# AASHISH SHRESTHA

Né le : 30/12/2019 dans le Solukhumbu, Népal.



## Famille :

PÈRE

Mangal Shrestha, né en 1996 dans le district du Solukhumbu au Népal. Il a été scolarisé jusqu'en classe VI (6ème). Il est porteur et manoeuvre.

MÈRE

Usha Shrestha, née en 2001 dans le district du Solukhumbu au Népal. Elle a été scolarisée jusqu'en classe X (2de). Elle est femme au foyer.

FRATRIE

• -



FÉVRIER 2026

## PROFIL



Aashish Shrestha, un petit garçon de 6 ans au sourire franc et communicatif, découvre avec émerveillement sa classe de CP à l'école Greenfield National Secondary School, dans le quartier de Bafal à Katmandou. Il adore l'anglais et, dès qu'il a un moment, il se met à danser, les bras levés, les yeux pétillants de joie.

Il est enfant unique, le trésor d'une famille de trois. Son père porte les sacs des touristes pendant la haute saison de trekking – environ six mois par an –, puis enchaîne des missions de manoeuvre sur des chantiers de construction quand les sentiers se vident. Des emplois durs, saisonniers, sans garantie de salaire fixe. Sa maman reste au foyer dans leur unique pièce louée, où chaque mètre carré est compté.

Malgré les longues journées de labeur, l'argent rentre au compte-gouttes. Il couvre à peine le loyer, la nourriture et les besoins du quotidien. Les frais scolaires, même modestes, deviennent vite un poids trop lourd.

Aashish ne sait pas encore que chaque cahier neuf est un sacrifice. Il apprend, danse, grandit avec confiance. Votre parrainage pourrait lui offrir cette continuité : garder Aashish à l'école sans que son père ait à choisir entre un livre et un repas. Un geste régulier de votre part, et ce petit danseur au cœur ouvert pourra continuer à apprendre et à rêver librement.



VOUS SOUHAITEZ PARRAINER ? CONTACTEZ-NOUS !



[assist.parrainage@solhimal.org](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)



+33 (0)3 88 27 33 00



+33 (0)6 82 13 85 20

[www.solhimal.org](http://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](mailto: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](mailto:assist.parrainage@solhimal.org)

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

[www.solhimal.org](http://www.solhimal.org)

Suivez-nous sur les réseaux sociaux pour rester informé :

[Facebook](#)

[Instagram](#)

[LinkedIn](#)

Alexandre Sattler  
PHOTOGRAPHY