



ASSISTANCE MÉDICALE TOIT DU MONDE

Compte-rendu aux parrains

MISSION NÉPAL

DU 06 AU 20 AVRIL 2017





Chers Amis Marraines et Parrains,

AMTM a 25 ans... A peu près l'âge de François et de Pierre, les deux membres de Talentsoft qui sont partis avec nous dans le cadre de notre partenariat RSE avec cette belle entreprise. Le signe d'un renouvellement et d'une étape décisive dans l'histoire d'AMTM.

25 ans, une génération... Les anciens tibétains nous quittent progressivement et certains jeunes font des études supérieures...

*Dans tous les sites que nous aidons, il est désormais obligatoire d'adjoindre un enseignement moderne (anglais, maths...) à celui traditionnel. Votre soutien reste vital.
Un grand Merci à tous !*

Nathalie et Sabine Jauffret, Présidente et Vice-Présidente AMTM

Sommaire

MISSION NÉPAL
06 AU 20 AVRIL 2017



03 Les sites visités et l'équipe

04 L'action médicale

05 L'aide au développement

06 Les dons de fonctions

07 Les sites visités

07 Kunsang Chöling Nunnery

08 Nyingmapa Wishfulfilling Center

09 Samyé Memorial Nunnery (Dollu)

10 Samyé Memorial (Katmandou)

11 Maison AMTM

12 Rigzin Phodrang Buddhist Temple
et Dzatrul

13 Rigzin Drubpeh Ghatshal Monastery

14 O Sal Chöling

15 Remerciements



L'équipe AMTM.

Infos Générales

× Somme allouée à la mission :
109 271 €

× 178 parrainages : **77 541 €**

× Action médical + salaires
des médecins et infirmiers
locaux : **7 000 €**

× Dons pour l'aide
au développement : **5 410 €**

× Achats Kits hygiène : **2 500 €**

× Dons de Fonctions : **5 920 €**
(les 3 jeunes de l'équipe locale,
professeur d'anglais, didi et aides
ménagères)

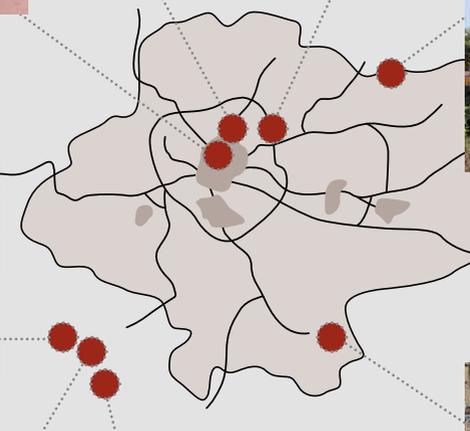
× Logistique mission
(Traduction et bus) : **2 255 €**

× Budget Maison AMTM : **8 645 €**



Bodnath, lieu de rencontre de
la communauté tibétaine.

LES SITES VISITÉS



Maison AMTM



Samyé Memorial (Katmandou)



Kunsang Chöling Nunnery



Nyingmapa Wishfulfilling Center



Rigzin Phodrang Buddhist Temple et Dzatrul



Rigzin Drubpeh Ghatshal Monastery



Samyé Memorial Nunnery (Dollu)

Vallée de Katmandou



O Sal Chöling

L'ÉQUIPE

PRÉSIDENTE AMTM



Nathalie Jauffret
 • Directrice Développement
 • Référente Samyé Katmandou

RESPONSABLE MISSION



Sabine Jauffret
 • Vice-Présidente
 • Directrice Parrainages

SECTEUR DÉVELOPPEMENT



Elisabeth Béranger
 • Responsable Développement Népal

REPRÉSENTANTS LOCAUX AMTM



Eric et Kunzang Russenberger

SECTEUR MÉDICAL



Dr Christine Boissinot
 • Directrice Médicale
 • Responsable médical de la mission



Dr Pierrick Fostier
 • Médecin



Isabelle Godfrin
 • Infirmière
 • Responsable pharmacie de la mission



Jean-Charles Charmillon
 • Photographe

PHOTOS

SECTEUR PARRAINAGE



Dominique Hélo
 • Référente O Sal Chöling



Françoise Lebreton
 • Référente Rigzin Drubpeh Ghatshal Monastery



Brigitte Aubert
 • Nouveau membre, référente volante

EQUIPE TALENTSOFT



François Gauthier



Pierre Lucet

AVEC LA PRÉSENCE INDISPENSABLE DE NOTRE L'ÉQUIPE LOCALE

Dr Kunsang Dolma Sherpa, Pramila Gautam (infirmière), Ashmita Rijal (aide Pharmacie), Dawa Lhamo (assistante parrainage), Ujjwal Rijal (technicien développement) et des fidèles traducteurs.

L'ACTION MÉDICALE

L'équipe médicale franco-népalaise au complet, de gauche à droite :
 Dr Kunsang Dolma, Dr Pierrick Fostier,
 Dr Ang Gelu, Dr Christine Boissinot,
 Isabelle Godfrin et
 Pramila Gautam, infirmières.



Infos Générales

- × Budget médical : **3 000 €**
- × Dépistage hépatite : **1 500 €** qui permet de financer les tests recensés.
- × Dépistage ophtalmique : **1 000 €**
- × Budget pharmacie : **1 500 €**

25 ans de soins Bilan du Dr Christine Boissinot, Directrice Médicale AMTM

Depuis 25 ans, de nombreux médecins, pharmaciens et infirmiers sont partis pour soigner, soulager et éduquer. Ce travail a été efficace et surtout durable grâce à la collaboration avec les acteurs du développement et des parrainages. Notre premier travail était de traiter des pathologies infectieuses graves : tuberculoses, infections digestives et cutanées en rapport avec des conditions de vie insalubres, de l'eau non potable et la malnutrition qui aggrave toutes ces maladies. Actuellement ces maladies ne se voient quasiment plus sur les sites que nous aidons. Des gestes aussi simples que le remplacement des lames de rasoir pour les moines par des tondeuses électriques ont permis de voir disparaître les plaies du cuir chevelu et d'éviter la transmission des infections d'un moine à l'autre !!! Depuis une dizaine d'années, l'éducation à la santé, le passage régulier du Dr Kunsang et de Pramila (infirmière) favorisent une meilleure hygiène chez les plus petits, un questionnement des plus grands sur les maladies, la prise de conscience de prendre soin de sa santé... voire de faire des études d'infirmier. Du curatif au préventif, cela veut aussi dire vac-

cinations : en cours, le dépistage de l'hépatite B puis la vaccination ou la prise en charge des personnes le nécessitant. Et puis le pays aussi a changé. L'offre de soins existe davantage dans la vallée de Katmandou, par contre les hospitalisations et surtout les actes chirurgicaux sont très chers. Il y a eu aussi le séisme en 2015, qui a heureusement épargné nos amis, mais les a mis à rude épreuve ; nous avons œuvré ensemble afin de conserver les acquis. 2 ans après, même s'il reste des reconstructions à entreprendre, les gens se portent bien tant au plan physique que moral. Enfin, il y a un transfert d'activités des soignants français vers leurs collègues népalais, collaboration dans le respect et la confiance. Alors depuis 25 ans quelle évolution ! Cette amélioration se voit au premier coup d'œil : pas besoin de surveillance rapprochée du poids, beaucoup de sourires, des enfants qui jouent, qui ont envie d'apprendre et qui font des projets. L'avenir ? Continuer notre travail d'équipe avec nos amis népalais, renforcer la prévention mais aussi savoir déléguer et s'effacer quand la situation le permet.



1. Pour les pansements et les câlins, il n'y a pas mieux qu'Isabelle Godfrin, notre infirmière 😊
2. Extraction de dents en direct, avec le Dr Kunsang Dolma.
3. Consultations à domicile lorsque les personnes âgées ne peuvent pas se déplacer, ici avec le Dr Pierrick Fostier.
4. Et à domicile également, pour Christine !
5. Lorsque la tradition rencontre la modernité : la lumière du smartphone est bien aidante pour le Dr Ang Gelu.

CONSULTATIONS PAR SITES : 640 consultations - 350 dépistages hépatite

Sites	Nbr de consultations	Tests visuels	Dépistages hépatite
Kunsang Chöling Nunnery	51	2015 et 2016	55
Nyingmapa Wishfulfilling Center	45	2015 et 2016	30
Samyé Memorial Nunnery (Dollu)	268	2015 et 2016	94
Samyé Memorial (Katmandou)	76	2015 et 2016	78
Maison AMTM	54	2015 et 2016	42 programmés
Rigzin Phodrang Buddhist Temple et Dzatrul	63	2015 et 2016	51
Rigzin Drubpeh Ghatshal Monastery	28	2017	reportés
O Sal Chöling	55	2015 et 2016	-

L'AIDE AU DÉVELOPPEMENT

Le traitement des déchets

Vaste sujet que le traitement des déchets quand on sait que Katmandou est l'une des villes les plus polluées au monde ; On ne manque d'ailleurs pas de rencontrer plusieurs fois par jour les vaches qui « profitent » des ordures jetées dans les rues. Qu'en est-il sur nos sites ?



Rue de Katmandou.



Une ébauche de tri sélectif.



Incinerateur au Nyingmapa Wishfulfilling Center.

Des solutions ont été trouvées pour les déchets organiques : les donner aux animaux ou les amasser pour faire du compost ce qui permet de réduire les émissions de gaz à effet de serre tout en produisant un engrais précieux et naturel pour les potagers (Kunsang Chöling Nunnery). Mais que faire pour les déchets ménagers ? Un traitement bien différent selon la situation géographique de nos sites :

☺ Pour les sites se trouvant à Katmandou ou en proche périphérie, une collecte payante est effectuée par la municipalité, tous les 4 jours et les déchets sont ensuite triés à la décharge ; ceux en plastique seront revendus (Samyé Katmandou – Maison AMTM)

⚠ Pour ceux situés en dehors de la ville, dont les conditions d'accès sont rendues très difficiles en raison de l'état des routes, aucun ramassage n'est prévu. La seule solution est de brûler les ordures une fois par semaine afin de réduire l'impact désastreux de cette pollution sur la santé des résidents, sans oublier l'environnement.

Précurseur dans le domaine, le Nyingmapa Wishfulfilling Center utilise un incinérateur depuis plusieurs années.

Peut être une solution à développer sur d'autres sites ?



L'eau est de retour au Samyé ! ☺

Les conséquences du séisme d'avril 2015 avaient été catastrophiques en matière de fourniture d'eau sur nos sites du Samyé, à Dollu et à Katmandou : sources déviées, puits détruits... laissant filles et garçons dans une situation quotidienne des plus précaires notamment au niveau de l'hygiène.



Samyé Katmandou : puits financé par AMTM.



Samyé Dollu : pompe connectée à la source gouvernementale.

L'achat d'eau et sa livraison par camion-citerne restaient les seules solutions pour s'approvisionner et remplir quotidiennement les tanks à eau de 5000l et 10000l.

Lors de notre mission, nous avons pu constater, une nette amélioration sur ces deux sites :

- A Dollu, de nouvelles sources ont été trouvées et un branchement a pu être réalisé sur une source « gouvernementale » leur permettant d'avoir de l'eau potable dans la cuisine pour les repas.

- Au Samyé Katmandou, le nouveau puits financé par AMTM à hauteur de 7000€ pour remplacer celui détruit lors du tremblement de terre, est terminé et fonctionne depuis plusieurs mois. Si ce lieu bénéficie également d'une source gouvernementale, cela reste très aléatoire. Au maximum, 2 heures de fourniture d'eau, de 6 h à 8 h du matin, sans jour fixe ! Il faut rester vigilant...

Campagne "Sweet Dream"



La distribution des kits hygiène et des draps dans le cadre de l'opération « sweet-dream » est toujours en cours sur : amt.org/actualites/actualites/article/campagne-sweet-dream.html

LES DONS DE FONCTIONS

2 Didis complémentaires en poste à O Sal Chöling !

Dans un site où vivent 69 moines, le travail d'une Didi est exigeant. 2 femmes remplissent cette fonction avec ardeur.



Ganga Laxmi,
s'occupe de l'entretien des lieux (lavage des sols, sanitaires, réfectoires), et s'occupe aussi des petits 😊

→ **Ganga Laxmi** travaille depuis 9 ans au monastère 6 jours par semaine de 6h30 à 17h. Le lundi, repos ! Quittée par son mari, elle a fait du porte à porte pour subvenir à ses besoins et à ceux de ses deux fils âgés maintenant de 17 et 25 ans. Au départ à l'essai, elle est restée au monastère et à 55 ans, elle espère y demeurer le plus longtemps possible... En plus de l'entretien des lieux, Ganga se rend disponible pour les petits et les aide en étant attentive à leurs besoins. Quand un moine est malade, elle en prend soin et lui apporte ses repas. En période de pujas, elle seconde le cuisinier, s'occupe des invités et fait le ménage de leur chambre.



Chintu Tamang,
s'occupe du linge

→ **Chintu Tamang** travaille depuis un an au monastère. En charge uniquement du lavage des robes des moines, elle prend le linge deux fois par semaine, le vendredi et le lundi. Chintu lave le linge chez elle avec la lessive fournie par le monastère. Elle récupère donc les robes qu'elle porte sur son dos jusque chez elle (15 minutes à pied du site) soit 15 à 20 kilos chaque fois !

Toutes deux sont très heureuses de travailler au monastère. Au Népal, la condition de la femme est difficile. Travailler est un moyen de s'émanciper, quel que soit le travail. Il procure une autonomie de subsistance dans un monde où les hommes ont toute liberté d'action. Un travail avec un salaire est non seulement

valorisant mais c'est aussi une sécurité pour survivre. Vos dons sont d'autant plus précieux ! En donnant à ces femmes la possibilité de s'assumer c'est tout un pays qui peut bousculer des structures figées et entrer dans la modernité.

Elles sont courageuses ! Les soutenir est important ! Merci de tout cœur !

À la Kunsang Chöling Nunnery : une professeure motivée !



Pasang Tamang (à gauche), seconde Bipama (à droite) pour sa première expérience de professeure.

Pour **Bipama**, 20 ans, enseigner l'anglais à la nonnerie est son premier poste ! Elle poursuit en parallèle ses études à l'université. Bipama dispense 10h de cours par semaine, 2h par jour de 14h à 16h.

Les 44 élèves sont répartis en 5 classes de la « nursery » à la « classe 3 ». Elle enseigne, comme elle a appris elle-même, avec des livres comme supports de cours. Les nonnes sont heureuses de découvrir et d'apprendre l'anglais. Cependant, elles n'osent pas trop parler et restent timides à l'oral.

Enseigner, transmettre est pour Bipama une source de joie car elle aime les contacts avec les enfants. C'est pourquoi, elle souhaite poursuivre son activité à la nonnerie jusqu'à la fin de ses études.

Sa belle-sœur, **Pasang Tamang**, 23 ans, va la secondier en remplaçant l'autre professeure,

partie vers d'autres projets. Elle a déjà une expérience d'enseignante de 2 ans dans une classe de « Little Kids Garden » et est diplômée de CCI University in Business.

Cet enseignement de l'anglais est capital pour toutes ces jeunes filles. L'apprentissage de cette langue développe leur intelligence et leur curiosité au monde. Quel que soit leur choix pour le futur, parler cette langue sera un atout pour trouver leur place dans la société.

Merci pour votre soutien fidèle au nom de tous vers un avenir meilleur

N'hésitez pas à contacter
Claude Bichon:
cbichon@amtm.org





Kunsang Chöling Nunnery

Référente / Marie Couturier-Tousche

AMTM un soutien indispensable !

Après une traversée chaotique d'un Katmandou en pleine reconstruction, l'équipe AMTM est chaleureusement accueillie à la Nonnerie. L'ambiance est détendue et tranquille après les mois éprouvants qui ont suivi le tremblement de terre. Grâce à votre soutien, les nonnes sont en bonne santé et leur vie quotidienne continue de s'améliorer ; Les classes se sont structurées pour mieux s'adapter à leurs besoins. Cette année a été marquée par la visite de Dudjom Yangsi Rinpoché – maître très vénéré chez les tibétains - venu bénir les nonnes et le temple. Quelle joie et quel réconfort pour toute la communauté ! Lama Gondup toujours attentif aux conseils et suggestions faites par AMTM, vous remercie du fond du cœur. Pour lui AMTM est comme une fleur de lotus, d'abord en bouton, aujourd'hui elle est éclose et dispense ses bienfaits à ceux qui en ont besoin.

Infos Générales

- × Référent terrain pour cette mission / **Sabine Jauffret**
- × Création du site / **1995**
- × Soutien d'AMTM depuis / **1996**
- × Nombre de résidants / **60**
- × Nombre de parrainés / **26 + 4 Indépendants**
- × Parrainages remis / **7 120 € + 1 160 € Indépendants**
- × Nombre de courriers remis / **23**



1. Un accueil très émouvant !
2. Vos filleules dessinent et répondent à votre courrier.
3. Nathalie et Khenpo Karma Yeshé lors de la visite du site.
4. Les nonnes et toute l'équipe AMTM vous remercient.



3 questions à... Khenpo Karma Yeshé

Interview par Nathalie Jauffret, sa marraine



► Racontez-moi votre enfance...

Je suis né au Mugu, une région proche de la frontière entre le Népal et le Tibet. J'y ai vécu jusqu'au décès de ma mère, j'avais 8 ans. Puis avec ma grand-mère, je suis parti à pieds jusqu'à Rewalsar en Inde. Nous y resterons 15 ans. C'est là que j'ai rencontré Lama Gondup, aujourd'hui responsable de la Nonnerie, qui me propose de m'emmener au Samyé à Katmandou, monastère-école très réputé pour la qualité de son enseignement. J'étais très heureux de pouvoir enfin étudier ! Après 15 années d'études intensives, je deviens

Khenpo - titre qui permet d'enseigner, donné après 10 ans d'études monastique + 3 ans de retraite - Je suis tellement reconnaissant envers Lama Gondup qui m'a permis tout cela.

► Votre vie à la Nonnerie ?

À la demande de Lama Gondup, après avoir terminé mes études, je suis venu le seconder pour donner des enseignements aux nonnes. Je suis très heureux de ma vie ici, je considère le Lama comme mon père. J'ai à cœur de transmettre aux nonnes ce que j'ai reçu. J'enseigne les pratiques tibétaines, les rituels et dirige les pujas.

► Que signifie pour vous le Dharma ?

Le Dharma est l'un des 3 trésors du Bouddhisme tibétain, il représente les enseignements donnés par le Bouddha : Sagesse et Compassion qui doivent être mises en pratique dans la vie quotidienne. Pour moi le Dharma représente d'abord la paix intérieure. Enseigner le Dharma me rend joyeux et donne un vrai sens à ma vie, je souhaite semer des graines dans l'esprit des jeunes nonnes afin qu'elles puissent avoir une vie meilleure. Mon souhait est de pouvoir aider le plus possible. Chaque jour je remercie le Bouddha, Guru Rinpoché et le prie pour tous les êtres.



Nyingmapa Wishfulfilling Center

Référentes / Nicole Collin et Sabine Jauffret

Le plus jeune pensionnaire...

Au premier abord, le NWC est un lieu d'études ayant pour ambition de transmettre la culture et la philosophie tibétaine à des jeunes afin que la relève soit assurée. Mais finalement, ces lieux aidés par AMTM sont avant tout des lieux qui accueillent des enfants, souvent issus de familles démunies, et qui sont bienheureuses d'avoir une bouche de moins à nourrir... Les enfants sont ainsi sauvés de l'exploitation par le travail et ils reçoivent une éducation qui sera pour eux une référence toute leur vie. Un exemple ? Ce petit garçon de 5 ans, qui a perdu toute sa famille dans le séisme de 2015. Bien trop jeune pour suivre les cours de philosophie... Pourtant, Tulku Jigme n'a pas hésité à l'accueillir lorsqu'il a été contacté par une femme qui l'avait trouvé dans les décombres... Ce petit garçon est désormais bien entouré et parrainé. Merci pour lui.



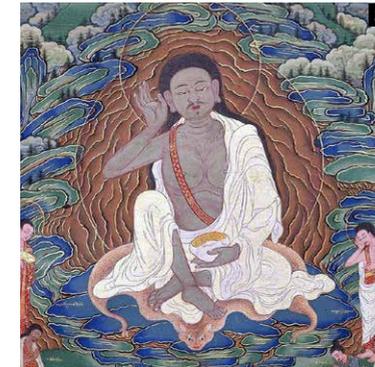
Infos Générales

- × Référent terrain pour cette mission : **Sabine Jauffret**
- × Création du site / **1977 à Katmandou**
- × Soutien d'AMTM depuis / **1994**
- × Nombre de résidents / **63 dont 3 staff**
- × Nombre de parrainés / **17 + 1 don régulier**
- × Parrainages remis / **3 610 € collectif, 1 260 € indépendants**
- × Nombre de courriers remis / **11 (9 résidents, 2 indépendants)**



2

1. Penden Norbu, le plus jeune pensionnaire.
2. Happy 25th Birthday AMTM !
3. Milarepa, l'un des plus célèbres Yogis de l'histoire tibétaine.
4. Khenpo Thinley Gyatso, moine et Tenzin Dorjee, Yogi, partagent le même lieu de vie. Ils portent au poignet un mala (rosaire) marron pour les moines et blanc pour les Yogis.



3



4

Culture tibétaine / Yogis et Moines, quelles différences ?

Le NWC, accueille, en plus de la communauté des moines et élèves, quelques Yogis et parfois des étrangers, venus pour suivre une petite retraite. Nous avons voulu connaître la différence entre un moine et un Yogi. Voici ce que Lobsang, nous explique : « En tibétain, on ne parle pas de Yogi, mais de Ngakpa. Ngak signifie Vajrayana et Pa, personne. Ngakpa, veut donc dire, celui qui prend le chemin du Vajrayana. Et Vajrayana signifie littéralement, Voie (Yana) et Diamant (Vajra). En fait, comme dans culture la tibétaine tout est lié, le Yogi est une personne qui s'est engagée sur le chemin de la Libération, en faisant le vœu conjoint de chercher et garder le lien avec la Nature Originelle de l'Esprit, tout en œuvrant au quotidien pour le bonheur de tous les êtres vivants... Le Yogi ou

Ngakpa a donc 3 vœux, alors que le moine doit en respecter 253 ! C'est pour cela qu'un Yogi peut se marier, alors qu'un moine ne le peut pas et doit se raser les cheveux ! Mais, en réalité, on ne devient un véritable Yogi, que lorsqu'on a atteint une certaine « stabilité » mentale. Cela signifie, que tout en retournant et en vivant dans le monde, on garde un lien avec cette Dimension Originelle. Alors seulement avec cette stabilité conservée, on peut s'appeler NaljorPa, qui signifie : « Celui qui est déjà arrivé à destination ». Cela ne se voit pas, et ne se dit pas forcément, cela c'est quelque chose que l'on garde pour soi et qu'on est seul à connaître... Le plus célèbre des Yogis est Milarépa, mais il se peut que vous croisie d'authentiques Yogis sans que vous ne le sachiez... »



Samyé Memorial Nunnery (Dollu)

Référentes / Sophie Amiri

Prendre un enfant par la main...

PAR SABINE JAUFFRET

“ 1995. Ma première mission au Népal. 22 ans et 20 missions plus tard, je suis au Samyé Dollu, dans cette cour immense que se partagent 172 filles et 199 garçons. Nous ne pourrions pas trouver un parrain pour tous ces enfants... Alors que je me demande lequel a le plus besoin de soutien, je sens une petite main prendre la mienne... une toute petite fille. Je me penche vers elle et m'aperçoit qu'elle est « bossue ». Les médecins d'AMTM me diront qu'elle a 11 ans, souffre d'une insuffisance cardiaque et respiratoire et que son espérance de vie sera plus courte que la moyenne. Quel refuge pour elle que d'être dans un lieu sécurisant. C'est souvent le cas pour ces petites nonnes, à la santé fragile ou sans familles. Yeshe Zomkit attend votre soutien. Alors me revient cette chanson d'Yves Duteil, le Parrain fidèle d'AMTM depuis ses débuts. *Prendre un enfant par la main...* »

Infos Générales

- × Référent terrain pour cette mission / **Françoise Lebreton**
- × Création du site / **2009**
- × Soutien d'AMTM depuis / **2014**
- × Nombre de résidents / **172 nonnes**
- × Nombre de parrainés / **12**
- × Parrainages remis / **3 264 €**
- × Nombre de courriers remis / **11**



- 1 et 2. Lorsque Yeshe Zomkit, prend la main de Sabine...
2. Tendresse...
3. Bipana Shrestha, le jour de son arrivée, en avril 2016.
4. Bien triste de voir ses cheveux rasés, Bipana va recevoir son nouveau nom : Yeshe Pemu.
5. Yeshe Pemu, aujourd'hui, une petite nonne souriante qui étudie en sécurité.

Thème / Une petite fille devenue nonne

Avril 2016 : tandis que nous étions sur le site, une petite fille est arrivée accompagnée par son oncle et sa tante. Petit tee-shirt rose, jupette, de jolis cheveux noirs... Quelques heures plus tard la voici transformée en petite nonne avec ses habits religieux et les cheveux tondus. Un choc pour elle, mais aussi pour nous ! Un an après, nous voulions savoir comment elle avait vécu son arrivée et ce « rite de passage » si particulier. **Yeshe Pemu, 10 ans, nous raconte :** « Je regrette mes longs cheveux mais pas mon village. A mon arrivée, j'avais très peur de voir tous ces visages avec le crâne rasé qui me regardaient. Je me sentais comme une étrangère, j'étais si triste de voir mes cheveux coupés. Mais dès la 1^{ère} journée je me suis fait une amie, Mangu, et une des professeures m'a beaucoup aidé. Maintenant j'ai 5 amies et je me sens très à l'aise et heureuse de vivre au monastère »

Yeshe est originaire du village de Nuwakot et ne se souvient pas du nom de son père. Elle a une grande sœur et un frère jumeau dont elle a été séparée à l'âge de 1 an. Ses parents n'ayant pas les moyens d'élever 3 enfants, l'avaient confiée à son oncle et sa tante. Après l'avoir élevée pendant 8 ans et mise à l'école jusqu'en classe 2, ces derniers ne pouvant continuer de payer les frais, l'ont amenée au monastère. Au début, son oncle venait la voir souvent, mais maintenant il ne vient plus. Elle a parlé avec sa maman au téléphone la semaine dernière. Aujourd'hui, Yeshe est en classe nursery-anglais. C'est une enfant très souriante, qui nous dit préférer sa robe de nonne à ses anciens habits ! Grâce à votre aide, Yeshe est en sécurité, elle échappe à tout ce qui peut arriver à une petite fille de son âge sans protection parentale. Merci pour elle.



Samyé Memorial Buddhist Vihara

Référentes / Nathalie Jauffret, Sylvie Marchand

Toujours ensemble 25 ans plus tard !

1988: le Khenpo Yeshé Sangpo inaugure le Samyé Memorial et accueille ses trente premiers résidents.

1992 : c'est au Samyé Mémorial qu'AMTM commence son action au Népal.

Vingt-neuf ans plus tard, 167 moines résident et étudient dans deux bâtiments de quatre étages. L'espace est devenu insuffisant : 135 nouveaux enfants sont installés provisoirement à la Nonnerie, dans le petit village de Dollu, où ils apprennent à lire et écrire.

La construction d'une extension et d'un nouveau bâtiment sont engagés par le Khenpo. Malheureusement, séisme et blocus économique ont retardé les travaux. Il est temps que ce projet reprenne afin d'améliorer au plus vite les conditions de logement des jeunes.

Quel que soit le site, le coût mensuel d'un résident est d'environ 35 €, leur quotidien reste simple.

Vos 66 parrainages sont donc précieux pour le Khenpo, humain bâtisseur et à la vue juste..

Infos Générales

× Référent terrain pour cette mission / **Nathalie Jauffret**

× Création du site / **1988**

× Soutien d'AMTM depuis / **1992**

× Nombre de résidents / **302**

× Nombre de parrainés / **66**

× Parrainages remis / **17 424 €**

× Nombre de courriers remis / **49**



1. Tous heureux d'être réunis !
2. Un aperçu des produits en vente.
3. Les trois gérants de cette année.
4. La joie de se retrouver à la boutique !



Événement / Ouverture d'une petite boutique

Les règles de vie sont strictes au Samyé. Les plus jeunes moines ont interdiction de sortir dans la rue, la dense circulation étant un danger permanent.

En 2015, les professeurs ont eu l'idée de créer une petite boutique. Le Khenpo a accepté cette initiative en finançant l'aménagement intérieur avec des étagères et un frigidaire.

Deux moines, nommés chaque année pour leur rigueur et leur honnêteté, l'ouvrent à la demande de 5 heures du matin à 22 heures. On y trouve du dentifrice, du thé, du chocolat, des crayons, des stylos, du savon, des Katas, de la lessive, de la confiture, de l'encens et des balles de ping-pong. Les produits phares restent le soda, les biscuits et les nouilles népalaises qui peuvent être mangées crues ou cuites et

qui sont bien appréciés en cas de fringale ! Les moines achètent les produits en gros au marché de Kalimati. Cela leur permet de faire un bénéfice de 2 roupies par produit. Le crédit est possible mais un mois maximum !

Le bénéfice de cette année est de 20 230 roupies, environ 200 €, pour assurer l'entretien de la coopérative.

Pendant les vacances, la boutique devient un nouveau lieu de partage pour ceux qui n'ont pas la chance de partir.

Le souhait pour l'avenir est d'avoir des produits de meilleure qualité et peut-être une machine à café pour animer ce lieu de rencontre au bénéfice de la communauté. Un lieu d'échange pour tous, petits et grands car ici Facebook est interdit !



Maison AMTM

Référente / Nicole Collin

L'acheminement du courrier au Népal.

Au Népal, il n'y a pas de distribution aux particuliers : avoir le N° en poste restante d'une boîte postale gratuite au Bureau de Poste Central est nécessaire. Leur nombre étant limité, les boîtes payantes des services postaux privés existent. Les envois de l'étranger mettent 1 à 2 semaines (parfois plus). Les lettres peuvent être ouvertes, nous conseillons donc qu'elles attirent l'attention le moins possible (papier et timbre ordinaires). Les colis sont ouverts, examinés et les objets reçus taxés selon un barème. Mieux vaut éviter les envois en recommandé ; cela mettra plus de temps et l'envoi sera obligatoirement contrôlé à l'arrivée sans garantie supplémentaire sur place. Par ailleurs, pertes et disparitions (vols) sont assez rares mais toujours possibles. *Mais gardez confiance, nous savons que vos courriers hors période mission arrivent !*

Infos Générales

× Référent terrain pour cette mission / **Sabine Jauffret**

× Création du site / **2008**

× Début des parrainages / **2008**

× Nombre de parrainés / **66**

× Parrainages remis / **18 145 € + 1 167 € (Collectif Rolwaling)**

× Nombre de courriers remis / **38**

× **Infos Maison AMTM / Kunzang et Eric souhaitent vivre entre les missions, auprès de leurs enfants scolarisés au Bhoutan. Le bail de la maison AMTM sera résilié fin juillet et le responsable d'un des sites que nous aidons, a mis à disposition son établissement pour recevoir les filleuls « indépendants ».**



1. Bureau de Poste à Katmandou.
2. Boîtes postales.
3. Vos courriers !
4. Vos filleuls recevant votre courrier.



Thème / Vos filleuls témoignent au sujet de vos courriers

Votre aide financière est plus qu'importante et vos filleuls vous en sont très reconnaissants mais le lien affectif qui vous unit l'est tout autant. Nous leur avons demandé comment ils vivaient la réception ou non du courrier de leur marraine ou de leur parrain, voici leurs réponses :
« C'est important parce que je connais la famille de mon parrain et ses sentiments envers moi. Le plus important ce sont les nouvelles de sa famille. Si je n'ai pas de courrier, je suis triste car mon parrain écrit toujours avec les mots du cœur ! »
« Je suis heureux de lire la lettre, d'avoir des nouvelles chaque année. Si je n'ai pas de courrier, je suis très triste : qu'est-il arrivé à mon parrain ? Il est peut-être très malade... »
« Je suis très curieuse de savoir ce qu'il y a d'écrit. »
« Je suis si contente que je lis et relis encore la lettre. Si je n'ai pas de courrier, comme je

sais que mon parrain a eu des problèmes de santé, je m'inquiète de savoir s'il va bien. »
« Si je reçois une lettre, je peux savoir comment mon parrain et sa famille vont. Et comme je lui écris, j'attends toujours une réponse afin de connaître ce qu'il pense de mes résultats scolaires. »
« C'est très sympa de recevoir du courrier chaque année, c'est quelque chose que l'on attend, on attend des nouvelles toute l'année ! »
« Je fais partie de la famille de mon parrain lorsque j'ai des nouvelles bonnes ou moins bonnes ».

Nous vous savons très occupés mais devant de telles déclarations, il y a de quoi fondre ! Aussi, essayons ensemble de trouver des solutions pour que tous vos filleuls puissent témoigner avec autant de joie !



Rigzin Phodrang Buddhist Temple et Dzatrul

Référente / Marie Couturier-Tousche

Des soins médicaux précieux.

Lors de la visite AMTM, Khyungtrul Rinpoché et sa famille était en voyage aux USA. C'est son oncle, Lhakpa Tsering qui accueille l'équipe avec tous les moines. Il demande rapidement qu'un des médecins se rende auprès de Maichang, une des cuisinières du monastère qui vient juste d'avoir un accident vasculaire. Maichang est très affaiblie et immobilisée dans sa toute petite chambre. La visite des médecins apporte les soins nécessaires et organise les visites d'une infirmière pour son suivi au quotidien. Quel réconfort pour elle, mais aussi pour toute la communauté qui était bien démunie face à une telle souffrance. Pour les personnes indépendantes ce check-up annuel est important, c'est le moment de faire le bilan de leur traitement et c'est un moment d'échanges privilégiés.

Infos Générales

× Référent terrain pour cette mission :
Sabine Jauffret

× Création du site / **1980**

× Soutien d'AMTM depuis / **1996**

× Nombre de résidents / **40 dont 10 retraitants**

× Nombre de parrainés / **22 + 8 indépendants**

× Parrainages remis /
4 850 € + 940 € indépendants + 1 160 € Dzatrul

× Nombre de courriers remis / **13**



1. Tous vous disent un grand Merci !
2. Françoise fait les interviews.
3. La salle de classe.
4. Tsering Dolma sert les Momos.

Culture Tibétaine / Les Momos de Tsering Dolma, la cuisinière de la famille de Khyungtrul Rinpoché

Le momo est une sorte de ravioli originaire du Tibet. La légende raconte que ce sont les marchands venant du Tibet qui ont apporté la recette. C'est devenu un mets traditionnel au Népal et au Bengale. À la fois nourrissant et peu onéreux, la farce peut varier à l'infini selon les recettes familiales, soit aux légumes, au fromage ou à la viande avec toutes sortes d'épices. Ils peuvent être cuits à la vapeur ou frits.

RECETTE:

Ingédients : 4 tasses de farine blanche ou semi complète, ½ cuillère à café de levure de boulanger, 2 tasses d'eau, du sel.

- Préparer un tas de farine, mélanger le sel et faire un trou pour y répandre la levure.
- Ajoutez une tasse d'eau chaude et mélanger graduellement. Travaillez la pâte jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
- Ajoutez la deuxième tasse d'eau et

continuer de malaxer pendant 5 minutes.

- Couvrir et laisser reposer pendant une heure. Étaler la pâte et former des petits disques d'environ 10 cm de diamètre.
- Faire ensuite revenir les légumes dans du beurre: carottes, épinards, ail, oignons, gingembre, herbes, sel et poivre. Laisser refroidir. Mettre ensuite une cuillère de ce mélange au centre de chaque cercle de pâte. C'est là qu'il faut avoir un tour de main spécial pour ramener les bords du dessus et souder les extrémités avec un peu d'eau pour former comme un chausson. Cela doit ressembler à un gros ravioli en forme de croissant.
- Les cuire à la vapeur pendant 15 minutes.
- Servir chaud ou tiède avec de la sauce soja ou une sauce tomate pimentée. Bon appétit !

Vous pouvez aussi en déguster au bar à momos - 218 bld du Faubourg Saint Antoine à Paris 12^e !!



Rigzin Drubpeh Ghatshal Monastery

Référents / Françoise Lebreton, Jean-Alain Roussel

Une année de transition

Durant 25 années, grâce à vous, l'association a soutenu de façon constante les résidents du Rigzin Drubpeh Ghatshal Monastery, tant sur les plans matériels que physiques et moraux. Au fil des années, ce site et lieu de pèlerinage est devenu autonome grâce aux dons des visiteurs et aux quelques parrainages existants. De ce fait, nos apports extérieurs n'étant plus essentiels, l'aide d'AMTM se fera désormais dans deux nouveaux lieux :

- Le premier à Pharping, dans la Maison de Semo Saraswati Lama, une des filles de Kamala Lama.
- Le deuxième à Godawari, un autre village de la vallée de Katmandou.

Les nouveaux parrainages seront toujours gérés par Sangyun Kamala Lama, afin que votre aide continue de bénéficier aux plus démunis. Le passage du RDGM à la « Saraswati's Gompa » a commencé. Merci et à l'année prochaine.

Infos Générales

- × Référent terrain pour cette mission / **Françoise Lebreton**
- × Soutien d'AMTM depuis / **1994**
- × Nombre de parrainés / **36**
- × Nombre de dons réguliers / **2**
- × Parrainages remis / **10 515 € + 575 € dons régulier**
- × Nombre de courriers remis / **29**



1. Chyi Nang Kun Thun Shi Dhe Lek Lam Due Sum Yang Drup Gal Med Tak Ten Ling ? Oui c'est plus simple de dire « Maison de Semo Saraswati Lama !
2. On fête les 25 ans d'AMTM dans le jardin du Bonheur à Godawari.
3. Pema Yodron, parrainée depuis 20 ans.
4. Vos filleuls, Sangye Dickyi, Tsultrim Gampo et Mémé Buri.

Événement / AMTM a 25 ans : la gratitude de vos filleuls

Il y a 25 ans, pour répondre à l'appel fait à des médecins français par des réfugiés tibétains, l'association se tourne vers le Népal. Le Rigzin Drubpeh Ghatshal Monastery sera un des premiers sites à recevoir de l'aide, car il accueille de nombreux réfugiés. Trois de vos filleuls ont participé à cette aventure et bénéficient de votre soutien depuis le début ; ils témoignent.

● **Sangye Diky**, parrainée depuis 24 ans : « Il y a 25 ans, j'ai rencontré l'équipe AMTM quand j'avais 10 ans, ils venaient en petit groupe et on leur préparait des momos (sorte de gros raviolis Cf. Article cuisine tibétaine en page 12). Quand AMTM n'existait pas, nous étions très pauvres, nous n'avions pas de vêtements. Un jour une femme m'en a apportés beaucoup et elle m'a parrainée. D'abord, elle m'a dit « de quoi as-tu besoin ? », j'ai montré ma robe et elle m'en a achetée une. Ensuite,

pour moi, être parrainée, ça voulait dire qu'on venait me voir et qu'on me donnait des bonbons et des chocolats. Depuis, grâce à ma marraine, qui ne m'a jamais abandonnée, j'ai pu aider très vite toute ma famille ; ma grand-mère, ma mère et mon petit frère. »

● **Mémé Buri**, parrainé depuis 19 ans : « Avant d'être parrainé, j'étais malade, pauvre et triste. Maintenant, j'ai 87 ans, je suis en très bonne santé et très heureux. Toute ma vie a changé, je n'oublierai jamais. »

● **Pema Yodron**, parrainée depuis 20 ans : « Ce parrainage a permis d'aider toute ma famille bien sûr, et a surtout contribué à ma reconsidération au sein de mon foyer. J'ai gagné le respect de mon mari et de mes deux fils. Au Népal, il est difficile de se faire une place en tant que femme au foyer. »



O Sal Chöling

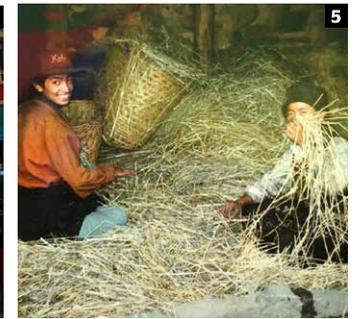
Référente / Dominique Hélo

3 900 m et 3 300 m en pleine montagne himalayenne, deux monastères de nonnes : Dhepu et Lungtang Gompa.

La vallée du Tsum est située au nord-ouest de Katmandou à la frontière du Tibet. C'est une région très pauvre, on y cultive de l'orge et des pommes de terre. Les maisons sont moyenâgeuses : les animaux, au rez-de-chaussée, les hommes au-dessus. Dans cette vallée de culture tibétaine, des monastères bouddhistes très anciens ont été bâtis dans la montagne comme ceux de Dhepu et de Lungtang. C'est là que loin de tout vivent des nonnes. Leurs conditions de vie déjà spartiates, sont encore plus précaires depuis le tremblement de terre car tout est partiellement détruit. Marie-Solange, membre d'AMTM, lors d'un trek leur a porté des bonnets, des gants, une grande bâche plastique pour les aider à se protéger du froid en attendant que les réparations puissent se faire. À ces altitudes, c'est un challenge mais Lama Sherap Tendar doit relever ce défi. Ensemble c'est possible !

Infos Générales

- × Référent terrain pour cette mission : **Dominique Hélo**
- × Création du site / **2006**
- × Soutien d'AMTM depuis / **2010**
- × Nombre de résidents / **66 dont 65 moines**
- × Nombre de parrainés / **13**
- × Parrainages remis / **3 650 €**
- × Nombre de courriers remis / **11**



1. Lungtang Gompa (3 300 m) partiellement détruit par le séisme.
2. Marie-Solange remet la bâche de 20kg, acheminée par porteur. Elle servira d'abri en attendant la reconstruction.
3. Vallée du Tsum, on sent l'air pur !
4. Portail du monastère : impressionnant pour le petit montagnard !
5. Kunsang Gyatso dans son village avec sa mère, au moment de la récolte du foin.
6. Un enfant joue quand il est bien...

• Entretien avec... Les moines de Godawari

Quitter sa montagne pour O Sal Chöling Monastery...

Le monastère O Sal Chöling à Godawari accueille principalement des enfants de la vallée du Tsum qui sont orphelins ou confiés par les familles. Lama Sherap Tendar accepte les enfants dès l'âge de 10 ans ; c'est bien jeune pour quitter sa famille, son village et les copains !

● **Namkha Kunkhen, 24 ans** : arrivé à l'âge de 12 ans. « Il y avait tellement de monde ici alors que dans mon village nous n'étions qu'une centaine ! J'ai eu du mal à m'adapter car je me sentais seul coupé de mon père. L'hygiène au village c'est négligé ; les gens sont sales et ne se lavent quasiment pas, une douche une à deux fois par an au moment des fêtes du Losar. La nourriture au village est simple, nous mangeons de la tsampa et des pommes de terre. Au monastère, nous mangeons du pain tibétain, de la thukpa (une soupe avec des nouilles, des légumes ou de la viande) et des fruits. La vie au Tsum est difficile car nous

devons lutter pour survivre et tout faire par nous-mêmes : il n'y a pas de machine juste nos muscles ! »

● **Jinpa Sangpo 29 ans** : arrivé à l'âge de 17 ans. « Avant d'arriver au monastère je n'avais pas vu de professeur, je parlais le dialecte du village. Maintenant je mange beaucoup mieux et je vis dans un environnement sain et salubre »

● **Kunsang Gyatso 44 ans** : arrivé à l'âge de 10 ans. « Au village, l'air n'est pas pollué comme ici et il y a plein de fleurs qu'on ne trouve pas à Katmandou. Mon village est un endroit idéal pour la méditation, mais je vieillis, c'est loin et les routes ne sont pas bonnes. Ici au monastère, je suis comme au paradis : je suis heureux. »

Depuis 25 ans AMTM œuvre au Népal pour le bien de tous !



***Vous construisez
leur avenir pas à pas !***

Merci!!!