



A vos agendas !

- ♦ **Vendredi 3 mars 2023 : Assemblée Générale à 20h30 salle Mahonia à Campbon (44750)**
- ♦ **Samedi 6 mai : Soirée népalaise salle municipale à Prinquiau (44260)**



Retrouvez nous sur:

- www.asso-nepal.com
- Facebook, Namaste Enfants d'Himalaya



Namaste Enfants d'Himalaya
10 rue Pierre Loti
44550 MONTOIR DE BRETAGNE
FRANCE
Tél: (0033) 6-81-73-27-00
namaste-enfants-dhimalaya@hotmail.fr



Namaste
N°20
नमस्ते



La cuisine népalaise

Le Dal Bhat est le plat de base de la cuisine népalaise. Il est généralement végétarien (la viande est très chère au Népal!). Il est composé de riz (bhat), d'une soupe épaisse aux lentilles (dal), d'un curry de légumes (tarkari) et de légumes épicés macérés dans le vinaigre (achaar). Il se mange tout au long de la journée du petit déjeuner au dîner et sert d'accompagnement pour de nombreux plats. On trouve également d'autres plats comme les momos: plat d'origine tibétaine. Ce sont de petits raviolis fourrés et cuits à la vapeur. La farce peut être composée de légumes ou de viande hachée. Ils sont accompagnés d'une sauce piquante.

Date : Janvier 2023

CONFERENCE DU DR MAHABIR PUN



A l'occasion de la tournée en Europe du Dr Mahabir PUN, nous avons organisé une conférence le 11 mai 2022 à St-Nazaire. Il nous a présenté son travail de développement de projets innovants améliorant les conditions de vie des népalais. Notre association est heureuse de constater que les 5 000 € envoyés pendant la pandémie ont été si bien utilisés dans la fabrication de matériel médical pour

lutter contre le virus. Nous poursuivons notre engagement à travers un nouveau don de 5 000€ à NIC et espérons continuer notre soutien à l'avenir.



LA SOIREE NEPALAISE



Après deux années de pause exigée par la présence du COVID 19, nous avons eu le plaisir, le 7 mai dernier de vous retrouver lors de notre soirée Népalaise sous une nouvelle formule respectant les consignes sanitaires. A cette occasion, il était possible de découvrir divers aspects de la culture Népalaise au travers différents stands : - dégustation de thé, de panipuri et de burfi - initiation à la calligraphie, traduction et écriture des pré-

nomes en Népalais - vente d'artisanat... Cette soirée était également animée par des chants et danses en costumes traditionnels par nos amis Népalais. Nous espérons vous retrouver toujours aussi nombreux lors de notre prochaine soirée le 6 mai 2023 à Prinquiau.



VISITE DE FLORENCE A L'ORPHELINAT NEPAL ETERNITY



Florence a rencontré notre association par l'intermédiaire d'un groupe de sophrologie de Savenay. Elle est partie faire du bénévolat à l'orphelinat de Nepal Eternity en septembre. Elle a participé aux tâches de la vie quotidiennes auprès des enfants et leur a proposé quelques cours de yoga. Florence nous a confirmé la bonne tenue du centre et a témoigné de la joie de vivre des enfants. MERCI à elle pour son investissement.



LE CENTRE DSA DE BUNGAMATI

Le centre spécialisé DSA de Bungamati accueille 63 jeunes porteurs de handicaps. Son Directeur Mr Daya Ram MAHARAJAN nous a sollicité pour l'embauche d'un travailleur social afin de prendre en charge le quotidien des enfants. Le recrutement s'est porté sur Deuli BUDHATHOKI: ancienne pensionnaire de l'établissement. Elle a pris son poste à la rentrée.

Par ailleurs, Anne-Lise et Sandrine de Terre Happy Tradi Sans Frontière, sont intervenues au centre DSA pour proposer des soins de type EFT, réflexologie, et massages thérapeutiques. Merci à elles de leur investissement.



MANIFESTATIONS DE L'ANNÉE

C'est avec joie que nous avons pu reprendre nos activités afin de récolter des fonds. Nous avons tenu des stands de vente d'artisanat :

- ♦ à la fête de la solidarité du Gruelleau à Tréffieux organisée par l'association ES44 les 20 et 21 Août.
- ♦ - à la fête de l'Ormois à Montoir de Bretagne le 18 septembre.
- ♦ sur différents marchés de Noël: à St Nazaire avec Amnesty et au Magasin Atol, à Pontchateau à l'Atelier 22, à la Chapelle Launay et à Muzillac.



PARTENARIAT AVEC L'ECOLE DE DONGES

Nous avons été sollicités par une institutrice de l'école St Joseph de Donges afin de présenter le Népal ainsi que les actions éducatives et sanitaires que nous soutenons. Durant cette présentation, les élèves ont posé de nombreuses questions montrant un grand intérêt et une sensibilité face au quotidien difficile des enfants Népalais. Les enfants de l'école St Joseph vont continuer à s'investir, et proposer des actions au bénéfice des enfants au Népal. En plus de ces actions, nous avons pu participer au marché de Noël de l'école pour proposer notre artisanat. Nous les remercions pour l'intérêt porté à notre association.

