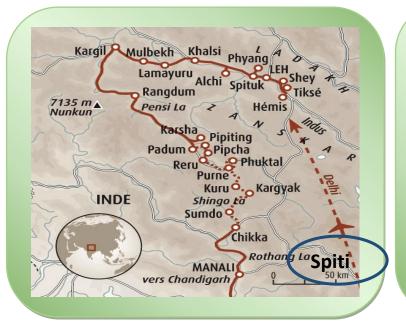
Histoire de l'Association

Nous avons créé l'Association « Femmes d'Himalaya » à la suite de deux voyages de reconnaissance au Zanskar et au Spiti. Ils nous ont permis d'évaluer les besoins des femmes seules et de rencontrer des personnes de confiance susceptibles de nous représenter et de nous signaler les personnes à aider. Depuis 2017, nous menons à bien avec succès toutes nos missions.

Nos ressources

Les cotisations des adhérents (15€)
Les dons de nos adhérents :
l'association en compte 42 en Janvier
2021
Le mécénat



Lieu d'intervention

Nous intervenons pour le moment au Zanskar et au Spiti, deux régions de l'Himalaya Indien très reculées, dont les habitants sont en dessous du seuil de pauvreté indien (32 roupies par jour en 2017, soit un peu moins de 50 centimes d'euro, selon le gouvernement indien).

Le Spiti est situé à l'est de Manali, tandis que le Zanskarest à l'Ouest, entre Chikka et Rangdum. Chef-lieu : Padum

Pourquoi intervenons-nous?

Au Zanskar et au Spiti, la femme n'a pas d'existence en tant que telle et reste dépendante toute sa vie d'un homme. Elles ne sont pas maltraitées, juste dépendantes, sur le plan financier en particulier. Etre sans mari, c'est être sans ressource propre, dépendante de celles de la famille.

Depuis 2017, l'association Femmes d'Himalaya aide les femmes seules (veuves, non mariées/célibataires) à se doter une autonomie financière grâce à une activité complémentaire à celle, vivrière, de la ferme. C'est particulièrement important pour celles qui ont des enfants. Si, au Zanskar, les frais de scolarité sont souvent pris en charge par des parrainages d'Occidentaux, les vêtements et uniformes restent à leur charge. Certaines femmes non mariées, autour de la trentaine en général, font le choix de devenir nonne (sœur bouddhiste), afin d'être autonome par rapport à leur famille.



PROJETS 2021

La situation sanitaire liée au COVID-19 a conduit nos correspondants zanskarpas à rentrer au Zanskar, en attente de jours meilleurs, notamment pour ceux qui travaillent dans le tourisme.

Objectif « Projet »

Value of State of St

Les femmes de Kuru ont demandé notre aide pour financer la construction d'une boutique afin de vendre leur production en gardant la possibilité de travailler ensemble en hiver. Cette petite maison comprendra une pièce pour la boutique, une cuisine et une salle d'eau. Chaque pièce nécessite un équipement complet. Elle sera située le long de la nouvelle route, porteuse d'espoirs en termes de désenclavement et de tourisme.

Stanzin Lakpa, député de la vallée, finance la construction de la boutique en elle-même. Nous avons pris en charge l'équipement intérieur de la boutique, pour un budget de 25 000 roupies, soit environ 293 euros.



Un tapis confectionné par les femmes de Kuru



Les femmes de l'association dans la pièce qui leur sert d'atelier à Kuru

🕈 Tangze, Zanskar

Dans la Haute vallée de la Lungnak, le village de Tangze et ses alentours regroupe 10 femmes célibataires. Elles souhaitent elles aussi avoir une boutique pour vendre leur production et avoir un tea shop.

Là aussi, Stanzin Lakpa, député de la vallée, finance la construction de la boutique en elle-même. Nous avons pris en charge l'équipement intérieur de la boutique, pour un budget de 25 000 roupies, soit environ 293 euros.



Les 8 jeunes femmes de Tangze



La maison où elles nous ont reçues

Muney, Zanskar

En 2019, nous leur avons acheté des machines à coudre et payé la formation associée qu'elles ont suivie cet hiver.

Elles nous ont demandé des aiguilles à tricoter souples, en remplacement de celles qu'elles ont, trop dures et traumatisantes pour les doigts. Budget de 7 000 roupies pour 9 femmes, soient environ 80 euros.

Elles ont également demandé l'achat de 3 machines à coudre supplémentaires, soit un budget de 17 000 roupies (210 euros environ).

Objectif « Santé »

Zanskar et Spiti: Tournée médicale: 1 fois par an pour 1000 euros soit 86 645

rs

Amchi Lotos, médecin traditionnel tibétain, organise bénévolement une tournée médicale dans la Haute vallée de la Lungnak au Zanskar avec ses deniers personnels. Il a été de village en village à la rencontre des habitants, prodiguant gratuitement conseils, soins et offre les médicaments. Cette médecine de nature préventive et curative est basée sur les plantes et les minéraux. Il a également été au Spiti, notamment dans une maison de retraite.

Le budget de la tournée médicale a été d'environ 1000 euros, soit 86 645 roupies.





Amchi Lotos soigne les nonnes et les villageois tout au long de la vallée de la Haute Lungnak

En 2017, il a ainsi soigné environ 150 personnes au Zanskar, pour un budget pharmaceutique de 500 euros. Depuis 2018, environ 250 personnes sont soignées chaque été au Zanskar et au Spiti, pour un budget en médicaments de 900 à 1000 euros.

Cette année, de nombreux villageois ont attendu sa tournée, qui s'installe progressivement dans les habitudes.

Objectif « Soutien et aide sociale »

Soutien: Zanskar - Nonneries: 800 euros soit 65 000 rs

Les « nonneries » sont des couvents bouddhistes de femmes, l'équivalent au féminin des monastères. Communautés d'une vingtaine de femmes entre 6 et 95 ans, bien moins connues et fréquentées que leurs pendants masculins, elles sont majoritairement pauvres. Un certain nombre de femmes célibataires font le choix de rejoindre ces communautés afin d'acquérir une indépendance au regard de leur famille.

4 parmi les 8 que compte le Zanskar sont particulièrement pauvres, avec des difficultés pour s'alimenter en hiver, ce qui est fondamental dans cette région de grand froid (-30°c la nuit en janvier et février).

Une aide de 100 à 400 euros selon la taille de la nonnerie (11 000 à 35 000 roupies) permet de compléter le quotidien.

Nonnerie	Don en euro	Don en roupies	Nombre de nonnes (dont enfant)	
Cha	130 €	11 000	10 (0)	
Pishu	130 €	11 000	10 (0)	
Skagyam	415 €	35 000	40 (25)	
Manda	123 €	11 000	10 (0)	



La nonnerie de Pishu, où vit une quizaine de nonnes. Le bâtiment des cellules, en pisé, est fragilisé par la pluie et requiert une couverturespécifique.



Les nonnes de Skagyam, 20 adultes et 25 enfants, nous ont offert un très bon goûter, fidèles à leur habitude d'accueil. Elles donnent régulièrement de leur nouvelles grâce à WhatsApp.

* Soutien_: Spiti - Kalzang Yangphel : 103 euros soit 9000 rs

Kalzang Yangphel est veuve avec un enfant de 11 ans à charge, qui n'a pas obtenu de bourse pour ses études. Nous l'aidons à hauteur de 9 000 roupies, soit 105 euros.

* Aide sociale: Spiti - Maison retraite de Kye: 59 euros soit 5000 rs

Nous avons connu cette maison de retraite en 2017. Issue du vœu d'un rinpoché, elle prend en charge des personnes âgées sans famille ou à très faible ressource. Essentiellement composée de femmes, notre aide permet d'offrir à la vingtaine de pensionnaires 2 très bons repas, qui égayent leur quotidien.









* Aide sociale: Manali - Padma Yangchen: 59 euros soit 5 000 rs



Sœur d'amchi Lotos, veuve, elle vit chez son frère très discrètement, tout en aidant activement dans la maison aux tâches quotidiennes. Nous lui avons acheté des chaussettes qu'elle tricote et avons complété modestement par un don pour lui garantir une petite indépendance financière.

* Aide sociale: Manali -Adarsh institute: 188 euros soit 16 000 rs

Pasang et ses amis font du bénévolat dans cet institut de Manali, qui vient en aide à 40 femmes en très grande difficulté (handicap, maladie, violence conjugale). En 2020, sur les recommandations de Pasang, nous avons donné 200 euros, soient 16 000 roupies, destinés à l'achat de produits d'hygiène féminine.

Toujours sur ses indications, nous avons donné 188 euros environ soit 16 000 roupies. Pasang s'est chargée de l'achat de vêtements et de produits d'hygiène féminine, pour éviter de donner directement de l'argent, ce qui n'est pas conseillé.





* Aide sociale/Parrainage : Zanskar - Stanzin Angmo - 320 euros soit

Phunchok Tashi, député au Zanskar. Cette grand-mère de 85 ans aujourd'hui ans porte sa famille toute seule, et nous l'avions aidée par une subvention de 7 500 roupies soit 100 euros. Ce qui lui permettait de nourrir et vêtir sa famille pendant un an.



En 2021, nous avons aidé cette famille de deux façons :

- Soutien annuel de 175 euros soit 15 000 roupies pour Stanzin Angmo, l'aïeule de la famille.
- Parrainage de Ringchen Angmo pour lui permettre de terminer ses études : 175 euros (15 000 roupies). Elle est actuellement en 12èmeclasse et passera l'équivalent du bac en mars 2022.

Objectif « Soutien exceptionnel pandémie »

O Soutien pandémie : Leh - Nima Dolkar : 120 euros soit 10 000 rs

Nima Dolkar, originaire du Zanskar, a perdu son mari, fermier pour les militaires, en 2020. Elle est à présent sans ressource avec des enfants à charge. Nous l'avons soutenu à hauteur de 10 000 roupies en 2020, et avons reconduit une aide de 25 000 roupies (300 euros) en 2021, car en cette période de pandémie, impossible pour elle de trouver un travail sur Leh.

Soutien pandémie : Leh - Skalzang Lhamo : 300 euros soit 25 000 rs

En 2018, nous avions acheté une machine à coudre et payé des cours de couture à Skalzang Lhamo, veuve avec 3 enfants à charge. Aujourd'hui, elle travaille à la journée pour 400 roupies par jour chez un couturier de Leh, quand celui-ci a du travail. Ce qui n'est pas toujours le cas en raison du très faible nombre de touristes au Ladakh.

Nous l'avons soutenue cet été à hauteur de 300 euros, soit 25 000 roupies, ce qui représente deux mois de travail à temps plein.

En novembre 2021, elle nous a fait part de son souhait d'ouvrir sa boutique de tailleur. Nous l'avons ainsi aidée à hauteur de 20 000 roupies (250 euros). En remerciement, elle a confectionné les costumes pour notre spectacle « Marco sur la route de la soie » à très bon prix et offert une goncha en soie.







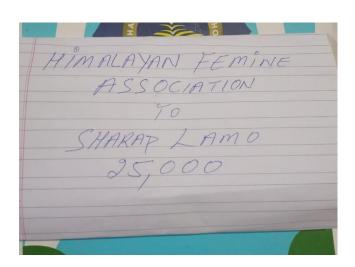


o Soutien pandémie: Leh - Sherap Lhamo: 300 euros soit 25 000 rs

En 2018, nous avions acheté une machine à coudre à Sharap Lhamo, veuve avec une petite fille à charge. Nous l'avions aidé à ouvrir une boutique de tailleur à Choklamsar, près de Leh, avec une amie. Elle a continué seule à payer le loyer de la boutique jusqu'en décembre 2020, malgré le peu de client. Mais le propriétaire lui a demandé de rendre la boutique, car il veut en faire un autre usage. Aujourd'hui, elle coud depuis chez elle pour quelques rares clients, ce qui n'est pas suffisant pour assurer le quotidien.

Nous avons évoqué l'idée d'ouvrir une nouvelle boutique, mais tant que la pandémie sera présente, les touristes ne seront pas de retour, et le travail avec eux.

Nous l'avons soutenue à hauteur de 300 euros, soit 25 000 roupies.





Soutien pandémie : Leh/Muney - Stanzin Sonam : 200 euros soit 18 300 rs



Stanzin Sonam est guide de trek sur Leh. C'est notre correspondant sur Leh et Muney et en temps normal, il est totalement autonome.

Marié en 2020 et papa depuis décembre 2020, il subit lui aussi la pandémie et l'arrêt du tourisme.

Nous l'avons soutenu de façon exceptionnelle cette année, en remerciement de son investissement dans l'association depuis 2018, par un don de 200 euros, soit 18 300 roupies.



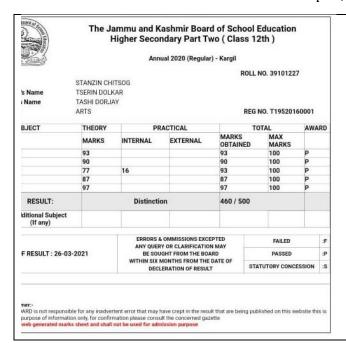
Objectif « Parrainage »

Parrainage: Zanskar - Stanzin Tsotso: 400 euros soit 34 000 rs

Tenzin Palkit, femme du député de Padum, Phunchok Tashi, nous a parlé de Stanzin Tsotso. Elle est originaire d'Abran, dans la vallée au bas du col du Pensi La, vers Padum. Orpheline de père, sa mère a dû la déscolariser de Lamdon Model School, à Leh,au profit de l'école publique de Padum, par manque de moyens financiers. Elève très brillante, elle a réussi avec brio son examen finale de 12ème classe (équivalent de la classe de terminale).

Elle poursuit ses études au collège du Laddakh à Leh (équivalent de l'université).

Nous l'avons soutenue à hauteur de 34 000 roupies, soit 400 euros.





Parrainage : Zanskar - Phey - Stanzin Yangdol : 400 euros soit 34 000

Rencontrée par hasard au gré des « demandes d'ami facebook », Stanzin Yangdol est orpheline de père depuis le printemps 2020. Sa mère, âgée de 70 ans, ne peut l'aider à compléter le financement de ses études en collège (université) à Delhi, en sciences politiques. Elève elle aussi très brillante, elle a obtenu une bourse d'état mensuelle de 10 000 roupies ainsi que l'entrée gratuite au collège. Cependant, le cout de la vie est tel à Delhi qu'il lui manque 3 000 roupies / mois pour vivre. Après avoir fait vérifier son cas par Dhakpa et Phunchok Tashi (député de Padum), nous avons décidé de l'aider à hauteur de 400 euros, soit 34 000 roupies.

En ce moment, elle est à Leh avec sa mère, en cours à distance. Notre don lui a permis notamment de s'acheter un meilleur smartphone pour suivre ses cours dans de bonnes conditions. Comme beaucoup de zanskarpas, elle souhaite être fonctionnaire.





Name stanzin yangdol Date of birth 09/11/2003 From Zanskar phey Studying in Delhi University In 1 semester Ba.prog (political science+history)

❖ Parrainage: Spiti - Stanzin Chhikyit: 300 euros soit 25 000 rs

A Kazaa, capitale du Spiti, nous avons rencontré Tsering Nurboo. Il nous a parlé de Tanzin Chhikyit, jeune fille originaire du village de Chicham. Elle est à présent au collège(université) à Kazaa, chef-lieu du Spiti. Issue d'une famille d'agriculteurs de 5 personnes, ils dépendent tous des 4 mois de la saison agricole et n'ont pas les moyens de l'envoyer au collège. Elève brillante, elle souhaite poursuivre des études pour devenir professeur au Spiti, ou entrer dans la police.

Nous l'avons parrainée pour 300 euros annuels, soit 25 000 roupies.



Tanzin Chhikyit et ses parents



Sa maison dans le village de Chicham au Spiti

❖ Parrainage: Spiti -Tanzin Chhonzom : 150 euros soit 17 000 rs

Tsering Nurboo nous a également parlé de Tanzin Chhozom, née en 2011 et légèrement handicapée moteur du côté gauche. Originaire du village de Chicham, son père les a abandonnées, elle et sa mère. Cette dernière n'a pas de revenus et travaille aux champs. Tanzin Chhonzom a été accepté dans une école spécialisée à Dharamsala.

Nous la parrainons à hauteur de 150 euros soit 17 000 roupies, pour prendre en charge les vêtements, uniformes et livres indispensables à sa scolarité.





❖ Parrainage: Leh - Stanzin Youdon: 300 euros soit 25 000 rs



« Je m'appelle Stanzin Youdon, je suis née il y a 9 ans en 2012 à Muney au Zanskar. Ma maman est morte quand j'avais 3 mois. Mon papa s'est remarié avec une femme qui me maltraitait. Il a divorcé au bout d'un an et demi et nous sommes retournés vivre chez mes grands-parents à Muney. Un hiver, j'ai pris froid et je ne guérissais pas alors mon père m'a emmené à l'hôpital de Leh : c'était la tuberculose. J'ai été soignée pendant 6 mois, je suis guérie maintenant. Pendant les soins, j'ai habité chez le demi-frère de mon père avec sa femme et leur fils. Ils sont très gentils et s'occupent bien de moi. Je suis heureuse avec eux. Stanzin Sonam, un ami de Femmes d'Himalaya m'a trouvé une place dans une bonne école de Leh et tout s'arrange dans ma vie.

La famille qui m'a recueillie est très pauvre et j'ai besoin d'aide pour acheter mes livres scolaires et mes vêtements. Regarder comme je suis belle et fière dans mes nouveaux vêtements d'hiver achetés grâce à l'aide de Femmes d'Himalaya! »

Nous avons parrainé Youdon à hauteur de 300 euros, soit environ 25 000 roupies.



❖ Parrainage: Manali - Tenzin Nyima: 350 euros soit 29 500 rs



Tenzin Nyima est le fils d'Amchi Lotos et de Pasang. Reconnu tulku à l'âge de 6 ans, c'est-à-dire réincarnation du rinpoché du monastère de Likir au Ladakh, il a suivi des études religieuses. En 2018, il a décidé de les arrêter suite au décès de son précepteur. Après avoir cherché sa voie, il a décidé en 2021 de passer en secret le concours d'entrée aux études d'amchi (médecin traditionnel tibétain). Reçu brillamment, il a démarré le cursus à Varanasi en 2021, à la grande fierté de son père.

Ces études étant longues (8 ans minimum) et couteuses, nous avons choisi de le parrainer à titre exceptionnel afin de soutenir cette médecine si importante pour les zanskarpas.

Nous l'avons soutenu à hauteur de 350 euros, soit 29 500 roupies environ.

ASPECTS PRATIQUES

En raison de la pandémie du COVID-19, notre voyage de cet été ne pourra se faire.

L'argent sera transféré à Pasang via Western Union, et elle se chargera de la répartition sur les différentes missions selon nos instructions.

- Pour les nonneries et les actions sur Padum, elle a viré l'argent sur le compte de Dhakpa, qui a effectué les remises en main propre.
- Au Spiti, elle a distribué elle-même les soutiens et parrainages.
- Amchi La, son époux, a reçu l'argent pour la tournée médicale de la même façon.

Pasang a également été en charge des achats pour l'association afin que nous puissions vendre sur les différentes foires, salons et marchés de Noël. Ils ont été acheminés par voie postale jusqu'en France.

Pour ce temps consacré à l'association et toutes les démarches à faire, une rémunération exceptionnelle de 500 euros, soit 43 000 roupies, a été adoptée par le Conseil d'Administration pour Pasang.

Merci d'avance pour tout ce que vous avez fait et ferez.

Dans l'espoir de vous voir renouveler votre adhésion et votre soutien en 2022, le bureau de Femmes d'Himalaya vous adresse ses plus chaleureuses salutations.



Pour renouveler votre adhésion / don :

Chèque à l'ordre de Femmes d'Himalaya, à envoyer au 10 rue Camille Desmoulins 38400 Saint Martin d'Hères

Pour les virements :

IBAN: FR76 1027 8089 2300 0206 7290 173

BIC: CMCIFR2A

BUDGET GLOBAL 2021

Le budget dépensé pour les missions de l'année 2021 s'élève à 7806 euros

Tableau récapitulatif du budget 2021



				Réalisé 2021 Période de			
Chapitre	Nom bénéficiaire	Région	Intitulé	(inr)	€	réalisation	A qui
Projet /			Equipement de la boutique de				Youdon, for
Commerce	Kuru women	Zanskar	commerce équitable	25 000	292,68€	18/06/2021	
Projet	Muney women	Zanskar	Achat d'aiguilles à tricoter	7 000	83,08 €	05/04/2021	Sonam
Projet	Muney women	Zanskar	3 Machines à coudre	17 000	209,90 €	23/06/2021	Sonam
0, 00	indirey women		Equipement de la boutique de	17 000	200,000	20,00,2022	55.14111
Projet	Tangze women	Zanskar	commerce équitable	25 000	293,46 €	16/07/2021	Amchi La
							Youdon, for
Projet	Femmes de Padum	Padum	Achat de laine pour tapis	16 000	188,55€	14/07/2021	Daesal
			sous total	₹ 74 000	1 067,67 €		
			Achat de médicaments : Zanskar +				
Médical	Amchi Lotos	Zanskar	Spiti	86 645	998,00€	02/05/2021	Amchi La
Médical et			Amchi Lotos : taxi et cheval pour				
projets	Amchi Lotos	Zanskar	tournée médicale			02/05/2021	Amchi La
			sous total	₹ 86 645	998,00€		
Soutien	Nonnerie de Pishu	Zanskar	1	11 000	128,85 €	15/08/2021	Dhakpa
Soutien	Nonnerie de Skagyam	Zanskar	Soutien financier pour l'achat de	35 000	409,99 €	15/08/2021	Dhakpa
			nourriture et de vêtements				
Soutien	Nonnerie de Manda	Zanskar	4	11 000	128,85 €	15/08/2021	
Soutien	Nonnerie de Cha	Zanskar		11 000	128,85 €	15/08/2021	Dhakpa
			Dhakpa: participation aux frais				
		Zanskar	d'essence	6 000	70,28 €	15/08/2021	Dhakpa
			sous total	₹ 74 000	866,83€		
		Zanskar /	Soutien financier pour l'achat de				
Soutien	Stanzin Angmo	Pipcha	nourriture et de vêtements	15 000	174,36 €	19/02/2021	
Soutien	Maison retraite Kye	Spiti	Soutien financier	5 000	58,78 €	13/08/2021	
Soutien	Kalzang Yangphel	Spiti	Soutien financier	9 000	105,81 €	13/08/2021	Pasang
Caustian	Dadasa Vanashan	N 4 1 :	Caution financian	F 000	F0.70.6	42/00/2024	D
Soutien	Padma Yangchen Adarsh Institute for MR	Manali	Soutien financier	5 000	58,78 €	13/08/2021	Pasang
Coution	female	Manali	Soution financiar	16 000	100 11 £	12/09/2021	Dasana
Soutien Soutien	Nima Dolkar	Manali Leh	Soutien financier Soutien financier	16 000 25 000	188,11 € 297,00 €	13/08/2021 09/10/2021	
Soutien		Choklamsar	Soutien financier		297,00 €	05/04/2021	
Soutien	Skalzang Lhamo Skalzang Lhamo	Choklamsar	Ouverture boutique	25 000	244,58 €	23/11/2021	
Soutien	Sherap Lhamo	Choklamsar	Soutien financier covid	25 000	678,42 €	05/04/2021	
Soutien	Stanzin Sonam	Muney	Soutien financier covid	18 313	200,00 €	23/06/2021	
Joutien	Stariziri Sonam	Widney	sous total	₹ 125 000	2 302,57 €	23/00/2021	Sonam
		Zanskar /	Sous total	123 000	2 302,37 €		
Parrainage	Ringchen Angmo	Pipcha	Ecole publique Padum	15 000	174,36 €	19/02/2021	Pasang
Parrainage	Stanzin Tsotso	Abran	Université du Ladakh Leh	13 000	400,00 €	23/08/2021	
Parrainage	Tanzin Chhikyit	Spiti	Licence à Kazaa	25 000	293,92 €	13/08/2021	
Parrainage	Tanzin Chhonzom	Spiti	Ecole à Dharamsala	17 000	152,84 €	13/08/2021	
Parrainage	Stanzin Yangdol	Phey	Collège à Delhi	33 988	400,00€	21/03/2021	
Parrainage	Stanzin Youdon	Leh	Mahabodi school à Leh		300,00 €	22/11/2021	_
						,,	Amchi La et
Parrainage	Tenzin Nyima	Manali	Ecole Amchi à Varanasi	29 561	350,00€	09/10/2021	
- 0 -	,		sous total	₹ 120 549	2 071,11 €	, ,, , , , ,	
			Réalisation des achats et envoi. Suivi		,		
Suivi mission	Pasang Dolma	Manali	de mission sur place	42 847	500,00€	18/06/2021	Pasang
Jaivi IIII 331UII	ווי משמוה שטוווום	iviailali	ac mission sai piace	72 04/	J00,00 €	10/00/2021	usung
			sous total	₹ 42 847	500,00€		

Prenez soin de vous et de votre famille

Pour le bureau

Isabelle, Corinne et Benoît

Association Femmes d'Himalaya 10 rue Camille Desmoulins 38400 Saint Martin d'Hères