



UN TUK TUK POUR BANGKOK



MAGAZINE TRIMESTRIEL DE BANGKOK ACCUEIL

SEP-OCT-NOV 2021



Les forfaits santé du Women Center

Prêts à répondre aux besoins divers des femmes à chaque moment de leur vie.

Nous proposons des services de prévention, de diagnostic, et de soin pour une large variété de problèmes de santé féminins.



Scannez
le QR code
pour voir
les forfaits



Pour plus d'informations et en savoir davantage sur les conditions contactez le Women Center :

Horaires d'ouverture : Lun-Sam 7h-20h ; Dim 8h-20h

Tél : 0-2011-2361, 0-2011-2365

En dehors des heures d'ouverture : 02-066-8888 et 1378

www.bumrungrad.com

Edito



EDITORIAL

Chères et chers membres, à l'heure où j'écris la première mouture de cet édito, nous sommes encore sous restrictions ici à Bangkok et j'ai encore l'espoir que vous puissiez le lire dans un environnement plus agréable. Mais les circonstances ne semblent pas favorables et il nous faut garder une bonne dose d'optimisme pour surfer sur cette nouvelle vague.

Le 20 mai dernier, nous avons dû organiser notre assemblée générale ordinaire en ligne. Un exercice rendu possible grâce au soutien de la FIAFE qui avait mis à disposition sa plateforme Zoom. Pour valider nos rapports, moral et financier, grâce à vos réponses nombreuses, nous avons largement atteint le quorum.

Une équipe renforcée de bénévoles est déjà à pied d'œuvre.

Sachez cependant qu'une majorité des membres actuels du bureau (président, vice-présidente et trésorier) entame son dernier mandat et, donc, que Bangkok Accueil a besoin de bénévoles pour les remplacer.

Ai-je besoin de vous le répéter, l'association reste ce point d'ancrage et ce lieu de partage, uniquement grâce à un groupe de personnes volontaires pour l'animer. Votre engagement est

donc primordial pour continuer de faire vivre Bangkok Accueil. Je tiens ici à remercier chacune et chacun des bénévoles qui ont permis à Bangkok Accueil de rester active malgré toutes les contraintes et frustrations durant l'année passée et qui ont déjà travaillé intensément pour préparer la prochaine.

Notre événement phare de début de cycle annuel, le Brunch de Rentrée, qui permet de présenter nos activités et d'offrir à nos exposants, partenaires et fidèles contributeurs, une vitrine pour leurs services et produits, initialement prévu le Vendredi 17 Septembre de 9h à 13h à l'hôtel Amari Wategate, pourrait être repoussé si les restrictions le commandaient. Nous communiquerons en temps voulu.

Après ces mois d'incertitudes et de repli sur soi, nous gardons un esprit optimiste, et, nous souhaitons tous que la vitalité et la convivialité soient enfin les mots clés de cette reprise des activités.

Je souhaite la bienvenue aux nouveaux arrivants et je salue tous nos fidèles membres. Nous vous avons concocté une année de rencontres, de partages et de découvertes. Nous vous attendons pleines et pleins d'énergies positives.

Vive Bangkok Accueil !

Didier RECK
Président Bangkok Accueil



Sommaire



SOMMAIRE

- 03 Editorial
- 04 Sommaire
- 06 Contacts - Le Comité 2021 - 2022
- 09 Adhérer à Bangkok Accueil - Charte du membre
- 10 Accueil et vie de quartier
- 11 Bons plans - Club des partenaires
- 14 Brunch de Rentrée
- 16 Activités régulières et partenaires
- 20 Caritatif - Esprit Karen, que de beaux projets
- 22 Découverte - Le parc historique de Phimai
- 24 Les immanquables - La formation du musée national de Bangkok
- 26 Portrait - Elisabeth Zana, la grande dame de Krabi
- 30 Récit de vie - Sophie Marguery, une française chez les Lahus!
- 34 Photographie - Bangkok comme jamais.
- 38 Rencontre - Et si le récit de soi réhabilitait ?
- 40 Témoignage - Julie Das de Greater Action
- 42 Culture - Dessins et Aquarelles les tours sans fin
- 46 Poésie - L'immortelle
- 49 Littérature - une année de commémoration
- 53 Lecture - Club de Sathorn 2021 same same but different
- 54 Lecture - Les coups de coeurs du club Sukhumvit
- 56 Zoom sur - La démarche Zéro Déchet (ou DZD pour les habitués), quésaco ?
- 58 Coup de gueule - Clim, quand tu nous tiens
- 61 Bon plan éco - Thailand Green Map
- 62 Environnement - Zéro déchet s'invite dans les écoles maternelles
- 65 Information - Bangkok + 66 : qui sommes-nous ?

Ce magazine est le vôtre ! N'hésitez pas à partager vos coups de coeur et envoyez vos articles, bons plans, récits de voyage, fiches de lecture, anecdotes, recettes. etc. à magazine.tuktuk@gmail.com

Direction de la publication : Bureau exécutif de Bangkok Accueil
Coordination : Laëtitia Fournela
Comité de rédaction : Valérie Blanc, Fany Perrin-Paulus, Karine Meerschman et Didier Reck
Maquette : Suzaku Productions
www.suzakuproductions.com
Imprimé à Bangkok par : Gogoprint Thailand
www.gogoprint.co.th

BIENTÔT LIBRES DE VOYAGER !

Quelle que soit votre destination en Europe, louez un véhicule neuf en toute simplicité avec l'offre TT CAR-2-EUROPE, assistance et assurance incluses.



Annulation gratuite*



Véhicule neuf



41 pays d'Europe



Kilométrage illimité

VARAPORN N.
+66824932989
car2europe@outlook.fr
<https://thailande.car2europe.com>



CAR-2-EUROPE

Le Comité 2021-2022



Bangkok Accueil, association à but non lucratif, est membre du réseau des accueils affiliés à la FIAFE (Fédération Internationale des Accueils Français et Francophones d'Expatriés). Si vous souhaitez contacter un membre du bureau ou un des pôles d'activités de l'association, n'hésitez pas !



BUREAU ▼

Présidence

Didier RECK

092 389 2903

bangkokaccueil.presidente@gmail.com



Vice présidence

Valérie BLANC

082 340 3763

bangkokaccueil.vicepresidence@gmail.com



Secrétariat

Laurence NEVEU

065 115 1214

bangkokaccueil.secretariat@gmail.com



Trésorerie

Bernard TCHIGIQUE

062 467 1642

bangkokaccueil.tresorerie@gmail.com



COMITE ▼

Site internet et fichier membres

Dominique BOUDIN
Jean François MARCOTTE

bangkokaccueil.website@gmail.com
fichiermembrebba@gmail.com

Accueil

Niève NAVARRO

095 749 0870

bangkokaccueil.
contact@gmail.com

Activités

Karine MEERSCHMAN

090 980 4502

bangkokaccueil.activites
@gmail.com

Caritatif

Christelle CELERIER

092 394 2540

Johana LEVY

095 709 1372

bangkokaccueil.caritatif@gmail.com

Évènements

Silvine NG-AMPHOUX

095 706 4968

evenements.bangkokaccueil@gmail.com

COMITE ▼

Francophonie

Catherine TAURAND

065 929 9774

Céline DUPUY

060 349 6421

bangkokaccueil.francophonie
@gmail.com

Magazine

Didier RECK

Laëtitia FOURNELA

Karine MEERSCHMAN

Fany PERRIN-PAULUS

Valérie BLANC

magazine.tuktuk@gmail.com

Newsletter

Valérie BLANC

082 340 3763

newsletter.bangkokaccueil
@gmail.com

Sorties

Fany PERRIN-PAULUS

080 605 6278

Phany CHAMPAGNE

098 905 6477

bangkokaccueilsorties@gmail.com

Elisabeth TEIXEIRA

080 605 6278

Sophie VIARD BERNARD

064 240 5438

Sponsors

Aziza Bouabdallah 099 006 9231

Marie FERNET 061 286 5799

Didier RECK 092 389 2903

afb.sponsors@gmail.com



Ecole Maternelle

Ecole Internationale Bilingue Français- Anglais à Bangkok



Offrez à votre enfant un apprentissage unique avec un enseignement de qualité dans un établissement homologué, au coeur de Sathorn.

✓ Une pédagogie unique basée sur 4 piliers : mélange des âges, autonomie, bienveillance et l'environnement

✓ Espace intérieur ouvert organisé en ateliers et vaste espace extérieur de 1,500 m2 avec piscine

✓ La seule école bilingue Français-Anglais à Bangkok homologuée par le Ministère de l'Education Française

*L'enfant apprend
en jouant et en explorant !*

27/5 Soi Yen Akat 2/1,
Chongnonsee Sub-District,
Yan Nawa District, Bangkok 10120

+66 2 051 4224 / +66 95 467 5917

contact.bangkok@lapetiteecole.asia

www.lapetiteecole.asia/th

@lapetiteecolebkk

Adhérer à Bangkok Accueil

Vous souhaitez devenir membre ▼

Si vous souhaitez devenir membre, allez sur le site internet www.bangkokaccueil.com.
Si vous souhaitez plus d'informations, écrivez à bangkokaccueil.contact@gmail.com.



Charte du membre de Bangkok Accueil ▼

- Je n'oublie pas de renouveler mon inscription si je veux toujours recevoir les précieuses informations de l'association et participer aux activités proposées.
- Je participe aux activités de Bangkok Accueil, conscient du travail bénévole accompli par les Représentants desdites activités.
- Je comprends qu'il est de ma responsabilité de souscrire une assurance à titre personnel pour l'ensemble des risques liés à ma participation ou celle de ma famille aux activités organisées par Bangkok Accueil.
- Je dégage Bangkok Accueil de toute responsabilité pour tout incident ou accident survenant lors des activités pratiquées dans le cadre de l'association.
- Je n'utilise pas les listes de diffusion à des fins commerciales et je ne les transfère pas à des tiers.
- J'autorise Bangkok Accueil à utiliser des photos me représentant dans le cadre des activités et des sorties de Bangkok Accueil pour son site Internet, son magazine, sa newsletter ou ses autres parutions - type Facebook.
- Je respecte la procédure lorsque je m'inscris à une activité et en cas d'annulation, je préviens directement le Responsable de la sortie ou de l'activité.
- Je ne souhaite pas que mon image ou celle d'un membre de ma famille soit diffusée, je dois m'adresser à bangkokaccueil.contact@gmail.com pour signer un document en ce sens.



**L'ALLIANCE FRANÇAISE DE BANGKOK,
UN LARGE CHOIX D'ACTIVITÉS
POUR LES PETITS COMME POUR LES GRANDS !**

ÉGALEMENT EN LIGNE*

POUR LES ENFANTS

- Cours de français
- Cours de danse
- Cours de chant
- Cinéma pour enfants
- Animations & ateliers artistiques
- Camps de vacances pour enfants & ados

ACTIVITÉS CULTURELLES

- Expositions
- Concerts
- Cinéma
- Spectacles
- Conférences

POUR LES ADOS & LES ADULTES

- Cours de thaï
- Cours de couture
- Cours de mode
- Cours de danse
- Cours de chant
- Ateliers artistiques

SERVICES

- Traduction certifiées
- Location d'espaces
- Médiathèque
- Librairie francophone
- Café restaurant

*Pour les services disponibles, veuillez nous consulter.

Accueil et Vie de Quartier



VIE DE QUARTIER

Au cours de l'année, les hôtes(ses) de quartier ou des volontaires organisent et animent un café ou un apéro. Ces rendez-vous, ouverts à tous nos membres, même de quartiers différents, vous permettront de tisser des liens immédiats avec

vos voisins francophones. Si vous vous sentez l'envie de participer activement à la vie de votre quartier en organisant un déjeuner, un café ou un apéro, faites-vous connaître auprès de vos hôtes(ses) de quartier !

Sathorn

Carine Solesse
086 322 1041
carinesolesse@gmail.com

Caroline Perrony
087 820 7490
caroline_perrony@hotmail.com

Aurélien Drouets
095 807 0805
aureliendrouets@gmail.com

Diane De Becdelièvre
0841783067
lmd.de.becdelievre@gmail.com

Sukhumvit 1

Muriel Hill
062 363 3693
murielhill@gmail.com

Edith Sebaux
061 029 2290
philippe@sebaux.com

Sukhumvit 2

Laurence Neveu
065 115 1214
laurence.neveu@yahoo.fr

Mylène Contat
083 123 7755
contatmylene@yahoo.fr

Coordination accueil : Niéves Navarro
bangkokaccueil.contact@gmail.com

Sukhumvit 3

Silene Ng-Amphoux
095 706 4968
siline.hk@gmail.com

Aline Oliveira Passos
095 950 0302
alinechallandes@hotmail.com

Le Club des Partenaires



BONS PLANS

Étant membre de Bangkok Accueil et titulaire de la carte membre, vous pouvez bénéficier de réductions chez nos partenaires commerciaux. Vous pourrez profiter de ces avantages sur présentation de votre carte membre, ou en indiquant les codes promos de la rubrique « avantages membre/codes promos » de votre site internet

www.bangkokaccueil.com



info.bangkok@afthailande.org
www.afthailande.org
02-670-4230

Alliance Française

réduction de **50%** sur la carte de membre individuelle et de **35%** sur la carte de membre familiale de l'Alliance Française pour les membres de Bangkok Accueil sur présentation de leur carte adhérent Bangkok Accueil. La carte de membre de l'Alliance Française permet de bénéficier de tarifs réduits aux événements de l'Alliance Française et également chez certains partenaires de l'Alliance Française.



Robert Dubois
robert@blue-jade.com
www.blue-jade.com
02-664-0661

Blue Jade

Remise de **5 à 10%** aux membres sur la location à la journée ou à la semaine de Vans 10 places ou de Voitures Privées. Indiquez à la réservation que vous êtes membre de Bangkok Accueil. Il pourra vous être demandé de joindre en pièce jointe un scan de votre carte membre, ou de la présenter à la prise du véhicule. partenaires de l'Alliance Française.



Minh
bnh.vietnamese@bnh.co.th
www.bnhhospital.com
02-686-2700

BNH Hospital

Le BNH Hospital vous propose une remise de **10%** sur les médicaments et de **15%** sur les chambres sur présentation de votre carte membre. Attention, cette réduction n'intervient que si le patient paye lui-même et non en cas de prise en charge par l'assurance. Carte à montrer à la caisse après rendez vous ou au service admission pour une hospitalisation.



Eun Ju Kim
kimej@bumrungrad.com
www.bumrungrad.com
062-011-5106

Bumrungrad

Sur présentation de votre carte membre, vous pourrez bénéficier des remises suivantes : **5%** de remise sur les règlements en liquide ou **10%** sur les règlements par carte de crédit concernant les chambres d'hospitalisation, les médicaments, les frais de laboratoire, les frais de fournitures médicales, et les radiographies.

Sont exclus les honoraires des médecins, la chimiothérapie, certains médicaments et certains frais de fournitures médicales.

10% de remise sur les soins dentaires (sauf orthodontie)

Remises non cumulables avec d'autres remises, promotions ou offres.

Si vous utilisez une assurance, les remises ne seront appliquées qu'aux coûts dépassant la couverture.



Nathalie DELEVAUX
nathalie@easia-travel.com
easiatravel.facebook
086-512-7509

Easia Travel

Easia Travel Thaïlande organise, avec guide francophone, des excursions (journée, 1/2 journée, en semaine ou en week-end) et des circuits regroupés pour les expatriés. Pour voir les excursions et circuits, visitez la page Facebook @easytravel

Réduction de **-10%** pour les membres de Bangkok Accueil !
Contact : eva@easia-travel.com
Tél/Whatsapp: 095 390 5603

la boutique monde
•• bayard milan

Nouvelle boutique

pour passer vos commandes



S'ABONNER EN THAÏLANDE

Utilisez votre code déléguée **E54** pour bénéficier du tarif le plus avantageux

<https://boutique.bayard-monde.com>



Votre déléguée Thaïlande (E54): julie.stirer@bayard-mag.com

Le Club des Partenaires



BONS PLANS



Wilfried Hervé
will.frenchkissdivers@gmail.com
www.francothaicc.com

French Kiss Divers

FKD vous propose 10% de remise sur toutes ses activités plongée (Baptême, formation, exploration).
will.frenchkissdivers@gmail.com



Sabrina Heroguelle
sabrina.heroguelle@lapetiteecole.asia
www.lapetiteecole.asia

La Petite Ecole

Inscriptions ouvertes pour la rentrée 2021-2022 !
Partenaire de Bangkok Accueil
(-10% sur les frais d'inscriptions en première année)



Linda Panatella
linda@suzakuproductions.com
www.suzakuproductions.com

Suzaku Productions

Suzaku Productions vous offre:
-15% sur ces prestations (graphic design, web design & Développement, photo et vidéo shooting, social media management); 1h de consommation offerte pour vos projets



David De Vos
david@unitedreloth.com
www.unitedreloth.net

United Relocations

United Relocations vous offre :
10% de réduction sur les Déménagements Local/Domestiques
5% de réduction sur les Déménagements Internationaux 30 jours de stockage gratuit à Bangkok après l'emballage



Sommawan Lowhaphandu
sommawan@francothaicc.com
www.francothaicc.com

FTCC

Remise de 100 baht sur un atelier emploi ou remise de 300 baht pour la participation à la journée Atelier Emploi. Tarif Membres FTCC pour tous les événements FTCC sur présentation de la carte membre BA



Supphakit Tanasankun
Supphakit.Ta@samitivej.co.th
www.samitivejhospitals.com

Samitivej

Samitivej Virtual Hospital, service de téléconsultation médicale.
Les hôpitaux Samitivej offrent un service de téléconsultation pour un accès 24/24 à ses médecins depuis le confort de votre domicile ou de votre bureau. Les 15 premières minutes de consultation sont gratuites pour les membres de Bangkok Accueil avec un code promo récupérable sur la page Partenaires du site internet de BA. Le service inclut la livraison à domicile de médicaments sur Bangkok.
L'offre est valable jusqu'au 31 décembre 2021.

<https://www.samitivejhospitals.com/center/detail/Virtual-Hospital>



Hervé Thomas
herve@baanraknam.com
FB : baanraknam
084-771-2000

Baan Rak Nam

10 % de réduction (hors boissons) sur notre Formule « week-end » incluant le dîner, la nuit et le petit-déjeuner. 10 % de réduction (hors boissons) pour les déjeuners ou dîners. À environ 1 h 30 mn de Bangkok, Baan Rak Nam est situé en pleine Nature, au bord d'un lac, endroit idéal pour un week-end calme et reposant en famille ou entre amis (sur réservation). Cuisine française traditionnelle et familiale

Le Club des Partenaires



BONS PLANS



Nathalie Sibade
frenchfood.ns@gmail.com
087 800 5859
<https://web.facebook.com/Bon-Appetit-la-Cuisine-de-Nathalie-278989068872854>

La Cuisine de Nathalie

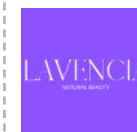
10% de réduction sur toutes commandes de buffet (service traiteur) à partir de 4500 THB pour les membres de BKac 10% de réduction pour toutes commandes concernant les apéros de quartier à partir de 3000 tb +1 terrine maison à partir de 4000 THB concernant les apéros de quartier, sur justificatif



Nicolas Vivin
nicolas.vivin@vivinmaison.com
087-898-1100
www.vivinmaison.com

Vivin

VIVINGROCERY.COM, le site de livraison de VIVIN Grocery offre aux nouveaux membres de Bangkok Accueil, 20% de réduction sur la première commande en ligne sur livinggrocery.com. Les anciens membres de Bangkok Accueil bénéficient aussi de 10% de réduction sur le site. Retrouvez le code promotion réservé aux membres de Bangkok Accueil sur notre site à la page Les Codes Promos (dans la rubrique Nos partenaires). Basée à Ekamai, Bangkok, VIVIN Grocery est une épicerie (et restaurant) qui produit et source les meilleurs produits locaux disponibles et ingrédients naturels et certifiés bio de Thaïlande... Fromage, charcuterie, boulangerie, légumes, confitures, huiles, vins et autres 250 produits disponibles. Et en visitant le restaurant, ce que vous trouverez dans notre épicerie, vous le trouverez dans votre assiette !
Facebook : www.facebook.com/VIVINGgrocery
Adresses : 379/8 Ekamai Complex / Tel. : 0804635747

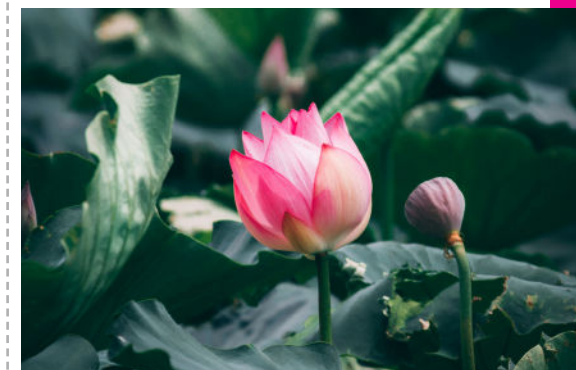


Andy Dinitri Gateau
<https://th.mylavencia.com>

Lavencia

LAVENCIA importe et distribue des cosmétiques naturels Français en Thaïlande. Spécialisé dans l'importation de produits de beauté français et notamment du savon de Marseille ainsi que des éponges de mer naturelles. Nos services d'importation s'adressent aux professionnels (fabricants, usines françaises, distributeurs désirant distribuer leurs produits en Thaïlande) Les particuliers peuvent découvrir nos produits avec une réduction de -10% pour les membres de Bangkok Accueil ! Un code promo, valide jusqu'au 31/12/2021 et réservé uniquement aux membres de BA, est disponible sur le site internet :

<https://www.bangkokaccueil.com/le-club-des-partenaires/>
<https://th.mylavencia.com>
Facebook : @Lavenciathailand
LINE : @Lavencia_th
Instagram : @Lavencia_th



Vous pourrez profiter de ces avantages sur présentation de votre carte membre, ou en indiquant les codes promos de la rubrique « Nos partenaires/Les codes promos » de notre site internet www.bangkokaccueil.com

* Toutes les offres du Club des Partenaires de chaque établissement ci-dessus sont soumises à des conditions supplémentaires.

Si vous souhaitez rejoindre notre Club des Partenaires et offrir un avantage à nos membres, n'hésitez pas à envoyer un mail à l'équipe Sponsor : afb.sponsors@gmail.com



UN TUK TUK POUR BANGKOK



BRUNCH DE *Bon Appétit* RENTRÉE



En raison de la situation sanitaire à Bangkok, le
Brunch pourrait être repoussé ou annulé. Nous
vous tiendrons au courant.

17 Septembre 2021
De 09h à 13h
Amari Watgate Bangkok
847 Petchburi Road Bangkok
10400 Thailand



YOUR SOLUTIONS
FOR CONSTRUCTION
AND INDUSTRY



> 900
People Worldwide



> 15,000
Mega Projects



Commercial Presence
in more than 55 countries

Dextra Group established in 1983 by French expatriate entrepreneurs is a manufacturing, trading, and freight forwarding company specialized in supplying the construction and industrial sectors. We have activities in more than 55 countries through our network of affiliates and partners.

World leading manufacturer of rebar mechanical splices, we also engineer and produce innovative architectural and geotechnical solutions in high performance steel and FRP composite materials.

Connect with us

www.dextragroup.com



Activités Régulières Bénévoles de BA

Liste des Activités Régulières



BONS PLANS

Atelier crochet et tricot : Cet atelier vous est proposé un vendredi par mois, de 10h à 13h. La participation est gratuite et le but est de partager ses compétences ou découvrir le tricot et le crochet dans leurs styles les plus variés. Venir avec son ouvrage. Quartier Sukhumvit.

Contact: Patricia Brontons, 0929968683, pat.brontons@laposte.net

Atelier d'écriture : Vous rêvez de (re)trouver le plaisir d'écrire des textes, de faire voyager votre écriture entre la fiction, l'autobiographie, la langue, les jeux d'écriture... Venez nous rejoindre un vendredi tous les 15 jours (en moyenne), de 9h à 12h30. On y écrit, on y lit ses textes aux autres, on y trouve des outils pour écrire et s'améliorer encore... Ce n'est pas l'école: il n'y a ni sujet, ni note, ni jugement, ni même l'obligation d'écrire ou de lire. 350 bahts par personne et par séance, payables par trimestre.

Contact: Sylvain Cogis, 0843888133, omolony@gmail.com

Badminton sur Sathorn: Que vous soyez débutant(e) ou déjà expert(e), venez effectuer quelques échanges dans une ambiance sympathique et conviviale sur le terrain de Yen Akat (soi Yen Akat 2/3) chaque jeudi de 8h30 à 10h30 (rendez-vous directement au «Badminton Court Yen Akat»). Le prix de 100 bahts pour les 2 heures de badminton comprend la location des terrains et les volants.

Contact: Dominique Boudin, 0966454396, dominique.boudin.bkk@gmail.com

Badminton sur Sukhumvit : Rendez-vous tous les lundis de 9h à 11h au 71 Sports Club, Sukhumvit 71, soi 41. La location d'un terrain coûte 150 bahts/heure et le prix global est divisé par le nombre de joueurs présents. Les participants viennent avec leur raquette ou nous avons toujours 2 raquettes en prêt. Que vous soyez débutant(e) ou pas, tous les niveaux s'affrontent pour passer un excellent moment! Toute personne y est la bienvenue.

Contact: Virginie Restout, 0971185157, virginie.restout1@gmail.com

Bridge : Le groupe se réunit les jeudis à partir de 9h chez les uns et les autres et joue jusqu'à 12h30. Actuellement une dizaine d'inscrits accueillent également des bridgeurs de passage, dont certains sont "réguliers". Les personnes intéressées, de tous niveaux, sont les bienvenues! Participation annuelle de 500 bahts (renouvellement du matériel de jeux), et à chaque séance, une contribution de 150 bahts est demandée pour l'hôte du jour.

Contact: Christine Nguyen, 0818169308, cn3648@gmail.com

Clubs de lecture : Vous aimez lire, découvrir de nouveaux auteurs, vous laisser surprendre par une histoire vers laquelle vous ne seriez jamais allé(e), alors nos clubs de lecture sont faits pour vous. Que vous lisiez peu ou beaucoup, ce rendez-vous mensuel est l'occasion de venir échanger des avis sur les livres apportés par chacun en début d'année. La diversité de nos lectures et de nos lecteurs fait la richesse de nos groupes. Deux groupes sont actuellement constitués mais malgré leur dénomination, la répartition ne se fait pas par secteur... libre à vous de choisir la formule qui vous convient le mieux... La participation est gratuite mais l'assiduité est requise.

1. Le club de lecture de Sathorn se réunit un lundi par mois de 11h30 à 14h, nous nous recevons chez chacune d'entre nous, les participants apportent un plat sucré ou salé et celle qui reçoit s'occupe du café et des boissons.

Contact : Stéphanie Noto, 0908868490, bkkstefnoto@gmail.com

2. Le club de lecture de Sukhumvit se réunit un mardi matin par mois, à partir de 9h30. Chacune de nos participantes nous reçoit à tour de rôle.

Contact : Valérie Blanc, 0823403763, blancvalerie01@gmail.com

Course à pied : Pour simplement prendre du plaisir et entretenir sa forme de manière conviviale ou pour participer à quelques "courses", Serge, marathonien depuis de nombreuses années, vous propose de vous initier ou de vous aider à progresser dans cette pratique sportive. Ces participations, challenges personnels et collectifs, peuvent aussi être enrichies par des enjeux humanitaires (courir pour des causes). Les séances se déroulent les mardis à 19h et samedis à 7h (le matin) au parc Lumpini.

Contact: Serge Jacquemot, 0830107262, sergejacquemot@gmail.com

Danse NIA : Vous aimez danser et vous sentir vivant ? Vous aimez partager des moments joyeux, intenses et doux à la fois ? Tout ça sur des musiques qui invitent au voyage ? Alors venez danser le Nia, une pratique corporelle, fusion de 9 disciplines : 3 arts de la danse, 3 arts martiaux et 3 arts de conscience corporelle. Chacun et chacune est bienvenu dans un cours de Nia. On danse pieds nus, on bouge avec dynamisme et/ou douceur en accueillant notre énergie du moment et on respecte l'amplitude de mouvement que notre corps nous autorise dans l'instant. Mardi soir quartier Sukhumvit et jeudi matin quartier Sathorn. Contribution minimum de 250THB demandée par personne et par séance (couverture des frais de location; le surplus des contributions sera reversé trimestriellement au Pôle caritatif de Bangkok Accueil).

Contact: Marie Nuss Bonneau, 0801700939, niamarie.nussbonneau@gmail.com

Démarche Zéro Déchet : Vous vous inquiétez des problèmes environnementaux et vous désirez partager des informations, des idées d'actions concrètes? Cette plateforme d'échanges est faite pour vous. L'objectif de ce groupe est de mettre en pratique, chacun à son niveau, une démarche vers le zéro déchet: échanger sur nos pratiques, constituer un annuaire des endroits à Bangkok où se procurer produits naturels, boutiques bio etc, proposer des ateliers de fabrication «maison» (tissus cirés, sacs en papier recyclés, éponge Tawashi, compost,etc). On attend vos idées!

Contact: Pascale Devisme, zerodechetbkk@gmail.com

Espace conscience : Espace conscience réunit des personnes qui aspirent à un mieux vivre et à un mieux-être en conscience. Ensemble, nous partageons des outils de développement personnel et spirituel, échangeons des sources d'informations inspirantes et nos propres expériences dans un cadre bienveillant. Les thèmes que nous évoquons sont entre autres, la pleine conscience, le pouvoir de l'instant présent, l'accueil de ce qui est, la méditation, la physique quantique, la mission de vie, le pouvoir créateur... Rendez-vous le mardi de 9h30 à 12h30 à Sathorn. Une présence régulière est préférée.

Contact : Isabelle Baulois, isabelleb7777@hotmail.com (Sathorn)

– Carine Riegert, carine.riegert@gmail.com (Sukhumvit)

Golf : Nous jouons tous les mardis matin, 1er départ à 8h30 au Vintage Golf Club, à Bang Bo, Chonburi. Nous accueillons tous les niveaux et essayons d'organiser dans la mesure du possible le co-voiturage pour faciliter les transferts. Une participation de 200 bahts est demandée pour les frais de transport. Après les 18 trous, nous nous retrouvons pour déjeuner au club et revenons en ville vers 15h. Dans l'année, nous essayons d'organiser des compétitions qui réunissent "réguliers" et sympathisants pour une journée de convivialité!

Contact: Christine Nguyen, 0818169308, cn3648@gmail.com

Marche active : Envie de vous dépenser et de découvrir Bangkok en même temps? Joignez-vous à notre sympathique et dynamique équipe de la marche active, afin de partager un moment sportif, d'échange et de rencontre! Nous vous retrouvons 2 vendredis dans le mois vers 8h30, à différents endroits de la ville, suivant notre parcours. Pas besoin d'équipement sophistiqué: une bonne paire de baskets, une casquette, de la crème solaire, une bouteille d'eau et nous voilà prêts pour 1h30 de marche!

Contact: Sabrina Gatti, 0926765788, marcheactive.bkk@gmail.com

Qi Gong : (prononcé Tchi-Kong), signifie "entraînement de l'énergie vitale". C'est un art millénaire de gymnastique douce chinoise pour entretenir la forme et la santé. Sa pratique permet de développer et d'équilibrer la circulation de l'énergie vitale à l'intérieur des canaux énergétiques du corps appelés méridiens : c'est donc un prolongement de la médecine traditionnelle chinoise. Il en résulte un meilleur fonctionnement global de l'organisme et une diminution progressive des tensions musculaires et émotionnelles. Chacun peut pratiquer indépendamment de son âge, sans aucun esprit de compétition ou de comparaison. L'important réside dans la concentration et la régularité de la pratique. Les lundis et vendredis de 9h à 10h sur Sukhumvit 34, JSK Mansion. Participation gratuite.

Contact : Pascale Trouilhats, 0817738231, trouilhatsfamily@gmail.com

Scrabble duplicate : Nous jouons en duplicate, chaque participant a le même tirage. Pour chaque tirage, le meilleur score est placé sur le jeu. L'objectif est pour le groupe de dépasser un score total de 1000 points. A la fin, chaque participant peut comparer son score personnel au score du groupe. Matériel: un jeu de scrabble par personne. Le mardi après-midi de 14h à 16h30, chez l'un ou chez l'autre. Participation gratuite. Ambiance amicale et détendue.

Contact: Laurence Neveu, 0651151214, laurence.neveu@yahoo.com

Tennis sur Sathorn : Rien de tel qu'un bon tennis pour se sentir en forme toute la semaine ! Les rencontres de tennis de Sathorn ont lieu tous les lundis de 8h à 10h (sauf vacances scolaires LF1B) sur les terrains du Smash Club situés sur Rama III, soi 64, pour du jeu libre et des matchs amicaux. De plus, Pierre, entraîneur français, nous propose des cours collectifs (4 par groupe maximum) de 8h à 9h. La participation est de 100 bahts à l'inscription (une fois par an) puis vous ne payez que si vous venez (50 bahts pour le jeu libre, ou 500 bahts pour 1h de cours).

Contact: Marcela Chacon, 0655470502, mchacon001@gmail.com

Aquabiking : Le sport aux mille bienfaits...L'aquabiking est un sport tendance, qui consiste à pédaler dans l'eau. Selon ses adeptes, les résultats sur le corps sont exceptionnels! En plus d'affiner la silhouette, c'est également une solution pour favoriser la perte de poids, pour réduire la cellulite et la peau d'orange, tout en tonifiant la masse musculaire.

Tarif spécial pour les membres de Bangkok Accueil, pour des séances en groupe: 600 bahts/ séance pour l'achat d'une carte de 5 séances (3000 bahts) valable 1 mois. Les jours et horaires seront fixés à la rentrée.

Contact: Monique Sanchez, 0880532644, monique.sanchez29@yahoo.fr

Plus d'informations sur <https://www.aquabiking-bangkok.com>

Empower Toastmasters Club : Communiquer en anglais, faire un speech devant un public... tout un programme! Certains n'osent pas se lancer, d'autres le font mais manquent de confiance en eux, ou manquent d'outils pour accrocher l'audience... A Empower Toastmasters club (à but non lucratif), tout le monde se lance, tout le monde apprend, tout le monde progresse ! Dans une ambiance conviviale et dans le cadre aguerri de l'organisation, des volontaires présentent leur discours préparé devant les autres membres du club Les 3 premiers mercredis de chaque mois, de 12h15 à 13h45, à l'Alliance Française. La participation est de 1800 bahts par semestre, puis 100 bahts par réunion.

Contact : Stéphanie Favre, empowertoastmasters@gmail.com

Plus d'informations sur www.empowertoastmasters.com

Toutes les personnes qui proposent ou participent à une activité doivent être à jour de leur cotisation à Bangkok Accueil. La plupart des activités ci-dessus sont interrompues pendant les vacances scolaires.

Pour en savoir plus sur les activités proposées, rendez-vous sur le site de Bangkok Accueil, www.bangkokaccueil.com, rubrique Activités Régulières.

Pour toute information plus précise (adresse, matériel, détails pratiques), n'hésitez pas à prendre contact avec la personne en charge de l'activité. Pour toute proposition de nouvelle activité, contactez : bangkokaccueil.activites@gmail.com

Centre éducatif bilingue à Bangkok FRANÇAIS & ANGLAIS

CRÈCHE ET ÉCOLE MATERNELLE BILINGUE DE 1 À 6 ANS

Eveil: 1 à 2 ans
Envol: 3 à 4 ans
Globetrotteurs: 5 à 6 ans

Horizon: 2 à 3 ans
Petits Voyageurs: 4 à 5 ans

Offrez à vos enfants un environnement bilingue, convivial, ludique et éducatif qui leur permet de dépasser tant en français qu'en anglais. Nos programmes sont basés sur ceux du Ministère de l'Éducation nationale française.

WWW.CENTRE-ACACIA.COM

SATHORN 4/7 Soi Prarat Suk, Yen Akat Soi 2
SUKHUMVIT RD/1 Ekornai Soi 4, Sukhumvit 63

Esprit Karen, que de Beaux Projets



Esprit Karen, que de beaux projets ! Esprit Karen est constituée d'une équipe d'une dizaine de bénévoles francophones. Nous créons trois fois par an une nouvelle collection de maroquinerie et d'articles pour la maison. Chaque article est conçu en partie avec du tissu produit par des tisserandes de l'ethnie Karen, vivant dans des villages du nord-ouest de la Thaïlande près de la frontière avec la Birmanie. Puis la réalisation est confiée à un atelier d'insertion pour jeunes filles qui apprennent le métier de couturière. En achetant les articles réalisés par Esprit Karen vous vous faites plaisir mais vous participez également à l'amélioration de la vie des villages Karen. D'abord en assurant un revenu aux tisserandes auprès de qui l'association achète les lés de tissu.

Cette activité de tissage, payée à son juste prix, permet aux familles d'avoir un revenu, d'une manière digne et valorisante, sans devoir migrer vers la capitale.

Puis en nous permettant d'utiliser intégralement les bénéfices au financement



Nous avons financé l'achat du matériel de cuisine, les ingrédients des premières fournées et le premier salaire de la cuisinière. Les jardins potagers ont été créés, protégés par des enclos que nous avons financés et les premières graines sont semées. Deux projets très concrets qui participent à l'amélioration de la vie quotidienne des Karen et que vous soutiendrez en passant acheter les articles de la nouvelle collection lors du brunch de Bangkok Accueil ! Nos ventes sont annoncées sur Instagram, sur Facebook et par l'envoi d'un email. N'hésitez pas à nous suivre ou à nous communiquer votre adresse email.

de projets concrets. En début d'année 2021, le père Alain, en visite à Bangkok depuis le village Karen où il réside, nous a présenté plusieurs projets. La création de jardins potagers chez une quarantaine de familles, afin de disposer de légumes frais et l'aménagement d'une cuisine collective avec notamment un four à pain et la production de pâtisseries « maison » ont été retenus par l'équipe. Deux projets que nous soutenons donc grâce à vous ! La cuisine collective a connu un succès immédiat ! Il faut avouer que les biscuits et cookies sont appétissants. Les enfants les achètent à la sortie de l'école : finis les gâteaux industriels et les emballages plastiques !

 [Esprit Karen](#)

 [Espritkarenbkk](#)

 Espritkarenbkk@gmail.com



Le Parc Historique de Phimai



DÉCOUVERTE

L'Isan, la grande région nord-ouest de la Thaïlande, possède les plus beaux sites khmers du pays, ce qui n'est guère étonnant quand on sait que cette région fut longtemps sous domination de l'empire khmer avant d'être annexée par le royaume laotien puis de devenir partie intégrante du Siam.

Parmi les nombreux sites khmers de la région, deux sont particulièrement intéressants et importants : le Prasat Hin Phimai à 60 kilomètres de Nakhon Rartchasi et le Prasat Phnom Rung non loin de Buriram. Ce sont les plus grands temples khmers en Thaïlande, des mini-Angkor, si l'on peut dire. Je vous propose pour aujourd'hui une visite du temple de Phimai. Depuis Bangkok, il est fort aisé de s'y rendre, soit par le train jusqu'à Khorat (Nakhon Rartchasi) puis en bus depuis la gare routière de cette ville (que l'on ne manquera pas de visiter), soit en voiture ou encore à vélo comme je le fis moi-même. La visite du lieu demande trois ou quatre heures.



Le temple se trouve quasiment dans la ville. Des travaux importants de restauration ont été accomplis dans les années 1970 dans le cadre d'un projet franco-thaï. Le Prasat Hin Phimai date du 11^{ème} siècle, construit du temps du roi Jayavarman VI et agrandi au 13^{ème} siècle ; c'est un sanctuaire bouddhiste. Il est bâti sur un site naturel dans les méandres de la rivière Chakarat qui rejoint la rivière Mun. Le sanctuaire est en forme de croix avec quatre porches (gopuras) reliés par des galeries. Il est entouré d'une muraille de grès rouge avec les portes aux quatre points cardinaux. L'accès au sanctuaire se fait par l'entrée principale, la porte de la victoire (pratu chai) située au sud, vers l'ancienne route menant à Angkor qui se trouve à 380 km de là. Une fois la porte passée, on franchit un pont de Nagas symbolisant l'accès au mont Méru, la demeure des dieux, pour accéder au sanctuaire après l'arche sud ou le gopura (porche).

Dans la cour intérieure du sanctuaire, se trouvent les quatre bassins, la bibliothèque (bannalai). On admirera les tours, d'un style khmer très proche de celui d'Angkor, du sanctuaire central en grès blanc avec ses sculptures décrivant des

épisodes du Ramayana ou montrant la danse de Shiva, du Prang Hin Daeng en pierre rouge et son linteau comportant un bas-relief relatant un moment de la vie de Krishna chassant des sangliers. Deux autres bâtiments se trouvent dans l'enceinte : le sanctuaire hindou et le Prang Brahmhat en latérite comportant une immense statue supposée représenter Jayavarman VII.

A l'extérieur vers le sud, non loin de l'entrée principale, se trouve le grand bassin rappelant les barais d'Angkor ainsi qu'un petit musée national où un petit dépliant très complet est offert au visiteur. Pour compléter la visite de Phimai, il ne faut pas manquer d'aller voir dans un parc très bucolique, à quelques centaines de mètres du temple Sai Ggam, l'immense banyan, un seul arbre de mille ramifications de 120 mètres de longueur sur 55 mètres de largeur. C'est le second plus grand banyan de ce type, le plus grand au monde se trouvant en Inde. Pour se restaurer ou acheter quelques souvenirs, petits restaurants et boutiques sont à disposition. Si l'on dispose de suffisamment de temps, on peut combiner cette visite avec celle du Prasat Phnom Rung situé sur une hauteur dominant magnifiquement la plaine environnante.

Pierre Sautai

Formation au Musée National de Bangkok



LES IMMANQUABLES

La formation du Musée National de Bangkok, une activité qui vous ouvre les portes de la Thaïlande. La meilleure façon de découvrir l'histoire, la culture, l'art, les religions et les coutumes de la Thaïlande ? S'inscrire à la formation proposée par le groupe francophone des NMV (National Museum Volunteers) du Musée National de Bangkok. Puis, si vous le souhaitez, vous pourrez poursuivre cette formation et partager vos connaissances en devenant Guide volontaire du Musée National. Une activité bénévole ponctuelle riche de partages et

de rencontres. Cette formation se déroule en trois parties. D'octobre à fin décembre (hors vacances scolaires du LFIB), des guides du Musée National viennent chaque mercredi et vendredi matin vous présenter une conférence sur des sujets historiques, culturels et artistiques. Vous découvrirez que l'histoire du Royaume du Siam est liée aux vents de la mousson sur la Route de la Soie maritime, pourquoi Bangkok est devenue la capitale du pays, quelle fut la vie du Bouddha, quelle a été l'influence khmère, comment sont organisés les temples, les anciennes capitales Sukhothai et Ayutthaya... En s'appuyant sur les très riches collections du Musée National, les guides vous ouvriront les portes de ce beau pays et de son histoire. En janvier et février le rythme sera allégé à une séance par semaine environ.

De février à juin, les étudiants qui souhaitent poursuivre, approfondissent un sujet étudié ou prennent un angle original sur un sujet dans une liste qui leur est proposée. C'est alors à eux de présenter un « grand exposé ». Enfin lors de la troisième étape,



sous la houlette d'un guide confirmé, chaque apprenti prépare sa visite en déterminant un parcours à travers le Musée, des œuvres et une histoire à raconter. Une visite en présence de guides puis une visite avec des touristes permettent de valider, en situation, cette année de formation. Le nouveau guide pourra alors arborer avec fierté son badge et partager ses connaissances.



Pour qui ?

Toute personne francophone, membre de l'association NMV. Seules l'assiduité et la curiosité sont requises. Aucune connaissance particulière n'est nécessaire.

Où ?

La formation se déroule en alternance dans une salle de l'université Chulalongkorn (ou dans une salle privée), au Musée National, lors de visites sur le terrain ou chez les participants.

Comment ?

Le coût de la formation* est 3 000 baths auxquels s'ajoute l'adhésion à l'association NMV de 1 200 baths qui vous permettra de participer aux nombreuses activités proposées (marches, conférences, visites privées...). (*sous réserve de modification début septembre)

Pour vous inscrire envoyez un mail à : nmvformationfr@gmail.com. Le nombre de places est volontairement limité à une vingtaine de participants afin que le groupe reste convivial.

Ne tardez pas ! Nous serons également présents lors du Brunch de Bangkok Accueil.

La date de début de la formation reste soumise aux contraintes sanitaires liées à l'épidémie de COVID 19.

L'équipe de formation : Frédéric Morier, Claudine Kohler, Katia Timmermans, Catherine Taurand, Emma Morier ; Sophie Laboulbenne-Garnier (Responsable des Guides Francophones).



THAI PROPERTY GUIDE.COM

REAL ESTATE AGENCY

Plus de 30 ans d'expérience sur le marché de la location à Bangkok, venez profiter de notre large choix de maisons et appartements.

Accompagnement pour les contrats et efficacité garantie, une équipe internationale vous sera dédiée.

N'hésitez pas à nous contacter au:

Carine Solesse, Francophone

(depuis 10ans à Bangkok)
Vous donnera tous les bons plans pour vous installer au mieux dans la cité des anges.

+66 86 32 21 04 1

carine@thaipropertyguide.com

La Grande Dame de Krabi : Elisabeth Zana!



PORTRAIT



Natacha School était déjà à l'honneur dans le Tuk Tuk de Déc. 2020 /jan./fev. 2021, sous la plume de Jean-Michel Ferry. Certains connaissent déjà l'extraordinaire aventure de Nat association à travers de nombreux articles de presse, dont le remarquable dossier dans Paris Match, ainsi que de nombreux reportages pour les différentes chaînes françaises à l'occasion des 10 ans de l'école.

Mais si cette école a une histoire pas comme les autres, elle a surtout et avant tout une fondatrice exceptionnelle : Elisabeth Zana, danseuse et autrice de nombreux livres, dont La danse et le sacré, préfacé par le danseur étoile Patrick Dupond. Décorée de l'ordre national du Mérite en 2009 et de la légion d'honneur en 2013, Elisabeth n'est peut-être jamais aussi heureuse que quand un petit écolier se précipite vers elle le matin à l'école, pour lui faire un câlin et l'appeler « grand-mère ». 10 ans après avoir sponsorisé des études universitaires pour une des

élèves de l'école, Bangkok Accueil participe de nouveau à cette incroyable aventure éducative et sociale, en participant à la rénovation de l'école et aux financements de grands chantiers.

C'est avec beaucoup d'honneur que Bangkok Accueil annonce son projet caritatif de l'année 2021-2022 : la restauration de l'école Natacha School !



Nat Association

moanakanani@hotmail.fr

Video de Natacha School; 15 ieme anniversaire du tsunami, 26/12/2019

Reportages :

TF1, « Tsunami, 10 ans pour se reconstruire », d'Eric Lehnish. « Dans les yeux d'Olivier : Vaincre la fatalité ».



VIVIN
artisanal . local . naturel
GROCERY

LA PLUS GRANDE OFFRE DE PRODUITS ARTISANAUX LOCAUX

commandez en ligne... **VIVINGROCERY.COM** *l'expérience restaurant à Chamni...*

Rencontre avec Elisabeth Zana à Krabi

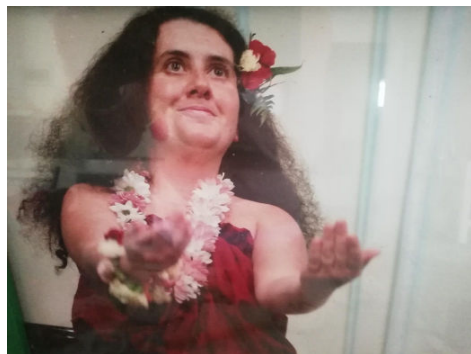


PORTRAIT

Natacha Zana avait 35 ans quand elle disparut dans le tsunami, le 26 décembre 2004. Brillante linguiste polyglotte et doctorante, elle était particulièrement sensible à l'environnement et fonda « Réseau Cétacés » pour la protection de l'environnement marin, association toujours très active. Elle venait de finir un reportage dénonçant la dégradation des fonds marins en Thaïlande et y resta pour passer son Padi 2, cadeau de Noël de ses parents. Elle eut la joie d'annoncer la réussite de son diplôme de plongée, le 25 décembre, ce fut son dernier sms.

Elle était la fille unique d'Élisabeth et de Jean-Claude Zana grand reporter à Paris-Match. Le corps de Natacha fut retrouvé 9 mois après sa disparition et repose au cimetière de Montrouge où son papa l'a rejointe en février 2020.

« C'est la rigueur et la discipline acquises dans mon métier de danseuse classique, qui m'ont permis de tenir debout et de continuer », me confia un jour Élisabeth. Mais aussi, et c'est moi qui rajoute, une grandeur d'âme et de cœur d'une haute humanité.



« Devant le cataclysme et l'horreur absolue, j'ai très vite décidé de rester en vie pour créer quelque chose en son souvenir : Nat association, créée en 2005, association loi 1901, dont la Présidente à vie n'est autre que Carole Sédillot, amie d'enfance d'Élisabeth et marraine de Natacha, plus connue du grand public en tant qu'autrice et grande spécialiste de Carl Gustave Jung en France. Au sein de la tourmente et de l'horreur, j'ai eu la chance d'avoir de grands amis et d'être soutenue, dont Carole Sédillot, que je considère comme ma petite sœur. »

Fin 2005, Élisabeth décide de s'installer définitivement en Thaïlande. Elle a passé une année entière à rechercher Natacha. Cette année-là, elle découvre Bankuankojan School, une école qui sera plus tard son école. Elle est alors menacée de fermeture tant elle est insalubre. Une quinzaine d'enfants sont là, orphelins et touchés par le Tsunami.

Aujourd'hui, 16 ans plus tard, cette école est réputée dans toute la région de Krabi, elle est en partenariat avec l'État thaïlandais et compte 180 élèves dont 120 bénéficient d'un parrainage et 20 sont à l'université.

L'art et la culture sont au centre de l'éducation, à l'image d'Élisabeth, la musique, la danse, les livres y ont une place majeure, mais aussi l'informatique et le sport, sans oublier la sensibilisation aux enjeux écologiques de notre planète. L'échange interculturel et l'ouverture d'esprit sont aussi mis à l'honneur : 2007 fut l'année d'un voyage dont on parle encore ! 20 enfants sont allés rencontrer leurs parrains et marraines, et ce n'est que le début.

Natacha School en quelques dates :

2006 : Début des travaux, création de Natacha Nursery School inaugurée par l'ambassadeur de France et le gouverneur de Krabi, démarrage du réseau de parrainage.

2007 : Agrandissement de l'école, construction de la Bibliothèque, Natacha Library., voyage en France avec 20 enfants. Inauguration de « École et loisirs à l'hôpital » à l'hôpital de Krabi. Jusqu'en 2018.

2008 : Le voyage des parrains et marraines : Voyage au Pays des Filles.

2009 : L'école est baptisée Natacha School. Création d'une salle d'informatique.

2010 : Construction d'un nouveau bâtiment.

2011 : Construction du mur extérieur réglementaire. L'école fête son 100ème élève !

2012 : Première bourse offerte par Bangkok Accueil pour financer des études universitaires de grands élèves.

2014 : Location mensuelle du minibus de transport

2015 : Construction d'un nouveau bâtiment, salle informatique, nombreux travaux.

2018 : Création de Natacha Football club

2019 : Construction d'un nouveau bâtiment, marathon de 150 kms organisé par le Sofitel, nouveau sponsor d'élève pour l'université.

2020 : Nouvelle aire de jeux, construction d'une salle de ping-pong

2021 : Importants travaux de rénovation, donateur de Bangkok Accueil.



Devenez parrain ou marraine, aller rencontrer les enfants dans cette sublime région de Krabi et profitez de la grâce d'Élisabeth qui sera votre guide et qui ne vous laissera pas repartir sans une pincée de son inspirante humanité et énergie.

Christelle Célérier
Pôle caritatif.

Sophie Marguerie, une Française Chez les Lahus !



RÉCIT DE VIE

Sophie Marguerie, une Française chez les Lahus ! D'une blondeur rare en ces contrées montagneuses de Chiang Rai, 30 ans déjà cependant que cette silhouette s'ancre dans cette terre qui semble y retrouver l'harmonie sous ses pas. Elle est la fondatrice de « Elephant Steps-Chiang Rai », « Katpatthailand » et « ABCD pour tous ».

Signes particuliers : 50 chiens, 6 chevaux, 1 âne, 15 chèvres, 3 buffles, 2 vaches, poules, oies, canards et ... 3 éléphants. Et puis tout un village, des personnes âgées aux enfants, 600 tribaux sur lesquels elle veille, qu'elle aide grâce à un réseau de parrainage international et avec l'aide de son co-équipier Moumou, son mari Lahu.



Les Lahus représentent une des nombreuses ethnies du Nord de la Thaïlande, venant originairement du Tibet et traditionnellement chasseurs. Aujourd'hui parmi les minorités les plus démunies, on en dénombrait 80 000 en Thaïlande.

La politique du colibri pour lequel chaque goutte d'eau compte pour éteindre l'incendie, semble simpliste, voire absurde, certains diront inutile, fatigant ou même ridicule. Pourtant lorsqu'on arrive dans la ferme de Sophie et Moumou, tout semble paisible, luxuriant et harmonieux. Les éléphantesseprélassent, les chiens vous accueillent sympathiques et les oiseaux

picorent au milieu des quatre-pattes. Sophie vous sert un thé chaud dans un bambou coupé, tasse hautement biodégradable et typique des tribus Lahu de la région.

 bambou15@hotmail.com

 « Bichon, le gang des Postiches, documentaire. »

De l'ombre du gang des postiches...jusqu'aux pas des éléphants, commande possible en envoyant un email à Sophie.

CLUB DE PLONGÉE FRANCOPHONE À KOH TAO
BAPTÊME - FORMATION - EXPLORATION










PADDLE BOARD

ESCALADE

COURS DE CUISINE

RANDONNÉES

MUAY THAI

PÊCHE

VACANCES & WEEK-END PLONGÉE À KOH TAO

FKD

FRENCH KISS DIVERS

+66 (0) 8 08 91 75 70

WWW.FRENCHKISSDIVERS.COM

INFO@FRENCHKISSDIVERS.COM

LAISSEZ-NOUS VOUS CONSEILLER POUR VOTRE VOYAGE!!

TRANSPORT - LOGEMENT - ACTIVITÉS - RESTAURANT - BONS PLANS

L'incroyable Histoire d'un Destin Hors Norme



RÉCIT DE VIE

à où le temps n'existe plus, on ose à peine demander comment tout cela a commencé, et pourtant cette question brûle les lèvres devant cette reine blonde à la puissance tellurique des apaches. C'est alors que commence le récit d'un destin sur deux générations quasi antagonistes, le sien et celui de son père, un récit de vie où la réalité dépasse la fiction.

Sophie a un papa gangster : Robert Marguery, rendu célèbre dans les années 80 à travers le gang des Postiches, dont il était un des principaux acteurs. On le dénomme « Bichon ». Aucune banque ne semble leur résister, gentlemen-cambrioleurs : ils rassurent les otages et font des pieds-de-nez aux policiers. Sophie petite voit son père entre deux sorties de prison, entre deux cavales en voitures de luxe et pays de paradis, puis au parler quand elle sera plus grande.

De longues années de prison vont finalement attendre Robert Marguery, longues années de lutte pour Sophie devenue jeune femme, et qui ne le laissera jamais tomber, débattant avec la justice lorsque son papa sera gravement malade et toujours derrière les barreaux, d'interminables années.

Au cours des nombreux voyages avec son père, elle découvre jeune adolescente la Thaïlande. Elle y reviendra plus tard et aura tout de suite, dans cette région Lahu, l'impression d'être enfin arrivée à la maison.

Depuis 1991 Sophie vit à Chiang Rai et Robert alias Bichon y viendra plus tard, mais lui par intermittence avec la France.

Sophie et son père ont consigné leur histoire dans un livre présenté et vendu à l'entrée de la ferme : De l'ombre du gang des postiches... jusqu'aux pas des éléphants. Photos, lettres, souvenirs, faits et



dates, les coulisses des hold-up aussi bien que les états d'âme de Sophie nous sont livrés dans un duo étonnant dont l'amour est digne des épopées mythologiques. C'est regardant la fameuse série Netflix « Le Serpent » sur un tueur en série français d'origine asiatique, que Sophie me confie envisager une série sur son père, sur cette folie rocambolesque mais heureusement non meurtrière.

Et les éléphants dans tout ça ? Comment une Parisienne qui vivait la vie nocturne des boîtes de nuit de la capitale, se retrouve à gratter le dos d'éléphant, à donner des ordres en thaï à toute une équipe d'hommes Lahu, à patauger dans la boue de la jungle et à distribuer des sacs de nourriture à des enfants et des personnes âgées dans les villages des

montagnes du nord de la Thaïlande ?

Son premier éléphant, Sophie l'a eu comme cadeau de mariage ! Cadeau empoisonné diraient certains lorsque l'on sait le prix que coûte le maintien d'un tel animal et l'espace qu'il nécessite ! Et pourtant, elle l'a aimé...et puis elle a rescapé d'autres éléphants, et puis encore d'autres animaux de toutes sortes, et puis encore, comme elle aime cette ethnie plus que tout, elle a voulu aider les villageois. Construire des toilettes pour une petite mémé, donné un matelas à un malade, des cahiers pour un futur écolier, les besoins sont sans fin, minimes pour nous, gigantesques pour eux.

Des éléphants aux nouveaux-nés, du plus jeune au plus âgé, Sophie et Moumou embrassent de leurs soins tout un écosystème où la sensation de toucher à l'harmonie entre l'homme, l'animal et la nature ne s'est jamais faite aussi imprégnante voire tactile.

3 associations sont ainsi fondées par Sophie :

Elephant Steps-Chiang Rai :

marcher dans la jungle aux pas des éléphants, au rythme lent et atemporel de l'animal ancestral d'une légèreté de libellule au creux de la fraîche forêt, passer une journée avec ces géants majestueux, est un voyage unique et rare, vraiment à ne pas manquer si vous venez dans la région.

FB : Elephant Steps-Chiang Rai, www.elephantstepschiangrai.com



Katpatthailand :

« tous les animaux du monde, tous les animaux sont mes amis, du lion à la colombe, du renard au ouistiti ». Sophie pourrait faire sienne les paroles de cette comptine !

Chiens errants rafistolés, canards boiteux, oiseaux blessés, chevaux abandonnés, vaches, ânes...l'arche de Noé des joyeux rescapés, retrouvent santé et amour auprès de Sophie, de son équipe et de ses éléphants. FB : Kat Pat- Le pas des éléphants , www.katpatthailand.com

ABCD pour Tous :

parrainer un enfant ou une personne âgée pour 14 euros / 500 Th. Bahts par mois, (déductibles des impôts). Et pour tous ceux qui habitent en Thaïlande et ceux qui feront le voyage, l'opportunité de rendre visite à leur filleul/le et de passer du temps dans les villages, distribuer les vivres et découvrir une région magnifique. FB : ABCD pour tous, www.abcdpourtous.com

Christelle Celerier.



Bangkok comme jamais



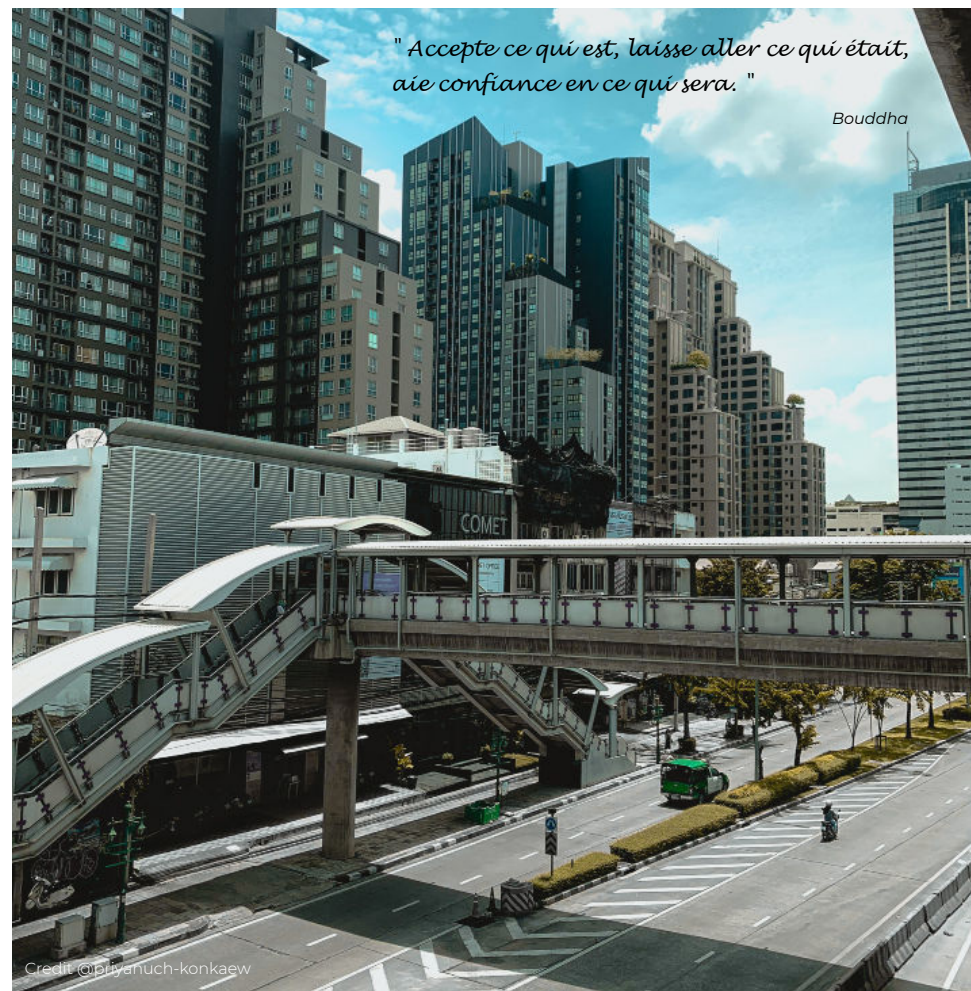
PHOTOGRAPHIE



Credit Neil Shelley IG@njshelley



Credit @peerapon-chantharainthron



*" Accepte ce qui est, laisse aller ce qui était,
aie confiance en ce qui sera. "*

Bouddha

Credit @piyanuch-konkaew



Credit @mos-sukjaroenkraisr



Credit @mark-cha...



Credit @matthew-lejune



Credit @mwangi-gatheca



Credit Neil Shelley IC@njshelley



Credit @vitalijs-barilo



Credit @konstantine-trundayev



Credit Neil Shelley IC@njshelley

Et Si le Récit de Soi Réhabilitait ?



RENCONTRE



Et si le récit de soi réhabilitait ? Des Maux aux mots il n'y a qu'un livre : Women who inspire ! Aziza Bouabdallah, ingénieur, juriste de formation et ICF coach débarque de Dubaï à Bangkok, en passant par les Pays-Bas. Ici, elle poursuit sa carrière professionnelle dans la réglementation et contrôle qualité dans l'industrie agro-alimentaire et le secteur de la santé.

Sous son bras, un livre *Women who inspire*, mûri pendant un an et composé de 26 récits de femmes venues de 7 pays différents, témoignant de leur parcours personnel ou professionnel. Aziza est une de ces 26 femmes et dont l'expérience a été fondamentale.

A l'origine du projet, une association de femmes inspirantes et choisies « Mena Women Speakers », qui redonne la parole et leur place aux femmes. Non seulement elles inspirent, mais aussi elles motivent, car leur témoignage est authentique et leur texte est une résilience à travers la mise en récit des difficultés, parfois des traumatismes qu'elles ont vaincus.

Cette maïeutique, ou autoengendrement, d'un soi recomposé par la mise en récit, permet une réhabilitation de son passé, une guérison qui aboutit toujours à plus de joie, de lumière et de paix. Le Tuk Tuk a rencontré Aziza qui nous rappelle certaines statistiques assez parlantes à l'égard des femmes en général et des « femmes de couleur » en particulier.

"Le saviez-vous ? 1/3 des femmes de couleur nord-africaines et 1/4 des femmes de couleur américaines se disent vaincues d'avance. La plupart se sentent obligées d'en faire deux fois plus pour éventuellement y arriver ou pouvoir y prétendre !

La France et l'Italie sont deux pays qui s'en sortent bien : les réglementations sont majoritairement respectées. Mais quid des pays où l'égalité des genres n'existe pas ?

A cette question rhétorique, il n'y a qu'une réponse : parler, écrire, raconter, se raconter, dire, s'exprimer... exister par et à travers la parole !

L'homme est un animal pensant ou parlant, c'est ce qui le différencie, paraît-il, de l'animal. Or, des études en neurosciences et vulgarisées par Boris Cyrulnik, montrent que la vraie différence entre l'homme et l'animal serait la capacité à produire un récit, et en particulier le fameux récit de soi. Cette narration recollerait quasi plastiquement et donc cérébralement, le moi morcelé, blessé ou/et traumatisé.

Le livre *Women who inspire*, et ses 26 pépites de sagesse, est maintenant disponible en Thaïlande. Il vous suffit de contacter Aziza Bouabdallah : contact@trad-corp.com.

Et comme une bonne nouvelle n'arrive jamais seule, une partie des fonds récoltés de la vente de ce recueil de témoignages seront reversés à la fondation Al Jalila, une ONG qui œuvre pour la santé et l'éducation des enfants défavorisés, au Moyen-Orient et en Afrique..



Aziza Bouabdallah : contact@trad-corp.com.



Pour aller plus loin :

Fondation Al Jalila : <https://www.aljalilafoundation.ae/>

Mena Women Speakers : menawomenspeakers.com/women-who-inspire/



Christelle Celerier

Julie Gas de Greater Action



TÉMOIGNAGE

Greater action, une association vouée aux réfugiés en Malaisie. On m'appelle Julie mais mon deuxième surnom c'est Mère Teresa ! Je suis née le même jour qu'elle et je l'ai rencontrée un an avant sa mort dans la maison mère de Kolkata où elle a vécu une grande partie de sa vie...

En mars dernier, il y avait urgence à Kuala Lumpur... les réfugiés avaient perdu leur travail, ils étaient devenus démunis et très vulnérables. Je n'ai pas supporté cette situation de précarité soudaine et j'ai eu envie d'agir à mon échelle. Alors, j'ai commencé à lancer des appels sur Facebook et avec l'aide d'une amie malaisienne, nous avons récolté pas mal de fonds pendant le Ramadan et avons mis en place une méga logistique pour préparer et acheminer des paniers alimentaires pour plus de 700 familles ! Il y avait un tel élan de solidarité ! J'ai senti qu'il se passait quelque chose de fort et que je devais m'engager encore plus pour aider les réfugiés. J'étais seule dans mon aventure mais j'avais comme des ailes et plein de petits anges autour de moi qui m'ont donné le courage de me lancer. Aujourd'hui la mission première de Greater action est l'éducation. Nous avons mis en place un programme de parrainage pour 110 réfugiés afghans et birmans âgés de 6 à 17 ans dont les frais de scolarité et les repas sont couverts par de généreux particuliers.

Il y a aussi Greater action Academy : il s'agit de 20 bénévoles qui donnent des cours d'anglais en ligne à des

réfugiés adultes qui parviennent ainsi à mieux se débrouiller dans leur quotidien et à accéder à de meilleures offres de travail.

Et puis on a créé Greater action Mentalhealth qui s'adresse aux femmes anxieuses, seules ou dépressives. On leur apprend à gérer leurs émotions grâce à des soins thérapeutiques 'holistiques' dispensés par des spécialistes en eft, emdr, sound therapy, yoga, sophro.. en présentiel ou à distance.

Et enfin, trois projets durables, Greater action tailoring, afghan food et baking qui font vivre 10 familles afghanes grâce aux commandes de couture, d'articles fabriqués à partir de tissus ethniques recyclés, de service traiteur afghan et de 'killer cookies' !!



Ces hommes et femmes travaillent de chez eux en toute sécurité, avec dignité et ardeur et en plus de leur apporter une indépendance financière, ces projets leur évitent de sombrer dans les abysses de la dépression tellement fréquente chez les réfugiés.

Voilà en gros ce que nous faisons depuis plus d'un an déjà ! C'est une aventure incroyable qui donne de l'espoir et de l'aide concrète à 250 familles réfugiées. Greater action est un projet solidaire 100% bénévoles. Aucun frais administratif, des actions rapides et efficaces pour venir en aide aux plus démunis rapidement et sans démarches administratives.



J'aimerais finir par rappeler aux lecteurs le statut des réfugiés en Malaisie : 147 pays ont ratifié la convention internationale de 1951 qui assure un statut juridique, y compris l'accès à l'emploi, à l'éducation, à la sécurité sociale et aux déplacements en toute sécurité aux réfugiés. Malheureusement, la Malaisie n'en fait pas partie ! Par conséquent, les réfugiés ici n'ont pas de statut légal. Alors ils survivent ! Ils prennent des boulots précaires qui sont souvent dangereux, très mal payés et sans contrat de travail. Ils placent leurs enfants dans des centres scolaires gratuits pour réfugiés dans lesquels malheureusement le niveau d'enseignement reste très bas et ils s'occupent très peu ou pas de leur santé parce qu'ils n'en ont pas les moyens. Alors quel avenir pour ces 180.000 réfugiés qui ont été forcés de quitter leur pays en guerre, les violences et les persécutions quotidiennes ? Seuls 2% seront envoyés dans un pays tiers comme le Canada, la Nouvelle-Zélande ou l'Australie... et les autres?? Ils feront leur vie en Malaisie et c'est pour cela que je me bats...pour leur apporter une vie meilleure et des chances égales de réussite !

GREATER ACTION ACADEMY

SPONSOR A CHILD'S EDUCATION TODAY!

REFUGEES HAVE THE RIGHT TO QUALITY EDUCATION TOO!

IT TAKES ONLY RM 200/MONTH TO TRANSFORM THE LIFE OF A REFUGEE CHILD (SCHOOL FEES + LUNCHES)

CONTACT US TO KNOW MORE

www.greateraction.org +60169272705 greateraction

Julie Gas

Les Tours Sans Fin...

Un Essai Sans Fin



CULTURE

Nous étions ce weekend à Ayutthaya, je retrouve ces lieux toujours avec plaisir, me demandant également, pourquoi les hommes à des milliers de kilomètres de distance ont élevé vers le ciel ces monuments à leur gloire et précisément aussi à l'inconnu des cieux. La ville garde cette poésie liée aux Bouddha assis décapités, aux racines des grands arbres recouvrant les ruines, aux ocres des stûpas et aux flèches des prangs se reflétant dans le miroir d'algues vertes des bassins. Poésie de l'ombre fraîche des disparus qui vécurent ici, en cette ville idéale couverte de temples meurtris par le temps.

Les bouddhistes de la dynastie Tang ont élevé les magnifiques tours de briques creuses du Temple Chong sheng à Dali au Yunnan dont la plus haute, la tour Qianxun se dresse avec deux consœurs, sur un plan triangulaire, à plus de 16 étages. Ce faisant, elle multiplie, en effet, le nombre de Dharma psychique Ming.

Les chrétiens ont élevé des églises et des cathédrales de plus en plus hautes dont les clochers et les flèches semblent caresser les nuages, à notre dame, sur les berges de Seine, à Chartres, à Cologne ou à Frankfort (dont il ne reste que des vestiges).

Les musulmans, pas en reste, ont bâti des minarets et des tours à Babel en Irak et ailleurs dont les vis sans fin semblent ne jamais finir et donnent le tournis. Du haut de ces fines excroissances vertigineuses, la parole divine seule peut se répandre sur le quartier et inonder la terre.



Les Aztèques et les égyptiens ont construit les mêmes pyramides intemporelles, ce qui n'a pas empêché un empereur, à Embabeh, de s'exclamer "Allez, et pensez que du haut de ces monuments, quarante siècles vous observent", il fut si bien observé qu'il tomba de haut, bien plus tard, en Berezina, abandonnant les bulbes colorés des clochers de Moscou.

La pyramide Égyptienne était le point culminant, dominant de vastes lieux de culte, ou le dieu soleil (Rê-Horakhty) occupait le centre, lui donnant un équilibre où l'ordre, à l'inverse du chaos, était symbolisé par ce monument. Il régnait sur les morts car ces pyramides-là recelaient les cadavres des défunts pharaons et tous leurs proches inhumés, malgré eux, bien vivants, entre ces quatre facettes qui devinrent leur tombeau.

De leurs sommets les sus nommés Aztèques tranchaient en sacrifice les têtes de leurs prisonniers et les jetant, elles dévalaient les hautes marches pour finir en crâne au pied des degrés ; les prêtres Invoquant là encore le ciel et des chimères.

Le soleil à son apogée ou au crépuscule a toute sa place dans ces alignements de tours ou de pyramides, les Khmers l'avaient si bien compris, que les portes de leurs temples surmontées de tours, s'alignaient parfaitement quatre fois par an à l'aube ou au crépuscule au feu du soleil, au Phanom Rung dans la province de Buriram en Thaïlande. La symbolique de ces temples voués au dieu soleil a traversé les mers et les siècles à mille lieues de distance, ici au Siam, en pays Inca ou Aztèque, sur les berges du Nil, ou en terres Chrétienne. Les rites païens se perpétuent, subsistant dans les



ordres architecturaux des églises et mausolées, des temples et des mosquées, pour mieux convaincre la plèbe.

Et céans, à Ayutthaya comme à Sukhōtai les Prangs dominant ce qui reste de la ville, et un cortège de statues de Bouddha sans têtes, coupées dans le carnage de l'annihilation d'une ville, illustre la violence des combats. Les restes des Bouddhas de pierre assis en contemplation muette, sans regard, ayant perdu de leur blancheur, envahis par les lichens et les mousses, donnent un lustre et une poésie paradoxale à cette désolation de briques ayant perdu leur plâtre.

Par un raccourci saisissant, je leur trouve des similitudes avec celles des malheureux dont les têtes empilées en un rite sacrificiel formèrent même une tour de crânes à «Huey Tzompantli», dans l'ancienne Tenochtitlan, au Mexique. Ainsi, pour donner la mort il fallait s'élever !

On est bien loin des habitats troglodytes ou de l'architecture vernaculaire des simples maisons de bois, de bambous, des masures paysannes des logis populaires, ici ou là, dans des paysages de rizières ou de champs de blés mûrs ; celles-ci sont vouées à disparaître, rongées par les termites, l'humidité et la force des éléments, alors que les tours subsistent. Tout comme à San Geminiano en Toscane, où les seigneurs de la ville se livrèrent à d'invraisemblables compétitions à celui qui construirait la plus haute tour ; il n'en reste que sept ; il y en eût des dizaines qui branlantes, finirent par s'effondrer. Il n'empêche, le spectacle de ces éminences donne encore le vertige. Là encore, les tours étaient symbole de puissance et de domination, propre à marquer les générations et à perpétuer le nom.

Et ainsi, mon esprit égaré vagabonde, du phare d'Alexandrie, au campanile de la tour de Pise et à la mosquée d'argile d'Agadez au Niger. En cette heure chaude du jour la

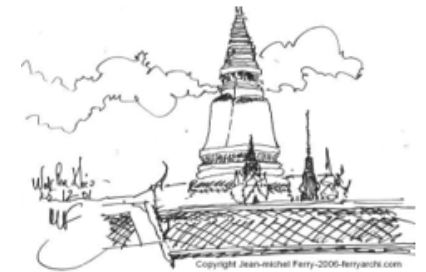


tour qui projette son ombre à mes pieds, me transporte en contemporanéité, du world trade center à l'empire state building, des tours Petronas à Kuala Lumpur à la tour Eiffel, de la Burj Khalifa à Dubaï à La tour Tapei à Taïwan, de la Canton Tower tellement gracieuse et effilée qu'elle paraît prête à s'envoler et planer à la tour Mahanakhon à Bangkok à ce point déstructurée qu'elle semble bancale et prête, elle aussi, à s'écrouler. Toutes ces tours marquant leur époque de verre et d'acier, destinées à profiler dans l'azur une puissance acquise, illuminant de leurs feux la ville, consacrées à l'élévation et à la prouesse mais aussi, tantôt là à la vénération du dieu dollar, tantôt là-bas à celle du dieu pétrole ; aussi délirantes mais fascinantes et belles que leurs parentes d'outre-siècles, pour mieux tutoyer les dieux, bien au-dessus des anciens temples et des pyramides qui paraissent aujourd'hui, par comparaison, effleurer la terre. Moi aussi, je l'avoue, j'ai dessiné des tours, voulant marquer par une éminence le paysage urbain, pour mieux le différencier de la platitude, pour rompre la monotonie, créer des points

de repère dans l'immensité et mieux me distinguer. Était-ce aussi pour m'élever vers l'intemporalité ou par pure vanité ? Jusqu'où monteront-nous en contemplation avide les barreaux du ciel avant de redescendre au sol comme en Ayutthaya en ruine.

Les livres de Jean-Michel Ferry sont disponibles à la librairie « Carnets d'Asie » de l'Alliance Française de Bangkok.

© 2020 Jean-Michel Ferry – texte, dessins et aquarelles



L'immortelle



*Petite fleur fraîche et colorée
Quand tes pétales vibrent au vent
Tu entonnes un son charmant
Qui attire mon regard étonné*

*Petite fleur seule isolée
Te tournant au soleil levant
Tu sembles vraiment esseulée
Mais maintiens tout ton allant*

*Devant toi une longue journée
T'attends jusqu'à la soirée
Quand tu respires sous le vent
Alors tu gardes un air content*

*Les oiseaux aux ailes agitées
Aux chants vivants et animés
Vivent tout autour de tes pétales
Colorées vibrantes ou pâles*

*Tu as bu l'eau de la rosée
La journée se passe ainsi
Même si la pluie t'a arrosée
Tu te reposes sans souci*

*Sereine en ta position
Grâce au ciel aucun ennemi
N'est apparu à l'horizon
Pour couper ta tige jolie*

*Tu jouis alors de l'air du temps
En attendant le beau printemps
Qui irradiera de lumière
Les bleuets de la clairière*

*Petite fleur belle et colorée
Tu n'as point besoin de penser
Ni d'énergie à dépenser
Pour accomplir ta destinée*

*Grâce à l'univers ordonné
Qui à chacun pourvoit son bien
Dans le bonheur qui est le tien
Bénis ton sort privilégié*

Bernard Lorin



- ✓ Réseau de 126 Chambres de Commerce et d'Industrie Françaises à l'International (CCI FI) dans 95 pays, avec près de 38 500 membres mondial
- ✓ Acteur clé dans le renforcement de la communauté d'affaires franco-thaïe, avec 300 membres
- ✓ 30 événements par an en collaboration avec des partenaires
- ✓ Accompagner des sociétés françaises pour s'informer, prospecter, s'implanter, et se développer en Thaïlande
- ✓ LeBooster Bangkok un centre d'affaires au cœur de Bangkok, avec 9 bureaux privés et 22 postes de travail
- ✓ Représentant de 10 salons en France et en Asie

SCAN HERE



OUR
EVENTS
2021



@FRANCOThaICC



/IN/FRANCO-THAI-CHAMBER

Home-based CARE

"We provide care with all our hearts"

24 hours a day

Safe • Reliable • Infection-free

MR. SOMPORN (through keyboard)
Throat and chest pain, cough and his family

1 Home-based care services

- Home Health Check-up
- Pre-Mental Checkup
- Vaccination services
- Blood testing kits
- Replacement of digestive or urinary catheter tubing
- Physiotherapy and post-surgery rehabilitation
- Wound dressing appointments
- Testing and Immunity-Building



2 Online medical teleconsultations available 24 hrs.



- Medical examinations using TylisHome™ for history
- Medical consultations via our Virtual Hospital

3 Medication delivery service

4 Home visit service



Home visits

Contact us to make an appointment at info@samitivej.co.th.

Samitivej Services are only available in the greater Bangkok area and there is a THB 1,500 fee for off-site services.

Une Année de Commémoration



LITTÉRATURE

2021, une année de commémorations. L'année 2020, outre d'avoir été celle du SARS-Cod-2 que nous ne sommes pas près d'oublier, devait être l'année Beethoven. Hélas, à cause d'un virus d'à peine un micron, Beethoven ne fut pas célébré à la hauteur de son immense œuvre. Cette annus horribilis nous aura démontré surtout que la vie n'est parfois qu'un vilain « jeu de maux ». 2021 a bien mal débuté avec ses foyers inopinés aux quatre coins du globe et

la multiplication des mutants et variants d'un virus plus facétieux que les pieds nickelés. Mais l'embellie qui pointe à l'horizon devrait nous permettre de célébrer les anniversaires de nombre de grands noms de la musique ou de la littérature.

En musique, Stravinsky nous a quittés, il y a cinquante ans. Mais la France commémore surtout le centenaire de la mort de Camille Saint-Saëns, le compositeur célèbre de la Danse macabre, du Carnaval des animaux, de la mythique symphonie avec orgue ou de Samson et Dalila. Si le compositeur est intéressant, quoique parfois rigide et académique, sa pensée politique, bien ancrée dans son époque, laisse souvent à désirer.



Dante Alighieri

Je pourrais rappeler pour mémoire les célébrations qui auront certainement lieu concernant Josquin des Prez mort en 1521, Sweelinck décédé en 1621 ou Humperdinck, l'auteur d'Hänsel und Gretel, mort la même année que Saint-Saëns en 1921 ; mais ce sont quelques très grands auteurs littéraires que je voudrais avant tout célébrer lors de ces quelques lignes en partageant avec les lecteurs de Tuk Tuk ma passion pour la littérature.

Tous ne sont pas français ; qu'importe car leur renommée est mondiale et la puissance de leurs œuvres est

universelle. En 2021, le 14 septembre, nous et les Italiens fêterons le septième centenaire de la disparition du plus célèbre florentin, Dante Alighieri, l'auteur de la Divine Comédie et père, avec Pétrarque et Boccace, de la langue italienne. Si Pétrarque célèbre Laure, c'est Béatrice qui enflamma Dante. Dans la Divine Comédie, Virgile guide Dante dans l'Enfer et le Purgatoire, mais c'est Béatrice qui le conduit au Paradis. Un texte riche, éminemment poétique à lire ou relire en ces temps libres de confinement ! Faisons un bond dans le temps, de trois siècles en 1621. En cette année, naissait, le 8 juillet à Château-Thierry, Jean de la Fontaine qui mourut à Paris en 1695. Qui,

au collège, n'a pas lu et récité l'une de ses fables les plus connues ? Les enfants y trouveront de belles histoires d'animaux et les adultes la dénonciation de tous les travers des hommes, de son époque mais aussi d'aujourd'hui, assortie d'une morale à méditer toujours d'actualité. La Fontaine, comme Tintin, peut se lire de sept à soixante-dix-sept ans. Et en cette période de pandémie, n'est-il pas un auteur à relire comme Montaigne ?



Jean de la Fontaine

Poursuivons notre avancée dans le temps pour atteindre 1821. Deux poètes et deux immenses romanciers, un Anglais, un Russe et deux Français ! La grande littérature ne connaît pas les frontières. Le 23 février 1821 mourait John Keats, poète romantique anglais, auteur d'Endymion, des Odes, de la génération de Lord Byron. Keats abandonna la médecine pour se consacrer à sa passion, la poésie. Son langage d'une grande richesse mélancolique privilégie l'émotion et la sensualité en usant fréquemment de la métaphore. Il mourut à Rome à l'âge de 26 ans. Les poètes anglais sont peu lus en France, c'est un tort.



John Keats

Mais en 1821, c'est aussi la naissance de Baudelaire, Flaubert et de Dostoïevski. Fiodor Dostoïevski est né le 11 novembre 1821 à Moscou ; c'est avec Léon Tolstoï l'un des plus puissants romanciers russes et même de la littérature mondiale. Les frères Karamazov, Crime et châtiment, Le Joueur, L'Idiot ou Les Démons, ces romans souvent dits métaphysiques auscultent la nature humaine et la condition humaine tiraillée entre l'angoisse du libre arbitre et l'existence de Dieu. Dostoïevski, vaguement révolutionnaire et slavophile, connut le bague qu'il raconte dans Souvenirs de la maison des morts dont Leos Janacek tira un splendide opéra. Une œuvre qui donne sans cesse à réfléchir !



Fiodor Dostoïevski

En France, la même année 1821, naissent, le 9 avril, l'un de nos plus grands poètes, Charles Baudelaire et le 12 décembre, l'un des quatre plus grands romanciers français du 19ème siècle, Gustave Flaubert. Outre leur année de naissance, Flaubert et Baudelaire ont un second point en commun : ils furent tous deux poursuivis en justice pour atteinte aux mœurs en 1857, Flaubert à cause de Madame Bovary et Baudelaire à cause des Fleurs du Mal ; mais si Flaubert fut acquitté, Baudelaire fut condamné. Flaubert, de Madame Bovary à Bouvard et Pécuchet en passant par Salammbô et L'Education sentimentale magnifie l'analyse psychologique au point que les noms de certains de ses personnages, comme Monsieur Homais, sont passés dans le langage courant. Flaubert fut ce grand démoralisateur décrivant avec fureur les choses de la vie.



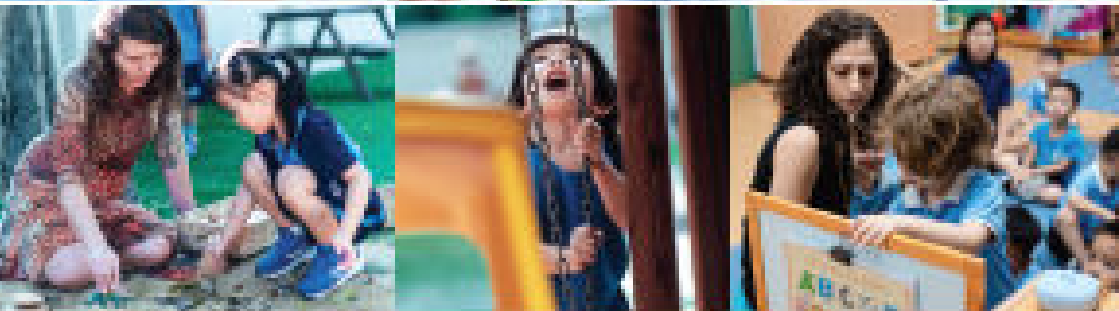
Charles Baudelaire

Quant à l'auteur des Fleurs du mal et des Paradis artificiels, il privilégie le beau et non la vérité, la poésie et non la morale. Chantre du décadentisme et de la modernité, proche du symbolisme, il poétise la violence, l'horreur, la volupté ou la violence. Sa langue est une sorte de sorcellerie évocatoire. Il mourut en 1867, rongé par la syphilis et les abus de stupéfiants, après une vie fort dissolue. Des poèmes à lire et relire quand tout est ordre et beauté, luxe, calme et volupté !

Français, Russes, Anglais comme d'autres Allemands ou Espagnols tels que Goethe ou Cervantès, ces écrivains appartiennent au patrimoine mondiale de la littérature.



Pierre Sautai Gustave Flaubert



At KIS International School in Bangkok, Thailand all students are alike. The middle, coding curriculum offers our students the best and the best opportunity as an individual with unique dreams and energies.

The school is a full school, offering the educational curriculum programs for all age groups. (K Primary, K Middle, K High, K Diploma), creating an individually designed curriculum that not only prepares students to be successful at university, but also teaches important life skills. Please visit us about our scholarship.

"Children are likely to live up to what you believe of them."

-Andy Weir



Tel : +66 (0) 2654-8444

Email: admission@kis.ac.th | www.kis.ac.th

Club Sathorn : Same Same but Different



Same same but different ... Voilà comment je qualifierais cette année au Club de Lecture Sathorn : une année où la lecture a pu être notre refuge, notre bulle pour voyager !

que nous vivions, et avec **Ici n'est plus ici de Tommy Orange** roman Chorale qui traite sur l'identité et la condition des amérindiens.

Le Club de lecture a pris toute son importance à nos yeux de lectrices, l'échange et le partage ont été notre moteur. Dans ce contexte sanitaire contraignant, nos rencontres ont pu se maintenir avec un taux de présence quasi à 100% et 4 nouvelles nous ont

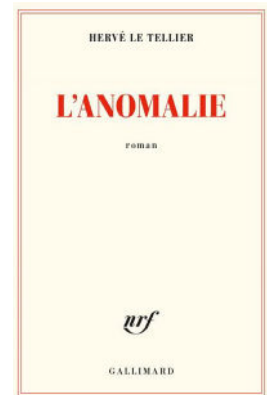


Le prix Goncourt **L'Anomalie de Hervé le Tellier**, comme toutes les années, ne nous a pas toutes conquises mais reste un bon prix.

même rejointes.

Très vite nous nous sommes organisées pour acheter chacune un ou deux livres s'ajoutant à un stock plus ancien et ainsi alimenter notre Club.

Nous avons pu lire et débattre autour de livres qui nous ont parfois divisées comme **Le cœur synthétique de Chloé Delaune (prix Medicis)**, dérouté d'une femme de 47 ans, roman drôle et amer mais qui n'a pas convaincu toutes les lectrices.



D'autres ont obtenu un consensus, notamment autour de **Betty de Tiffany Mc Daniel**, inspirée de la vie de sa mère métisse Cherokee. L'auteure nous livre un splendide roman, déchirant et très poétique. Aussi de très belles découvertes avec **Dans la forêt de Jean Hegland**, saisissant par son contexte de fin du monde et à la fois de confinement

Notre cru 2020/2021 de lectures a été très varié et riche, quel plaisir de se retrouver une fois par mois, et plus particulièrement cette année, une vraie béquille dans ce monde qui vacille. Que 2021/2022 soit aussi riche et moins déstabilisant.

Stéphanie NOTO CELADA

Les Coups de Cœur du Club de Lecture de Sukhumvit



Cette année, le Club de lecture a eu jusqu'à 48 livres échangés lors de ses séances. C'est un record, sûrement dû aux restrictions et confinements qui ont émaillé notre quotidien. Certaines avaient émis le souhait de lire ou relire certains classiques tels que : Joseph Kessel « Le Lion » ou « Les Cavaliers », François Mauriac « Le Sagouin ».

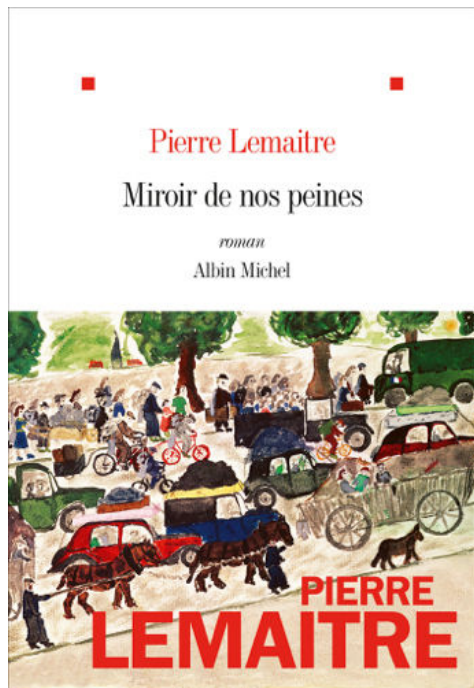
Céline et moi-même vous faisons partager les trois livres les plus appréciés cette année. « Le miroir de nos peines » de Pierre Lemaitre, « La Perle et la Coquille » de Nadia Hashimi et « Les oubliés du dimanche » de Valérie Perrin.

Le roman est le dernier opus de la saga « Au revoir là-haut » (prix Goncourt 2013) et « La couleur de l'incendie ». Auparavant Pierre Lemaitre était plus connu pour sa série de polars avec son enquêteur atypique, le commandant Camille Verhoeven.

L'histoire se déroule au début de la seconde guerre mondiale et se partage entre plusieurs protagonistes : Louise, serveuse au café « La petite bohème » qui enquête sur un secret de famille, Gabriel, un sergent-chef un peu falot en poste sur la ligne Maginot et Désiré, un sémillant escroc qui usurpe des identités pour commettre ses larcins. Tous ces personnages essaieront, chacun à sa manière, d'échapper aux épreuves de la débâcle lors de l'exode du printemps 1940.

L'auteur est un maître pour narrer des situations tantôt cauchemardesques, tantôt burlesques sur fond d'événements réels de l'Histoire de la seconde guerre mondiale. Son talent de conteur nous entraîne dans de multiples aventures sans jamais nous ennuyer. On s'attache aux personnages principaux même si leurs actions sont parfois amorphes. On devine plus facilement la fin que dans les autres livres mais on ne lui en tient pas grief. Les histoires sont indépendantes, il n'est nul besoin de lire les livres précédents pour apprécier celui-ci, mais cela serait vraiment dommage de n'en lire qu'un seul sur les trois.

Valérie Blanc



Le miroir de nos peines, Pierre Lemaitre



La perle et la coquille, Nadia Hashimi

Depuis Les hirondelles de Kaboul de Yasmina Kadra, nous avons tous découvert l'Afghanistan, ce pays d'Asie centrale situé entre l'Iran et le Pakistan, pris en otage par les talibans dans les années 1990.

C'est dans un autre Afghanistan, au début du XXème et du XXIème siècles, que nous fait voyager Nadia Hashimi grâce à son roman La Perle et la Coquille. Elle y présente une fresque familiale centrée sur le parcours de femmes atypiques et surprenantes : Shekiba, l'aïeule et Rahima, l'arrière-petite-fille. Dans une narration alternée, le passé et le présent se font écho pour mieux dénoncer l'immobilisme de la société afghane. A un siècle d'écart, les deux femmes souffrent des mêmes maux : peur, violence, humiliation et soumission. Comment croire en l'avenir dans de telles conditions ? Comment initier un changement ? Quel secours espérer ? Celui des mots, peut-être, bien insignifiant. A la manière de Shéhérazade dans Les mille et une nuits, Khala Shaïma, la tante de Rahima, se fait conteuse : elle raconte pour résister, sauver ses nièces et les mettre, par sa voix, sur un chemin d'une liberté à conquérir. La perle et la coquille est un roman poignant. Ouvrez-le, un trésor vous y attend : une histoire précieuse sur la condition des femmes qui, pour exister, doivent s'affranchir de leur tutelle. A lire indéniablement !

Céline Dupuy



Les oubliés du dimanche, Valérie Perrin

Cette romancière née en 1967, d'abord photographe et scénariste, écrit son premier roman en 2015 « les oubliés du dimanche ». Son deuxième roman « Changer l'eau des fleurs » paraît en 2018, nous vous incitons à le lire également.

L'héroïne, Justine Neige, est aide-soignante dans une maison de retraite « Les Hortensias ». Elle aime s'occuper des personnes âgées et tout particulièrement d'Hélène, 93 ans. Elle entreprend de retranscrire les souvenirs de cette dernière dans un cahier, car la vie d'Hélène est un roman. Mais un corbeau facétieux bouleverse la bonne marche des Hortensias et la découverte des secrets de famille altère les relations de Justine avec ses proches.

Ce livre traite avec délicatesse de la vieillesse, parfois drôle, parfois sentimentale ou tendre. C'est un récit vibrant, malgré sa simplicité, qui arrive à nous émouvoir par sa bienveillance et son humanité. Un livre qui fait du bien.

Valérie Blanc

La Démarche Zéro Déchet (ou DZD pour les habitués), quésaco ?



Cette dynamique écocitoyenne francophone a été impulsée au sein de Bangkok Accueil en 2019. Elle est animée par des bénévoles de l'association. Nous nous rencontrons, en ligne, presque tous les mois pour décider de nos actions, nos projets, nos envies.

Nous vous présentons ici le bilan de notre deuxième saison pour amorcer la prochaine qui s'ouvre en septembre 2021. La démarche Zéro Déchet est une activité régulière de Bangkok Accueil. A la fois plateforme conviviale d'échange et lieu d'apprentissage qui vise à favoriser les éco-gestes en Thaïlande.

Plus concrètement, pour 2020-2021, cela a été :

1. Un moyen d'échanger et de partager via Facebook et Whatsapp, les bonnes adresses, des informations, des questions concernant une vie Zéro déchet en Thaïlande ...

2. Un moyen de se former via les 3 ateliers pratiques :
- «Réduire les déchets dans sa cuisine» : Tawashi, produits vaisselle et nettoyeur fait maison.
- Découvrir un Ecovillage à Bangkok lors

d'une visite à Ko Kret
- Jardiner et composter, notamment lors d'une sortie "atelier pratique" à Bang Krachao

- Un atelier "nutrition zéro déchet", pour adopter les bons réflexes

3. Un moyen de partager et de sensibiliser aux enjeux environnementaux via 6 événements:

- Animation d'un stand "venez nous rencontrer" au Brunch Bangkok Accueil
- Organisation d'un petit déjeuner d'accueil pour présenter nos projets en détails

- Marché de Noël : Ecole Acacia et Alliance Française : un Noël Zéro déchet
- Création d'une carte Google Maps des bonnes adresses responsable en Thaïlande

- Animation d'une Fresque du climat et organisation d'une session supplémentaire en ligne, pour tout connaître sur le climat et ses enjeux

- Organisation d'un Serious Game en ligne pour apprendre à limiter sérieusement nos émissions individuelles et collectives de CO2

4. Un moyen d'apprendre aux enfants les écocgestes, autrement dans 3 écoles

en animant des ateliers ludiques

- La Petite Ecole
- Acacia
- Maternelles du LFIB

Un certain nombre d'actions ont été reportées ou annulées en raison des deuxième et troisième vagues du Covid 19: animation des ateliers Zéro déchet en maternelle du LFIB, contribution à la journée banalisée "environnement et citoyenneté du LFIB", ainsi que plusieurs formations adultes ... Et pour la saison 3, quel est le programme 2021-2022 ? Rejoignez-nous ! Nous avons déjà des projets en cours et nous innovons en fonction des ressources et des idées qui se présentent.

Le premier objectif est de se faire plaisir, de rester simple et accessible. Chacun fait à son rythme, apporte ses

savoir-faire, son énergie et s'enrichit avec les idées des autres.

Notre première motivation est d'apprendre et de partager dans la joie et la bonne humeur.

Cela vous tente ?

N'hésitez pas et contactez-nous : zerodechetbkk@gmail.com

Aurélié, Blandine, Charlotte, Claire, Karine, Laurie, Marion, Pascale, Severine et Stéphanie



LYCÉE FRANÇAIS INTERNATIONAL DE BANGKOK
MATERNELLE - ÉLÉMENTAIRE - COLLÈGE - LYCÉE

INSCRIPTIONS

TÉL : +66 (2) 934 8008
inscriptions@lfib.ac.th

PRE-INSCRIPTIONS EN LIGNE SUR www.lfib.ac.th

« Clim, quand tu nous tiens » !

La (sur)consommation d'électricité contribue pour 42 % à l'émission du CO2 dans l'atmosphère engendrant l'effet de serre.



Qui ne s'est jamais gelé dans les centres commerciaux de Bangkok, qui n'a pas hurlé en recevant sa facture d'électricité majorée de surcroît par le propriétaire du condo et qui ne s'indigne pas de la qualité de l'air et de la pollution à Bangkok ou ailleurs en Thaïlande ?



Le saviez-vous ?

En Thaïlande, les climatiseurs représentent plus de la moitié de la facture d'électricité d'une entreprise. Les effets futurs sur notre planète pourraient être catastrophiques quand on sait que l'utilisation mondiale de la climatisation devrait augmenter de 250% au cours des 30 prochaines années. Alors que la température de la Terre continue d'augmenter. De plus en plus de bureaux, d'écoles, d'usines, de centres commerciaux, d'hôtels, de restaurants, de magasins de détail, d'aéroports, de centres de congrès, de navires de croisière, d'entrepôts frigorifiques ainsi que de maisons exigent un air plus frais.

Petit rappel : pourquoi est-il important de réduire le CO2 (dioxyde de carbone) dans l'air ?

Les émissions de dioxyde de carbone (CO2) contribuent à l'effet de serre. Le dioxyde de carbone et d'autres gaz à effet de serre, maintiennent la chaleur à l'intérieur de l'atmosphère terrestre.

Plus leur quantité augmente, plus l'atmosphère terrestre se réchauffe. Cela conduit, comme nous le savons bien, également à la fonte des calottes polaires et à une augmentation des inondations, entraînant finalement la perte de la faune et de la vie humaine, ainsi qu'une réduction des terres agricoles et des terres habitables pour la population mondiale toujours croissante.

La plupart des gens pensent que les transports (23%) ou l'industrie (20%) contribuent le plus aux émissions de CO2, mais en fait, 42% du dioxyde de carbone dans notre atmosphère sont directement liés à la combustion continue de combustibles fossiles pour produire de l'électricité et en Thaïlande, environs 52% de cette consommation d'électricité provient des climatiseurs en marche dans de nombreux bâtiments !

La plupart des entreprises ont déjà remplacé tous les luminaires par des ampoules LED et amélioré l'isolation

des portes et fenêtres, ce qui permet déjà de réaliser des économies d'énergie. Cependant avec l'utilisation grandissante de la climatisation, il est important aussi de réduire la consommation d'énergie de ces machines.

Et si la solution était dans la nature elle-même ?

Thomas Gal, ingénieur en problématique environnementale, n'a de cesse de se préoccuper des questions environnementales, sensibilisé qu'il a été, non seulement par ses études d'ingénieur en Arts et Métiers, mais aussi par une tradition familiale, à commencer par son grand-père jardinier et apiculteur.

Respecter la nature est son credo et il œuvre à travers des campagnes de sensibilisation et des propositions de solutions. Il nous informe notamment de l'existence de filtres à climatiseur, adaptables sur toutes les climatisations et faciles d'entretien, dont la composante a été découverte dans la nature par l'ingénieur japonais, Ryuji Sakai. "Il s'agit d'un assemblage de minéraux et de terres rares, aboutissant à une céramique intégrée dans une structure en polyéthylène dilué."

De nombreuses structures (écoles, entreprises et ambassades) sensibles au réchauffement climatique l'ont déjà installées. La facture d'électricité de la clim s'en voit réduite de 26 %, ce qui fait aussi 26 % de CO2 en moins dans l'atmosphère !! " De plus, cela améliore la qualité de l'air que l'on respire en éliminant à plus de 60% la pollution PM2,5 et PM10 " (les particules en suspension dans l'air) et les odeurs sont neutralisées par les rayons infrarouges ce qui représente une triple plus-value : environnementale, financière et sanitaire ! Un énième exemple que la nature fait bien les choses et qu'il est possible en cherchant un peu d'agir de façon simple chacun à son niveau !



CHOISISSEZ LES EXPERTS



ASIAN TIGERS
GROUP

Déménagements internationaux – locaux
Déménagements de bureaux
Stockage
Recherche de logement
Visa et immigration
Services de relocation



Thaïland Green Map

Où trouver facilement les lieux
éco-responsables en Thaïlande ?



BONS PLANS

Vous cherchez des lieux éco-responsables pour la vie quotidienne et les loisirs mais vous ne savez pas où trouver de bonnes adresses ? La Thailand Green Map est faite pour vous ! Facile d'utilisation, contenant près de 500 adresses vérifiées pour vous donner confiance, avec photos, contact et description, tout y est pour vous aider dans vos recherches et même vous donner de nouvelles idées.

CONTENU

Cette carte recense différentes catégories :

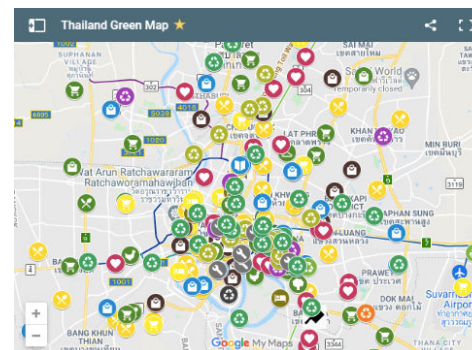
- Restaurants & Cafés : Vegan / Végétarien / Bio / Éthique
- Produits : Éthique / Responsable
- Alimentation : Bio / Responsable
- Refill / Vrac / Zéro déchet
- Séjours / Logements
- Experiences
- Seconde main / Don / Troc
- Points de collecte pour Recyclage / Magasin de Réparation

COMMENT SE PASSE LA MISE À JOUR

Cette carte est vivante, de nouvelles adresses viennent s'ajouter régulièrement alors que d'autres sont retirées. Cette mise à jour en continu est liée à deux facteurs principaux: une communauté qui nous alimente en nouvelles adresses et une vérification pour éliminer les faux-semblants et le greenwashing.

La vérification consiste en 1 ou plusieurs des items suivants :

1. Echanges avec le propriétaire
2. Visite sur place directe ou indirecte
3. Vérification croisée sur le web
4. Analyse des réseaux sociaux et site web du lieu
5. Vérification du label/de la certification



Suite à la situation sanitaire et économique 2020-2021 et malgré les révisions, il est possible que certaines adresses soient temporairement fermées ou même en cessation d'activité.

De la part du groupe DZD Démarche Zéro Déchet, l'activité régulière de Bangkok Accueil dédié à la promotion d'un mode de vie durable

ÇA VOUS TENTE?

Voici le QR code à scanner pour un accès direct à la carte. Vous pouvez aussi l'enregistrer dans vos cartes favorites sur Google Map! Et n'hésitez pas à nous faire part de vos bonnes adresses via les contacts donnés sur la carte ou en envoyant un mail à l'adresse urbangreenbkk@gmail.com.

+66 2687 7800

www.asiantigersgroup.com/thailand

inbound@asiantigers-thailand.com,
outbound@asiantigers-thailand.com

Zéro Déchet s'invite dans les écoles maternelles !



ENVIRONNEMENT

Malgré la crise liée à la Covid-19 qui a chamboulé cette année scolaire 2020-2021, l'équipe de bénévoles de l'association Démarche Zéro Déchet Bangkok a pu rendre visite pour la première fois aux élèves de plusieurs écoles maternelles à Bangkok. Entre octobre 2020 et mars 2021, les classes maternelles d'Acacia, La Petite École et du Lycée Français (LFIB) ont accueilli l'équipe Zéro Déchet sur plusieurs demi-journées autour d'ateliers éducatifs portant sur la réduction des déchets.

L'objectif de nos interventions est avant tout d'éveiller chez les jeunes enfants une conscience écologique. Comment? En leur permettant de mieux comprendre les différents types de déchets et leur traitement, et de prendre conscience des impacts des déchets sur l'environnement, les animaux et l'homme. Mais aussi en agissant concrètement dans la classe pour changer les habitudes et rapporter les bonnes pratiques à la maison.



Tout cela bien entendu dans une approche ludique et adaptée aux jeunes enfants ! Notre venue vient également en complément d'un programme scolaire d'éducation au développement durable.

Le déroulé de nos interventions dans les classes s'est fait en deux temps:

un premier temps de réflexion et d'échanges avec les enfants ; un deuxième temps consacré à des jeux portant sur le tri et le recyclage, proposés par l'équipe Zéro Déchet en collaboration avec les équipes pédagogiques. Malheureusement nous n'avons pas pu réaliser cette deuxième séance au LFIB avant la

fermeture des classes à la mi-avril.

Pendant ces quelques heures ensemble, les enfants ont pris conscience qu'ils pouvaient eux aussi agir pour protéger leur planète et devenir des petits héros, à l'image du colibri qui fait sa part pour éteindre le feu.

Refuser, Réduire, Réutiliser, Recycler et Rendre à la terre, les 5 piliers de la démarche Zéro Déchet, ont été au cœur de nos messages auprès des enfants. Le slogan "Stop aux sacs et aux pailles en plastique !" a particulièrement retenu l'attention des enfants à l'occasion de petites saynètes ! Ils ont également pris conscience qu'utiliser les deux côtés d'une feuille de papier et terminer son assiette par exemple, permettaient de réduire les déchets.

Le tri et le recyclage des déchets ont également été abordés avec les enfants : des jeux de reconnaissance des matériaux, des courses pour disposer les déchets dans les bonnes poubelles, des jeux de cartes sur le thème du tri ont été organisés. Ils ont également pu ramener chez eux des éponges écologiques Tawashi et fabriquer des feuilles de papier à partir de papier recyclé.

Les enfants ont activement participé aux ateliers, toujours dans la bonne humeur et avec le sourire. Ils avaient soif d'apprendre, d'agir et d'en parler autour d'eux pour devenir des héros du Zéro Déchet !

Nous avons passé de formidables moments et nous tenons à remercier vivement les équipes pédagogiques pour leur accueil et leur soutien. Nous espérons pouvoir réitérer cette démarche l'année prochaine !

L'équipe Démarche Zéro Déchet





Klong Phai Farm

Ni hormone
Ni antibiotique

Recevez vos poulets, canards, œufs et autres volailles directement de la ferme. Elles sont élevées en plein air dans les campagnes thaïlandaises, dans un environnement pur et sain. Nourries uniquement d'aliments naturels riches en vitamines et protéines, les volailles sont sans hormone ni antibiotique.

Disciple d'Escoffier, nous accompagnons nos volailles de légumes de grande qualité dans l'élaboration de nos plats cuisinés. De la même manière que les 250 restaurants et hôtels qui nous font confiance, n'hésitez pas à nous contacter!



Poussins, coquelets et poulets élevés en plein air



Canards de barbarie élevés en plein air



Oeufs de poules élevés en plein air



Confits, rillettes et fonds de volailles



Chapons et dindes élevés en plein air

 Klong Phai Farm
 klongphai3196
 @149rhse
 www.klongphai.com
 02-0163907-08
 contact@klongphai.com

Bangkok +66 : Qui sommes-nous ?



INFORMATION

Bangkok +66 n'est pas qu'un simple journal lycéen mais c'est un véritable mode de vie ! En effet, il a été créé par des lycéens passionnés par l'actualité, la politique, la littérature, la justice, la liberté et la "quête de vérité". Né dans le cadre scolaire du Lycée Français International de Bangkok, au sein d'un pays d'Asie du sud-est culturellement et politiquement très riche, Bangkok +66 garantit le droit d'être informé de ce qui se passe dans le monde. C'est ce droit humain fondamental que nous, l'équipe de Bangkok +66, souhaitons apporter aux élèves afin de les sensibiliser.

On y retrouve beaucoup d'articles sur des thèmes tels que le changement climatique, les problèmes liés à la contraception très présents en Thaïlande (sida, grossesse chez les adolescentes), la montée du populisme et de l'extrême droite, le coup d'Etat en Birmanie, les organisations humanitaires en Thaïlande, etc. Sont présents également des textes, issus de la pure imagination des élèves du LFIB (comme des nouvelles ou des poèmes), ou des photographies prises par des élèves passionnés révélant les beautés insoupçonnées de la Thaïlande.

Depuis sa création en 2018, le journal a publié 13 éditions (8 sur papier et 5 en ligne). Fidèle au principe du journal ("créé par les élèves pour les élèves"), l'équipe de Bangkok +66 a évolué et nous avons touché de plus en plus de monde. Durant l'année 2020, nous avons recruté des adolescents journalistes dans d'autres lycées français

Bangkok +66



Un journal créé par des élèves, pour des élèves. S'informer avec Bangkok+66, actualité, culture, politique et santé. La vie au lycée.

29 . 06 . 20

Bangkok +66



Un journal créé par des élèves, pour des élèves. S'informer avec Bangkok+66, actualité, culture, politique et santé. La vie au lycée.

26 . 11 . 19

Bangkok +66



L'officiel. Etudiant.
n°4

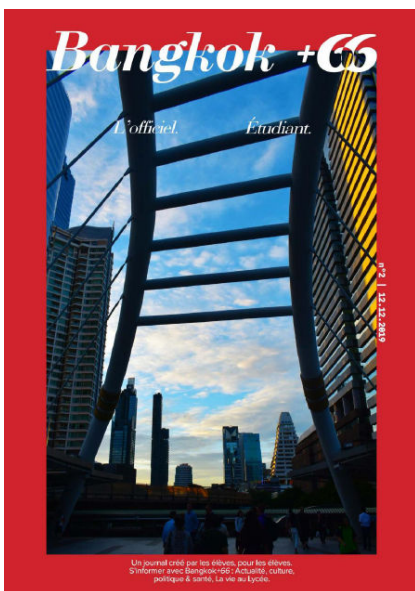
Photographie prise par Adhiana Jitvijit

Un journal créé par des élèves, pour des élèves.
S'informez avec Bangkok+66 : actualité, culture,
politique et santé, la vie au Lycée.

18 . 05 . 20

internationaux pour développer la diversité de nos contenus. C'est une expérience extrêmement enrichissante, qui nous fait gagner en responsabilité et qui est très utile pour notre culture générale. En faisant des erreurs, on apprend de nouvelles choses comme les limites de la liberté d'expression, la fiabilité de l'information, les moyens de communication et d'autres aspects du journalisme. De plus, pour élargir notre audience, nous publions régulièrement des contenus informatifs (vidéos, affiches, posts, etc) sur des thèmes d'actualités, culturels, et récréatifs sur notre compte instagram: @Bangkok_66.

En cherchant à distinguer le vrai du faux, le bien du mal, le journalisme peut apporter sa pierre à l'édifice d'une société plus juste, plus éthique et équitable, qui adopte des mesures plus inclusives et défend des valeurs humaines. Bangkok +66 cherche à procurer cela dès le plus jeune âge.



Bangkok +66

L'officiel. Etudiant.

n°2 | 12.11.2019

Un journal créé par les élèves, pour les élèves.
S'informez avec Bangkok+66 : Actualité, culture,
politique & santé, La vie au Lycée.



Retrouvez tous nos contenu sur:

<https://www.lfib.ac.th/?s=bkk+%2B66>

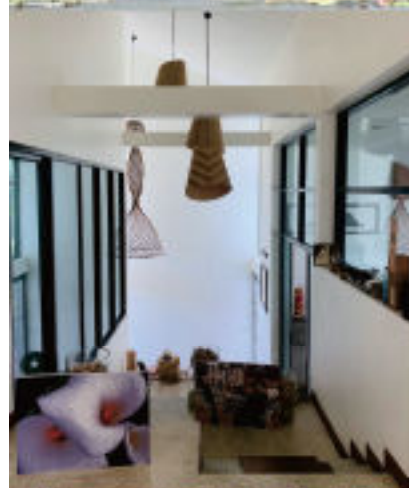


ou encore @Bangkok_66 sur instagram.

-L'Équipe de Bangkok+66

BAAN RAK NAM

BAAN RAK NAM CHAMBRES D'HÔTES
ESCAPADE RELAXANTE ET GOURMANDE



Que Trouverez-vous à Baan Rak Nam le temps d'un week-end ou plus?

Un accueil chaleureux et convivial dans un véritable havre de paix. Un savoureux dîner aux accents d'une cuisine française traditionnelle, familiale soignée, une agréable nuit et un petit-déjeuner à la française.

Baan Rak Nam est située à l'Ouest de Bangkok, dans la Province de Ratchaburi, à environ 1h30 du centre de la Capitale, vous pourrez également vous y arrêter pour profiter du calme et y déjeuner ou dîner.

10% de réduction, sur présentation de la carte d'adhérent, pour la formule week-end et autres repas (hors boissons, boissons alcoolisées et supplément sur certains plats) pour les membres de Bangkok Accueil.



Informations et Réservations :

Mobile et WhatsApp : 084 771 2000

Email : contact@baanraknam.com



Baan Rak Nam CO., LTD



On est Français,
On est sympa,
On fait du bon boulot
(et on râle pas trop ...)



OH LA LA



Graphic Design, Design et
Développement de site web,
Photo et Video, Social
Media Management



www.suzakuproductions.com



SUZAKU
PRODUCTIONS

Suzaku Productions agence créative française à Bangkok