



UN TUK TUK POUR BANGKOK



MAGAZINE TRIMESTRIEL DE BANGKOK ACCUEIL

Sept-Oct-Nov 2022



BRUNCH DE LA RENTRÉE

Amari Watergate Bangkok Hotel
Ballroom

Vendredi 16 Septembre 2022
08:00-13:00



BEAT your BEST



Could your health be better?

Improve your health daily with the Health Race program. This program is designed to help you beat your health record, with support from a "Health Companion" who will help you become fully satisfied with the 4 key factors for a sustainable healthy life.



Dietary wellbeing



Physical wellbeing



Emotional wellbeing



Sleep wellbeing

Program

HEALTH RACE

A personal care program that is more than an annual health check, by a team of experts over 3 months.

Ask a health companion for more information at the Wellness Center, 3rd Floor, Building 2, Samitivej Sukhumvit Hospital



Sommaire



SOMMAIRE

- 03 Sommaire
- 04 Editorial
- 07 Contacts - Le Comité 2022 - 2023
- 09 Adhérer à Bangkok Accueil
- 10 Bangkok Accueil : Devenez bénévoles Accueil et vie de quartier
- 14 Bons plans - Club des partenaires
- 18 Brunch de rentrée - Rendez-vous le 16 septembre
- 19 Anniversaire - Le Tuk Tuk fête ses 10 ans !
- 22 Gourmandises - Recette de la Pavlova
- 25 Poème - Bangkok par Michel Muscadier
- 26 Culture - Commémoration du Bellay
- 29 Théâtre - Le Théâtre des Invités a encore frappé
- 32 Lecture - La sélection littéraire du club de Sathorn
- 35 Musée - Une immersion dans la culture de la Thaïlande
- 37 Pôle caritatif - Un dynamisme à toute épreuve
- 41 Solidarité - La petite librairie solidaire
- 43 Vivre la Thaïlande - Esprit Karen
- 45 Quésaco - Giving Tree : donner un sourire aux enfants Karen
- 50 Clin d'oeil - Histoire de mains
- 53 Trucs et astuces - Achetez moins, partagez plus
- 56 Développement durable - De bonnes résolutions pour la rentrée !
- 59 Activité régulières - Tableau des activités

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, Séverine Dudasck-Turki et Didier Reck

Maquette : Suzaku Productions
www.suzakuproductions.com

Imprimé à Bangkok par : Gogoprint Thailand
www.gogoprint.co.th

Edito



Chères et chers membres,
Nous voilà déjà partis vers un nouvel épisode de la vie de notre association !

Suite à notre assemblée générale du 12 Mai 2022, une nouvelle équipe de comité s'est mise en place. Nous avons élu un nouveau bureau, que je suis fière de présider.

A l'heure à laquelle j'écris, nous vivons, la nouvelle équipe et moi-même, les instants de la passation.

Merci Didier pour cet engagement bénévole ces 2 dernières années. Merci pour l'écoute, la patience et la compréhension dont tu as fait part auprès de tous. Nous savons que nous pouvons toujours et encore compter sur toi et ton expérience.

Je n'oublie pas de remercier toutes les équipes de bénévoles, qui font de Bangkok Accueil ce qu'est l'association aujourd'hui. Les 2 dernières années ont été plutôt rock'n'roll, mais nous nous sommes serrés les coudes et nous nous en sortons encore plus forts. Et merci aussi à toute la nouvelle équipe qui a accepté de prendre le challenge d'un nouveau départ avec moi.

Savez-vous qu'une expatriation réussie passe par l'intégration rapide de tous les membres de la famille et principalement de celui ou celle qui accompagne son conjoint(e).

Bangkok Accueil est là pour aider à vivre ce nouveau chapitre d'une

vie. Nous vous souhaitons d'abord la bienvenue dans notre association.

Bangkok Accueil est une association dynamique et très active grâce à notre formidable pool de bénévoles.

A but non lucratif, apolitique et non confessionnelle, l'association est gérée uniquement par des bénévoles.

Être bénévole, qu'est-ce?

- c'est prendre du plaisir et en donner
- c'est créer un lien social et tisser des amitiés vraies
- c'est mettre à profit nos compétences ou en acquérir
- c'est être et se sentir utile
- c'est donner du sens à notre vie et à celle des autres

Ce que font les bénévoles est fondamental ; ils permettent de lutter contre l'isolement, en faisant découvrir la ville dans laquelle ils vivent, en faisant de belles connaissances via des activités, des rencontres conviviales autour d'un verre ou d'un déjeuner... Tout cela pour créer des souvenirs tout simplement inoubliables...

Votre expatriation à Bangkok deviendra un moment magique grâce à celles et ceux qui s'engagent auprès de vous. Nous accueillons toujours de nouveaux bénévoles, qui permettent de pérenniser nos valeurs d'accueil, d'entraide et de soutien.

Cet engagement bénévole est notre richesse et permet à notre association de rayonner dans notre communauté.

Je suis membre depuis mon arrivée à Bangkok en 2017 ; au début, je me portais volontaire pour de petites missions à la Francophonie, puis à l'Accueil, et ensuite aux Événements... Aujourd'hui, je suis heureuse de faire partie de cette grande famille !

Bangkok Accueil est affilié à la FIAFE (Fédération Internationale des Accueils Français et Francophones d'Expatriés) qui regroupe 150 Accueils répartis dans 90 pays du Monde. Ça n'est pas rien. Vous ne vous sentirez jamais seul(e).

Nous sommes tous déjà œuvrant pour organiser les événements de la rentrée pour accueillir les nouveaux arrivants à Bangkok et pour lancer une nouvelle année d'activités : la pré-rentrée au Lycée Français le mercredi 31 Août, l'accueil des nouvelles familles lors des cafés de quartiers début septembre et bien sur notre fameux Brunch de rentrée le vendredi 16 septembre à l'Amari Watergate Hotel de Bangkok pour découvrir en direct toutes nos activités et un panel de services proposés par nos sponsors et partenaires.

Vous pouvez constater que l'année commencera sur les chapeaux de roues, sur des grands moments de partage, d'échange et de bons plans

à prendre. Votre présence lors de ces rencontres est le premier signe de votre reconnaissance à nos bénévoles. Merci de venir nombreux.

Merci à nos sponsors, nos partenaires et nos membres de nous soutenir et faire vivre Bangkok Accueil.

Bien amicalement,

Silene Ng-Amphoux





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



POUR LES ENFANTS

- Cours de français
- Cours de danse
- Ateliers artistiques
- Cinéma pour enfants
- Animations
- 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
- Ateliers artistiques

SERVICES

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

Le Comité 2022-2023



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

Siline NG-AMPHOUX



bangkokaccueil.presidence@gmail.com

Vice présidence

Séverine DUDASCK-TURKI



bangkokaccueil.vicepresidence@gmail.com

Secrétariat

Marie FERNET



bangkokaccueil.secretariat@gmail.com

Trésorerie

Diane LA FLECHE
Gloria BUYOYA



bangkokaccueil.tresorerie@gmail.com

COMITE ▼

Site internet et fichier membres

Jean François MARCOTTE
Pierre VERRIER
Astrid OUDOT-NOUVELLET
Didier RECK

bangkokaccueil.website@gmail.com
fichiermembrega@gmail.com

Accueil

Fariza OUDINA
Celine VERCHERE

bangkokaccueil.contact@gmail.com

Activités

Sabrina GATTI

bangkokaccueil.activites@gmail.com

Caritatif

Christelle CELERIER
Johanna LEVY

bangkokaccueil.caritatif@gmail.com

Évènements

Caroline PERONNY
Gloria BUYOYA
Marlene BROBST

evenements.bangkokaccueil@gmail.com

COMITE ▼

Francophonie

Catherine TAURAND
Catherine JOANNARD

Magazine

Laëtitia FOURNELA
Valérie BLANC
Séverine DUDASCK-TURKI
Didier RECK

Communication

Chrystelle GUERIN-PETIT
Marlene BROBST
Aina GOUTARD
Solange BAILLIART

bangkokaccueil.francophonie@gmail.com

magazine.tuktuk@gmail.com

newsletter.bangkokaccueil@gmail.com

Sorties

Clara BOZON
Virginie HARTENBACH
MARROT
Marlene BROBST
Oriane BOISSEAU

bangkokaccueilsorties@gmail.com

Sponsors

Pierre VERRIER
Nan (Jitchaya) RICHARD
Jade SATH
Marie FERNET

afb.sponsors@gmail.com

Adhérer à Bangkok Accueil



CHARTRE

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.



Grand Palace in Bangkok
Photo by Maksim Romashkin on pexels

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.

ODYSSEY
L'ÉCOLE FRANÇAISE INTERNATIONALE D'ÉDUCATION

aeef
Association pour l'Éducation Française

La Petite École

Growing up in French & English

Ecole Maternelle

Ecole Internationale
Bilingue Français-
Anglais à Bangkok

DE 2 À 6 ANS

Offrez à votre enfant un apprentissage unique avec un enseignement de qualité dans un établissement homologué, au cœur 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'Éducation Française

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

PLACES DISPONIBLES LIMITÉES!



Que pouvez-vous faire pour Bangkok Accueil ?



Connaissez-vous bien Bangkok Accueil et ses membres ?

Nous sommes une association dynamique et enjouée qui a à cœur d'organiser des événements variés pour la communauté francophone de Bangkok et d'aider les populations du pays qui nous accueillent du mieux qu'elle le peut.

N'hésitez pas à venir nous rencontrer, nous serons ravis d'échanger avec vous !

Pas besoin d'être expert en quoi que ce soit, juste de la bonne humeur et du bon sens suffisent pour rejoindre l'équipe.



Vous pouvez consacrer quelques heures réparties dans la semaine, ou quelques jours par mois, selon vos disponibilités et vos appétences .

Si vous en avez l'envie et la possibilité, n'hésitez plus, venez nous rejoindre !

Contactez nous par mail : bangkokaccueil.presidence@gmail.com ou bangkokaccueil.secretariat@gmail.com ou encore en contactant votre marraine de quartier ou bien, en vous rapprochant d'un-e responsable de pôle.

Accueil et Vie de Quartier



Sukhumvit 1 et Sukhumvit 2

Laurence NEVEU
Muriel HILL
Fabienne HAMELET

marrainesquartierS2@gmail.com

Sathorn

Carine SOLESSE
Caroline PERONNY
Aurélie DROUETS

marraines.sathorn@gmail.com

Sukhumvit 3

Aline OLIVEIRA PASSOS
Genevieve "Gigi" SUTER

marrainesquartierS3@gmail.com

5 ★★★★★ 51 avis
AJ Posture Bangkok

5 ★★★★★ 31 avis
AJ Posture Hua Hin

BILAN POSTURAL

- ✓ **Traitement :** Mal de dos, pieds, épaules, genoux, sciatiques, migraine, tendinites...
- ✓ Thérapie manuelle
- ✓ Semelles orthopédiques et posturales
- ✓ Podologue du sport

PÉDICURE MÉDICALE

- ✓ **Traitement :** Ongles incarnés, cors, verrues, crevasses, durillons...
- ✓ Équipement professionnel
- ✓ Hygiène irréprochable
- ✓ Recommandé pour les diabétiques

À votre service depuis 2018

SOIN PRIS EN CHARGE PAR VOTRE ASSURANCE

+66 (0) 64 743 4804 | info@ajposture.com | [@ajposture](https://www.facebook.com/ajposture) | [@ajposture](https://www.instagram.com/ajposture) | [ajposture.com](https://www.ajposture.com)



Tourist on a boat at Ban Rak village, Mae Hong Son province
Credit @Twatchai07 on Freepik

Sur les routes D'EUROPE

avec

CAR-2-EUROPE



Véhicule neuf



41 pays d'Europe



Kilométrage illimité

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

Citroën DS CAR-2-EUROPE
0824932989 | citroentt@gmail.com
<https://thailande.car2europe.com>



CAR-2-EUROPE

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.



info@bnh.co.th
www.bnhhospital.com
02-022-0700 Ext.1813
Line ID : @BNHhospital

BNH Hospital

Le BNH Hospital vous propose une remise de 10% sur les médicaments (hors hospitalisations, frais médicaux et traitements dentaires), 15% sur les chambres en cas d'hospitalisation (hors frais médicaux et nourriture) et 40% sur les Check-up personnalisés (hors IRM et CT-san) 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 votre rendez vous.



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.



Fabrice Masson
www.aquabiking-bangkok.com
FB : Aquabiking Bangkok
IG : Aquabikingbangkok
08 0909 2268

Aquabiking

L'Aquabiking, un sport aux multiples vertus: Pédaler dans l'eau permet de sculpter, tonifier, et affiner la silhouette tout en prenant du plaisir, mais l'aquabiking a également d'autres bienfaits insoupçonnés : améliorer son endurance/cardio ainsi que sa circulation, brûler des calories grâce à l'effet hydro-massant et éliminer les toxines, évacuer le stress et faire le plein de bonne humeur...

Bon pour le corps et bon pour l'esprit, pédaler dans une piscine est une véritable source d'énergie, les sessions sont pleines de vitalité ! Les membres de Bangkok Accueil bénéficient de 10% de remise sur les cartes de 10 séances.



Bulle d'Art
www.bulledart.net
FB : Bulle d'Art
IG : bulledartasia

Bulle d'Art

Bulle d'Art propose des cours de sculpture réguliers aux adultes et des workshops aux enfants, team building, anniversaires, en famille, entre copains ou entre collègues. A tous les âges, un moment de créativité et de convivialité garanti.

Les membres de Bangkok Accueil bénéficient de 10% de réduction sur les Packages de 5 cours (1x/personne).



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

CACTUS

Ouvert 7/7, 17h - 1h du matin
FB: CactusBangkok
083 437 3515
Parking
Service Voiturier

Cactus

Situé en plein coeur de Sathorn dans le soi Yenakart, Cactus est un bar à cocktails niché dans la canopée. Vous pourrez y trouver les meilleurs cocktails du quartier, mais aussi du vin et toute autres boissons à consommer avec modération! Vous pourrez aussi y dîner, soit en commandant chez Cagette (situé en dessous de Cactus) soit en passant commande par vous même via les applications du type Grab ou Food Panda.

Des concerts live sont aussi organisés tous les jeudis soir de 21h à 23h. Cactus dispose de différents espaces privatisables, ce qui en fait un lieu parfait pour l'organisation d'événements tels que des anniversaires, farewell parties, et autres.

Les membres de Bangkok Accueil pourront profiter d'une remise de 10% sur présentation de leur carte de membre. La même remise sera appliquée pour l'organisation d'événements par l'un des membres.



Linda Pantanella Nilson
linda@suzakuproductions.com
www.suzakuproductions.com

Suzaku Productions

Suzaku Productions vous offre:

-15% sur ses prestations (graphic design, web design & Développement, photo et vidéo shooting, social media management); 1h de consultation offerte pour vos projets



www.lapetiteecole.asia
contact.bangkok@lapetiteecole.asia

La Petite Ecole

Les inscriptions 2022-2023 sont ouvertes ! Nous acceptons toujours les inscriptions pour l'année en cours 2021-2022, sur liste d'attente uniquement. - 10 % sur les frais d'inscriptions en première année. Contact : contact.bangkok@lapetiteecole.asia



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.

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



FB/IG/Line :
@PULLMANBANGKOKHOTELG
+66 2352 4000
H3616@accor.com
188 Silom Road, Bangkok,
Bangkok 10500

Pullman Bangkok Hotel G

Le Pullman Bangkok Hotel G propose des offres exclusives pour les membres de Bangkok Accueil :

- Tarif exceptionnel de THB 2,500 net pour une nuitée en chambre G Deluxe avec deux petits déjeuners
- 10 % de réduction sur la nourriture au Scarlett Rooftop Bar & restaurant, 25 Degrees Bangkok et au Bar de la piscine
- 30% de réduction sur la vente des abonnements Fitness et traitements au Spa Anne Semonin

Termes et Conditions:

- Offre valable jusqu'au 31 Décembre 2022 sur présentation de la carte membre
- L'offre ne peut être cumulée à aucune autre promotion
- Supplément THB 1,500net/nuit pour le réveillon du Nouvel An

Le Club des Partenaires



BONS PLANS



admin@visathailande.com
09 7721 6360 (non surtaxé)
WhatsApp : +66 971 650 630
www.visathailande.fr

Visa Thailande

Agence de visa situé à Paris, VisaThailande.fr est agréée par l'ambassade royale de Thaïlande de Paris.

Spécialiste de cette destination, nous vous apportons notre expertise autant sur les procédures de visa que sur toutes les questions relatives à la Thaïlande.

Remise de 10% sur nos frais de service, sur présentation de la carte membre de Bangkok Accueil

Nous sommes ouvert de 9h à 17h du lundi au vendredi.



nicolas.vivin@vivinmaison.com
080 0463 5747
FB : @VIVIngrocery
www.vivinmaison.com

Vivin

VIVIN Grocery, basé à deux localisations, à Bangkok, Ekamai et Asok, est une épicerie-restaurant qui produit et source les meilleurs produits locaux disponibles naturels et certifiés bio de Thaïlande.

Fromage, charcuterie, boulangerie, légumes, confitures, huiles, vins et autres 300 produits disponibles. En visitant le restaurant, ce que vous trouverez dans notre épicerie, vous le trouverez dans votre assiette !

VIVIN Grocery offre aux membres de Bangkok Accueil, un discount de 10% pour la consommation sur place*. *hors boissons et promotion existante.

Adresse :

Ekamai : 379 /8 Ekamai Complex
Asok: 33, 1 Soi Sukhumvit 19 (opening 2022)



FB: @biologique_recherche_bangkok
ambassade.bangkok@biologique-recherche.com
66 (0) 95 496 7291
Line : @br.bangkok

Biologique Recherche

Depuis près de cinquante ans, Biologique Recherche conçoit et fabrique, exclusivement en France, des produits cosmétiques aux formules fortement concentrées, et uniquement composées d'actifs naturels ou biotechnologiques. Fondée sur une conception scientifique et visionnaire des soins de la peau, la méthodologie Biologique Recherche offre des services ultra-personnalisés, gage de résultats visibles. L'Ambassade Biologique Recherche Bangkok fait partie des fleurons de la marque, incarnant en Asie le plus haut degré d'expertise de la marque, l'Excellence à la Française !

Situé au cœur de Bangkok, venez découvrir l'Ambassade, et bénéficiez de 10% de réduction sur l'ensemble des prestations (soins et produits). Plus d'infos sur notre page



Celine Mouhcene
celine@vinumlector.com
www.vinumlector.com

Vinum Lector

Leader dans l'importation et distribution de vins du monde et d'Europe (France et Italie principalement) en Thaïlande, Vinum Lector a un catalogue de 450 vins et distribue dans toute la Thaïlande. Le minimum de Commande est de 6 bouteilles (mélange possible). Nous pouvons également vous conseiller en fonction de vos goûts et budget. Catalogue et prix disponibles sur demande. Vous pouvez également consulter nos site internet <https://www.vinumlector.com/>. Nous avons le plaisir d'offrir 10% de réduction à tous les membres de Bangkok Accueil.

Tel : 0835001728

Mail : celine@vinumlector.com



Tony Bourgoïn
tony@swimmingbangkok.com
www.swimmingbangkok.com

Swimming Bangkok

Vous souhaitez apprendre à votre enfant à nager en toute sécurité ou perfectionner votre nage ? Swimming Bangkok est le partenaire qu'il vous faut ! Cours de 30 min ou 1h avec des professionnels qualifiés, anglophones et francophones. Nous nous déplaçons à votre domicile ou à votre convenance. Les membres de Bangkok Accueil bénéficient d'une réduction de 10% sur tous nos packages de 10 heures. Pour plus d'informations ou vous inscrire en ligne, nous vous invitons à visiter notre site : <https://www.swimmingbangkok.com/>

Pour toute question n'hésitez pas également à contacter directement Tony, le fondateur de Swimming Bangkok, par mail : tony@swimmingbangkok.com.



sale.copadeli@gmail.com
08 4004 3546

Copadeli

Copadeli produit des saucisses, terrines et charcuterie maison et distribue une viande locale de qualité (Volaille, Boeuf, Porc, Canard, Veau...). Livraison rapide.

Copadeli offre 10% de réduction sur les produits transformés (saucisses, terrines, charcuterie, jambon, poitrine fumée) à tous les membres de Bangkok Accueil pour toute commande de plus de 1000 THB.

Pour accéder à son catalogue:

<https://www.facebook.com/copadeli.bkk/menu>

Pour les commandes :

Line : <https://lin.ee/PCYXWJg>

Mail : sale.copadelli@gmail.com

Tel: 0840043546



Marine Simon
+33644384532
msimon@monchasseurimmo.com
FB: @MarineMonChasseurImmo
LinkedIn : www.linkedin.com/in/marine-simon-20995b226

Mon Chasseur Immo

Vous cherchez à acheter en France ? Que ce soit pour une résidence principale, secondaire ou un investissement locatif, je vous accompagne dans toutes les étapes de votre acquisition. Je vous simplifie votre achat depuis l'étranger en proposant un service de recherche, de visites jusqu'à la signature chez le notaire. Vous suivez votre projet en ligne 24h/24 grâce à une application dédiée.

Réduction de 10 % sur les honoraires pour tous les membres de Bangkok Accueil.

N'hésitez pas à me contacter pour plus d'information.

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

BRUNCH DE LA RENTRÉE

Amari Watergate Bangkok Hotel
Ballroom

Vendredi 16 Septembre 2022
08:00-13:00



Le Tuk Tuk fête ses 10 ans



ANNIVERSAIRE

Votre magazine aura 10 ans en novembre, occasion pour la rédaction de revenir sur son histoire et de découvrir, en parallèle, au fil des numéros passés et des archives retrouvées l'histoire de l'association...

Nous voulons que notre magazine s'inscrive dans cette démarche d'ouverture et de découverte qui anime l'esprit de notre association. L'Asie tous azimuts, une Asie métissée et diverse, que ce soit dans sa culture, son patrimoine, ses saveurs et ses peuplements ».



Ce magazine, qui est aujourd'hui entre vos mains, a beaucoup évolué dans sa physionomie, sa ligne éditoriale et son nom, au gré des évolutions technologiques mais aussi des apports des bénévoles qui se sont succédés pour l'éditer. En effet, si nous fêtons les 10 ans du magazine sous ce nom, cela fait en réalité plus de 20 ans qu'existe ce support de communication.

Le magazine s'émanche, il garde surtout le calendrier des sorties et les informations importantes, de nouvelles rubriques apparaissent. Peu à peu le magazine s'enrichit d'articles variés sur la Thaïlande, sur l'Asie grâce à de nombreux contributeurs qui nous enchantent, nous informent, nous surprennent avec leur prose. Il devient aussi un marqueur de son époque grâce aux photographies qui l'embellissent.

Il fut pendant de nombreuses années le bulletin d'information de l'association, proposant le calendrier détaillé des sorties et des activités hebdomadaires, rendant compte des événements de l'association (brunch, Marché de Noël, vide grenier, cafés et apéritifs de quartier, ...) et parfois un article ou recette de cuisine. Un précis aussi précieux qu'indispensable que tous les membres appréciaient et attendaient avec impatience de recevoir dans leur boîte aux lettres, tous les deux mois. C'était alors le « Bulletin de Bangkok Accueil », encore appelé précédemment « Bulletin de l'AFB », sous le signe de l'ancien nom de l'association: Accueil Francophone de Bangkok.

Aujourd'hui, avec la démocratisation des nouvelles technologies, et plus récemment les contraintes liées à la distanciation sociale et les multiples rebondissements que nous avons connus, le calendrier des sorties a déserté son sommaire pour laisser la place à de nouveaux sujets : les portraits, l'écologie, l'environnement, l'histoire, les bons plans, la culture..., il est l'ambassadeur de notre association.

« Un Tuk Tuk pour Bangkok » remercie tous les membres qui ont contribué, contribuent ou contribueront à sa transformation et son esthétisme.

C'est en novembre 2012, sous l'impulsion de Françoise Madjarian, que le magazine sera baptisé « Un Tuk Tuk pour Bangkok ». Cette dénomination est inspirée du titre du film « Un taxi pour Tobrouk ». Françoise Madjarian s'en explique dans le numéro de novembre - décembre 2012 (le premier du nom). « Nous avons souhaité renommer votre magazine en affirmant davantage son ancrage dans l'espace géographique et culturel qui est le sien : Bangkok, la Thaïlande, l'Asie.

Le magazine a aussi été façonné par les mutations subies par notre association, Bangkok Accueil, depuis plus de 20 ans, mais là c'est une autre histoire ... (à suivre dans les prochains numéros).

Valérie Blanc



Le Tuk Tuk comme marqueur temporel



ANNIVERSAIRE

Les 10 ans du magazine permettent aussi de souligner les événements ou faits marquants qui ont eu lieu pour l'association et plus généralement en Thaïlande mais aussi en France ou d'un point de vue mondial. Le magazine se révèle alors être un véritable marqueur temporel.

Si lors des deux années passées le covid, le confinement, les masques et les rues vides font leur apparition sous forme de coup de gueule, de clin d'oeil, de photos ou de façon humoristique, en 2017 se sont les élections présidentielles qui sont brièvement évoquées au détour d'une phrase, un peu plus tôt le choc des attentats en France, mais aussi la mort de Rama IX et le couronnement de Rama X ou encore les manifestations de 2014 sources d'inquiétudes pour un grand nombre.

A plus petite échelle, le déménagement de l'alliance française est mentionné. Nous parlons aussi du renouvellement des équipes qui se succèdent à Bangkok Accueil et de la recherche de nouveaux bénévoles, toujours sujet de préoccupation pour la vie de l'association.

La disparition des pages "sorties" et le passage d'une diffusion bimestrielle à une diffusion trimestrielle du magazine est aussi évocateur des challenges que l'association a dû relever. Pour les couvertures, gala, vide grenier, brunch, marché de Noël et galette des rois ponctuent les parutions.

Six président(e)s ont signé les éditos au fil des ans, 8 responsables de magazine se sont succédés pour élaborer, coordonner, chercher des articles et des photos et 2 agences ont participé à la mise en page de votre magazine...

En 10 ans, ce sont aussi plus d'une centaine de contributeurs qu'on ne remerciera jamais assez, qui ont permis de remplir un total d'environ 2800 pages et d'agrémenter des rubriques aussi diverses que santé, culture, lecture, événements, loisir, voyage, caritatif solidarité, découverte, gourmandise, rencontre, portrait, astuce, écologie, billet d'humeur, art, tradition...



Douleurs des membres inférieurs ? Démarche disgracieuse ?

Semelles orthopédiques sur mesure basées sur une technologie de scanner et d'impression 3D

1 - Analyse



2 - Conception 3D



3 - Impression 3D



Séverine Bruchon
Uniquement sur RDV
BTS Phrom Phong

Sbruchon@gmail.com
Whatsapp : 0875980648

Recette de la Pavlova



GOURMANDISES

Encore peu connue en France, la Pavlova est un dessert léger, à base de meringue nappée de chantilly légère recouverte de fruits frais. Ce dessert léger et délicat doit son nom à la célèbre ballerine Russe Ana Pavlova dont la grâce a conquis la planète entière. C'est un jeune pâtissier de Wellington, en Nouvelle-Zélande, fou d'amour pour la danseuse qui aurait élaboré en 1926 la première pavlova, la meringue étant aussi légère que le tutu de la star. L'Australie a pendant longtemps revendiqué également la paternité

de ce dessert et a grandement contribué à sa notoriété.

Dans ces 2 pays, la pavlova est devenue une véritable tradition au moment des fêtes de fin d'année.

Que vous ayez envie de fruits rouges ou de fruits exotiques, de légèreté ou de gourmandise, d'un dessert facile et rapide à faire ou un peu plus sophistiqué, la pavlova est la solution ! En version collective, individuelle ou bouchée, elle peut s'adapter à tous les événements.

Les ingrédients : (pour 6-8 personnes, pour un dessert de 20 cm de diamètre environ)

Pour la meringue :

- Blancs d'oeufs : 120 g (à température ambiante)
- Sucre : 120 g (ou celui des oeufs)
- Sucre glace : 120 g (ou celui des oeufs)
- Zeste de citron vert : 1 (optionnel)
- Jus de citron vert : 1/2 (optionnel)

Pour la chantilly :

- Crème liquide : 200 g (minimum 30% de matière grasse, bien froide)
- Sucre glace : 20 g
- Extrait de vanille
- Fruits frais

Mise en oeuvre :

La meringue française :

Battre au fouet les blancs d'oeufs jusqu'à ce qu'ils soient mousseux (robot pâtissier ou fouet électrique). Y ajouter en continuant à fouetter le sucre semoule en 3 fois jusqu'à obtenir une meringue bien ferme formant « un bec d'oiseau » (quand on retourne le fouet la meringue ne tombe pas).

Incorporer à la maryse le sucre glace.

Ajouter le jus de citron et le zeste : idéalement

râper le citron avec un zesteur type Microplane. Mélanger au fouet. Le citron vert apporte un peu de peps au dessert et l'acidité coupe un peu la sucrosité.

Mettre la meringue sur une plaque de cuisson recouverte d'un papier sulfurisé à l'aide d'une poche à douille ou d'une spatule ou encore d'une cuillère : former un disque dont les bords remontent un peu.

Cuire à 100°C pendant 1h30 minimum. Laisser la meringue dessécher dans le four éteint plusieurs heures (la nuit c'est parfait).



La chantilly :

Mettre le bol du robot ou le récipient que vous allez utiliser ainsi que le fouet dans le réfrigérateur ou le congélateur quelques minutes. Le pourcentage de matières grasses est essentiel.

Monter la crème liquide avec la vanille : d'abord à vitesse lente puis rapide. Lorsque la crème commence à épaissir, ajouter le sucre glace. Fouetter jusqu'à avoir une chantilly ferme et lisse. Déposer la chantilly à la poche à douille ou tout autre ustensile de votre choix sur la meringue.

Garnir de fruits frais de saison.

Personnellement j'aime bien mettre un peu de crème, un peu de fruits, le reste de la crème et encore des fruits.

On peut également agrémenter la pavlova d'un coulis de fruits, du commerce ou fait maison (purée de fruits, sucre et pectine).

Ce dessert se conserve au frais, pas très longtemps car la meringue ramollit du fait du contact de la chantilly qui apporte de l'humidité.



Le coin des pros

Il existe 3 principaux types de meringue :

- La meringue dite « française », c'est celle qui figure dans cette recette. Elle se cuit au four pour avoir une texture croustillante mais peut également être utilisée sans cuisson, sur une tarte au citron par exemple. Des meringues cuites au four se conserveront longtemps dans une boîte en fer.
- La meringue dite « italienne » : un sirop de sucre cuit est versé sur les blancs d'oeufs mousseux et le mélange est fouetté jusqu'à refroidissement à vitesse rapide. Cette meringue est plus ferme et plus stable, elle se conserve très bien et peut même être congelée (sur une tarte au citron par exemple). Elle gardera une texture onctueuse. On ne peut pas la recuire au four.
- La meringue dite « suisse » : les blancs d'oeufs sont fouettés avec le sucre au bain-marie jusqu'à 55°C puis au robot à vitesse rapide. On peut cuire cette meringue ensuite au four comme la meringue française. Cette recette est très bien pour faire des décorations, elle est très compacte.

Dans toutes les recettes, le ratio global blancs d'oeufs/sucre est identique, c'est à dire 1/2. La meringue sert de composant pour de très nombreuses recettes en pâtisserie : macarons, biscuits, mousses... Dans ce cas, le ratio peut varier.



Le Microplane :

La marque a donné le nom à l'objet. C'est un testeur qui permet de râper un agrume (ou d'autres choses, comme du gingembre, du parmesan, du chocolat... par exemple) de manière très fine et très efficace.

L'essayer c'est l'adopter !



Marie

<https://www.facebook.com/DeliDocerio>

Bangkok par Michel Muscadier



POÈME

Bangkok

Bangkok, un fleuve de béton a noyé
tes canaux dans la vague du souvenir,
Et la marée humaine des hautes
et basses terres a submergé la ville.
Bangkok des années soixante,
qu'es-tu devenue ?
Alors l'herbe folle ceinturait
tes maisons de guingois à pilotis
Au détour du temps qui passe
sur "Sayam Sekouère" d'aujourd'hui
Alors les ronds-points de terre battue
ignoraient leur futur de carrefours
Anonymes dépotoirs de vapeurs délétères.
Alors tramways de première et deuxième classes
berçaient leurs passagers
D'un nulle part jamais d'ailleurs
au n'importe où de leurs destins
alors des cerfs-volants frivoles
Folâtraient dans l'ivresse d'une liberté
sans tours-barrières à la sombre morosité agressive.
Alors la ville étale et sinueuse
s'alanguissait sous le regard d'Indra
Bangkok des années soixante,
Que sont tes flamboyants, tes manguiers,
tes frangipaniers devenus ?
Bangkok capitale ville des anges
Où l'impitoyable coca-colonisation
Chaque jour un peu plus déploie
ses si envahissants tentacules.
Il te reste le plus beau joyaux,
Ton coeur ramifié en trois cents pagodes,
Ton merveilleux écrin,
Le sourire de ton peuple,
Tes enfants d'aujourd'hui,
D'ici et d'ailleurs,
Divers et divisés,
Au gré du destin
Par la vie emportés
D'un Karma assumé,
D'un avenir masqué.
Fils et filles de la Cité
Au Passé évanescent
Aux lendemains dorés
Vous l'espoir de Sayam !

Michel Muscadier

Cityscape of Bangkok
Photo by NSU MON on pexels

la boutique monde

bayard



SPECIAL THAILANDE



Abonnez-vous aux meilleurs tarifs

Grâce au code E29 sur la boutique Bayard monde

<https://boutique.bayard-monde.com> Code : E29



CONTACTEZ l'équipe **BAYARD-MILAN**
pour plus d'informations ou de conseils !



WhatsApp us !
+65 8397 9104



LAETITIA.GERHARDT@bayard-mag.com

Commémoration : Joachim du Bellay



CULTURE

Heureux qui comme Ulysse a fait un beau voyage...Qui, au lycée, n'a pas appris par cœur ce très célèbre sonnet de du Bellay ? En ce mois de mai 2022, c'est le moment de se le remettre en mémoire. En effet, il y a exactement 500 ans naissait, au Liré en Anjou, Joachim du Bellay, l'un de nos grands poètes du 16ème siècle avec Ronsard, Marot, Scève et quelques autres. Il fut le rédacteur de la Défense et Illustration de la Langue Française en 1549, rédaction qui lui fut confiée par les poètes de la Pléiade. Il y défend l'idée que les Français ne doivent pas négliger leur langue pas plus que Boccace ou Pétrarque n'ont sacrifié l'italien au latin pour écrire et donc que c'est en français que poètes et romanciers doivent écrire et non plus en latin. Dix ans plus tôt en 1539, l'ordonnance de Villers-Cotterêts imposait le français comme langue officielle dans les écrits publics. Du Bellay est de santé fragile et aura un point commun avec Beethoven, la surdité. Il voyage à Rome dans la suite de l'ambassadeur de France et y réalise son rêve d'humaniste: contempler la grandeur et la décadence de l'empire romain qui lui inspirera les sonnets d'« Antiquités de Rome ». Déçu par son activité ingrate et ennuyeuse à Rome, il rentre en France. Ses confidences et son amertume se retrouvent dans les « Regrets ». Un instant poète de Cour, sans être courtisan, il occupe les dernières années de sa vie à la rédaction d'un magnifique recueil « Olive » alors que la surdité le frappe durement. Qui fut cette Olive, anagramme peut-être de Mademoiselle Virole ? On l'ignore. Il semble

qu'il s'agisse d'une inspiratrice idéale, une passion littéraire dans le style de Pétrarque avec Laure ou de Dante, une passion que l'on pourrait rapprocher des Sonnets à Hélène de Ronsard. Tôt vieilli, du Bellay meurt dans la nuit du 1er janvier 1560, d'une apoplexie à 37 ans alors qu'il écrivait des vers. Pour rendre hommage à ce grand poète, relisons ce magnifique sonnet que je dédie à tous ceux qui, expatriés, rêvent parfois de retrouver la douceur angevine.

Pierre Sautai



*Heureux qui, comme Ulysse, a fait un beau voyage,
Ou comme cestui-là qui conquit la toison,
Et puis est retourné, plein d'usage et raison,
Vivre entre ses parents le reste de son âge !*

*Quand reverrai-je, hélas ! de mon petit village
Fumer la cheminée, et en quelle saison
Reverrai-je le clos de ma pauvre maison,
Qui m'est une province, et beaucoup davantage ?*

*Plus me plait le séjour qu'ont bâti mes aïeux
Que des palais romains le front audacieux ;
Plus que le marbre dur me plait l'ardoise fine,*

*Plus mon Loire gaulois que le Tibre latin,
Plus mon petit Liré que le mont Palatin,
Et plus que l'air marin la douceur angevine.*

Joachim du Bellay

Souvenons-nous aussi de ces vers fameux que nous lui devons :

*France, mère des arts, des armes et des lois,
Tu m'as nourri longtemps du lait de ta mamelle ;
Ores, comme un agneau qui sa nourrice appelle,
Je remplis de ton nom les antres et les bois.*

You are unique!

Pharmacogenomics (PGx) tests the genes related to your drug sensitivity.

Tailor your medicines and their dosage to your genetic predisposition.

Bumrungrad International Hospital is a pioneer in precision medicine.

For more information
scan here:



View packages
scan here:



Le Théâtre des Invités a encore frappé !



Le collectif qui monte qui monte qui monte...

Plus que jamais actif depuis la réouverture des activités culturelles à Bangkok, le TDI a fini l'année en beauté avec une comédie musicale adaptée de « Beaucoup de bruit pour rien » de Shakespeare. 32 comédiens sur scène, chanteurs, danseurs, comédiens de 13 à 66 ans, aux multiples nationalités, mais ayant la francophonie en partage et le goût d'être ensemble sur scène pour la plus grande joie du public.

Qu'est-ce que le Théâtre des Invités?

C'est un collectif de théâtre amateur mais non moins exigeant, ouvert à tous, fondé en janvier 2016 et comptant aujourd'hui une soixantaine de membres et/ou comédiens potentiels.

Devenu une association loi 1901, le TDI a depuis plusieurs années un partenariat avec l'Alliance Française de Bangkok et le Blue Parrot, restaurant dans une magnifique maison thaïlandaise traditionnelle où des cours/ateliers pour enfants et adultes sont proposés chaque semaine.

Le TDI démultiplie son potentiel scénique : depuis deux ans un groupe de chanteuses « Les Triplettes » se produisent régulièrement dans les restaurants français de la capitale. Outre la danse, le chant et la musique live, la magie fait son entrée pour la saison 2022-2023.

Même si le mot d'ordre de Christelle Celerier la présidente, est « l'aventure humaine », il s'agit avant tout d'apporter de la joie et une synergie artistique dans la communauté francophone,



synergie qui porte ses fruits, puisqu'une branche des comédiens vient de former une petite chorale de chansons françaises, « Les Rossignols en liberté » et qui s'est produit au Blue Parrot ainsi que les « Triplettes » pour la fête de la musique organisée par la Chambre de Commerce Franco-Thaï, le FTCC, le 21 juin 2022.

De plus le LFIB, lycée français international de Bangkok, déjà partenaire du TDI, continue ses échanges, pas seulement avec ses élèves mais aussi avec le personnel enseignant qui se lance sur les planches.

A noter aussi, ses activités solidaires puisque chaque année, le TDI donne une partie de ses recettes à un projet caritatif « Kids go to School », qui scolarise les enfants du bidonville de Khlong Toye.

Où voir les spectacles du TDI et comment être informé ?

Le TDI propose un abonnement (600 thb famille, 500 thb duo, 300 thb, Solo) qui offre des réductions aux spectacles en dehors de l'AF et la possibilité d'assister gratuitement aux générales, sans oublier l'apéro de rentrée offert où sont annoncés les projets de l'année à venir. Les membres sont régulièrement informés par la Newsletter

Le site FB : «Le Théâtre des Invités» informe des spectacles, cours et concerts.

Deux spectacles par an ont lieu à l'auditorium de l'AF et plusieurs autres au Blue Parrot, dont les spectacles de fin d'atelier.

Constatons aussi la synergie médiatique avec l'arrivée à Bangkok d'une radio francophone, « Le Fil Bangkok Radio » (sur FB) qui a couvert toute la production du dernier spectacle de Shakespeare, à travers des petites capsules vidéo extrêmement remarquables.

Sans oublier les étudiants du département de français de Thammasat université qui ont fait eux aussi un reportage audiovisuel sur le TDI et le théâtre francophone lors de leur dernière production.

Certains membres ont été mordus par le virus du théâtre : quelques-uns ont rejoint la scène théâtrale parisienne ou monté leur propre théâtre. Mentionnons l'Ekkolo Theater, qui propose des productions non seulement francophones, mais aussi anglophones ou thaïlandaises, ainsi que des spectacles d'improvisation rondement menés par les très célèbres et très joyeux «ImproKrap», à retrouver eux aussi sur FB ImproKrap.

Qui peut rejoindre le TDI ?

Absolument tout le monde, des petits aux plus grands, acteurs et techniciens de la scène. Les membres actifs du TDI vous aident à écrire votre pièce, à la mettre en scène, vous propose des cours, des petits ou des grands rôles, tout est possible tous ensemble !

Contactez Christelle Celerier :
+ 66 923 942540,
christellecelierier@hotmail.com

L. Babouch'



PULLMAN BANGKOK HOTEL G

LIFESTYLE 5-STAR



SITUÉ AU CŒUR DE SILOM, LE PULLMAN BANGKOK HOTEL G EST COMPOSÉ DE 469 CHAMBRES ÉLÉGANTES OFFRANT UNE VUE IMPRENABLE SUR LES GRATTES CIEL DE BANGKOK.



SCARLETT ROOFTOP BAR & RESTAURANT

Au 37ème étage, découvrez l'atmosphère unique de "Scarlett", recommandé plusieurs fois par le guide Michelin. Restaurant français à la cuisine élégante et généreuse, "Scarlett" offre une vue imprenable sur les toits de Bangkok et son fleuve Chao Praya.

25 DEGREES BANGKOK

Declinaison du célèbre burger bar américain de Los Angeles, 25 Degrees Bangkok propose de délicieux burgers, salades, milkshakes ainsi que du vin et des bières pression ou artisanales.

CENTRE DE FITNESS

Notre salle de sport EnerGy est aménagée avec soin et propose des équipements TechnoGym performants et connectés.

PISCINE EXTÉRIEURE

A l'écart du bruit et de l'agitation de Bangkok, c'est l'endroit idéal pour prendre le soleil ou se rafraîchir au bar de la piscine.

SPA ANNE SEMONIN

Offrez à votre peau un traitement holistique dans un cadre luxueux avec les elixirs sur mesure de la célèbre marque Anne Semonin.

LEARN MORE ABOUT US



DÉCOUVREZ NOS PROMOTIONS ET FUTURS ÉVÉNEMENTS SUR LES PAGES FACEBOOK, INSTAGRAM OU LINE @PULLMANBANGKOKHOTELG
SEE YOU SOON AT G !

La sélection littéraire du club de Sathorn



Avant de recommencer une année, il est l'heure de vous donner nos coups de cœur de la saison précédente, et peut-être l'envie de nous rejoindre ou tout simplement de lire.

Le cru de cette année 2021/2022, je l'avoue, a été particulièrement riche. Nos lectures nous ont fait voyager dans des mondes, des époques, des pays, des univers divers et variés.

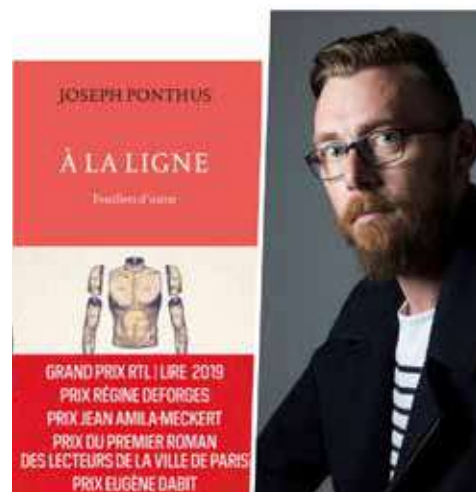
Nous avons traversé des siècles, des pays, des lieux. Un grand nombre de thèmes ont animé nos échanges, nos partages et alimenté nos réflexions.

Après chaque lecture, nous donnons une note qui permet d'établir le Top 10 que voici :

- A la ligne de Joseph Ponthus
- Hamnet de Maggie O'Farrell

Premier roman pour Joseph Ponthus, ancien ouvrier intérimaire à l'usine, récit poignant sans ponctuation témoignant de cette vie.

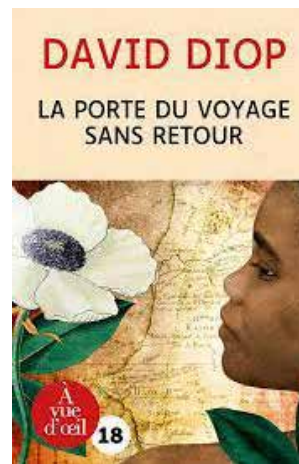
Inspiré de la courte vie du fils de Shakespeare, l'histoire parle de ce fils disparu trop tôt mais surtout de son épouse, roman sur la condition féminine.



- La porte du voyage sans retour de David Diop
- La carte postale de Anne Berest

Roman à la fois mélancolique et lumineux, traitant des valeurs universalistes et de la traite des noirs.

Une quête de vérité poignante dans une famille juive.



- Dans la forêt de Jean Hegland
- Ame brisée de Arika Mizubayashi

Roman qui interroge sur notre capacité d'adaptation dans un monde qui s'effondre, beau texte puissant et oppressant par moment.

Roman subtile et délicat où la musique est omniprésente avec pour thème le déracinement et l'impossible deuil.



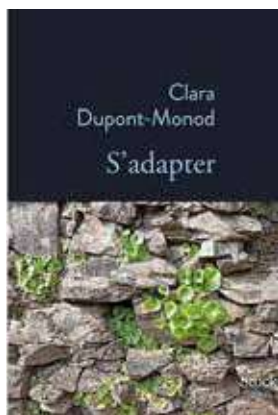
- Le silence d'Isra de Etaf RUM

Histoire fortement inspirée de la vie de l'auteure d'origine palestinienne mariée de force à un américain et partie vivre à Brooklyn.



- S'adapter de Clara Dupont-Monod

Splendide roman sur l'arrivée dans une famille d'un enfant pas comme les autres, vu par la fratrie.



- Le pays des autres de Leila Slimani

Saga familiale qui démarre au Maroc colonial de l'après-guerre. Féminisme, identité, migrants sont des thèmes abordés, plein de souffle, roman d'une belle et forte simplicité.



- La salle de bal de Anna Hope

Angleterre 1910, un asile pour alignés, roman empreint de poésie et d'humanité qui montre les dérives de la société de l'époque.



Nos choix de lectures sont à l'image de nos différentes personnalités ce qui fait toute la richesse de notre Club de lecture.

En vous souhaitant de belles lectures.

Une immersion dans la culture de la Thaïlande



La formation francophone des guides bénévoles du musée national de Bangkok ou comment découvrir le pays du sourire autrement.

Vous souhaitez découvrir l'histoire de la Thaïlande ? Comprendre ses religions et ses rites ? Dévoiler les arcanes de sa culture ? Rejoignez-nous pour la prochaine session francophone de formation des NMV.

Depuis 1969, l'Association des NMV (National Museum Volunteers) forme des guides bénévoles qui accueillent les visiteurs du Musée National de Bangkok, et transmettent leur savoir. Ces formations vous sont accessibles, que vous souhaitiez devenir guide ou simplement approfondir vos connaissances concernant le pays qui nous accueille.

Comment se déroule la formation ?

La formation, réalisée en français par des guides du Musée National, se déroule en trois parties.

La formation de base, commune à tous les inscrits, alterne conférences et visites (cœur historique de Bangkok, Musée, Ayutthaya), et permet de découvrir les différentes périodes de l'histoire du Siam, le Bouddhisme et l'Hindouisme, les courants artistiques, la statuaire...

La formation spécifique, pour ceux qui souhaitent approfondir leurs connaissances, permet à chacun de travailler un sujet particulier et de le présenter sous forme d'exposé aux autres participants.

La certification, pour ceux qui souhaitent devenir guides bénévoles du musée, est préparée sous la houlette d'un guide confirmé ; chaque participant construit individuellement sa visite du musée en choisissant un parcours et les œuvres d'intérêt à présenter. Une visite en présence de guides certifiés et une visite avec des personnes de passage permettront de valider cette année de formation de Guide du Musée National de Bangkok.

Qui peut s'inscrire ?

Cette formation est ouverte à toute personne francophone, membre de l'association des NMV. Aucune connaissance préalable n'est nécessaire ; seules l'assiduité et la curiosité sont requises.

L'adhésion à l'association s'élève à 1.200 THB (1.800 THB pour un couple) et ouvre droit à participation aux activités proposées par les NMV (marchés découvertes, conférences, visites hors de Bangkok...).

Les frais d'inscription à la formation, de 3.000 THB, permettent de couvrir les dépenses matérielles telles que la location de la salle de conférence ou les véhicules lors de la visite d'Ayutthaya.



Comment s'inscrire ?

Pour vous inscrire, envoyez un e-mail à : nmvformationfr@gmail.com. Le nombre de places est volontairement limité afin de préserver la convivialité et de respecter les consignes sanitaires en vigueur le cas échéant. Les inscriptions sont confirmées après règlement des frais de formation.

La formation en pratique...

La première partie de la formation se déroulera entre octobre 2022 et janvier 2023 (en-dehors des vacances du Lycée Français), les mercredis et vendredis matin, de 9h15 à 12h15, en alternance dans une salle dédiée et au Musée National. Quelques visites de quartiers historiques seront également organisées.

Les détails de la suite de la formation, les programmes et le lieu seront communiqués ultérieurement.

Vous souhaitez bénéficier de cette occasion unique de mieux comprendre le pays dans lequel nous vivons ? Rejoignez dès aujourd'hui les Bénévoles du Musée National de Bangkok pour la session de formation 2022/2023 !

L'équipe de formation :
Claudine Kohler,
Bérengère Maréchal,
Catherine Taurand,
Katia Timmermans,
Frédéric Morier



Un dynamisme à toute épreuve



PÔLE CARITATIF

Rejoignez les bénévoles-volontaires de notre équipe de choc au pôle caritatif de Bangkok Accueil.

Le pôle caritatif a démultiplié ses projets et ses actions depuis plusieurs années. Bangkok Accueil s'engage auprès des plus démunis et en fait une priorité, a fortiori pendant et après la pandémie. De plus en plus de projets sont menés à bien grâce aux levées de fonds lors des événements de Bangkok Accueil. Focus sur ces dernières années et les années à venir.

Qui sommes-nous ?

Christelle Celerier
Responsable depuis 2016 du pôle caritatif.

« De formation littéraire et artistique, je me suis toujours intéressée aux rejetés de la société, humains comme animaux. La cause des Réfugiés en Thaïlande m'a d'abord été présentée à mon arrivée en 2015 puis, presque par hasard, je me suis retrouvée responsable du pôle caritatif de BA.

J'ai ensuite rencontré l'univers du bidonville de Khlong Toye, les orphelinats, les handicapés, les très jeunes mères seules, les personnes âgées et malades... toute cette humanité qui m'attache tout particulièrement à ce pays. C'est sûrement mon tempérament de chef de projets,

mon goût du terrain un peu casse-cou et mon éblouissement à l'égard de ceux qui œuvrent pour les autres, véritable source d'inspiration pour moi et de joie, qui m'ont permis de m'épanouir totalement au sein de ce pôle.

Je suis fière d'avoir comme co-équipière Johanna Lévy, d'avoir vu grandir un groupe d'une vingtaine de volontaires qui le samedi matin vont à Khlong Toye jouer avec les enfants défavorisés ou leur donner des cours d'anglais, d'avoir monté « Kids go to School » qui a permis aujourd'hui à 170 enfants du bidonville d'aller à l'école et « Forever Home » qui soutient le salaire de 3 praticiens auprès de 50 enfants handicapés dans les villages de la province de Manorum.

Être soutenue par Bangkok Accueil, voir une synergie de solidarité gagner la communauté francophone et de plus en plus de projets et d'aides apportées se matérialiser, est un vrai bonheur qui donne du sens à mon expatriation ».

Johanna Lévy
Co-responsable depuis 2020 au pôle caritatif.

« J'ai commencé à visiter les réfugiés à l'IDC (Immigration Detention Center) à mon arrivée en Thaïlande en 2015 grâce à Bangkok Accueil.

Les conditions de détention de ces personnes ayant quitté persécution, guerres et autres drames dans



leur pays et se retrouvant incarcérées de cette manière, à savoir pire que dans des prisons thaïlandaises, m'ont bouleversée.

Cette injustice m'a motivée à leur venir en aide, d'abord dans le centre puis à aider les familles avec enfants à Bangkok vivant dans des conditions également difficiles.

Je me suis dédiée à aider le maximum de réfugiés à sortir de l'IDC en travaillant avec des ONGs et des avocats et en levant des fonds pour pouvoir payer les cautions : 45 libérations à ce jour.

Et puis, avec Servane Ternynck-Pierre, une volontaire visitant comme moi à l'IDC, nous avons fondé « Hope Bangkok » en septembre 2021 pour lever des fonds tout en créant des sacs et accessoires que nous aimons. Merci à tous pour votre soutien qui nous permet d'aider un grand nombre de personnes et de familles. »

Que faisons-nous ?

Nous apportons de l'aide matérielle, financière ou humaine à des organismes ou associations qui soutiennent les défavorisés en Thaïlande.

Nous créons des projets qui nous permettent de donner une visibilité aux invisibles et de lever des fonds.

Nous rassemblons de nombreux francophones qui désirent donner de leur temps et de leur savoir-faire auprès de personnes dans le besoin, ainsi que des entreprises partenaires, ne mentionnons que « Computer for You » parmi de nombreuses, qui nous fournissent par exemple en matériel informatique

recyclé, quand cela est possible, et collecte nos vieux matériels à l'Alliance française.

- **CCD** : orphelinat des enfants handicapés à Kokret : visite, aides matérielles (couches, lait, matériel de rééducation, etc.)
Projet associé : « **Forever Home** ».
- **Orphelinat de Ari (Friends for All Children)** : visites régulières et aides matérielles.
- **Khlong Toye, « Food for Poor » et aide à la scolarisation des enfants** : « **Kids go to School** ». Groupe de volontaires francophones le samedi matin pour cours d'anglais et activités sportives avec les enfants.
- **Réfugiés** : aide alimentaire, aide à la scolarité, caution, aide administrative, etc.
- **« Natacha School »** : Nous soutenons cette école de Krabi fondée par Elisabeth Zana après la mort de sa fille unique dans le Tsunami afin qu'elle puisse développer un site internet en vue d'une meilleure visibilité et faciliter la recherche de fonds.
- **Levées de fonds** : lors de nos événements BA (ventes, loterie, **Hope Bangkok**, **La Petite Librairie Solidaire**, idée de Justine de Guerre et Geneviève Suter (06 4270 7962, collecte de livres et vente, etc.)

Nos initiatives autonomes

Outre le fait que nos années de bénévolat à Bangkok Accueil puissent être converties en compétences professionnelles et années de travail, certains de nos membres acquièrent non seulement des compétences, mais la force de la pratique et l'audace en étant sur le terrain avec nous.

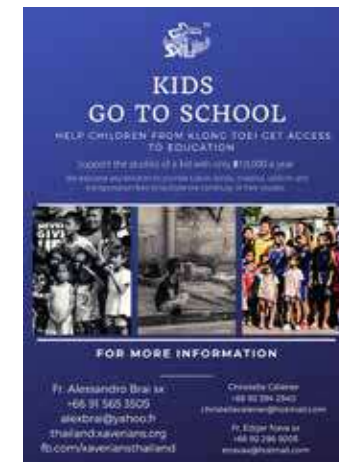
3 initiatives à mettre en avant qui émanent de membres du pôle caritatif et qui connaissent un vrai succès dans la capitale.

« Kids go to School »

Créé en juin 2020. Objectif : scolariser dans des internats des enfants du bidonville de Khlong Toye particulièrement exposés dans leur milieu familial. Prix du meilleur projet caritatif, Chambre de commerce Franco-Thaï (FTCC) novembre 2020. 10 000 b./an/enfant. Aujourd'hui 170 enfants sont scolarisés, et de nombreuses écoles françaises et internationales ainsi que des entreprises sont sponsors. FB : Kids Go to School. De nombreux spectacles impliquant des artistes bénévoles de tout âge ont lieu régulièrement et des élèves d'écoles partenaires du projet proposent des actions de nettoyage ou de rencontre avec les enfants du bidonville.

« Hope Bangkok »

Créé en septembre 2021. Objectif : vendre des produits faits main à base de tissus ethniques, principalement du wax, originaux et beaux afin de financer les besoins liés aux réfugiés. Grand succès depuis sa création par Johanna Lévy et Servane Ternynck-Pierre, ce projet rassemble de nombreux bénévoles de toutes les communautés internationales, tout particulièrement des Japonaises aux savoirs de couturière hors pair. Coussins, sacs, accessoires de mode tout en couleurs et en modèle unique ou sur commande. À retrouver sur FB : Hope-Bangkok.



Hope-Bangkok



Bistro EKAMAI
Apéro
Dîner
Evènement
Soirée

café ASOK
Café & Thé
Grab & Go
Petit-déjeuner et Déjeuner
Event

VIVIN GROCERY
• LOCAL • ORGANIC •
• NATURAL • ARTISANAL •

VIVINGROCERY.COM
Livraison en 1h à Bangkok / 24h partout en Thaïlande

Créé en mai 2022. Objectif : payer le salaire mensuel de 3 praticiens (physiothérapeute, éducateur, chef de projets), soit 41 000 THB./mois afin de permettre à 50 enfants handicapés de pouvoir rester avec leur famille dans les villages de Chainat, la Province de Manorom (3 heures de Bangkok), d'avoir des soins médicaux et de pouvoir se retrouver au centre de rééducation. Cette action est proposée dans le cadre du CCD, l'orphelinat des handicapés à Bangkok et respecte la politique de leurs fondateurs : intégrer les handicapés dans la société thaïlandaise et permettre aux familles de garder leurs enfants avec eux grâce à des aides financières mais plus particulièrement thérapeutiques (personnel médical, fauteuils roulants, etc.) ou pratiques (construction de toilettes adaptées, eau courante, etc.).

Avec le Covid, les revenus du CCD ont baissé de 30% et ces salaires ne peuvent plus être payés, ce qui signifierait que les enfants devront aller dans des centres spécialisés, véritables mouiroirs, et quitter leur famille, leur seul lien affectif.

FB : Forever Home CCD-Thailand .

Ce projet s'adresse principalement aux entreprises et aux « fonds de responsabilité sociale », mais tout particulier peut contribuer à sa mesure.

Au plaisir de vous retrouver parmi notre équipe de volontaires.

Pole Caritatif



FOREVER HOME
HELP ME STAY WITH MY FAMILY

Support of the medical team: ฿ 41,000 / month
These 3 practitioners are taking care of 50 disabled children in Chainat Province, Thailand.
Without this help, the children will be sent away from their parents in specialized state centers.
Any financial contribution is welcome.

FOR MORE INFORMATION

Charity Saenwian
Project Development Director
+66 81 985 5517
charity@ccdthailand.org

Christelle Céliérier
Idea Generator
+66 92 394 2540
christellocelierier@hotmail.com

Jean-Benoit Roux
Corporate Ambassador
+66 89 983 1663
jeanbenoitroux@yahoo.com

www.ccd-thailand.org
Forever Home CCD Thailand
Bangkok Bank
Account # 207-0-53579-0

La petite librairie solidaire



SOLIDARITÉ

C'est en se retrouvant en Thaïlande après une 1ère expatriation commune que Justine et Geneviève ont eu l'idée de créer La Petite Librairie Solidaire. Après différentes expériences au Kenya pour l'une et en Afrique du Sud pour l'autre, un énième déménagement au Pays du Sourire les a mises devant plusieurs réalités.

L'idée est donc rapidement née de faire se rejoindre ces 2 problématiques autour d'un projet associatif simple et dynamique. Ainsi est née La Petite Librairie Solidaire.

Grâce aux dons de livres qui permettent de constituer des stocks, La Petite Librairie Solidaire organise des ventes de livres de seconde main pour enfants.

La 1ère : avec 3 enfants, les livres s'accumulent et il est souvent compliqué de trouver qu'en faire une fois qu'ils ont été lus et relus par les fratries. Les livres sont encombrants et il existe une vraie problématique quand il s'agit de s'en séparer.

La 2ème : à l'étranger il est difficile de trouver des livres en français et le choix est souvent limité, par rapport à la France.



Les fonds récoltés par ces ventes sont entièrement reversés à des associations choisies en fonction de besoins ponctuels (fournitures scolaires pour les enfants des khlong, participation aux frais de scolarité d'enfants de réfugiés...)

L'équipe s'est étoffée avec Morgane et Laetitia et ce sont maintenant quatre jeunes femmes dynamiques qui mettent en place les collectes de livres partout dans Bangkok et organisent ainsi des ventes.

Pour suivre l'actualité de La Petite Librairie Solidaire, vous pouvez les suivre sur Facebook.

Si vous voulez donner des livres et participer à une démarche solidaire, n'hésitez pas à contacter la Petite Librairie Solidaire : petitelibrairiesolidaire@gmail.com



- Quartier Thonglor /
Genevieve Suter +41 76 422 23 32
- Quartier Sathorn /
Laetitia Lenormand +66 96 931 74 00
- Quartier Pra Khanong /
Morgane Bauer Le Cal : +33 6 43 04 18 64
- Quartier Ekamai /
Justine de Guerre : +66 987 490 486

Esprit Karen



VIVRE LA THAÏLANDE

En immersion chez les tisserandes d'Esprit Karen

La situation sanitaire n'avait pas permis le traditionnel voyage annuel de l'équipe Esprit Karen depuis 2019. C'est donc avec impatience que nous attendions ces trois journées d'immersion au sein du village de Maewe, à 3 heures et demie de route de l'aéroport de Mae Sot, à la rencontre des tisserandes Karen qui fabriquent de manière artisanale les tissus que nous utilisons. Pour la majorité d'entre nous il s'agissait d'une première visite, l'équipe Esprit Karen s'étant presque totalement renouvelée ces deux dernières années. Et rien ne nous avait préparé à l'extrême émotion provoquée par ces rencontres. La chaleur de l'accueil, l'intensité des sourires, l'envie de montrer et de partager leur savoir-faire, la beauté de l'habit traditionnel mais surtout la réalisation de l'importance de notre engagement, tout a été bouleversant. En achetant à la coopérative Terres Karen les lés tissés par ces femmes, assises par terre avec un métier à tisser attaché à leur bassin, nous leur assurons un revenu stable, régulier et juste. Puis en investissant la totalité des bénéfices des ventes des articles Esprit Karen dans des projets concrets nous participons à l'amélioration de la qualité de vie dans les villages. C'est donc une double responsabilité qui nous lie aux trois villages où travaillent les tisserandes.

par l'équipe des tisserandes de Maewe, en tenue traditionnelle Karen : tcheka et longue jupe droite colorée pour les femmes mariées, longue robe blanche brodée pour les jeunes filles célibataires, nous avons découvert les différentes étapes du tissage, de la récolte du coton à la réalisation des tissus aux motifs les plus complexes. Nous avons appris comment la plupart de ces femmes tissent dans les interstices d'une vie d'agricultrice : travail dans les rizières, récolte du manioc... Nous avons été émerveillées par leur dextérité et leur endurance.



Cela nous oblige !

A continuer, à être toujours plus inventives lorsque nous créons nos collections, à vous convaincre de la double chance que nous vous offrons : vous

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

OUVERTURE DES INSCRIPTIONS POUR L'ANNÉE SCOLAIRE 2022-2023

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



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

faire plaisir en achetant de jolis produits et aider ces femmes à avoir une vie digne. Ces dernières années, Esprit Karen a notamment financé l'achat de nouvelles citernes à eau, la construction d'une passerelle en dur au-dessus de la petite rivière qui traverse le village, l'installation de potagers permettant la récolte de légumes, l'achat de matériel pour une boulangerie collective... Le dernier projet soutenu par l'équipe est la construction d'un petit éco-resort, au-dessus du village. Avec 6 bungalows en bambou, une cuisine et des sanitaires collectifs, au bout d'une piste de

terre et face aux montagnes Karen, ce sera un endroit simple et rustique pour quitter le monde le temps d'un week-end.

Les tisserandes Karen comptent sur nous, nous comptons sur vous !

Instagram : espritkarenbkk
 Email : espritkarenbkk@gmail.com
 Facebook : Esprit Karen



Giving Tree : donner un sourire aux enfants Karen



QUÉSACO

Rencontre avec Caroline, qui a repris cette année le projet caritatif Giving Tree et qui nous en explique les rouages en quelques mots.

Quel est le but de ce projet ?

Le but est que les familles de quelques écoles internationales à Bangkok offrent des sacs cadeaux individualisés à des enfants Karen pour les fêtes de fin d'année.

L'année dernière, 540 enfants ont eu la chance de recevoir un sac Giving Tree et ce, malgré la crise du COVID.

Qui sont les acteurs ?

Depuis sa création il y a 7 ans, le projet Giving Tree s'agrandit avec de nouveaux partenaires chaque année ! Aujourd'hui nous pouvons compter sur le soutien historique des écoles, LFIB et Acacia, mais aussi La Petite Ecole, Bambi, St Andrews ainsi que le Smash club Tennis Bangkok, et de nombreux particuliers.

de faire face à la rigueur de l'hiver en montagne avec un vêtement chaud, un nécessaire sanitaire ; d'aider à la réussite scolaire grâce à l'ajout d'une trousse préalablement complétée de stylos, crayons, gomme, règle, taille crayon, ciseaux et de crayons de couleurs ainsi que d'un livre en langue thaïlandaise et enfin d'offrir un cadeau (ballon, voitures, bijoux fantaisie, poupée...) pour Noël à ces enfants issus de tribus Karen.



Que contiennent les sacs ?

Ces présents offerts grâce aux dons des parents d'élèves de ces établissements sont les seuls que les enfants Karen reçoivent. Ils ont pour but

Comment se déroule le projet ?

L'opération se déroule en plusieurs étapes, tout d'abord des volontaires de l'association Terres Karens qui travaillent au développement des villages isolés à la frontière de la Birmanie identifient les besoins, et recensent les villages et les enfants qui auront peut-être la chance de recevoir les généreux sacs.

Par la suite, une équipe composée de parents d'élèves et de volontaires à Bangkok prend la

relève pour assurer la distribution et la collecte des sacs auprès des familles donatrices en lien avec les écoles partenaires. Les sacs, une fois complétés et récupérés, sont vérifiés et les emballages qui entourent les objets sont enlevés. Cette action est en effet nécessaire afin d'éviter de polluer excessivement ces régions qui ne sont pas préparées pour trier efficacement les déchets.

Enfin, les sacs complets au nom des enfants sont alors répartis dans des cartons qui partent dans les villages et sont acheminés en terres Karen pour être enfin distribués lors de grandes fêtes célébrées tout au long du mois de décembre. La magie de Noël opère alors et les visages des enfants s'illuminent de magnifiques sourires.



Naturellement, ce projet ne peut pas voir le jour sans le soutien de partenaires, qui chacun à leur niveau permettent d'ajouter une pierre à l'édifice.

Un immense merci à United Relocations qui depuis plusieurs années dans cette aventure fournit les cartons, fin 2021, se sont plus de 50 cartons qui ont parcouru la Thaïlande. Un grand merci également à Louis-Marie de Becdelièvre qui a financé cette année les deux bus et chauffeurs de la société Blue Jade qui accorde depuis le

début de l'aventure un tarif préférentiel pour le transport des sacs.



Giving Tree

Une dédicace spéciale pour le LFIB qui chaque année nous soutient, investit et octroie une salle pour le tri des sacs. N'oublions pas non plus Acacia, La Petite Ecole, St Andrews, Bambi, et le Smash Club Tennis qui, grâce à leur implication, permettent d'offrir un plus grand nombre de sourires.



Pour terminer nous remercions, bien évidemment, très chaleureusement tous les parents d'élèves ainsi que toutes les personnes qui ont répondu présent en composant un ou plusieurs sacs Giving Tree.

Un grand merci à tous !

L'équipe Giving Tree



Aléas de la vie d'expatriés, l'association a perdu et va perdre encore des membres très actifs pour qui l'aventure thaïlandaise se termine. Aussi, pour que les sacs-cadeaux arrivent jusqu'aux enfants, nous aurons besoin d'aide, si nous voulons toujours pouvoir leur offrir un sourire en fin d'année. Si vous êtes intéressés par ce beau projet n'hésitez pas à nous contacter par mail à givingtreek@gmail.com

LOCALISATION DES VILLAGES

SECTEUR DE MAETOWO



VUE GLOBALE



L'équipe Giving Tree



Aerial view of Phangna Bay
Credit @Tawatchai on Freepik

Histoire de mains

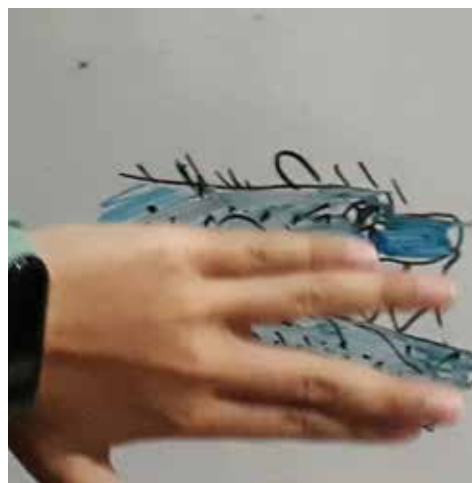


CLIN D'OEIL

Les chroniques des Jean-Sans peurs Histoire de mains... Confinement oblige Que peut-on bien faire avec une main, indépendamment de ce qui est utile et fonctionnel ? En des moments de liberté où le temps n'est pas compté, l'obligation d'une tâche différée, où la paresse et la contemplation sont possibles.

Prendre le temps de la regarder, la droite ou la gauche ? On s'y abimera peut-être, y observant les marques et les griffures du temps, ce qu'elles révèlent, comme les rides, de notre passé ; les cals, pour celles plus promptes à se saisir d'un outil, les écorchures, pour les imprudents, jardiniers, coureurs de sentiers escarpés ou alpinistes en herbe. On y observera les lignes mystérieuses qui enchantent les diseuses de bonne aventure, nous demandant quel signe indien peut revêtir leur creusement à la surface de la peau et pour les plus naïfs : quel sera mon avenir ? On scrutera ses ongles, pour bien vérifier leur état, la présence incongrue de quelques saletés qui, subrepticement, s'y seraient glissées. À moins qu'on se satisfasse de l'apparente crasse qui serait le stigmate et l'orgueil d'une vie de labeur, la marque indélébile d'un travailleur manuel, habitué à saisir le moindre objet à pleine main même si couvert de poussière ou de graisse. La main sale serait ainsi, colorée, l'apanage de l'artisan et de l'artiste, du potier, du rémouleur, du plâtrier, de l'ébéniste ou du sculpteur...

Et l'on saura aussi prendre plaisir, enfant libre de contraintes, à plonger ses mains dans la boue, à caresser la glaise, chatouiller l'argile, gratouiller le sable, farfouiller dans l'onde, trifouiller la vase. Si l'on reste enfant... Alors la main se saisira aussi de la nourriture à pleine main, s'en couvrira le visage, écrasera des doigts la pulpe sur les lèvres. La main sera alors... outil de bonheur ; si l'on sait rester enfant !



D'autres se livreront bien innocemment à couvrir ces ongles parfaitement manucurés d'une couche de vernis, quand elles n'y ajouteront pas des touches nacrées dans l'air du temps.



Oh ! Ces ongles longs redoutables, acérés, tels des couteaux prolongeant les doigts. Oh ! Ces doigts sentencieux dressés vers le ciel. Oh ! Ces ongles indiens ayant poussé pendant des années, enroulés dans des mains de fleurs fanées.

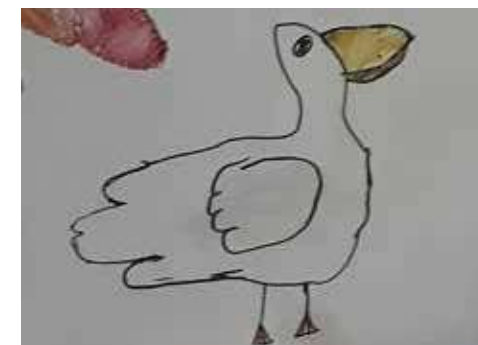
Ah ! La tendresse de l'empreinte de la peau et la douceur du doigt lors des caresses...

Si on a deux mains on peut aussi se les serrer soi-même ; exercice solitaire bien inutile en ces temps de gestes barrière et de distanciation sociale, mieux vaudrait l'onanisme. La franche et vigoureuse poignée de main est désormais bannie, on lui préférera le coup de coude, un brin moins viril, mais oh combien salubre, nous dit-on ! Ici, en terre de Bouddhisme, on fait plus volontiers, mains jointes au niveau du visage, un Wai souriant et circonspect.



Mais alors quels exercices proposer aux enfants et aux plus grands (enfants)? Dessiner sa main, quel

merveilleux apprentissage, ou mieux encore la prêter à l'imitation de l'animal (que nous sommes!). Voilà une occupation divertissante en ces temps de grimace et de disette sociale. De quoi nous rapprocher de notre saine et pacifique animalité et nous faire sourire sans nécessairement joindre à l'expression deux doigts en V comme cela devient la mode en selfies incongrus.



Elisabeth, une amie, me suggère bien utilement la main qui soigne, telle la pratique ancestrale du Reiki au Japon... Celle qui guérit par simple apposition des mains. Une séance lointaine au cœur de Bornéo me revient ainsi où un sorcier recousait véritablement ses patients au simple toucher, et plus proche un médecin hongrois qui soulageait de la même manière les maux d'estomac dont le mien ! Préférons donc cette main salvatrice à celle qui tue et gardons bien présente à l'esprit l'expression d'actualité en rien galvaudée « avoir le cœur sur la main ».

A bien considérer les expressions diverses de la main, le langage des signes, les signifiants tribaux, de castes, la forme du salut revêtant l'invite ou le rejet, je préfère de loin la main des Bouddhas de pierre suggérant la paix à celles percées et saignantes des Christs ou celles brandies hautes, le bras tendu en des expressions mortifères.

Tout juste suffira un modeste salut de la main à la paume ouverte signifiant justement et heureusement... le salut pour nos âmes sensibles.



Jean-Michel Ferry

© 2021 Jean-Michel Ferry – Texte et dessins – et ceux de Lula Ferry - Bangsaen Le 28/08/21
 Les livres de Jean-Michel Ferry et Jean-Pierre Ghio alias Jean Higo sont disponibles à la librairie
 « Carnets d'Asie » de l'Alliance Française de Bangkok.

Achetez moins, partagez plus



TRUCS ET ASTUCES



Acheter moins et partager plus pourrait-il nous faire économiser de l'argent, du temps, de la place, et contribuer à sauvegarder la planète ?

Megha présente « Buy Nothing », une initiative à échelle mondiale qui a des impacts sur nos échelles locales.

« J'ai trop de choses. J'ai beau utiliser les méthodes les plus innovantes pour ranger ma maison, elle ne fait que s'encombrer. Et pourtant, ma famille en veut toujours plus. Je n'ai pas assez d'espace, assez d'argent, assez de temps pour tout cela. J'aimerais pouvoir en parler à quelqu'un, mais je n'ai pratiquement pas de vrais amis ou voisins. En fait, je ne connais même pas le nom du père de la petite Léa d'à côté... Je sais ce que je vais faire ! Sortons les gros sacs bleus réutilisables et faisons un tour chez IKEA. Même si j'ai trop de choses et presque pas d'espace, et encore moins de temps ou d'argent pour cela... (Soupir... !) J'aimerais pouvoir en parler à quelqu'un mais qui m'écouterait ?... »

Avez-vous été dans ce cercle vicieux ? Je suis en plein dedans... Je suis prête à parier que vous l'avez été aussi, à un moment ou à un autre. Et s'il y avait

un lien entre cette incessante accumulation de biens, nos vies de plus en plus solitaires et l'état d'érosion de notre planète ?



WHEN YOU USE THE BUY NOTHING APP, YOU COMMIT TO

- PARTICIPATE AT YOUR OWN RISK
- KEEP EVERYTHING LEGAL
- 18 YEARS OF AGE AND OLDER
- NO HATE SPEECH, THREATS OR HARASSMENT
- GIVE FREELY, RECEIVE FREELY, AND SHARE FREELY
- GIVE, ASK, AND SHARE WITHOUT LIMIT
- BUILD TRUST
- BE ACCOUNTABLE FOR YOURSELF
- SHOW YOUR HUMANITY
- BE OPEN TO CREATIVITY
- REAL HUMANS ONLY

HOW IT WORKS

- #1 Download the app
www.buynothingproject.org
- #2 Create your profile
- #3 Et Voilà!
Meet your neighbors - people in your neighborhood who are registered on the app
- #4 Watch and learn
- who's giving what, asking for what
- #5 Dive in!
What would you like to gift, share or ask for?
- #6 Enjoy sharing amongst your new-found neighbors
- #7 Invite your friends or acquaintances to the app.
The more, the merrier.



Et s'il existait des solutions ?

En 2013, deux mamans visionnaires ont fait ce constat et ont décidé d'agir. Liesl et Rebecca ont imaginé le projet « Buy Nothing ». Le principe est simple : acheter moins et partager davantage avec nos proches voisins peut avoir de nombreux avantages pour notre bien-être personnel et collectif.

Démarré dans leur quartier de Bainbridge Island/ Washington, le projet est devenu un mouvement social mondial. Plus de 5 millions de familles dans 44 pays ont rejoint cette révolution tranquille. Ces familles ont créé des liens dans plus de 7000 quartiers où elles donnent, partagent et reçoivent des biens et des services, sans argent ni condition.

Aucun don, aucune demande n'est trop grand ou trop petit. Votre imagination et votre créativité sont la seule limite. Pas de troc ou d'échange, pas de lien pécuniaire. Donner et recevoir, simplement et sans condition, entre voisins.

Qu'est ce que cela peut apporter ?

Buy Nothing nous offre un moyen de donner et de recevoir, de partager, de prêter et d'exprimer notre gratitude à travers une multitude de réseaux locaux d'économie du don dont la véritable

richesse se trouve dans les liens formés entre les personnes et leurs voisins plus ou moins proches. Les membres actifs de ce réseau ont la conviction forte que les communautés sont plus résilientes, durables, équitables et heureuses lorsqu'elles disposent d'économies du don opérationnelles.

Le projet va plus loin que ce que j'ai partagé. A minima, il apporte de la joie dans notre quotidien. Mais il a aussi le pouvoir de transformer la façon dont nous vivons au quotidien. Ce projet mondial est géré comme une organisation à but non lucratif et tous les revenus provenant de la vente de livres ou des dons sont directement affectés au développement de l'application. Par ailleurs, ce n'est pas « tout ou rien ». Vous décidez à quel point vous voulez vous impliquer pour en profiter. A chaque niveau ses bienfaits - pour vous, votre famille, votre quartier.

Le mot de la fin...

J'aimerais pouvoir vous dire que j'ai su me débarrasser complètement de mon cycle de consommation toxique, mais je l'habite toujours. Buy Nothing me donne une chance de me libérer de temps en temps. Partager les excès de ma vie, demander des choses dont j'ai besoin, apprendre à connaître les gens autour de moi, juste un peu. Mon mari sceptique prend plaisir à avoir un

exutoire pour tous les objets qu'IL pense que nous devons abandonner. Mon garçon de 9 ans lève les yeux au ciel devant le slogan "N'achetez rien. Donnez, Partagez, Créez des liens" ("Buy Nothing. Give, Share, Build Community") mais est ravi lorsque des puzzles et des livres surgissent de nulle part, grâce à la générosité des voisins. Il peut se rendre compte qu'il existe une alternative à l'achat.

Cela sauvera-t-il la planète ? Je ne sais pas. Mais je sais que cela me fait me sentir plus vivante, l'impact est positif pour mon porte-monnaie et pour l'encombrement de mon foyer. Cela me suffit. Qu'en pensez-vous ? Êtes-vous prêt(e) à essayer ?

Megha

FIND OUT MORE...



BuyNothing

www.buynothingproject.org

A propos de l'auteur

Megha vit temporairement à Bangkok depuis 2013. Elle est fière d'avoir lancé les deux premiers groupes Buy Nothing dans la ville et est maintenant une bâtisseuse de communautés sur l'application mondiale Buy Nothing. Elle a hâte de vous y retrouver !

A propose de la traductrice

Arrivée à Bangkok depuis 2013 aussi, Blandine a lancé le Buy Nothing avec Megha, devenue une amie proche puis une voisine. De retour en France depuis 2021, elle aide Megha à assurer la transition depuis ce groupe Facebook vers cette nouvelle application, avant de lui passer entièrement la main pour l'animation de la communauté locale !

De bonnes résolutions pour la rentrée !



DÉVELOPPEMENT DURABLE

Et voilà ! Une nouvelle rentrée démarre, et, avec elle, tout son lot de bonnes résolutions !!!!! et qui dit bonnes résolutions, dit bonnes pratiques écologiques !!!
Et pourquoi ne pas s'investir dans la démarche Zéro Déchet au quotidien ?



Cette dynamique éco-citoyenne francophone a été fondée en 2019 par un groupe de bénévoles au sein de Bangkok Accueil. Elle s'enrichit au fil des années, afin de créer une plateforme conviviale dynamique d'échanges et de bons plans locaux. Chacun, à sa petite échelle, selon ses envies et ses formations, peut participer !

N'hésitez pas... foncez !



Nos actions sont à la fois concrètes:

- créations d'ateliers pour les adultes, dans le cadre des activités régulières de Bangkok Accueil : atelier produits pour la cuisine, poudre lave-vaisselle, vinaigre, tawashis, atelier compost, permaculture etc.
- nettoyage d'une plage à Bang Kra Chao,
- ateliers de sensibilisation des enfants à l'écologie et à la notion de déchets, au LFIB, dans les classes de maternelle, les CP, CE1 et CE2, ainsi qu'au secondaire, lors de la journée de la santé et de l'environnement du LFIB. Les élèves sont très sensibles à ce sujet, et sont les futurs ambassadeurs de l'écologie !



Nous essayons également de créer un réseau de personnes sensibles à ce sujet, au niveau local, par la création d'une page Facebook et Instagram, afin de dynamiser les actions locales !

Rejoignez nous sur :

- FB : Zéro déchet Thaïlande
- Insta : zerodechetthailand

Et bien sûr, nous sommes présents lors des grands événements annuels de Bangkok Accueil, comme

le Brunch de rentrée, le Marché de Noël... ainsi qu'aux événements environnementaux organisés par l'Alliance française.

Enfin, ce groupe est l'occasion de se former sur l'écologie, par la formation de groupes de travail, comme la Fresque du Climat, une façon amusante de découvrir les enjeux environnementaux de la planète !

Bien sûr, il reste beaucoup à faire concernant l'écologie quand on habite en

Thaïlande, mais ne baissons pas les bras ! Nous finirons sur une citation :

"Nous n'avons pas besoin d'une poignée de personnes qui font du zéro déchet parfaitement. Nous avons besoin de millions de personnes imparfaites qui font de leur mieux".

Anne-Marie Bonneau.

L'équipe Zéro Déchet Thaïlande





Vous venez d'arriver ?

**Vous souhaitez enrichir votre réseau professionnel ?
Vous cherchez du travail ?**

**Venez rencontrer du monde !
Participez à un de nos événements
de networking!**



**Informez vous dans un atelier Emploi:
Marché du travail local, CV, lettre de
motivation et entretiens en Thaïlande.
Postez votre CV en ligne sur notre site.**

**Participez à une de nos formations
cross-culturelles pour comprendre la
culture Business Thaïlandaise.**



**Rejoignez-nous à la FTCC !
Notre mission :**



Accompagner les entreprises et les entrepreneurs français dans le développement de leur business en Thaïlande.



Promouvoir les relations commerciales bilatérales entre la France et la Thaïlande.



Servir les besoins de nos entreprises membres par la mise en place de services ou d'événements.



Franco-Thai Chamber of Commerce (FTCC)



in/franco-thai chamber



@francothaicc

Activités Régulières

Atelier crochet et tricot : Cet atelier vous est proposé un lundi sur deux, de 14h à 17h. 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 Brotons, 0929968683, pat.brotons@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.

On écrit, on lit ses textes aux autres, on 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.

La proposition d'écriture est envoyée par courriel et quelques jours après nous nous réunissons en ligne et en soirée pour lire les textes et les commenter avec bienveillance en vue d'une éventuelle amélioration. 350 bahts par personne et par séance.

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 120 bahts pour les 2 heures de badminton (sur une base de 4 joueurs) comprend la location des terrains et les volants.

Contact: Clara Bozon, 0827254530. clara.bkk.accueil@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 180 bahts/heure, une heure de coaching (de 9h à 10h) 650 bahts/heure pour 3 participants, et le prix global est divisé par le nombre de joueurs présents. Les participants viennent avec leur raquette ou nous avons toujours 1 raquette 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: Fariza Oudina 091 009 4870, fariza210@hotmail.com

Bridge : Le groupe se réunit les jeudis à partir de 9h chez les uns et les autres et joue jusqu'à 12h30. 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: Fabienne Martinez, 0817340216, fabiennebgk@hotmail.com

Course à pied : Pour simplement prendre du plaisir et entretenir sa forme de manière conviviale ou pour participer à quelques "coursées", 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

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, 0829377199, zerodechetbkk@gmail.com

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 covoiturage 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 à partir de 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 1h de marche !

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

Marche rapide : Les mardis matins, départ 7h15 du Soi 2 Nanglinchee, 7h30 soi 8 Suan Plu, ... Nous vous proposons de récupérer tout le monde sur le trajet, et nous adaptons les parcours, partons à la découverte des petits sois, petits parcs cachés de Sathorn. Important: nous fonctionnons avec un groupe Whats app, merci de m'envoyer un message afin que je vous ajoute.

Contact: Carine Solesse, 086-322-1041, carinesolesse@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 Trouilhat, 0817738231, trouilhatfamily@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 10 h (sauf vacances scolaires LFIB) 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

Conversation Thai pour débutant :

Descriptif :

- Groupe de 10 personnes max
- Apprendre des mots et des phrases basiques qui peuvent être utilisés pour communiquer avec les locaux.
- Apprendre quelques expressions de politesse afin de vivre une expérience positive en Thaïlande
- Appliquer et pratiquer dans des situations réelles (ex: dans un café, marché, restaurant, hôtel,...) avec des locaux
- Découvrir l'histoire et la culture thaïlandaise

Fréquence et Lieu : 2 Jeudi par mois à 10h dans le quartier Sukhumvit

Contact: Jitchaya Richard 096 569 8188 (whatsapp)

Fitness pour femme : L'activité vous permet d'améliorer votre condition physique dans la bonne humeur ! Différents types d'exercices sont utilisés pour cibler la mobilité, la stabilité, le cardio et le renforcement musculaire.

Que vous soyez débutants ou pas, les exercices peuvent être modifiés pour s'adapter à vos besoins. Les séances se déroulent en petit groupe dynamique de 4 à 6 personnes dans le quartier Ekkamai.

Contact: Sabrina Gatti 092 676 5788, fitnesspourfemme.ba@gmail.com

Atelier couture : Envie de s'initier ou de perfectionner vos compétences? L'atelier couture est ouvert à tous. Une fois par semaine (3h), vous serez accueillis Ekkamai soi 10 par petit groupe de 6 personnes. Deux options sont proposées:

1. Atelier débutant :

- Se familiariser à la machine à coudre
- Réalisation de projets simple : Serviette de table, sac, vêtements simples

2. Atelier Intermédiaire :

Réalisations :

- Sac à main
- Sac à tarte
- Housse de coussin avec fermeture éclair
- Vêtements plus complexes

Une participation financière sera demandée pour l'achat du matériel et du tissu.
(A définir selon le projet)

Contact: Olga Courbet 080 058 8835, olga1305bc@gmail.com

Atelier Bangkok Entreprendre : Si vous avez envie de développer un projet professionnel, cet atelier pourra éclaircir vos idées !

Quelques fois en arrivant dans un nouveau pays, on a une idée mais on ne sait pas trop comment s'y prendre pour la mettre en action. On est confronté à une culture différente et à une administration compliquée...

Cet atelier mensuel permettra d'aborder un sujet différent à chaque séance (durée 1h30 à 2h)

Objectifs :

- Avoir des retours d'expérience et des informations de gens compétents
- Mettre en lumière le fonctionnement du monde économique et des contraintes mercantiles
- Permettre l'échange entre personnes qui font face aux mêmes problématiques
- Développer son projet

Contact: Christine Blom 080 007 4174, Petemiro@gmail.com



**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



Credit @Tawatchai on Freepik





Votre identité.
Votre marque.
Nos designs et nos solutions web.
Pour vous.

S
U
Z
A
K
U

P
R
O
D
U
C
T
I
O
N
S

08.

Quelle que soit la taille de votre projet, nous disons Oui !
Nous avons les solutions qui correspondent à vos envies,
vos idées et votre budget.
N'hésitez pas à nous contacter pour tous vos projets !



Suzaku Productions,
votre agence créative française à Bangkok
Contact@suzakuproductions.com
Réduction de 15% pour les membres de Bangkok Accueil

