

9^{ème} Journée du Tibet Libre

9^{ème} Journée du Tibet Libre

Paix Liberté
ཞིབ། རང་དབང།



Chaque 10 mars depuis 2015, la municipalité met le Tibet à l'honneur pour honorer un peuple victime de l'invasion par la Chine communiste et opprimé depuis le massacre de Lhasa en 1959.

La Direction des Actions Municipales, en partenariat avec les associations et en présence de Véronique Jannot, marraine de la manifestation, Migmar Jannot, Hermès Garanger, Davina Gelek Drölkar et Natalie Fuchs, évoque ici tous les aspects de la civilisation tibétaine en proposant des conférences, des films, des expositions, des animations et de nombreux stands à découvrir.

Si les événements actuels en Ukraine, en France, au Yémen occultent la cause tibétaine, il n'en demeure pas moins qu'elle reste toujours une cause à défendre comme le démontre également la répression à l'égard des Ouïghours.

Personne n'a jamais songé à soutenir militairement le Tibet lorsque la Chine l'a envahi en 1950 et personne n'y songe davantage aujourd'hui ; mais en refusant le mensonge officiel, en le dénonçant et en soutenant le peuple tibétain pour préserver sa culture, nous faisons un acte de solidarité essentiel car il n'y a pire complicité avec la dictature que le silence.

Lionel LUCA
Membre Honoraire du Parlement
Maire de Villeneuve Loubet
Vice-Président de la
Communauté d'Agglomération Sophia-Antipolis

9^{ème} Journée du Tibet Libre

Paix Liberté
ཞིབ། རང་དབང།

- ### ACCÈS
- Par les transports en commun -
Ligne bus 650 (ex-500) Nice-Grasse (arrêt Villeneuve village)
 - En voiture -
Autoroute A8 (sortie 47 puis direction village)
Depuis Grasse : RD 2085 Route de Grasse
 - En vélo -
Piste cyclable "La Villeneuveoise" depuis le bord de mer
 - Aire de parking conseillée -
Suivre la signalétique
 - Parking des Plans : 506 places gratuites (5 mn à pied)
 - Stationnement pour Personnes à Mobilité Réduite à proximité de la Fête

Information
Office de Tourisme
16, avenue de la Mer - 04 92 02 66 16

www.villeneuveloubet.fr



Préambule

En attendant le 12 mars...



Une visite découverte au fil d'un parcours comprenant photographies, kakémons, costumes, objets traditionnels, vidéos à thèmes... proposée par l'association "Alpes Himalaya" en collaboration avec la Direction des Actions Municipales. Vernissage le 24 février à 18h30.

Les expositions du 12 mars

- B Hall de la mairie**
"Nomade" par l'association "France Tibet Côte d'Azur"
 - E Place des Himalayas**
"Climat, le "troisième pôle" menacé" par l'association "France Tibet Côte d'Azur"
 - G Place de Lhasa - Podium central**
Les dessins des élèves du périscolaire de Villeneuve Loubet sur la culture tibétaine
 - H Placette Alexandra David-Néel**
"Sur les pas d'Alexandra David-Néel"
Un hommage à la grande exploratrice, tibétologue, écrivaine..., sur la Placette éponyme
 - L Espace de recueillement et d'exposition**
Hommage aux immolés et prisonniers par l'association "France Tibet Côte d'Azur"
 - M Jardin Auguste Escoffier**
Photographies "Visages du Tibet" par l'association "France Tibet"
Photographies "Couleurs du Tibet" par Alain Rebours
- "Défense des Droits de l'Homme : le cas tibétain" rétrospective de Lionel Luca, maire de Villeneuve Loubet, membre honoraire du Parlement
- "Mourir pour une mère de cheveux", hommage spécial aux femmes iraniennes par Lucie Rouillon, Conseil Local de Sécurité et de Prévention de la Délinquance (CLSPD)

- BON À SAVOIR -
Les restaurants du Village proposent des plats et menus tibétains à consommer sur place ou à emporter

Villeneuve Loubet défenseur de la cause tibétaine

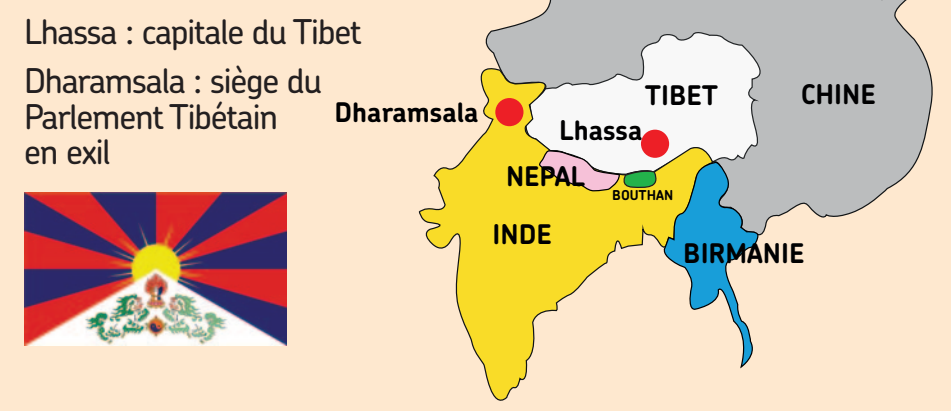
Pas seulement le temps de la manifestation mais c'est toute l'année que Villeneuve affiche son soutien au peuple tibétain. Dès les entrées de ville, un panneau annonce le parrainage du Dzong (forteresse) de Lhun-tse et le drapeau tibétain pavoise au fronton de la mairie.



Le Tibet

Nom officiel : Région autonome du Tibet
Superficie : 1 221 600 km² - Capitale : Lhasa
Gentilé : Tibétain/Tibétaine
Langue officielle : mandarin (avant l'invasion chinoise, le tibétain avait le statut de langue officielle)
Tibet historique : Superficie : 2 800 000 km²
Nombre d'habitants estimé : moins de 6 millions et 160 000 exiliés
Densité de population : 2,1 habitants/km²
Espérance de vie : 67 ans

Religions
La religion principale au Tibet est le bouddhisme tibétain, dont le Dalai-Lama tient le rôle suprême. Le Tibet est le lieu d'une tradition spirituelle originale appelée Bön et qui était la religion majoritaire au Tibet, avant l'arrivée du Bouddhisme. Il a pour intermédiaire des prêtres et des chamans pour communiquer avec les esprits, les dieux et les démons. On observe également la présence de l'Islam et du Catholicisme.



Le petit Tibet

À l'extrême nord de l'Inde, dans le district du Ladakh (seul état indien qui s'étend de part et d'autre de l'Himalaya) se trouve le Zaskar, région himalayenne isolée composée de hauts plateaux désertiques et de paysages minéraux.

Petite vallée de l'Himalaya indien, le Zaskar est peuplé d'environ 15 000 habitants répartis en 25 villages dont Padum, le plus important. Hormis une petite communauté musulmane à Padum, les Zaskarpas sont bouddhistes lamaïstes.

Sur le toit du monde, à 4000 mètres d'altitude, dans ces hautes vallées arides au climat rude, l'isolement est total. C'est là que la culture bouddhiste tibétaine résiste aux conditions de vie extrêmes.

Pour la plupart des Tibétains, le Ladakh est, de nos jours, plus semblable au Tibet que ne l'est devenu le Tibet lui-même en raison de l'invasion chinoise.

1. **L'énergie du souffle** - Pratiques de Qi gong, Lu Jang, Taji Quan et méditation. Documentation sur l'association. Vente de bibelots tibétains : drapeaux, encens, mala... Thé chai et café : 1€
 2. **Aide à l'enfance tibétaine** - Parrainage d'enfants et de personnes âgées réfugiés en Inde et au Népal. Vente d'articles et bijoux artisanaux. **Exposition** photos sur le parrainage
 3. **ETHIC** - Soutien de projets humanitaire, éducatif et médical pour le Tibet. Information sur l'association. Vente d'objets himalayens. **Animation** jeux "Combien tu pèses ?" Devinez le poids du lot à gagner. **Exposition** photographies du Bhoutan
 4. **Institut Karmapa** - Valderroure (06). Centre d'études de méditation et philosophies bouddhistes. Information sur les activités du centre. Vente de livres sur le Bouddhisme
 5. **France Tibet Occitanie** - Favoriser l'émergence d'une solution pacifique à la question tibétaine, pérenniser sa culture, et aider les réfugiés tibétains. **Animation** atelier de cerfs-volants avec essais en vol (Placette Alexandra David-Néel)
 6. **Shanty Art** - Vente d'artisanat local du Tibet. **Exposition** photos et peintures tibétaines réalisées par Shanty et Eric
 7. **Aide au Zaskar (AAZ)** - Soutien scolaire pour le peuple tibétain. Information sur l'association. **Exposition** sur le Zaskar
 8. **Vibressence** - Informations, explications et activités autour de la "vibration". **Animation** séances découvertes de sono-thérapie
- ESPACE AUTEURS - Vente et dédiées de livres et DVD**
9. **Librairie La Pleiade** - Vente de livres sur le Tibet et la spiritualité
 10. **Hermès Garanger** - Lama, conférencière, productrice de télévision et écrivaine, parlant tibétain
 11. **Véronique Jannot** - Actrice et chanteuse, présidente de l'association "Graines d'Avenir". Milite pour la liberté au Tibet et soutient les enfants tibétains en exil
 12. **Davina Delor** - Moniale bouddhiste (Vénérable Davina Dhāmmā Gelek Drölkar). Écrivaine tibétaine, soignante et enseignante. Soutient les enfants du Tibet et leurs familles réfugiées à Tenzingang (Inde). Aide les monastères. Association Chökyar Ling
 13. **Natalie Fuchs** - Lealeme Production. Metteur en scène, productrice du film "Kalachakra - L'Éveil"
 14. **Point Info Tibet** - Informations générales sur la manifestation et le Tibet, signification des lieux tibétains de la manifestation, tombola...

- ESPACES DE RESTAURATION TIBÉTAINE**
15. **1 Avenue de la Liberté**
 16. **Foodtruck végétarien** - Vente de mets tibétains végétariens. Sur place ou à emporter
 17. **Place du Dzong de Lhun-tse**
 18. **Amicale du personnel Communal** - Sur place ou à emporter.

19. **Place du Dzong de Lhun-tse (Place Carnot)**
Tibet les enfants de l'espoir - Association humanitaire nantaise. Parrainage d'enfants, soutien à des projets éducatifs et humanitaires. Diaporama et panneaux d'informations sur l'association. Vente d'artisanat : étiles, sacs, cartes postales
20. **La boutique des enfants du Népal** - Aide aux enfants du Népal et information sur l'association. Vente d'artisanat du Népal
21. **Souf Dorjee** - Vente d'artisanat fabriqué par les réfugiés tibétains en exil : bijoux, colliers, bracelets...
22. **Urgence Tibet Solidarité Nîmes** - Association humanitaire en soutien à la culture tibétaine. Parrainage d'enfants. Financement de projets dans les écoles du Nord de l'Inde. Vente d'artisanat tibétain
23. **Loisirs créatifs tibétains** - Expositions de mandalas colorés et painneaux explicatifs. **Animation** coloriage de mandalas pour petits et grands et atelier de pliage de serviette en forme de Lotus
24. **Urgence Tibet Dijon** - Tente tibétaine d'apparat. Soutien politique, culturel et humanitaire au Tibet. Vente d'artisanat au profit d'une école de réfugiés tibétains. **Exposition** Tibet, 70 ans d'oppression chinoise !
25. **Kyung** - Transmet les traditions anciennes himalayennes. Vente d'artisanat unique : amulettes, ouvrages de protection en Tsatsa divinité gardée, bijouxeries tertiaires en argent, élixir de soins
26. **Cinquième souffle solutions** - Aide au développement local, aux liens sociale, économique et culturels. **Animation** atelier mandala géant prêt collectivement par des enfants et des adultes
27. **Alpes Himalaya** - Soutien à l'éducation, la culture, la santé, et l'environnement au Ladakh/Zaskar et l'Himalaya indien. Information sur l'association. Vente d'objets du Zaskar et du Nord de l'Inde. **Animation** atelier enfants sur l'apprentissage du mandala de sable

- ANIMATIONS - EXPOSITIONS - INFO-PHOTOS**
sont également proposées sur les stands
- Animations, conférences et films**
- A Salle Joseph Donon**
9h - Atelier : "Lujong" - Yoga tibétain avec Dominique et Nadège Caubel de l'association "L'énergie du souffle"
10h15 - Le Chamanisme ancestral du Bouddhisme tibétain et l'Oracle du Nouveau Monde" par la Vénérable Davina Dhāmmā Gelek Drölkar, association "Chökyor Ling"
Suivi d'un échange avec le public et séance de dédiées

- 11h15 - Atelier de yoga du son : effets du chant vibratoire, relaxation, respiration et réalignement, "Chant des voyelles sacrées" avec Joël Berthelot, association "Vibressence"
14h - Le Chemin vers la paix intérieure" par le Lama Tréhor, directeur spirituel de l'institut "Karmapa" - Valderroure (06)
15h15 - Film : "Dakinis, le féminin de la sagesse" écrit et réalisé par Véronique Jannot, actrice et chanteuse, présidente de l'association "Graines d'Avenir". Suivi d'un échange avec le public et séance de dédiées
- B Salle du Conseil municipal**
9h - "Dernières actualités au Tibet" par Marcelle Roux, présidente de l'association "France Tibet"
9h45 - Film documentaire : "Hymne à la Beauté" d'Hermès Garanger, Lama, conférencier, productrice de télévision et écrivaine, parlant tibétain. Film réalisé lors d'une exposition de Matthieu Ricard à Paris
10h15 - Méditation : "Auto-bienveillance et Altruisme" par Mahalia Dalmasso, thérapeute hospitalier, formatrice et instructrice de pleine conscience - "Essor Santé"
11h15 - "Lama à 19 ans... Et après ?" par Hermès Garanger, Lama, conférencier, productrice de télévision et écrivaine, parlant tibétain. Suivi d'une séance de dédiées de son livre "Eveil et Lumière" (Villeneuve Loubet Village)
14h - Pratique du yoga et de la sophrologie avec Hélène Echasson et Anne-Marie Obasa de l'association "Yoga Sophrologie et art de vivre (YSAV)"
15h15 - "Le Bouddhisme Tibétain et le Tibet" par Claude ANDRE, tibétologue et conférencier
16h - "Mythes et Légendes des guerriers et des Tsatsa dans la culture Himalayenne" par Nyima Dolma Sundari de l'association "Kyung"
- N Espace Evell et Lumière**
9h - "Les habitants du Ladakh/Zaskar (Himalaya indien) face au changement climatique et aux risques liés à la fonte des glaciers, aux glissements de terrain et aux inondations meurtrières" par Françoise Giroud, vice-présidente de l'association "Alpes Himalaya"
10h - Méditation de compassion et visualisation par Marie-Josée Haber de l'association "Méditation Laïque - La maison de Tara"
11h15 - "La pleine conscience" par Gérard Nango, énergéticien, et Louisa Mercier, ostéopathe énergétique, du centre "Eveil et Lumière" (Villeneuve Loubet Village)
14h30 - "Aspects de la culture Tibétaine" par Gérard Faccouer, président de l'association "Urgence Tibet Dijon"
15h45 - Fong Shui : "S'inspirer de l'art tibétain pour purifier, harmoniser et décorer sa maison" par Marie-Josée Haber de l'association "Méditation Laïque - La maison de Tara"
16h15 - Pratique de méditation sur chaise axée sur l'observation du corps et du souffle par Dominique et Nadège Caubel de l'association "L'énergie du souffle"

Musée d'Histoire et d'Art
Toute la journée - **Animation** Création du mandala de l'Amour-Compassion par le Vénérable Tenzin Penpa, moine bouddhiste enseignant, spécialisée dans la création des mandalas sacrés tibétains. Association "Terre du Cœur"
17h30 - Cérémonie de dissolution du grand mandala de sable par le Vénérable Tenzin Penpa, Gueshe, puis dispersion dans le fleuve "Loup" à partir du pont K. Début du mandala la veille samedi 11 mars 2023 à partir de 14h

E Place des Himalayas (Place Artus)
11h55 - Chorégraphie "L'École du Tibet" et "Dolma Lhamo" avec Arielle Deffolie et les jeunes du Centre de Loisirs (8/12ans)
12h - **Hommage du maire, Lionel Luca, à la cause tibétaine**
En présence des élus du Conseil Municipal, de tibétains, des invités, des associations de soutien au Tibet, des intervenants, des bénévoles et de la population

- J Place du Potala (Musée Escoffier - Cour intérieure)**
10h - Lecture de 6 contes tibétains (Un lac de pièces d'or - Le mouton bleu de Karmapa - Pour l'avenir de Nyima et par amour pour elle - Grâce à la Chine - Les Tibétains, fils d'un singe et d'un démon) et autres textes pour public adulte par Ghislaine Rigamonti de l'association Tibet - Les enfants de l'espoir
10h40 - Spectacle traditionnel de la région des Himalayas