

# La SENEGAZELLE au NEPAL

du 21 octobre au 31 octobre 2023



## Les Angevines Ladies



Anne-Laure FERRAPIE et Sophie CULTY

[fferrapie@orange.fr](mailto:fferrapie@orange.fr)

[sophie.culty@orange.fr](mailto:sophie.culty@orange.fr)

# Le projet: Sportif et Solidaire



- La Sénagazelle est une épreuve de course à pied, exclusivement féminine, à allure libre, par étape, au cours de laquelle une action de solidarité scolaire est organisée.
- Le lieu d'arrivée de chaque étape est situé dans une école dans laquelle l'action solidaire est organisée.
- Chaque participante s'engage à amener du matériel scolaire qu'elle distribuera aux élèves qu'elle rencontrera.

# Le projet sportif

**La course se déroule sur une semaine, en 6 étapes d'environ 10 kms, avec des dénivelés variables et d'altitude maximum de 1 500 m.**

**Les espaces de course sont variés : forêts, rizières... avec traversées de petits villages, au contact de la population locale.**

**C'est un cheminement de Kathmandu vers les Annapurnas:**

- Pokhara, base de départ des expéditions himalayennes**
- Bandhipur, haut lieu ancestral d'échanges commerciaux entre le Tibet, l'Inde et le Népal**
- Kathmandu, capitale économique du Népal**



# Le projet solidaire

**L'action solidaire se concrétise par l'apport de matériel scolaire.**

**Chaque gazelle prépare un colis de fournitures remis directement aux élèves dans les écoles.**

**Au cours du séjour, plusieurs établissements scolaires seront visités**

**L'aide apportée permettra aux enfants de travailler dans de meilleures conditions et ainsi de rendre plus efficace l'action éducative des enseignants.**



# Le projet solidaire

Pour le matériel scolaire, les élèves ont besoin de cahiers, d'ardoises, de crayons de toutes sortes (couleurs, en bois, stylos...), règles, gommés, trousse, petites sacoches...

Nous irons aussi à la rencontre de jeunes enfants (3/6 ans), des jouets peu volumineux, des peluches, peuvent aussi être acheminés.

Une fois sur place, des lots pour les différentes écoles seront confectionnés en fonction des niveaux de classes et du nombre d'élèves rencontrés.



# Notre Equipe

## **Angevines d'adoption**

- amies et collègues en Centre de Rééducation
- Anne-Laure médecin, Sophie orthophoniste
- chacune mère de trois enfants

## **Sportives régulières du dimanche**

- découverte plaisir de l'ambiance des courses:
- relever des défis personnels: Trek dans le désert (Anne-Laure), Marathon (Sophie)

## **Animées par l'envie de :**

- partager une aventure humaine et solidaire
- découvrir un pays et une culture riche
- réaliser un projet sportif à deux
- se dépasser et se soutenir dans un but humanitaire

# Nos besoins



Des Fournitures Scolaires

**Cahiers, Ardoises , Crayons de toutes sortes (couleurs, en bois, stylos...) , Règle, Gommages, Trousses, Petites sacoches, Jouets peu volumineux, Peluches**



Le Financement

- Démarcher des sponsors**
- Actions :  
vente brioches, vente de vin...**
- Cagnotte en ligne**

# L'Echo médiatique



**Présence de la Sénégazelle au Népal tout au long de l'année sur de nombreuses courses à travers la France: La Parisienne, La Rochambelle à Caen, La Grégorienne, la Roazhon Run...**



[www.senegazelle.fr](http://www.senegazelle.fr)



**-Presse nationale spécialisée :**

Jogging International, Running Attitude, Trail Attitude

**-Presse quotidienne régionale :**

Ouest France, Le Télégramme, Le Dauphiné, L'Echo....



**Reportage télévisuel :**

Télématin sur France 2, émission « Terre de sports » sur TV5 Monde, Journal télévisé de France 3 Ouest



**facebook**

**Page des Angevines Ladies**