

# NEWSLETTER DE L'AFAEL

## JANVIER 2019



### Edito du président

Chers amis,

Grâce à votre généreux soutien, l'Association Franco-Australienne d'Aide aux Enfants du Laos a pu poursuivre ses actions. Cette année aura vu les premiers éléments du projet "Ecole-Santé" se mettre en place. A terme, nous souhaitons installer dans chaque site scolaire aidé par l'AFAEL des outils de première nécessité pour un suivi de la santé des enfants.

Nous envisageons un projet commun avec les 5 sites d'écoles (3600 élèves) que l'AFAEL soutient pour qu'elles deviennent des sites pilotes dans la notion de conduite éthiques pour les enfants, mais également de développement durable pour la protection de l'environnement : par la non utilisation des objets en plastique, l'alimentation saine, l'hygiène et la protection de la biodiversité...



Les dotations en matériel scolaire ont concerné principalement cette année l'école de Vangma située au Nord de Vientiane dans un secteur particulièrement isolé.

En France, nous avons organisé plusieurs manifestations nous permettant de consolider les recettes nécessaires à nos actions : participation au concert - rock d'Avaray, brocante de la Chapelle Vendomoise, tournoi de bowling et bien sûr le traditionnel loto/tombola de février grâce au soutien de la municipalité de la Chapelle Vendomoise à qui nous exprimons notre reconnaissance.

Je tiens à vous remercier pour le soutien et l'aide que vous m'avez apportés tout au long de 2018. Que 2019 vous apporte la paix et la sérénité  
Que la joie et la santé vous accompagnent.  
Que la force soit avec nous pour poursuivre le chemin engagé pour ces enfants qui nous sont chers.

Kham et le Conseil d'administration de l'AFAEL

## Un peu plus sur le Laos...Le riz gluant : la base de l'alimentation !

Au Laos, le riz gluant est appelé *khao niao* (thaïlandais/laotien). Il est préparé par trempage pendant plusieurs heures, suivi d'une cuisson à la vapeur dans un panier en bambou conique. Le panier en bambou est disposé dans une jarre en aluminium ou en terre cuite remplie d'eau, que l'on met à chauffer afin de faire monter la vapeur à travers le panier. Un couvercle standard est disposé sur le panier conique. Le riz est retourné à mi-cuisson (en général 30 minutes) par un mouvement énergique qui permet de le décoller. Une fois que la cuisson est terminée, le riz est disposé dans de petits récipients en bambou. Cela donne un riz qui est collant mais sec, plutôt qu'humide et gélatineux comme les variétés non gluantes. On se sert des doigts de la main droite pour façonner des boulettes, couramment trempées dans différents types de sauces lors de la dégustation.



source : wikipedia

Le khao niao est aussi consommé avec les desserts. Le khao niao moon est fait de khao niao étuvé avec du lait de noix de coco qui peut être servi avec des mangues ou des durians bien mûrs. Enfin, le khao niao kluay ou nome est fait de banane et de khao niao étuvés ensemble, généralement avec du lait de noix de coco.

### Soutenez l'action de l'AFAEL

Vous êtes sensible au sort des populations laotiennes et en particulier à l'avenir de ses enfants. Adhérez ou faites adhérer à notre association en contactant notre président : **Kham Saysanavongphet** au **07 71 14 13 96**

#### Sur votre calendrier.



Samedi 26 janvier : Assemblée générale à La Chapelle Vendômoise.  
Dimanche 10 mars : Loto de l'AFAEL à La Chapelle Vendômoise.

*Le président et les administrateurs de l'AFAEL vous souhaitent un très belle année 2019.*

#### Bulletin d'adhésion

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Adresse mail :

J'adhère à l'AFAEL et je règle une cotisation de 25 €.

Je fais un don de :

adressés à Kham Saysanavongphet – 15, route de Vendôme – 41330 La Chapelle-Vendômoise

**SUIVEZ-NOUS sur facebook @afael.org et sur www.afael.org**