

SAMEDI 18 JUILLET

09h00 – 10h00 | Petit-déjeuner

11h00 – 19h00 | Ateliers culturels en parallèle (salle B // minimum 4 personnes)

Atelier 1 : Calligraphie tibétaine et coloriage de Thangka, animé par **Tashi Gentsen**.

Atelier 2 : Démonstration et explications du massage tibétain par le masseur **Thupten Gyatso**.

Atelier 3 : Contes et chansons pour enfants, dirigé par **Kris**.

1h00 – 12h30 | Cinéma tibétain : Projection & Débat

Film-documentaire : « Jigträl — Les intrépides » (25min)

Rencontre : Échange animé par **Dechen Pemba** (en ligne) et **Lhamo Yangchen** à l'issue de la projection.

13h00 | Déjeuner

16h30 – 17h00 | Conférence thématique I

« Traduction ou réinterprétation ? » par **Frédéric Bourdais** (Intervention en français).

17h10 – 17h40 | Conférence thématique II

« Un pont de soie blanche — Présentation de l'association Khata Karpo de Paris »

par **Hélène Dorseuil** (Fondatrice et présidente de l'association Khata Karpo).

18h00 – 18h40 | Conférence thématique III

« De Lhassa au royaume de Guge — Hier et aujourd'hui » par **Kris** (Christine Marchou)

20h00 | Dîner traditionnel

21h20 | Spectacle vivant : Fusion d'Opéras - Une performance unique d'Opéra traditionnel tibétain,

entremêlée d'intermèdes d'Opéra classique occidental. Troupe d'Opéra Tibétain de Paris :

Namgyal Chonzom Khangsar (Directrice de la troupe)

Tsering Wangdu (Chanteur et directeur musical) **Lobsang Tenzin** (Comédien)

Opera classique: Sonam-Saga GENTSEN (soprano) accompagné par le pianiste **Sengha GENTSEN**

22h00 | Gorshey (Danse du cercle traditionnelle)

23h50 | Clôture de la journée

DIMANCHE 19 JUILLET

09h00 – 10h00 | Petit-déjeuner

10h00 – 19h00 | Ateliers culturels en parallèle (salle B // minimum 4 personnes)

Atelier 1 : Chansons et danses traditionnelles tibétaines, avec **Namgyal Chonzom Khangsar** et **Tsering Wangdu**.

Atelier 2 : Calligraphie tibétaine, avec **Tashi GENTSEN**.

Atelier 3 : Démonstration et explications du massage tibétain par le masseur **Thupten Gyatso**.

Atelier 4: Yoga Lu Jong, avec **Marie Nanchen**.

10h50–13h20 | Activités de plein air au bord du lac (payantes et sur réservation //20 personnes max.)

Balade en pédalo, moment de détente à la guinguette (le Coin Sauvage) dans les bois, pique-nique et temps d'échange convivial.

13h20 | Déjeuner (à la « Maison du Lac » pour les non-participants)

16h30 – 17h20 | Conférence & Témoignage I (en ligne)

« Du Tibet à l'Australie — Le chemin de l'étude du Dharma et de la méditation » par **Lobsang Nyandak** (Australie).

17h25 – 18h00 | Pause-café

18h20 – 19h10 | Conférence II

« Étude sur l'évolution historique et la classification des styles d'écriture tibétaine »

par **Puntsok Wanggyal** (États-Unis), doctorant à l'Université de Columbia (en anglais avec traduction simultanée en français.)

19h50 | Dîner traditionnel

21h10 | Projection du film documentaire : « KOKONOR » réalisé par **Dorje Tsering Chenaktsang**

Rencontre avec le réalisateur.

22h10 | **Gorshey** (Danse du cercle traditionnelle).

23h30 | Clôture de la journée

LUNDI 20 JUILLET

09h00 – 10h00 | Petit-déjeuner

11h00 – 16h00 | Ateliers : (salle B // minimum 4 personnes)

Atelier 1 : Calligraphie tibétaine, animé par **Tashi GENTSEN**.

Atelier 2 : Yoga Lu Jong, avec **Julie** et **Marie Nanchen**.

Atelier 3: Démonstration et explications du massage tibétain par **Thupten Gyatso**.

13h00 | Déjeuner de clôture.

16h00 | Clôture officielle et fin du festival.

Rappel:

Hébergement : a) Le camping le plus proche est le "Camping Le Fort", il dispose de mobile-home et d'emplacements pour vos tentes et van/voiture. Pensez à réserver vos emplacements ou hébergements directement auprès d'eux au 06 71 90 75 80. <https://www.campinglefortmontbel.com/> // <https://www.festivaltibetmb.com/>

b) Chambre chez l'habitant. Maison à Montbel 06.08.77.28.76



Côté paiement : Attention, les cartes bancaires ne sont pas acceptées sur place. Nous prenons uniquement les espèces ou les chèques. Pas de distributeur de billets dans le village.

Pour les repas : Afin de nous aider à nous organiser au mieux, merci de réserver impérativement vos repas à l'avance par SMS ou par e-mail, en précisant.

Location vacances Montbel 300 m du Lac
Cette maison de 80m2 est située au village de Montbel avec vue imprenable sur le lac.
1 chambre avec lit 140X190, 1 salon salle à manger, 1 deuxième chambre très spacieuse avec 1 lit 140X190 un canapé lit 140X190. Deux salles de bain, deux WC, un accès wifi, terrasse couverte, jardin face au lac, barbecue, salon de jardin, parasol....
Tarifs entre 80€ et 150€ la nuit selon nombre de personnes et la période.
Renseignements : 0608772876



Remerciements chaleureux

L'association GZI remercie chaleureusement la Mairie de Montbel, Jacques Vergnes, Frédéric Bourdais, Claude Fressonnet, Champa Le Lous, le Comité des fêtes de Montbel pour leur précieux soutien. Merci à tous les participants, bénévoles et donateurs sans qui le festival ne verrait pas le jour.

Un grand merci particulier à
M. Philippe de Saint Victor.