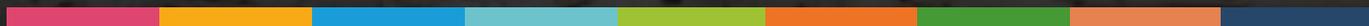


RAPPORT ANNUEL
2023



karuna
shechen

altruisme
en action





“

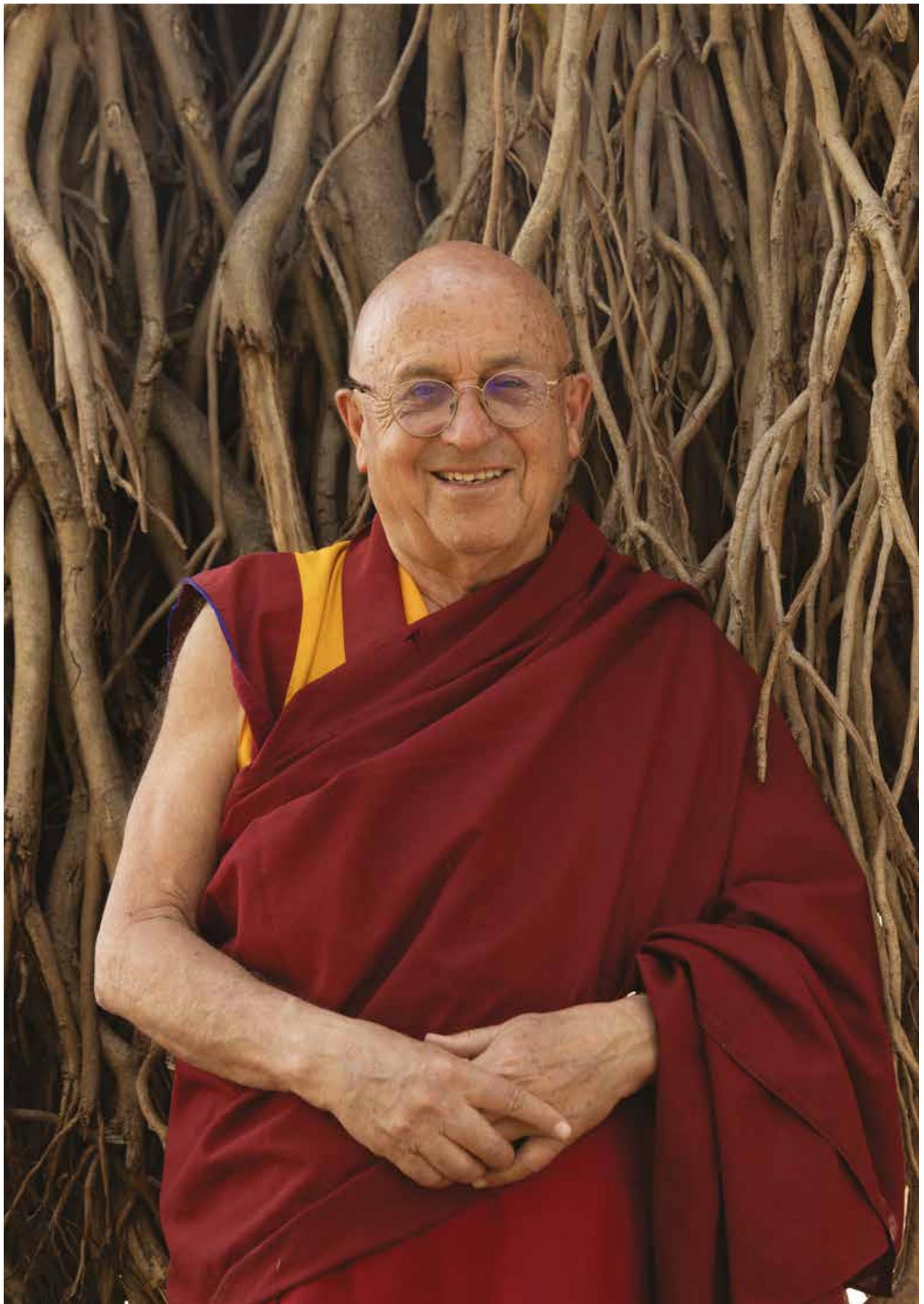
Il faut toujours garder les deux yeux ouverts,
un œil sur la misère du monde pour la combattre,
un œil sur sa beauté ineffable, pour rendre grâce.

L'ABBÉ PIERRE

PRÊTRE CATHOLIQUE FRANÇAIS, RÉSISTANT
ET FONDATEUR DU MOUVEMENT EMMAÛS

Le sommaire

L'édito	5
L'association	6
Nos missions	
Notre vision	
Les valeurs qui nous unissent	
À l'aube de nos 25 ans	
Ce qui a compté en 2023	8
Les temps forts	10
Agir sur le terrain	13
Les régions isolées où nous agissons	
Le modèle d'Altruisme en Action	
Celles et ceux qui œuvrent sur le terrain	
Nos thématiques d'intervention	
Santé et hygiène	
Éducation	
Sécurité alimentaire	
Développement économique	
Environnement	
Projets partenaires	
Le Tibet	
Plaider pour l'altruisme	33
S'inspirer	
S'entraîner	
S'engager	
Les projets phares	
L'équipe	38
Joie et gratitude	40
Le résumé financier	42



Chères amies et amis

C'est avec une profonde gratitude et une grande joie que je partage avec vous le fruit de notre travail collectif, animé par notre engagement pour l'altruisme.

Nous restons plus que jamais convaincus de la nécessité de cultiver la bienveillance et la coopération pour bâtir un monde meilleur, pour relever les défis de notre temps et ceux de demain. Nous sommes heureux de continuer avec vous, nos bienfaiteurs et bienfaitrices, partenaires et membres de Karuna, à nous engager humblement dans cet idéal.

En 2023, notre approche holistique a permis à plus d'un million de personnes en Inde, au Népal et au Tibet d'agir pour leur bien-être et leur futur. C'est aussi plus de 22 000 animaux qui ont été soignés par l'association. En agissant conjointement sur la santé et l'hygiène, l'éducation, la sécurité alimentaire, le développement économique et la préservation de l'environnement, nous offrons aux communautés les moyens de s'extraire de la pauvreté, grâce à la détermination de nos équipes.

Depuis nos débuts il y a bientôt 25 ans, nous avons à cœur de répondre au plus près des besoins des populations accompagnées. Le Modèle d'Altruisme en Action, en expérimentation dans les régions du Darjeeling en Inde et du Kapilvastu au Népal depuis 2023, nous engage encore plus sur la voie de l'écoute active et de la bienveillance, pour que chaque personne puisse s'épanouir et déployer son potentiel altruiste. Nous y testons les modalités d'opération de demain, avec la conviction qu'encourager la coopération et l'expression de l'altruisme au sein des communautés permet de briser plus efficacement le cycle de la pauvreté. Cela me remplit de joie et de confiance dans l'avenir de Karuna-Shechen !

En parallèle, notre plaidoyer se développe avec l'organisation des Rencontres Altruistes qui aspirent à être un événement phare, révélant et réunissant des acteurs et actrices engagés en faveur d'un monde plus solidaire et apaisé. Karuna-Shechen a également lancé le programme « Résilience - Alliance Altruiste » pour accompagner des organisations humanitaires et sociales dans leur épanouissement tant professionnel que personnel.

Avec tous ces accomplissements à l'esprit, je souhaite vous remercier de tout cœur, amies et amis de la famille Karuna-Shechen, pour votre soutien continu. Ensemble, nous avançons avec courage et optimisme, nous rapprochant pas à pas de notre objectif d'un monde guidé par l'altruiste.

Avec ma gratitude la plus sincère,



Fondateur et Président d'honneur





L'ASSOCIATION *Karuna-Shechen*

Fondée en 2000 par Matthieu Ricard, Karuna-Shechen agit et plaide pour un monde plus altruiste avec la conviction que l'altruisme est une clé pour construire l'avenir et qu'il offre des solutions concrètes aux défis de notre siècle.

NOS MISSIONS

AGIR Karuna-Shechen contribue à briser le cycle de l'intense pauvreté, à renforcer la résilience et à développer le plein potentiel des populations défavorisées ou vulnérables. L'organisation travaille principalement en Inde, au Népal et au Tibet, à travers une approche locale, communautaire et holistique interconnectant les secteurs de la santé et de l'hygiène, l'éducation, la sécurité alimentaire, le développement économique et l'environnement.

PLAIDER Karuna-Shechen invite chacune et chacun à développer son potentiel altruiste, et à cheminer ensemble vers un monde plus compatissant, plus résilient et plus apaisé. L'organisation offre la possibilité de cultiver notre inspiration, des outils de pratique de la méditation et de la pleine conscience. Elle propose également des moyens de prendre part au changement et de s'impliquer de manière concrète.

NOTRE VISION

“ L'altruisme est une nécessité ! Il est en effet, non seulement l'état d'esprit le plus noble de l'être humain, mais surtout une des solutions les plus concrètes pour relever les défis du XXI^e siècle. L'altruisme concilie les exigences du court, moyen et long terme, pour aller vers une économie solidaire, le bien-être des citoyens et une considération bien plus grande envers les générations futures, l'environnement et les huit millions d'espèces avec qui nous partageons la biosphère.

MATTHIEU RICARD



LES VALEURS QUI NOUS UNISSENT

Éthique, joie et humilité

Inspirée par l'éthique universelle et laïque de l'altruisme en action et son fondateur Matthieu Ricard, Karuna-Shechen agit à son niveau avec détermination, joie et humilité. Nous nous retrouvons dans un projet commun au-delà des individualités : œuvrer ensemble pour un monde plus altruiste.

Efficacité et impact

Une vision altruiste prend tout son sens lorsqu'elle se matérialise par des actions concrètes au service d'autrui. Nous accordons une attention particulière à penser de manière rationnelle aux moyens d'aider les autres, à mesurer, évaluer et améliorer notre impact, à innover et à utiliser avec soin les ressources qui nous sont généreusement confiées.

Coopération

Chacun participe à l'intelligence collective en cultivant les principes de gouvernance horizontale, d'effacement de l'égo, de liens authentiques et d'introspection sincère. Conscients des liens d'interdépendance qui unissent tous les êtres vivants, nous nous mettons au service des autres, sans négliger nos besoins individuels.

Pratique personnelle

Nous sommes persuadés de l'importance de se transformer individuellement pour contribuer à changer le monde. Karuna offre à ses bénévoles et salariés les outils et le temps pour pratiquer régulièrement l'écoute active, la pleine conscience et développer ses compétences émotionnelles.

À L'AUBE DE NOS 25 ANS

À la source de Karuna-Shechen, il y a Matthieu Ricard et son souhait de remédier aux souffrances observées dans les régions de l'Himalaya, où il réside depuis plus d'un demi-siècle. Inspiré par les valeurs séculaires du bouddhisme et aidé de philanthropes, il fonde l'association en 2000.

Aujourd'hui, Karuna-Shechen est une ONG internationale qui rassemble des centaines de personnes à travers le monde. Nos équipes n'ont jamais cessé de placer l'altruisme au cœur de nos actions, valeur cardinale cultivée au sein de l'association comme avec les communautés accompagnées, nourrissant ainsi nos liens pour œuvrer ensemble au développement d'une société apaisée.

Ces 25 ans d'action au service des populations les plus démunies en Inde, au Népal et au Tibet nous offrent l'opportunité d'observer et de se réjouir du travail accompli, sans fermer les yeux sur ce qui reste à faire. L'année 2023 marque un cap, avec l'élargissement de nos activités en Europe et nos programmes qui dépassent le seuil symbolique d'un million de personnes aidées !

Matthieu Ricard et toute l'équipe de Karuna font le souhait de pouvoir continuer de mener à bien nos missions sur le terrain et de perpétuer notre message d'altruisme et de solidarité.

“ Ma priorité est de poursuivre le développement de l'association et de garantir sa pérennité financière, mais avant tout de m'assurer que notre socle commun de valeurs séculaires, inspirées de notre fondateur, est continuellement mis en pratique et cultivé. Être membre de Karuna est un moyen habile d'y parvenir : cela me rappelle que je dois pratiquer pour devenir une meilleure personne. C'est une chance d'exercer mon métier dans une structure qui me rappelle cela.

QUENTIN DURAND,
DIRECTEUR EXÉCUTIF

“ Au cours de l'année 2023, nous avons considérablement développé nos actions sur le terrain et notre travail de plaidoyer. Les concepts d'altruisme en action et de résilience continuent d'être le fondement de notre engagement. En Inde et au Népal, cela se traduit par les principes d'action que sont la communication libre, la prise de décision partagée et la participation active des communautés accompagnées, garants de l'efficacité et de la durabilité de nos programmes. En Europe, Karuna a lancé "Résilience", un programme de développement du potentiel altruiste individuel et collectif des acteurs du secteur social et de la santé, jouant aussi sa part dans la résolution des défis des pays occidentaux. C'est avec gratitude et reconnaissance que nous remercions tous celles et ceux qui, par leurs dons, transforment nos intentions altruistes en réalité.

WENDY WORNHAM,
ADMINISTRATRICE ET PRÉSIDENTE DE KARUNA-SHECHEN USA



CE QUI A COMPTÉ EN 2023



AGIR

494 130
personnes
accompagnées

555 000
bénéficiaires
indirects

22 000
animaux
soignés

2,9M €
dédiés aux missions

256 580
villageois
cultivent un jardin
potager

73 220
personnes
écoutées et soignées

14 315
jeunes
soutenus dans
leur scolarité


 PLAIDER

902
visiteurs

lors des Rencontres
Altruistes

400
participants

au programme
Résilience

6 521
lecteurs

de nos articles



COLLECTE DE FONDS

3 441

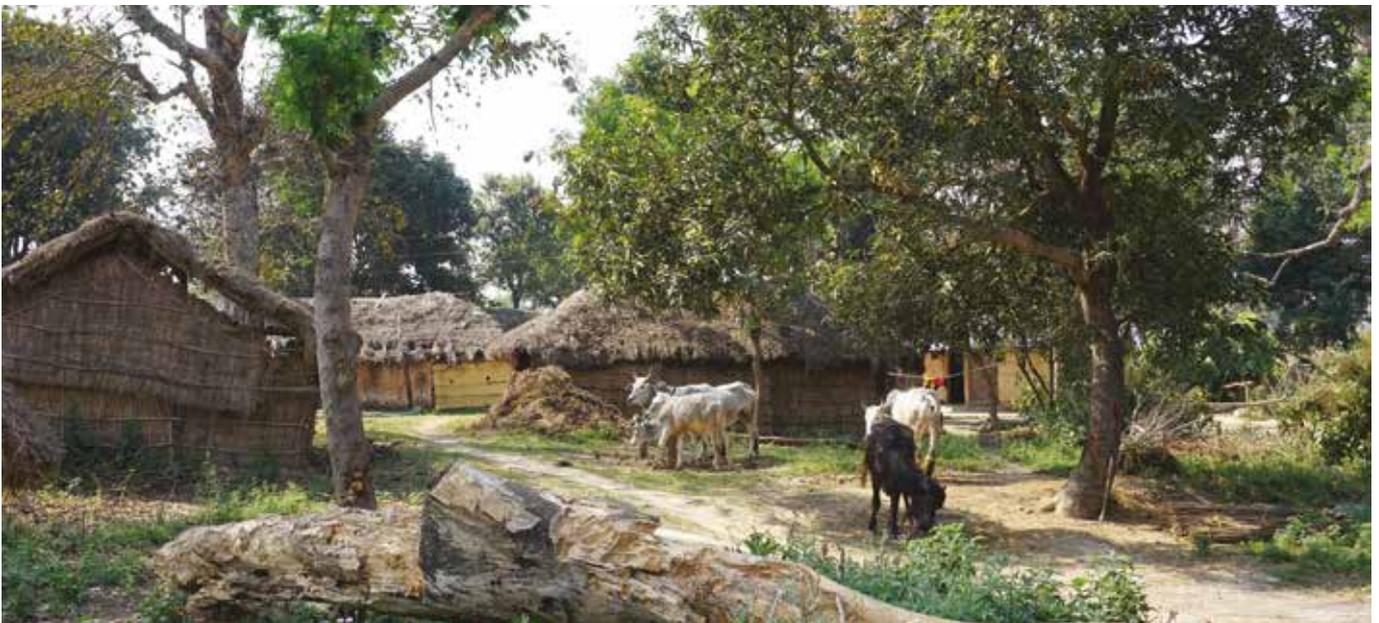
personnes ont fait
un don, depuis 57 pays

120
associations,
entreprises
et fondations

engagées à nos côtés

4

personnes
ont légué leur
patrimoine

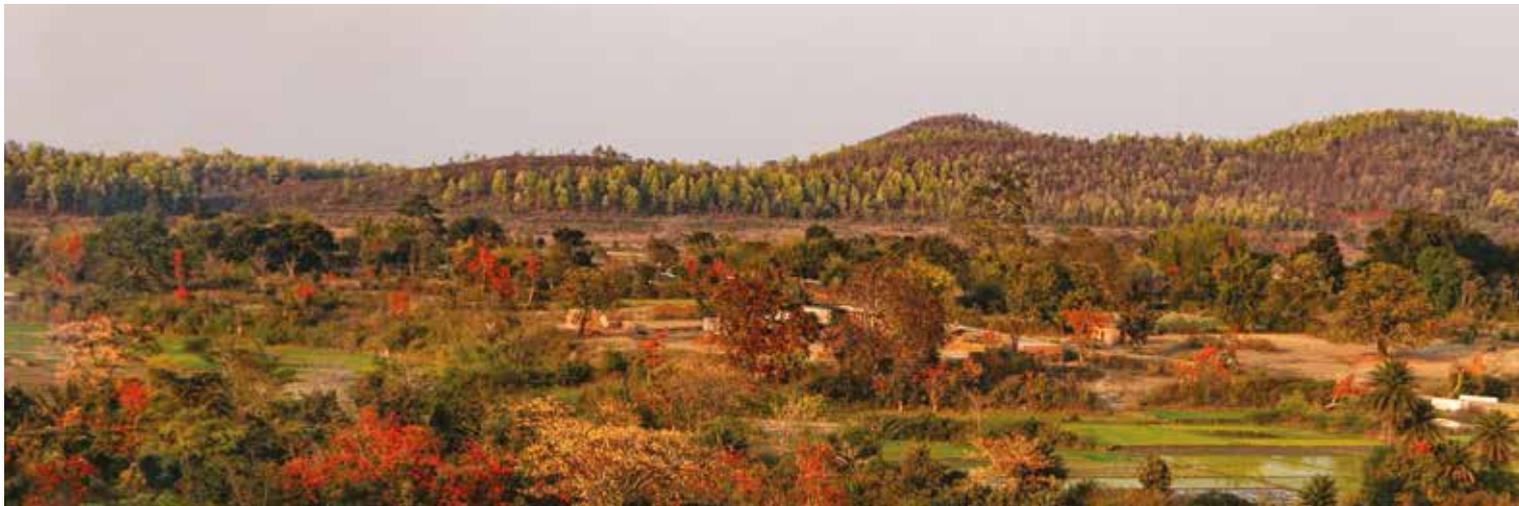


 ÉQUIPE

343 membres
de 13 nationalités

47% de bénévoles
parmi les membres
de Karuna

54% de femmes
46% d'hommes



LES TEMPS FORTS

JANVIER

PROJET PILOTE "ALTRUISME EN ACTION"

Imaginé dès 2022, Karuna lance la phase d'expérimentation de son futur modèle d'intervention en Inde et au Népal. L'association devient un catalyseur et accompagne les communautés qui maîtrisent l'ensemble du processus de développement, de l'expression des besoins à la mise en œuvre des programmes. La clé du succès est une étroite coopération entre les équipes de Karuna et les populations. (Voir page 16)



FÉVRIER

NOUVEAU SERVICE "SERA"

Nos bureaux en Inde et au Népal se dotent d'un service dédié au suivi, à l'évaluation, à la redevabilité et à l'apprentissage (SERA). Un outil essentiel pour piloter les programmes, s'assurer de leur efficacité et les améliorer progressivement.



MARS

ATELIERS D'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE EN INDE

Partie intégrante du modèle "opale" d'organisation, le développement de l'intelligence émotionnelle et collective se place au cœur de la culture de travail de Karuna. Quentin Durand, Directeur Exécutif, anime les premiers ateliers en Inde, qui permettent aux équipes du terrain de s'initier à la perception, à l'expression et à la compréhension de leurs émotions.



AVRIL

ACTION FOR KARUNA

La 6^e édition du mouvement d'initiatives solidaires réunit des centaines de personnes : cours de yoga, atelier de cuisine végétale, séance de méditation, défi sportif, marche en pleine nature... Un élan d'altruisme et de générosité pour soutenir l'alimentation de plus de 70 000 personnes en Inde et au Népal.



MAI

2^e ÉDITION DES RENCONTRES ALTRUISTES

Karuna réunit près de 1 000 participants à la Fondation GoodPlanet pour réinventer collectivement notre relation au vivant. Le temps d'une journée, en présence de Matthieu Ricard et d'une dizaine d'intervenants engagés, cet événement gratuit et ouvert à tous invite chaque personne à s'inspirer, s'entraîner et s'engager à travers des tables-rondes, des temps de méditation, des rencontres avec des associations, des ateliers et bien plus encore. (Voir page 37)



JUIN

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Après plusieurs années de COVID-19 sans avoir pu se réunir, les membres du conseil d'administration, les équipes du siège social, les directeurs pays et les bénévoles de longue date se réunissent à la Ferme du Bec Hellouin, structure amie de Karuna, pour trois journées de partage et de réflexion sur l'avenir de l'association.



SEPTEMBRE

CAMPAGNE "PROLONGER L'ENGAGEMENT D'UNE VIE"

À l'occasion de la Journée internationale du legs, Karuna met en lumière cette forme de don qui soutient durablement nos programmes de solidarité. Le lancement de cette première campagne sur ce sujet est marqué par la diffusion d'une brochure dédiée aux

JUILLET

DISTRIBUTION DE KITS DE JARDIN POTAGER

Notre programme de sécurité alimentaire distribue des semences indigènes adaptées à la saison des pluies et des plants d'arbres fruitiers à plus de 26 600 personnes des zones rurales en Inde. Les jardins potagers garantissent aux familles un régime alimentaire complet, équilibré et en quantité suffisante. Nous encourageons les pratiques agricoles durables qui respectent l'environnement et la biodiversité locale.



AOÛT

SENSIBILISATION À L'ALLAITEMENT MATERNEL

Dans le cadre de notre programme de sensibilisation à la maternité et aux 1 000 premiers jours de l'enfant, nos motivatrices locales "santé et hygiène" ont dispensé des sessions de sensibilisation à 393 mères enceintes et allaitantes. Elles ont appris l'importance et les avantages de l'allaitement, ainsi que d'autres connaissances essentielles pour favoriser le sain développement des bébés.



legs en France et en Suisse. En 2023, Karuna a reçu le patrimoine de 4 personnes défunt(e)s et des dizaines d'autres ont entrepris cette démarche pour faire perdurer l'engagement de leur vie. (Voir page 41)

OCTOBRE

BUREAU CENTRAL À KOLKATA

Karuna a renforcé ses opérations en Inde en déplaçant son bureau central de Bodhgaya à Kolkata (anciennement Calcutta), dans l'État du Bengale-Occidental. Cette position stratégique permettra de mieux piloter nos programmes dans les trois zones d'intervention où nous agissons. Ce bureau accueille l'équipe de management senior, composée du directeur pays, du directeur financier, du directeur des programmes, du responsable du service SERA, du responsable des ressources humaines et de la responsable de la communication.



NOVEMBRE

SANTÉ OPHTALMIQUE

Pour faire face au besoin urgent d'accès aux soins dans la vallée de Ruby, Karuna améliore le poste de santé local et propose un programme de santé ophtalmique, avec une campagne de dépistage et de chirurgie de la cataracte. Cette avancée majeure joue un rôle crucial en encourageant les individus, en particulier les personnes âgées, à donner la priorité à leur santé.



DÉCEMBRE

FORMATION DES INSTRUCTEURS

Karuna lance en fin d'année son programme « Résilience - Alliance Altruiste », basé sur la pleine conscience et les cercles de parole, qui permet de cultiver son potentiel altruiste afin de trouver l'équilibre entre prendre soin de soi et prendre soin des autres. La première étape est la formation des futurs instructeurs et instructrices qui interviendront dans les structures d'intérêt général du secteur humanitaire, de la santé et du social. (Voir page 37)





Agir SUR LE TERRAIN

Karuna-Shechen contribue à briser le cycle de l'intense pauvreté, à renforcer la résilience et à développer le plein potentiel des populations défavorisées ou vulnérables en Inde, au Népal et au Tibet.

En 2023, nous avons accompagné plus de 494 130 personnes et soigné 22 000 animaux, à travers des programmes variés et interdépendants qui agissent sur la situation des communautés dans leur globalité : santé et hygiène, éducation, sécurité alimentaire, développement économique et préservation de l'environnement. Notre action holistique a eu un impact global sur la vie de plus d'un million de personnes.

Nous visons à créer des environnements bienveillants et inspirants et à accompagner ces personnes dans leur autonomisation et le renforcement de leur résilience. En plaçant l'altruisme en action au cœur de nos projets, notre intention est de favoriser l'écoute, la compréhension mutuelle et la coopération.

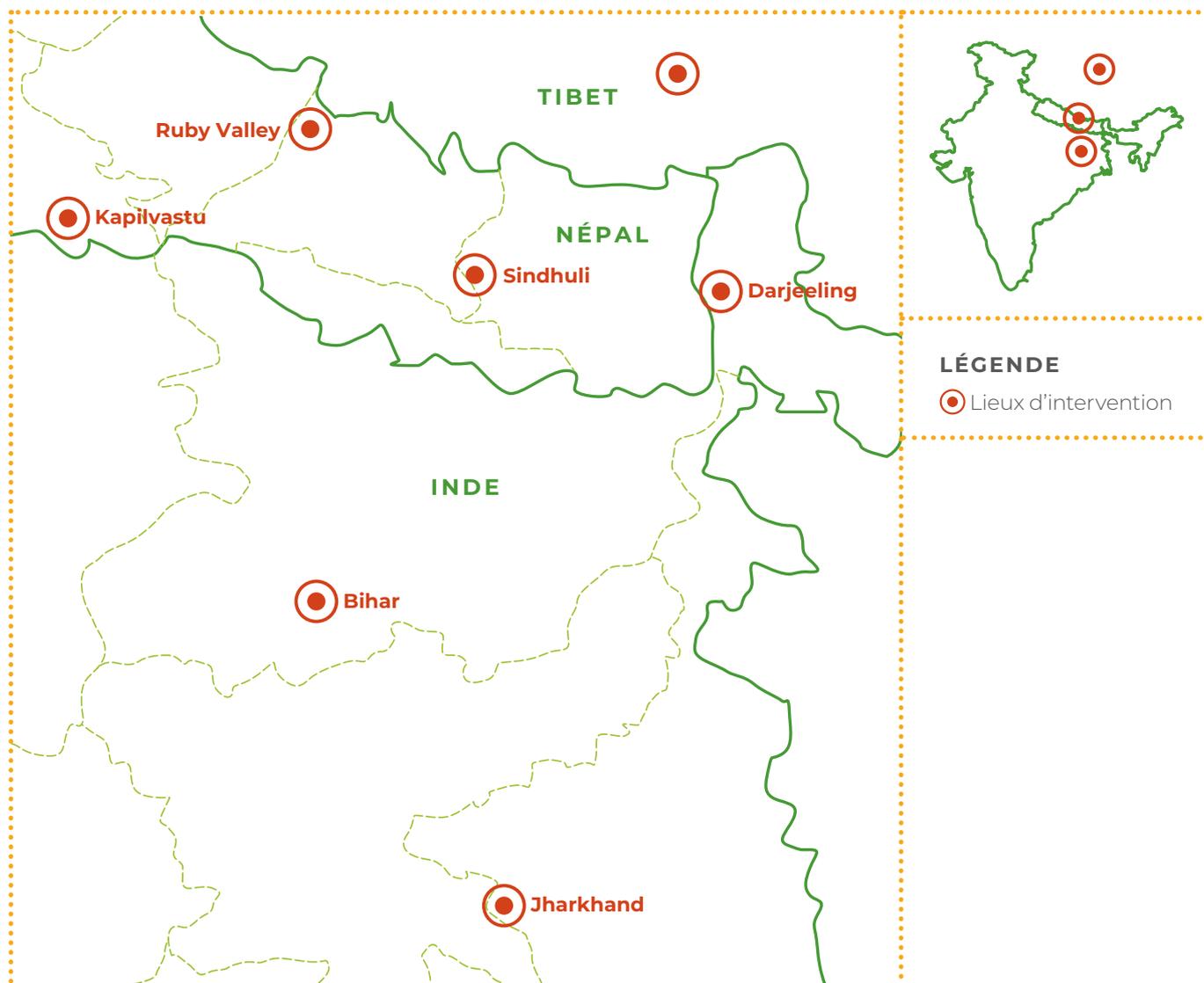
Ce modèle d'intervention repose sur l'idée que le développement profond et stable d'une communauté ne peut se faire qu'en redonnant le pouvoir de décision et d'action aux personnes. C'est ainsi qu'elles deviennent actrices de leur propre développement, cheminant vers un avenir meilleur et participent à rendre la société plus altruiste et apaisée.



AGIR SUR LE TERRAIN

Les régions isolées où nous agissons

Depuis ses débuts en 2000, Karuna-Shechen agit en Inde, au Népal et au Tibet, dans les régions les plus défavorisées et reculées, là où les besoins sont les plus pressants. Nous agissons désormais dans sept zones d'intervention, chacune avec ses spécificités.





Notre mission en tant qu'association apolitique et aconfessionnelle est d'aider les enfants, femmes et hommes au mieux de nos possibilités, sans distinction de genre, de religion ou de caste. Ce qui unit avant tout ces personnes, c'est leur forte détermination à s'extraire de l'intense pauvreté en devenant actrices de leur propre développement.

RUBY VALLEY (NÉPAL)

La Vallée de Ruby, nichée au cœur de l'Himalaya, est une zone particulièrement reculée du Népal. Elle se trouve à 12h de route de Katmandou, dont 8h de trajet sur des routes sinueuses, souvent dangereuses du fait des conditions climatiques extrêmes. L'isolement géographique est l'une des principales raisons de l'intense pauvreté subie par les communautés de cette région. Elles ont un besoin manifeste d'accès aux soins et à de meilleures sources d'alimentation.

SINDHULI (NÉPAL)

Faisant face à l'Himalaya, la région de Sindhuli est célèbre pour ses vues panoramiques. Le tourisme s'y développe donc mais l'agriculture reste l'épine dorsale de son économie. Les enjeux y sont majeurs, particulièrement en matière de santé et d'éducation. De nombreuses femmes souffrent de prolapsus (descente d'organes), de maladies inflammatoires pelviennes et d'infections sexuellement transmissibles.

KAPILVASTU (NÉPAL)

Situé au sud-ouest du Népal, le Kapilvastu offre un climat subtropical et un horizon plat et sec, typique des plaines de l'Inde à sa périphérie. Le district abrite la moitié de la population du pays et est un exemple éclatant de diversité régionale. Malgré sa place de centre industriel et financier actif, la pauvreté y est endémique et le besoin d'intervenir y est urgent, notamment dans les secteurs de l'éducation et de l'assainissement. Le taux d'alphabétisation ne dépasse pas 52 % et le taux de décrochage scolaire de 81% témoigne de la situation alarmante. La volonté des autorités locales et de personnes inspirantes au sein des villages a convaincu Karuna d'y initier des activités à partir de 2023.

BIHAR (INDE)

Le Bihar, situé au nord-est de l'Inde, est l'un des deux États les plus pauvres du pays : plus de la moitié de la population vit sous le seuil de pauvreté. Dans cette région où Karuna a démarré ses activités il y a plus de 20 ans maintenant, passant d'une poignée de villages autour de la ville de Bodhgaya à près de 300 villages aujourd'hui, les défis restent nombreux. La région présente un taux de décès élevé dû aux maladies et à la malnutrition, entre autres du fait d'une pénurie de personnel médical qualifié et d'infrastructures de très faible qualité.

JHARKHAND (INDE)

Le Jharkhand, appelé la « Terre des forêts », est né d'une séparation avec l'État voisin du Bihar en 2000. Cette région, riche en nature et paysages, est touchée par une pauvreté accablante : 42% des communautés vivent sous le seuil de la pauvreté. La région est sujette à des problématiques similaires à celles du Bihar. À celles-ci s'ajoutent des enjeux environnementaux tels que la pollution plastique élevée, la gestion des déchets, la pollution de l'air, l'intensification des vagues de chaleur et la gestion des ressources naturelles comme l'eau.

DARJEELING (INDE)

Surnommée la « Reine des Collines », la région du Darjeeling culmine à 3 000 mètres d'altitude dans l'État du Bengale occidental, au nord de l'Inde. Cette destination touristique populaire, réputée pour son thé, connaît des inégalités socio-économiques importantes et notamment un taux de chômage élevé, en raison de son isolement géographique. Au cours des dernières décennies, le tourisme de masse a eu un impact sur l'environnement de la région, notamment par la déforestation, la multiplication des hôtels et la production massive de déchets. Certaines cultures traditionnelles, auparavant piliers de l'économie régionale, sont en déclin, en raison de la monoculture et de la prolifération de parasites.

TIBET ORIENTAL

Le Tibet oriental, également connu sous le nom de « Kham et Amdo », est une région montagneuse située principalement en Chine, mais aussi au Tibet actuel, et habitée par une population diversifiée. Elle comprend des nomades au mode de vie traditionnel, centré sur l'élevage pastoral et la mobilité saisonnière, ainsi que des populations sédentaires, souvent démunies, vivant dans des zones rurales isolées, qui sont confrontées à un accès limité aux services tels que l'éducation, la santé et les infrastructures.

AGIR SUR LE TERRAIN

Le modèle d'Altruisme en Action

Pour que les communautés soient au cœur de leur autonomisation, nous les plaçons comme partenaires égaux dans toute la chaîne de déploiement des programmes.

LE DÉVELOPPEMENT PAR LES COMMUNAUTÉS

Dans nos nouveaux lieux d'implantation à Kapilvastu au Népal et à Darjeeling en Inde, nous avons poursuivi en 2023 notre expérimentation du passage d'une approche de développement centré sur les communautés à une approche de développement mené par les communautés elles-mêmes.

Les personnes soutenues ne sont plus seulement des bénéficiaires, mais de véritables acteurs de leur propre développement, grâce à leur implication dans l'ensemble du processus de gestion du projet : identification, conception, mise en œuvre, suivi et évaluation. Cette vision nécessite de faire évoluer la structure et les méthodes d'organisation de nos programmes, ainsi que d'accompagner nos équipes à ce changement.

Chez Karuna-Shechen, nous sommes convaincus que les communautés vivant dans la pauvreté méritent la dignité de prendre leurs propres décisions. C'est pourquoi nous les soutenons dans la mise en œuvre des solutions qu'elles souhaitent mettre en place, en valorisant les ressources naturelles et les savoirs locaux, et en leur fournissant des outils organisationnels, une expertise technique et un soutien financier.

UN MODÈLE D'INTERVENTION INNOVANT

Grâce à plus de 20 ans d'expérience acquise sur le terrain, Karuna a développé son propre modèle d'intervention, appelé *Altruisme en Action*. En phase d'expérimentation depuis 2023 dans nos nouvelles zones d'intervention, il est en permanence évalué et adapté, en vue d'un déploiement global et progressif, au-delà de 2025.

La composante fondamentale de ce modèle est le Conseil pour un Avenir Meilleur, abrégé BFC (Better Future Council). Plusieurs villages sont regroupés en un *cluster* d'environ 5 000 personnes. Elles élisent leurs représentants : un homme et une femme dans chaque village. Ces binômes bénévoles forment ensemble le BFC. Il est accompagné par un duo d'un homme et une femme, salariés de Karuna, garants de la coordination générale, de l'inclusivité, de l'efficacité et de la bonne gouvernance.

Les membres du BFC sont formés aux différents aspects utiles à la réalisation de programmes de développement : communication, cycle de gestion de projet, planification participative et budgétisation. Nous les formons aussi à l'intelligence émotionnelle et aux valeurs de Karuna afin d'encourager l'émergence de comportements altruistes et de relations authentiques de partage.

Les BFCs se réunissent chaque mois avec les habitants de leur village, afin d'écouter leurs besoins, échanger et être les justes représentants de leur communauté. Des sous-comités peuvent être créés selon les besoins et projets spécifiques : hygiène, assainissement, environnement, éducation, etc.

ÉTUDE DE CAS

Illustration concrète de l'impact de notre modèle d'intervention, la construction de 80 toilettes dans le district de Kapilvastu a apporté un changement significatif dans la vie de centaines de personnes.

La défécation en plein air est encore très pratiquée dans les milieux ruraux en Inde et au Népal, par manque d'infrastructures et d'information. Cela pose des problèmes sanitaires, environnementaux et sociaux : propagation de maladies, contamination des sols et de l'eau, absentéisme à l'école et insécurité.

Les BFCs ont vite identifié cet enjeu comme prioritaire. Pourtant, les autorités locales avaient déjà construit de nombreuses toilettes, mais peu adaptées, sans consultation et sans sensibilisation. Karuna a soutenu le conseil de villages à travers une expertise technique et un cofinancement de 40% de la construction des toilettes par les villageois eux-mêmes. Grâce au bénévolat et aux matériaux disponibles localement, leur contribution a été divisée par cinq. Le BFC a également nommé des mobilisateurs au sein de chaque village, qui après une formation dispensée par Karuna-Shechen, sont en mesure d'organiser des campagnes de sensibilisation et de suivre le projet.

Un exemple prometteur de la manière dont une relation partenariale altruiste avec les communautés est essentielle et pertinente.



AGIR SUR LE TERRAIN

Celles et ceux qui œuvrent sur le terrain

UNE APPROCHE LOCALE ET HUMAINE

Actives depuis 2000 en Asie, nos équipes sont intégralement composées de professionnels locaux, originaires de nos régions d'intervention.

Leur connaissance du territoire couplée à leur proximité avec la population permet à Karuna-Shechen de mettre en place des actions respectueuses des cultures, ressources et savoir-faire locaux, ce qui favorise l'implication et l'autonomie des communautés accompagnées.

Notre action repose sur l'altruisme efficace à travers une conception rationnelle de nos programmes, la mesure et l'évaluation rigoureuses de notre impact et l'utilisation efficiente de nos ressources. Nous nous engageons à être transparents, à faire preuve d'intégrité et à lutter contre la corruption.

VERS UN ÉPANOUISSEMENT COLLECTIF

En 2023, notre engagement à réaliser les objectifs définis dans le Plan 2025 de Karuna-Shechen s'est intensifié, avec un accent sur la concrétisation du pilier «Épanouissement», essentiel au succès de nos missions.

Nous avons harmonisé la structure des équipes locales entre l'Inde et le Népal, pour permettre la transversalité et les partages de connaissance. Les échelles salariales ont été redéfinies et revalorisées pour favoriser un environnement propice à l'épanouissement. Une organisation plus simple et transparente permet à chaque membre de se sentir justement valorisé et capable d'atteindre son plein potentiel.

L'accent a aussi été porté sur l'organisation d'événements favorisant les échanges, le renforcement des liens et la cohésion d'équipe. Ces moments de réunion permettent également un partage de l'information en toute transparence, permettant à chacune et chacun de se sentir pleinement investi dans une mission commune.

Nous continuerons de favoriser l'émergence d'un état d'esprit altruiste au sein de nos équipes et de tendre vers les principes d'une organisation basée sur l'intelligence collective et la plénitude, comme souhaité par Matthieu Ricard, notre fondateur.

2 bureaux centraux

6 bureaux régionaux

167 employés locaux

119 bénévoles issus des communautés accompagnées

AGIR SUR LE TERRAIN

Santé et Hygiène

Sauver des vies et préserver la santé

En Inde comme au Népal, les régions dans lesquelles nous agissons sont confrontées à des manques importants d'accès aux soins, tant sur les plans matériel et géographique que financier.

Nous assurons le développement de solutions adaptées afin de sauver des vies, remédier aux souffrances et préserver la santé des plus vulnérables. Nos cliniques et postes de santé sont ouverts chaque jour, sans interruption, proposant des services de diagnostic, de médecine générale et spécialisée. Nos cliniques mobiles se rendent directement auprès des populations isolées. La prévention étant le meilleur des remèdes, nos équipes redoublent d'efforts pour sensibiliser les populations à propos de malnutrition, d'hygiène menstruelle et de maternité. Enfin, des vétérinaires se déplacent pour soigner les animaux malades chez les habitants.



NOS PROGRAMMES



Médecine générale Soigner et prendre soin de toute la famille



Médecine spécialisée Répondre à des pathologies diverses



Cliniques mobiles Apporter des soins dans les régions isolées



Diagnostics Rechercher l'origine de pathologies grâce à la technologie



Femmes et enfants Sensibiliser et répondre à leurs besoins spécifiques



Assainissement Sensibiliser à l'hygiène et construire des toilettes



Soins vétérinaires Soigner et remédier aux souffrances des animaux

NOTRE MÉTHODE D'INTERVENTION

Nos services de santé s'adaptent continuellement pour répondre aux besoins de celles et ceux que nous aidons. Ainsi, nous créons de nouvelles infrastructures, investissons dans de nouveaux équipements de soin et de diagnostic et portons une attention particulière à la formation du personnel médical. Nous combinons les soins à la prévention, dans nos centres de santé ou en apportant le matériel et les compétences aux habitants des zones isolées.

73 200
patients écoutés et soignés

22 000
animaux soignés

17 635
femmes et jeunes filles sensibilisées
à l'hygiène menstruelle

1 480
toilettes construites

NOUVEAU
PROJET
2023INDE**ÉDUCER À L'HYGIÈNE
BUCCO-DENTAIRE**

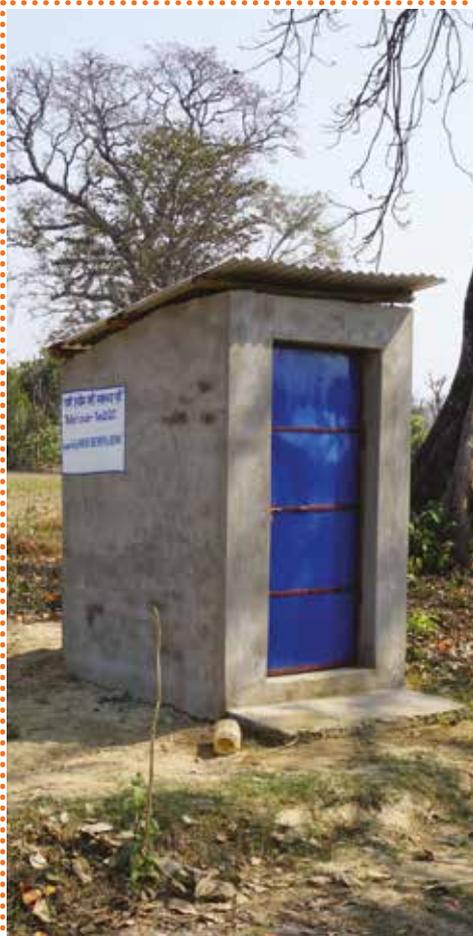
En Inde, les populations sont confrontées à divers problèmes de santé dentaire : cancer de la bouche, surconsommation de fluor, accès aux soins.

Le programme de santé dentaire comprend l'éducation à l'hygiène bucco-dentaire, la prévention, le diagnostic et les traitements. La clinique mobile apporte ces services gratuitement et porte une attention particulière aux enfants. L'hygiène bucco-dentaire n'est plus perçue comme un luxe, mais comme une nécessité.

“ Je me suis rendu à la clinique car je souffrais des dents. À l'issue de l'examen, la dentiste a suspecté une fibrose de la sous-muqueuse buccale, due à ma consommation quotidienne de 10 paquets de gutka (tabac à mâcher) depuis cinq ans. Elle m'a fortement suggéré d'arrêter et de modifier mon régime alimentaire, en consommant plus de fruits et légumes. Elle m'a également prescrit des exercices faciaux pour améliorer les mouvements musculaires de ma bouche. J'ai été impressionné par l'accueil chaleureux de la dentiste et par le prix abordable de la consultation.

BISWAJIT MANDAL
ÉLÈVEUR

5 253 personnes
sensibilisées aux problèmes dentaires

NÉPAL**DES TOILETTES POUR LA SANTÉ
ET LA DIGNITÉ**

Afin de répondre à la problématique de la défécation à l'air libre, source de maladies et de pollution, la construction d'installations sanitaires est primordiale, notamment pour les femmes et les personnes âgées.

Les sensibilisations encouragent les communautés rurales à utiliser des toilettes, ou à en faire construire lorsqu'elles n'en ont pas à disposition ou sont dysfonctionnelles. Elles co-construisent des toilettes main dans la main avec nos équipes, celles-ci leur apportant un soutien financier et technique.

“ Avoir des toilettes était un rêve pour ma famille. En plus de nous apporter une aide financière, Karuna-Shechen a dispensé des séances d'information. Nous avons acquis le savoir-faire nécessaire pour construire des toilettes avec des matériaux disponibles localement. J'éprouve un profond sentiment de satisfaction et de sécurité : ma famille n'a plus à courir le risque de s'aventurer dans des zones peu sûres pour satisfaire leurs besoins fondamentaux.

RINA CHAUDHARY
AGRICULTRICE

80 toilettes
construites pour 400 personnes

AGIR SUR LE TERRAIN

Éducation

Renforcer l'accès à une scolarité de qualité pour toutes et tous

L'éducation est non seulement un moyen d'améliorer les conditions de vie, mais aussi un outil de développement global de l'individu. C'est un facteur clé de promotion de l'égalité et de l'autonomie.

Dans nos régions d'intervention, les écoles sont sous-financées, négligées et parfois inexistantes. Nos programmes pour la petite enfance apportent de la joie, incitent à la coopération et favorisent un sain développement. Nous soutenons des écoles primaires : infrastructures, matériel et formation des enseignants. Ensuite, nous accompagnons les jeunes, adultes de demain, pour qu'ils deviennent plus responsables et altruistes, et enfin nous dispensons une éducation de base aux adultes analphabètes, notamment aux femmes, dont le taux de déscolarisation est plus élevé.

NOTRE MÉTHODE D'INTERVENTION

Nos programmes intègrent le respect et la préservation de la culture et des langues locales. Notre approche mise sur la création d'environnements d'apprentissage bienveillants, et favorise l'implication des parents et de la communauté, afin de garantir la pérennité des projets. Nous portons une attention particulière aux besoins des jeunes filles et à la parité dans chaque classe.



NOS PROGRAMMES



Développement de la petite enfance

Éduquer dans la joie, cultiver les valeurs de coopération et de partage



Soutien aux écoles

Construire, réhabiliter et équiper



Alphabétisation pour adultes

Apprendre à lire, écrire, compter et d'autres compétences essentielles



Formation des professeurs

Améliorer les méthodes pédagogiques

14 300

enfants et adolescents accompagnés dans leur scolarité

8 450

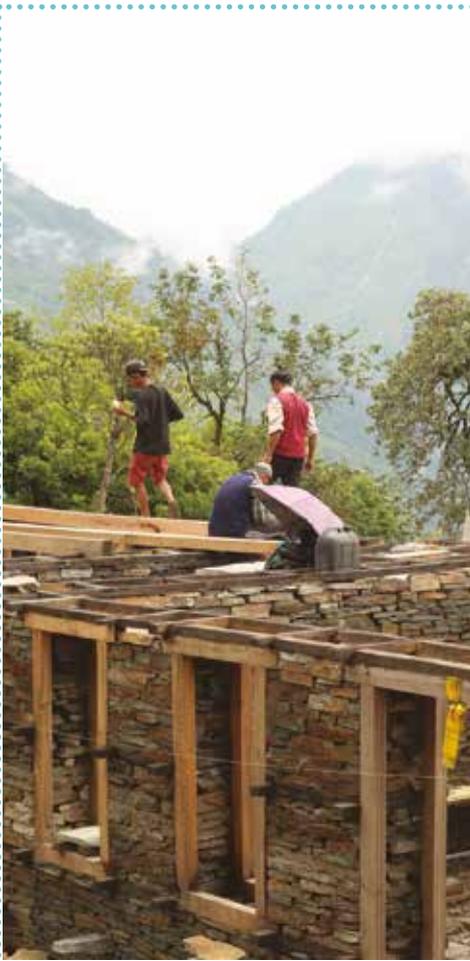
jeunes enfants en maternelle

700

adultes alphabétisés

140

professeurs et animateurs formés



NÉPAL

UNE ÉCOLE CONSTRUITE PAR LA COMMUNAUTÉ

Niché face à l'Himalaya, le dernier hameau de la vallée de Ruby, le village de Kharsa compte une seule école vétuste. Malgré ces conditions, la motivation des professeurs est sans faille et les enfants désirent ardemment étudier.

Entièrement construite suivant un savoir-faire et avec des matériaux locaux, elle est adaptée aux conditions climatiques de la région et anti-sismique. La nouvelle école de Kharsa, fruit de la collaboration de jeunes architectes français et de nos équipes locales, permettra aux enfants d'étudier dans un cadre agréable et sécurisé, propice à l'épanouissement de leur plein potentiel.

“ Avant la construction de l'école, les enfants de la région avaient du mal à poursuivre leur scolarité. Les classes se déroulaient dans des salles exigües, et parfois même dans la cour, en raison du manque d'espace. La construction de la nouvelle école porte un sentiment d'encouragement aux parents et aux enfants qui rêvent d'un avenir meilleur.

UMESH NAKARMI

COORDINATEUR DE PROGRAMME DANS LA VALLÉE DE RUBY

80 élèves
et 5 professeurs

INDE

DES MATERNELLES POUR DES BASES SOLIDES DE L'AVENIR

Les premières années d'un enfant sont une période essentielle à son sain développement. Les programmes de la petite enfance encouragent donc la progression des compétences et aptitudes des enfants de 3 à 6 ans.

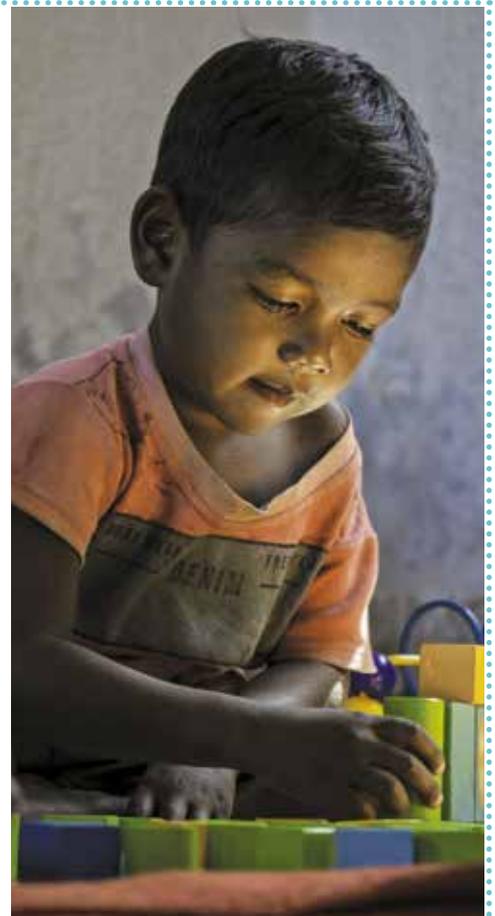
Pour favoriser le développement holistique des jeunes enfants, nous soutenons des maternelles dans la création d'environnements d'apprentissage propices à une éducation de qualité, joyeuse et coopérative. Les activités ludiques et créatives favorisent le langage, le développement moteur, les aptitudes sociales et cognitives.

“ Je remercie Didi, le motivateur de notre village, de m'avoir expliqué la nécessité pour ma fille d'aller à la maternelle et l'importance de s'occuper de ses études, de s'intéresser à son développement général. Je suis très reconnaissante à Karuna-Shechen pour son soutien. Les méthodes pédagogiques et les jouets qu'ils fournissent sont d'un grand bienfait pour les enfants.

RITA SARDAR

MÈRE D'UNE PETITE FILLE DE 4 ANS

8 448 jeunes enfants
soutenus dans 167 écoles



AGIR SUR LE TERRAIN

Sécurité alimentaire

Lutter contre la malnutrition tout en respectant l'environnement

La sécurité alimentaire est définie par l'accès physique, social et économique à une nourriture suffisante, de qualité et nutritive qui permet de mener une vie saine et active.

Dans les territoires isolés où Karuna intervient, l'accès à la propriété terrienne est rare. Le climat et le manque d'eau rendent les cultures difficiles, peu variées, très dépendantes des saisons et des conséquences du dérèglement climatique. Nous proposons donc des formations et solutions techniques aux familles pour cultiver fruits et légumes sur de petites surfaces, dans le respect de l'environnement, et être autonomes dans leur gestion de l'eau. Nous accompagnons également des comités de village dans l'élaboration de projets communautaires de développement des ressources hydriques.

NOS PROGRAMMES



Jardins potagers biologiques

Permettre une alimentation de qualité basée sur une agriculture traditionnelle et responsable



Irrigation goutte-à-goutte

Irriguer les cultures toute l'année en respectant les ressources



Gestion de l'eau

Faciliter l'accès à l'eau grâce à la création d'étangs et de puits

NOTRE MÉTHODE D'INTERVENTION

Améliorer la sécurité alimentaire implique une approche globale de gestion raisonnée et écologique des ressources que sont l'eau et les sols. Nous intervenons à deux niveaux qui sont complémentaires : des solutions adaptées aux besoins des familles et des initiatives collectives, à l'échelle de tout un village.



256 500

villageois cultivent un jardin potager

28 510

arbres fruitiers distribués et plantés

636

foyers équipés en irrigation goutte-à-goutte

10 puits et 12 étangs

offrent un meilleur accès à l'eau

INDE**DES SOLUTIONS COLLECTIVES
POUR ASSURER L'ACCÈS À L'EAU**

Pour soutenir l'agriculture nourricière et biologique, nous accompagnons les populations dans la mise en œuvre de solutions de gestion de l'eau à l'échelle des villages. Un enjeu majeur pour les populations impuissantes face au changement climatique.

Ressource fondamentale, essentielle à la vie et aux moyens de subsistance, l'eau tend à se raréfier dans nos régions d'intervention en Inde. Karuna accompagne les populations dans la mise en place de comité de gestion de l'eau qui décident de la solution la plus adaptée à chaque village. Avec notre appui, tous les habitants se mobilisent pour entreprendre la réalisation d'étangs de rétention de l'eau de pluie, ainsi que la réfection ou le creusement de puits. Ces solutions durables, couplées à de la sensibilisation, assurent une meilleure disponibilité de l'eau tout au long de l'année, pour les usages domestiques et l'irrigation des jardins potagers.

“ Auparavant, nous n'avions d'autre choix que d'utiliser une eau insalubre et en quantité insuffisante. Mais avec votre soutien, le village a construit un étang. Nous pourrions irriguer nos exploitations agricoles, nous laver et faire boire nos animaux toute l'année. Nos vies seront plus simples !

INDRAJIT SINGH MUNDA, AGRICULTEUR

10 puits et 12 étangs
bénéficiant à 6 300 personnes

NÉPAL**DES CENTRES DE PROMOTION
D'UNE AGRICULTURE RAISONNÉE**

Nos pépinières fournissent aux villageois des semences, des plants et abritent des formations. Au cœur de notre action, ce sont des lieux d'apprentissage, de partage et d'expérimentation au service d'une agriculture respectueuse du vivant.

Karuna-Shechen soutient le développement d'une agriculture biologique et locale, qui favorise la santé, la sécurité alimentaire et l'environnement. Nous promovons l'utilisation de variétés indigènes, adaptées aux conditions locales, et de techniques inspirées de la permaculture, sans intrants chimiques, respectueuses de la biodiversité. Les pépinières, administrées par la population, sont également des lieux de rencontre et d'échange, un endroit pour apprendre et expérimenter.

“ J'ai un petit potager près de ma maison. Toutes les graines et les jeunes arbres que j'ai plantés m'ont été donnés par Karuna-Shechen. Avant, je n'arrivais pas à les faire pousser correctement à cause du froid. Aujourd'hui, grâce à une serre, je cultive des fruits et légumes même en hiver, et je vends l'excédent. J'ai aussi appris à produire des semences par moi-même grâce à la formation que j'ai reçue sur les méthodes d'agriculture raisonnée et adaptée à notre région.

KHURANI GHALE, AGRICULTEUR

690 fermiers
formés dans 10 pépinières

AGIR SUR LE TERRAIN

Développement économique

L'autonomisation pour être actrices et acteurs du changement

Les habitants des régions rurales ou montagneuses en Inde et au Népal manquent d'opportunités professionnelles, de formation et de soutien.

Dans nos régions d'intervention, la majorité des populations vit sous le seuil de pauvreté. Le taux de chômage y est très élevé notamment chez les femmes et les jeunes. Nos centres dispensent des formations pour renforcer et développer des compétences dans les domaines de l'artisanat, l'agriculture, l'informatique, l'entrepreneuriat ou encore les technologies innovantes. Nous apportons aussi un soutien financier à la création de micro-entreprises.



NOS PROGRAMMES

-  **Micro-entrepreneuriat** Soutenir financièrement la création d'activité
-  **Agriculture** Former aux métiers de l'agronomie responsable
-  **Artisanat** Garantir un revenu grâce aux arts créatifs
-  **Informatique** Donner l'accès à des connaissances techniques et pratiques
-  **Technologies durables** Se former aux métiers de demain

NOTRE MÉTHODE D'INTERVENTION

Les programmes d'autonomisation accompagnent en particulier les femmes. En occupant une place plus égalitaire dans la société, elles ont un impact positif sur l'éducation et la santé de leur famille et acquièrent une meilleure estime d'elles-mêmes.

En s'émançant, elles abattent les obstacles de genre, renversent les tabous et deviennent des sources d'inspiration pour les autres femmes et les générations futures.

498

aides financières à la création d'une micro-entreprise

591

jeunes en classe d'informatique

474

femmes formées à l'artisanat

636

personnes formées à l'horticulture



NÉPAL

DES FORMATIONS AUX PRATIQUES AGRICOLES PÉRENNES

Dans la région du Darjeeling où l'agriculture contribue à près de 30% du PIB, les communautés font pourtant face à de faibles performances économiques et des difficultés saisonnières.

Grâce à une approche holistique, nos formations offrent aux agriculteurs les clés pour développer leurs compétences entrepreneuriales, renforcer leurs liens avec le marché et diversifier leur production, tout en respectant l'environnement et la biodiversité.

“ Sous la direction de Ranjit, un technicien agricole de Karuna-Shechen, nous avons suivi un programme de formation à propos de la production de fruits à haute valeur marchande. Nous avons acquis des connaissances approfondies sur la préparation des lits de pépinière, ainsi que sur des pratiques essentielles telles que la fumure, le désherbage et l'irrigation. L'un des points forts de mon expérience a été la formation à l'apiculture. Avant cela, nous n'avions qu'une compréhension limitée des pratiques apicoles.

CHALI MAYA MAGAR
AGRICULTRICE

35 agriculteurs
formés à la culture des agrumes

INDE

LE MICRO-CRÉDIT POUR ASSURER SON CONFORT DE VIE

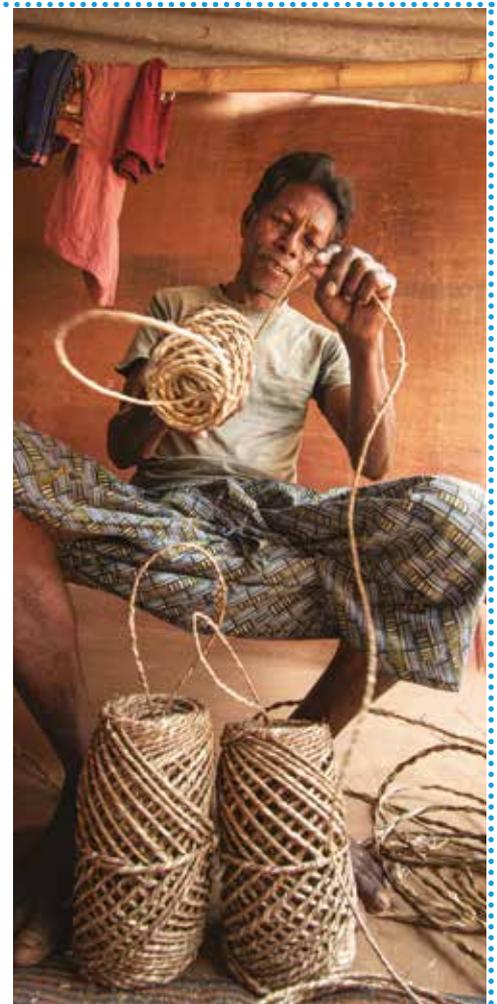
La création d'une micro-entreprise permet non seulement de renforcer l'indépendance financière et la résilience des entrepreneuses et entrepreneurs, mais aussi de dynamiser l'économie locale.

Karuna propose d'accorder des micro-crédits sans intérêts, majoritairement à des femmes, pour la création d'une activité génératrice de revenus. Qu'il s'agisse d'un stand de cuisine de rue, d'une échoppe de couture ou encore d'une petite épicerie, les personnes accompagnées reçoivent l'élan financier nécessaire à leur motivation.

“ J'ai reçu un soutien financier de 2 000 roupies (25 €) de Karuna-Shechen. J'ai créé un petit commerce de produits de beauté et d'accessoires. Je vends depuis chez moi, dans des marchés et sur des foires locales. La demande pour mes articles est croissante, surtout pour les bracelets en verre, utilisés lors des mariages et des fêtes traditionnelles. J'ai demandé un prêt complémentaire de 5 000 roupies (55 €) afin de développer mon activité et ouvrir une véritable boutique.

GAYATRI SARDAR
ENTREPRENEUSE

498 personnes
créatrices de leur micro-entreprise



AGIR SUR LE TERRAIN

Environnement

Promouvoir des pratiques respectueuses de la nature et du vivant

Les effets du changement climatique sont déjà à l'œuvre dans nos régions d'intervention : fortes sécheresses et pluies torrentielles se succèdent, impactant fortement les populations les plus vulnérables, sans moyens pour s'adapter.

Les sécheresses diminuent chaque année un peu plus les réserves d'eau, réduisant les rendements agricoles tout au long de l'année. Les fortes pluies des moussons qui leur succèdent, combinées à la déforestation et à l'urbanisme croissants, provoquent des glissements de terrain. Entre vagues de chaleur, air très pollué, forte pollution plastique, la biodiversité souffre également. Nos programmes accompagnent les populations pour s'adapter et réduire ces effets néfastes dans le temps, à travers des solutions à l'échelle des familles ou des villages : électricité verte, gestion des déchets, reforestation, sensibilisation et actions écologiques collectives.

NOS PROGRAMMES



Pratiques responsables Sensibiliser et agir pour l'environnement



Plantation d'arbres Lutter contre le réchauffement climatique et préserver la biodiversité



NOTRE MÉTHODE D'INTERVENTION

Adaptation et coopération sont au cœur de nos stratégies programmatiques.

Nous impliquons les populations bénéficiaires dans tout le processus de construction des projets, favorisant notamment l'autonomisation et la responsabilité. Nous avons

particulièrement à cœur d'impliquer les jeunes générations, en les sensibilisant et en leur transmettant des clés pour devenir des citoyens éco-conscients.

Cette démarche primordiale vise à former les acteurs engagés de demain pour les inciter à tendre vers un futur dans lequel la nature et le vivant cohabitent en harmonie.

9 750
arbres plantés

17 665

personnes sensibilisées aux attitudes éco-responsables

INDE

DES ACTIONS RESPECTUEUSES
DU VIVANT

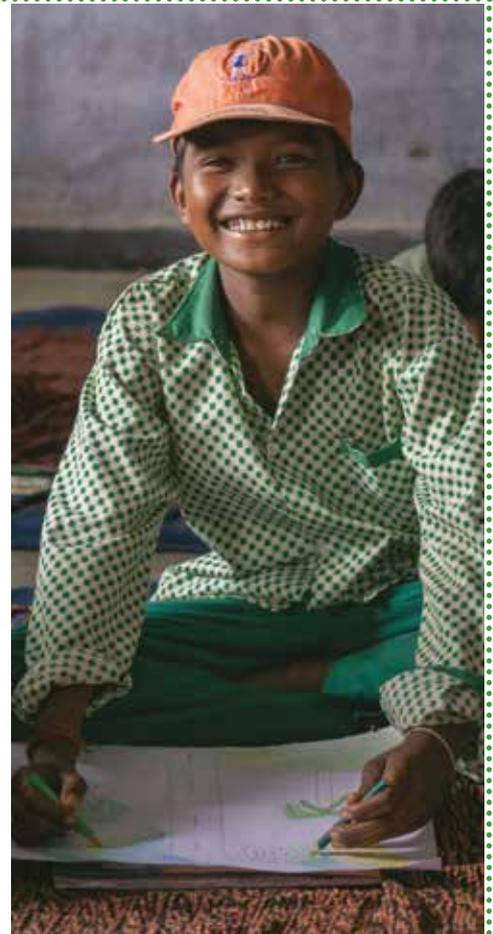
Aujourd'hui incontournable, l'éducation à l'environnement pour les plus jeunes permet de responsabiliser et d'inciter les citoyens et citoyennes de demain à tendre vers un futur plus en harmonie avec la nature et le vivant.

Karuna est fortement investie dans la sensibilisation environnementale auprès de la jeunesse, ambassadrice de l'altruisme écologique. À l'occasion de la journée mondiale de l'environnement, des centaines de jeunes ont participé à des ateliers de sensibilisation au dérèglement climatique, ont reçu un sac en toile de jute pour remplacer les sacs en plastique et ont planté des dizaines d'arbres dans leurs villages.

“ C'est une grande victoire de voir la créativité et les idées de mes élèves en matière de sensibilisation à l'environnement, qu'ils expriment à travers l'art et des actions concrètes. Le programme de sensibilisation est un moment joyeux qui couvre une multitude de sujets essentiels à notre avenir commun. Les élèves en ont tiré une grande richesse intérieure.

DOLMA BHUTIA
ENSEIGNANTE

17 665 élèves
sensibilisés



NÉPAL

LE TRAITEMENT DES DÉCHETS
POUR PROTÉGER L'ENVIRONNEMENT

Première victime des dérèglements climatiques, les populations rurales défavorisées sont de plus en plus conscientes de l'importance de la protection de l'environnement. Elles ont la volonté de jouer leur part, pour favoriser un avenir harmonieux avec la Terre.

Dès lors qu'elles sont informées, les populations souhaitent agir et mettre en œuvre des moyens pour contribuer à la protection de leur environnement. Dans la vallée de Ruby, nous avons établi un comité dédié qui met en œuvre des actions de sensibilisation et de gestion des déchets, en collaboration avec les autorités locales. En seulement un an, les trois villages participants sont propres et ont planté de nombreux arbres, pour lutter contre les glissements de terrain et favoriser la reconstitution des réserves d'eau.

“ Nous avons découvert que de nombreux déchets dégradables peuvent servir d'engrais naturels et nous avons également appris à éviter d'utiliser des produits en plastique et des sacs en polyéthylène. Dans le passé, l'élimination des déchets se faisait au hasard ou dans une zone commune. Je suis ravie d'avoir acquis, avec mes pairs, de nouvelles connaissances qui contribueront à maintenir la propreté de notre environnement.

YUVRAJ SUNUWAR
ÉTUDIANTE

310 arbres plantés
et des poubelles installées

AGIR SUR LE TERRAIN

Projets partenaires

Soutenir des programmes innovants d'associations "coup de cœur"

Depuis 2020, Karuna-Shechen s'engage aux côtés d'associations amies pour soutenir et co-construire des projets innovants et collaboratifs, qui sont alignés à nos missions et valeurs.

INDE | ASSEFA

L'AUTONOMISATION DES FEMMES ET DES PAYSANS

Association fondée sur les principes de justice, d'amour et de service, ASSEFA œuvre à l'autonomisation des communautés pour garantir l'égalité économique et sociale des populations défavorisées.

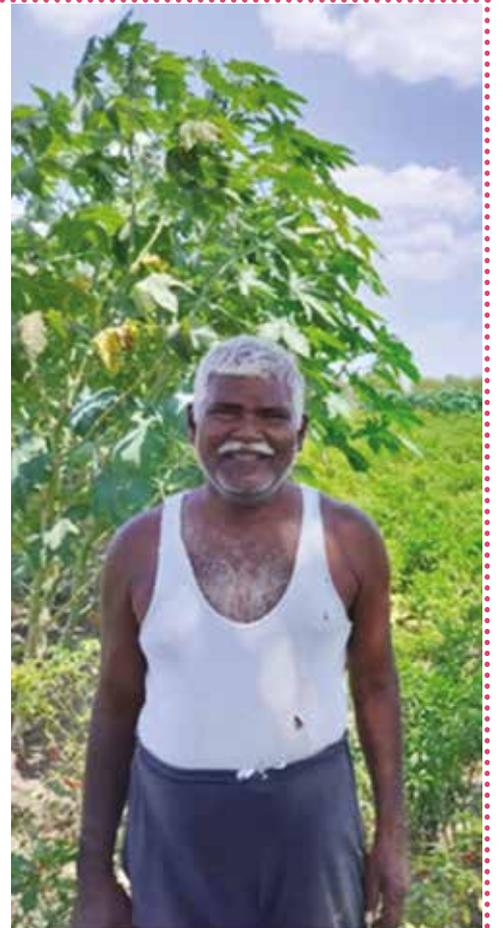
Basée dans l'État du Tamil Nadu au sud du pays, l'association travaille avec la même approche multisectorielle et participative que Karuna-Shechen, en aidant plus particulièrement des femmes et des paysans. Nous soutenons un programme de microcrédit sans intérêt pour des femmes, la rénovation d'un réservoir d'eau public et la promotion de nouvelles pratiques agricoles auprès de fermiers.

“ ASSEFA m'a encouragé à me lancer dans l'élevage de bovins pour la fabrication de produits laitiers. Avec d'autres agriculteurs intéressés, nous avons visité une laiterie près de Chennai et avons reçu une formation de base. Cela m'a donné le courage de démarrer une nouvelle activité et d'ainsi améliorer ma situation. ASSEFA a également co-financé la construction d'une étable et l'achat de cinq vaches.

Je suis heureux et j'ai gagné en confiance pour l'avenir !

M. RAJAGOPAL
FERMIER

2 893 familles
accompagnées



INDE | CALCUTTA RESCUE

DE MEILLEURES CONDITIONS DE VIE
DANS LES BIDONVILLES

Les équipes de Calcutta Rescue ont pour objectif d'améliorer la santé et le bien-être des populations les plus délaissées de Kolkata, mégapole du Bengale-Occidental.

L'association Calcutta Rescue soigne les populations les plus défavorisées et marginalisées et fournit des ressources pour leur permettre une plus grande autonomie : prévention, amélioration des conditions sanitaires, produits d'hygiène et aide au logement. Karuna accompagne un programme de médecine de rue et la réhabilitation de logements, de sanitaires et de dispositifs de stockage de l'eau.

“ Je vis dans le bidonville de Dakshineswar depuis 15 ans, dans une cabane précaire en bambou, sous un toit fait d'une bâche plastique. Lors du cyclone Amphan en 2020, nos maisons ont été décimées. Mais aujourd'hui tout change ! Avec quinze autres familles, nous emménageons dans de vraies maisons en béton, avec un toit de tôle et des fenêtres. Nous aurons enfin la sécurité, le confort et la protection dont nous avons tant besoin pour vivre.

BANI
BÉNÉFICIAIRE D'UNE AIDE AU LOGEMENT

8 396 personnes
bénéficiaires du programme



NÉPAL | H.E.L.P.

UNE MAISON POUR LES FEMMES
DE SAMAGAUN

Pour prolonger les efforts de son association Tergar Charity Nepal dans la lutte contre le changement climatique dans l'Himalaya, Yongey Mingyur Rinpoche a fondé Himalayan Environment and Life Protection (H.E.L.P.). Cette nouvelle initiative vise à habiliter les communautés à devenir résilientes face aux défis climatiques et à préserver l'écosystème himalayen.

Le projet soutenu vise à renforcer l'égalité et l'autonomie dans la société en érigeant une maison communautaire pour les femmes. Cet espace facilite les échanges entre les différents groupes éducatifs, religieux et politiques de femmes, ainsi que leurs initiatives commerciales et de génération de revenus. La construction de la maison est actuellement en cours, avec un souci apporté à la durabilité et la résistance aux tremblements de terre.

“ Le soutien de Karuna à H.E.L.P. permet la construction de cette maison, essentielle pour aider toutes les femmes de la région à obtenir la juste reconnaissance qu'elles méritent et réaliser leurs rêves, tant sur le plan personnel que professionnel.

DECHEN DOLMA
ADMINISTRATRICE DE LA MAISON

150 femmes
futures bénéficiaires





LE TIBET

Depuis les débuts de Karuna-Shechen, nous accompagnons les populations nomades et les plus démunies au Tibet oriental.

La situation générale au Tibet présente toujours de nombreux défis pour les organisations humanitaires, en particulier pour les équipes locales. C'est pour cette raison que nous limitons volontairement notre rapport concernant cette région. Malgré les difficultés, nous y soutenons divers projets.

SERVICE MÉDICAL D'URGENCE

Des médicaments sont distribués aux patients les plus démunis tandis que des fonds sont alloués aux urgences médicales pour les patients présentant de graves problèmes de santé qui nécessitent une prise en charge dans un hôpital.

ACCÈS À L'ÉDUCATION

De nombreux élèves du primaire, du secondaire et d'université ont accès à une scolarité grâce à des dispositifs d'accompagnement, des aides alimentaires et des bourses.

INITIATIVE ENVIRONNEMENTALE

Une aide est apportée aux étudiants et à plusieurs personnes qui s'occupent de l'entretien et du nettoyage de l'environnement.

SOIN DES PERSONNES ÂGÉES

Des personnes âgées sont accompagnées dans la bienveillance par le biais d'une aide financière mensuelle ou d'une prise en charge complète de leurs besoins.

PRÉSERVATION DU PATRIMOINE

Un soutien financier est offert à ceux qui souhaitent étudier et pratiquer en toute quiétude, sans avoir à s'inquiéter de dépenses excessives et sans mendicité.

“ Valoriser l'autre et s'inquiéter de sa situation sont deux composantes essentielles de l'altruisme. Lorsque cette attitude prévaut en nous, elle se manifeste sous forme de bienveillance, et se traduit par une ouverture d'esprit et une volonté de prendre soin.

MATTHIEU RICARD
PLAIDOYER POUR L'ALTRUISME

488

personnes soutenues financièrement

294

étudiants boursiers

102

personnes âgées aidées





Plaidoyer

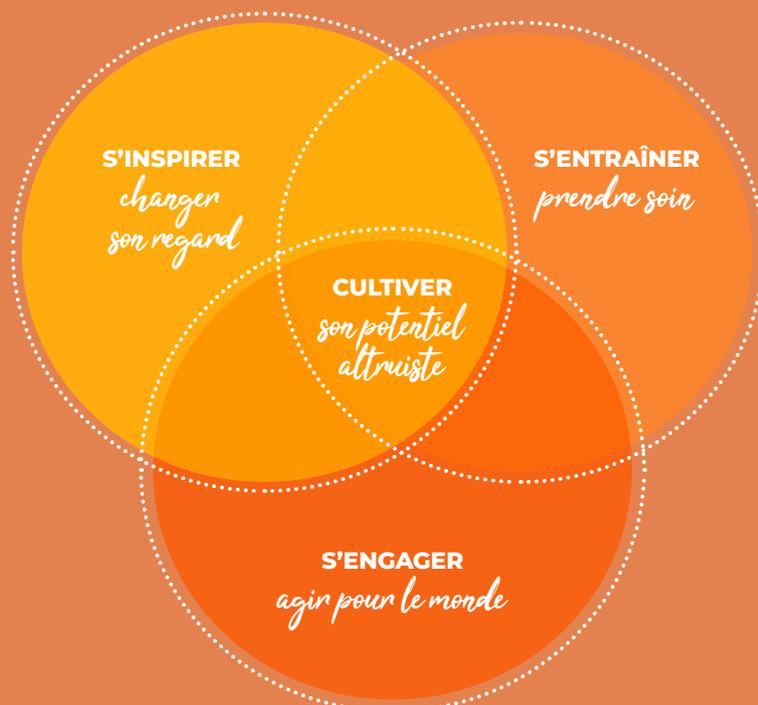
POUR L'ALTRUISME

Karuna-Shechen invite chacune et chacun à développer son potentiel altruiste. S'inspirer, s'entraîner, s'engager : tel est le triptyque proposé par l'association pour cheminer vers un monde plus compatissant, plus résilient et plus apaisé.

Notre époque est confrontée à de nombreux défis pour concilier la recherche du bien-être, la protection du vivant, les impératifs de l'économie, de la justice sociale et la considération des générations à venir. Pour y répondre, l'altruisme est un des antidotes aux problèmes du monde. Il permet de changer notre regard et nous aide à développer des relations authentiques de partage, de soutien et d'attention, qui sont considérées comme la pierre angulaire d'une vie épanouie.

L'état d'esprit altruiste est un équilibre qui repose sur trois piliers. Il est nécessaire de passer du temps à cultiver chacun d'entre eux, car quel que soit celui que l'on néglige, cela crée un déséquilibre, pouvant nous exposer au risque de la non-action, de la détresse empathique ou de la perte de sens.

Karuna offre la possibilité de cultiver notre inspiration, des outils de pratique de la méditation et de la pleine conscience, et propose des moyens de prendre part au changement et de s'impliquer de manière concrète.



PLAIDER POUR L'ALTRUISME



S'inspirer

changer son regard sur le monde et les êtres

Adopter un nouveau regard sur le monde, libéré de tout biais négatif, permet de prêter attention à la beauté des êtres et de l'environnement qui nous entourent et d'y puiser l'inspiration à en prendre soin.

L'inspiration nécessite de poser un regard attentif sur ce qui est habituellement moins visible, de témoigner du beau comme du moins beau. En changeant notre regard sur le monde, nous pouvons choisir de porter notre attention sur les comportements bienveillants, la beauté des paysages, les animaux ou les créations artistiques. Le but de l'inspiration est de nous conduire à agir pour le meilleur, que ce soit en cultivant des émotions positives comme la joie ou l'émerveillement, ou en étant poussé par un sentiment d'indignation. Sans cette inspiration au quotidien, nous risquons de perdre de vue notre motivation, et à terme, d'oublier le sens de nos actions.

“ Émerveillons-nous de la nature sauvage, d'une naissance, d'un geste de bonté [...] ou d'un visage qui reflète les profondeurs insondables de la sagesse et de la compassion.

MATTHIEU RICARD

PODCAST

L'ALTRUISME AU QUOTIDIEN

À travers son podcast, Karuna met en lumière son plaidoyer et sa vision selon laquelle l'altruisme est l'une des solutions concrètes pour un monde plus juste. Chaque épisode propose des pistes de réflexion, outils et manières de percevoir la réalité, racontés par les personnes qui font Karuna. Idéal pour vous permettre de cultiver votre potentiel altruiste, ce podcast est disponible sur les plateformes de streaming Spotify, Deezer ou Apple Podcast.

L'altruisme
au quotidien

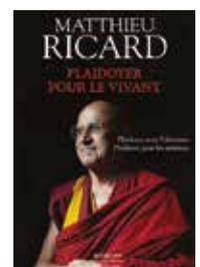
KIT DE L'ÉMERVEILLEMENT

Pour soulager les maux de l'éco-anxiété générés par la crise environnementale de notre époque, Karuna propose un kit de l'émerveillement. Cette émotion engendre le respect envers la nature, qui mène au désir de protéger notre environnement, qui lui-même mène à l'action et à l'engagement. Scannez le QR code pour le télécharger.



PLAIDOYER POUR LE VIVANT

Matthieu Ricard réunit ses écrits de *Plaidoyer pour l'altruisme* et de *Plaidoyer pour les animaux* en un seul ouvrage, avec une préface inédite. Ces livres sont inséparables pour prendre en compte l'entièreté des enjeux auxquels fait face la société contemporaine. Matthieu Ricard invite à cultiver notre potentiel altruiste, envers les humains proches et inconnus, mais également envers les animaux, et envers la nature dans sa globalité.



PLAIDER POUR L'ALTRUISME



S'entraîner

prendre soin de soi pour prendre soin des autres

Prendre soin de soi est indispensable pour pouvoir prendre soin des autres et agir en faveur d'un monde plus altruiste. Karuna-Shechen invite à se reconnecter à nos émotions avant d'adopter progressivement de nouvelles habitudes prometteuses.

Développer ses compétences émotionnelles permet de reconnaître, comprendre et maîtriser ses propres émotions et d'entrer plus facilement en compassion avec les autres. Une pratique régulière de la compassion permet de transformer progressivement notre vie et de tendre à plus d'altruisme. Les sciences contemplatives comme les neurosciences ont prouvé que les qualités humaines fondamentales peuvent être cultivées par l'entraînement, comme toute autre capacité que nous pratiquons régulièrement : jouer du piano, dessiner ou faire du sport. Sans cet entraînement de l'esprit, nous risquons de nous épuiser face à la misère du monde ou aux difficultés. À terme, c'est également le risque de tomber dans la détresse empathique. Il s'agit donc d'un équilibre entre prendre soin de soi et prendre soin des autres.



ÉTUDE ET CONFÉRENCE MÉDITATION ET VIEILLISSEMENT DU CERVEAU

Lors d'une table-ronde animée par Franck Blot, directeur du plaidoyer de Karuna-Shechen, Gaël Chételat, coordinatrice de l'étude Silver Santé, Antoine Lutz, responsable du Workpackage Méditation et Titi Tran, enseignante de méditation, sont revenus sur l'étude Silver Santé, étudiant l'impact de la méditation sur le déclin cognitif, l'amélioration du bien-être et la santé mentale des seniors.

“ Si vous voulez que les autres soient heureux, pratiquez la compassion. Si vous voulez être heureux, pratiquez la compassion.

LE DALAI LAMA



MÉDITATION COLLECTIVE AVEC MATTHIEU RICARD

À l'occasion de la seconde édition des Rencontres Altruistes, Matthieu Ricard a guidé une méditation collective, une expérience permettant de créer du lien à soi et aux autres. Petits et grands ont ainsi clôturé l'événement ensemble et en pleine conscience.

LE LIEN ENTRE MÉDITATION ET NEUROSCIENCES

Karuna s'intéresse aux effets de la méditation sur le cerveau par le biais d'un état des lieux des études réalisées sur le sujet. Celles-ci se sont multipliées ces dernières années, pointant les nombreux bienfaits de la pratique méditative. Rendez-vous sur notre site internet pour les découvrir dans notre article « Entraîner l'esprit pour soigner le corps ».

PLAIDER POUR L'ALTRUISME



S'engager

agir pour un monde plus altruiste

Agir en faveur d'une cause qui nous est chère peut parfois être difficile. Karuna-Shechen recommande de s'engager à son rythme, à sa manière, en gardant une intention juste et mesurée.

Une vision altruiste prend tout son sens lorsqu'elle est mise en œuvre de manière pratique et efficace au service des autres. Tout le monde peut s'engager, en commençant par des petits gestes qui sont des sources de motivation et de joie. L'engagement peut revêtir différentes formes : des ajustements mineurs du quotidien, des grands choix personnels ou professionnels, des changements soudains ou progressifs, des initiatives individuelles ou collectives. L'important est de trouver celle qui nous ressemble. Sans engagement, nous risquons de tomber dans une non-action morne ainsi que de nourrir une indignation stérile.

“ La meilleure manière de se connecter à quelqu'un est de l'écouter. Simplement d'écouter. Peut-être que la plus belle chose que l'on peut offrir est notre attention. Un silence aimant a beaucoup plus de pouvoir pour guérir et connecter que les mots les mieux intentionnés.

RACHEL NAOMI REMEN



TABLE-RONDE - ET SI ON OSAIT AGIR ?

Dans le cadre de la deuxième édition des Rencontres Altruistes, Matthieu Ricard s'est entretenu avec Flore Vasseur, réalisatrice de *Bigger than Us* à propos de l'engagement. Cette conversation identifie les freins à l'engagement, et tisse des ponts nécessaires entre des générations qui ne se comprennent pas : les jeunes, angoissés, qui se sentent seuls, et les adultes, désarmés, qui ne prennent pas conscience de leur propre besoin de changement intérieur. Rendez-vous sur notre chaîne Youtube pour (re)visionner cet échange.

LA JOIE, ÉTINCELLE DANS L'ENGAGEMENT

Quelle que soit la cause, ou la manière de nous engager, nous pouvons nous émerveiller de la joie que la mise en action procure. L'engagement n'est pas toujours facile et il a toujours un coût : il prend de notre temps, de notre énergie, de notre capacité émotionnelle, de notre argent. Mais il nous nourrit en cohérence, résonance, et partage. La joie est donc une étincelle dans l'engagement : ni cause ni objectif, c'est un cadeau que l'on reçoit parfois, souvent, lorsque l'on donne de soi. Pour en savoir plus sur l'engagement, retrouver tous nos articles et contenus dédiés sur notre site internet.

“ Le bon combat est celui engagé parce que notre cœur le demande.

PAULO COELHO

PLAIDER POUR L'ALTRUISME

Les projets phares

Tout au long de l'année, Karuna propose divers contenus sur son site internet et ses réseaux sociaux qui offrent la possibilité de cultiver notre inspiration, pratiquer la pleine conscience et s'impliquer de manière concrète. C'est dans cet élan que l'association développe ses deux principaux projets de plaidoyer pour un monde plus altruiste.

LES RENCONTRES ALTRUISTES

Depuis 2021, Karuna organise les Rencontres Altruistes, qui invitent chacune et chacun à s'inspirer collectivement, se nourrir de riches échanges et discuter autour d'une thématique touchant à nos valeurs et à l'actualité.

Le 27 mai 2023, la deuxième édition des Rencontres Altruistes, organisée à la Fondation GoodPlanet, abordait le thème "Ensemble, réinventons notre relation au vivant". Lors de cet événement gratuit et ouvert à tous, le public a pu assister à des discussions inspirantes entre différents acteurs et actrices engagés au quotidien, comme Caroline Lesire et Ilios Kotsou de l'association Émergences, Isabelle Giraldo et José Rexach. Des ateliers en petits groupes invitaient à passer à l'action pour repartir avec la motivation et l'envie d'agir ensemble, en commençant par le plus petit pas possible. La journée était rythmée par des temps de méditation pour s'entraîner à développer son potentiel altruiste. Les 25 et 26 mai 2024, la 3^e édition des Rencontres Altruistes abordera le thème "Du local au global : cultiver notre engagement".

1 journée | 10 intervenants | 2 ateliers | 3 méditations
2 tables-rondes | 2 projections | 902 visiteurs

RÉSILIENCE – ALLIANCE ALTRUISTE

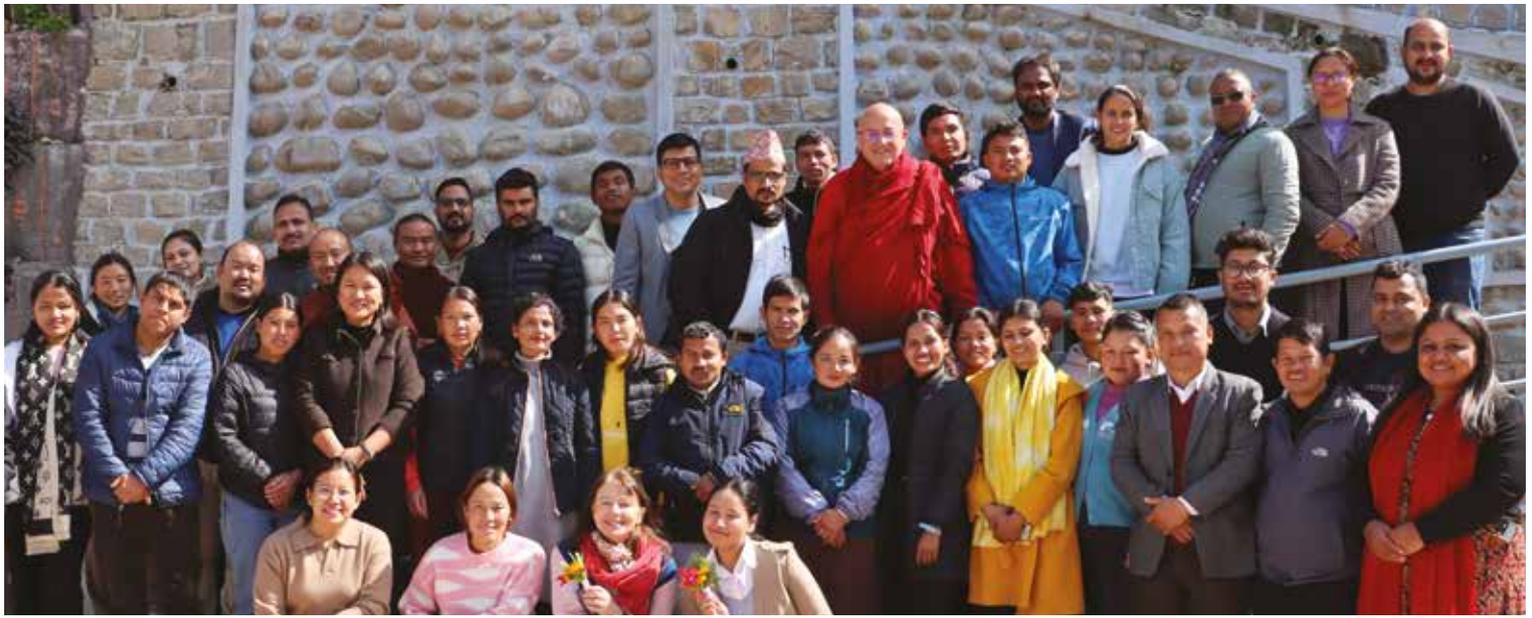
Conçu sur la base de ses valeurs, l'altruisme, l'action et l'engagement, Karuna-Shechen lance en 2023 son nouveau programme Résilience – Alliance Altruiste.

Il y a trois ans, Karuna-Shechen initiait le programme Résilience en collaboration avec Mindfulness Solidaire pour prévenir la détresse empathique du personnel soignant et des travailleurs sociaux. Fort de cette expérience - 45 cycles animés et plus de 400 personnes accompagnées - nous avons conçu un nouveau programme, avec le soutien d'experts, dont François Bourgognon et Christophe André. Résilience - Alliance Altruiste est adapté aux besoins et à l'organisation des structures d'intérêt général du secteur de la santé, de l'humanitaire et du social. Le programme va au-delà de l'équilibre entre prendre soin de soi et prendre soin des autres. Il souhaite apporter des changements systémiques au sein des organisations, par l'émergence d'une résilience collective et d'une culture de l'authenticité, de l'entraide et de l'engagement. Intégralement soutenu par le Fonds Nouveau Monde, le programme s'appuie sur les sciences comportementales et contemplatives, notamment les méthodes de réduction du stress basé sur la pleine conscience (MBSR), les cercles de parole et la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT). En décembre 2023, nous avons formé quinze instructeurs et instructrices - éducateurs, psychologues, thérapeutes, coaches, formateurs, cadres et dirigeants - pleinement alignés aux valeurs de Karuna-Shechen et engagés pour la diffusion de ce programme. L'objectif est de conduire une trentaine de cycles en 2024.

“ Les métiers du “prendre soin” sont perçus comme enrichissants et porteurs de sens. Mais ceux qui le pratiquent pensent trop souvent qu'ils n'en font pas assez. La réjouissance et la gratitude sont difficiles à ressentir, et cela peut mener à la détresse empathique et au *burn-out*.

FRANCK BLOT, DIRECTEUR DU PLAIDOYER ET INSTRUCTEUR RÉSILIENCE





L'ÉQUIPE

Karuna-Shechen vit notamment grâce à ses membres soudés et engagés - salariés, bénévoles, stagiaires et alternants - qui agissent au quotidien pour développer des programmes d'action et de plaidoyer qualitatifs et impactants.

L'organisation s'efforce de cultiver et d'incarner le changement qu'elle veut voir dans le monde. Ainsi, l'altruisme est au centre de notre culture d'organisation et se décline sous diverses formes : valeurs de travail, temps de reliance, bibliothèque inspirante, méditations collectives, etc. Ces dispositions offrent un environnement favorisant simultanément l'efficacité, l'épanouissement personnel et la bienveillance.

Nos équipes sur le terrain sont intégralement composées de professionnels locaux, originaires de nos régions d'intervention, dont nous respectons toute la diversité culturelle et spirituelle.

“ On essaie chez Karuna d'adopter un modèle innovant, de casser les codes hiérarchiques ou pyramidaux et de valoriser l'intelligence collective pour coopérer ensemble avec enthousiasme et détermination.

QUENTIN DURAND,
DIRECTEUR EXÉCUTIF



1 siège à Paris
10 employés
3 stagiaires
et alternants



6 branches
internationales
États-Unis, France,
Hong Kong, Inde,
Népal, Suisse



343 membres
à travers le monde
dont 163 bénévoles
54% de femmes
46% d'hommes



6 centres d'opération
et 2 sièges pays
en Inde et au Népal
168 employés locaux
dont 40 membres
du personnel médical
126 bénévoles locaux
administrateurs ou relais
de villages



LE FONCTIONNEMENT “OPALE”

Chez Karuna-Shechen, chacune et chacun est invité dans ses interactions à porter une attention particulière à cultiver un état d'esprit altruiste. Nos valeurs de travail se fondent sur l'expression de la bienveillance et de l'empathie.

Notre volonté de faire grandir les individus est indissociable de celle visant à créer un environnement de travail accueillant, propice à la coopération et favorisant l'échange, qui nous encourage à agir en pleine conscience, pour un projet qui nous dépasse.

Pratiquer, inspirer, et appliquer quotidiennement ces valeurs est un exercice de l'esprit, un engagement de nos membres les uns envers les autres, mais aussi à l'égard des personnes que nous accompagnons et de celles qui soutiennent notre projet associatif.

Que ce soit au siège de l'association en France, dans nos branches où sur nos sites d'intervention, Karuna-Shechen porte une attention particulière à cultiver les liens qui nous unissent, à diffuser ses valeurs et à promouvoir les nombreux outils d'organisation et de pratique qui les accompagnent. En somme, nous tentons de pratiquer le message que nous plaçons.



NOS VALEURS DE TRAVAIL

Incarner l'équipe

prendre part à quelque chose de plus grand que soi avec dévouement

Cultiver la joie

chercher et reconnaître la joie partout où elle se trouve

Écouter avec attention

engager le dialogue par une écoute attentive

Être bienveillant

prendre soin des autres sans négliger ses propres besoins

Rester efficace

trouver le bon équilibre entre objectifs communs et bienveillance

Accueillir l'inconnu

écouter les nouvelles idées avec l'esprit du débutant

Exprimer sa gratitude

rester attentif à tous les petits détails qui pourraient être oubliés

Partager avec une parole juste

oser s'ouvrir aux autres, avec honnêteté, intégrité et humilité





JOIE ET gratitude

La générosité des amies et amis de Karuna est le socle essentiel de notre action, permettant de renforcer la résilience et d'illuminer la vie des personnes qui en ont le plus besoin.

Votre soutien stimule nos interventions, apportant un changement significatif et durable dans le quotidien des personnes que nous accompagnons. Chaque engagement est unique. Il est un maillon essentiel dans la réalisation de nos missions centrées sur l'altruisme et la lutte contre la précarité. Nous vous adressons un immense merci pour votre très précieuse amitié.

50 000 € ET PLUS

Anonymes
Fondation Inspir' (Suisse)
Hershey Family Foundation (États-Unis)
Madeleine et Jacques Maire (Suisse)
Fonds Nouveau Monde (France)
Palais des Thés (France)

20 000 € À 49 999 €

Anonymes
8BP Fund abrité par Swiss Philanthropy Foundation (Suisse)
American Himalayan Foundation (États-Unis)
The Annenberg Foundation (États-Unis)
Yousef Aouad (États-Unis)
Birgitta Amoroso (Suède)
François Xavier et Natasha de Mallmann (Royaume-Uni)
Gaëtan et Vivian Flipo (France)
George Family Foundation (États-Unis)
Maryse Goeminne-Bernabe (Belgique)
Huang Chen Mei Yu (Taiwan)
Latika & Rajiv Jain Foundation (États-Unis)
Thérèse et Daniel Janssen (Belgique)
Jonala Foundation (Allemagne)
Tellus Viva Foundation (Suisse)

5 000 € À 19 999 €

Anonymes
Agro Sourcing Foundation (France)
Allary Editions (France)
Frédéric Aumont (France)
Aliette et Jérôme Balladur - Ayovie (Autriche)
Marie Baudron (France)
Suzanne Boyer (Canada)
Stéphane Brac de la Perrière (France)
Bruno Corre (France)
Marie-Christine Couderc (France)
Pascale De Bereder (Espagne)
Cristina Funes-Noppen (Belgique)
Thomas et Mirjam Gerber Neidhart (Suisse)
Intermed Exportation (France)
Karma Sherab Namdak Fund abrité par Fondation Roi Baudouin (Belgique)
The MCJ Amelior Foundation (États-Unis)
Jacqueline Riesen (Suisse)
Eric Ripert (États-Unis)
Jonathan et Diana Rose (États-Unis)
Rotary Wezembeek-Kraainem (Belgique)

“ Au nom des communautés que nous accompagnons et des équipes locales qui déploient quotidiennement nos programmes, je tiens à vous exprimer notre plus sincère gratitude. Grâce à vous, nous nous mettons à l'écoute et au service de celles et ceux qui en ont le plus besoin pour, ensemble, transformer durablement leur vie et leur offrir un avenir meilleur. C'est avec une profonde humilité et un engagement chaque jour renouvelé que nous portons votre générosité dans nos actions. Nous sommes profondément honorés de votre confiance et de votre amitié.

CATHERINE LALIVE D'EPINAY

DIRECTRICE DU CERCLE DES PHILANTHROPES
ET DIRECTRICE DE KARUNA-SHECHEN SUISSE

Nous exprimons notre gratitude spéciale à nos donateurs anonymes à travers le monde, ainsi qu'à tous nos précieux amis pour leur soutien continu : Guillaume Allary, Caroline Lesire, Ilios Kotsou et Emergences, François-Xavier, Frédéric et toute l'équipe de Palais des Thés, Laurence d'Aboville, Fleur Gimond, l'Institut Jane Goodall, les Éditions La Martinière, Messales & Associés, Mindfulness Solidaire, Minimento, L214, la Fondation GoodPlanet, Photoby, CréaContacts, Rencontres Perspectives, Patricia Christin, Betty Yamanjian, Vincent Mudry, Rose Hervé-Gruyer, Lancelot Mourgère, Charles et la ferme biologique du Bec Hellouin, Wendy, Sally, Virginie, Élodie et Chloé. Shalav pour ses années d'implication dans l'essor de Karuna au Népal. Et pour l'engagement enthousiaste et dévoué d'Éloïse, Inès, Amandine et Amélie.



DES PENSÉES DU CŒUR POUR LES BIENFAITEURS ET AMIS QUI NOUS ONT QUITTÉS

Nous leurs dédions les belles réalisations de Karuna en 2023 : Luc, Brigitte, Christiane, Geneviève, Catherine, Lucien et Maiya Kumari.

« L'aide apportée à des populations d'une autre culture peut s'avérer complexe, notamment dans l'équilibre des valeurs. L'enjeu consiste à encourager un développement en matière d'éducation, de santé, du statut des femmes, du planning familial, de l'agroécologie, etc. Les faire évoluer tout en gardant la culture originelle et les forces de cohésion et de cohérence du pays est un défi permanent, que Karuna-Shechen relève dans un environnement souvent difficile et même parfois extrême. Selon nous, l'association porte magnifiquement bien son nom "l'altruisme en action" avec en filigrane ce rappel bouddhiste d'humilité : la sincérité du don. »

MADELEINE ET JACQUES M.

« Après trois années d'émerveillement et d'engagement, j'ai quitté Karuna-Shechen pour lancer ma propre activité à impact. J'y reste bénévole et mon expérience chez Karuna imprègne encore mon quotidien : un management bienveillant, des outils d'intelligence collective, une volonté sincère d'impact et un alignement entre actions et intentions. Merci à l'organisme vivant Karuna pour ses enseignements, et merci à nos collègues sur le terrain, philanthropes, amis et amies, qui permettent l'existence de ces programmes.

MORGANE EFFROY
BÉNÉVOLE ET FONDATRICE DE LA REF MEDIA

PROLONGER L'ENGAGEMENT D'UNE VIE

« En faisant ce legs, je suis heureuse que mes aspirations continuent à vivre à travers Karuna. L'important est de ne pas vivre seulement pour soi, mais de se rendre utile. »

À travers son legs, notre amie a offert un héritage durable en faveur des communautés les plus vulnérables, perpétuant ainsi son engagement pour un monde meilleur. Elle a été témoin, au cours de son parcours associatif, des difficultés récurrentes de gestion de fonds dans les organisations. Karuna représente pour elle une association sûre, transparente et au professionnalisme rigoureux. « J'ai une grande confiance dans la manière dont sont gérés les fonds. J'ai également pu constater l'impact des interventions holistiques des projets. »

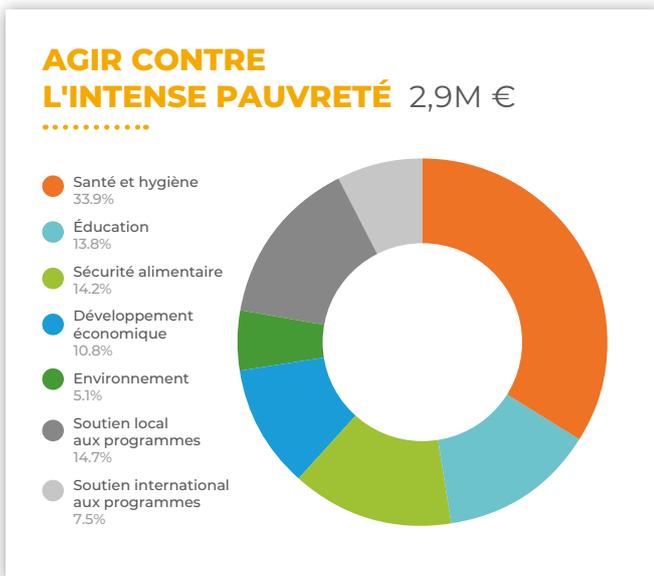
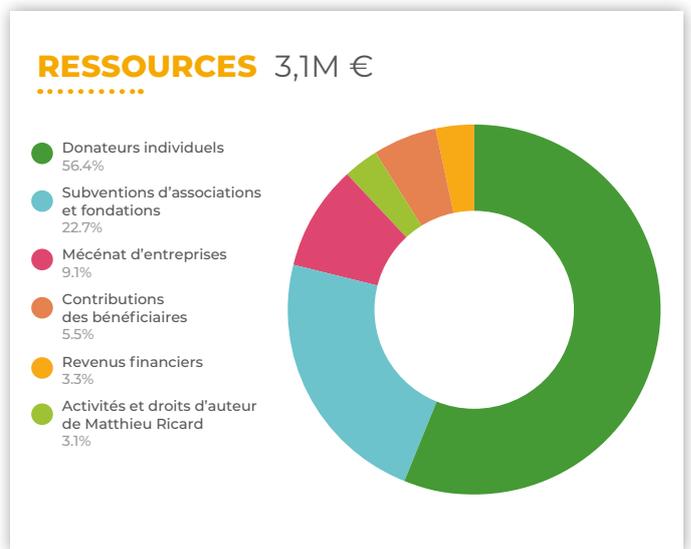
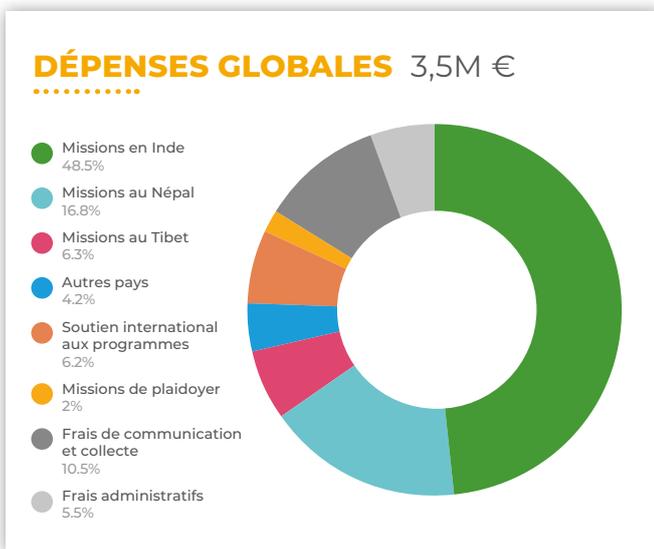
La mission de Karuna-Shechen trouve sa source dans les valeurs séculières du bouddhisme et se manifeste à travers les synergies entre celles et ceux que nous accompagnons, nos bienfaiteurs, nos bénévoles, nos amis et nos équipes. Conscients de cette interdépendance, nous pouvons progresser ensemble vers un monde empreint d'altruisme.

Merci
du fond du cœur pour votre présence

LE RÉSUMÉ *financier*

Chaque année, Karuna-Shechen bénéficie de la générosité de milliers de personnes et organisations à travers le monde.

Les dépenses globales de Karuna-Shechen en 2023 se sont élevées à 3,5M €, dont 82% consacrées à nos programmes de lutte contre la pauvreté. L'activité de plaidoyer représente quant à elle 2% de notre budget. Pour soutenir nos missions, les frais de fonctionnement s'élèvent à 16% des dépenses. En 2023, les dépenses ont été plus importantes que les ressources. Cette situation inédite est due au rattrapage des années COVID qui avaient vu le rythme des dépenses ralentir du fait des confinements successifs et de l'incapacité administrative d'opérer l'intégralité de nos activités.

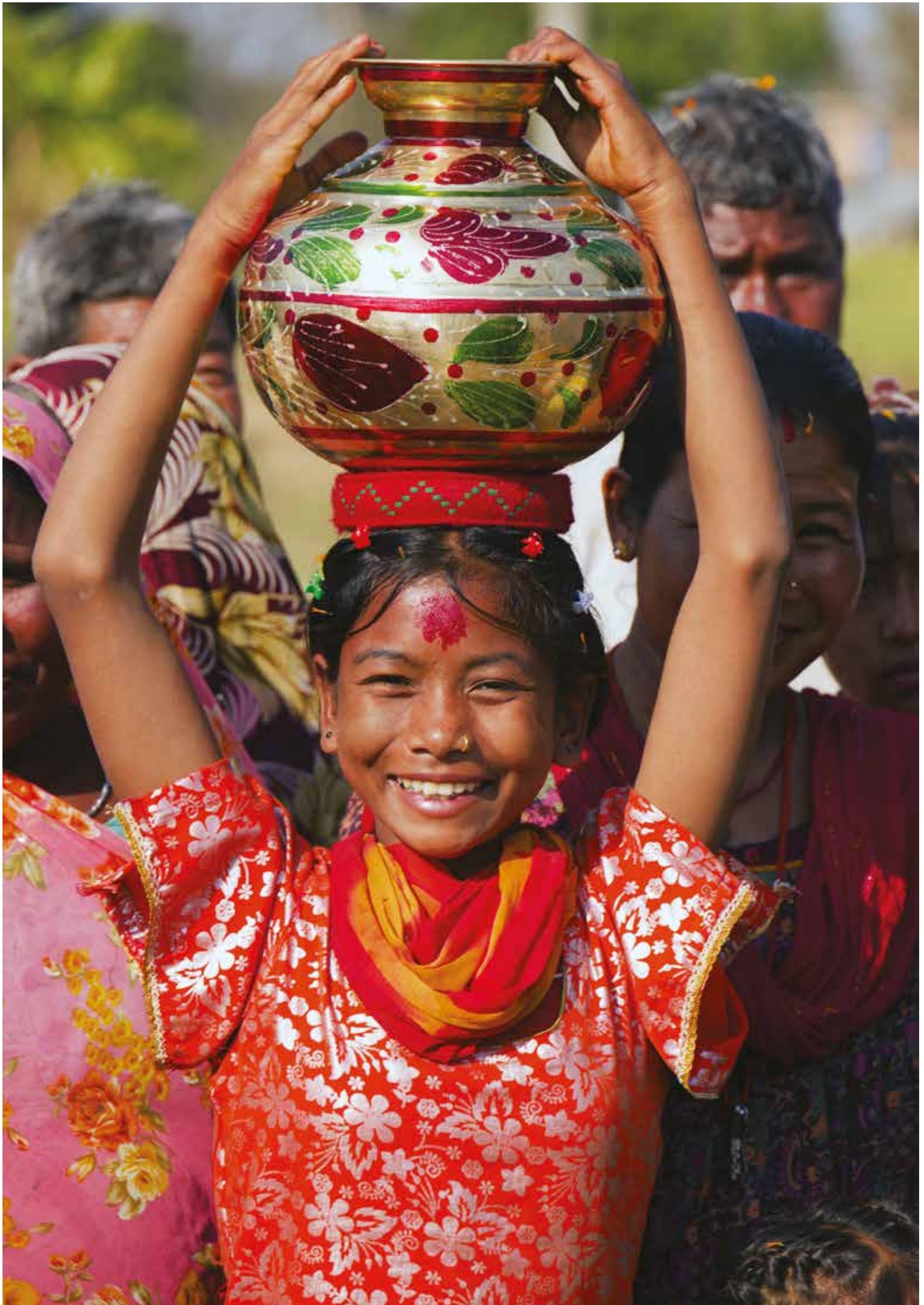


TRANSPARENCE ET IMPACT

Notre action repose sur l'altruisme efficace à travers une conception rationnelle de nos activités, la mesure et l'évaluation rigoureuses de notre impact et l'utilisation efficace de nos ressources. Nous nous engageons à être transparents, à faire preuve d'intégrité et à lutter contre la corruption.

Pour plus d'information sur les fonds recueillis et leur utilisation, retrouvez l'essentiel de nos comptes et leurs analyses dans notre rapport financier, consultable et téléchargeable à partir du QR-code ci-contre.





RAPPORT ANNUEL 2023



Chez Karuna-Shechen, nous sommes convaincus que l'amour altruiste et la compassion sont non seulement les meilleures façons d'assurer le bien d'autrui, mais aussi de vivre une vie pleine de sens.

MATTHIEU RICARD



karuna shechen altruisme
en action

CONTACT

DONATION@KARUNA-SHECHEN.ORG

COPYRIGHT PHOTOS

MATTHIEU RICARD, HÉLOISE ASSELIN, ANIRBAN RANJIT, KARUNA-SHECHEN

LÉGENDE PHOTO DE COUVERTURE

ENFANTS JOYEUX SUR LES CHEMINS DE FORÊT, JHARKHAND, INDE

CONCEPTION GRAPHIQUE

&ESPERLUETTE (FLEUR GIMOND GRAPHISME) ET MARIANNE COLINET

RÉDACTION

INÈS, MAËLLY, MÉLODY, SÉBASTIEN

IMPRESSION

IMPRIMERIE JF IMPRESSION, LABELLISÉE IMPRIM'VERT,
SUR PAPIER COUCHÉ DEMI-MAT PEFC,
GARANTIT CONTRE LA DÉFORESTATION

ROUTAGE

CRÉACONACTS

WWW.KARUNA-SHECHEN.ORG

