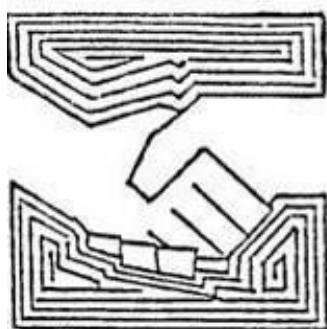


Bureau de dépôt
1081 Bruxelles 8
P 204037

Belgique - België
P.P. – P.B.
1080 Bruxelles – Brussel 8
BC 1574



MENSUEL DE CONTACT DU
COMITE DE JUMELAGE GANSHOREN-RUSATIRA
(a.s.b.l.)

SEPTEMBRE 2024 – 39^e année – n° 9

JUMELAGE



A NOTER A VOTRE AGENDA :

MARDI 10 SEPTEMBRE à 19h15, à la Villa, place G. Gezelle 26 :
Réunion du comité de jumelage et sympathisants, avec à l'ordre du jour :

- Nouvelles de Rusatira-Kinazi
- Nouvelles des projets REPES et MAMAs
- Bilan du marché annuel
- Petits déjeuners de la solidarité N-S, activités prévues et divers

SAMEDI 7 SEPTEMBRE 9h-18h : Marché annuel : Stand du jumelage dans une tente communale face à l'école des Bambins

DIMANCHE 6 OCTOBRE de 8h30 à 11h aux « TARINS » rue Mathieu de Jonghe 42 : Petits déjeuners de la solidarité Nord-Sud avec des produits équitables et locaux. P.A.F 8 € (5 € pour - de 12 ans)

SOMMAIRE :

Editorial: Petit Déjeuner N-S 6 oct.
en invités Luk Cannoodt (MAMAs)
et André Demarque (km vélo)

Le Remco-Merckx du Jumelage...
André Demarque, des km à vélo
pour soutenir les jeunes du Sud.

Projet MAMAs soja tofu malnutrition
Avec Luk Cannoodt, les groupes
MAMAs utilisent soja-tofu contre la
malnutrition des enfants de 0 à 5 ans

Les projets à Rusatira-Kinazi
Rapport Aprojumap du 2^e trim.2024

Editeur responsable : A. Labeeuw av. Henri Feuillien 19, 1083 Bxl – tél. 02/427.68.53 - gilles.labeeuw@skynet.be

site → www.ganshoren-rusatira.be ←

Cpte BE57 0016 6142 9235 du 'Jumelage Ganshoren-Rusatira ASBL' exonération fiscale pour dons à partir de 40 €

**Inscrivez-vous : dimanche 6 oct. Tarins : Petit Déjeuner de la Solidarité avec 2 invités
Luk CANNOODT (MAMAs, soja, tofu) et André DEMARQUE (+400 km à vélo)**

Luk Cannoodt sera présent

Luk est l'initiateur du projet MAMAs, groupes de mamans d'enfants de 0 à 5 ans fragiles, en sous-poids (dont 6 groupes à Rusatira-Kinazi) pour suivi sanitaire, amélioration alimentaire grâce au plantes à protéines (achat parcelles), initiation à préparer le lait de soja et le tofu (dégustations prévues).

Rappelons que Rusatira est le secteur du district Huye avec les plus d'enfants fragiles en sous-poids

**Petit-déjeuner
DE LA SOLIDARITÉ**

LE DIMANCHE 6 OCTOBRE 2024

P.A.F :
8 €
5 € (- de 12 ans)

INVITÉ :
André DEMARQUE
Km sponsorisés à vélo

INVITÉ :
Luk CANNOODT du Rw.
projet MAMAs, soja-tofu

De 08h30 à 11h00
Au Pavillon "Les Tarins" (Avenue Mathieu de Jonge 42)

André Demarque et son vélo
seront en principe présents.

**ANDRÉ VOUS INVITE à
SPONSORISER SES 400 KM-VELO
(1 km = 1 € Tournai à Trois-Ponts)
POUR SOUTENIR
LES JEUNES DEMUNIS DE
RUSATIRA (22 étudiants)
et de MOJOCA Guatemala-City
comme en 2004 (Bxl-Rome)
et en 2021 (tour en Belgique)**

*Allez vite page 2 pour soutenir ces
400 km d'un huitantenaire (mot suisse)*

Réservation souhaitée : info@ganshoren-rusatira.be ou 02 / 427.68.53

André DEMARQUE nous invite à sponsoriser ses km vélo (26 août à début sept.) pour soutenir les jeunes de Rusatira-Kinazi et de Guatemala-City

« Depuis 2004 et ma retraite, je sponsorise - par des km à vélo - des jeunes démunis du Sud qui veulent s'intégrer à la société.

Chaque km parcouru permet de récolter 1 euro pour 2 associations :

- le Jumelage entre Ganshoren et Rusatira au Rwanda (je suis membre actif depuis 1990), notamment pour payer le minerval de 22 jeunes démunis ([cf détails mensuel févr.2024](#)) : soit Benjamin, Nadia, Dieudonné, César, Françoise, Eulade, Etienne, André, Samuel, Valentine, Nela, Simon, Fiona, Angélique, Emmanuel, Daniel, Philémon, Denyse, Callixte, Claude, Gilbert et Assumpta) et aider les écoles
- Mojoca, Mouvement des Jeunes de la rue à Guatemala City (je suis membre actif depuis 2004) qui aide les jeunes à sortir de la rue et trouver une place dans la société

Vous pouvez me sponsoriser à partir de 5 km (= 5 euro).

Vous pouvez sponsoriser pour 10 km ou 20 km ou plus, il n'y a pas de limite.

Je vous invite à faire le virement sur le cpte DEMARQUE-VERBAERT BE56 9795 7925 3588 (ceci permet de garder une trace vérifiable des dons).

En communication mettre « Rusatira - Mojoca » (pour partager la somme entre les 2 associations) ou mettre « Jumelage Rusatira » ou « Mojoca » (pour soutenir une association en particulier).

André Demarque

ademarque@outlook.fr

0486 51 60 85 »

NB les km effectués et résultat global seront communiqués aux Tarins (6 oct.) et dans ce journal

PETITE RETROSPECTIVE dans le sillage de Eddy (2004), Wout (2021) et Remco (2024)

2004 : 2.480 km Bruxelles-Rome

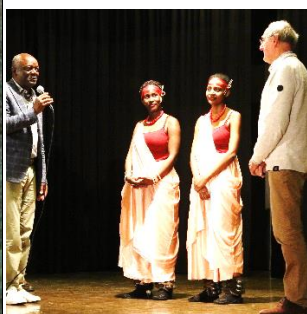
par André Demarque,
jeune prof. pensionné



l'arrivée à Rome !
cf panneau 11 haut de la
promenade N-S,
en haut de l'av. Van Overbeke

2021: ± 500 km

par André Demarque,
retraité expérimenté



Mot d'admiration
du bourgmestre
Pierre Kompany
à la soirée jumelage
du 2 octobre 2021

2024 : ± 400 km = 4x20km x 5

par André Demarque,
actif huitantenaire (mot suisse)

itinéraire Tournai - Trois-Ponts (zoomable)
(80% Ravel etc, 20% route)



(extrait Google)



et ACCUEIL ADMIRATIF AU PETIT
DEJEUNER DU 6 OCTOBRE
AUX TARINS !

Nouvelles de Rusatira-Kinazi et Ganshoren

Luk Cannoodt sera au petit déjeuner du 6 octobre aux Tarins pour parler projet MAMAs, malnutrition, soja, PVMLD avec dégustation de soja & tofu !

1. Le soja et les protéines végétales, un + pour la santé et la planète

L'humain a besoin de manger env. 49 g/jour de protéines – animales, végétales ou champignons – un peu plus selon le poids ou pour les femmes enceintes ou allaitantes (cf [//fr.wikipedia.org/wiki/Protéine](https://fr.wikipedia.org/wiki/Protéine))

On découvre les avantages des protéines végétales par rapport aux protéines animales :

- meilleur pour la santé : moins de lipides, plus de diversité de micronutriments
- meilleur pour la planète, car exige moins d'eau : animal = 7.900 L/kg, végétal = 4.650 L/kg
et produits moins de CO2 : animal = 500g à 3500g, végétal env. 100g
- et évidemment, pour les pays en développement, un coût moindre à l'achat et une facilité à obtenir l'aliment soi-même en cultivant (sur des parcelles achetées par le projet MAMA).

De plus, le soja fournit des acides aminés essentiels (lysine), absents d'autres protéines végétales.

2. La culture du soja est encouragée à Rusatira depuis les années 1990 : enfants, PVMLD



A Rusatira, la grande disette de 1990 a amené les premières récoltes de soja. A l'époque, les semences ont été achetées à 50 FRw le kg... pour nourrir les enfants (cf [//www.ganshoren-rusatira.be/IMG/pdf/all_jumelages_1990.pdf#page=19](https://www.ganshoren-rusatira.be/IMG/pdf/all_jumelages_1990.pdf#page=19))
Aujourd'hui, c'est env. 5.000 FRw (8,5 € / kg en Belg.)
(photo Rusatira 1993)



Depuis 2017, les PVMLD « personnes vivant des maladies de longue durée » (SIDA, diabète, hépatite, hypertension...) des projets LIVE/REPES contre la pauvreté ont bénéficié d'un appui psychosocial, avec complément alimentaire de poissons et de farine sosoma (soja, sorgho, maïs)
(photo rapport Aprojumap 2^e tr. 2024)

3. Le projet MAMAs organise la culture du soja (parcelles) et sa préparation en tofu par les familles concernées !



"tofu-party" avec le groupe MAMAs de Rusatira-Mugogwe (mamans d'enfants en sous-poids) (photo 30-5-2021)



Luk Cannoodt met la main à la pâte de tofu (photo 23-5-2023)

Nouvelle de Rusatira-Kinazi

Activités et projets au 2^e trim. 2024 : extraits du rapport de l'asbl rw. Aprojumap

Le 6 juin, le comité de jumelage rwandais s'est réuni pour le suivi du 2^e trimestre (photo).

1. Petits projets 2024 déjà en bonne voie :

[voir choix dans mensuel avril-mai p.4] :

- le local pour jeunes filles au groupe scolaire de Buremera se construit (photo)
- la citerne d'eau de pluie filtrée (smart tank) du gr. scol. Buhimba est installée, l'école ayant prévu les fondations (photo)
- l'intervention de mutuelle de santé pour familles en difficultés a été faite (tableau).



Intervention pour la mutuelle de santé de familles en difficultés

Destination	Nbre de ménages	Nbre de personnes	Montant versé (Frw)
Rusatira	68	266	798,000
Kinazi	66	266	798,000
Mwendo	15	68	204,000
TOTAL	149	600	1,800,000



2. Minervals du sec. sup. de 22 étudiants orphelins et pauvres : ont été remis [cf [févr. 2024, p.4](#)]

3. Repas de midi de 112 élèves démunis du sec. infér. (externats sur Rusatira-Kinazi 7 € / trim.):

Pour voir la bonne organisation, ces écoles (groupes scolaires GS Kotana, Maza, Gafumba, Buhimba, Buremera, Kinazi) ont été visités par l'Aprojumap, en voici quelques photos.



4. Actions contre la pauvreté et malnutrition, liées au projet REPES (ADA-11.11.11-Aprojumap)

Trois actions e.a. ont été appuyées au 2^e trim., avec l'aide des assistantes sociales et agronomes :

- Démonstration de repas contre la malnutrition, aidée par les assistantes sociales (photo).
- Distribution d'aliments aux PVMLD (personnes vivant avec maladie de longue durée, voir pg. 3)
- Distribution de caprins pour améliorer la fertilité des sols (maïs, soja, riz, légumes, fruits etc) (photo).

