



Stichting PranaPlanet is in 2000 ontstaan vanuit een particulier initiatief met als doel om zo direct mogelijk een bijdrage te leveren aan de kwaliteit van leven van de Ladakhi's en de Tibetaanse vluchtelingen in Ladakh, een provincie in de Indiase Himalaya. De ondersteuning van de projecten is met name gericht op het in stand houden en het verbeteren van onderwijs, gezondheidszorg en het behoud van de cultuur.



Eindelijk, na twee jaar was het voor de bestuursleden van PranaPlanet weer mogelijk om naar Ladakh te gaan. In juni ging Ad van Beckhoven als eerste op werkbezoek. En in oktober bezochten Els van Uden, Ad van Beckhoven en Ad Dominicus het Ladakh Alchi Institute in Leh, de hoofdstad van Ladakh, gelegen op 3200 meter hoogte, en reisden zij naar de afgelegen Tibetaanse kampen, die op 4200 meter hoogte liggen.

Reisverslag van Els van Uden

Het is 23 september, de dag dat Ad van Beckhoven, Ad Dominicus en ik, Els van Uden, vertrekken naar Ladakh. Juist op deze dag sterft de moeder van Morup, de directeur van het L.A.I.. Door ons druk bezette programma kunnen wij niet naar haar crematie. Wel hebben wij later een condoleance bezoek ge-

bracht aan haar intens bedroefde weduwnaar en familie. Tijdens dit werkbezoek hebben wij 3 speciale opdrachten:

- Het inwerken van Ad Dominicus, die de taak van Ad van Beckhoven, die al 22 jaar aan het roer staat, gaat overnemen.
- Een bezoek aan Hanley om de huizen die daar gebouwd zijn te controleren.
- Een bezoek aan Nyoma waar naar water geboord wordt om de gerstvelden te irrigeren.

Na een korte rustperiode om een beetje te acclimatiseren, vertrekken wij met Jigmed, die sinds 2000 onze Tibetaanse coördinator is, naar de vertegenwoordiger van H. H. de Dalai Lama. Van hem moeten wij toestemming krijgen om naar Hanley, gelegen op 4200 meter hoogte vlak bij de Tibetaans/Chinese grens, te gaan.

Hierna brengen wij een bezoek aan het tehuis voor Tibetaanse gehandicapte kinderen, waar PranaPlanet ook mee verbonden is. In de dagen die volgen worden enkele Tibetaanse kampen bezocht o.a. het Tibetaans ouderen tehuis en de Kindergarten van het Tibetan Children's Village. Er zijn besprekingen over de zonnepanelen en de waterpomp, die nodig zijn voor Nyoma. Verder treffen we voorbereidingen om naar de kampen in de bergen te gaan.

PranaPlanet is een ANBI. Meer dan 95% van de donaties wordt besteed aan de projecten in Ladakh en Dehradun.



V.l.n.r: Het Ladakh Alchi Institute - Ad Dominicus stelt zich voor aan leerlingen en leerkrachten - Hygiëne op school - De kleinsten tijdens het defilé

's Morgens vroeg gaan we met de schoolbus naar het L.A.I.. Onderweg worden er leerlingen opgepikt. Mooi op tijd komen wij met een overvolle bus aan bij de school.

Die dag wordt het voor de leerlingen geen gewone schooldag.

Na mooie parades, toespraken, sportwedstrijden, prijsuitreikingen en een eenvoudige late lunch gaan Ad, Ad en ik weer terug naar ons hotel aan de rivier de Indus vlakbij Alchi.

Onze tijd in Ladakh zit er bijna op. Na een paar laatste besprekingen, een gezamenlijke lunch met Morup en Jigmed en na enkele inkopen zijn wij klaar voor vertrek.

De volgende dag brengen wij onder begeleiding van Nawang (mededirecteur van onze

kralenwerkplaats in Dehradun) de dag door in Delhi om de volgende dag weer veilig te landen in Amsterdam.

Het Ladakh Alchi Institute

Sinds 2002 ondersteunt PranaPlanet het L.A.I., de school in Ladakh. De school biedt onderwijs aan inmiddels meer dan 160 kinderen in de leeftijd van 3 tot 14 jaar uit Alchi en de wijde omgeving. Met behulp van PranaPlanet zijn er inmiddels drie gebouwen neergezet, zijn er sportvoorzieningen gekomen en zijn er schoolbussen aangeschaft. Morup Dorjay, de directeur van het L.A.I., heeft geld gekregen om een overkapping te laten maken voor de drie schoolbussen. Komende winter kunnen ze dan onder een afdak staan. Gelukkig is de watervoorziening inmiddels op orde. Op een flinke afstand van de school heeft de Indiase regering geholpen met het boren naar water. De Martha van Rijswijkstichting heeft het financieel mogelijk gemaakt om een waterleiding naar de school aan te leggen. Het werkt prima en er is volop water.

Goed onderwijs voor alle kinderen: rijk of arm!

Voor dag en dauw vertrekken wij met Jigmed naar Nyoma. Na een sobere lunch bij de nomaden gaan wij naar de plaats waar men toevallig juist die morgen begonnen is met het boren naar water. PranaPlanet is nu, door een bijzondere en grote donatie, in staat om aan deze lang verwachte wens van de bewoners van het Tibetaans nomadenkamp, gehoor te geven. Wat zijn ze blij!!! Immers, al vele jaren is hun oogst mislukt door de grote droogte.

Nu op naar Hanley, twee uur rijden. Bij de douane krijgen wij te horen dat wij, ondanks onze "permissie", niet mogen blijven overnachten. Na het controleren van de reeds afgebouwde huizen en na een gesprek met de kamp oudste moeten wij weer rechtsomkeert maken. Weer twee uur rijden in het donker door de bergen terug naar Nyoma, waar we zeer vermoeid aankomen. Jigmed heeft telefonisch voor ons een primitief onderkomen geregeld. De volgende dag, na een kort bezoek aan de plaats waar ze bezig zijn met het boren naar water zijn we meteen terug gegaan naar Leh.

Ad Dominicus heeft last van de hoogte, maar gelukkig is hij na een paar dagen weer opgeknapt. Nu wordt het tijd voor een bezoek aan onze school in Alchi. Nadat we naar het Ria-hostel zijn geweest, gaan we door naar Alchi waar Morup ons opwacht om meteen naar zijn vader te gaan voor een condoleancebezoek. De volgende dag maken wij een hele schooldag mee.

Bedankbrief Morup Dorjai

directeur van het L.A.I.

Dear supporters,

I am so excited to get this opportunity to pen down my thoughts from the crown of the Indian Himalayas to the below sea level beautiful place of Netherlands. After a huge two years gap of the pandemic our school reopened in March 2022 with great hopes and inspirations. Though the online classes were regular on whatsapp and zoom but unavoidable challenges also followed. Be it bad network connection in some villages or unavailability of latest learning devices the situation was not pleasant for teachers, students and parents. The standard of education has gone down in the pandemic but now that we are back to school, things are improving at an

V.I.n.r: Sportdag L.A.I. - zonnepanelen Nyoma - Bouw huizen in Shingsoma Hanley - Frans de Reeper van de Dolma stichting.

Individuele Sponsoring L.A.I.

Om kinderen uit kansarme gezinnen goed onderwijs te bieden zijn we in 2007 het project individuele sponsoring gestart. Voor deze kinderen is goed onderwijs cruciaal voor hun toekomst. U kunt sponsor worden van een leerling voor een bedrag van 200 euro per jaar of 17.50 euro per maand. Van dit bedrag worden schoolkosten, boeken, schrijfmateriaal, schooluniformen en het busgeld betaald. Maar liefst 62 kinderen kunnen nu naar school dankzij hun sponsor.

Morup, de directeur van de school bepaalt welke kinderen hiervoor in aanmerking komen. Het bedrag wordt niet aan de ouders betaald maar rechtstreeks aan de school.

Ad en Marjolein Dominicus zijn nieuwe gezichten bij PranaPlanet. Marjolein gaat zich bezig houden met de individuele sponsoring en Ad met het L.A.I. en met de projecten in Ladakh. Zij stellen zich aan U voor.

Ik ben Marjolein Dominicus en 45 jaar oud. Ik zal even wat over mezelf vertellen.

Ik ben getrouwd met Ad Dominicus en samen hebben we twee lieve dochters, Jasmijn en Iris van 19 en 17 jaar oud.

Ik ben werkzaam in het onderwijs als ambulante dienstverlener binnen het cluster 2 onderwijs. Hierbij begeleid ik kinderen met een taalontwikkelingsstoornis of slechthorendheid/doofheid. Met veel plezier ga ik PranaPlanet ondersteunen met de administratie van de stichting.

Ik ben Ad Dominicus. Ik ben van origine verpleegkundige en heb in de diverse velden van de gezondheidszorg gewerkt. Geruime tijd heb ik een thuiszorg organisatie gehad voor mensen met autisme en ADHD problematiek. Daarnaast heb ik reeds 25 jaar een praktijk voor healing waarin Tibetaanse healing technieken centraal staan. Ik heb de keuze gemaakt om mezelf vanaf heden

impressive pace. Students and teachers are working together with great enthusiasm and dedication in restoring the teaching learning environment. Many of our kids were affected by the COVID and unfortunately we lost one little girl to COVID during lockdown.

I on behalf of the management, staff and students of Ladakh Alchi Institute would like to extend my gratitude to the members of Prana Planet for contributing to the noble cause during this global economic crisis and for lending your helping hands in the management of this Institution. Once again thank you and wish you all good health.

Morup Dorjai, Director L.A.I.
Ladakh 2022, Himalaya India



structureel in te zetten voor de prachtige stichting PranaPlanet. De oprichters Els en Ad hebben mijn hart geraakt. Wat een mooi werk hebben ze gedaan voor Ladakh. En nog steeds doen ze dit met hart en ziel. Ik ben van mening dat deze visie en missie van de stichting voor langere tijd voortgezet moet gaan worden. Ik wil me daar voor gaan inzetten. Met name de projecten in Ladakh spreken mij enorm aan. Ik ben dan ook zeer verheugd dat ik samen met de oprichters een reis heb gemaakt naar dit prachtige land. Ik heb twee prachtige dochters en mijn vrouw Marjolein wil zich ook gaan inzetten op administratief gebied voor de stichting. Sommige dingen komen niet voor niets op je pad. Deze zeker niet. Ik ga mijn best doen voor de stichting.

“Juley” namens alle kinderen en leraren van het L.A.I.

Heeft u interesse om een leerling te sponsoren of wilt u meer informatie? Neem dan gerust contact op met onze coördinator Individuele Sponsoring; Marjolein Dominicus, via mail: sponsor@pranaplanet.com of telefoon 06 - 49 30 93 99

Tibetaanse vluchtelingen

Het dorp Nyoma bestaat uit twee delen; in één deel wonen de Ladakhi's en in het andere deel de Tibetanen. Deze laatste hebben heel weinig voorzieningen. Er is geen water toevoer om hun velden te bevoeien. Heel zelden, als er water genoeg is,



V.l.n.r.: Gehandicapt Tibetaans kind - Buizen die de grond in gaan - Vrouwenbeweging Mahila Mandal

krijgen ze water van het Indiase gedeelte van het dorp. PranaPlanet heeft geld gegeven om naar water te boren, zodat ze hun velden indien nodig kunnen bevoeien.

Verder is het gemeenschapsgebouw opgeknapt.

In Shingsoma Hanley zijn vorig jaar veel huizen weggezakt in de drassige grond. Er zijn inmiddels veertien nieuwe huizen gebouwd: zeven met behulp van PranaPlanet, drie met behulp van de Dolmastichting en de rest met behulp van de Tibetaanse regering in Ballingschap en een Duitse stichting.

Het gehandicapte Tibetaanse kind

Verslag Ad Dominicus

Bezoek Tibetan Children's Village.

We zijn heel gastvrij ontvangen tijdens ons bezoek aan de T.C.V. school. We hebben een gesprek gehad met de leiding van hun school waarna we een korte rondleiding kregen. Een bezoek aan de locatie waar kinderen met een meervoudige verstandelijke beperking verblijven. Een locatie waar ruimte, regelmaat en rust centraal staan. De lokalen stralen veel rust uit en er is mooi ma-

teriaal aanwezig om de kinderen een zinvolle dagbesteding aan te bieden. Het is echter heel erg jammer dat er zo weinig kinderen gebruik kunnen maken van deze gelegenheid. Juist deze kinderen zijn gebaat bij de aanpak vanuit T.C.V. Ik ben erg onder de indruk. De reden dat er zo weinig kinderen aanwezig kunnen zijn is de financiële situatie van de school. De specifieke begeleiding vraagt meer financiële steun dan er daadwerkelijk binnenkomt. De directie heeft dit goed beargumenteerd en zit ook met de handen in het haar hoe dit in de toekomst anders aan te pakken. Op dit moment lijkt financiële toegankelijkheid en groei de enige optie om kinderen met een meervoudige beperking meer mogelijkheden te bieden. Het bezoek heeft ons geïnspireerd en tot nadenken aangezet. Volgend jaar wordt er wederom een bezoek gebracht aan deze mooie locatie. Hopelijk met goed ideeën.

Met dank aan iedereen die zich voor PranaPlanet heeft ingezet.

Vrouwenbeweging Mahila Mandal

In juni heeft Ad contact gehad met vertegenwoordigers van de vrouwenbeweging Mahila Mandal. Zij hebben geld gekregen om een gebouw, waar zij als eersten in Ladakh maandverband produceren, stofvrij te maken.

Een vrouwenbeweging in Gompa Village, die ter vervanging van plastic zakken, zakken maakt die hergebruikt kunnen worden, hebben we financieel gesteund.

Projecten 2023

Ladakh Alchi Institute

- Onderhoud schilderwerk school. Opknappen van de waterleiding.
- Bijdrage salaris leraren. En financiering van verharding basketbalveld.

Tibetaanse kampen

- Voor kamp 7 een houten vloer voor het bijgebouw.
- Voor Nyoma een gebouw waarin een generator komt, zonnepanelen op het dak voor irrigatie en uitbreiding van het gemeenschapshuis.
- Voor het kamp Kagshung een bijdrage voor de winterstudie van de kinderen.

Gezondheidszorg

- De vrouwenorganisaties helpen met hun projecten.

Het gehandicapte Tibetaanse kind

- Financieel ondersteunen.

.....
Wilt u de nieuwsbrief per email ontvangen? Stuur dan een bericht naar info@pranaplanet.com met uw naam, postcode en woonplaats.

Stichting PranaPlanet · Le Sage ten Broeklaan 48, 5615 CT Eindhoven · Telefoon: 06-43951119 · Email: info@pranaplanet.com

Website: www.pranaplanet.com · KvK: 20099818 West Brabant · IBAN: NL59ABNA0586744932 te Eindhoven · Swiftcode: ABNANL2A

Bestuur en leden PranaPlanet: Ad van Beckhoven, Els van Uden, Ad Dominicus, Marjolein Dominicus, Wilma Raaphorst,

Hans de Feijter en Steef van Beckhoven · Vormgeving: Franka Vaessen · Eindredactie: Gwen Nijssen
.....