



Si tu penses que tu es trop petit pour faire une différence,  
essaie de dormir avec un moustique.

Tenzin Gyatso, 14<sup>ème</sup> Dalaï Lama



# PASTIS ລອກລອກ



DOSSIER DE PARTENARIAT

# SOMMAIRE



RAPIDO

LE PROJET

NOUS ?

L'ITINÉRAIRE

AH ET, POURQUOI À VÉLO ?

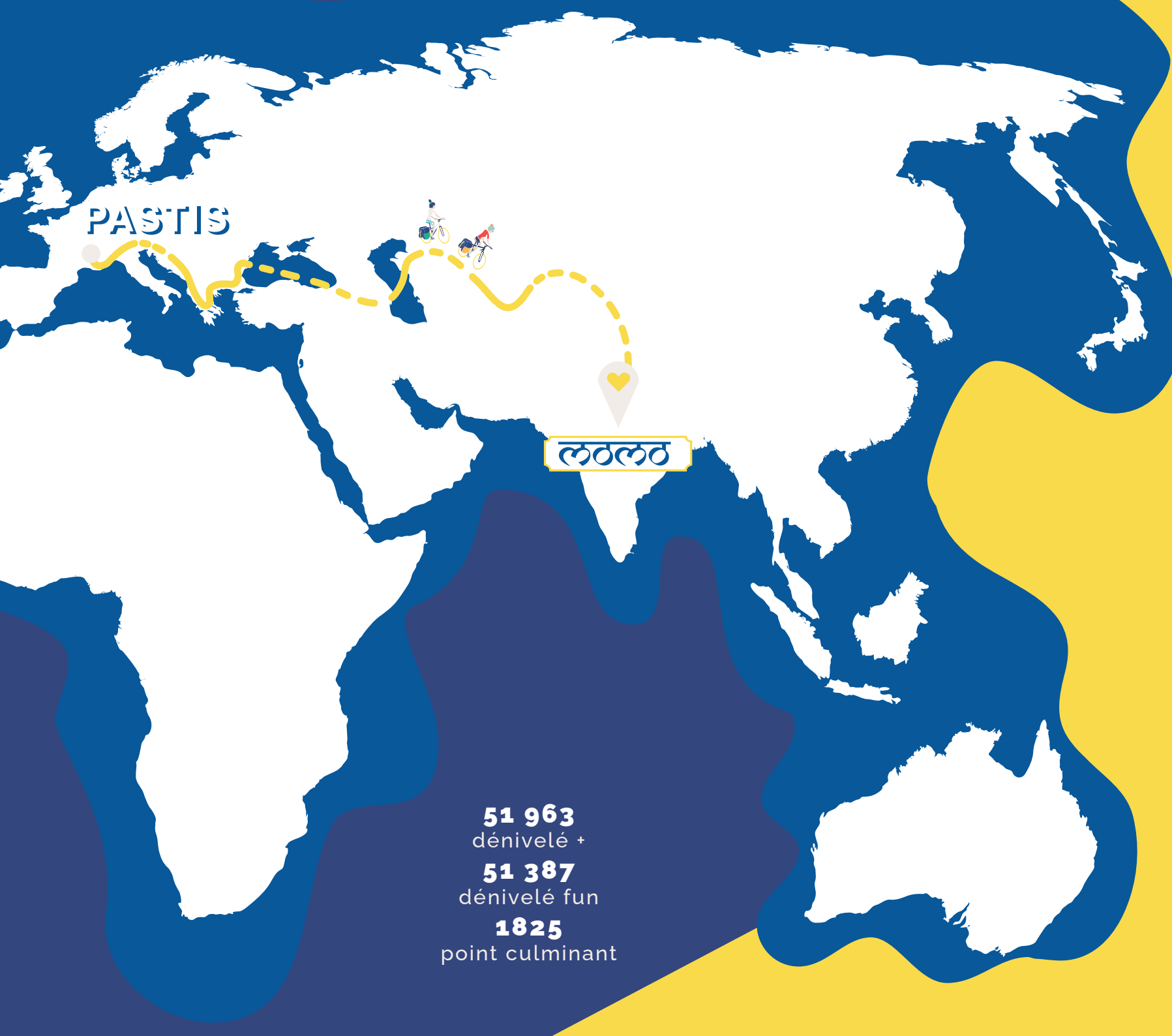
LA TIRELIRE PRÉVISIONNELLE

NOS SPOTS DE COM

NOUS FILER UN COUP DE POUCE

CONTACT

ANNEXES



PASTIS

MOMMO

**51 963**  
dénivelé +  
**51 387**  
dénivelé fun  
**1825**  
point culminant

**RAPIDO**

**2**  
meufs

**2**  
bicyclettes

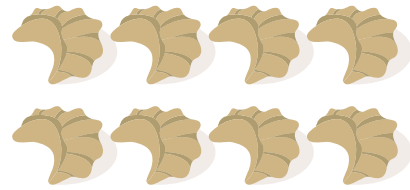
**108**  
drapeaux de prières

**14**  
pays

**8**  
mois

**10 000**  
km

# LE PROJET



## pastis-momo?

C'est avant tout un trait d'union  
entre l'apéritif anisé et le ravioli tibétain.

Une ligne invisible que l'on compte parcourir à coup de pédales  
en partant de Cabannes (dans les Bouches du Rhône).

De l'OM (l'Olympique de Marseille) au ÔM mystique,  
des courses camarguaises à la vache sacrée,  
de la pétanque au bouddhisme  
et des Alpilles jusqu'à l'Himalaya,

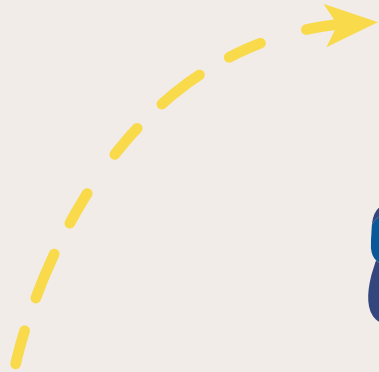
nous traverserons 14 pays aux cultures et langues  
radicalement différentes.

Nous relierons ces mondes en hissant **des drapeaux de prières**  
(symboles de paix, d'harmonie, de sagesse et de compassion)  
tout au long du trajet et jusqu'à Dharamshala (Inde), **terre  
d'accueil du Dalaï Lama et des Tibétains en exil.**

«Parce qu'en fin de compte, l'humanité ne fait qu'un  
et cette petite planète est notre seule maison ».



# NOUS?



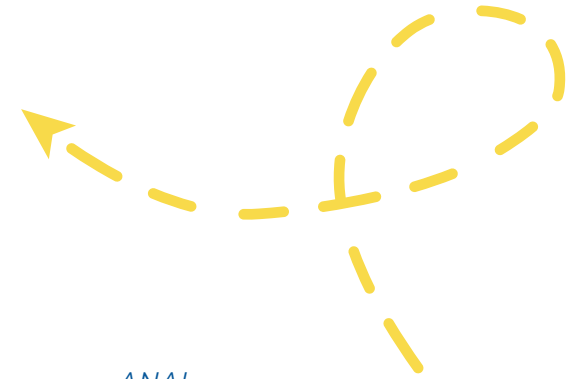
GG  
manie le marketing digital  
(dans la culture et le  
tourisme), le référencement,  
les guides Routard, les  
itinéraires au poil et même  
le tableau Excel.

« Nous », c'est Jessica et Anaïs  
AKA\* « GG et Anai »,  
parce que le charme des surnoms  
horribles n'a pas d'égal.

On s'est rencontrées à Dharamshala, à pieds.  
Puis on s'est retrouvées à Cabannes, à plat cette fois.  
Pratique, pour le bicycle.

On n'aime pas faire de montées, mais la carotte du point  
de vue et de la descente finit toujours par combler nos  
grognements dans le dénivelé positif.

\*AKA = Also Known As (alias)



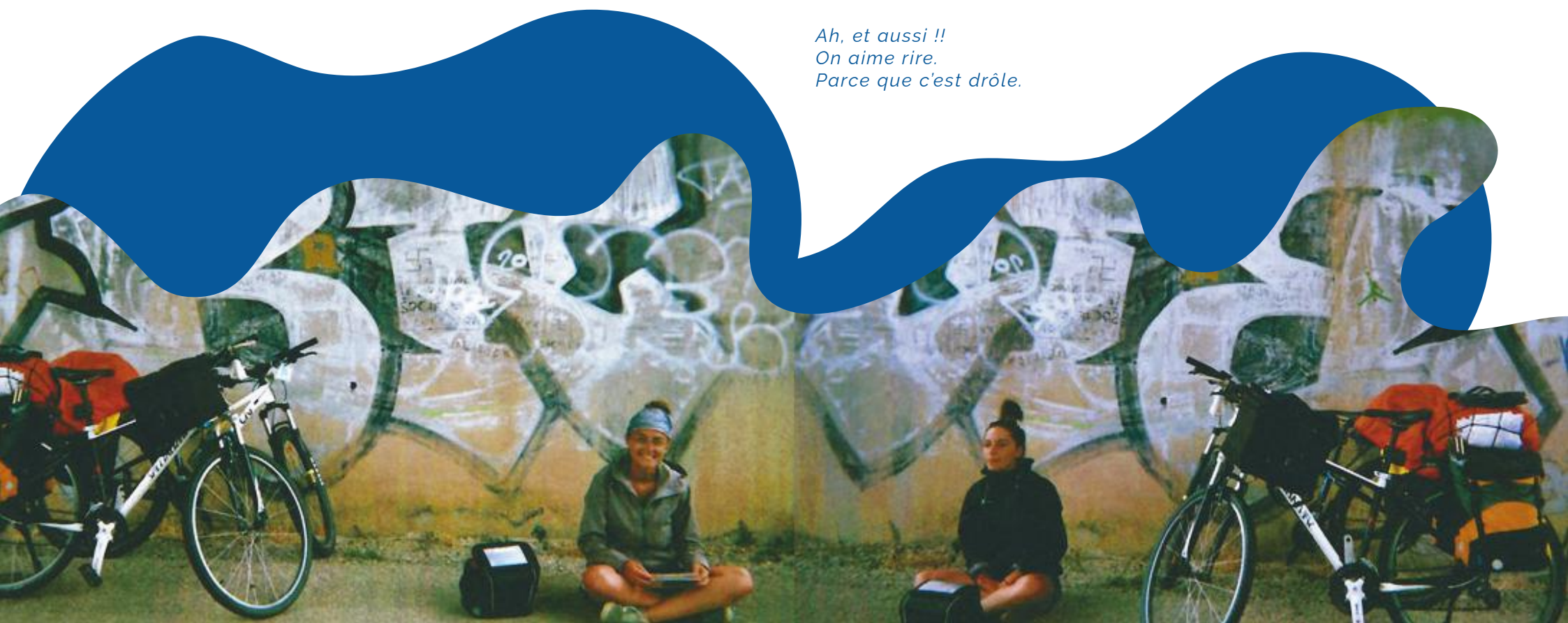
ANAI  
gribouille, bricole et jongle  
avec l'image et le graphisme  
(dans la spiritualité et le  
bien-être).

On a pédalé sur la viaRhona, et on a continué sur le Canal du midi. Comme on n'arrivait pas à s'arrêter, on a poursuivi avec le Canal de Garonne, puis le tour du bassin d'Arcachon. Et on a recommencé. Pendant les trajets, on a appris qu'on avait un nom : on était des « cyclotouristes ». Maintenant on est des « bike packers ».

Et on a envie de repartir.  
Plus loin, plus longtemps et avec un sens  
deep (de ceux que tu vas chercher avec  
une frontale en creusant longtemps).

**DATE DE DÉPART 10 MARS 2022**

*Ah, et aussi !!  
On aime rire.  
Parce que c'est drôle.*



# L'ITINÉRAIRE



*Nota Béné : Cet itinéraire est bien sûr susceptible d'être modifié au gré de nos envies, possibilités et aléas de la vie.*

10 000 km  
14 pays



# AH ET, POURQUOI À VÉLO ?

ça ne donne pas envie de vomir, ni le mal de mer  
ça ne bouche pas les oreilles (même quand on monte des cols)  
c'est silencieux  
ça permet de ne pas faire les bouchons  
c'est écologique  
c'est économique  
ça fait mal aux fesses  
ça passe partout  
c'est à taille humaine  
c'est dépaysant  
c'est lent  
c'est libre  
ça n'est jamais en grève  
ça n'est pas désagréable  
ça n'a jamais de fuite d'huile  
ça entretient des marques de bronzage splendides  
(demandez à GG)



# LA TIRELIRE PRÉVISIONNELLE



LES  
2 BICYCLETTES

1.000€



ÉQUIPEMENTS  
VÉLOS

1.000€

(sacoques, panneau solaire,  
antivol, révision, chambres à  
air, magic rustines...)



CAMPING  
BIVOUAC

600€

(tente qui tient debout,  
vêtements technicorrects,  
bonbonnes de gaz, duvets 0°,  
gourdes filtrantes...)



MATÉRIEL  
NUMÉRIQUE/AUDIOVISUEL

800€

(Drone, caméra portable stabilisée,  
trépied, batterie, cartes mémoires,  
batteries d'appareil photo  
supplémentaires...)



VIE  
QUOTIDIENNE

9.000€

(nourriture, éventuels  
logements... environ 18€/jour/  
personne)



SANTÉ

600€

(Assurance, vaccins...)



RÉJOUISSANCE

1.600€

(Visas, billets d'avion, ferrys)



COMMUNICATION

300€

(hébergement web, nom de  
domaine, calendriers, cartes  
de vœux, tee-shirts, tote  
bags...)



DRAPEAUX  
DE PRIÈRES

100€



# 15.000€

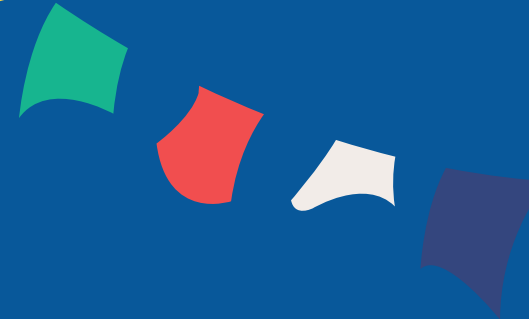
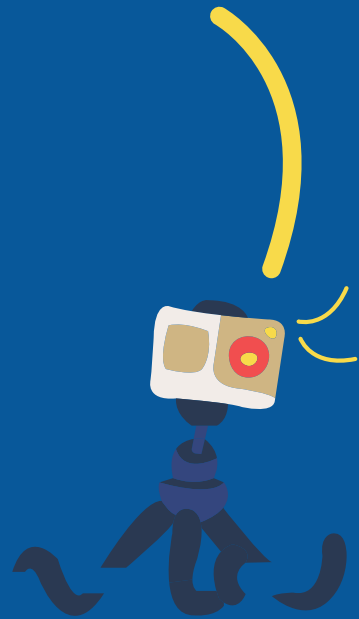
NOTRE APPORT 4 250 chacune soit **8 500€**

VENTES DIVERSES 1 500€

BOURSES ESPÉRÉES 3 000€

SOUTIEN FINANCIER/MATÉRIEL ESPÉRÉS 2 000€

# NOS SPOTS DE COM



notre klaxon


notre voix & notre capacité à parler

[www.pastis-momo.com](http://www.pastis-momo.com) & son blog

notre futur film du voyage

## DEVENIR PARTENAIRE DE PASTIS-MOMO C'EST (EN FONCTION DE VOS PRÉFÉRENCES) :

- Avoir une belle **visibilité de vos nom et logo** sur nos supports de communication (site internet, tee-shirts)
- Obtenir une **présentation de votre identité**, un **test de vos produits** ainsi qu'une rédaction d'article optimisée pour le **SEO** sur notre blog (ou sur le votre)
- Recevoir des **photos** de vos produits en situation devant des paysages inoubliables
- Être présent comme partenaire sur notre **film** réalisé à la fin du voyage
- Accueillir notre immense **gratitude**



NOUS FILER  
UN COUP DE  
POUCE ?

# ET À NOTRE RETOUR

## POUR LES ÉCOLES PRIMAIRES

- Recevoir la création & l'animation d'un atelier autour de l'impression de drapeaux de prières avec tampons / sérigraphie / la projection du film du voyage

## POUR LES MUNICIPALITÉS

- Pouvoir monter une exposition de carnets de croquis, regards croisés France/Dharamshala et photos sur le voyage

## POUR LES FESTIVALS DE VOYAGES & DE VÉLO LES COMMUNES ET VILLES LES ENTREPRISES ET ASSOCIATIONS

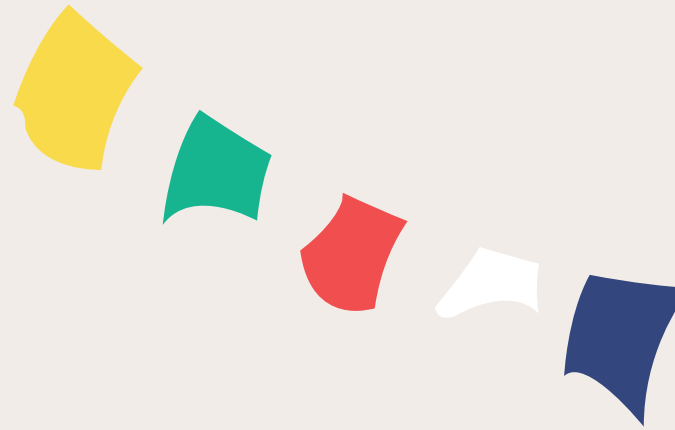
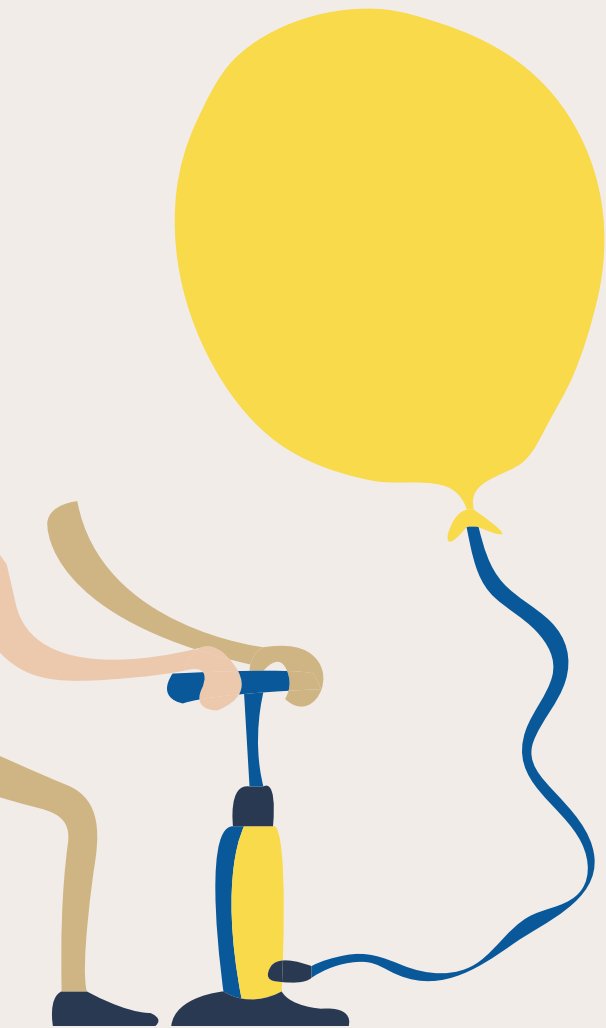
- Projeter le film du voyage à vélo

## EST-CE QUE VOUS ÊTES FAITS POUR AIMER ÊTRE PARTENAIRE DE PASTIS-MOMO?

RÉPONSE :  
SI SEULEMENT L'UN DE CES MOTS CLÉS  
VOUS PARLE, ALORS FONCEZ !

cyclo-tourisme / amour / slow travel / bienveillance  
/ compassion / paix / free Tibet / partage /  
rencontres / pastis / écologie / rire / pleine  
conscience / drapeaux de prières / Dalaï Lama  
/ vélo / bike-packing / éthique / responsable /  
optimiste / momos

# NOUS FILER UN COUP DE POUCE ?



## COMMENT ?

### PAR LE DON DE MATÉRIEL TECHNIQUE

(par exemple : sacoches arrières de vélo imperméables, panneau solaire pour l'autonomie en électricité, batterie pour stocker le soleil, duvets 0°, révisions complètes de nos montures, un abri pliable et solide, un drone, une caméra portable compacte et stabilisée... sacs bananes, gourde filtrante, assurances de voyage, et toute autre chose qui pourrait nous/vous être utile : pastis, bandanas, cache cou, bonbons, chambre à air, imperméables, carnets de croquis, cartes mémoires... choucroute & petits pois)

### PAR UN SPONSORING FINANCIER / DON

# CONTACTEZ-NOUS !



POUR TOUTE DEMANDE  
D'INFORMATIONS,  
N'HÉSITEZ PAS



Via notre site  
[www.pastis-momo.com/contact](http://www.pastis-momo.com/contact)

Ou bien directement par mail  
[hello@pastis-momo.com](mailto:hello@pastis-momo.com)

Ou par téléphone  
06 67 02 21 38 | 06 15 88 40 05



# ANNEXES

## 9 FAITS POUR COMPRENDRE L'HISTOIRE DU TIBET & SA SITUATION !

Le Tibet est un pays situé dans les montagnes de l'Himalaya. Sa superficie ferait de lui le 10<sup>ème</sup> plus grand pays du monde !

En 1950, la Chine a envahi son voisin et en a pris le contrôle par la force. Depuis lors, les Tibétains subissent la domination et la répression militaire de la Chine.

**Le 10 mars 1959**, les Tibétains ont tenté de reprendre leur pays lors d'un grand soulèvement. Les protestations ont été écrasées avec une force brutale par les autorités chinoises.

Pour sa survie et sa sécurité, le Dalaï Lama, âgé à l'époque de seulement 23 ans, a été contraint de fuir à travers les montagnes himalayennes vers l'Inde, où il vit encore aujourd'hui à **Dharamsala**.

Le Tibet a été divisé et intégré aux provinces chinoises. La plus grande d'entre elles est nommée la « région autonome du Tibet » .

Malgré son appellation, la "région autonome du Tibet" est tout sauf autonome. La Chine y règne d'une main de fer. Le Tibet est classé parmi les « pires » en matière de violations des droits de l'homme.

La Chine affirme que les Tibétains sont heureux et mènent une vie des plus prospère, mais ne permet pas aux journalistes, aux touristes ni aux diplomates de le constater par eux-mêmes (ou sous la surveillance militaire chinoise).

Une centaine de pays dans le monde ont obtenu leur indépendance depuis le début de l'occupation du Tibet.

Les Tibétains n'ont jamais cessé de résister à la destruction de leur culture et de leur mode de vie. Leurs protestations continuent d'être guidées par leur foi bouddhiste et ses principes de non-violence.



# LES DRAPEAUX DE PRIÈRES

Placés sur les hauteurs (sommets, toits, chemins, cols, temples...), ils sont amenés à transporter les prières et les bonnes énergies au gré du vent pour les diffuser à l'univers tout entier.

L'origine des drapeaux de prières vient de la tradition Bön (racines de la culture et spiritualité tibétaines).

Sur ces drapeaux colorés sont imprimés des mantras (man : esprit, tra : protection) pour la paix, l'harmonie, la sagesse, l'unité, l'interdépendance, la longévité, prospérité (entre autres).

Selon le bouddhisme tibétain, le souffle du vent contre les drapeaux de prières disperse et diffuse un message de paix, d'harmonie à l'univers. Traditionnellement, les drapeaux sont changés à l'occasion de Losar, le nouvel an tibétain. Aussi, il est important de tenir compte du calendrier et de l'astrologie pour choisir une date favorable et en proscrire certaines. Il importe aussi de purifier et d'harmoniser son intention lors de l'accrochage.

