

LA NEWSLETTER MENSUELLE JUN 2026



SOMMAIRE

- LES MOT DES ...
- ÉCOLOGIE
- RETOUR SUR ...
- LUMIÈRE SUR ...
- INFO DU MOIS
- LE MOT DE ...
- PÊLE MÊLE PHOTOS
- CALENDRIER
- NOS SPONSORS



LE MOT DES ... DES RÉDAC CHEFFES



Il y a un an, je rejoignais la Gazette avec l'envie d'écrire et de découvrir la Malaisie autrement. Au fil des numéros, j'ai rencontré des personnes passionnantes et partagé avec vous mille facettes de ce pays si attachant.

Quitter la Malaisie et la rédaction cet été me serre le cœur. Mais je repars reconnaissante pour cette aventure humaine et éditoriale, et heureuse d'avoir vécu cette parenthèse malaisienne aux côtés d'une équipe formidable et de nos lecteurs. Merci à tous !

Anne Charlotte



J'ai pris le rôle il y a un an, par amour des mots. Certains m'ont dit: « ce sont des maux de tête que tu vas avoir! » Je réponds que rien ne vaut l'émotion de rencontrer une équipe talentueuse, un renouvellement continu d'idées et une entraide sans pareille. Merci à tous, quelle chance! Je rempile, donc!

Jessica



«Amatrice de voyages autant qu'amoureuse de la France, je trouve du sens à participer à son rayonnement. Pour moi, la Gazette est un pont entre les cultures française et malaisienne. Elle les lie avec un angle éditorial bien particulier : celui de la francophonie. Elle est aussi un trait d'union sans équivalent pour notre communauté. La Gazette incarne l'esprit de KL Accueil dans les lettres quand les activités l'animent dans les actes.

Je rejoins une équipe formidable et je suis d'autant plus intimidée par ce défi que je vais concilier cela avec bientôt 5 enfants!»

Athénaïs

Retrouvez nos merveilleuses rédactrices en cheffes lors de la distribution inédite de la dernière Gazette de la saison, consacrée à l'environnement, à
La résidence de France le jeudi 11 juin !



ÉCOLOGIE

BOUGER AUTREMENT À KUALA LUMPUR

À KL, la voiture reste souvent le réflexe.

Et pourtant, un trajet en MRT/LRT émet environ 8 g de CO₂ par passager/km, contre près de 200 g pour une voiture type Grab.

Même si l'électricité en Malaisie provient encore largement d'énergies fossiles, le transport collectif reste plus sobre.

Pourquoi tester le MRT/LRT ?

- Pas de bouchons
- Horaires fiables
(pas d'annulation surprise)
- Moins cher que Grab
- Confortable

3 idées simples à tester :

- Combiner les trajets : MRT/LRT + Grab pour le dernier kilomètre si c'est nécessaire.
- Marcher davantage : passerelles, chemins entre quartiers... à explorer !
- Oser le vélo : des sorties existent pour découvrir KL autrement



Et pour s'évader : le train permet de rejoindre facilement Ipoh ou Penang par exemple. Une alternative confortable, souvent plus reposante... et moins carbonée.

À Kuala Lumpur, adopter une mobilité plus douce ne veut pas dire tout changer. C'est plutôt tester, combiner, ajuster, et faire un pas de côté, trajet après trajet.



RETOUR SUR ...

LA 2^E ÉDITION DU TOURNOI DE PADEL KL ACCUEIL



Le samedi 16 mai 2026, la seconde édition du tournoi de padel de KL Accueil s'est tenue à House Of Padel dans une ambiance sportive, conviviale et familiale.

Deux tournois étaient organisés sous un format Americano, permettant à chacun de jouer avec différents partenaires au fil de la compétition.

Pendant plus de 3 heures, les joueurs se sont affrontés dans des matchs rythmés et disputés, offrant de très beaux échanges et beaucoup d'intensité.

Au terme de cet après-midi sportif, Nicolas et Mathieu sont repartis avec la coupe.

Afin de faire découvrir le padel à de nouveaux passionnés, des sessions d'initiation encadrées par des moniteurs ont également été proposées.

Les plus jeunes n'ont pas été oubliés : les terrains juniors, avec raquettes et balles en libre-service, ont permis aux enfants de s'amuser et de profiter pleinement de la journée.

Pour clôturer cette belle édition, tout le monde s'est retrouvé autour d'un barbecue convivial.

Un immense merci à tous les participants pour leur enthousiasme et leur bonne humeur, qui ont largement contribué au succès de cette journée.

Nous remercions également chaleureusement House Of Padel pour son excellent accueil ainsi que All For Padel pour son généreux soutien et les superbes lots offerts aux participants. Rendez-vous après la rentrée scolaire pour la prochaine édition !

Iwan



LUMIÈRE SUR ...

LA PERFORMANCE DE SHERAZADE

Le dimanche 10 mai, nous étions quatre Français parmi les 715 participants au départ du Triathlon de Port Dickson. Entre tension, excitation et encouragements, chacun répétait les derniers détails du parcours avant le grand départ. Top chrono. Je plonge dans la mer pour les 1500 mètres de natation. Mon objectif est de garder un bon rythme sans trop puiser dans mes réserves. Après cette première épreuve, place aux 40 kilomètres de vélo sur une route vallonnée traversant des plantations de palmiers.

Mais le plus difficile reste à venir: 10 kilomètres de course à pied sous un soleil de plomb. Très vite, les crampes apparaissent dans mes jambes. Dans ces moments-là, le triathlon révèle toute sa richesse: il ne s'agit pas seulement de performance physique, mais aussi de mental, de persévérance

et de dépassement de soi.

Lorsque je franchis enfin la ligne d'arrivée avec le sourire, l'émotion est immense. J'apprends alors que je termine première de ma catégorie des 60 ans. Une immense fierté de représenter la France sur le podium et montrer qu'il n'y a pas d'âge pour relever de nouveaux défis.

Le triathlon est une discipline complète, accessible à tous, quel que soit l'âge ou le niveau, il permet aussi de partager une passion en famille. J'espère inspirer d'autres personnes à découvrir cette discipline exceptionnelle et à participer à l'édition 2027.



INFO DU MOIS

WESAK

Le **Wesak**, c'est le moment le plus fort de l'année pour les bouddhistes. On y fête trois étapes clés de la vie de Siddhartha Gautama : sa naissance, son éveil et sa mort. Partout, comme au Thean Hou Temple, l'ambiance est hyper apaisante, tout en restant très vivante.

Trois rituels marquent particulièrement cette journée :

- **Le bain du Bouddha** : On verse de l'eau sur une petite statue du Bouddha enfant. C'est un geste super symbolique : en faisant ça, on cherche surtout à « nettoyer » son propre esprit de tout ce qui nous pollue (la colère, l'ego, etc.).
- **La libération** : C'est l'expression même de la compassion. Traditionnellement, on relâche des oiseaux ou des tortues pour sauver des vies, même si aujourd'hui, ça se transforme de plus en plus en dons pour la protection des animaux.

- **Le Dana** (le don) : C'est le cœur de la fête. On pratique la générosité pure en offrant de la nourriture aux moines ou en distribuant des repas végétariens gratuits à tout le monde. C'est un moment de partage super simple autour d'un bol de riz ou de nouilles.

C'est une journée lumineuse, pleine de bougies et d'encens, où l'idée est juste de se recentrer sur la bienveillance.



LE MOT DE ...

MARIE-CHRISTINE

Avec quelques bénévoles, nous animons depuis plusieurs années, les **cours d'Art Plastique de l'école des enfants réfugiés Birmans de CWO à Maluri**.

Une fois par semaine, nous assurons les cours pour la section de maternelle, enfants de 3 à 5 ans ainsi que la section des 10 à 12 ans.

Les autres classes ne peuvent malheureusement pas bénéficier de ces cours par manque de bénévoles.

Nous aurions besoin de votre aide et de votre temps libre pour poursuivre le travail accompli depuis plusieurs années. Ce serait vraiment dommage que cette belle aventure s'arrête là.

Il n'y a pas besoin d'avoir de compétences particulières ou d'être très doué en dessin, peinture ...

Vous avez tous/toutes fait des travaux manuels avec vos enfants, neveux, frères et sœurs...

Vous saurez leur apporter un moment de détente, d'espérance et de créativité dont ils ont tant besoin pour s'évader de leurs conditions actuelles de réfugiés.

Marie-Christine rentre définitivement en France fin juin.

Elle a besoin de se faire remplacer.

Venez participer à un de ses cours le jeudi matin de 9H30 à 11H30,
CWO Taman Maluri
21 Jalan Jejaka 3

Marie-Christine
WhatsApp + 33 6 31 06 42 50

MERCI POUR EUX



PÊLE MÊLE PHOTOS



pour plus de photos



"Rencontrez les adhérents, l'équipe du comité et les différents clubs ! Nous sommes à votre écoute pour toute proposition de nouveau club !"

LE CALENDRIER

JUIN 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
1 WESAK DAY	2	3	4 REGARDS CROISÉS	5 HAPPYWHISKERS.KL: PARTAGE D'INFOS ET D'ASTUCES D'UNE SAUVETEUSE DE CHATS	6	7
8 JALAN JALAN	9 MASJID INDIA	10	11 ASSEMBLÉE GÉNÉRALE+ DISTRIB GAZETTE	12	13	14
15 PARLER POUR NE RIEN DIRE MAIS AVEC ASSURANCE	16	17	18 ATELIER COLLIERS PAR GREATER ACTION	19 FRESQUE DU CLIMAT AU AFKL	20	21
22 ATELIER PATISSERIE	23 TOUR GUIDÉ EXPO TEMPORAIRE «TATREEZ»-IAMM	24	25 ATELIER CHEF JEAN - AFTERWORK	26	27	28
29	30	31				

Calendrier établi sous réserve de modification ou annulation. Les inscriptions se font à réception des flyers de chaque événement.



NOS SPONSORS & PARTENAIRES



KL ACCUEIL soutient ces ONG et associations



ANNONCEURS, COMMUNIQUEZ VIA LA GAZETTE



Le magazine de
Kuala Lumpur Accueil (AFM)
depuis 30 ans

1, 2 ou 3 éditions par an ..
C'est vous qui choisissez !

**CONTACT
ANNONCEURS**
Yves
+60 17-562 0934
lagazettepub
@kualalumpuraccueil.com

