

# SELF&DRAGON

LE MEILLEUR DES ARTS MARTIAUX ASIATIQUES

**NOUVELLE  
FORMULE**

**SPÉCIAL  
ÉTÉ**

**Gardez  
la forme !**

**FEMMES ET  
ARTS MARTIAUX**

**De drôles de  
dames bien  
dans leur peau**

**MENTAL**

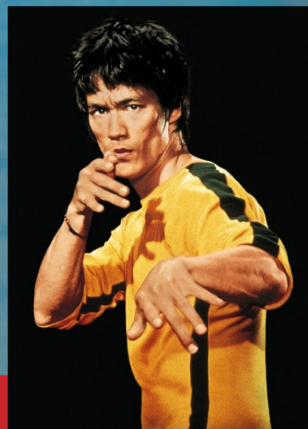
**Découvrez  
le zen martial**

**KARATÉ**

**Valéra, Lavorato,  
Bilicki : tous  
pour un**

**SUMO**

**La lutte sacrée  
du Japon**



**BRUCE LEE : l'influence du Taichichuan**

**CINEMA**

**Hommage à  
Chuck Norris**

**MONACO**

**Le Pàijeda en  
démonstration  
à l'Unesco**

**Manon  
Bahfir**

**Professeure  
de sports  
de contact  
(boxe thai)**

**SELF-DÉFENSE**

**Faire face  
à plusieurs  
adversaires**

L 19313 - 31 - F. 8,80 € - RD



## SUCCES DU PÀIJEDA MONEGASQUE EN DEMONSTRATION

# A l'UNESCO à Paris et sur la place du Palais Princier à Monaco



**Félicia et Claude Pouget entourent Madame Séverine Dusaintpère, Déléguée permanente adjointe de Monaco auprès de l'UNESCO.**

La Principauté de Monaco a participé à la Journée des Sports et du bien-être organisée par l'UNESCO au stade Émile-An-

thoine, le 6 juin 2026 Paris, à travers la présence de la Fédération monégasque de Pajeda, art martial monégasque, présidée par Madame Alice Pastor, invitée par Son Excellence Madame Anne-Marie Boisbouvier, Ambassadeur, Délégué Permanent de la Principauté de Monaco auprès de l'UNESCO.

**C**ette manifestation a offert une vitrine internationale au Pajeda, art martial créé à Monaco en 2020, illustrant le dynamisme et la capacité d'innovation de la Principauté dans le domaine sportif.

À cette occasion, Claude Pouget, fondateur de la discipline, et Félicia Pouget, vice-présidente, se sont rendus à Paris accompagnés de quatre jeunes pratiquants monégasques venus partager leur passion et faire découvrir les spécificités de cet art martial à un public conquis.

La délégation monégasque était accompagnée par Madame Séverine Dusaintpère, Déléguée permanente adjointe de Monaco auprès de l'UNESCO. La veille de l'événement, une visite du siège de l'Organisation avait été organisée afin de permettre aux membres de la Fédération de découvrir ce haut lieu du multilatéralisme, les missions de l'UNESCO ainsi que le travail mené par la Délégation permanente de Monaco.

Madame Félicia Pouget a remercié la Délégation permanente de Monaco auprès

de l'UNESCO pour l'excellente qualité de son accueil. Madame Alice Pastor, présidente fondatrice, au nom de la Fédération monégasque de Pajeda, a exprimé sa gratitude et l'honneur ressenti d'avoir été invitée à participer, sous l'égide de la Principauté de Monaco, à cet événement

organisé par l'UNESCO. Les missions de l'UNESCO s'articulent autour des grands axes parmi lesquels la promotion de la Paix, à travers notamment l'Éducation et la Culture, thèmes chers au Pajeda, dont la dénomination comporte au premier plan « Pàje » signifiant Paix en monégasque.



**La délégation monégasque au complet devant l'UNESCO.**



**Les enfants  
durant la  
démonstration.**

Cette discipline se développe ainsi non seulement dans ses dimensions sportives, mais aussi éthique, éducative pour les plus jeunes, et linguistique, par l'intégration de la langue monégasque, vecteur et défenseur de la culture monégasque. ■

Photos :copyright @FMPAMM ou  
@MONACO INFO



**Claude Pouget à l'entraînement avec ses élèves.  
A droite, interview pour la télévision monégasque dans les locaux de l'UNESCO.**



Les missions de l'UNESCO s'articulent autour de grands axes parmi lesquels la promotion de la Paix, à travers notamment l'Éducation et la Culture, thèmes chers au Pajeda

# 7<sup>e</sup> Rencontre des Sites historiques Grimaldi de Monaco

**S**ous l'égide de la Fédération des Sites historiques Grimaldi de Monaco, et à l'invitation de Son Excellence M<sup>me</sup> Mireille Martini, Commissaire Général, Président délégué de Pavillon Monaco, la Fédération Monégasque de Pàijeda, art martial monégasque, a participé avec succès à la 7<sup>e</sup> Rencontre des Sites historiques Grimaldi de Monaco, le 14 juin 2026. La Fédération a présenté une démonstration de Pàijeda via son équipe nationale, composée d'une vingtaine d'adolescents, conduite par Claude Pouget.

Madame Alice Pastor, Présidente fondatrice de la Fédération monégasque de Pàijeda, tient au nom du Comité directeur à remercier S.E. Mme Anne-Marie Boisbouvier, Ambassadeur, Déléguée permanente de Monaco auprès de l'UNESCO, Mme Séverine du-saintpere, Déléguée permanente adjointe de Monaco auprès de l'UNESCO, S.E. Mme Mireille Martini, Président Délégué de Pavillon Monaco pour son invitation ; elle exprime sa gratitude à S.A.S. le Prince Albert II de Monaco pour Son soutien déterminant au développement du Pàijeda, art martial monégasque.

Copyright @FMPAMM - [www.federation-paijeda.mc](http://www.federation-paijeda.mc)



**Les adolescents du Pàijeda en démonstration sur la place du Palais Princier.**



**La foule était venue pour assister à la 7<sup>e</sup> Rencontre des Sites historiques Grimaldi de Monaco.**



## Dates clés du Pàijeda, art martial monégasque

**11/06/2020** : Présentation du Pàijeda, à S.A.S. Le Prince Albert II. Cette date a été retenue comme date de création de cet art martial monégasque dont la dénomination est composée de « Pàije » (paix en monégasque) et de « Défense art ».

**19/02/2021** : Création de la Fédération de Pàijeda, Art martial monégasque.

**25/07/2022** : Reconnaissance par le Comité Olympique Monégasque.

**29/10/2022** : Reconnaissance par le Hall of Fame international des Arts Martiaux, en Espagne à Valence.

**31/05/2023** : Démonstration à Monaco, lors du lancement de la commémoration du Centenaire de la naissance du Prince Rainier III.

**16/09/2023** : Devient Discipline Associée de la Fédération Française de Kickboxing, Muaythai et Disciplines Associées.

**06/04/2024** : Sous le Haut Patronage de S.A.S. Le Prince Albert II, et en la Présence de LL.AA.SS. le Prince Albert II, la Princesse Charlene, le Prince Héréditaire, Jacques et la Princesse Gabriella, présentation de la 1<sup>ère</sup> compétition de Assaut de Pàijeda, lors du 2<sup>e</sup> Open de Monaco, à l'occasion de la journée internationale du Sport au service du Développement et de la Paix.

**30/10/2024** : La Fédération de Pàijeda obtient l'Agrément Ministériel du Gouvernement Princier devenant la Fédération

Monégasque de Pàijeda, art martial Monégasque.

**18/04/2025** : Démonstration lors de l'Exposition universelle à Osaka Kansai au Japon.

**15/05/2026** : Démonstration à Monaco, Place du Palais, lors de la 6<sup>ème</sup> rencontre des Sites Historiques Grimaldi de Monaco.

**06/06/2026** : Démonstration à l'Unesco, à Paris, lors la Journée des Sports et du bien-être.

**14/06/2026** : Démonstration à Monaco, Place du Palais, lors de la 6<sup>e</sup> rencontre des Sites Historiques Grimaldi de Monaco