



# Pas à Pas

## Du Québec à Compostelle

Journal de l'association québécoise des pèlerins et amis du chemin de Saint-Jacques

Vol. XIX N° 1  
Mars 2019



### LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Pèlerins et pèlerines,

Mars et avril, périodes des coups d'envoi dans tous les regroupements régionaux, sont riches en émotions pour les pèlerins de notre Association.

Je ressens une certaine fébrilité chez plusieurs d'entre vous et je vous comprends. Recevoir son *credencial* est le premier pas vers la réalisation de votre rêve. Je vous souhaite un Chemin de partage, de rencontres et d'ouverture. Le Chemin vous apportera ce dont vous aurez besoin.

Buen Camino!

Johanne Morin

### LE PROJET MOSCOU-SAINT-JACQUES

A l'approche de la prochaine année jacquaire en 2021, l'Association Du Québec à Compostelle a discuté avec ses partenaires européens du concept d'un projet de marche qui amènerait des participants d'Europe et du Canada à faire ensemble un chemin allant de Moscou à Saint-Jacques-de-Compostelle. Certaines municipalités et représentants d'associations pèlerines d'Europe se sont montrés très intéressés à y participer.



L'objectif du projet est essentiellement de permettre aux pèlerins et futurs pèlerins canadiens et européens de vivre ensemble et de partager les valeurs d'ouverture, de générosité et de simplicité communes aux pèlerins. Cette marche coïncidera en 2020 et 2021 avec le 20<sup>e</sup> anniversaire de notre Association ainsi que l'année jacquaire.

Il s'agit d'une marche à relais qui regroupera les représentants de tous les pays traversés au fil des mois. L'itinéraire préliminaire global sera de marcher de Moscou vers St-Petersburg, traverser l'Estonie, la Lettonie, la Lituanie, la Pologne, l'Allemagne, faire une incursion aux Pays-Bas, un bout de Chemin en Belgique, parcourir la France et l'Espagne pour arriver à Saint-Jacques-de-Compostelle. Vous comprendrez que ce projet ne pourra se

## UN PARCOURS HIVERNAL FRANCO-QUÉBÉCOIS

réaliser sans la participation de plusieurs bénévoles qui voudront s'impliquer et faire qu'un rêve qui est devenu un projet se concrétise et devienne réalité.

Dans les prochaines semaines, différents comités de travail nationaux et internationaux seront mis sur pied pour l'élaboration de ce projet, soit:

- ✚ Contact avec les ambassades et gouvernement canadien
- ✚ Contact avec les associations jacquaires européennes
- ✚ Création des équipes de relais
- ✚ Tracé du parcours complet
- ✚ Logistique et hébergement
- ✚ Sécurité.

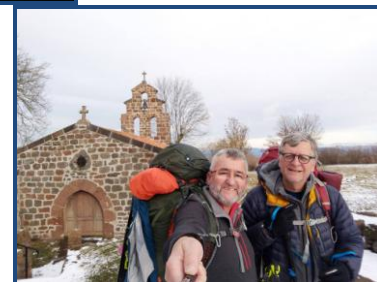
Si l'Association est une tribune pour faire connaître ce projet, c'est sur une base personnelle que les participants devront s'engager à y participer. L'Association ne sera nullement responsable de quoi que ce soit (billets d'avion, assurances, visa, blessures, etc..).

Les informations découlant de l'organisation de ce projet seront transmises par les regroupements régionaux et via le Pas-à-Pas. Une page Facebook sera éventuellement créée pour diffuser l'information découlant de ce projet.

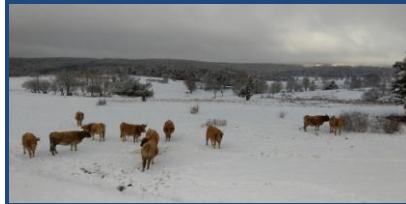
Les personnes désirant s'impliquer pourront transmettre leurs coordonnées et leurs intérêts à l'adresse suivante : [president.duquebecacompostelle@gmail.com](mailto:president.duquebecacompostelle@gmail.com).

Johanne Morin

Plusieurs québécois qui traversent l'Aubrac en été se demandent à quoi ressemble ce paysage en hiver (réflexe tout québécois) et quelles difficultés doivent être surmontées sur ce chemin une fois la neige tombée.



Deux audacieux «explorateurs», un français et un québécois, ont relevé ce défi en janvier dernier et nous avons été en mesure de suivre leur parcours grâce à la page Facebook de «Mahdi du Camino». Ce dernier, peut-être le plus québécois des français, a déjà parcouru différents chemins de Compostelle (11 en tout). Il est aussi venu au Québec en 2010 pour présenter l'expédition qu'il a réalisée entre Jérusalem et Santiago au cours de l'année 2003 en compagnie de deux amis, un étant juif et l'autre catholique; un beau symbole de paix. Il tient une boutique d'équipement et il est depuis tout récemment propriétaire d'un gîte à Cahors. Il s'est lié d'amitié avec Maurice Chiasson un québécois membre de notre Association dans la région de Lanaudière qui en est à son septième chemin de Compostelle. Ils l'ont parcouru ensemble.



Quel plaisir j'ai eu à lire les descriptions détaillées et à voir les photos d'endroits connus mais dans une ambiance totalement différente (des textes et des images peuvent encore être consultés sur la page Facebook de «Mahdi du Camino»). Nous avons pu être témoins au jour le jour des conditions particulières dans lesquelles s'est déroulée cette marche. Gîtes et hôtels fermés en majorité, coucher sous la tente à plusieurs reprises, neige et froid, parcours en raquettes, étonnement mais accueil chaleureux des résidents des villages traversés...



Par dessus tout, ce qui transparait est le fait que nos deux compères semblent s'adapter à tout et même, s'amuser dans ce décor enchanteur. Pour ceux qui ont réalisé ce parcours, il s'agit d'une belle occasion de découvrir cette magnifique partie du chemin en hiver. Nos deux explorateurs sont arrivés à Cahors le premier février, souriants et sains et saufs.



Voici quelques photos comparatives, avec et sans neige, prises dans des endroits que certains reconnaîtront. Merci à Mahdi et à Maurice pour nous avoir permis de partager leur aventure.

Pierre Morin

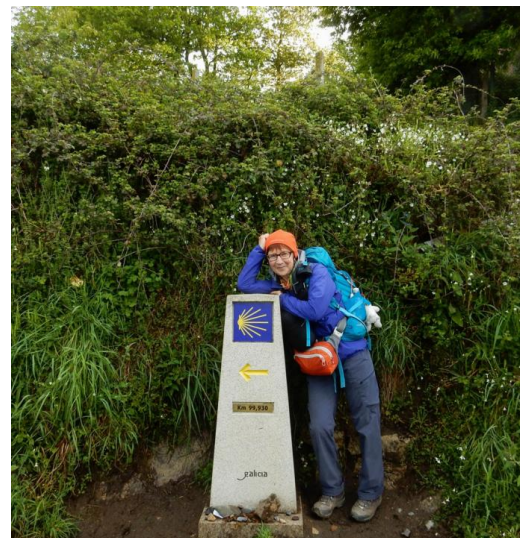


## La région Laval Laurentides

### Atelier de préparation

De l'information afin de bien se préparer pour le grand départ: la préparation physique, l'entraînement, les conseils et la sécurité sur le chemin, jusqu'à l'incontournable question sur le contenu du sac à dos (vêtements, accessoires, documentation, etc.) de façon bien pratique.

Le 16 janvier dernier, la pèlerine Monique Champagne est venue nous présenter son sac à dos. Avec humour et photos à l'appui, elle a vidé son sac à dos et montré son équipement. Plus d'une centaine de personnes étaient présentes.



Les magasins La Cordée étaient sur place pour nous faire découvrir leurs nouveautés.

### Le Camino Frances

Le chemin le plus mythique de Compostelle, celui qui nous amène à Saint-Jacques pour conclure notre pèlerinage après des centaines de kilomètres parcourus. Présentation et réponses aux questions.



Un couple de la région Sylvain Coursol et sa conjointe Catherine Aiguillon ont parcouru le mythique *Camino Frances* en Espagne et ils ont parlé de leur expérience de marche en couple avec anecdotes, histoires, et photos de leur chemin.



### **Techniques de marche intégrale**

Automne 2014. Je m'entraîne pour mon premier pèlerinage de Compostelle. Des élancements inhabituels à la hanche me réveillent la nuit. Pourquoi? Comme acupuncteur, je cherche; j'expérimente alors que la rotation du bassin fait avancer mes jambes plus facilement. Les douleurs ne me réveillent plus. À l'automne 2017, suite à trois pèlerinages, « j'accouche de la marche intégrale ».

Depuis, 85 pèlerins ont profité des ateliers. avec mes assistants : Karine Boivin, professeure et chercheuse à l'UQTR, spécialisée dans l'analyse du mouvement, un ou deux de ses étudiants stagiaires ainsi qu'Anne Gauthier, pèlerine et fidèle collaboratrice depuis les débuts.

Le 23 mars 2019, nous avons enseigné des techniques de gainage intégral à travers divers exercices d'équilibre, de respiration,

d'élongation vertébrale / auto-grandissement et d'engagement du plancher pelvien. Exercices faits debout, en marchant et aussi lors de montées / descentes de la Côte Parent à Saint-Jérôme. Tout cela pour favoriser un contrôle du tronc avec aisance et pour se préparer à une meilleure dissociation des segments corporels à la marche. En intégrant les exercices précédents, nous pouvons alors faire une rotation du bassin ergonomique. Détails sous l'onglet « Activités » du site de l'Association.

Jacques Hébert

Et collaboratrices, Karine Boivin et Anne Gauthier

Équipe de la marche intégrale pour la région Laval-Laurentides. Bienvenue à tous !

### **La région de Québec**

#### **Compostelle, l'atelier du retour**

« Quarante jours pour moi tout seul. Responsable de moi seul, redevable à personne, c'est un beau cadeau de la vie ». Celui qui parle ainsi est un « revenant », un pèlerin. Un homme, qui un jour, a choisi de se faire confiance, de rompre avec la routine, d'oser l'aventure, de partir à la recherche de lui-même pour se retrouver, explorer ses limites et se rencontrer à travers les autres.

Compostelle est une expérience unique, intense, que les pèlerins éprouvent le besoin de partager au retour, mais ce partage n'est pas toujours facile. Au début, on vous questionne, on vous écoute avec intérêt. Compostelle intrigue et séduit, mais après quelque temps, l'intérêt s'estompe. La réalité, celle « d'avant », nous revient, souvent plus vite qu'on s'y attendait. Le décalage qui s'est installé entre nous, la routine, les obligations et les êtres

## DEPUIS 20 ANS AU PATRIMOINE DE L'UNESCO

chers nous donne parfois l'impression d'être devenus un peu étrangers au monde qui nous entoure. On a vécu une expérience personnelle qui se partage difficilement. Pourtant, on voudrait raconter encore. Expliquer, sans passer pour un illuminé, qu'on a marché 30 kilomètres sous la pluie sans y perdre son sourire. Et puis, il y a nos « retours de flamme », incontournables, à la vue d'une simple photo prise un jour d'extase au sommet d'une montagne. Comment expliquer ce besoin de repartir, sur-le-champ? Cette envie de recommencer, en dépit des ampoules, de la pluie et des journées épuisantes?

C'est là tout le paradoxe du chemin, mais un fait demeure, le retour est parfois brutal et le besoin d'en parler, avec ceux qui l'ont vécu, un privilège. L'Association Du Québec à Compostelle, région de Québec, offre à ses membres un *Atelier sur le retour* d'une durée d'une journée qui explore les multiples facettes du retour de Compostelle. Organisée par deux animateurs expérimentés, cette rencontre permet aux pèlerins de partager leur expérience de Compostelle. Cette journée de réflexion, qui peut accueillir une quinzaine de participants, est réservée aux membres de l'Association qui ont marché sur un chemin.

Denis Guenette



Le 2 décembre 1998, le comité du patrimoine mondial de l'UNESCO réuni à Kyoto a inscrit sur la liste du patrimoine mondial le bien culturel en série intitulé « Chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle en France ». Cette inscription fait suite à celle du «Chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle» en Espagne en 1993 et à celle de la « Vieille ville de Saint-Jacques-de-Compostelle » en 1985.

Ce bien français (n°868 de la Liste) est constitué d'une sélection de 78 composantes (64 édifices, 7 ensembles et 7 sections de sentier), ce qui en fait le plus grand ensemble patrimonial de France. Il témoigne des aspects spirituels et matériels du pèlerinage, du contexte du pèlerinage médiéval et il résume la diversité des itinéraires innombrables empruntés par les voyageurs.



Emblème du patrimoine mondial de l'UNESCO

Il fait partie du cercle prestigieux des 1 073 biens identifiés par l'UNESCO dans le monde. La France en compte aujourd'hui 43.

Pour en savoir davantage, vous pouvez consulter les sites suivants:

Le site de l'Association Du Québec à Compostelle:

[www.duquebecacompostelle.org](http://www.duquebecacompostelle.org), (section « Médias » en haut à droite)

Les documents:

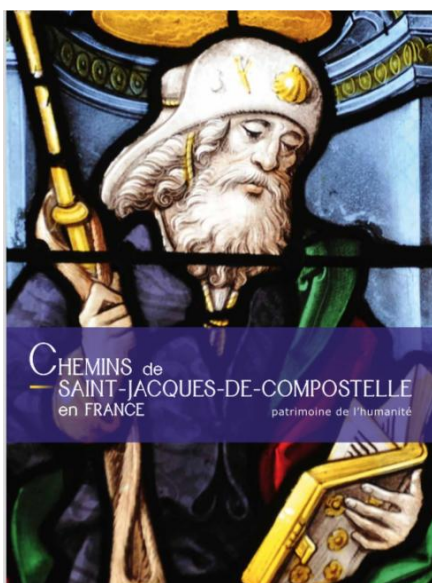
- Chemins de Compostelle en France
- Dossier de presse, célébration des 20 ans de l'inscription des «Chemins de Compostelle en France» au patrimoine mondial de l'UNESCO.

[www.cheminscompostellepatrimoinemondial.fr](http://www.cheminscompostellepatrimoinemondial.fr)

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Chemins\\_de\\_Compostelle\\_en\\_France](https://fr.wikipedia.org/wiki/Chemins_de_Compostelle_en_France)

Sur ce dernier site, vous pouvez voir la liste des 71 monuments retenus (édifices et ensembles), avec photos ainsi que l'identification des 7 sections de sentiers. Sans doute de beaux souvenirs pour plusieurs lecteurs qui ont marché sur les traces de nombreux prédécesseurs.

Pierre Morin



## DEVENIR HOSPITALIER SUR LE CHEMIN

Vous voulez vivre l'expérience d'hospitalier dans un gîte d'Europe? L'Association du Québec à Compostelle travaille à améliorer l'information qu'il vous faut pour vous aider à réaliser ce rêve. Pour ce faire, elle a désigné un responsable chargé de répondre à vos questions, et d'améliorer la qualité et quantité d'information disponible.

### En gros, voici ce que vous devez savoir :

En général, les critères d'admission des postulants hospitaliers sont les suivants :

- ✚ Avoir fait une partie du chemin;
- ✚ Être membre d'une association jacquaire;
- ✚ Respecter le règlement des hospitaliers du gîte;
- ✚ S'engager pendant un période d'une quinzaine de jours à accueillir les pèlerins;
- ✚ Assurer l'entretien des locaux.

Plusieurs gîtes donativo ou exploités par des religieux en France ne requièrent aucune formation préalable et l'apprentissage se fait sur place. Toutefois, en Espagne une formation de base est requise. Celle-ci dure une fin de semaine à un coût d'environ 100 \$, sans compter les frais d'hébergement s'il n'y a pas de place chez les pèlerins locaux. La formation couvre les sujets tels que les motivations de l'hospitalier, l'accueil du pèlerin (p. ex. communication, attitude, comportement), la spiritualité, les problèmes de santé et de punaises, les consignes d'incendie, le donativo, et autres questions pratiques. Cette formation est présentement disponible en plusieurs langues dans une dizaine de pays du monde (v. le site de [la](#)

Fédération espagnole des amis du chemin de Santiago).

### **Quelques renseignements au sujet de la formation :**

Au Canada, la Canadian Company of Pilgrims (CCoP) offre cette même formation d'hospitaliers depuis 2008. En moyenne, chaque année, une trentaine d'hospitaliers ayant reçu cette formation œuvrent dans les gîtes de Compostelle. Le 1<sup>er</sup> mars 2019, à Ottawa, la CCoP m'invitait à participer à la soirée d'accueil organisée dans le cadre d'une fin de semaine de formation pour 18 futurs hospitaliers. Mes remerciements au formateur, Tom Friesen, et à la coordonnatrice pour la région d'Ottawa, Wilma Wendels, pour leur accueil et aussi leur grande générosité pour avoir partagé leur matériel de formation. Grâce à la CCoP et aux partenariats que notre présidente, Johanne Morin, a développé au cours des ans, nous avons maintenant une bonne base d'information au sujet de l'expérience hospitalière. Nous sommes maintenant en mesure de traduire et d'assembler les sujets de formation nécessaires à un plan de formation éventuel.

Dans les prochains mois, nous évaluerons la demande et la façon de procéder pour mettre en place une formation d'hospitaliers au sein de notre Association. À noter que sur les 18 participants à la formation de la CCoP, environ la moitié venait de l'extérieur. La CCoP offrait cette formation à un maximum de 16 participants. En fait 18 personnes se sont inscrites en provenance d'Ottawa, Gatineau, Toronto, Mississauga, Montréal et même de Boston!



### **Se préparer :**

En terminant, un élément d'information important lors de la planification est de rechercher, sélectionner et réserver, souvent plusieurs mois à l'avance, l'endroit où le futur hospitalier pourra partager l'esprit du chemin et redonner aux suivants.

À cet effet, une liste de gîtes est disponible et vous pouvez en faire la demande à [hospitalier@duquebecacompostelle.org](mailto:hospitalier@duquebecacompostelle.org).

Avec cet outil en main, le futur hospitalier pourra faire des recherches et contacter les gîtes pour de l'information relative aux besoins, aux prérequis spécifiques, et aux disponibilités. La page Web de l'Association a aussi été mise à jour sous l'onglet Devenir hospitalier.

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec Denis Lavoie, la personne ressource dans ce dossier, à l'adresse suivante: [hospitalier@duquebecacompostelle.org](mailto:hospitalier@duquebecacompostelle.org)

Denis Lavoie  
Vice Président  
Association Du Québec à Compostelle



## CONSULTATION INTERNATIONALE SUR LE CAMINO FRANCES

L'Association Du Québec à Compostelle a été invitée à participer à la Rencontre Internationale organisée par « **l'Asociacion de Municipios del Camino de Santiago** » à Carrion de Los Condes, du 22 au 24 février 2019.

Les 23 participants-invités représentaient 13 pays, le Canada, les États-Unis, le Japon, le Royaume-Uni, le Brésil, le Danemark, les Pays-Bas, la Corée du sud, l'Irlande, l'Italie, l'Allemagne, la France et l'Espagne.

Cette rencontre, initiée par les 99 municipalités du Camino Francès, avait pour objectif, entre autres, de connaître les besoins actuels et futurs des pèlerins ainsi que les facilités qui pourraient leur être offertes, le tout dans le cadre des préparatifs de l'Année Sainte 2021.

Notre association était représentée par deux membres de l'exécutif, soit Sylvain Leblanc (trésorier) et moi-même, Johanne Morin (présidente). Tous les frais (avion, train et hébergement) étaient pris en charge par les hôtes de la rencontre.

Les thèmes suivants ont été abordés :

- ✚ L'accueil traditionnel, les hospitaliers, les auberges
- ✚ La Compostela (100 kms, surpeuplement des pèlerins)
- ✚ L'environnement, le paysage et la nature
- ✚ Tourisme et pèlerinage (la sécurité, le nettoyage et les affaires)
- ✚ Le patrimoine du Chemin de Saint-Jacques
- ✚ La signalisation et la publicité, multiplication des itinéraires.



Ouverture officielle de la rencontre

Nous sommes intervenus dans les différents ateliers et, à la demande du comité organisateur, nous avons traité plus spécifiquement les thèmes « La Compostela » et « Tourisme et pèlerinage ». Détail intéressant, nous avons constaté, lors des commentaires de nos collègues des autres pays, que les préoccupations sont les mêmes peu importe la provenance des pèlerins.



Présentation faite par Sylvain Leblanc

Plusieurs nouveautés ont été annoncées pendant cette fin de semaine. De nouvelles applications seront disponibles dont **ALERTECOPS** pour la sécurité des pèlerins; **CAMINO SANTIAGO** pour la géolocalisation. De plus, il a été proposé d'adopter une signalisation unique et normalisée dans toutes les municipalités du Camino. Plus d'informations dans le prochain « Pas-à-Pas ».

Enfin, plusieurs bonnes idées ont émergé de cette rencontre et nous vous en ferons un compte-rendu détaillé dans la prochaine édition de notre journal.

Johanne Morin, présidente  
Sylvain Leblanc, trésorier

## DES SUGGESTIONS DE LECTURE

### Le Poids du sac

Les membres qui ont participé au dernier Grand Rassemblement ont eu l'occasion de rencontrer Philippe Maschinot. Il nous fait aujourd'hui connaître un roman en lien avec l'expérience du Camino qu'il a rédigé et qui sera disponible au Québec sous peu.

« Ce marcheur qui écrit dans un style simple et sincère, a su faire de la trame de son premier roman, un chemin de vie et d'évolution personnelle que chacun pourra interpréter selon son propre vécu ».

Voici le texte qu'il nous a fait parvenir:

Vous m'avez accueilli lors du «Grand Rassemblement 2018» afin de me laisser un peu de place dans cette jolie famille de marcheurs-pèlerins, et pour me permettre de vous livrer un témoignage sur mon parcours.

Plusieurs d'entre vous m'ont demandé si j'écrivais... je ne pouvais alors rien dévoiler. LE POIDS DU SAC est mon premier roman.



Il est disponible en librairies et sur les sites de ventes en ligne pour la France, la Belgique et la Suisse, depuis le 4 janvier 2019

Pour le Québec je suis en attente d'une date de disponibilité en librairies. Entre-temps, il est disponible en ligne.

Extrait du livre:

«Pierre est au bout de lui et de son entreprise qui vit la fin d'une époque.

Un sourire, une rencontre, elle entre dans sa vie. L'indécision des instants puis rapidement la suite à vivre...

Le temps et les pas vont-ils lui donner les réponses au pourquoi si souvent évoqué. Fuite ou courage, l'évidence s'impose : partir.»

Merci de votre support lors de cette aventure littéraire. Ultime et de beaux chemins à tous.

Philippe Maschinot  
Passeur d'Expériences  
[www.philippemaschinot.com](http://www.philippemaschinot.com)

### L'état de la marche pèlerine québécoise

Michel O'Neill, présente un document qui contient de précieuses informations sur les parcours disponibles au Québec.

J'ai le grand plaisir de vous annoncer que « L'état de la marche pèlerine québécoise en 2018 » vient d'être mis en ligne et peut être téléchargé gratuitement:

<https://jeunesreligions.org/entre-effervescence-et-fragilite-nouvelle-mise-a-jour-de-la-marche-pelerine-quebecoise/>.

Un merci très spécial aux 41 personnes qui ont pris de leur précieux temps en me fournissant l'information requise pour le préparer.

Après une page synthèse en résumant l'essentiel, le document est divisé en trois sections :

- 1) l'état de la marche pèlerine québécoise vers Compostelle et ailleurs dans le monde (4 pages);
- 2) l'état de situation des 30 chemins de marche pèlerine du Québec (12 pages);
- 3) trois enjeux significatifs en 2018 (7 pages):
  - \* l'effervescence et la fragilité du phénomène: encore et toujours...
  - \* des parcours individuels remarquables
  - \* et la tendance à la *glampingisation* (i.e. *recherche de camping tout confort*) de la marche pèlerine québécoise.

Le document se termine par trois annexes, dont les coordonnées internet des 30 chemins québécois (1 page) et une courte fiche technique sur neuf d'entre eux (20 pages), venant compléter les 18 premières présentées dans mon livre « Entre St-Jacques-de-Compostelle et Ste-Anne-de-Beaupré » paru en 2017 aux Presses de l'Université Laval:

<https://www.pulaval.com/produit/la-marche-pelerine-quebecoise-depuis-les-annees-1990>.

Buenos caminos ! en 2019.

Michel O'Neill Ph.D.

Auteur, consultant et formateur.  
Professeur émérite et chercheur autonome  
membre de Chaire Jeunes et religions,

Université Laval

[michel.oneill@arul.ulaval.ca](mailto:michel.oneill@arul.ulaval.ca)

## Les révélations de Saint-Jacques de Compostelle

Luc Brunette nous a fait parvenir un texte qui présente le livre qu'il a récemment publié: un ouvrage qui propose différentes réflexions en lien avec l'aspect spirituel du pèlerinage.

Chaque année, des milliers de personnes marchent vers Santiago de Compostela en quête de réponses, de renouveau spirituel et de rencontres enrichissantes avec les autres et surtout avec soi-même, espérant qu'une étincelle fera jaillir la lumière, éloignera les ténèbres et dissipera le brouillard de l'esprit.



Luc G. Brunette a connu, sur le chemin, cet instant à partir duquel tout peut devenir possible. Dans cet ouvrage magnifiquement illustré, il nous partage sa vision de ce qu'est être pèlerin sur le Chemin de Saint-Jacques et nous invite à vivre l'Esprit du Chemin au quotidien. Le volume est disponible en librairie.



Un extrait du livre: le texte qui accompagne la photo ci-haut.

*« Le pèlerin libre n'est attaché à aucune demeure. Jour après jour, il abandonne gîte après gîte et village après village.*

*Pour lui, il n'y a plus d'errance. Il a trouvé Le Chemin ».*

Luc G. Brunette

## TRUCS ET ASTUCES

Habitué à partager les trucs et astuces acquis lors de ses séjours sur les chemins de Compostelle, cette fois, notre personne ressource, Paul Gagnon désire demander l'aide de pèlerins qui ont fait le chemin à vélo. Voici donc son message.

Chers pèlerins cyclistes,

Nous recevons de plus en plus de demandes de futurs pèlerins qui désirent rouler en vélo sur les chemins de St-Jacques et l'information disponible à ce sujet est plutôt rare. Comme responsable de l'information générale pour l'Association Du Québec à Compostelle, je

demanderais à ceux qui l'ont déjà fait de communiquer avec moi pour glaner des conseils que je sais judicieux. Il existe de précieux guides, mais rien ne vaut l'expérience d'un débrouillard ou d'une championne de l'organisation.

Voici l'adresse: [pgjcompo@outlook.com](mailto:pgjcompo@outlook.com)

Paul Gagnon

Information générale

Association Du Québec à Compostelle

## UN DÉTOUR OBLIGATOIRE DURANT L'HIVER

Paul Gagnon (le même que précédemment) a fait parvenir le résumé d'une directive qu'il a reçue. Important pour ceux qui voudraient partir en hiver ou tôt en saison.

Avertissement

La Direction générale du département de l'intérieur de la Navarre a émis la restriction suivante: Du 1er novembre au 31 mars de chaque année, il y aura obligation de marcher la première étape du Camino Francés par le passage ouest, c'est à dire par Valcarlos.

A l'est, la montée par Hunto, Orisson et le col de Lepoeder est interdite. Il ne faut pas oublier que le col de Lepoeder est à 1432 mètres d'altitude. Les autorités expliquent cette décision par le nombre d'interventions grandissantes. Ils justifient entre autres le coût de telles opérations, le danger pour les équipes de recherche et survie, le manque de forme physique des pèlerins débutants. Si des mesures doivent être mises en place, elles vous seront imputées. 2000 euros minimum.

Aucune exception ne sera tolérée, même pour les québécois en raquettes. D'ailleurs, pour avoir été hospitalier à St-Jean-Pied-de-Port, nous recevons un rapport météo chaque matin. Une journée où la montagne était fermée par les gendarmes, trois pèlerines françaises indisciplinées se sont perdues une nuit complète dans le brouillard et le froid. Vérifier les conditions météo annoncées en passant au 39 de la Citadelle.

Information transmise par Paul Gagnon



La traversée des Pyrénées au petit matin

## DES GUIDES PRATIQUES

### Gronze.com

Un site internet qui fournit de nombreuses informations sur presque tous les chemins (en langue espagnole, facile à déchiffrer). On y trouve un découpage en étapes et pour chacune, la distance, la durée de marche estimée, le niveau de difficulté, les dénivelés et même une appréciation de la beauté du paysage. Mais, par dessus tout, la liste par municipalités des lieux d'hébergement, du «Gîte Donativo» jusqu'à l'hôtel cinq étoiles avec leurs coordonnées.

### Miam Miam Dodo 2019

Les éditions 2019 des guides «Miam Miam Dodo» ainsi que le guide de préparation sont maintenant disponibles, soit dans les librairies spécialisées sur les voyages ou bien sur le site «levieuxcrayon.com».



Très populaires depuis plusieurs années, ces guides fournissent les renseignements suivants:

- ✚ Des **informations mises à jour et vérifiées une à une** par nos auteurs pour vous apporter un niveau de précision inégalé,
- ✚ Une **cartographie ultra-précise** conçue spécifiquement pour répondre aux besoins du randonneur,
- ✚ Les **dénivelés**, les **difficultés**, les **kilométrages et les temps de marche**,
- ✚ Un **outil d'aide à la création des étapes** pour planifier votre pèlerinage,
- ✚ Les **coordonnées et tarifs 2019 des services du Chemin** : hébergements, ravitaillements et services utiles situés dans un rayon de 4 km du tracé,
- ✚ Les **informations historiques, pratiques et religieuses**,
- ✚ t tous nos **conseils de pèlerins**.

## PUBLICATION DANS LE PAS À PAS

Les membres qui le souhaitent peuvent nous faire parvenir des articles en relation avec leur expérience d'un des chemins de Compostelle. Il s'agit d'articles de fond.

Thèmes recherchés:

- ✚ Des témoignages ou des réflexions;
- ✚ Des rencontres mémorables;
- ✚ Des articles historiques ou documentés;
- ✚ Des récits ou des anecdotes survenus lors d'un parcours;
- ✚ Des conseils ou des informations pratiques



Longueur des textes: maximum de 200 à 250 mots, accompagnés de photos si possible.

Les contenus des articles doivent respecter les règles de respect contenues au code d'éthique de l'Association.

**Date de remise des textes pour l'édition de juin: vendredi 3 mai.**

Vous pouvez envoyer votre article via notre site web ([www.duquebecacompostelle.org](http://www.duquebecacompostelle.org), dans la section «A propos» au bas de la page: «Personnes ressources» et cliquer sur «Pas à Pas»).

Nous espérons que vous serez nombreux à nous transmettre vos articles.

L'équipe du Pas à Pas

### Ont collaboré à cette édition:

Daniel Allard	Denis Guenette
Karine Boivin	Jacques Hébert
Luc G. Brunette	Denis Lavoie
Mahdi du Camino	Sylvain Leblanc
Maurice Chiasson	Philippe Maschinot
Evelyne Fontaine	Johanne Morin
Paul Gagnon	Pierre Morin
Anne Gauthier	Michel O'Neill

