

# Pas à Pas

## Du Québec à Compostelle

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

Vol. XVIII N° 4  
Octobre 2018



### LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers membres,

Après un été chaud, c'est le moment de reprendre nos activités pour une nouvelle saison. Pour ceux et celles qui ont marché cet été, je vous invite à participer aux différentes soirées ou journées consacrées aux pèlerins qui sont de retour. C'est le moment de partager votre expérience du Chemin avec vos pairs. Vos témoignages sont toujours attendus. Chaque expérience est unique.

Pour les pèlerins et pèlerines qui sont en préparation d'un Chemin, n'hésitez pas à participer à nos différentes activités. Vous y rencontrerez des personnes qui pourront répondre à toutes vos questions et nos bénévoles sont à votre disposition pour vous fournir toute l'information nécessaire pour la bonne marche de votre pèlerinage.

Je vous invite également à participer à notre Grand Rassemblement qui aura lieu le 27 octobre prochain. Nous tiendrons également l'assemblée générale de notre Association lors de cette journée. Participez en grand nombre. Toutes les informations sont sur notre site Web à l'adresse suivante : [duquebecacompostelle.org](http://duquebecacompostelle.org). Voir la rubrique

Grand Rassemblement. Bonne saison et au plaisir de vous rencontrer lors d'une prochaine activité!

Johanne Morin, Présidente

#### Le Grand Rassemblement 2018

##### Bécancour, le samedi 27 octobre prochain

Détails sur le site internet de l'Association :

<http://www.duquebecacompostelle.org/preparation/apres/#rassemblement>

#### Dans cette édition...

Le mot de la Présidente  
Une délégation de notre Association en terre française  
Des nouvelles des régions  
Trucs et astuces  
Le saviez-vous?  
Une suggestion de lecture  
La page Facebook de votre Association

### UNE DÉLÉGATION DE NOTRE ASSOCIATION EN TERRE FRANÇAISE

Du 5 au 23 juin dernier, 12 membres de notre Association ont participé à un projet de réseautage en France, entre Le Puy-en-Velay et Cahors. À titre de projet pilote, cette initiative était proposée aux membres du Conseil d'administration et des Comités régionaux.

Une synergie incroyable s'est développée et le groupe a été des plus unis. C'est certain qu'il y a eu des pépins tout au long du Chemin : perte de bagages et de documents, blessures, distances trop longues, fatigue. Toutefois, la bonne humeur, l'entraide et la convivialité étaient au menu.

Notre périple commença au Puy-en-Velay où durant trois jours, nous avons participé à différentes activités, dont une visite guidée de cette magnifique ville. Cette activité avait été organisée par la Fédération européenne des Chemins de Saint-Jacques en collaboration avec l'Office du tourisme de la place. De plus, nous avons été invités à participer à l'assemblée générale de cet organisme européen.



En tant que Présidente, j'ai eu le privilège de présenter notre Association lors de l'assemblée générale. Ce fut le moment pour parler de notre Association, de notre projet de réseautage que nous réalisons ainsi que du projet fou d'une marche à relais entre Moscou et Saint-Jacques de Compostelle qui serait réalisé en 2020-2021. La Fédération nous a également invités à leur cocktail officiel où il nous a été possible de rencontrer les membres

de la Fédération européenne et de parler de notre projet de réseautage.

Du 8 au 23 juin, nous avons marché entre Le Puy-en-Velay et Cahors. Les membres du groupe avaient le loisir de marcher seul ou en groupe. L'idée était de permettre à chacun de faire son Chemin durant le jour, mais de profiter du soir pour échanger et partager avec d'autres pèlerins, avec les propriétaires des différents gîtes ainsi qu'avec les maires que nous avons eu le bonheur de rencontrer. Notre projet a été très bien accueilli et a permis de tisser des liens de proximité avec les hébergeurs et les maires des différentes communes et municipalités traversées.



Plusieurs municipalités ont compris notre souci de créer des liens qui permettront à nos membres de pouvoir s'adresser directement à ces municipalités en cas d'urgence.



Gîtes privés, accueils chrétiens, communautés religieuses, partout où nous avons été hébergés, nous avons eu un accueil des plus chaleureux. Notre choix d'hébergement était établi en fonction de la possibilité de recevoir notre groupe sous un même toit. Je dois vous dire que les pèlerins et pèlerines du Québec ont une excellente réputation sur le Chemin. Merci à chacun de vous, car en terre française, vous êtes les représentants de l'AQPAC.

Le 22 juin, nous avons invité Mahdi du Camino et sa conjointe, Françoise, au souper de clôture de notre projet. Lors de ce repas, j'ai eu le privilège de nommer Mahdi à titre d'ambassadeur de notre Association en France. Depuis plusieurs années, Mahdi est présent pour tous nos pèlerins et pèlerines. Toujours prêt à porter main forte, Mahdi est notre référence en France.



Le 23 juin fut une journée triste pour chacun. Le groupe se scindait, car plusieurs participants rentraient au pays. Tristesse, déchirement, larmes. Sur le Chemin, les deuils sont fréquents, mais ce fut pour moi le plus déchirant. Cette journée-là, chacun avait le cœur lourd, mais nous savions que nous nous retrouverions au Grand Rassemblement.

Cette expérience unique nous aura permis de créer des liens très étroits entre les membres du Conseil d'administration et les membres des Comités régionaux.

En 2019, cette activité sera proposée à tous nos membres, toujours dans le but de tisser des liens étroits avec les propriétaires de gîtes et les maires des municipalités. Un groupe de 15 personnes sera formé et nous marcherons entre Cahors et Saint-Jean-Pied-de-Port. Tout membre intéressé à vivre cette expérience unique est invité à me contacter à l'adresse courriel suivante : [president.duquebecacompostelle@gmail.com](mailto:president.duquebecacompostelle@gmail.com)

Lors du Grand Rassemblement du 27 octobre prochain, plusieurs membres seront présents pour donner plus d'informations sur ce projet qui fut des plus enrichissants. Nous serons au Salon des exposants. Venez nous voir en grand nombre.

Johanne Morin

#### DES NOUVELLES DES RÉGIONS

En tant qu'éditeur du *Pas à Pas*, je tiens à mentionner que de plus en plus de coordonnateurs régionaux répondent à notre appel et font parvenir articles et photos sur les activités tenues chez eux. Merci à tous les coordonnateurs (trices) pour cette précieuse collaboration. Grâce à vous, je crois que le *Pas à Pas* met en valeur le travail effectué à la grandeur du Québec et devient de plus en plus un trait d'union entre les huit régions.

Pierre Morin

#### La région de l'Estrie

Marche à l'Abbaye Saint-Benoît-du-Lac

Le dimanche 30 septembre dernier avait lieu la dix-neuvième marche à l'Abbaye Saint-Benoît.

C'est un des fondateurs de notre Association qui avait instauré cette activité la même année que la fondation en l'an 2000. En effet, Claude Courau, alors animateur de la région Mauricie/Centre du Québec, avait proposé une visite à l'Abbaye suivie d'une marche dans les environs au cours des années 2000 à 2002.

En 2003, c'est la région de l'Estrie qui a repris l'organisation et maintenu cette initiative fort prisée par une trentaine de participantes et participants chaque année depuis. Comme la tradition de cette marche à l'automne offre la possibilité de se recueillir à l'abbaye, de partager un repas et de faire une marche d'une douzaine de kilomètres dans les couleurs de l'Estrie, elle conserve un attrait auprès de pèlerines et de pèlerins qui espèrent échanger sur leur expérience ou venir trouver quelques réponses à leurs interrogations au sujet des chemins de Compostelle.

L'invitation vous est lancée de surveiller l'annonce de la prochaine marche à Saint-Benoît-du-Lac pour venir fêter avec nous le vingtième anniversaire. L'invitation pourrait être l'occasion pour les gens de la Mauricie/Centre du Québec de renouer avec la tradition lancée par un des leurs.

Serge Malouin



Sur le parcours de Saint-Benoît-du-Lac

## La Montérégie

Le Conseil d'administration de la région de la Montérégie offre des marches d'entraînement le mardi et le samedi pour la préparation physique des pèlerins vers Compostelle, mais aussi pour tous ceux qui désirent échanger sur leur expérience ou en apprendre davantage.



Les marcheurs à Saint-Bruno



Le repas après la marche

Vous êtes invités à venir marcher avec les membres de notre région soit au Mont Saint-Bruno ou au Mont Saint-Hilaire. L'activité débute à 9 h 15 et est suivie d'un repas sur place à la discrétion de chacun.

L'implication des coordonnateurs des marches Micheline Vennes et André Jourdain et de bénévoles rendent possible ces activités.



André Jourdain



Micheline Vennes

Finalement vous trouverez à l'adresse : [www.duquebecacompostelle.org](http://www.duquebecacompostelle.org) et sur notre site Facebook : <https://www.facebook.com/compostellequebecmonteregie/> des informations pertinentes sur les diverses conférences, marches des pèlerins et repas partage dans notre région.

Christian Tremblay

## La région de Montréal

Un partenariat prometteur

Le comité d'animation de la région de Montréal a été récemment approché par le Collège de Maisonneuve pour développer un projet de partenariat avec l'Association. En effet, le service responsable des projets de mobilité pour le personnel et pour les étudiants souhaite ajouter à son offre d'activités un séjour sur les chemins de Compostelle. Pour la première année, l'invitation est faite aux membres du personnel seulement. Sans trop connaître l'intérêt du milieu pour ce type d'aventure, les responsables du service ont fait la promotion de l'idée afin de mieux connaître

et cibler les futurs participants. À ce jour, une vingtaine de personnes ont déjà répondu à l'appel ce qui est au-delà des espérances.

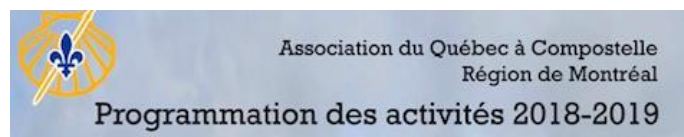
La formule de collaboration retenue suppose que chacun des membres du personnel du collège intéressés par l'aventure de Compostelle devient membre de l'Association afin de pouvoir profiter des activités offertes par l'Association dans le cadre de sa programmation régulière. Selon les premières consultations auprès du groupe, on peut s'attendre à une grande variété d'expériences. En solo, en famille, en couple, entre collègues d'un même programme, les séjours varieront aussi en durée et dans le temps. Malgré cette grande variété, le Collège souhaite pouvoir former en son sein une véritable communauté d'intérêts avec tous les participants.

Cette première semence suscite déjà un certain optimisme. Elle contribue certainement à donner une belle visibilité à notre Association. Advenant une évaluation positive de ce premier projet de collaboration avec le Collège Maisonneuve, nous croyons possible d'envisager l'offre d'un projet de mobilité auprès des étudiants pour l'année 2019-2020.

À suivre...



Lancement de la programmation 2018-2019



À l'instar de la plupart des régions, la région de Montréal a profité du lancement de sa programmation pour lever un verre au succès de l'année. L'occasion aussi pour célébrer l'engagement généreux de l'équipe de bénévoles qui permet de continuer de rêver grand pour notre Association. La variété et la profondeur des regards qui sont posés par les uns et les autres sur leur expérience de Compostelle offrent, lorsque mise en commun, toute la richesse nécessaire pour nous acquitter de notre mission auprès de nos membres, autant pour soutenir l'envol que pour réussir l'atterrissage.

Denis Dumais



## La région de Québec

### De la visite de France

Le 22 septembre dernier, Jean-Jacques Pagerie et Philippe Jusselin, français, pèlerins et hospitaliers sur le Chemin de Tours participaient à la marche au Mont-Royal avec l'équipe régionale de Montréal. Suite à la marche, les échanges se sont poursuivis autour de bons rafraîchissements houblonnés. L'intérêt de plusieurs s'est soldé par des échanges de coordonnées par les uns et les autres ainsi que un engagement de la région de Montréal à mettre en valeur ce chemin moins connu et fréquenté. Qui sait, on retrouvera peut-être des hospitaliers québécois sur le chemin de Tours.

Lors du Pot de l'Amitié du 26 septembre dernier qui avait lieu à Québec, l'équipe régionale a eu le bonheur de recevoir ces pèlerins venus de France. Ils étaient avec nous pour partager leurs expériences du Chemin et de leurs vies comme hospitaliers. Tous deux nous ont partagé des fragments de vie pour mieux comprendre leurs motivations à devenir hospitaliers. Séparation, deuil, voilà des expériences marquantes dans le parcours d'une vie. Il est souvent essentiel de partir pour s'offrir un temps d'arrêt et de réflexion. C'est ce qu'ont fait nos deux invités.

## Les régions de Montréal et de la Montérégie

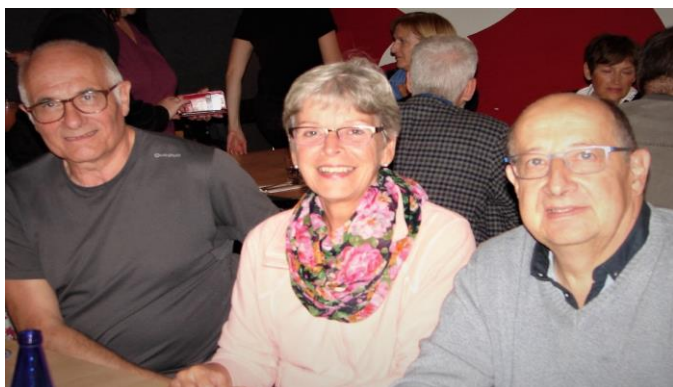
### Une rencontre de deux régions

C'est maintenant presque une tradition la région de la Montérégie et celle de Montréal se rencontrent pour une marche pèlerine à Terre des hommes. Les responsables bénévoles des deux régions ont tout mis en œuvre pour assurer aux participants et aux participantes une expérience inoubliable. Merci et on se dit à l'année prochaine!



Jean-Jacques et Philippe désiraient également nous faire connaître un peu plus certains chemins plus tranquilles dont celui de Tours, chemin sur lequel ils ont pignon sur rue.

Les conversations furent fort enrichissantes, à l'image de ce que l'on connaît sur le Chemin. Nous avons profité de cette occasion pour faire connaître un peu plus notre Association et notre rôle auprès de nos membres.



Je vous invite à participer à ces activités qui permettent d'échanger et de partager nos expériences du Chemin. L'expérience de chacun et chacune est unique, il est toujours intéressant d'entendre le vécu de nos pairs.

Denis Dumais, animateur de la région de Montréal

Johanne Morin, Présidente.

### **La région de Laval-Laurentides**

En ce milieu de mois d'août ensoleillé, les activités ont repris dans la région Laval-Laurentides avec le désormais traditionnel souper-partage qui a réuni à la salle habituelle de Ste-Thérèse-d'Avila, environ 70 personnes dont une quinzaine étaient de retour du Chemin. À peu près autant s'apprêtaient à partir et les autres étaient soit d'anciens pèlerins, soit des pèlerins en devenir. Inutile de vous dire que les échanges d'expériences ont

été vifs, que de nombreuses questions ont trouvé des réponses et qu'une série d'anecdotes, de témoignages et d'aventures, bonnes ou moins bonnes, ont animé les discussions en tête-à-tête ou en groupe et contribué à fournir des réponses aux questions posées. Mais avant tout, l'esprit du Chemin a été bien illustré tout au long des échanges.



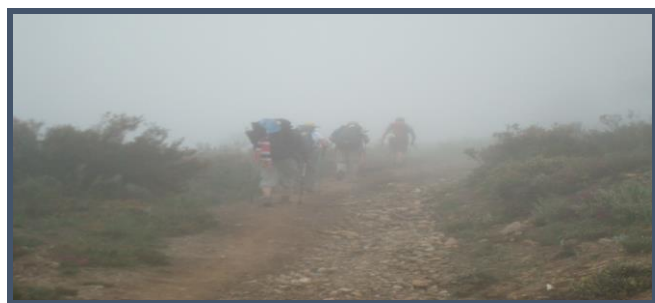
Daniel, notre animateur régional, accompagné de Renald pour la partie audiovisuelle, a animé cette soirée de rencontres et de retrouvailles. Nous avons pris connaissance du programme d'activités des mois à venir : IMPRESSIONNANT...une rencontre chaque mois jusqu'en mai 2019. À l'issue de cette nouvelle année d'intenses activités, nous aurons compris « *c'est quoi Compostelle* »; nous saurons tout sur le GR 65, le fameux *chemin du Puy-en-Velay*, sur le *Camino Francès* en Espagne, mais également, sur « *le chemin du Piémont pyrénéen* », certes moins fréquenté que les deux premiers, mais tout aussi beau et inspirant. Et puis, nous aurons également appris, ou réappris à confectionner, à équilibrer et à porter notre sac à dos; enfin, les techniques de marche pour un chemin sans histoire de tendinites nous aurons également été expliquées et démontrées.





Ce programme vous inspire, vous avez le goût de vous informer pour « votre grand projet », de bien vous préparer à profiter de cette expérience millénaire ou tout simplement de rencontrer des pèlerins convaincus avec lesquels échanger sur le sujet??? Vous habitez dans la région de Laval ou des Laurentides...alors contactez-nous à l'adresse : [laval-laurentides@duquebecacompostelle.org](mailto:laval-laurentides@duquebecacompostelle.org) Vous êtes toutes et tous les bienvenus. Et vous aurez peut-être la chance de rencontrer Maélie, 7 ans, qui était présente à notre rencontre de lancement de la saison 2018-2019, après avoir marché sur le GR 65 avec sa grand-maman pendant 160 km...Notre championne de la soirée.

François Bouilhac  
Secrétaire Laval-Laurentides



## La région de l'Outaouais

Soirée témoignage avec Philippe Maschinot : une soirée magique!

Le mercredi 5 septembre, l'Association *Du Québec à Compostelle*, région de l'Outaouais, a eu la chance d'avoir le témoignage de Philippe Maschinot. Ce dernier croit avoir toujours aimé marcher : « Chaque pas est un mouvement vers l'avant, marcher c'est avancer, marcher c'est croire en soi, en ses possibilités. »

En 1998, Philippe est parti du Mont-Ste-Odile, proche de Strasbourg, pour rejoindre Le Puy-en-Velay, suivre le GR 65 et le *Camino Francès*, pour arriver à Santiago qu'il a atteint en 97 jours. Cette belle aventure l'entraîna alors au Québec où il a ouvert Le St-Honoré.

Début 2015, un épuisement professionnel l'oblige à prendre du recul. Plus rien ne va et il se retrouve allongé aux urgences face à un médecin qui lui dit de se reposer... Il est temps pour lui de se choisir, de s'autoriser à partir et de retrouver le pas du marcheur. Un avion de Montréal à Paris, puis un autre pour Santiago : il a décidé de revenir de Compostelle!

Après avoir validé sa *credencial* auprès du bureau des pèlerins, il met ses pas sur le chemin du retour, face aux autres, face à soi, dans une complexité où toutes les symboliques l'interpellent.

*Camino Francès*, Voie du Piémont Pyrénéen puis Via Tolosana jusqu'à Arles, 1 600 km et des rencontres incroyables, la mesure du temps, la connaissance de soi... Le GR 653A, en direction de Menton et l'entrée en Italie : Philippe sait qu'il marche, il sait qu'il va à Rome. La Via della Costa et quelques péripéties, dans les collines de la Ligurie, Gênes et sa traversée, les Cinq Terres : il rejoint la Via Francigena à Sarzana, où il accompagne les

pèlerins et marcheurs qui vont à Rome. Il pose son sac à Place Saint-Pierre après 2700 km...



Sortir de Rome n'est pas une évidence pour aller en direction de Rieti... *Camino de Francesco* sur 350 km de Rieti à Assise, puis La Verna et les faubourgs de Florence. Quelques jours de repos. Il reprend la *Via Francigena* à l'envers, depuis Lucca pour remonter vers le nord de l'Italie, par Sarzana, Passo della Cize, Piacenza, Pavia, Ivrea et Aosta. L'ascension du Grand Saint-Bernard, et le voilà en Suisse pour une traversée par Saint-Maurice, Aigle et les rives du Léman vers Lausanne et Ferreyres. Il remonte les gorges de l'Orbe, il entre en France et retrouve la *Via Francigena*. Pontarlier, les rives de la Loue, Ornans, Mamirolle : il atteint le Doubs et la piste cyclable E6 jusqu'à Montbéliard, puis le Lion de Belfort!

Enfin, l'Alsace par le Piémont des Vosges, Thann, Colmar, Barr puis le mont Sainte-Odile où il boucle sa boucle... Son sac est posé après 172 jours de marche et 4 500 km...

Il sait que sa vie ne sera plus jamais la même.

Pierre Lavallée

## TRUCS ET ASTUCES

Paul Gagnon, un membre connu de plusieurs d'entre vous, anime des ateliers « d'initiation au chemin » dans la région de Québec. Marcheur expérimenté, il partage avec générosité des petits trucs et astuces que l'expérience lui a permis d'acquérir. Il a accepté d'en partager quelques-uns dans le Pas à Pas. Merci Paul.

### Guêtres pour souliers de randonnée.

Vous préférez les souliers de randonnée aux bottes, mais vous en avez assez de devoir vous arrêter régulièrement pour vider vos godasses du sable accumulé ou des cailloux qui s'y promènent. Une suggestion : les guêtres minimalistes offertes par Salomon, Gore, Sugoi ou Ultimate Direction. En plus, elles tiennent les pieds au chaud lorsque nous marchons dans l'eau et la gadoue. Testées sur le chemin de Tours pendant 21 jours de pluie.

### Manchettes de cyclisme.

Un départ au frais. J'enfile des manchettes de cycliste au lieu d'un polar ou tout autre vêtement à manches longues. Après quelques kilomètres, lorsque réchauffé, je n'ai qu'à baisser mes manchettes. Le vent se lève, je remonte mes manchettes. Tout magasin de vélo en a en stock. Marques connues : Garneau, Sugoi, MEC et pour les fashionistas : Light in the Box.

### Couteau suisse versus Opinel

Malgré toute mon admiration pour les couteaux suisses, ils sont lourds et très chers. Vos futurs amis français ont toujours un tire-bouchon pour le vin. Allez-y plutôt avec un Opinel léger et facile à aiguiser. N'apportez pas le canif que votre grand-père vous a légué. J'ai

personnellement trouvé sous un lit un magnifique canif pour le fromage. Enquête, recherches, je l'ai traîné sur le chemin du Puy. Personne ne me l'a réclamé, j'y suis attaché maintenant.

### Diabète

Dans un bled perdu nourri par les corbeaux l'hiver, pas sûr que vous allez facilement trouver des suppléments pour votre hypoglycémie. Donc, on pense à apporter nos pastilles de glucose ou de dextrose.

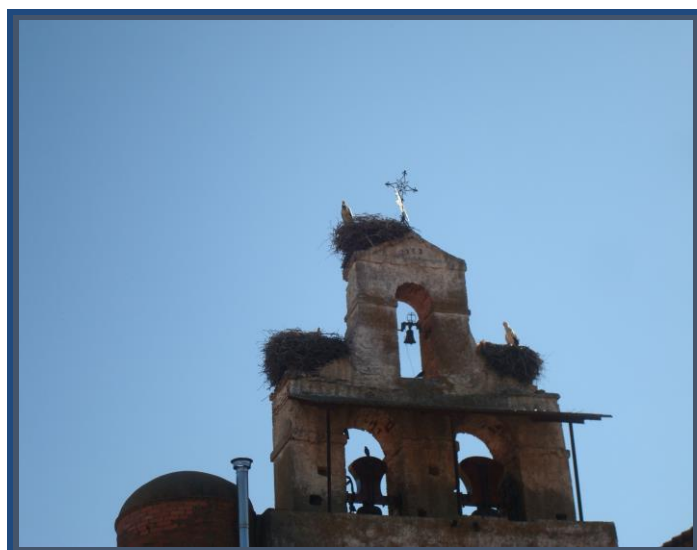
### Sac Ziplock®

Rien de mieux qu'un sac Ziplock® pour protéger votre téléphone cellulaire. Un truc de cycliste minimaliste, mais combien utile.

### Volume

Tous les mordus du *Camino* insistent sur le poids de notre sac et son nombre de litres idéal. Il faut en prendre et en laisser dans ces diktats : un homme de 1 mètre 85 et plus va générer plus de volume qu'une délicate jeune femme de 55 kilos. Mon vieux sac de 50 litres me permet de manger des croustilles intactes.

Paul Gagnon



## LE SAVIEZ-VOUS?

### Une pièce de deux euros dédiée à Compostelle

La monnaie espagnole a gravé une pièce de deux euros en l'honneur de St-Jacques de Compostelle... Un cadeau qui nous a été laissé par le *Padre Ernesto* lors de sa récente visite au Québec



### L'utilisation de votre carte de guichet sur le chemin de Compostelle

### REPÉREZ CES LOGOS POUR UTILISER VOTRE CARTE

**PLUS**

**Partout dans le monde**

Accédez à plus d'un million de guichets automatiques affiliés au réseau PLUS dans plus de 170 pays.

**Vous voyagez?**

Sachez que les retraits que vous effectuez dans un guichet automatique de la Desjardins Bank en Floride ou du Crédit Mutuel en France sont inclus dans votre forfait transactionnel.

Vous pouvez utiliser votre carte de guichet sur le chemin de Compostelle et de plus, votre forfait est effectif au « Crédit Mutuel » en France.

Collaboration de Jean-Marc Darveau

## UNE SUGGESTION DE LECTURE

Le livre « *Les voix de Compostelle* » constitue un véritable livre de chevet. De Saint-Augustin à Jean-Christophe Rufin en passant par plusieurs pèlerins anonymes, vous trouvez dans ce livre un total de soixante courts textes couvrant 596 pages qui devraient combler tous les goûts.

Les écrits et témoignages se répartissent sous trois grands thèmes :

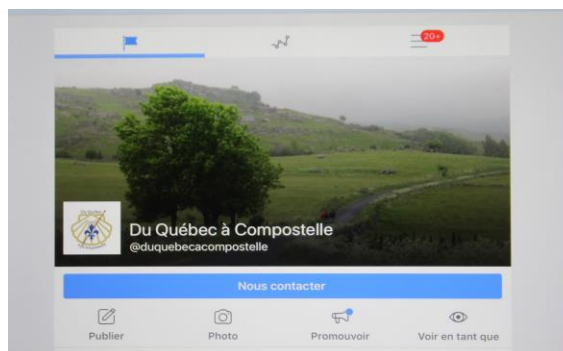
- ✚ Histoires et légendes de Saint-Jacques et des chemins de Compostelle
- ✚ Récits et témoignages des pèlerins
- ✚ Variations sur un triomphe pédestre



Avis donc aux intéressés : un livre dans lequel vous pouvez lire les récits que vous choisissez, suivant votre humeur du moment. À consommer sans modération...

Pierre Morin

## LA PAGE FACEBOOK DE VOTRE ASSOCIATION



Depuis plus d'un an, l'Association s'est dotée d'une page Facebook qui connaît beaucoup de succès auprès des membres. Selon les statistiques que nous recevons, c'est par centaines que les abonnés consultent nos publications.

Complémentaire au site internet, Facebook permet de publier des rappels quelques jours avant les activités qui se déroulent dans les différentes régions. Nous l'utilisons aussi pour faire connaître des événements non prévus aux programmations initiales ou bien des nouvelles en lien avec notre vie associative. Contrairement au site web que nous devons aller consulter, la page Facebook se dirige vers les abonnés. Plusieurs régions ont aussi développé leur page Facebook.

Nous vous invitons donc à continuer à vous abonner en grand nombre à cet outil fort utile.

Pierre Morin

### Ont collaboré à cette édition

Daniel Allard

François Bouilhac

Jean-Marc Darveau

Denis Dumais

Évelyne Fontaine

Paul Gagnon

Pierre Lavallée

Gérald Lefebvre

Marie-Eve Lessard

Serge Malouin

Johanne Morin

Pierre Morin

Christian Tremblay



*O Cebreiro, en Galice, tôt le matin...*

