



Association
Du Québec
à Compostelle

Pas à pas

Depuis un quart de siècle, ensemble vers Compostelle Volume XXV Numéro 7 – Octobre 2025

LE MOT DU PRÉSIDENT

Vers de nouveaux horizons

Alors que l'automne s'installe doucement et que les couleurs de nos paysages se parent de leurs plus beaux tons dorés, notre Association vient de clore un moment important de sa vie démocratique : notre Assemblée générale annuelle (AGA). Cet exercice collectif témoigne, encore une fois, de la vitalité de notre communauté et de l'engagement de chacun pour faire avancer notre mission, pas à pas, avec conviction et humanité.

Je tiens à remercier sincèrement toutes celles et ceux qui ont participé à cette AGA et qui y ont contribué. À présent, notre regard se tourne vers le Grand Rassemblement 2025. Ce sera un moment fort, empreint de rencontres, de partages et de retrouvailles, où nous célébrerons non seulement ce qui nous unit, mais aussi ce qui nous propulse vers l'avenir.

Car justement, cet avenir, nous commençons à le tracer ensemble à travers notre réflexion Horizon 2035. Cette démarche participative, amorcée au cours des derniers mois, nous invite à rêver, à réfléchir et à bâtir ensemble ce que sera notre Association dans cinq à dix ans. Quels chemins voulons-nous parcourir collectivement ? Quels visages, quelles valeurs et quelles actions définiront notre Association à l'horizon 2035 ? Ces questions guideront notre réflexion et nos choix dans les mois à venir.

Alors que l'année s'achève tranquillement, je vous invite à poursuivre cet élan de participation, d'ouverture et de solidarité. Continuons à marcher, ensemble, vers un avenir porteur de sens, fidèle à l'esprit du chemin.

Merci à chacune et chacun d'entre vous de faire vivre, jour après jour, cette belle aventure humaine.

Ron McClatchie

QUELQUES RAPPELS

Le Grand Rassemblement

Le Grand rassemblement 2025 aura lieu **le 8 novembre** prochain au Sanctuaire Notre-Dame du Cap à Trois-Rivières. Le lien pour vous inscrire est le suivant : [Descriptif de l'activité](#).

Au plaisir de vous rencontrer

Le bref sondage

Une invitation à répondre au bref sondage qui vous a été envoyé récemment dans un numéro spécial du *Pas à pas*. Vous pourrez ainsi contribuer à améliorer la qualité des services qui vous seront offerts par votre Association au cours des prochaines années. **La date limite est le 31 octobre** et le lien pour accéder au sondage est le suivant :

Membres en règle : <https://forms.gle/e92uhpM5KtVqEg3d6>

Anciens membres : <https://forms.gle/CF68R5BdbQQXqwS8A>

UNE INFORMATION IMPORTANTE POUR NOS MEMBRES

La Commission européenne a annoncé l'entrée en service de l'EES, le 12 octobre 2025.

EES correspond à *Entry Exit System* (en français : système d'entrée/sortie).

Il s'agit d'un nouveau système automatisé de **collecte numérique des données personnelles** des ressortissants de pays tiers sujets à visa ou non qui s'effectuera à l'entrée et à la sortie de Schengen. Concrètement, il remplacera la pratique d'apposer un cachet sur les passeports des ressortissants de pays tiers et a pour but de **contrôler électroniquement les entrées, les sorties et les durées de séjour** des ressortissants de pays non-membres de l'UE franchissant les frontières extérieures de l'espace Schengen.

Ne pas confondre : EES et ETIAS

EES est un système de collecte de données lors de l'arrivée d'un voyageur de pays tiers à la frontière. Il entre en service progressivement à partir du 12 octobre 2025.

ETIAS est une autorisation de voyage, similaire à l'ESTA américain, qui deviendra nécessaire pour voyager vers l'Europe. Il entrera en service fin 2026. **Aucune action n'est nécessaire de votre part pour l'instant.**

A qui s'adresse le système EES ?

Il concerne les citoyens de pays non-membres de l'UE, sujets à visa ou non, qui effectuent un séjour de courte durée (maximum 90 jours sur une période totale de 180 jours).

Quelles données personnelles sont enregistrées ?

- La date d'entrée et de sortie
- L'heure d'entrée et de sortie
- Le lieu d'entrée et de sortie
- Les noms du ressortissant
- Le numéro de passeport du ressortissant
- La photographie du ressortissant
- Les empreintes digitales du ressortissant
- La potentielle décision de refus d'entrée

Ce nouveau système est encadré par le droit européen. Pour plus d'informations, rendez-vous sur [le site dédié](#).

Dernière modification : 17/09/2025

[Haut de page](#)

Information transmise par François Bouilhac

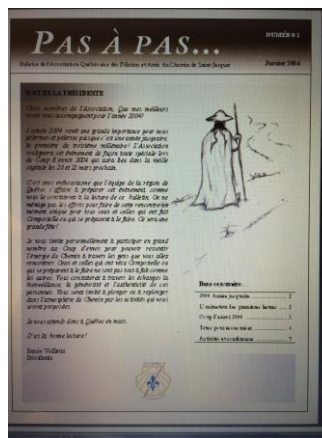
LA PETITE HISTOIRE D'UNE GRANDE ASSOCIATION

Nous publions le cinquième article consacré à l'histoire de l'Association dans le cadre du 25^{ème} anniversaire. Nous abordons aujourd'hui les moyens de communication-deuxième partie.

Chapitre 4 Les communications-Deuxième partie

4.3 Le Pas à pas

Le « Bulletin de l'AQPAC » a précédé la création du *Pas à pas*. La première parution a eu lieu en janvier 2001. On envisageait trois ou quatre parutions par année et déjà, en plus d'une parution en format imprimée, il était question d'une version électronique à implanter à l'aide du Webmestre, ce qui fut réalisé dès le début de l'année 2001.



Premières présentations du Bulletin de l'AQPAC-Versions 2001 et 2004

On utilisait le bulletin pour annoncer les activités à venir de l'Association, entre autres les Coups d'envois qui, à l'origine étaient d'envergure nationale. S'ajoutaient au contenu le message du président et quelques articles de fond portant sur les chemins de Compostelle. On souhaitait la participation de « courriéristes » présents dans les régions.

Le bulletin est par la suite devenu le *Pas à pas* avec une présentation artistique, épousant les couleurs jaune et bleu de l'Association. Le logo de l'Association incluant coquille et bourdon a été ajouté à l'entête.

Depuis le début, six responsables de l'édition ont assumé cette responsabilité : Danielle Leboeuf, Gilles Heynemand, Daniel Hubert, Serge Malouin, Anne Lafleur et Pierre Morin.

En décembre 2015 puis en février 2022 le *Pas à pas* a adopté deux nouvelles présentations.

À noter aussi que depuis janvier 2018, le *Pas à pas* est distribué uniquement de façon électronique au moyen de courriels.

Les transformations du Pas à pas au cours des années

 Vol. IV N° 1 juin 2004 Journal de l'Association québécoise des pèlerins et amis du Chemin de St-Jacques MOT DE LA RÉDACTION Chers membres de l'Association, voici un moment important pour l'AQPAC, un journal dont la plus grande partie du tirage est virtuelle. Près de 700 membres de l'Association ont choisi de recevoir plus fréquemment leur journal et de faire économiser ainsi des centaines de dollars, essentiellement en timbres-poste, qui peuvent être consacrés à la promotion du Chemin de Saint-Jacques et, surtout, au soutien des pèlerins présents et futurs. L'équipe du journal tentera de vous envoyer ce journal plus souvent, étant accepté maintenant le fait que les versions papiers seront envoyées en même temps que la documentation pour les deux grandes activités annuelles de l'AQPAC, soit Le COUP D'ENVOI et le RASSEMBLEMENT. La version papier sera en noir et blanc alors que celle envoyée par Internet sera affichée en couleur et pourra être imprimée de même. Le journal <i>Pas à pas</i> sera à l'image des gens qui voudront bien y écrire. Nous ne voulons pas prendre la place du si populaire site de notre Association en publiant les mêmes informations, témoignages et activités. Nous pouvons aller vers une liberté plus grande, contrairement au site qui est consulté des milliers de fois par mois par des gens à travers le monde, nous ne nous adressons qu'à nos membres. Nous voulons donc garder les témoignages pour ce grand lieu que l'on trouve à duquebecacompostelle.org. Nous espérons avoir le souffle nécessaire à notre projet et pouvoir compter sur chacun de vous pour nous aider dans le développement de cet outil de communication. Nous souhaitons que le journal soit à votre image de pèlerin qui avance pas à pas vers un but ; certains l'ont déjà réalisé, d'autres veulent le faire mot à mot et faire partager leur enthousiasme, leur humour et leur passion. L'équipe de rédaction	 Vol. XXV N° 2 20 décembre 2015 Votre nouveau Pas à pas Oyez ! Oyez ! Geste pèlerine du Québec, le <i>Pas à pas</i> nouveau est arrivé ! Installez-vous confortablement et laissez-vous imprégner par l'esprit du Chemin. Au menu : - Un texte captivant de Michel O'Neill, pèlerin et sociologue, sur ses 15 années de découvertes. De quoi alimenter les conversations pendant les Fêtes ! - La petite histoire des célèbres guides miam-miam-dodo par nul autre que son auteur lui-même, Jacques Clouteau ! Merci Jean-Marc Darveau. - Le résumé touchant d'une rencontre dans Lanaudière sur le retour des pèlerins. - Sans oublier de l'information précieuse du C.A. et de l'A.G. - Une nouvelle chronique qui attend vos faits cocasses ou touchants : Clins d'œil du Chemin. On vous invite très chaleureusement à nous envoyer vos textes, que ce soit des réflexions sur le Chemin, avant de partir, en route, au retour, ou que ce soit le récit d'un bout de votre voyage. Il peut s'agir de quelques lignes ou d'un texte plus long. On a le goût de vous lire ! Écrivez-nous à l'adresse suivante : pasapas@duquebecacompostelle.org. Pèlerins avant l'heure D'après James Harpur, poète expert en archéologie biblique, les premiers pèlerins étaient les trois rois mages. Il ne s'agissait pas de marcher, mais de voyager. Ils n'avaient pas d'ânes mais des chameaux. 	 Association Du Québec à Compostelle <i>Pas à pas</i> <i>Ça marche maintenant... depuis plus de 20 ans</i> Volume XXXI Numéro 1 - Février 2022 LE MOT DE LA PRÉSIDENTE Bonjour chers membres, Voici notre première édition de l'année 2022. Au moment d'écrire ces mots, la tempête gronde, la neige tourbillonne, c'est notre pays d'hiver. Dame Nature est toujours la plus forte. Les derniers mois de l'année 2021 nous laissent entrevoir la lumière au bout du tunnel. Il faut continuer d'y croire malgré l'arrivée du variant Omicron qui vient chambouler nos projets. Nous pourrions savoir dans les prochaines semaines si voyager sera possible en 2022. Pour le moment, les nouvelles d'Europe ne sont pas réjouissantes. Il nous faudra être patients. Depuis deux ans, nous avons appris la résilience. Un effort collectif est encore demandé pour prendre le dessus de ce fléau virus. Entrepreneurs, les regroupements régionaux sont à pied d'œuvre pour planifier et organiser des activités en mode virtuel, une façon de garder l'esprit du Chemin bien vivant en chacun de nous. Je vous invite à consulter le site de l'Association, section Activités, pour connaître les prochaines activités offertes. Gardons le moral, participons aux activités et vivons de l'espoir de partir sur le Chemin dans les mois à venir, en toute sécurité. Le Chemin nous attendra le temps qu'il faudra. Ulrika Johanne Morin LE TOUR DE L'ISLE-AUX-COUDRES 2022 Compte tenu des directives de la Santé publique du Québec au moment d'écrire ces lignes, l'Association Du Québec à Compostelle prendra la décision si elle tient son Traditionnel Tour de l'Isle-aux-Coudres prévu le 7 mai prochain. Surveillez notre site Internet pour en savoir plus sur la tenue de cette marche ! Pour information supplémentaire : quebec.jac@duquebecacompostelle.org 
Après 2005	À partir de décembre 2015	À partir de février 2022

Saviez-vous que...

En plus de nos membres, le *Pas à pas* est distribué à **215 Associations et groupes partenaires** à travers le monde ?

Aujourd'hui, l'équipe du Pas à pas souhaite recevoir des articles provenant des régions que compte l'Association. L'édition idéale est celle qui contient des articles provenant des huit régions, ce qui arrive parfois... Des chroniques régulières figurent dans chacune des 7 ou 8 éditions publiées annuellement :

- Le mot de la présidence
- Des nouvelles de votre Association
- Des nouvelles de nos membres
- Des nouvelles des régions
- Des nouvelles de nos partenaires
- Lien avec le site Web, la page Facebook et avec la chaîne You Tube

A tout cela s'ajoutent des articles de provenance locales ou internationale traitant de nouveaux développements se rapportant aux différents chemins de Compostelle.

Toutes les éditions sont disponibles sur le site Web de l'Association :

<https://www.duquebecacompostelle.org>

4.4 La page Facebook nationale



Des pages Facebook et des groupes de discussion sont implantés et actifs dans plusieurs territoires. Cependant, c'est de la région de Québec qu'est né le projet d'une page Facebook nationale. Un projet qui fut présenté par Sylvie Dumas, alors animatrice de la région de Québec, au conseil d'administration national et adopté à l'unanimité à la réunion du 28 octobre 2016.

Il s'agit d'un des outils permettant d'informer les membres sur les activités passées et à venir. Des groupes de discussions permettent aussi l'échange entre des membres. Il est également certain que ce moyen de communication a contribué à faire connaître l'Association, son rôle, sa mission et ses valeurs.

Saviez-vous que... Entre janvier et septembre 2025, près de 50 000 vues de notre page Facebook ont été enregistrées.

4.5 La chaîne You Tube



Nous conservons peu de souvenirs positifs de la pandémie. Cependant, cette période trouble aura été l'occasion pour l'Association d'implanter une chaîne You Tube, ce qui a permis d'offrir les différentes présentations en version télévisuelle aux membres de chacune des régions.

Denis Dumais, animateur de la région de Montréal et ancien vice-président de l'Association et Simon Vézina membre et personne-ressource au site Web ont mis les bouchées doubles afin d'implanter et de développer notre chaîne You Tube. Depuis le 20 mai 2020, date de sa mise en ligne, au total, 113 vidéos ont été conservées et classées par thèmes. Elles sont disponibles non seulement pour les membres mais aussi pour la population en général, une belle vitrine pour l'Association.

La chaîne comptait en septembre 2025, 890 abonnés, même s'il n'est pas nécessaire d'être abonné pour consulter les documents, On remarque aussi que ce sont surtout des personnes extérieures à l'Association qui sont abonnés. Cette chaîne constitue un excellent complément aux contenus des conférences et des journées de préparation. La liste de classement peut être consultée directement sur le site Web. Le lien pour s'y rendre sur notre site web (en cliquant sur l'icône « À propos » puis en cliquant sur « You Tube » dans la liste de choix puis « Aller à la chaîne »):

[Du Québec à Compostelle
mpостelle.org](http://Du Québec à Compostelle.mpостelle.org)

Les thèmes abordés sont les suivants :

Les chemins en France	Compostelle à vélo
Les chemins en Espagne	Thèmes divers
Les chemins au Portugal	Témoignages et réflexions
D'autres chemins	L'histoire des chemins de Compostelle

Saviez-vous que...

La Chaîne You tube a vu le jour le 22 mai 2020. En septembre 2025 elle comptait :

- Au-delà de 113 vidéos, classés par thèmes et disponibles au public en général
- 890 abonnés

On a comptabilisé 55 469 visionnements depuis sa mise en service et une grande proportion des auditeurs ne sont pas membres de l'Association

4.6 Les communications régionales

Chaque région s'est dotée d'un moyen électronique afin de rejoindre ses membres. Il s'agit d'annoncer les activités à venir, de publier des bilans des activités passées ou d'aviser les gens de changements ou d'imprévus. On les nomme infolettres, Cyber pèlerins, bulletin régional ou autres appellations. Des pages Facebook régionales et des groupes de discussions exercent aussi cette fonction dans certaines régions.

Des exemples de médias de communication en région



Le Cyber Pèlerin Région de Québec



La page Facebook et le groupe de discussion Région de l'Estrie

Au cours de l'année 2025, le conseil d'administration a décidé de centraliser l'ensemble des Infolettres sur le site Web. Chacune des régions reste maître de ses publications mais la forme de présentation est uniformisée. Les membres peuvent, selon leur désir, s'abonner à l'Infolettre provinciale ainsi qu'aux Infolettres des régions choisies.



La liste des Infolettres sur le site Web, auxquelles les membres peuvent s'abonner

Ressentir le chemin

Ressentir le chemin est un projet de concert documentaire. Le concert documentaire est une idée originale qui s'inspire du théâtre documentaire. Le théâtre documentaire est une œuvre scénique qui traite d'un sujet social ou historique dont les sources de création peuvent être des reportages, des comptes rendus, des interviews ou autres documents juridiques ou historiques. Dans le cas qui nous occupe, l'idée de concert documentaire intitulé « Ressentir le chemin » (titre de travail) est né sur les chemins de la voie d'Arles que j'ai parcourue en tant que pèlerine en juin 2024. En tant qu'artiste, fouler les chemins a été pour moi un émouvant éveil des sens. Plus j'avancais sur les chemins, plus j'étais attentive aux odeurs, aux images, aux sons ambiants. Il y avait longtemps que je n'avais pas porté autant attention au chant des oiseaux, au ruissellement de l'eau, au son du vent dans le feuillage, du grondement lointain du tonnerre. Même ma respiration haletante, le bruit de mes pas, mon cœur qui battait, me faisaient prendre conscience des sons que d'habitude je produisais ou sans en prendre pleinement conscience. Dès lors, l'idée d'extrapoler cette expérience dans une démarche artistique a commencé à germer. Ce projet de concert documentaire s'inscrit donc d'abord et avant tout comme une démarche artistique dont l'aboutissement sera un travail de création sonore par la compositrice Claudie Bertounesque,

<https://www.cbertounesque.com/accueil/>

inspiré des témoignages de femmes qui ont marché sur les Chemins.

La composition prendra une dimension sonore immersive, humaine et féminine. L'objectif de la création est de donner une voix aux femmes participantes et de transmettre aux auditeurs, par la musique, la richesse émotionnelle de leurs expériences personnelles vécues lors de leur parcours. Les témoignages préalablement enregistrés seront soutenus en concert par un chœur mixte et par l'intégration de passages de chants grégoriens, rappelant les chants sans doute entendus sur les chemins à l'ère médiévale, époque où le Chemin de Compostelle a commencé à se développer. Ces voix se mêleront aux témoignages des femmes, mais également à des sons concrets captés sur les chemins de la voie d'Arles par la cheffe de chœur et réalisatrice du projet, Roseline Blain comme le souffle du vent, le bruit des pas, le bruit de l'eau, le chant des oiseaux, etc. Ensemble, ces éléments créeront un environnement sonore et musical immersif dans lequel tous dialogueront. Ainsi, la musique, tel un canal de transmission, sera au centre d'une œuvre sensible et immersive non pas pour raconter à la place des femmes, mais pour communiquer directement au public le ressenti de ces femmes sur les différents chemins qu'elles ont parcourus.

Pour en savoir plus et mieux prendre le pouls de ce projet, nous vous invitons à visionner cette vidéo dans lequel on vous parle avec enthousiasme du projet : <https://youtu.be/gtPD93rUTZY>

Il va sans dire qu'il s'agit d'un projet d'envergure et donc de longue haleine. Nous anticipons que toutes les étapes s'échelonneront sur plusieurs mois. Nous visons une production de concert pour l'année 2027.

Claudie Bertounesque, compositrice
Roseline Blain, pianiste et cheffe de chœur

Vous êtes intéressées de partager vos expériences sur les chemins ? Nous sommes à la recherche de femmes qui veulent nous partager ce qu'elles ont ressenti en marchant sur le Chemin et qui sont prêtes à faire enregistrer leur témoignage. Si l'aventure vous tente, communiquez avec Roseline Blain en lui écrivant à l'adresse suivante : info@roselineblain.ca Il lui fera plaisir de vous en dire davantage et de répondre à vos questions le cas échéant. Claudie et Roseline se déplacent, même loin de Montréal, pour enregistrer les témoignages.

De Compostelle à l'Everest: Quand vieillir rime avec dépassement de soi



En novembre dernier, quatre valeureuses aînées membres de l'Association du Québec à Compostelle, section Estrie, relevaient un défi extraordinaire : monter jusqu'au Camp de base du mont Everest (5364 mètres). Cette expédition a été effectuée dans le cadre d'un projet du Centre de Recherche sur le Vieillissement (CdRV) du CIUSS de l'Estrie - CHUS.

Cette étude unique et innovante, supervisée par la professeure Eléonor Riesco, vise à documenter les effets d'un tel défi sur la santé physique, cognitive, émotionnelle, sociale et culturelle dans un contexte qui requiert une importante résilience. Elle vise également à servir d'outil pour contrer l'âgeisme en comparant notamment

les données recueillies auprès de nos quatre pèlerines pendant l'expédition à celles des quatre chercheurs qui les accompagnaient et qui étaient beaucoup plus jeunes. Voici donc le portrait et le témoignage de nos quatre pèlerines.

Les participantes

Jocelyne Picotin, 66 ans : 1 Chemin de Compostelle en Europe, ex-fumeuse pendant 30 ans.

Ce voyage est un cadeau de cœur, un cadeau de vie. Se rendre à Katmandou (46 heures à cause d'un problème technique) nous a permis de s'approprier et de se connaître. Lors de l'expédition, les journées étaient longues mais j'étais dans la gratitude; je vivais le moment présent en essayant d'emmagasiner toutes ces images, ces sons, ces odeurs et en apprivoisant mes peurs (ponts suspendus, précipices, etc.). Avec Bernadette ma co-chambreuse, on s'entraidait, on prenait soin l'une de l'autre. Mon retour a été difficile : j'avais épuisé ma banque de dopamine et sérotonine, je suis tombée dans la déprime! Heureusement nous avons continué à randonner en montagne et à échanger sur notre voyage.

Jocelyne Gatien, 70 ans : Elle commençait à s'entraîner pour faire son premier Chemin de Compostelle.

C'est lors de mes lectures de récits d'explorateurs que j'ai découvert l'Everest. Puis tout à coup se présente un projet de recherche sur le vieillissement et le dépassement de soi. Puis le destin est au rendez-vous et ma prière s'exauce! Je suis partie marcher sur ce chemin sans savoir que j'apprendrais à me connaître différemment, à m'adapter, à me faire confiance, à me surpasser et surtout à persévérer. Les nombreuses difficultés rencontrées (ascensions interminables, symptômes reliés à l'altitude, toux

persistante, etc.) m'ont donné l'opportunité de trouver en moi une grande résilience méconnue, ce qui m'a permis de relever le défi : abandonner n'a jamais été une option. La beauté du paysage est indescriptible : c'était ma récompense!

Bernadette Véronneau, 74 ans : 2 Chemins de Compostelle en Europe et 10 au Québec.

Même si ma candidature ne figurait pas parmi les personnes sélectionnées, j'ai continué d'espérer. Puis arrive un rêve prémonitoire dans lequel mon père souriant me fait un signe positif, et ce projet devient le rêve de ma vie : on m'annonce à 2 semaines d'avis que je suis choisie pour remplacer une personne qui s'est blessée avant le départ. À l'arrivée à Katmandou, l'euphorie et la montagne m'attendaient. Monter au Camp de base de l'Everest, tout le monde à pied, c'était très énergisant. Le beau temps, le soleil qui brillait, le bonheur de contempler ces beaux paysages, ça donnait envie de continuer un pas à la fois comme sur le Chemin! Merci à l'équipe du CdRV pour avoir donné de l'importance aux aînées dans ce beau projet!

Réjeanne Tremblay, fête ses 75 ans durant l'ascension au camp de base, 1 Chemin de Compostelle en Europe et 3 au Québec.

L'Everest n'est pas qu'un sommet à gravir, c'est un symbole, tout comme marcher sur les Chemins. Chacun a le sien. Pour certains c'est retrouver confiance après une épreuve, guérir d'un deuil, se remettre d'une maladie ou simplement oser quelque chose de nouveau. Pour ma part, j'ai marché l'Everest pour me prouver que vieillir ne veut pas dire arrêter de rêver. Ce voyage m'a sortie de ma zone de confort : l'altitude, les courbatures, les nuits froides etc. et, pourtant, tant de beautés, des rires, des liens tissés avec mes co-équipiers. On se racontait, on se soutenait, on avançait un pas à la fois.

Les résultats de la recherche

Les données récoltées par l'équipe de recherche seront dévoilées progressivement au cours de l'automne 2025 et en 2026. Cependant, lors d'une présentation qui a été faite à nos membres de l'Estrie, le responsable de l'évaluation physique nous apprenait que, étonnamment, il ne semblait pas y avoir de différence significative entre les données des deux groupes comparés (aînées et chercheurs participants à l'expédition). Tout le monde a vécu la même ampleur de défis liés à l'altitude...

En conclusion, nous vous partageons ces quelques pensées de nos quatre pèlerines suite à leur fabuleuse aventure :

'Vieillir c'est peut-être juste apprendre à gravir ses propres sommets avec une infinie tendresse pour la vie.' 'On a tous dans nos vies des Everest à surmonter et c'est avec un pas à la fois et avec confiance en soi qu'on réussit à gravir chaque montagne qui ose défier notre chemin'. 'Si tu ne trouves pas le temps de te mettre en forme, tu devras trouver le temps pour tomber malade.' Pour sa part, madame Riesco nous a confié que *'Il y a quelque chose de fort dans le fait de vieillir. Je savais qu'il était là, mais je l'avais sous-estimé.'*

Par Jacinthe Richard, co-chercheuse citoyenne, représentante de l'Association pour cette recherche.

Chemin de la Plata 2024

Je parcourrai un chemin de Compostelle, un autre, jamais le même...

Pourquoi retourner ainsi sur ces chemins européens année après année alors que ma chaise longue est si invitante. Il y a certes la fierté de pouvoir parcourir de telles distances malgré le temps qui avance, mais c'est aussi un moment

propice à la réflexion et l'occasion de ralentir la vie à 5 kilomètres-heure.

Après plusieurs hésitations, et à la suite de la suggestion de l'ami Danny, nous opterons pour le chemin de la Plata, qui, rappelons-le, débute dans le sud de l'Espagne pour se terminer à Saint-Jacques-de-Compostelle en passant par : Séville, Mérida, Salamanque, Zamora.

En compagnie de Mireille et de Danny, nous quittons Séville, le mardi 22 avril pour entreprendre cette longue randonnée de plus de 1 028 kilomètres.

Quelques notes de voyage : De Séville à Mérida:

Séville est une forte jolie ville, il faut voir la Place d'Espagne, la cathédrale et se balader tout doucement dans sa vieille ville.

Nous débutons nos premières journées en direction de Guillena, en marchant de courtes distances, pas plus de 22 kilomètres. Malgré toute ma bonne volonté, il semble que mes jambes habituellement fortes soient restées à la maison. Je devrai attendre que les kilomètres s'accumulent afin de retrouver vigueur et force !

La signalisation est bien présente, aucun questionnement quant à la destination à prendre, on file la tête haute, sans soucis...

Au menu des restaurants, on nous suggère souvent des plats locaux qui varient selon les régions. Au Casa El Capote de Galloso, sur les murs des photos de toréadors. Le patron du lieu nous informe que le jeune toréador sur la photo, c'est lui. Puis, voilà qu'il se ramène habiller comme à l'époque de ses jeunes années et à l'aide de sa carpe reproduit les gestes du toréador, et voilà que celle-ci virevolte dans tous les sens, dans des mouvements élégants.

On verra tout du long, des moutons, des porcs ibériques, mais aussi des taureaux dont certains en rut. Pour ce qui de ces derniers, il vaut mieux de se pas trop s'approcher, la mince clôture qui nous sépare de ces immenses bêtes nécessite une photo rapide.

Nous arrivons à Mérida où on retrouve des traces évidentes de la présence romaine, dont le pont à l'entrée de la ville qui en est un bel exemple.

L'albergue où nous sommes est remplie et, à 11h30, il ne reste que quelques places. Les deux seules douches disponibles auraient besoin d'un bon nettoyage, un intensif SVP. Même chose pour le reste du lieu, à vos balais et vite ! Il n'en coûte que 10 euros pour la nuit, et, à ce prix, on ne peut exiger beaucoup et c'est pourquoi on se tait. Il ne faudrait tout de même pas confondre marcheurs et bétails...

De Mérida à Salamanque :

Danny, pour une raison connue de lui seul, souhaite poursuivre sa route seul. Toujours triste de se séparer de ceux qu'on aime. Souhaitons-lui de trouver ce qu'il cherche pour la suite de ce long chemin.

On a dû se déchausser pour poursuivre notre sentier traversé par un cours d'eau. On a regardé un peu partout, tant à gauche qu'à droite, sans y trouver quelconque voie de contournement. Résigné, on a enlevé nos chaussures et, tout doucement, on s'est avancé dans l'eau. Ce qui ne se fait pas sans une certaine inquiétude, il ne faut surtout pas perdre pied !

Nous arrivons à Salamanque où nous resterons deux jours afin de visiter la ville et prendre un peu de repos. Nous visitons l'université ainsi que la cathédrale, la bibliothèque et tous ces monuments et ces statues qu'on retrouve aux quatre coins de la ville.

L'albergue de Salamanque ouvre ses portes à 15h00. Résultat, on est tous à la porte pêle-mêle avec tout ce que ça suppose en fait de frustration. Qui rentrera le premier? Y aura-t-il de la place pour tous et gare à celui qui tentera de se faufiler. La tradition veut qu'on dépose sa Mochila les uns derrière les autres et, ainsi, que l'on connaisse l'ordre d'arrivée. Mais plusieurs sacs ont été déposés d'un côté et puis un p'tit malin a déposé son sac de l'autre côté. On a maintenant deux files. Maintenant, comment on gère les priorités ?

De Salamanque à Granja de Moreruala :

Au matin, nous quittons Salamanque alors qu'il fait 8 degrés, vêtements chauds requis. Deuxième journée froide et, malgré le froid, on parcourt plus de 30 kilomètres.

Dans plusieurs petits villages espagnols, on retrouve des maisons abandonnées, plusieurs sont à vendre, mais les remettre en état demanderait une énergie sans fin. Des générations d'Espagnol y ont vécu et les plus jeunes ont préféré aller vivre en ville. De belles maisons tout en pierre, qui sont certes à l'abandon, mais solides, construites il y a plusieurs siècles. Y a-t-il encore des gens ayant la volonté et le désir de redonner vie à ces belles demeures d'une autre époque ? Y a-t-il encore des ouvriers capables de refaire le tout et d'enligner les pierres comme le faisaient les ancêtres?

C'est à Granja où on bifurque sur le chemin de Sanabres, direction Sait-Jacques de Compostelle.

De Granja de Moreruala à Saint-Jacques de Compostelle :

Mireille a un don. Elle détecte les nids de fourmis. Peu importe où elle dépose son sac, vous pouvez être assuré qu'il y a des fourmis en dessous.

Une autre journée difficile toute en montée. Mais un coup d'œil est incomparable impossible de faire plus beau, il faut vite capter ces moments. Toujours difficile d'exprimer la beauté avec des mots ou des photos.

En Galicie, tout est orienté vers les pèlerins, les bornes sont nombreuses, celles-ci nous indiquent la direction à emprunter et le nombre de kilomètres restant.

Impossible de ne pas constater notre perte de poids. Marcher sur les chemins de Compostelle est difficile, entraîné ou pas tu souffriras !!! Je ramène au pays la moitié d'une Mireille, il n'en reste plus. En ce qui me concerne, il y a une différence, le maintenant est plus intéressant. Quoique... on ne répare pas en quelques semaines des années d'errance.

Nous sommes à Alberguera, un p'tit village juché sur le haut de la montagne à plus de 1000 mètres. Une albergue est disponible et les quelques habitants qui s'y trouvent tournent autour du seul bar du village. Un lieu paisible où il fait bon y être.

Le corps en bouillie, nous réduirons le nombre de kilomètre et ainsi pouvoir arriver à destination en bon état. De toute façon, il reste peu de jours, plus ou moins 6 jours, avant d'arriver à notre destination finale.

Marcher aussi longtemps nécessite qu'on prenne soin les uns des autres et que se développe un esprit d'entraide. Il faut aussi ne pas juger trop rapidement les manières de faire d'autrui. Parfois, il y a de bonnes raisons qui sous-tendent un démarrage à l'aube. Chacun fait son chemin comme il l'entend ! Compostelle, ça peut se faire en vélo, en écoutant le chemin en faisant les premiers kilomètres en voiture ou en bus et (...)

Les fêtes des bénévoles pour le 25^{ème} anniversaire

Dans le cadre du 25^{ème} anniversaire de l'Association, en collaboration avec le conseil d'administration, les régions organisent des fêtes afin de remercier les nombreux bénévoles.

Nous débutons les reportages par la région de Québec mais nous invitons des représentants de toutes les régions à nous faire parvenir un bref résumé accompagné de photos. Il nous fera plaisir de partager votre plaisir avec nos lecteurs

Pierre Morin

La région de Québec

C'est à Lévis, sur le cap face au Château Frontenac que s'est tenue la fête de reconnaissance des bénévoles dans le cadre du 25^{ème} anniversaire. Un total de 42 personnes étaient présentes.

Une marche qui a mis à l'épreuve la résistance « cardio » des participants a eu lieu sous un soleil magnifique (une randonnée de type défi des escaliers). Nous avons eu droit à une visite au lieu historique de la naissance des chantiers Davie, un chantier naval important à Lévis.

Un cocktail attendait nos braves marcheurs alors que nous avons eu droit à la présentation d'une « Fontaine d'Irache », version québécoise. Une réalisation de Christian Beaumont, un bénévole de la région. Nous avons également eu droit à la visite appréciée de Ron McClatchie, notre président accompagné de sa conjointe Chantal.

Pour cette dernière étape, Danny est venu nous rejoindre et on effectuera notre dernière étape en sa compagnie. En fait, on termine comme on avait commencé. On en est fort heureux. Nous quittons Ponte Ulla tôt à 6h30 pour arriver à Saint-Jacques pour la messe de midi réservée pour les pèlerins et, en souhaitant, voir le Batafumeiro en action. On est arrivé rapidement, Danny et Mireille sont devant et avance plus vite que j'en suis capable. Pour ce qui du Batafumeiro, on devra revenir, il semble que mille kilomètres ne soient pas suffisants.

Toujours émouvant d'arrivée sur la grande place à Saint-Jacques avec tous ces pèlerins qui proviennent des quatre coins du monde.

SAINT-JACQUES DE COMPOSTELLE

On demeurera trois jours à Saint-Jacques avant de prendre le bus qui nous amènera vers Lisbonne, où nous reprendrons la route vers Montréal. Tout au long de ces trois jours, on retourne fréquemment sur la grande place afin de voir arriver ces nouveaux marcheurs, des centaines tous les jours.

Andrée Grenier



C'est décidé, on y retourne l'an prochain !



Paul H. Lacasse, un membre fondateur, Johanne Morin, ex-présidente et coordonnatrice de la région de Québec et Ron McClatchie président devant la « Fontaine d'Irache », version québécoise.

Des participants ont ensuite été invités à nous dire pourquoi ils étaient bénévoles, ce qui a donné lieu à de beaux témoignages et à des anecdotes qui ont permis de déridier l'assemblée.



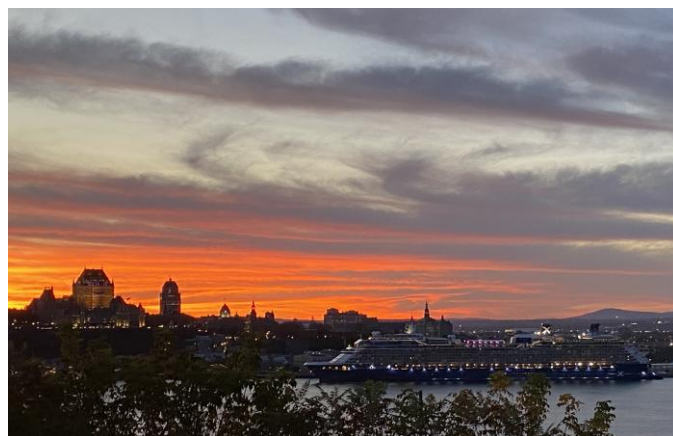
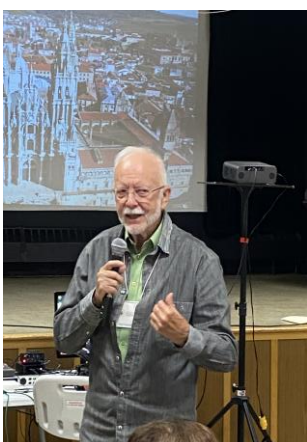
Quelques beaux témoignages



Un dessert dédié aux bénévoles



Christian Beaumont, concepteur de la fontaine « Irache-ADQAC »

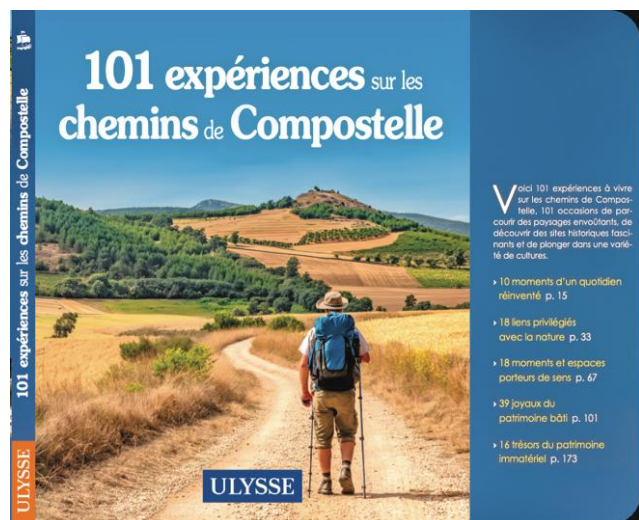


Même la nature s'est invitée à la fête

Bref, une belle journée dédiée à nos bénévoles qui le méritent bien.

Pierre Morin

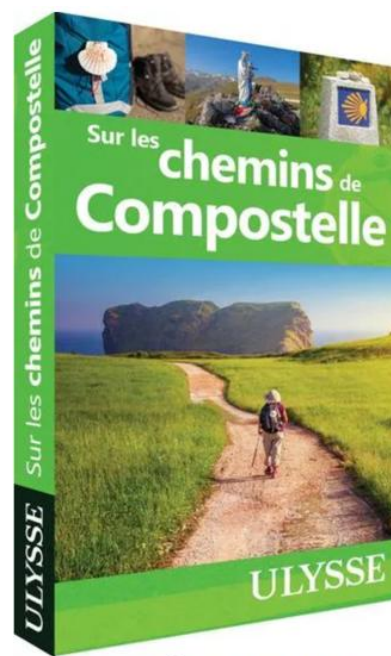
NOS DERNIÈRES PRODUCTIONS



Rappelons que ce livre, écrit par des bénévoles de l'Association, abondamment illustré et produit en collaboration avec les Éditions Ulysse est disponible dans les huit régions.

Une entente conclue avec Ulysse nous permet de l'offrir aux membres au prix avantageux de \$ 25 lors des activités régionales ou au prochain Grand rassemblement. Après le Grand rassemblement, il sera disponible pour \$ 30.

Pour les personnes qui préparent leur chemin et pour celles qui aimeraient revivre en textes, en témoignages et en images leur expérience passée.



Rappelons aussi que le guide rédigé par une trentaine de bénévoles de l'Association et publié en collaboration avec la maison d'Édition Ulysse a connu une seconde édition compte tenu du succès de vente.

Les commentaires reçus de la part de nos membres sont très positifs. Selon eux, il contient une mine d'informations très pratiques lorsqu'on planifie un séjour sur un chemin de Compostelle. Il constitue également un excellent complément aux journées de préparation.

Ce guide est encore disponible et on peut se le procurer lors des activités tenues dans les huit régions. Avis donc aux intéressés.



**DATE DE TOMBÉE
DE LA PROCHAINE ÉDITION**

Nous vous invitons à faire parvenir vos articles et photos au plus tard **vendredi le 14 novembre**.

Que ce soit un témoignage, un récit ou des réflexions personnelles, n'hésitez pas à partager vos textes et photos avec nos lecteurs.

Au plaisir de vous lire

L'équipe du Pas à pas

Ont collaboré à la présente édition :

Claudie Bertounnesque,	Anik Létourneau
Roseline Blain	Ron McClatchie
François Bouilhac	Pierre Morin
Jean-Marc Darveau	Jacynthe Richard
Denis Dumais	Christian Tessier
André Grenier	Simon Vézina

Pour suivre votre Association :

Vous pouvez suivre les informations concernant votre Association grâce au site internet :

<https://www.duquebecacompostelle.org>

À la page Facebook :

<https://www.facebook.com/duquebecacompostelle/>

Et sur la chaîne You Tube :

[Chaîne YouTube de l'Association Du Québec à Compostelle](#)

***Depuis un quart de siècle,
ensemble vers Compostelle***

