

# ULTREÏA



N°24

mars

2010

ASSOCIATION PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR-CORSE  
DES AMIS DES CHEMINS  
DE SAINT-JACQUES-DE-COMPOSTELLE ET DE ROME

## SOMMAIRE

Présentation .....	1
Texte de Dom Helder Camara .....	2
Compte-rendu de l'Assemblée générale.....	2
Figures iconographiques de saint Jacques .....	5
Quelques termes jacquaires .....	8
Journées Roger Roman .....	9
Logroño .....	10
Les pieds dans les étoiles... ..	12
Un douanier très mobile .....	13
Mon pèlerinage à Compostelle .....	15
Inauguration à Saint-Gilles .....	16
Chemin de l'Ebre .....	17
Voie de la Nive .....	18
Deux variantes du chemin du Puy.....	19
Un bout de route sur le nouveau GR©653 D .....	20
Tour du lac de Serre-Ponçon .....	21
Week-end à La Motte-du-Caire.....	22
La tendinite du marcheur .....	23
La balade du randonneur .....	24
Boire un petit coup... ..	25
Annonces .....	26-27
Vie culturelle .....	28
Vie des départements .....	29
Composition du Bureau et responsables sectoriels .....	31

Comité de lecture : Jacqueline Charmensat, Louis Mollaret, Marc Rebourg

Composition et mise en page : Jean-Pierre Schwing

Illustrations : Dominique Ottavi

Publipostage et distribution : Elisabeth et Marcel Gauci



## PRESENTATION

### 2010 : une année pas tout à fait ordinaire

L'année s'est traditionnellement ouverte avec l'Assemblée Générale, au domaine de la Navarre. Maintenant nous voici en chemin pour une belle année jacquaire ! De nombreuses manifestations auxquelles nous sommes conviés la ponctueront. Dans ce contexte, une étude de l'iconographie historique de saint Jacques paraissait intéressante, afin de tenter de comprendre ces représentations, dont certaines actuellement posent problème. La symbolique des images est souvent oubliée. Leur lecture demande de tenir compte du contexte de l'époque et de l'impact des images au temps de leur diffusion, où le merveilleux, le miraculeux, le fantastique, le magique... cohabitaient avec le sacré dans un monde souvent impitoyable.

De nombreux pèlerins vont rejoindre sur les grandes voies de pèlerinage une foule en marche dans une « jubilation » partagée. Mais il peut s'avérer agréable parfois de prendre son temps et ses distances, de découvrir une belle ville souvent trop rapidement traversée, d'emprunter, quelques semaines ou quelques jours durant, un chemin calme propice à la paix du cœur et de l'esprit, par des voies moins fréquentées.

Le chemin vers Rome, désormais homologué, balisé, pourvu d'hébergements, ne semble-t-il pas favorable à de belles « boucles jacquaires ? » En voici quelques exemples. Et bien entendu, quelques conseils pratiques pour avancer, quelques textes pour songer...

Pour ceux qui ignorent encore le chant « Ultrëia », la partition sera de nouveau distribuée aux prochaines rencontres afin de pouvoir nous saluer chaleureusement ou nous retrouver sur les chemins sur ce beau cri de ralliement : Ultrëia !

**A tous les pèlerins  
Invitation à publier dans Ultrëia n°25**



**Réponses souhaitées avant juillet 2010**



**Première lecture de la messe du 22 janvier 2010  
communiquée par le président Michel Hassenforder pour Ultraïa**

## **TEXTE DE DOM HELDER CÂMARA**

« Partir, c'est avant tout sortir de soi, briser la croûte d'égoïsme qui essaie de nous emprisonner dans notre propre « Moi ».

Partir, c'est cesser de tourner autour de soi-même, comme si on était le centre du monde et de la vie.

Partir, c'est ne pas se laisser enfermer dans le cercle des problèmes du petit monde auquel nous appartenons, quelle que soit son importance.

L'humanité est plus grande et c'est elle que nous devons servir.

Partir, ce n'est pas dévorer des kilomètres, traverser des mers, ou atteindre les vitesses supersoniques.

C'est avant tout s'ouvrir aux autres, les découvrir, aller à leur rencontre.

S'ouvrir aux idées, y compris celles qui sont contraires aux nôtres.

C'est avoir le souffle d'un bon marcheur. »

\*Dom Helder Passoa Câmara (7 fév. 1909, Fortaleza – 27 août 2009, Recife)  
Archevêque d'Olinda et Recife au Brésil



## **COMPTE RENDU DE L'ASSEMBLEE GENERALE 23 Janvier 2010, Domaine de la Navarre – La Crau**

**L'assemblée générale** de notre association a réuni environ 135 participants.

Dés le samedi, une soixantaine d'amis de Saint-Jacques se sont retrouvés pour une marche sur le mont Redon, avant d'assister à la messe célébrée par le père Carlii. Après le repas, une veillée conviviale permit d'échanger les expériences du chemin, récits précédés par un extrait du film « Au delà des étoiles » et ponctués par la lecture de textes choisis par Michel d'Auzon (1).



Photo : Michel de Gaëtano

Samedi, dès 9h, Jean Jarry, modérateur, ouvre la séance.

Le président, Michel Hassenforder prend la parole ; après s'être présenté, il informe l'A.G. que désormais le courrier devra être adressé à l'adresse du siège social de l'Association à la mairie du Plan-d'Aups-la-Sainte-Baume (Var), où se tiennent les réunions. Il communique ensuite les noms des candidats aux postes d'administrateur, celui du rapporteur aux comptes et **les principaux rendez-vous de l'association** :

**Les rencontres régionales en Avril**  
**Compostelle 2010 en Juin**  
**Les journées Roger Roman en septembre (voir § annonces).**

Après avoir expliqué le nouveau déroulement des activités de l'après-midi, consacrées à plusieurs forums simultanés, il termine son allocution en encourageant l'assemblée à avancer sur la voie d'une spiritualité grandissante.

**Le rapport financier** (bilan et budget prévisionnel) de Jean-Pierre Lingeri est présenté par le président ; le vérificateur aux comptes, Jean-Claude Delord, donne son accord ; l'ensemble, soumis au vote de l'assemblée, est approuvé à l'unanimité.

Ensuite se présentent les candidats aux postes d'administrateurs. Après le vote et le dépouillement, voici, par ordre alphabétique, quelle sera **la composition du Conseil d'Administration 2010** (2) :

Jacques ARRAULT, Martine BAUX, Gérard DUFLOT, Gilles DUPLAQUET, Noël EVEN, Christian FABRE, Jean-Baptiste FITTIPALDI, \*Gilbert GABRIEL, Michel HASSENFORDER, Alain LE STIR, Jean-Pierre LINGERI, \*Hélène LUCAS, Jean-François de LUMLEY, Jacques MICHAUX Henri ORIVELLE, Michel PALACIN, Jacques PAUL, Jean-Paul PETIN, \*Chantal ROSSI, Aurore SANMARTIN, \*Georgette SARRAZIN, Louis SOREE, Liliane YVARIS.  
(Nouveaux élus\*).

### **Moyens de communication :**

La parole est donnée aux responsables. Le site ouvre de nouvelles rubriques ; Ultréïa remercie les auteurs des articles de bien vouloir rester concis ; la Lettre, agenda de l'association, s'élabore toujours en collaboration avec les responsables régionaux ; l'exposition a parcouru 3000 km cette année.

### **Commission chemin :**

Alain le Stir nous présente le rapport d'activité : topo guide du GR ®653 D paru en juillet 2009, homologation du GR® 653 A, et finalisation du chemin alternatif de la Sainte-Baume.

Jean Paul Petin signale qu'une plaque sera posée à Menton le 29 mai 2010, au départ de « Compostella 2010 » sur la *via Aurelia*.

### **Hébergements :**

Pierre Aurié nous informe que toutes les adresses figurent sur le site, sauf celles de la chaîne d'accueil.



Photo : Michel de Gaëtano

### **Responsables départementaux :**

Ils présentent leur bilan d'activités, permanences, programmes d'animation.

### **Patrimoine :**

Louis Mollaret reprend le projet du livre portant sur les sites et témoins de l'influence jacquaire en Provence et en Corse.

**Chemin, exposition, communication, hébergements, patrimoine.... tous les responsables font appel à des volontaires pour les aider et/ou les remplacer.**

Il est 11h 50. Pendant que le conseil d'administration se retire pour élire le nouveau bureau, un diaporama sonorisé réalisé par Jean-François de Lumley est projeté :  
-Les journées Roger Roman, rencontre franco-italienne (3)

-Les rencontres régionales de Grans (4)

Après l'apéritif et le déjeuner, plusieurs activités sont proposées : forum sur le patrimoine, forum sur sainte Brigitte, forum sur les moyens de communication, forum sur les questions diverses, film sur un cheminement jacquaire...

Cette innovation rencontre un succès certain.

Merci à tous ceux qui ont œuvré pour la réussite de l'assemblée générale : organisation dynamique, interventions stimulantes, accueil efficace, repas savoureux... ont fait de ce temps de travail un moment de retrouvailles amicales.

-(1).Deux des textes figurent page 18 et 28

-(2) La liste peut désormais être consultée sur le site de l'association

-(3) Compte-rendu page 9

-(4) Compte-rendu dans Ultréïa n°23, septembre 2009



## FIGURES ICONOGRAPHIQUES DE SAINT JACQUES LE MAJEUR

En 2009, à l'occasion du 700<sup>ème</sup> anniversaire de l'arrivée des papes à Avignon, le musée du Petit Palais d'Avignon proposait de découvrir l'héritage artistique de l'un des plus grands peintres italiens, Simone Martini (1295-1344) ; parmi la quarantaine d'œuvres exceptionnelles prêtées en cette circonstance par la ville de Sienne, figuraient de nombreuses représentations de saint Jacques.

En cette année jubilaire, il est intéressant d'explorer leurs significations.

On distingue trois types de figures iconographiques de saint Jacques qui correspondent aux trois dimensions : religieuse, populaire et politique.

**L'apôtre évangélisateur.** *Santiago Apostol.* La dimension apostolique et épiscopale.

Vénéralable, vêtu d'un drapé (toge), pieds nus, debout ou assis en majesté, il tient généralement le Livre de la Révélation (comme à l'église Saint-Trophime à Arles, par exemple) ou un rouleau de parchemin (comme au portique de la Gloire à Santiago et sur lequel on peut lire : *misit me Dominus*, le Seigneur m'a envoyé). Saint Jacques apôtre est donc l'envoyé de Dieu, un être de lumière qui incarne le don (saint Jacques est fils de Zébédée = donnant, donné) que Dieu fait à l'humanité pour nous guider sur le chemin des étoiles, la voie étoilée, la voie vers la lumière. Saint Jacques a fait don de sa vie en étant le premier des apôtres à endurer le martyre (en l'an 44, Hérode le fit périr par le glaive). Il est d'ailleurs parfois représenté en tenant l'épée de son martyre.



**Le pèlerin.** *Santiago peregrino.* La dimension populaire.

C'est vers la fin du XIII<sup>ème</sup>, début du XIV<sup>ème</sup> siècle que saint Jacques commence à être représenté en habit de pèlerin : pèlerine, chapeau à larges bords relevés et orné de la coquille, besace, bourdon et sandales. Ici, le saint s'identifie pleinement à la condition du pèlerin dans ce qu'il représente de plus humain. Probablement encore aujourd'hui, c'est la représentation la plus répandue dans la conscience populaire.

**Le Matamore.** *Matamoros.* La dimension politique.

La légende rapporte qu'à la bataille de Clavijo (844), saint Jacques serait apparu dans les airs chevauchant un fougueux destrier blanc, brandissant d'une main une épée et de l'autre un étendard (le *miles christi*, le soldat du Christ) frappé d'une croix rouge en forme d'épée. Il devient alors le « Matamore », le « tueur de Maures ». Il faut évidemment se replacer dans le contexte de l'époque et comprendre que cette représentation du saint eut un effet mobilisateur extraordinaire sur l'imaginaire du peuple espagnol et chrétien médiéval. Dans le fracas des combats, cette figure du saint est un symbole

d'espérance, une victoire sur la mort, la renaissance d'une Espagne chrétienne (début de la *Reconquista*) et la fin du tribut des cents vierges que les chrétiens devaient donner chaque année à l'émir de Cordoue.

Légende, récupération politique ou pas, saint Jacques deviendra le saint national, de l'Espagne. Mais, si l'image du Matamore reste très présente en Espagne, elle fait néanmoins réfléchir, l'image d'un apôtre guerrier étant choquante. Certains proposent d'y voir plutôt un symbole de l'idéal chevaleresque, remplaçant l'épée du combattant par celle du martyr. En 2010, saint Jacques reste patron de la Galice et de l'armée espagnole.

## LE « CHEMIN SYMBOLIQUE » DE SAINT JACQUES

Au-delà des aspects historiques et légendaires des chemins de saint Jacques qui nourriront encore des générations d'historiens, certains y voient un sentier qui s'inscrit dans une dimension symbolique, spirituelle, alchimique ou psychologique.

**Le chevalier.** *Santiago Caballero*. La dimension chevaleresque.

La représentation du saint guerrier « Matamore » peut paraître choquante, incompatible avec l'image traditionnelle d'un saint qui est avant tout, il est vrai, un être d'amour.



Il devient alors intéressant de considérer ce statut de chevalier comme la dimension supérieure, l'image sublimée du Matamore. Cela nous renvoie à toute la symbolique de la chevalerie qui est un engagement à vivre dans le monde, à combattre, à lutter pour le triomphe de la lumière. C'est là toute la quête du Graal, qui consiste à mener une guerre sainte, non pas pour se libérer des situations extérieures, mais pour se libérer de soi-même, de ses démons, de ses ennemis intérieurs, afin de réconcilier le corps et l'esprit, le ciel et la terre en notre cœur.

Dans cette perspective, l'épée dressée vers le ciel symbolise alors l'axe vertical de la connaissance qui vient d'en haut et opérera une réorientation de notre âme, de notre conscience (le cheval blanc). qui doit être, elle aussi, (re)dressée.

Ce saint Jacques chevalier est d'ailleurs devenu le patron de l'Ordre chevaleresque et militaire de Saint-Jacques de l'Épée (à Leon) dont le symbole est une croix en forme d'épée. Ici, ce n'est pas l'épée du martyr, c'est l'épée de vérité, un symbole reconnaissable d'ailleurs sur le sigle de notre propre association.

Dans cette perspective symbolique, saint Jacques illustre l'idéal chevaleresque, l'archétype du chevalier qui combat pour l'honneur de sa dame (la conscience de l'être éveillé aux réalités supérieures) afin de réconcilier matière et esprit.

**Le thaumaturge.** *Santiago taumaturgo*, le faiseur de miracles, le guérisseur.

La « Légende dorée », ouvrage attribuée à Jacques de Voragine ( ?1228-1298), relate quelques uns des vingt deux miracles rassemblés dans le *Codex calixtinus*, ou Livre de saint Jacques (XIIème siècle) conservé en la cathédrale de Santiago. Citons le miracle de la guérison du paralytique alors même que l'apôtre est conduit au martyr, puis les miracles relatifs à son inhumation en Galice.

Son combat avec le magicien Hermogène nous met d'emblée dans l'ambiance du guérisseur, sauveur des âmes tourmentées. Tout pèlerin qui passe à Santo Domingo de la Calzada ne peut manquer l'histoire du miracle le plus populaire, celui du « pendu dépendu ».

**Saint Jacques, patron des alchimistes.** La dimension spirituelle.

Il est intéressant de remarquer que dans la fonction de guérisseur, la plupart des miracles ont pour but de réunifier le corps et l'esprit du pèlerin et de le remettre sur le chemin de la lumière. Or, toute la voie alchimique consiste justement à réunifier ces deux principes.

C'est en Espagne que l'alchimie pénétra en Occident au Xème siècle, à une époque de grande avancée culturelle sous le califat de Cordoue. L'alchimie, c'est la chimie de Dieu (de l'arabe *Al*, dieu et de *Kimiya*, la substance) et elle a pour but le perfectionnement, la sublimation de l'âme humaine et de la matière. Ce n'est pas l'homme qui accomplit l'alchimie, c'est Dieu. C'est le don gratuit de Dieu fait à l'homme par l'intermédiaire de saint Jacques, le porteur du don, pour que l'homme s'ouvre à Dieu.

Pour l'anecdote, c'est en entreprenant le chemin de Compostelle que Nicolas Flamel, célèbre alchimiste (1330-1418) trouva enfin la lumière.\*

Tout comme saint Jacques nous a été donné et s'est donné, de même nous devons nous donner à l'Autre. C'est l'ego qui capitule, c'est la matière, le corps qui lâche prise pour se placer en situation d'accueil du Tout Autre.

Saint Jacques est donc le patron des alchimistes dans le sens où il s'est donné pour nous guider dans cette voie alchimique, cette voie du don, du don gratuit de la grâce, de l'amour.

Dans ce monde où plus rien n'est gratuit, puissions-nous, humbles pèlerins, porter et incarner ce message lors de nos pérégrinations sur les chemins de l'étoile.

JPS

*\*Pour les adeptes de l'art d'Hermès, Compostelle est le compost des alchimistes, c'est-à-dire la terre alchimique, la matière qui va progressivement accueillir l'Esprit, le fruit de l'œuvre alchimique. Quand l'étoile se lève au dessus du compost, la sainte alchimie se réalise, la matière (le corps) accueille l'Esprit. Compostelle c'est d'ailleurs le Campus stellæ (le champ de l'étoile, là où une étoile s'est levée pour indiquer le lieu de sépulture de l'apôtre) que l'on atteint, d'après le rêve que fit Charlemagne, en suivant la Voie Lactée, cette route céleste des étoiles qui est le reflet dans le ciel de la route terrestre du Camino. Union du ciel et de la terre.*

*L'étoile, c'est la lumière. Souvenons-nous aussi de l'étoile de Bethleem...*

#### Bibliographie :

Louis Réau, « *Iconographie de l'Art Chrétien, Iconographie des Saints* », tome troisième (G-O), pages 690 à 701. PUF, Paris, 1958.

Renée-Paule Guillot, « *Sous le signe de la coquille...* », Monde inconnu n°30, juin 1982

Jacques de Voragine, *La Légende dorée*, Poche Garnier-Flammarion, 1967.

C.-R. Payeur, *Le chemin initiatique de saint Jacques*, conférence. Paris 1997.

Jeanne Vielliard, *Le guide du pèlerin de saint Jacques*, Ed. J. Vrin, Paris 1990.

## QUELQUES TERMES JACQUAIRES

A Saint-Jacques-de-Compostelle, l'année 2010 sera marquée par de multiples manifestations. Année sainte, année jubilaire, année jacquaire, année du grand pardon, entraînant indulgence, ouverture de la porte sainte, passage du bourdon ...voici un très modeste glossaire pour éclairer ces termes.

### Qui est Jacques ?

**Saint Jacques le Majeur** : Vénéré à Compostelle, Jacques, fils de Zébédée et frère de Jean, fut un des premiers apôtres appelé par le Christ. Il est nommé le Majeur pour souligner son ancienneté et le distinguer en particulier de l'autre apôtre Jacques, dit le Mineur\*. Parti évangéliser « vers l'Ouest », il revint ensuite à Jérusalem, où il fut arrêté et décapité vers l'an 44 après J.-C. Son corps, recueilli et placé par ses disciples dans une barque, arriva en Galice où il fut enterré. Sur ce lieu redécouvert au IX<sup>ème</sup> siècle s'élève la ville à la célèbre basilique : *Santiago de Compostela* (nom abrégé : *Santiago* ou *Compostelle*).

**Jubilé ou Année jubilaire** : le nom vient de *Yobhel*, mot hébreu qui signifie corne de bélier, instrument dans lequel on soufflait pour annoncer cette année de rémission et de réjouissances, revenant tous les cinquante ans dans la tradition hébraïque. Dans la tradition catholique, le jubilé, qui a pris aussi le sens d'« anniversaire important », devint à certaines dates une « année sainte », durant laquelle une indulgence plénière fut d'abord accordée aux pèlerins se rendant à Rome. Étendu à d'autres lieux de pèlerinage, ceux-ci choisirent d'autres fréquences : à Compostelle sont années saintes celles dont le 25 juillet, fête de saint Jacques le Majeur, est un dimanche.

Prochaines années saintes : 2021, 2027, 2032...

**Indulgences** : c'est une remise de la peine due au péché, car pour l'Eglise, tout péché entraîne, en plus du pardon, un devoir de réparation. Les indulgences plénières sont accordées « dans certaines circonstances et en certains temps ». A la suite d'abus au XVI<sup>ème</sup> siècle, la querelle des indulgences aboutit au schisme d'Occident entre catholiques et protestants. C'est pourquoi actuellement on utilise parfois les termes de « grâce » ou de « miséricorde divine ». Il est bien précisé (Paul VI : encycle *Indulgentiarum doctrina* du 1<sup>er</sup> janv. 1976) qu'il n'y a pas d'indulgence sans la conversion du cœur (*contritio cordis*). Aucun déplacement ne rend le processus « automatique », mais, lors du pèlerinage, la conversion des uns peut aider les autres.

**Porte sainte ou du pardon** : le symbolisme de cette porte, ouverte lors des années saintes, rappelle les paroles du Christ : « Je suis la porte » (Jean : 10-9).

**Bourdon** : devenu avec la coquille un symbole du pèlerin, c'est ici un bâton en bois, formé de deux parties : le pommeau, poignée avec deux petites boules (pommes) pour l'appui à la marche et à l'arrêt, et le fût, muni à son extrémité inférieure d'une pointe en acier. Il peut être sculpté et richement décoré.

\*L'Eglise a canonisé de nombreux Jacques, prénom très répandu : une trentaine actuellement. La distinction entre plusieurs Jacques contemporains de Jésus autant que postérieurs n'a pas toujours été facile à établir ni communément admise.

**Sources** : Le nouveau Théo, Encyclopédie catholique pour tous, MANE

sites web : chemins-compostelle.com

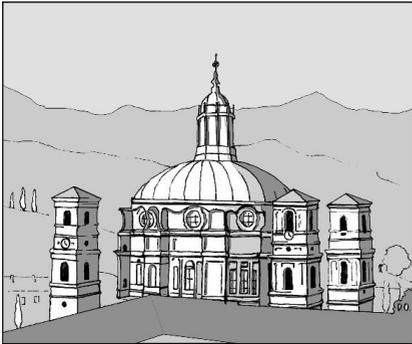
Fondation David Parou Saint-Jacques



## JOURNEES ROGER ROMAN

Pèlerins piémontais et provençaux, nous nous sommes retrouvés les 26 et 27 septembre en Italie, à Mondovi près de Cuneo.

Un week-end maussade mais deux jours ensoleillés par la joie des retrouvailles. Dès le vendredi certains arrivèrent à l'hôtel *Commercio*, accueillis par Pier Giorgio et Maria Clara Tosco, tous deux parlant admirablement le français ; d'autres avaient préféré la sobriété du monastère *San Biagio*.



Dessin : Dominique Ottavi

C'est le samedi que la rencontre commença : plus de 80 personnes prirent le funiculaire pour visiter la vieille ville de Mondovi et ensuite franchir les cinq kilomètres vers le sanctuaire de *Vicoforte, Monte Regalis*, en empruntant le parcours traditionnel du pèlerinage du rosaire italien au mois de mai. Un prêtre nous guida à travers la basilique, caractérisée par sa coupole ovale.

Retour à l'hôtel pour partager un somptueux repas. Dès 16 h, marche escarpée de trois kilomètres jusqu'au monastère de Sainte-Lucie, où nous attendait un conférencier qui nous conta l'histoire de la chapelle dans la grotte. Après le repas, la soirée fut consacrée au souvenir de la rencontre à Briançon en 2008, mais aussi aux témoignages de ceux qui ont marché sur le chemin, moment fort de spiritualité par Maria Clara et moment émouvant de remise de cadeaux. Un hommage particulier, adressé à Maryse Roman, fut alors rendu à Roger Roman.

Après une courte nuit pour certains (*balletti*), nous partîmes en voiture jusqu'à *Borgata Vigna*, puis à pied pour 12 kilomètres de sentier serpentant entre bois de châtaigniers et de mélèzes parsemés de champignons, menant à la chartreuse de *Certosa di Pesio*. Visite guidée et célébration liturgique coïncidant avec la fête des 25 ans de mariage d'une famille. Retour à l'hôtel pour un « *tipico pranzo piemontese* », chants, effusions, retour sur terre.

Pierrette Taxy  
(qui n'a pas encore connu le vertige du Chemin mais impressionnée par l'émotion, la chaleur que tous les pèlerins y trouvent).

**NB** : un CD, monté par Jean-François de Lumley, marquera le souvenir de ces journées.



## LOGROÑO, une ville sur le *Camino Francés*

Vous avez quitté Viana, dernière ville du Chemin en Navarre il y a déjà deux heures ; vous marchez sur une large piste à flanc de colline et arrivez à un modeste hameau où, sur la droite, une dame d'environ 60 ans vous invite dans sa petite maison pour y boire un café et apposer un tampon sur votre *credencial* : c'est la fille de Felisa, grand-mère au grand cœur, décédée il y a cinq ans, qui voyait constamment des pèlerins à qui elle offrait un brin de conversation, des figures et un verre d'eau ; un pèlerin espagnol lui offrit un jour un *sello* (tampon) pour les *credenciales* mentionnant : *Felisa : Higos, Agua y Amor* ; devenue un « personnage » du *camino*, nul doute que, là haut, elle continue à voir passer les *peregrinos*. Puis, un peu plus loin, au détour du chemin apparaît brusquement une grande ville avec ses immeubles, ses clochers : Logroño qui fut, il y a bien longtemps *Illo Grono* (Le Gué).

Des quatre grandes villes traversées par le *Camino Francés*, la capitale de la Rioja est, sans conteste, la moins connue. Pampelune, un temps associé au royaume de France, Burgos et le Cid, Leon et ses magnifiques monuments religieux...et Logroño ?

Belle ville provinciale pourtant, avec près de 200000 habitants, riche bien sûr de son commerce du vin mais riche aussi de son passé et de ses monuments.

C'est, tout d'abord, la traversée de l'Ebre sur le *Puente de Piedra* à 200m en amont du Gué, qui au XIXème siècle a remplacé un pont à trois tours, dont le souvenir subsiste dans le blason de la ville.

Le *Casco Antiguo* (Vieille ville) que traversera le pèlerin longe à l'Ouest le fleuve sur sa rive Sud. Le *Camino* emprunte la *calle Rua Vieja* puis la *calle Barriocepo* ; ensuite c'est la ville moderne jusqu'au *Parque de la Grajera*...

Ce *Casco Antiguo* est intéressant avec ses trois églises principales, sa cathédrale, ses vieilles maisons. Le pèlerin, avant d'arriver à l'*albergue de peregrinos* (qui vient hélas, d'être récupérée par son propriétaire, l'*Ayuntamiento*, qui en a dorénavant confié la gestion, en lieu et place de l'Association des Amis du Chemin de la Rioja et des hospitaliers volontaires, à un bureau de tourisme et à ses employés !) passera devant le petit *Ermite* de San Gregorio où vécut et mourut en 1044, San Gregorio Ostiente, précurseur et mentor de Santo Domingo de la Calzada et de San Juan de Ortega, puis à proximité de l'église de Santa-Maria-del-Palacio (XIIIème siècle) encore appelée *La Antigua*, avec son clocher (*Aguja*) et sa tour octogonale qui était l'église des Chevaliers du Saint-Sépulcre. L'*albergue de peregrinos* touche cette belle église, dans l'ancienne maison du chapelain.

A 200 mètres au sud-est, se situe l'église *San Bartolomé* (XIIIème siècle), la plus ancienne de Logroño, avec son portail gothique qui a subi l'assaut du temps ; pénétrez à l'intérieur et vous serez saisis par la grande simplicité de la nef. Toute proche est la *Catedral Santa Maria de la Redonda* du début du XVIème siècle, avec

ses deux tours baroques ; l'intérieur est un véritable musée d'art religieux mélangeant le gothique, le style renaissance, le plateresque et le baroque. Attardez-vous dans le déambulatoire avec ses chapelles de *Nuestra Señora de Valvanera*, de la *Hispanidad* ; contemplez le retable baroque et n'oubliez pas, derrière celui-ci le tableau de la Crucifixion signé Michel-Ange...tout simplement !

Poursuivant votre chemin à partir de l'*albergue*, dans la *Rua Vieja*, vous passerez devant d'antiques maisons (*Casa Palacio de la Virgen*, *Casa Palacio Gotico*) puis arriverez à la *Fuente de los Peregrinos* datant de 1675, dont l'eau était qualifiée « D'excellente, curatrice et fraîche en été ». Sur la place attenante, le symbolique *Juego de Ocas* (Jeu de l'Oie) qui, paraît-il, serait le plus grand du monde !

C'est ensuite la *Iglesia de Santiago Matamoros* du style *Reyes Catolicos*, construite vers 1550. Pour mieux contempler la monumentale statue de saint Jacques, placez-vous dans la rue en face...Le retable dans l'église, retraçant l'histoire du saint et la statue de la *Virgen de la Merced*, sont très émouvants.

Vous sortirez de la vieille ville par la *Puerta de Revellin*, seul vestige des remparts, qui vit le 11 juin 1521, l'armée franco-navarraise assiégeante de « l'incapable Lesparre » (selon Castelot dans « *Histoire de France et des Français au Jour le jour* »,) dégoûtée de la résistance de la population, qui survivait grâce aux réserves de nourriture et au courage de valeureux pêcheurs relevant nuitamment leurs filets au nez et à la barbe des assiégeants, lever le siège de la ville. Cette résistance est à l'origine de la fête de la ville et toute la population commémore cette victoire le 11 juin, le jour de *San Barnabé*. Poissons, mies de pain (les *migas*), escargots, et du vin bien sûr, sont distribués à tous dans une ambiance avec chants, musique, brouhaha, monumental, paseo, suivi de libations et de banquets gargantuesques.

Mais cette ville s'anime aussi tous les samedis soirs et le 21 septembre, fête de *San Mateo* ...et de la vendange.

On s'en doute, Logroño est aussi une ville où le « bien manger et bien boire » a une grande importance : On ne peut passer sous silence l'animation extraordinaire de la *Calle Laurel* avec ses quatre-vingt bars (sur 500m !)... ni celle du *Café Moderno* sur la belle *Plaza Martinez Zaporta*, haut-lieu de la cuisine traditionnelle « *riojana* », tenu depuis le début du XX ème siècle par la famille Moracia : ancien *Café-Teatro* dont le nom « L'Oriental » fut prudemment remplacé, en 1936, par « *Moderno* ». Le descendant actuel de cette dynastie, Mariano et son équipe familiale perpétuent l'esprit, la tradition et la gastronomie populaire « *riojana* », ce qui leur a valu les honneurs des autorités nationales, le tout dans une ambiance typique, que le pèlerin, particulièrement bien accueilli, retrouvera rarement sur le *Camino*. Dans cet établissement, véritable petit musée, furent tournées des scènes de films cultes espagnols tels : *Calle Mayor* de Juan Antonio Bardón avec Betsy Blair et José Suarez en 1956, *Pasos* de Federico Luppi en 2000. Manquer le « menu-peregrino » dans ce lieu serait dommage !

Il y aurait encore bien des choses à dire : Alors, peut-être serez vous amenés à mieux voir cette ville intéressante.

Alain Le Stir

*Hospitalero* à Logroño de 1997 à 2009 (15 jours par an, bien sûr)



## LES PIEDS DANS LES ETOILES

Partir, prendre son temps, me poser, sans contrainte ; seul le poids de mon sac, un peu lourd, un peu trop, trop de choses et si peu pourtant. Je ne sais pour combien de temps. Seule, oui mais avec moi, un moi profond qui a besoin de se retrouver. La religion ? Pas pour moi. Ne suis pas mécréante mais... j'ai du mal. Arles, ça y est, j'y suis ! Pas arrivée, non pas encore, mais sur le chemin, à petits pas, mais sur Mon chemin. Première marche, seule, en chantonnant. Pas vraiment pèlerine comme attitude, mais .... 23 km, wouahou ! Pas mal pour une novice.

Arrivée au gîte, premières rencontres et premiers échanges. Je comprends mieux. Le lendemain, je commence à apprendre à me débarrasser du superflu et je renvoie un colis. Les étapes se succèdent et la magnificence des paysages change d'un jour à l'autre, chaque pas est une récompense devant le spectacle de la nature. Arrivée à Castres, je sais que j'irai jusqu'au bout. J'ai appris l'humilité, non pas par rapport aux éléments mais à moi qui était souvent dans la performance. J'accepte de souffrir, de ne pas y arriver aussi bien que j'aimerais et ... j'en suis fière. C'est aussi ça le Chemin ! Se voir telle que l'on est.

Au fil des jours, on avance, seul, à deux ou en groupe, on se perd puis on se retrouve. « Tam-tam pèlerin » nous aide, donne des nouvelles de l'un ou de l'autre, nous dit où l'on doit absolument s'arrêter : c'est la magie du Chemin !

Vous êtes là, donc vous faites partie de la famille. C'est un luxe, je remercie mon... Ange gardien de me donner cette force d'avancer... pas si mécréante que ça !

Puis c'est le col du Somport, tant redouté et décrié. Il pleut, il fait un froid glacial, un vent tourbillonnant, on n'y voit pas à deux mètres. 17 km d'enfer mais arrivée en haut, plantée au milieu d'un troupeau de moutons, j'aperçois un champ de jonquilles, et dans le virage suivant, un soleil radieux fait apparaître un panorama à couper le souffle. Au sommet, je suis en forme et « même pas mal ». Je continue sur Canfranc, 10 km plus loin. Je suis en Espagne, j'ai fait plus de 800 km. J'ai des ailes.

Au fait, je ne parle pas espagnol. Tant pis, il fallait s'en rendre compte avant. J'avance toujours, tranquillement, sereinement, confortablement dans mes chaussures. Toujours pas d'ampoules. Je remercie ... saint Jacques d'avoir guidé mes pas jusqu'à là. Astorga, où pour moi il y a un avant et un après. Beaucoup de très belles rencontres et deux jeunes moines québécois que je fais beaucoup rire par mon manque de foi. J'assiste cependant à une messe extraordinaire, pleine d'entrain et de chants espagnols que je me surprends à entonner.

Ce chemin a une histoire, il est porteur d'un certain esprit, c'est évident. J'en suis la preuve.

Cahin-caha avec une tendinite, je continue avec quelques difficultés mais les « autres » ceux qui font partie de ma famille de pèlerinage, sont là pour me soutenir et me remonter le moral. J'arrive à Santiago sous une pluie battante, deux jours avant la date prévue, en chantant à tue-tête « Allégria » et en pleurant de bonheur. J'assiste avec un enthousiasme démesuré aux festivités de la Saint-Jacques du 25 juillet 2009, et dans la cathédrale d'une beauté somptueuse, je me retrouve assise juste devant l'autel, sur un siège réservé à me prendre la messe « en pleine figure ». Pourquoi m'a-t-on choisie, moi, pour être à cette place d'honneur ? J'en pleure de joie et je me sens baignée d'une paix intérieure inimaginable et je remercie Dieu de tout mon cœur.



Photo : jps

Demain, je rallie Fisterra et le kilomètre zéro, puis Muxia et la fin de la route.

J'aurai fait 1829 km et je rentre l'esprit libre de... commencer mon propre chemin.

Solange Altavelle



## UN DOUANIER TRES MOBILE

Partis de Pierrevert près de Manosque, ma femme et moi, après le col du Somport et Canfranc, poursuivions la descente du versant espagnol des Pyrénées lorsque nous vîmes venir face à nous un randonneur, le guide de « la voie d'Arles » à la main. Immédiatement nous nous sommes dit : « Cet homme revient sans doute de Compostelle et fait à pied le chemin du retour ... il est bien courageux ! ».

Le lendemain vers 11h du matin, à notre étonnement, nous croisons un personnage qui nous rappelait en tout point celui de la veille. Notre mémoire nous jouait certainement des tours !

Le surlendemain, encore vers 11h, qui voyons-nous arpenter le chemin dans le sens contraire au nôtre ? Aucun doute : le même homme ! Comment est-ce possible ? Comment fait-il ? La curiosité l'emporte et je l'interpelle : « *Bonjour monsieur. Est-ce bien vous que nous avons croisé hier et même avant-hier ?* » L'homme, un français, répond par l'affirmative.

A partir de ce jour là, quasiment à la même heure et jusqu'à Santiago, nous eûmes le plaisir de ce rendez-vous matinal, de plus en plus amical, avec ce drôle de pèlerin qui tout en se déplaçant dans le sens du retour avançait vers le même but que nous.

Nous apprîmes progressivement qu'il s'appelait Alain, qu'il venait de prendre sa retraite et surtout qu'il avait entrepris son pèlerinage avec son camping car, véritable résidence secondaire qui lui avait autorisé une grande mobilité professionnelle en tant que douanier.

Chaque matin, Alain laissait son camping car pour enfourcher son vélo et parcourir les 25 ou 30 kilomètres le séparant du lieu choisi pour passer la nuit suivante. Ayant atteint celui-ci, il y laissait son vélo et revenait chercher son camping car, à pied par le chemin des pèlerins.

Alain a ainsi parcouru une fois à vélo et une fois à pied le chemin du Puy en Velay jusqu'à Roncevaux, puis de Canfranc jusqu'à Compostelle.

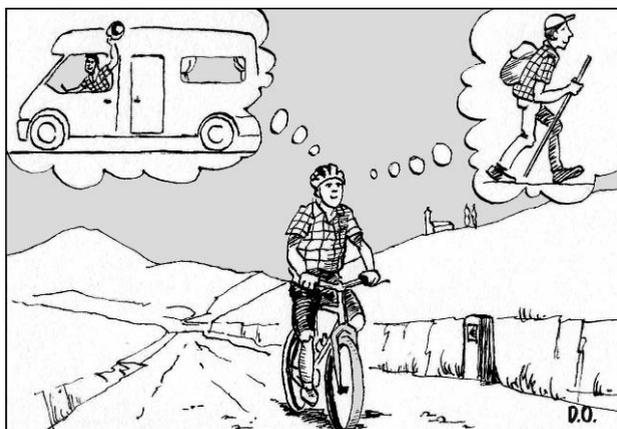
Cette originalité nous a permis de nous rencontrer, et a donné une saveur particulière à notre chemin.

Avec humour, Alain disait qu'il mesurait l'état sanitaire du chemin. Remontant chaque jour la longue colonne des pèlerins, il était bien placé pour constater la fatigue grandissante, les blessures et handicaps ou au contraire la forme presque euphorique des uns et des autres. Rencontrant les mêmes personnes, il pouvait se faire une idée de leur état d'esprit. Un certain nombre d'entre elles lièrent amitié avec lui, la plupart d'entre elles restèrent pleinement indifférentes à la curiosité de la situation, et d'autres au contraire s'irritèrent de cette systématique rencontre énigmatique jusqu'à lui refuser le chemin.

Comme le chantait Brassens dans « La mauvaise réputation » :

*« Non, les brav's gens n'aiment pas que l'on suive une autre route qu'eux... »*

Jean-François Vanneste



Dessin : Dominique Ottavi

## MON PELERINAGE A COMPOSTELLE EN CARAVANE

Après le pèlerinage à Saint-Jacques de Compostelle en 2000 par le chemin du Puy, à partir de mon domicile à Digne (04), je suis reparti d'Arles en 2002, mais j'ai du m'arrêter à Castres à la suite d'ennuis de santé...

Quelque temps après, mon épouse m'a fait remarquer que je ne lui avais jamais demandé de m'accompagner et qu'elle aussi aimerait faire le pèlerinage, mais à certaines conditions, à savoir :

- ne pas dormir en refuges, ce qu'elle craignait de ne pouvoir supporter
- ne pas porter un sac trop lourd
- pouvoir préparer ses repas
- ne pas faire des étapes trop longues

Le projet est alors resté lettre morte jusqu'à ce que nous suivions à la télé un reportage sur un pèlerinage qu'un accompagnateur suivait avec sa caravane. Cela nous a fait réfléchir à la possibilité d'utiliser la nôtre pour faire le pèlerinage, avec une organisation particulière car il fallait pouvoir revenir à la caravane à l'issue de chaque marche. La solution trouvée a été l'utilisation complémentaire d'un VTC (vélo tous chemins). Ainsi pour aller d'un point A à un point B :

Si la caravane est en A, je positionne notre voiture le matin au point B et je reviens au point A en VTC. A l'issue de la marche nous revenons à la caravane en voiture.

Si la caravane est au point B, nous rejoignons le point A en voiture le matin de la marche et à l'issue de celle-ci je reviens la chercher avec le VTC resté auprès de la caravane. Le système est assez compliqué mais a répondu aux conditions que nous nous étions fixées au départ. Nous avons ainsi accompli notre pèlerinage en deux mois, du Puy jusqu'à Santiago, avec certaines limitations du fait des contraintes de notre mode de déplacement :

la durée de notre pèlerinage limitée à deux mois et la longueur réduite des étapes nous ont conduit à « sauter » certaines parties du chemin : celles au dénivelés trop importants pour le retour en VTC ou sans intérêt, goudron, traversée des zones urbaines...

l'existence de campings sur le chemin, surtout en Espagne

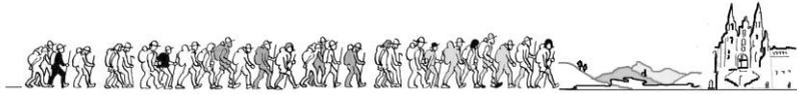
le retour en VTC pour aller chercher la voiture me conduisait à faire deux fois le trajet, l'un à pied et l'autre en VTC. De plus il fallait déplacer la caravane d'un camping à l'autre après la journée de marche.

Finalement nous avons marché durant 780 km (et 680 en VTC ) entre le Puy et Santiago en 48 étapes.

Pour nous, le bilan est positif car même si nous n'avons pas parcouru à pied tous les kilomètres du chemin nous avons fait notre "**chemin de Compostelle**". Nous l'avons fait à deux et il a répondu entièrement aux objectifs que nous nous étions fixés au départ : être à l'écoute et faire le point sur la vie personnelle de chacun de nous, mais également sur notre vie de couple.

Tout au long de notre périple nous avons eu beaucoup de questions sur le fait d'utiliser la caravane. Elles m'ont donné à réfléchir et peut-être que les quelques indications précédentes inciteront d'autres pèlerins à suivre notre exemple

Noël EVEN



## UNE BELLE ET RARE REALISATION A SAINT-GILLES-DU-GARD

« Sur les pas du chemin d'aujourd'hui, et de ceux qui nous ont ouvert la Voie »

De nos jours, la réalisation, l'installation en une abbatale d'une statue de saint Jacques n'est pas chose si courante que quelques lignes ne lui soient consacrées.

Cette nouvelle statue représente un pèlerin grandeur nature ; une coquille au chapeau, une coquille au sol. Baptême du vent de chez nous, dès sa descente du camion, un coup de mistral a rabattu sa cape. « Saint-Jacques d'hier et d'aujourd'hui », désormais à l'abri au pied du pilier droit, est le premier à vous recevoir dans cette belle abbatale.



Pèlerin anonyme me direz-vous ?

Non ! Sa tenue nous rappelle que des milliers de pèlerins furent avant nous de passage ici.

Côté droit, tenue d'hier « cape au vent », à gauche « pantalon et souliers de marche » d'aujourd'hui. Ceci nous appelle à la réflexion et rappelle l'image de celui qui, sans certitudes, a quitté les siens pour aller vers l'inconnu, menton haut, pas altier, avançant, avec le livre dans la main gauche, afin de transmettre l'enseignement qu'il a reçu à qui est prêt à le recevoir. La dignité et le respect ne s'acquièrent qu'au bout d'un long chemin sans cesse ouvert aux autres. Ici, l'artiste a symbolisé l'éternel Pèlerin...

Ce 17 octobre 2009, devant une assistance nombreuse et fervente où je vous représentais tous, amis de saint Jacques, la bénédiction de la statue fut un moment solennel et émouvant, suivie d'une très belle messe chantée en italien par la chorale *Cantores GDI* de San Gillo, localité proche de Turin.

Rendez-vous ensuite pour photos, cadeaux, discours avec le maire, Olivier Lapiere, son épouse et le conseil municipal, qui nous recevaient au chaud autour d'un verre réconfortant, pour féliciter et remercier le sculpteur Yves Valez, l'association jacquaire de Saint-Gilles ainsi que tous ceux qui ont œuvré à cette réalisation.

Bravo, Jacquets de Saint-Gilles. Soyez tous ici certains de nos pensées et de nos amitiés jacquaires.

Nous resterons en ce début de siècle les témoins de cet événement.

Ultraia

Padre Miguel

Dessin : Dominique Ottavi



## CHEMIN DE L'EBRE

Ayant appris l'existence de ce chemin, Michel d'Auzon s'est engagé pour 17 jours sur les 450 km de ce chemin qui relie le delta de l'Ebre (en Catalogne, environ à 150 km au sud de Barcelone) à Logroño où l'on retrouve le *Camino Francés*.

Que nous en dit-il ?

« - **Chemin de solitude** : une seule rencontre avec un pèlerin.

- **Chemin d'abondance** : amandes, noix, figues, grenades, pommes, poires, pêches, raisin, à volonté et à portée de main. Comment résister ?

- **Chemin de l'essentiel** : au cœur de cette vallée de l'Ebre où les vergers de fruits font d'immenses tâches vertes qui contrastent avec les champs de céréales moissonnés au début de l'été ...

Le parcours est vallonné, sans difficultés, il se déroule dans de beaux paysages, parfois impressionnants. Le chemin est bien fléché ; il emprunte souvent des sentiers peu fréquentés par les pèlerins mais utilisés pour l'agriculture, des pistes caillouteuses, parfois des petites routes goudronnées, à travers champs d'oliviers et d'amandiers.

Les points d'intérêts sont nombreux : villages pittoresques et villes au riche passé dont Saragosse, la capitale de la communauté autonome d'Aragon, qui recèle un vieux quartier historique et quelques monuments exceptionnels. Parmi ceux-ci, citons :

-la Basilique *Nuestra Señora del Pilar*, édifice baroque où est conservée la colonne (*pilar*) sur laquelle la Vierge Marie apparut à l'apôtre Jacques, en l'an 39 après J.-C pour l'encourager à prêcher, face au peu de succès qu'il rencontrait à évangéliser cette partie de l'Espagne. Un lieu qui deviendra le premier sanctuaire marial de la chrétienté.

-le palace arabe de l'*Aljaferia* (XI<sup>ème</sup> siècle), actuelle demeure du parlement, un magnifique témoin de l'art musulman.

**Côté pratique** : Faute d'auberges pour pèlerins, souvent il faut se loger dans des hôtels, des pensions, dîner au restaurant (après 21h !), ce qui entraîne chaque soir la même petite angoisse à l'étape : trouver un logement, et un budget plus important (environ 40 € par jour).

Savoir qu'en septembre, la chaleur est encore forte (jusqu'à 37°) mais les fruits abondants.

Chemin à conseiller à celui qui recherche la solitude, à déconseiller à celui qui privilégie les rencontres avec d'autres pèlerins... ».

Le guide en espagnol est édité par l'Association Jacobeo.net : *Guia practica del Camino Jacobeo del Ebro y Camino Catalan*

Site de Michel d'Auzon : [roch.compostelle.free.fr](http://roch.compostelle.free.fr)

## VOIE DE LA NIVE

La voie de la Nive a été empruntée par Denyse et René Bosc au cours de leur long pèlerinage effectué en 2008\*. A partir de Saint-Jean-Pied-de Port, ils ont choisi, pour rejoindre le chemin du Nord, cet itinéraire peu connu qui suit en partie le cours de la Nive, rivière du pays basque, affluent de l'Adour.

Ce chemin « historique » évite d'avoir à emprunter le GR®10, parcours réputé difficile, voire sportif, et permet de cheminer en goûtant au charme des paysages verdoyants et vallonnés, longeant les pâturages et les fermes d'élevage, empruntant souvent des petites routes très peu fréquentées. Parcours sans difficultés... sauf pour nos deux pèlerins, car en 2008 le fléchage n'était destiné qu'à guider la marche de Bayonne à Saint-Jean-Pied-de Port ; marcher à contre-sens demande toujours une attention particulière ! Spécialement au point de départ...

Ils ont ainsi parcouru une soixantaine de kilomètres en trois étapes. Tout d'abord, de Saint-Jean-Pied-de Port à Helette, 27 km, avec quelques dénivelés. Ensuite, d'Helette à Ustaritz : 25 km de très beau parcours panoramique, enfin, d'Ustaritz à Bayonne, 15 km en suivant les méandres des rives de la Nive. Cette dernière partie est commune au chemin de Baztan (chemin qui relie Bayonne à Pampelune par le port de Velate).

Il existe un refuge à Helette ; on trouve facilement divers hébergements et ces journées leur ont laissé un souvenir très agréable. Loin des « grands chemins », ils ont marché au calme, toujours bien accueillis lors de rencontres sympathiques, dont celle, mémorable, de la fermière qui n'avait jamais vu la mer\*...

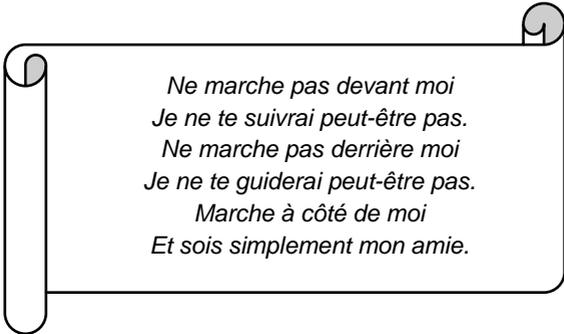
\*Voir Ulteïa N°23

Renseignements : à la permanence de Toulon

Sur Internet : Association des Amis de Chemins de Saint Jacques en Pyrénées Atlantiques -

Courriel : caminopa@hotmail.com

### Poème d'Albert Camus choisi par Michel d'Auzon



*Ne marche pas devant moi  
Je ne te suivrai peut-être pas.  
Ne marche pas derrière moi  
Je ne te guiderai peut-être pas.  
Marche à côté de moi  
Et sois simplement mon amie.*

## DEUX VARIANTES DU CHEMIN DU PUY

Profitant de la fin de mon séjour dans le sud ouest, hospitalier à Bariège (31), j'ai voulu revoir Conques et découvrir les variantes qui s'offraient au pèlerin au départ de cette inoubliable étape que j'avais connue en 2006.

**De Conques à Toulouse** : environ 9 étapes dont une partie sur le GR® 6. Le chemin relie la *Via Podensis* venant du Puy-en-Velay par le GR® 65 à la *Via Tolosana* venant d'Arles par le GR® 653 qui mène à Saint-Jacques également. Chemin très fréquenté au moyen-âge car après avoir vénéré les reliques de sainte Foy, le pèlerin se dirigeait vers le sud en passant au prieuré de Rabastens pour atteindre Saint-Sernin de Toulouse où il savait pouvoir trouver de nombreuses reliques.

Le pèlerin du XXIème siècle appréciera cet itinéraire qui lui permettra en sortant de la *Via Podensis* de se retrouver seul au calme, au milieu d'une belle nature (seulement deux pèlerins croisés en 9 jours de marche !). De plus il traversera des villages superbes classés parmi les plus beaux de France : Peyruse-le-Roc, Najac, Cordes et Rabastens au riche passé jacquaire (ne pas rater les peintures murales de la chapelle Saint-Jacques à Notre-Dame-de-Boucy et la statue polychrome en bois du XVIème de notre apôtre).

Chemin facile, peu de dénivellés, mais attention : balisage délicat entre Peyruse-le-Roc et Villeneuve.

Hébergements : campings, gîtes privés, publics et chrétiens. A Monastruc, j'étais le premier pèlerin accueilli par la châtelaine !

Réserver tout de même dans les sites touristiques (Cordes, Najac) en période de fêtes. Pas de problème dans les campings.

*Documentation : <http://conques.toulouse.free.fr> « Les amis de Saint-Jacques en Occitanie » (itinéraires et hébergements), et le guide FFR, « Les gorges de l'Aveyron », mais pas indispensable.*

Pour les gourmets n'oublions pas que nous nous trouvons dans une terre d'accueil et de gastronomie, les bonnes adresses sont légion.

### **De Conques Figeac à Rocamadour par le GR®6, autre variante...**

Le détour par Rocamadour permet d'aller vénérer les reliques d'Amadour et la Vierge Noire. Avant Lourdes, Rocamadour était considéré comme « le plus grand pèlerinage marial de l'occident ».

Deux ou trois jours de marche à travers le causse sauvage de Gramat attendent le pèlerin qui traversera de très beaux villages, longera une rivière en pleine forêt bordée de moulins en ruine, et arrivera enfin au sanctuaire de Rocamadour, un site vraiment fantastique : quelle merveille !

*Hébergement : à Lacapelle-Marival, plus de gîte municipal mais la mairie réserve une tente aux pèlerins au camping à la sortie ouest du village ! A Granat et à Rocamadour, hébergement chrétien avec donativo.*

Jean-François Delpoux

**Renseignements** : guide FFR « Le chemin du Puy »  
édit. ACIR Toulouse, chemins-compostelle.com.



## UN BOUT DE ROUTE SUR LE GR®653 D

Créé pour faire la liaison entre la voie d'Arles et la *via francigena* (deux itinéraires de pèlerins allant l'un vers Saint-Jacques-de-Compostelle, l'autre vers Rome), ce nouveau sentier balisé à l'initiative de notre association (voir N°19 et 21 d'Ultimeïa) part de Clavière, à la frontière italienne, passe au col de Montgenèvre puis suit avec fantaisie la vallée de la Durance en évitant la RN94. Il passe à Briançon, Montdauphin, l'abbaye de Boscodon, le sanctuaire de N.D. du Laus, Gap, La Motte-du-Caire, Saint-Geniez, Sisteron, Forcalquier, Apt, Notre-Dame des Lumières, Cavailon, Saint-Rémy-de-Provence et l'ancienne abbaye de Montmajour avant de rejoindre le GR®653 en Arles. Une vingtaine de jours sont nécessaires pour accomplir ce périple.



En septembre dernier avec un couple de nos amis, nous avons effectué la première partie de ce chemin, de Clavière à Sisteron. Le tracé, bien balisé, fait passer dans de merveilleux paysages, parfois peu connus, des Hautes-Alpes puis des Alpes-de-Haute-Provence sans risque de s'égarer. L'hébergement ne pose pas vraiment de problème non plus, que ce soit en gîte, en chambre d'hôtes ou en camping et permet de moduler les étapes à son gré.

Dans la première partie du parcours (c'est-à-dire avant Montdauphin), un nombre important d'églises et de chapelles comportent des fresques murales soit intérieures soit extérieures, généralement bien conservées quoiqu'elles datent pour la plupart d'avant le XVIème siècle. Les thèmes en sont le plus souvent les vertus et les vices ainsi que la légende du pendu-dépendu. Citons la chapelle Saint-Pancrace à Villar-St-Pancrace, la chapelle Saint-Jacques à Prelles, l'église des Vigneaux, la chapelle Saint-Apollinaire à l'Argentière, l'église d'Eygliers.

Parmi les curiosités géographiques, il ne faut pas manquer la spectaculaire fontaine pétrifiante de Réautier.

Le topo-guide de la FFRP édité à partir des données fournies par l'association est un excellent guide; il est paru à la fin du mois de juillet 2009 et est désormais disponible en librairie. Quant à la liste des hébergements, établie de façon presque exhaustive par Pierre Aurié, elle figure sur le site web de l'association.

L'autre liaison avec l'Italie, entre Menton et Arles, passe par Vence, Théoule, Fréjus, Le Thoronet, Saint-Maximin, la Sainte-Baume, Aix-en-Provence et Salon. C'est le GR® 653 A qui sera inauguré officiellement le samedi 29 mai à Menton.

Michèle et Jean JARRY

Photo : Jean Jarry, Chapelle St-Jacques à Prelles



## TOUR DU LAC DE SERRE-PONÇON

**Samedi 13 juin 2009** : Nous nous retrouvons une vingtaine à la Manutention d'Embrun pour parcourir en une semaine le tour du lac de Serre-Ponçon. Notre chemin suivra plus ou moins le GR® 653 D. Avant d'aller voir le jalon de Compostelle installé sur l'esplanade de la Résistance, Madame Eyméoud, maire d'Embrun, nous adresse quelques mots.



**Dimanche** : 1ère étape de 20 km, pour gagner Chérine et le GR® 653 D.

**Lundi** : nous quittons le gîte l'Escharena (ouvert aux pèlerins) sous un temps couvert, mais le moral au beau fixe, comme le soleil qui revient vite ! Nous suivons le GR 653 D jusqu'à Chorges et arrivons après 17 km à Chanteloube, à la jolie chapelle Saint-Jacques.

**Mardi** : 24 km nous attendent sous le soleil pour aller à Gréolier près d'Espinasse. Nous passons au saut de Rolland.

**Mercredi** : Sous quelques gouttes nous quittons l'altitude de 630 m pour nous élever à 1300m sur 16 km, vers St Vincent-les-Forts, suivant le chemin de la vallée de l'Ubaye. Deux heures plus tard le soleil nous ravit lorsqu'il illumine les bords du lac que nous découvrons du belvédère de l'Escoubaye. Nous arrivons sans encombre sous les vols des parapentistes vers 16h.

**Jeudi** : nous passons à 1909m qui sera le point culminant de notre périple pour nous rendre au Lauzet-Ubaye après 13 km. Nous ne sommes plus qu'à 900m d'altitude.

**Vendredi** : Ce devait être, semble t-il, la journée la plus dure et elle le sera ! A 8 h nous partons pour 24km par le col du Morgonnet ou 28km par Pontis, au choix en fonction du dénivelé de la journée. Après les 4 tunnels nous nous séparons en deux groupes. Dès l'après-midi un orage éclate apportant de la pluie et la grêle. Nous arrivons (sous le soleil mais trempés comme des soupes !) à Savines-le-Lac où le maire, Victor Bérendel, nous reçoit.

**Samedi** : dernière étape. Le soleil est notre compagnon pour ces 22 km sans difficultés particulières sur le GR® 653 D retrouvé. Nous mangeons près de l'abbaye de Boscodon, ce haut lieu du chemin tout en faisant le point sur cette jolie boucle, avant de revenir à Embrun.

Nous nous promettons d'autres marches ensemble tant nous sommes heureux. Nous sommes bien conscients que la nature nous a apporté la sérénité, la vraie joie et que la solidité d'un groupe n'est que dans le partage du bon comme des difficultés.

Martial Amory, pèlerin embrunais.  
martial.amory@laposte.net

Photo : Martial Amory, chapelle Saint-Jacques, Chanteloube

## WEEK-END des 16-18 OCTOBRE à LA-MOTTE-DU-CAIRE

Répondant à l'invitation de Marie-Thérèse Bellot, c'est dès le vendredi soir que nous nous retrouvâmes une quinzaine à La Motte-du-Caire, village situé à une vingtaine de kilomètres au nord-est de Sisteron. Une confortable « Maison d'hôtes » y assure nuits calmes et excellents repas.

Le samedi, guidés par notre hôte, accompagnateur professionnel et naturaliste averti, nous partîmes à la fraîche, bien couverts car le froid était vif. Après avoir longé quelques prés revêtus de gelée blanche, nous empruntâmes le sentier en lacets qui monte à La Blachère, plateau dominant La Motte-du-Caire à l'Est. Tout au long du chemin, nous apprîmes à discerner cornouillers mâles, amélanchiers, sorbiers, épines-vinettes et autres plantes sauvages dont les fruits ou les feuilles sont utilisées pour confectionner gâteaux, tisanes, liqueurs, ce dont ne se privent pas nos hôtes qui, le soir, nous firent goûter à leurs recettes.

Le ciel était clair et à midi, arrivés en haut du plateau, le brillant soleil avait assez réchauffé l'herbe pour que nous puissions y pique-niquer très agréablement.

L'après-midi, la descente le long de la crête nous permit d'admirer le vallon des Graves, tout au bout duquel une ferme nous apparût comme une oasis du bout du monde. Plus loin, en approchant de la route de Clamensane, au lieu-dit « La Gypière », un four à gypse est encore en activité. De retour à La Motte par une piste serpentant au milieu d'immenses vergers de pommiers, nous retrouvâmes nos amis non-marcheurs qui étaient allés visiter le spectaculaire village de Sigoyer. Puis, ceux qui le désiraient allèrent à la messe à Melve.

Le dimanche matin fut consacré à la découverte d'une portion du GR® 653 D entre Châteaufort et La Motte. Passant de la forêt aux cultures, le GR redescend sous les Rochers de Hongrie par de sévères « roubines » avant de traverser Châteaufort dont l'église Saint-Jacques, bien restaurée, comporte d'intéressants tableaux modernes\*.

Après un pique-nique ensoleillé nous nous rendîmes au joli village de Bayons par une pittoresque route traversant les gorges du Sasse. La vue sur tout le massif des Monges est spectaculaire et la grande et belle église romane de style provençal\*, placée sous le vocable de Notre-Dame-de-Bethléem, étonne par ses dimensions et sa beauté. A l'intérieur un étonnant retable orne le mur nord de la nef : le tableau central représente « l'Adoration des Mages », les tableaux latéraux, saint Antoine de Padoue et sainte Claire. L'ensemble a été réalisé par Nicolas Mignard, célèbre peintre du temps de Louis XIV.

En nous quittant, ravis de ce sympathique week-end, nous nous souhaitâmes de recommencer l'année prochaine. Il y a tant à faire et à voir dans la région, notamment les sites géologiques de la Route du Temps et la fameuse « pierre écrite », stèle romaine du Vème siècle visible sur la route de Saint-Geniez. C'est là que Dardanus, préfet des Gaules converti au christianisme par sa femme, avait voulu créer Théopolis, la « cité de Dieu », dont malheureusement il ne reste aucun vestige.

Jean JARRY

**Merci**, Marie-Thérèse, pour ces belles journées bien organisées.

*\*Pour visiter ces deux églises il est nécessaire d'aller chercher la clé chez un riverain (à Châteaufort c'est la maison située juste en face de la montée à l'église et à Bayons, c'est la maison de madame Alphand).*



## LA TENDINITE DU MARCHEUR, un traitement simple

Parmi les incidents qui peuvent survenir chez le marcheur, la tendinite est relativement fréquente. Elle est la cause de difficultés voire d'impossibilité à poursuivre la marche...

Elle apparaît souvent au 3<sup>ème</sup> ou 4<sup>ème</sup> jour de marche après un effort un peu plus important. Elle va s'aggraver au fil des jours.

Or il y a un traitement relativement simple, que tout le monde peut utiliser. Un traitement qui mérite d'être connu !

Première étape: reconnaître la tendinite.

La tendinite se situe sur le gros tendon situé à l'avant du pied (tendon du releveur du pied). C'est le tendon que l'on sent au toucher quand on plie le pied vers l'avant et en haut. La douleur se situe sur ce tendon.

Comme toujours la prévention prime: préparation physique correcte avant d'entreprendre un long parcours, boissons abondantes, étirements +++ après l'effort.



Si la tendinite se déclare utiliser la **technique du sparadrap**. En voici le détail : Utiliser exclusivement du « Micropore© 3M » en 12,5 mm de large, à placer autour de la cheville (voir le schéma ci-contre) en serrant juste assez pour ne pas faire un garrot. Prévoir de le placer de façon qu'il appuie suffisamment sur les tendons avant et arrière (tendon d'Achille).

Le repos n'est pas nécessaire sauf si la douleur est trop importante (dans ce cas repos de 1 à 2 jours seulement) Le sparadrap sera conservé une semaine tout en continuant à marcher tranquillement.

Ce simple traitement doit guérir la presque totalité des tendinites sans interrompre la poursuite de la marche.

Roland Plumeau

Photo : Roland Plumeau



## LA BALADE DU RANDONNEUR A PIED

Ce jour-là, il ne se leva point **du pied gauche**.  
En un instant, il fut **sur pied**,  
Trouva **chaussure à son pied**,  
Puis, équipé **de pied en cap**,  
**Bon pied**, bon œil,  
Sans **s'emmêler les pieds**,  
Au **pied levé**,  
Il partit **d'un pied ferme**.  
La randonnée, **c'est le pied !**  
Dit-il alors.  
On n'y vit pas **sur un grand pied**.



Dessin : Martial Amory

On ne vous y coupe pas **l'herbe sous le pied**.  
Pas de **coup de pied en vache**.  
Sans vouloir **faire des pieds et des mains**,  
Sans y aller **d'arrache pied**,  
On est heureux en randonnée.  
Il répéta encore : la randonnée, **c'est le pied**  
Et partit alors **d'un bon pied**.

Mais voici que tombe la pluie.  
Il avait oublié sa cape !  
« Cette pluie me **casse les pieds**.  
Bah ! Cela me **fera les pieds**. »  
Il lui fit **un pied de nez**  
Et poursuivit son chemin.  
**A pied**, bien sûr.

Anonyme  
Transmis par Claude Mathon



## BOIRE UN PETIT COUP...

La nourriture et la boisson sont des facteurs essentiels de notre forme. Or il est souvent difficile de penser à boire suffisamment... d'eau ! Car la soif n'est pas un reflet fidèle des besoins hydriques, souvent sous-estimés.

### **Pourquoi boire en randonnée ?**

Principalement pour éviter des problèmes de déshydratation, de crampes, prévenir les tendinites, combattre les coups de chaleurs... et même le froid !. La déshydratation diminue les capacités physiques (2% de poids corporel perdu, 20% de capacité en moins) mais atteint aussi les facultés cognitives (perte de vigilance par exemple avec risque de chute).

**Combien ?** Classiquement, 100 à 200 ml d'eau toutes les 20 mn soit 300 à 600 ml/h durant la marche... selon les conditions climatiques, l'effort demandé. Savoir que marcher par temps chaud augmente les besoins, mais le froid également. Les personnes entraînées transpirent davantage, ce qui leur permet de mieux lutter contre le réchauffement, et sont davantage conscientes de la nécessité de boire. S'entraîner est aussi un facteur important de connaissance de soi ! (sensations de fatigue, récupération...).

En cas de température très élevée, sans point d'eau sur une longue étape, ne pas hésiter à emporter jusqu'à 3 à 4 l d'eau (principe de précaution).

### **Que boire ?**

De l'eau, essentiellement. Les boissons « énergétiques » ne font pas l'unanimité, beaucoup contiennent trop de sucres, trop de minéraux...

Les boissons alcoolisées ne sont pas vraiment hydratantes, à cause de l'effet diurétique de l'alcool.

Une bonne bière ? A l'arrivée, après la douche et avoir d'abord étanché sa soif.

**Quand ?** « Boire avant d'avoir soif », l'idéal étant de répartir les boissons tout au long de la journée. D'où l'intérêt des équipements adaptés qui évitent de poser le sac : poche à eau (avec tuyau muni d'un bouchon), ou ceinture équipée d'une gourde.

**Comment ?** Chaud ou froid ? Selon la saison et les préférences. Les boissons glacées risquent de provoquer des réactions digestives désagréables ...

Bonne marche !



## COMPOSTELLA 2010

### Dates importantes à retenir :

**28/04** : cérémonie d'ouverture à Strasbourg (bénédiction à la Cathédrale - réception au Parlement Européen).

**29/05** : départ de Menton, cérémonie d'inauguration du GR® 653 A, pose de la plaque qui marquera ici le début de la voie Aurélienne de Menton à Arles.

**25/06** : départ de Montgenèvre

**19/07** : arrivée à Arles

**18/09** : arrivée à Santiago où les bourdons et livres d'or seront exposés jusqu'au 31/12/2010.

### VIA AURELIA – GR® 653 A

#### 29 mai 2010 à Menton : inauguration de la plaque et départ de Compostella 2010

Traversée des Alpes-Maritimes : de Menton (samedi 29 mai) au Col Notre-Dame (mercredi 9 Juin).

Traversée du Var : du Col Notre-Dame (samedi 12 Juin) à Saint-Maximin (vendredi 9 juillet).

Traversée des Bouches-du-Rhône : de Saint-Maximin (samedi 10 juillet) à Arles (lundi 19 juillet).

### VIA DOMITIA – GR® 653 D

Traversée des Hautes-Alpes : de Montgenèvre (vendredi 25 juin) à Venterol (samedi 3 juillet) et Tallard (4 juillet).

Traversée des Alpes-de-Haute-Provence : de Gap (samedi 3 juillet) à Céreste (dimanche 11 juillet)

Traversée du Vaucluse : d'Apt (lundi 12 juillet) à Cavaillon (mercredi 14 juillet)

Traversée des Bouches-du-Rhône : de Cavaillon-Ordon (jeudi 15 juillet) à Arles (lundi 19 juillet)

*Les premiers bourdons sont partis de Pologne le 20 février et de Norvège le 1<sup>er</sup> mars.*

Le calendrier précis des étapes et le déroulement des manifestations sont donnés dans la plaquette.

Toutes les informations utiles et pratiques seront fournies par chaque responsable aux pèlerins de son département.



## RENCONTRES REGIONALES

**Les Rencontres régionales auront lieu cette année dans le Vaucluse  
Les 10 et 11 avril 2010 au château de Buoux  
Parc naturel régional du Lubéron - 84480 BUOUX  
<http://www.buoux-village.com>**

**Accueil**, le samedi à partir de 11h. Randonnée l'après-midi.

**Soirée festive** : conférence-concert par Maurice Guis sur le thème de l'histoire de nos instruments provençaux, galoubet et tambourins du moyen-âge à nos jours.  
Le dimanche, **visite et histoire** du château par René Maurel.

**Le dîner de samedi soir, la nuit et le petit déjeuner du dimanche sont compris dans le prix de la pension : 38€**

**Vos réservations sont à envoyer à Martine Baux dans les meilleurs délais.**



**Tous les renseignements utiles figurent dans le courrier reçu avec le bulletin de réservation**

Martine Baux : [bauxtilou@free.fr](mailto:bauxtilou@free.fr) – 04 90 23 01 44 / 06 18 92 61 90



## JOURNEES ROGER ROMAN

**Elles se dérouleront en France, les 18 et 19 septembre 2010  
Organisées par les départements  
des Alpes-de-Haute-Provence et des Hautes-Alpes**

**Réservez ces dates**



## VIE CULTURELLE

### Inauguration des orgues de Solliès-Toucas

Ulreïa a délégué ses trois membres fondateurs pour assister à la messe solennelle d'inauguration des orgues de Solliès-Toucas, célébrée par Monseigneur Rey. En effet ce projet déjà ancien a pu être achevé grâce à l'opiniâtreté de notre Président d'Honneur, Robert Doustaly et de Gérard Falcou. En fin de cérémonie, les fidèles ont pu entendre pour la première fois une partie des possibilités sonores de cet orgue... magnifique !, dans cette église Saint-Christophe qui possède de rares qualités acoustiques. C'est ensuite Guy Menut, maire et conseiller général, qui a pris la parole pour expliquer la genèse de ce projet qui a germé en 1994 dans l'esprit de Gérard Falcou : *« Pourquoi ne pas envisager la construction d'un instrument neuf implanté dans le tambour de l'église, qui permettrait de rehausser la célébration de la messe et enrichir l'activité culturelle de la commune ? »*.

Mission accomplie et je vous souhaite d'assister à un concert d'orgue dans cette église... ou participer à la messe du dimanche.

Jean-François de Lumley Woodyear

#### TEXTE CHOISI PAR MICHEL D'AUZON

Puisqu'il est entendu que le bon pèlerin  
Est celui qui boit ferme et tient sa place à table,  
Et qu'il n'a pas besoin de faire le comptable,  
Et que c'est bien assez de se lever matin...  
Nous avons fait semblant d'être un gai pèlerin  
Et même un bon vivant et d'aimer les voyages,  
Et d'avoir parcouru cent trente et un baillages,  
Et d'être accoutumés d'être sur le chemin...

Quand nous aurons joué nos derniers personnages,  
Quand nous aurons posé la cape et le manteau,  
Quand nous aurons jeté le masque et le couteau,  
Veuillez nous rappeler nos longs pèlerinages...

Charles Péguy

Poète, écrivain et essayiste français,

Né le 7 janvier 1873 à Orléans et mort le 5 septembre 1914 à Villeroy.

## VIE DES DEPARTEMENTS

### ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE 04

#### **Permanences :**

**Focalquier :** 1<sup>er</sup> lundi du mois, 9h30 à 12h30, en mairie.

**Peyruis :** 2<sup>ème</sup> vendredi du mois, 15h à 18h. Maison Sabenca Av. A Signoret

Contact : Noël Even 04 92 31 55 80

**Barcelonnette :** 1<sup>er</sup> mardi du mois, librairie "Imaginez"

Contact : Martine Martel 06 83 73 70 01

**Randonnées :** tous les vendredi, sortie d'entretien et de balisage du GR® 653 D et/ou de découverte de pays.

### HAUTES-ALPES 05

#### **Permanences :**

**Gap :** 2<sup>ème</sup> vendredi du mois, 18h30 à 20h Salle paroissiale Eglise St. Roch à Fontreyne

**Embrun :** 3<sup>ème</sup> vendredi du mois, 18h30 à 20h Bâtiment de la manutention, Espace Delaroche

**Briançon :** 1<sup>er</sup> mercredi du mois, 14h à 16h30,

Salle des Associations, 21 av. de la République, 05100 Briançon

#### **Randonnées :**

17 avril : Tour de Ceûse. Contact : M. Mme Bertrand 04 92 53 35 52

15-16 mai : W.E ds le Champsaur. Contact : M. Mme Bertrand 04 92 53 35 52

19 juin : Réallon-Les Goumiers. Contact M. et Mme G. Bertrand 04 92 53 35 52

13-19 juin : Boucle Haute-Durance/Italie. Contact : J. Arraut 04 92 43 26 29

11 juil. : pèlerinage du Mt Guillaume. Contact : J. Arraut 04 92 43 26 29

25 juil. : St-Jacques à Chanteloube. Contact : J. et AM Egon 04 92 51 45 34

26 juil. : pèlerinage du lac Ste Anne, Ceillac. Contact : J. Arraut

3-5 août : Italie Susa-Rocciamelone. Contact : J. Arraut 04 92 43 26 29

### ALPES-MARITIMES 06

#### **Permanences :**

**Nice :** 2<sup>ème</sup> mardi du mois, 14h30 à 17h Chapelle Sainte-Croix rue St Joseph

**Randonnées :** contact : Michèle et Raymond Lalle : 04 93 36 70 87

27 avril-9 mai : pèlerinage de Nice à Turin. Contact : J-Paul Pétin 04 93 84 61 89

### BOUCHES-DU-RHÔNE 13

#### **Permanences :**

**Aix-en-Provence :** 1<sup>er</sup> lundi du mois, 17h à 19h. Maison des Associations, Place Romée-de-Villeneuve.

**\*Marseille :** jeudi 17h30 (précises) à Saint-Victor (Presbytère) 3 rue de l'Abbaye (13007) selon le calendrier suivant : 15 avril, 20 mai, 17 juin 2010

**Randonnées : 2<sup>ème</sup> lundi** du mois.

Contact : Saint-Ange Fabrigoule : 04 42 58 65 44 / 06 85 12 40 98

**Dernier dimanche** du mois : Contact : Aurore Sanmartin : 06 64 09 25 44

24 avril : Saint-Rémy – Arles

Fin mai début juin : une semaine sur le GR700 ou le Stevenson

27 juin Port d'Alon-Bandol

25 juillet : Fête de la St-Jacques à Gréasque 28

**CORSE 20**

**Randonnée** : en septembre, précisions ultérieurement

**VAR 83**

**Permanences :**

**Toulon** : 2<sup>ème</sup> **lundi** du mois, 17-19h, salle de l'Eglise St-Jean-Bosco au Mourillon.

**Saint-Raphaël** : 2<sup>ème</sup> **lundi** du mois, 17h à 19h, salle Don Bosco,

**Randonnées : deuxième dimanche et dernier samedi** du mois : Contacts :

- Jacques Brocoletti 04 94 92 87 11

- Marcel Gauci 06 81 86 78 00

- Jacques Michaux 06 21 28 34 02

- Claude Levasseur 04 94 07 34 61

- Gilbert Gabriel 04 94 78 83 25

- Albert Matteuci 04 94 83 66 88

5 avril : Pignans N-D des Anges (Lundi de Pâques)

11 avril : le rocher de Roquebrune sur Arges

24 avril : Le Cannet des Maures, Entraigues, grotte Saint-Michel

1<sup>er</sup> mai : La Seyne-sur-Mer, pèlerinage à N-D du Mai

2 mai : Saint-Raphaël, pèlerinage à la Ste-Baume de l'Estérel

29 mai : Signes, Aiguille de Valbelle

12 juin : Ollières, Abbaye Ste-Hilaire (repas, contact Gilbert Gabriel)

2- juin : Presqu'île de Giens (à confirmer)

25 juillet : fête de la St-Jacques à Pierrefeu

**VAUCLUSE 84**

**Permanences :**

**Avignon** : 2<sup>ème</sup> **mardi** du mois, 18 h à 21h, parc Chico Mendès, Avignon.

**Malemort du Comtat** : 3<sup>ème</sup> **vendredi** du mois sur R.V., tél. : 04 90 69 70 82

**Apt** : 4<sup>ème</sup> **vendredi** du mois, salle XIV de la Maison des Associations.

**Randonnées** : 2<sup>ème</sup> **samedi** du mois

13 mars : Montbrison sur Lez, Contact : Christian 04 90 61 87 20

10 et 11 avril : Rencontres régionales, Buoux, Contact : Martine Baux 04 90 23 01 44

24 avril : Alliens, village fantôme de Vernègues, Contact : Jean-Marie 06 08 46 27 66

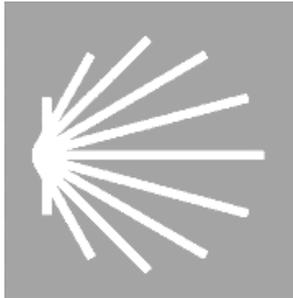
8 mai : Vallon de l'Aiguebrun, contact : Jean-Luc 04 90 15 02 49

12 juin : La Combe de Curnier, contact : Josette 04 90 69 80 67



## COMPOSITION DU BUREAU ET RESPONSABLES SECTORIELS

<b>Président d'honneur</b>	<b>Robert DOUSTALY</b> 38 rue des écoles 83210 SOLLIES-TOUCAS	Tél : 04 94 13 51 62 r.doustaly@wanadoo.fr
<b><u>BUREAU</u></b>		
<b>Président</b>	<b>Michel HASSENFORDER</b> Le Panoramic C17 Av. Robert Schumann 83000 TOULON	Tél : 09 64 11 06 08 Port : 06 60 63 50 47 michel.hassenforder@wanadoo.fr
<b>Vice-Présidents</b>	<b>Michel PALACIN</b> 83640 PLAN D'AUPS	Port : 06 88 82 88 54 michelpalacin@msn.com
	<b>Jacques PAUL</b> Domaine de la Gayolle, RN7 83170 LA CELLE	Tél : 04 94 59 26 12 jacq.paul@orange.fr
	<b>Jacques ARRAULT</b> Griéoule route de Caleyères 05200 EMBRUN	Tel : 04 92 43 26 29 Port : 06 82 35 70 63 jj.arrault@wanadoo.fr
	<b>Aurore SAN MARTIN</b> <b>Noël EVEN</b> <b>Martine BAUX</b>	<i>Adresse page suivante</i> <i>Adresse page suivante</i> <i>Adresse page suivante</i>
<b>Secrétaire</b>	<b>Chantal ROSSI</b> 1305 Chemin du Moulin Rou 13105 MIMET	Tél : 04 42 63 55 12 Port : capamagnes@yahoo.fr
<b>Trésorier</b>	<b>Jean-Pierre LINGERI</b> 1145 chemin Daniel 83500 LA SEYNE-SUR-MER	Tél : 04 94 94 09 74 Port : 06 79 99 70 16 jeanpierre.lingeri@sfr.fr
<b>Trésorier adjoint</b>	<b>Gilles DUPLAQUET</b> 7 allée des loriots 83400 HYÈRES	Tél : 04 94 38 73 22



### **RESPONSABLES SECTORIELS**

<b>Accompagnement spirituel</b>	<b>Père Jean-Marie DONADÉI</b> Roc Estello, ch. de St-Jaume 83640 PLAN D'AUPS	Tél : 04 42 04 50 09 rocestello@wanadoo.fr
<b>Chemins</b>	<b>Alain LE STIR</b> 8 avenue des bouvreuils 83400 HYÈRES <b>Jacques Arrault pour 653 D</b>	Tél/fax : 04 94 38 44 57 aalestir@orange.fr <i>Adresse page précédente</i>
<b>Chemins et Site Web</b>	<b>Christian FABRE</b> Jean-le-blanc 10 rue Rameau 83000 TOULON	Tél : 04 94 42 49 97 cj.fabre@orange.fr
<b>Expositions</b>	<b>Henri ORIVELLE</b> 294 chemin des Tourraches 83260 LA CRAU	Tél : 04 94 57 83 05 Port : 06 73 10 48 75 h.orivelle@free.fr
<b>Hébergements</b>	<b>Pierre AURIE</b> 16 av. Simeon Gouin 13960 SAUSSET-LES-PINS	Tél : 04 42 44 72 48 g.bonneauperie@wanadoo.fr
<b>Patrimoine</b>	<b>Louis MOLLARET</b> 36 avenue Henri Ginoux 92120 MONTRouGE	Tél : 01 49 65 99 66 Port : 06 80 59 27 65 louis.mollaret@m4x.org
<b>Relations avec les associations italiennes</b>	<b>Claire de LABURTHE</b> 67 imp. du golf / Valescure 83700 SAINT-RAPHAËL	Tél /fax : 04 94 44 64 01 campreal@orange.fr
<b>Ultreia</b>	<b>Jacqueline CHARMENSAT</b> 7 Chemin du Pont-de-Bois 83200 TOULON	Tél : 04 94 24 37 55 jacqueline.charmensat@orange.fr

**Les responsables départementaux de l'association vous renseignent  
et vous aident à vous rendre à Compostelle**

**04 Alpes-de-Haute-Provence**

Noël EVEN  
3 imp. des Bonnettes 04000 Digne-les-Bains

***Correspondant Vallée Blanche***

André SAVORNIN  
Le Serre Vinatier 04140 Seyne-Les-Alpes

Tél : 04 92 31 55 80 / 06 70 11 63 10  
evennoel@orange.fr

Tél : 04 92 35 14 28  
andre.savornin@club-internet.fr

**05 Hautes-Alpes**

Georgette SARRAZIN  
Hauts de Puymaure, rue des lavandins 05000 Gap

***Correspondant Embrun***

Martial AMORY Lotissement Grand Horizon  
L'Adonis, route de Caléyères 05200 Embrun

***Correspondant Briançon***

Alain et Jacqueline AUBERGIER  
L'Araire / Le Serre Paix 05200 Briançon

Tél : 04 92 52 26 60 / 06 83 51 60 11  
gsgap@laposte.net

Tél : 04 92 43 82 32 / 06 63 98 87 23  
marmory05@gmail.com

Tél : 06 33 91 70 33

**06 Alpes-Maritimes**

Michèle et Raymond LALLE  
Les jardins du Rossignol  
18 C avenue du 11 novembre 06130 Grasse

***Correspondant Nice***

Jean-Paul PETIN  
11 chemin de la Serena 06000 Nice

Tél : 04 93 36 70 87  
raymondlalle@orange.fr

Tél : 04 93 84 61 89  
jeanpaul.petin@free.fr

**13 Bouches-du-Rhône**

Aurore SANMARTIN  
29 rue du Puits 13950 Cadolive  
Correspondant Arles : Renée.DEBARD

Tél : 06 64 09 25 44  
aurore.sanmartin@live.fr  
Tél : 04 90 96 29 09/06 83 26 13 16  
renee.debard@wanadoo.fr

**20 Corse**

Jean-Paul DEVILLERS-POLETTI  
Perdicervo 20240 Ventiseri

***Correspondant Corse du Sud***

Jean-Baptiste FITTIPALDI  
Rés. Les Lacs – Le Creno B2 20090 Ajaccio

Tél : 04 95 57 83 24  
j.p.dvs@sfr.fr

Tél : 04 95 23 24 28 / 06 81 70 42 84  
jean-baptiste.fittipaldi@wanadoo.fr

**83 Var**

Jacques MICHAUX 10 les mas des sources  
Av. Amiral Orosco 83160 La-Valette-du-Var

***Correspondant Var-Est***

Albert MATTEUCCI 209 avenue Cécilia  
Valescure 83700 Saint-Raphaël

Tél : 04 94 27 18 25 / 06 21 28 34 02  
michaux.jacques3@wanadoo.fr

Tél : 04 94 83 66 88  
albert.matteucci@cegetel.net

**84 Vaucluse**

Martine BAUX  
22 route du Thor 84510 Caumont S/Durance

***Correspondant Malemort***

Elisabeth VEVE  
Clos Saint-Jean 84570 Malemort-du-Comtat

Tél : 04 90 23 01 44 / 06 18 92 61 90  
bauxtilou@free.fr

Tél : 04 90 69 70 82

**ASSOCIATION PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR-CORSE  
DES AMIS DES CHEMINS  
DE SAINT-JACQUES-DE-COMPOSTELLE ET DE ROME**



**Siège social et courrier: Mairie 83640 PLAN D'AUPS-SAINTE-BAUME  
83640 PLAN D'AUPS-SAINTE-BAUME  
Site web : [www.compostelle-paca-corse.info](http://www.compostelle-paca-corse.info)**