



# les zoreilles du chemin

écrivez-nous vos rêves, nous les sèmerons sur  
le chemin et ils deviendront des cristaux de bonheur...



Numéro 086 Novembre 2018

revue mensuelle et gratuite  
sur le thème du chemin de Compostelle

les spécialistes de la santiagothérapie...

→ pour nous faire parvenir un article, nous envoyer une photo, poster un commentaire, émettre une opinion, une expérience, partager un témoignage, avancer une idée, pour vous abonner, pour vous désabonner, pour abonner un ami, pour retrouver et télécharger les anciens numéros,

allez sur le site [www.chemindecompostelle.com](http://www.chemindecompostelle.com)  
et cliquez sur "les zoreilles du chemin".

→ la reproduction de tous les articles est libre, gratuite et même fortement recommandée.

→ ✉ [zoreilles@chemindecompostelle.com](mailto:zoreilles@chemindecompostelle.com)



## Sommaire

- Ballade jacquaire
- L'esprit des pèlerinages
- Récit du Chemin par un canadien
- Stage de formation à l'Hospitalité Jacquaire
- Exposition : Campus Stellae, le champ de l'étoile
- Cycles de conférences : Des chemins et des hommes
- Via Avenio
- Lève-toi et marche !
- Recherche hospitalier
- Le petit "Ultreia", chariot de randonnée
- De Nantes à Fisterra avec un chariot de randonnée
- Les aquarelles de Cécile
- Rituel du matin
- Poésie du chemin
- Les marcheurs internationaux

## → Ballade jacquaire

Composée dans la forme médiévale classique, soit trois couplets de huit vers octosyllabes, et un envoi de quatre vers. Le refrain n'est autre que l'ancêtre demande adressée par ceux qui restent à ceux qui partent

*Vous qui bientôt allez partir  
Dans la Galice à Santiago  
Et qui avez su vous munir  
De bons bâtons, d'un sac à dos  
D'un guide, d'une frontale, d'un poncho  
De chaussures à fortes semelles  
Que vous soyez ou non dévots  
Priez pour nous à Compostelle*

*Sur le Chemin on peut souffrir  
D'ampoules et de maints autres maux  
Certains ont bien cru y périr  
Ou faillirent s'y casser les os  
Mais quand la pluie cesse il fait beau  
Après le parapluie, l'ombrelle  
Et aux lèvres un refrain nouveau  
Priez pour nous à Compostelle*

*Voyageurs vous pouvez venir  
De Paris, de Tours, de Bordeaux  
Et les monts Pyrénées franchir  
Au Somport ou à Roncevaux  
Voir Pampelune ou Laredo  
Vézelay, le Mont-Saint-Michel  
Au bout du voyage il vous faut  
Priez pour nous à Compostelle*

*Envoi  
Pèlerins, Pater et Credo,  
Ou ave, faites oraisons telles  
Que tous nous garde le Très-Haut  
Priez pour nous à Compostelle*

Jean-Paul Rousseau ✉ [jp.rousseau@orange.fr](mailto:jp.rousseau@orange.fr)



Les rédacteurs des zoreilles du chemin se réservent le droit d'accepter ou de refuser l'édition de tout document qui leur est adressé. Les textes doivent faire preuve de tolérance et de respect vis-à-vis des différentes sensibilités des personnes pratiquant ce chemin ou des hébergeants assurant l'accueil. Un droit de réponse est assuré à toute personne qui se sentirait mise en cause à titre personnel par un article. Voir les détails sur le site [www.chemindecompostelle.com](http://www.chemindecompostelle.com) à la rubrique "Les Zoreilles"

# les zoreilles du chemin



## L'ESPRIT DES PÈLERINAGES

Gaële DE LA BROSSÉ, Loïc MAZALREY  
Préface de Jean-Christophe RUFIN

À la découverte des plus beaux pèlerinages

Dans notre monde en perte de repères, les pèlerinages ont retrouvé leur vigueur, et les sanctuaires attirent de nouveaux publics. Les saints qui y sont vénérés redeviennent des modèles de vie aux valeurs inspirantes. C'est là une grande grâce pour notre époque. L'engouement pour les pèlerinages n'est pas seulement une mode, un fait de société, mais c'est un phénomène qui répond à la quête essentielle de l'homme. Un voyage « ressourçant » qui est, au sens propre du terme, un retour aux sources de notre histoire, à l'aube de l'aventure humaine qui est à réinventer chaque jour, au rythme lent de nos pas sur le chemin.

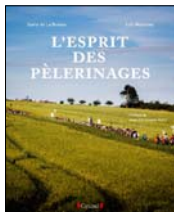
Cet ouvrage suit les traces des pèlerins du monde entier, sur les emblématiques chemins de Saint-Jacques et dans quelques grands sanctuaires chrétiens de France. Par des images empreintes d'humanité et de sacré, il saisit le caractère universel et intemporel de la démarche pègrine et donne à voir l'intensité des instants privilégiés qui illuminent le cœur des pèlerins.

**Les auteurs :**  
Écrivain, médecin et diplomate, Jean-Christophe RUFIN est membre de l'Académie française. Il est l'auteur de nombreux romans et essais dont Les Causes perdantes, prix Interallié 1999, Rouge Brésil, prix Goncourt 2011, Check-point en 2015, Le Collier rouge en 2016 et Le Jour du monde du roi Zibeline en 2017. Ayant suivi à pied, sur plus de 6000 kilomètres, le Chemin du Nord à Joug à Saint-Jacques-de-Compostelle, il a raconté dans son ouvrage itinéraire randonnée - Compostelle malgré moi (Éditions Guerin).

Écrivain et journaliste, Gaëlle DE LA BROSSÉ nourrit deux passions : l'écriture et le voyage à pied. Elle travaille depuis plus de trente ans sur les chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle et sur les autres routes de pèlerinage, dont elle est familière. Cofondatrice de la revue et du réseau Chemin d'étoiles, elle tient une chronique régulière sur les chemins de pèlerinage dans l'hépatodépense Pélerin. Elle est notamment l'auteur du Guide spirituel des chemins de Saint-Jacques (Presses de la Renaissance, 2010), de Saint-Jacques (Presses de la Renaissance / Le Figaro, 2017) et du Guide des chemins de pèlerinage (Presses de la Renaissance / Pélerin, 2017).

Loïc MAZALREY est photographe free-lance en Dordogne. Il alterne avec joie et habileté photographies d'actualité locale et reportages intimistes de gens ordinaires auprès de la presse régionale et nationale. Autodidacte, il aime avant tout être le témoin des mondes qui passent. La région d'agence de photographie Balain, en 2014, a publié un ouvrage aux éditions de Borée. Sur les pas de Léon, paysan.

Service de Presse : Francis TIER & Géraldine  
RÉMOUD  
Tel : 06 62 16 04 05 / 06 73 58 05 41  
Mail : [la.groce.com@gmail.com](mailto:la.groce.com@gmail.com)



En librairie le 18 Octobre 2018  
Prix : 29,95 €

## → L'esprit des pèlerinages

Dans notre monde en perte de repères, les pèlerinages ont retrouvé leur vigueur, et les sanctuaires attirent de nouveaux publics. Les saints qui y sont vénérés redeviennent des modèles de vie aux valeurs inspirantes. C'est là une grande grâce pour notre époque. L'engouement pour les pèlerinages n'est pas seulement une mode, un fait de société, mais c'est un phénomène qui répond à la quête essentielle de l'homme. Un voyage « ressourçant » qui est, au sens propre du terme, un retour aux sources de notre histoire, à l'aube de l'aventure humaine qui est à réinventer chaque jour, au rythme lent de nos pas sur le chemin.



Cet ouvrage suit les traces des pèlerins du monde entier, sur les emblématiques chemins de Saint-Jacques et dans quelques grands sanctuaires chrétiens de France. Par des images empreintes d'humanité et de sacré, il saisit le caractère universel et intemporel de la démarche pègrine et donne à voir l'intensité des instants privilégiés qui illuminent le cœur des pèlerins.

Gaëlle de la Brosse

✉ [itinera@club-internet.fr](mailto:itinera@club-internet.fr)

## → Récit du Chemin par un canadien

J'habite à Vancouver et j'ai effectué, ce printemps 2018, 205 kilomètres le long du GR65 entre Le-Puy-en-Velay et Conques.

Cela fait plusieurs années que je songe à parcourir l'un des chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle. Depuis 8 ans, je me documente, je lis, j'écoute, je regarde des films, des reportages sur ce chemin légendaire vieux de plus de mille ans.

Pendant l'été 2015, au Pays basque, j'ai parcouru une des étapes mythiques du chemin de Compostelle : le sentier qui traverse les Pyrénées et relie Saint-Jean-Pied-de-Port à Roncevaux. Ce fut une expérience inoubliable. Je m'étais promis de revenir sur le chemin.

Le déclat a eu lieu l'an dernier lorsqu'une amie, Julie, est revenue, enchantée, galvanisée, après avoir parcouru 700 kilomètres entre Saint-Jean-Pied-de-Port et Saint-Jacques-de-Compostelle. Son enthousiasme était contagieux « J'ai rencontré des gens formidables ! » nous a-t-elle dit en riant.

En planifiant davantage mon projet, je me suis rendu compte que ce qui m'intéressait, c'était emprunter, côté français, un des chemins qui mènent jusqu'aux Pyrénées.

J'avais envie de faire l'expérience d'un voyage à pied dans « la France profonde » du Centre et du Sud-Ouest, et explorer, à petits pas, des départements que je ne connaissais pas : la Haute-Loire, la Lozère, l'Aveyron, le Lot, le Tarn.

J'avais envie d'écouter l'accent de ces régions rurales, parfois délaissées. Apprendre avec les habitants des mots anciens, des mots oubliés, liés aux traditions et à la terre. J'avais envie de découvrir la gastronomie de ces pays et goûter aux produits du terroir. J'avais envie de prendre mon temps. De flâner et musarder sur les routes. D'aller à la rencontre des gens. Écouter leurs histoires. J'avais envie de m'arrêter l'après-midi dans des petits villages et partager, le soir, le dîner avec les riverains. J'avais envie enfin de me réveiller dans le profond silence de la campagne et sentir le matin, dans ma chambre, l'odeur du café et du pain grillé.

Peu à peu, le chemin du Puy, par son histoire, par ses légendes, par ses nombreux sites classés au patrimoine de l'Unesco, s'est imposé.

En quelques semaines, le nez enfoui dans les cartes, dans les guides et les multiples sites en ligne consacrés au Chemin, j'ai construit pour le printemps un itinéraire d'environ 200 kilomètres entre Le Puy-en-Velay et Conques et réservé mes hébergements, selon trois principes.

1 - Marcher en moyenne entre 12 à 16 kilomètres par jour. Quinze jours de marche et deux jours de repos.

2 - Mon sac à dos sera acheminé par la malle postale du chemin.

3 – Pour les hébergements, j'ai choisi la formule chambres d'hôtes. Ou, au besoin, l'hôtel. Deux nuits sont réservées dans un couvent dans l'Aveyron.

Arrivé avec quelques jours d'avance au Puy-en-Velay, j'ai eu le temps d'explorer la ville et ses environs. Le temps de découvrir aussi, une partie du GR 70 – le sentier de 270 kilomètres vers les Cévennes, « le chemin de Stevenson », en mémoire au voyage en 1878, de l'écrivain écossais Robert-Louis Stevenson. J'ai aussi dégusté dans la vieille ville quelques plats délicieux.

Grand départ sur le chemin le 27 avril. Après une trentaine de minutes de marche, première surprise : il n'y a personne, ou presque, sur le GR 65 qui monte lentement vers la campagne. Entre Le-Puy-en-Velay et Aumont-Aubrac, six jours de marche réalisés dans des conditions météo surprenantes, puisqu'après le grand ciel bleu des trois premiers jours, nous avons eu droit pendant les deux jours suivants, à un temps gris et maussade.

Pendant cette première étape, je ne rencontrerai que quatre ou cinq pèlerins, tout aussi surpris que moi du chemin presque désert qui s'ouvre devant nous. Je ne me plains pas. Il fait un temps magnifique !

Le long du sentier de nombreuses plaques viennent illustrer la riche histoire de la région. En compagnie de deux autres marcheurs, je goûterai à mon premier repas, en formule chambre d'hôtes.

Le soleil est encore au rendez-vous le lendemain jusqu'à Monistrol d'Allier, en passant par le très beau et accueillant village de Saint-Privat-d'Allier où, à ma grande surprise, les panneaux dans les rues sont rédigés dans le patois local, une variante de l'Occitan. Patois encore parlé par quelques anciens dans le village. Et complètement incompréhensible, me dit-on malicieusement, pour les habitants de la ville de Saugues.

Arrivée au bourg de Monistrol-d'Allier : une pancarte annonce fièrement aux visiteurs qu'un des deux ponts de la ville a été construit, en 1888, par l'ingénieur Gustave Eiffel.

Le vent s'est levé. Un vent fort et glacial a soufflé sur les monts de la Margeride. J'ai retrouvé plusieurs visages connus. Randonneurs français pour la plupart. Et aussi étrangers. Belges, Allemands, Colombiens, Taïwanais, Australiens. Nous avons partagé chaleureusement le repas du soir autour d'une table commune dans l'unique café du village.

Quelle surprise le 1er mai, de se réveiller dans le village sous la neige, et d'emprunter, tôt le matin, le chemin vers Saint-Alban-sur-Limagnole.

## les zoreilles du chemin

Voyager léger s'est révélé être une excellente option. La Malle Postale achemine tous les matins mon sac jusqu'à ma prochaine destination. Service impeccable.

J'ai appris en parlant aux gens de la région que ces petits villages de la Lozère et de l'Aveyron ont, historiquement, presque toujours été des terres d'émigration. Le sol du pays, rude et peu fertile, poussait les jeunes à quitter les villages. Ils s'engageaient dans l'armée ou ils allaient tenter leur chance ailleurs, souvent à Paris. (voir les Nouvelles de Maupassant). La Lozère demeure encore aujourd'hui le département le moins peuplé de France.

Et comment rendre justice ici à l'immense beauté de ce sentier, après ce périple, inoubliable, de dix-sept jours.

Un phénomène m'a frappé : c'est la grande solitude et l'isolement des personnes âgées qui vivent, délaissées, ignorées souvent,



dans les villages que traverse le GR65. Que deviendront ces « anciens » dans quelques années ? Ces personnes sont les derniers témoins d'une époque et d'une façon de vivre qui s'en va. Que deviendront ces villages dont ils sont aujourd'hui pratiquement les seuls à habiter ? Qui partagera avec les pèlerins la mémoire et les traditions du chemin de Compostelle ?

Coïncidence, le journal « Le Monde » publiait un long article sur la situation de plus en plus précaire des personnes âgées en France. Article où l'on apprend que parmi la population des personnes âgées de plus de 75 ans :  
25% vivent seules ;  
50% n'ont plus de réseau amical actif  
79% n'ont pas ou peu de contact avec leurs frères et soeurs  
41% n'ont pas ou peu de contact avec leurs enfants

Statistiques à méditer...

Alors, pendant cette longue randonnée, y a-t-il eu des surprises ?

Pas vraiment. J'ai longtemps médité cependant, après ma chute, à la fragilité et à la vulnérabilité du marcheur solitaire. Un accident est si vite arrivé. Prendre ses précautions. Avoir un téléphone portable en cas d'urgence est, à mon avis, essentiel.

Cela dit, à chacun son chemin. À chacun de choisir la distance à parcourir chaque jour. À chacun de choisir ses hébergements. Et son ou ses compagnon(s) de route. Un bon quart des pèlerins rencontrés marchent seuls.

Tous ces choix sont fondamentaux et font partie de la beauté de l'expérience de la marche sur le chemin de Compostelle.

Max Adrien ✉ [vancouver51@yahoo.fr](mailto:vancouver51@yahoo.fr)



### → Stage de formation à l'Hospitalité Jacquaire

L'association des Amis de Saint Jacques d'Occitanie organise un stage de formation à l'Hospitalité Jacquaire à l'abbaye d'En-Calcat de Dourgne (81).

Du 13 au 15 mars 2019.

Renseignements et inscription :  
Cécile Alquier, tél 06-72-10-80-39

✉ [cursillo-acsj@compostelle-toulouse.com](mailto:cursillo-acsj@compostelle-toulouse.com)  
[www.compostelle-toulouse.com](http://www.compostelle-toulouse.com)



### → Exposition : Campus Stellae, le champ de l'étoile

Cette exposition s'inspire de la bande-dessinée « Campus Stellae », parue en coédition chez Glénat et les Éditions du Patrimoine. Elle raconte l'histoire du pèlerinage vers Compostelle, à travers une approche accessible et ludique, conjuguant richesse de contenu et d'illustrations. Elle cible ainsi un large public, jeune et moins jeune, amateur d'histoire ou bédéphile.

L'exposition sera présentée à la Maison de l'Aubrac,  
05 65 44 67 90, [www.maisondelaubrac.fr](http://www.maisondelaubrac.fr)

✉ [maisondelaubrac@orange.fr](mailto:maisondelaubrac@orange.fr)



### → Cycles de conférences : Des chemins et des hommes

L'hebdomadaire Pèlerin, le Forum104, la Société française des Amis de Saint Jacques et Compostelle 2000 viennent de lancer à Paris, au Forum104 (104 rue de Vaugirard - 75006 PARIS), un cycle de conférences intitulé "Des chemins et des hommes". Sous la forme de tables rondes, de conférences ou de films, il est consacré aux chemins de pèlerinage.

La deuxième soirée est intitulée "Le temps de Compostelle: les valeurs du chemin" : vendredi 16 novembre de 19 h 30 à 22 h

Film et table ronde avec Antoine Bertrand, Mathilde Giard et Bénédicte Labbé-Laurent, animée par Gaële de La Brosse, journaliste à l'hebdomadaire Pèlerin

Au programme de cette soirée :

– Projection du film Le temps de Compostelle (28 mn)

– Table ronde consacrée aux valeurs du Chemin avec Antoine Bertrand, Mathilde Giard et Bénédicte Labbé-Laurent

Antoine Bertrand est l'auteur de "Vers Compostelle, drôles de rencontres" (Transboréal) et Mathilde Giard de "Ils ont fait le chemin de Compostelle" (Éditions de La Martinière). Bénédicte Labbé-Laurent est consultante-coach et grande marcheuse.

– Présentation des 4 structures organisatrices et du programme de la "Semaine Compostelle, Patrimoine de l'Humanité", organisée à l'occasion du XXe anniversaire de l'inscription par l'UNESCO de la tour Saint-Jacques à Paris et des Chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle en France, et dont cette soirée est l'événement inaugural

– Stands, dédicaces de livres, verre de l'amitié

## les zoreilles du chemin

- Participation aux frais : 6 € (pas de réservation, entrée dans la limite des places disponibles)

Renseignements :

<https://www.pelerin.com/Pelerinages/2018-en-chemin-avec-Pelerin/16-novembre-Paris-film-et-table-ronde-sur-les-valeurs-du-Chemin>

[www.forum104.org](http://www.forum104.org) (rubrique « Programme du Forum104 »)

[www.compostelle2000.org](http://www.compostelle2000.org)

[www.compostelle.asso.fr](http://www.compostelle.asso.fr)

✉ [compostelle2000@orange.fr](mailto:compostelle2000@orange.fr) (Compostelle 2000)

✉ [secretariat@compostelle.asso.fr](mailto:secretariat@compostelle.asso.fr) (Société française des Amis de Saint Jacques)

01 45 44 01 87 (Forum104)

01 43 20 71 66 (Compostelle 2000)

01 43 54 32 90 (Société française des Amis de Saint Jacques)

Merci de transférer ce message à ceux qui pourraient être intéressés !

### Programme 2019

Vendredi 18 janvier :

Le chemin de Saint-Jacques

Une voie d'authenticité

Vendredi 5 avril :

A Celle Forum des Chemins

de pèlerinage ([www.pelerin.com](http://www.pelerin.com))

Vendredi 24 mai :

La Marche, un art de vivre



### → Via Avenio

Bienvenue à la « Via Avenio » (Nouveau Chemin...)

La Confrérie Fraternelle des Jacquets de France honore le 20ème anniversaire de l'inscription des Chemins de Compostelle au Patrimoine culturel mondial de l'UNESCO en créant la « Via Avenio ».

Hugues Massis est à l'origine de cet événement. Il réalisa son premier périple à Compostelle au printemps 2009 : 1689 km à pied au départ d'Avignon, accomplis dans la souffrance par un corps fragilisé par la maladie mais porté par une volonté sans faille.

La magie du Chemin avait opéré et fait naître du « vieil homme » un nouveau pèlerin ! Dès lors il n'eut de cesse que de repartir, ce qu'il fit chaque année en sillonnant toujours avec la même envie les chemins de France, d'Espagne et du Portugal.

Parallèlement il s'interrogea très vite sur l'absence d'Avignon dans



la toile d'araignée des chemins entre Rome et Compostelle et imagina la création d'une « Via Avenio ». Pour lui, c'était comme une évidence d'établir une liaison entre la Via Alta et la Via Rhôna, et de faire de cette « Via Avenio » - comme il se plaît à le dire - non pas un chemin à part entière mais un chemin entièrement à part, qui se faufile en se servant des chemins déjà existants à l'ouest et à l'est de notre ville.

Seul avec son idée en tête face à l'indifférence, le scepticisme ou l'inertie des autres, Hugues Massis voit son projet se réveiller en 2013 grâce à sa rencontre avec la Confrérie Fraternelle des Jacquets de France ! Dès son adhésion et au fil des ans, il a trouvé dans cette association jacquaire humaniste un intérêt et un soutien grandissants. Il en est devenu à ce jour le Commandeur de la province du Comtat Venaissin et se félicite de l'appui indéfectible du Grand Commandeur national Bernard Lefils.

À l'annonce il y a un an que l'organisation du Chapitre annuel 2018 de la Confrérie lui était attribuée en Avignon, Hugues Massis a multiplié ses efforts et démultiplié son énergie pour pouvoir donner naissance à la « Via Avenio » dans le cadre de cette grande manifestation associative.

Mais le déclic décisif revient à Madame Cécile Helle, Maire d'Avignon. Son intérêt pour le projet et son implication immédiate ont permis en effet de précipiter la naissance de la « Via Avenio ».

En offrant une plaque commémorative et en l'inaugurant officiellement, Madame le Maire contribue à faire de la Cité pontificale un point de départ, un km 0 à la croisée des Chemins entre Rome et Compostelle.

Cet événement a réjoui tous les adeptes du pèlerinage, le mercredi 31 octobre 2018 à 16h30, au square Agricole Perdiguier à Avignon à quelques semaines du 20ème anniversaire de l'inscription des Chemins de Compostelle au patrimoine culturel mondial de l'UNESCO, et que la plaque a été bénie par Monsieur Le Chanoine Brehier, Recteur de la Basilique Métropolitaine de Notre-Dame des Doms.

Hugues Massis ✉ [massishugh@gmail.com](mailto:massishugh@gmail.com)



### → Lève-toi et marche !

Loin de moi de penser à mal de l'appellation biblique.

Martine, mon épouse a une douleur à un orteil depuis plusieurs mois. C'est douloureux, mais cela ne l'empêche pas de marcher. Nous quittons Saint-Jean-Pied-de-Port, pour aller voir Saint-Jacques : 799 km.

Tous les jours comme beaucoup d'autres, elle prend soin de ses pieds, et surtout elle bichonne son orteil.

## les zoreilles du chemin

En chemin, nous quitions Los Arcos pour Viana le 11 septembre 2018. Notre cheminement nous fait croiser un berger qui nous dit être marocain, il est berbère et parle le tachelite, langue que j'apprends, le dialogue est vite établi.

Nous continuons et après le lieu dit La Virgen del Poyo, nous arrivons à un petit ravitaillement de campagne, nous commandons deux tortillas patatas. A table, nous retrouvons Johane la québécoise et nous dit : "Je me suis fait une entorse au petit orteil, et me voyant arriver en claudiquant, le chef de ce petit ravitaillement me fait asseoir, a pressé le dessus du pied, a massé mon petit orteil, a pris ma tête entre ses deux mains, et m'a demandé de le fixer dans les yeux quelques secondes. Il m'a secoué fortement la tête, m'a demandé de me rechausser et de marcher. La douleur était partie."

Pour Martine, je m'empresse de voir le restaurateur. Il demande à Martine de s'asseoir. Il recommence le même exercice qu'à notre amie québécoise et de marcher. La douleur a disparu : surprenant.

Le temps de notre déjeuner, trois dames arrivent séparément avec genouillères, bandages aux genoux. Et moi, en bon samaritain, lorsque je vois quelqu'un boiter, je leur présente "le soigneur" bénévole et ces trois femmes sont reparties sans leur équipement médical. Surprenant.

Il y a quatre jours, de retour à la maison, je demande à Martine "Et ton orteil ?". Surprenant, elle a oublié car elle n'a plus mal.

Jean-Claude et Martine Doron ✉ jcl-50@hotmail.fr



### → Recherche hospitalier

Le gîte paroissial Kaserna, dans le pays basque, recherche des hospitaliers bénévoles pour compléter son équipe.

Profil de l'hospitalier :

Motivé, autonome, sens de l'accueil et bonne humeur

Pèlerin avéré du Chemin de Compostelle

Prêt à s'investir avec bonne volonté dans la tenue du gîte pour une semaine ou deux :

- Ménage du local
- Entretien du linge
- Préparation du repas du soir et du petit déjeuner
- Accueil des pèlerins

Situé à Saint-Jean-Pied-de-Port, Kaserna accueille au maximum 14 pèlerins en deux dortoirs de 10 et 4 lits d'avril à fin octobre. En raison de son emplacement, le gîte est la plupart du temps com-

plet. Jean-Claude, responsable du lieu, prendra un premier contact avec les personnes intéressées.

Jean-Claude Nogues ✉ jcisard@hotmail.fr

### → Le petit "Ultreia", chariot de randonnée

C'était il y a déjà deux ans.

Moi, le petit « Ultraia », chariot de randonnée, je suis parti comme tant d'autres sur le camino francés, accompagnant mon maître atteint d'invalidité. C'était par un beau jour de septembre que nous avons pris le camino par Valcarlos, puis Roncevaux.

Le chemin était si dur, car beaucoup de cailloux. Et mon maître si fragile, que les montées et descentes l'on fait beaucoup souffrir. Il ne savait pas encore comment je pouvais lui rendre le chemin plus doux. De nombreuses pauses étaient nécessaires à la reprise de son souffle.



Et pour profiter également de la douceur d'un début d'automne, au départ de Roncevaux, j'ai rencontré un de mes comparses. Je me suis senti moins seul, d'un coup. La progression, sur terrain relativement plat, se déroulait sans souci. Mais pas pour longtemps car certains passages étaient particulièrement ardues pour mon maître et mes deux roues. Mais le plus dur fut la descente de l'Alto de Perdon vers Uterga. Face à ce défi, mon maître, éreinté, a changé de technique de progression.

Sur terrain accidenté – comme c'était le cas à ce moment précis – il s'est dételé et m'a guidé dans la descente en tenant simplement le harnais à la main. J'étais devant lui en descente et il pouvait ainsi s'aider avec sa canne de marche.

Et dans les montées, il renouvelait sa technique, mais en me tirant d'une main cela afin de réduire les secousses liées aux terrains rocailloux.

Cette technique a ainsi permis de franchir de nombreux d'obstacles. C'est à Ayegui que j'ai rencontré deux de mes frères avec qui nous avons cheminé durant une trop courte journée. Camino faisant, mon maître devait souvent faire halte pour prendre du repos. Cependant, il fut un passage que jamais je ne passerais avec mon maître, ce fut à l'approche de Portomarin.

Le chemin antique ! Par chance, un détournement routier fut possible.

Et un beau jour ... Compostelle était enfin à portée de roues. Nous avions, mon maître et moi, enfin réalisé ce rêve.

Cependant, toutes les bonnes choses ayant une fin, nous sommes revenus en France par le chemin de fer.

Marcel Khebir ✉ marcel.khebir@mail.be



## les zoreilles du chemin

### → De Nantes à Fisterra avec un chariot de randonnée

Me voici de retour à la maison après 2 mois de marche de Nantes à Fisterra.

Je n'ai pas encore analysé ce que le chemin a bien pu changer en moi et dans ma vie, surtout quand on entend parler de " l'esprit du Chemin " tout au long du Camino Francés.

Par contre, je peux expliquer pourquoi je suis partie avec un chariot de randonnée.

Au départ, le choix du chariot plutôt que le sac à dos car je voulais apporter tente, popotte et matelas afin de me sentir libre de camper où je voulais. Etre au plus près de la nature. Finalement, je n'ai pas eu le cran de camper seule à la belle étoile (à deux on se sent plus téméraire !). Et puis, il faut le dire, Robinson Crusoe, ce n'est pas moi. De plus, il a fait tellement chaud en août, qu'une douche de réconfort fut indispensable le soir. J'ai donc utilisé ma tente finalement une dizaine de fois dans des campings en France. Mais, je maintiens que c'est possible et qu'il n'y a aucun danger à dormir à la belle étoile (quelques pèlerins ont expérimenté et tout s'est bien passé).

J'ai cheminé sur la voie du Mont-Saint-Michel jusqu'à Saint-Jean-d'Angely et ensuite la voie de Tours. Marchant seule toute la journée, je fus très contente de parler le soir avec les hébergeants et les bénévoles dont les conseils se sont avérés très précieux, les échanges agréables et les soirées moins longues.

Arrivée à Saint-Jean-Pied-de-Port, j'ai renvoyé par la Poste, tente, matelas... pour ne garder que l'essentiel, l'Espagne ne disposant que de très peu de campings et, comme en France, pas assez téméraire pour camper seule dans la nature.



Avec le chariot, sur le Camino Francés, je suis passée partout et pour les passages délicats, j'ai eu la chance d'être aidée par des pèlerins. Les chemins en Espagne sont larges. Même le tronçon Rabanal del Camino-Cruz de Ferro, le chariot l'a fait à la force aussi de mes bras. Je n'ai eu aucun mal de dos, mais par contre, il fallait tirer parfois assez fort sur les bras et motiver le chariot dans des sentiers pierreux avec des ravines. Les dénivellés furent aussi difficiles pour moi que pour n'importe qui avec un sac à dos. De toutes façons, il faut monter, très dur parfois, et redescendre, tout aussi dur. Alors, pour se muscler, rien de tel que le chariot.



Tout mon corps était sollicité : jambes, bras, épaules, abdos, coeur.

Dans les gîtes, le chariot a toujours trouvé sa place et aucun commentaire désobligeant à mon encontre. Souvent pour des raisons médicales, certains pèlerins ont un chariot car ils ne peuvent plus porter de sac à dos.



Pendant ces deux mois, j'ai attiré l'attention et le regard de plusieurs dizaines de pèlerins et non-pèlerins en me posant des questions, en acquiesçant mon choix ou admirant mon courage. Des centaines ont pris en photo cet attelage curieux et pas commun. Le chariot a favorisé les rencontres et les dialogues.

Tout choix est personnel et je ne prendrai pas partie pour un choix ou un autre. Chacun est libre, l'expérience est unique.

Pour ma part, je ferai un autre chemin et demanderai à mon chariot de m'accompagner. On ne change pas une équipe qui gagne !

Véronique Maudet ✉ veronique.maudet@orange.fr

### → Les aquarelles de Cécile



Surprise, je retrouve Georges que je n'avais pas vu depuis la veille. Nous sommes dans le même dortoir. Avec nous, il y a également Olga ainsi qu'une Italienne, Maria-Rosa. Partie à pied de Puente la Reina, cette dernière rejoint Atapuerca pour y tenir bénévolement un refuge pendant une semaine.

A Villamayor del Rio, l'albergue est agréable, elle est en retrait de la route, à 100 m. L'environnement n'est pas au top, alors je repère une des paires de chaussures qui s'aèrent au soleil et la croque. Ce sont celles de Georges. Il est très fier de mon choix et il ne peut s'empêcher une pointe d'humour :

- Heureusement, la peinture ne transmet pas les odeurs !

Ce soir, autour de la table, nous sommes neuf de six nationalités : un couple de danois, un couple d'allemands, une Colombienne, une Italienne, un Portugais et deux Français (Georges et moi). Comme tous les autres soirs, les échanges se font principalement en anglais et en espagnol. Pour que Georges se joigne à nous, je m'improvise interprète. Depuis Monreal, Georges est le seul français que je croise

Cécile Van Espen ✉ cecile.van.espen@gmail.com

<https://surlecheminlaquarelle.wordpress.com>

# les zoreilles du chemin

## → Rituel du matin

Je vous propose aujourd'hui une réflexion autour d'un rituel qui va certainement améliorer votre quotidien et votre productivité.

Il n'est pas vraiment question ici de vous amener à aller marcher, sac au dos à la tombée du lit mais plutôt de reconsidérer les premières minutes de la journée comme un moment pour soit, une façon de réveiller le corps et l'esprit.

Il n'y a rien de plus difficile que d'amener un rituel nouveau dans son quotidien. Je dirais même que la difficulté n'est pas d'instaurer un rituel mais de s'y tenir. Nous en avons tous et n'y prêtons plus attention. Prenez l'exemple du matin, au réveil. Certaines de nos actions matinales sont désormais automatiques et il est difficile de s'accorder une vingtaine de minutes dans un emploi du temps parfois chargé dès les premières minutes de la journée : douche, petit déjeuner, brossage de dents et en parallèle s'occuper du petit dernier, ramasser le café renversé, ne pas loucher l'heure du décollage vers le travail, l'école... Quel planning ! La journée est commencée, on est au travail, le goût du café dans la bouche, la trace de l'oreiller sur la joue et on sait que le prochain moment pour nous sera à la pause déjeuner... whaou !

On a l'habitude d'entendre que pour rester en forme, il est bon de marcher au moins 30 min par jour. On me promenant sur le net à la quête d'informations à ce sujet, on trouve de tout : bon pour la circulation sanguine, contre les varices, bon pour le cœur, permet de se muscler, perdre des calories, découvrir de nouveaux lieux, augmente la densité osseuse, soulager les maux de dos. Un point qui me semble important est celui qui considère la marche comme un moyen efficace contre l'anxiété et la dépression. Une enquête menée par des chercheurs de l'Université de Stirling en Écosse qui décortiquait huit études concernant les effets de la marche sur 341 personnes va dans ce sens. En effet, marcher nous permet de nous rapprocher notre corps et ainsi faire un premier pas vers le contrôle d'autres aspects de notre quotidien. En clair, marcher nous amène à nous sentir vivant : on ressent nos muscles, on prend conscience du souffle, du monde qui nous entoure.

Cette prise de conscience est essentielle car elle est un premier pas vers la gestion de nos ressentis puis celle de nos émotions. La régularité de cette pratique (et c'est là la clé), développera petit à petit cette conscience qui fait que l'on se sent et se ressentons comme entité à part entière dans le monde qui nous entoure et dont on fait parti.



Et c'est là que c'est bon ! Car, si je suis vivant, c'est que j'ai la possibilité de mener des actions dans mon quotidien. L'activité sportive, la marche de bon matin dans notre cas, va donc permettre au corps de se réveiller, de prendre toute la mesure de ce qui nous entoure et permettre à notre cerveau une mise en marche tout en douceur.

La libération d'endorphines après plusieurs minutes vont stimuler, en plus de vos muscles, votre cerveau. Cela va jouer sur votre motivation, votre capacité créative, votre analyse et vos réflexions.

Pour résumer: si vous mettez votre réveil à sonner entre 20 et 30 minutes plus tôt, cela veut dire que vous allez prendre du temps pour vous et d'être en condition pour attaquer une nouvelle journée. Vous aller partir marcher puis déjeuner d'un appétit naturel. Vous serez en pleine conscience dans vos automatismes matinaux car votre corps sera réveillé puis pourrez vous mettre au travail de manière performante, voir créative, boosté à l'endorphine ! Bande de drogués ! (il faut bien 20-30 min de marche pour que le processus s'enclenche)

Pour avoir expérimenté cela, je peux sans nul doute vous encourager à essayer. Commencez petit, 10 min puis 15 etc, car un rituel est difficile à automatiser. Le but est que la marche du matin devienne aussi naturel que le brossage de dent. Si vous êtes régulier, vous serez récompensés.



Pour vous motiver, mettez une intention à cette marche matinale : aller voir le marcher sur la place d'à côté, offrez vous un lever de soleil, emmener votre enfant avec vous etc. C'est un moment qu'il est agréable de partager, ne vous privez pas !

Matt Rando-inside

## → Poésie du chemin

*Saint Jacques de Compostelle  
Nom mythique  
Résonnant en moi  
Comme une douce ritournelle*

*Lancinante  
La peur guette  
Sous sa cape de couardise  
Et d'attentes muettes*

*Marcher ?  
Est-ce vraiment la priorité ?  
Allons !  
Ce n'est pas sérieux !*

*Raison qui tourbillonne  
Pendant que le coeur  
Entend l'étranger qui claironne  
Tambourinant déjà de bonheur*

*Il bat déjà au rythme de la forêt  
Rêve de bailler aux étoiles  
Et de la paix  
Qui borde lacs et sentiers*

*Impatient de saisir  
La vie à mains nues  
De croquer ses fruits  
Sans crainte et sans retenue*

*Au début le corps lutte  
Les épaules en bandoulière  
Rêvent de coussins d'air  
L'esprit tous azimuts*

*Instantanément des liens  
se créent  
Autour d'un sourire  
D'un repas  
Ou d'un bout de chemin partagé*

*Celle d'un monde plus tendre  
Plus généreux, plus humain  
Qu'on soit rouge, blanc, noir  
ou brun  
Ouvrier, étudiant ou bien médecin*

*Nous rencontrons tous la pluie  
Et le beau temps  
L'extase, la fatigue  
Le découragement*

*Entre projections fantasmatiques  
Et spectres d'un passé chaotique  
Un pèlerin peut s'égarer  
longuement*

*Je ne te connais que de nom  
Encore rien sur les 1001 merveilles,  
d'un itinéraire  
Sans nul autre pareil*

*Pourquoi diable prendre la route  
Quand tout autour de toi  
Invite à rester dans la course  
Et que lentement s'installe le doute*

*Pendant un mois qui plus est !  
Mais tu es fou !  
N'as-tu rien de mieux à faire  
Que d'ajouter à tes godasses  
quelques trous ?*

*Lui sent déjà les rivières  
Couler dans ses veines  
L'enivrement éphémère  
Des rencontres soudaines*

*Épouser l'inconnu  
Tel un enfant curieux  
Se lancer des défis incongrus  
Lui n'a jamais oublié le sens du jeu*

*11 kilos sur le dos  
Une tente  
Quelques fringues  
Point trop n'en faut*

*Les mollets ne comprennent  
pas ce qui se passe  
On adapte la hauteur du sac  
Et on sue à grosses gouttes  
Pendant que le mental jacasse*

*Hommes, femmes,  
Enfants et vieillards  
Marchant main dans la main  
Sur la même trame*

*À la fin de la journée  
Qu'on dorme en tente  
Ou dans un dortoir chauffé  
Ou a les mêmes cloches aux pieds*

*Tous cheminent  
Nombre courent  
Certains ruminent  
Mais qui marche vraiment ?*

*Sans même apercevoir  
Le jour illuminer la colline  
Sans même sentir son corps*

# les Zoreilles du chemin



*Dans des guerres intestines*

*Mais il y a toujours un moment  
Où le marcheur revient à ses  
bottines  
Ou s'éprend à frissonner  
Sous la caresse du vent*

*Il sort de l'urgence  
De tout ce non-sens  
Et frôle l'imperceptible liberté  
De son essence*

*Les plafonds d'étoiles  
Remplacent peu à peu  
Le dortoir municipal  
Et ses ronfleurs oublieux*

*Il écoute la Terre  
Déverser toute sa colère  
Et observe la sienne  
Trembler sous les tonnerres*

*Puis court se laver  
Parmi les morts  
Corps et esprit  
Purifiés par une nature sauvage*

*Perles d'un même chagrin  
Arrosant les graines  
D'une générosité  
Qu'on croyait oubliée*

*Comme autant d'invitations  
À donner à son tour  
Un peu de son temps  
De son amour*

*Rêver d'une autre humanité  
Plus consciente, moins rapace  
Et apprendre  
À l'aimer telle qu'elle est*

*Se rapprocher des autres  
Des animaux  
Des plantes  
Et de soi-même*

*Ressentir l'union  
De la Terre et du Ciel  
Se relever  
Puis repartir vers l'essentiel*

Benoît Patte  
✉ benoit\_patte@hotmail.com <https://benoitpatte.com/>



*Respirer la vie qui l'anime*

*Alors il prend le temps  
Savoure l'air fleuri  
Dans ses narines  
Et goûte la chaleur d'un été qui  
défile*

*Chemin qui enrichit  
Autant qu'il ne dépouille  
La zone de confort s'effrite  
Pendant que l'aventure s'invite*

*Vieilles granges  
En guise de gîte  
Quand l'orage éclate  
Sous le regard des anges*

*Joue sous les canons d'arrosage  
Pieds dans la gadou  
Un large sourire  
Au coin de la joue*

*Combien de larmes ont coulé  
Le long du chemin  
Dans la chapelle de Marie  
Au milieu des bocages ?*

*Rendre grâce  
À chaque instant qui passe  
Et cueillir sans culpabilité  
Les fleurs de l'hospitalité*

*Et sombrer  
Dans les bras de Morphée  
D'une fatigue saine  
Usé comme ses godasses*

*Aller châtouiller les Pyrénées  
Dans un bain de brumes  
matinales  
Avant de célébrer la vie  
Avec une kyrielle de nouveaux  
amis*

*Plonger au plus profond de son  
être  
Entre l'ombre et la lumière  
Tomber dans une pâleur blême  
Et tout envoyer paître*

## → Les marcheurs internationaux

Les premiers marcheurs internationaux sur le Chemin du Québec .

Saint-Jean-sur-Richelieu, 15 octobre 2018 – Depuis bientôt 10 ans, Christian et Anne Corson, de Ambrières-les-Vallées en France, marchent sur différents chemins de Compostelle ou Jérusalem. Cette fois, ils avaient le goût de découvrir une partie du « Chemin du Québec » sur 600 km, de Montréal jusqu'à Mont-Carmel dans le Bas-Saint-Laurent, qu'ils atteindront vers le 19 octobre.

Bien qu'ils se considèrent des pèlerins modernes, " c'est plus de la découverte, découverte de la culture, découverte et rencontre des gens qui est le plus important et l'esprit du chemin...et on a le temps de s'arrêter et parler avec les gens " nous mentionne le couple.

Jusqu'à présent ayant été reçus dans des salles communautaires, sous-sols d'église, chez « l'habitant », il leur est possible de vivre cette aventure au Québec avec un petit budget de 50\$ à 75\$ quotidiennement.



Ce qu'ils apprécient le plus depuis leur départ le 24 septembre, c'est la beauté des lieux, la nature, l'architecture et la chaleur des gens sur leur passage.

« C'est que du bonheur, le temps qu'on prend à prendre le temps ».

Le Chemin du Québec est le parcours de 1200 km entre Montréal et le phare Cap Gaspé, traversant le Québec dans 9 régions. Tous les détails à

<http://quebeccompostelle.com/chemin-du-quebec/>

La randonnée pédestre au Québec

Il existe 3 types de randonnée au Québec :

1. Rando autonomie (Gros sac, petit budget, tente/refuge)

Les participants partiront pour plusieurs jours/semaines en forêt loin des habitations.

2. Rando tourisme (Petit sac, gros budget, chambre 5\*)

Les participants souhaitent visiter une région à pied avec un confort certain et profiter des attractions touristiques tel que spa, plage ou repas gastronomique.

3. Rando communautaire (Moyen sac, petit budget, dortoir)

À l'image de Compostelle, il s'agit de randonnées axées vers le ressourcement, plein-air-santé, à la découverte des paysages et communautés que l'on traverse.

Pascal Auger ✉ [pascal.auger@quebeccompostelle.com](mailto:pascal.auger@quebeccompostelle.com)





## Petites annonces (parution 3 mois)

Je recherche un gîte d'étape ou un lieu que je pourrais transformer en gîte sur le GR 65 entre Figeac et Saint Jean-Pied de Port.

Installation prévue en 2019.

Merci de me contacter si vous envisagez de vendre votre bien.

Patrick Dubois

✉ patcompostelle@gmail.com



→ L'Application mobile Miam Miam Dodo



*En vente dans tous les Stores de la planète (Apple comme Android), et dans toutes les monnaies.*

*En français et en anglais pour l'instant, et dès 2019 en espagnol, italien, allemand, néerlandais et portugais.*

*Le GR 65 et les voies de Rocamadour et du Célé pour l'instant.*

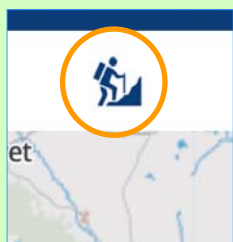
*Le camino francés en 2019...*

*Puis la voie d'Arles et la voie de Vézelay en 2020...*

*Puis.....*

Avril 2018 : l'Application mobile Miam Miam Dodo, après une gestation d'une année, est enfin mise à la disposition du pèlerin des temps modernes dans l'AppStore (pour iPhone) et le PlayStore (pour les autres téléphones sous système Android).

**Et voici ce mois une nouvelle fonction : les difficultés du Chemin.**



Si on clique sur le bouton du petit bonhomme qui marche, on obtient la liste des principaux points notables du Chemin, avec les services y afférant, mais également avec la distance et le temps de marche et surtout avec la difficulté de la section : vert si elle est facile, orange si elle est un peu scabreuse, et rouge si elle est difficile

Et ça marche aussi pour les variantes...

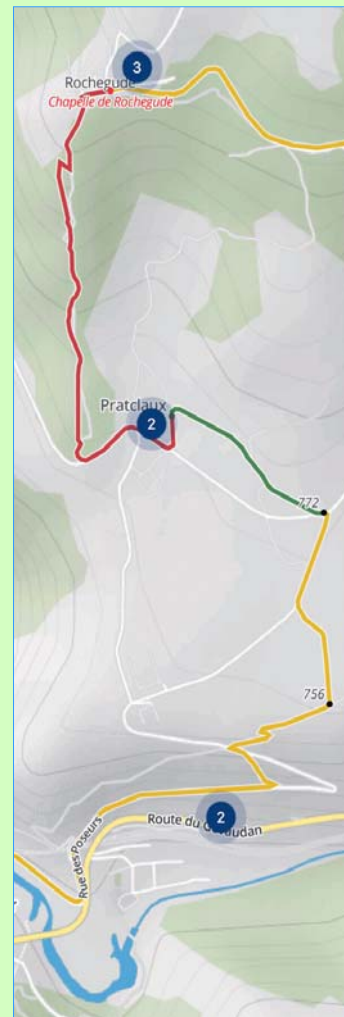
Et puis surprise, si on quitte le mode Liste et qu'on revient au mode Carte, alors le Chemin lui-même apparaît en 3 couleurs, des couleurs de bonheur et de pénitence : vert si c'est facile, jaune si ça chatouille un peu les mollets, et carrément rouge là où vont fleurir les plus beaux jurons. Souvenez-vous de la descente de Rochegude...

Quoi de plus parlant pour visualiser et préparer son étape avant le départ ?

**Trop fort...** : Ils ont fait très fort au Vieux Crayon : sur une seule carte d'un petit téléphone, mettre l'itinéraire du Chemin de Compostelle, la difficulté du tracé, le temps de marche personnel du pèlerin et les hébergements où il pourrait séjourner...

Verteia, Orangeia, Rougeia, Ultreia !

Y	Montbonnet : alt. 1108 m Difficulté : Facile 🚶 pendant 1.5 km ⌚ 0h25
Y	Ruisseau : alt. 1117 m Difficulté : Moyenne 🚶 pendant 1.5 km ⌚ 0h25
Y	Lac de l'Oeuf : alt. 1206 m Difficulté : Facile 🚶 pendant 2.3 km ⌚ 0h39
Y	Le Chier : alt. 1034 m Difficulté : Difficile 🚶 pendant 1.8 km ⌚ 0h30
Y	St-Privat d'Allier : alt. 881 m Difficulté : Facile 🚶 pendant 1.5 km ⌚ 0h25
Y	Combriaux : alt. 919 m Difficulté : Moyenne 🚶 pendant 1.9 km ⌚ 0h32
Y	Chapelle de Rochegude : alt. 940 m Difficulté : Difficile 🚶 pendant 1.3 km ⌚ 0h22
Y	Pratclaux : alt. 762 m Difficulté : Moyenne 🚶 pendant 2.6 km ⌚ 0h44
Y	Monistrol d'Allier : alt. 599 m Difficulté : Moyenne 🚶 pendant 1.4 km ⌚ 0h23
Y	Chapelle de la Madeleine : alt. 680 m Difficulté : Difficile 🚶 pendant 3 km ⌚ 0h51
Y	Montaure : alt. 1022 m Difficulté : Facile 🚶 pendant 3.6 km ⌚ 1h01



# les Zoreilles du chemin - explicatif sur les petites annonces

## Les petites annonces commerciales des Zoreilles :

Le revenu des petites annonces des Zoreilles sera utilisé pour payer la location de notre serveur sécurisé et le travail de mise en page.

Nous acceptons uniquement des annonces ayant un lien direct avec le Chemin de Compostelle, le pèlerinage, la marche. Nous nous réservons le droit de refuser toute annonce qui nous semblerait ne pas relever de cet objet.

Pour qu'une annonce paraisse dans les Zoreilles d'un mois (ordinairement le 15 du mois), il faut impérativement qu'elle nous parvienne le mois précédent. Exemple : pour paraître dans les Zoreilles du 15 Juin, une annonce doit nous parvenir avant le 31 Mai. il n'y a pas de Zoreilles en Juillet-Août dans les boîtes-courriels. Elles passent l'été dans les alpages...

**Nous écrire :** pour nous envoyer une annonce, poser une question, etc..., écrivez à : [annonces@chemindecoste.com](mailto:annonces@chemindecoste.com)

**Paiement :** le règlement par chèque ou virement devra nous parvenir en même temps que l'annonce.

Chèque à l'ordre de « éditions du Vieux Crayon », 119 route de l'Aubraie, 85100 Les Sables d'Olonne

Virement sur le compte CCP : BIC PSSTFRPPNTE

IBAN FR02 2004 1010 1106 4827 3D03 268

### FORMAT 1 - 15 € TTC

photo 38 mm X 30 mm (108 pixels X 85)  
+ 6 lignes de texte  
- ou bien 15 lignes de texte sans photo

Scipio Aemilianus, cum in Hispania sub Lucullo duce militaret, atque Intercatia praevalidum oppidum circumsederetur, sed primus moenia eius conscendit.

Scipio Aemilianus, cum in Hispania sub Lucullo duce

militaret, atque Intercatia praevalidum oppidum circumse-

deretur, sed primus moenia eius conscendit. Neque erat in eo exercitu quisquam aut nobilitate aut animi indole aut futuri praesagiis, cuius saluti magis

## Bonus :

Les annonces paraîtront dans **3** numéros consécutifs, ce qui leur laissera une bonne chance d'être lues et de susciter un intérêt chez un lecteur des Zoreilles !

### FORMAT 2 en hauteur - 30 € TTC

photo 40 mm X 55 mm (113 pixels X 156)  
+ 15 lignes de texte

Scipio Aemilianus, cum in Hispania sub Lucullo duce militaret, atque Intercatia praevalidum oppidum circumsederetur, primus moenia eius conscendit. Neque erat in eo exercitu quisquam aut nobilitate aut animi indole aut futuri praesagiis, cuius saluti magis parci et consuli deberet: sed tunc clarissimus quisque.

Scipio Aemilianus, cum in Hispania sub Lucullo duce militaret, atque Intercatia prae-

validum oppidum circumse-

deretur, primus moenia eius conscendit. Neque erat in eo exercitu quisquam aut nobilitate aut animi indole aut futuri praesagiis, cuius saluti magis parci et consuli deberet: sed tunc clarissimus quisque.

### FORMAT 2 à plat - 30 € TTC

photo 89 mm X 30 mm (252 pixels X 85)  
+ 6 lignes de texte

Scipio Aemilianus, cum in Hispania sub Lucullo duce militaret, atque Intercatia praevalidum oppidum circumsederetur, primus moenia eius conscendit. Neque erat in eo exercitu quisquam aut nobilitate aut animi indole aut futuri praesagiis, cuius saluti magis parci et consuli deberet: sed tunc clarissimus quisque juvenum pro amplificanda et tuenda patria plurimum laboris.

### FORMAT 3 - 50 € TTC

photo 89 mm X 54 mm (252 pixels X 153)  
+ 15 lignes de texte

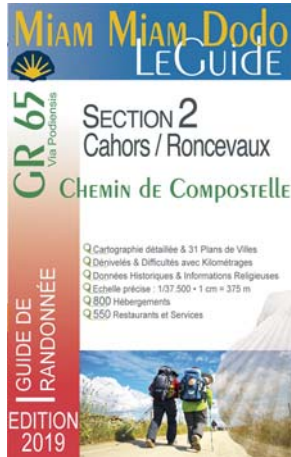
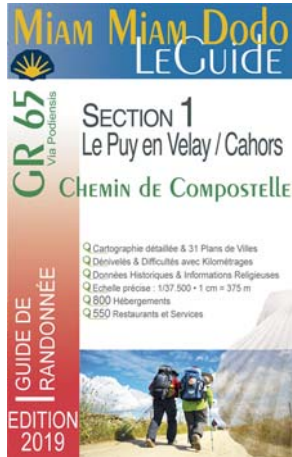
Scipio Aemilianus, cum in Hispania sub Lucullo duce militaret, atque Intercatia praevalidum oppidum circumsederetur, primus moenia eius conscendit. Neque erat in eo exercitu quisquam aut nobilitate aut animi indole aut futuri praesagiis, cuius saluti magis parci et consuli deberet: sed tunc clarissimus quisque juvenum pro amplificanda et tuenda patria plurimum laboris ac periculi sustinebat, deforme sibi existimans, quos dignitate praestaret, ab his virtute superari; ideoque Aemilianus hanc militiam, aliis propter difficultatem vitantibus, sibi deposcit. Scipio Aemilianus, cum in Hispania sub Lucullo duce militaret, atque Intercatia praevalidum oppidum circumsederetur, primus moenia eius conscendit. Neque erat in eo exercitu quisquam aut nobilitate aut animi indole aut futuri praesagiis, cuius saluti magis parci et consuli deberet: sed tunc clarissimus quisque juvenum pro amplificanda et tuenda patria plurimum laboris ac periculi sustinebat, deforme sibi existimans, quos dignitate praestaret, ab his virtute superari.

# les zoreilles du chemin

## → Les Miam Miam Dodo 2019 arrivent

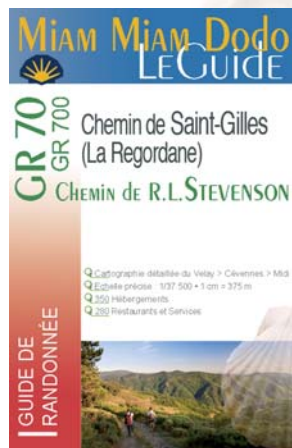
La nouvelle collection des Miam Miam Dodo 2019 sera disponible dès le 3 décembre au petit matin, à l'heure où blanchit la campagne. Quatre petits nouveaux :

- Le GR 65, section 1 et 2
- La voie du Célé et la voie de Rocamadour
- Le Camino francés



Auxquels s'ajoutent bien entendu :

- La voie d'Arles - camino aragonés
- La voie de Vézelay
- Le chemin de Stevenson - chemin de Saint Gilles



Pour commander : [www.levieuxcrayon.com](http://www.levieuxcrayon.com)

Commande sécurisée en ligne

Le 3 décembre, millediou !

Le combien ?

Le 3 décembre, sur le site [www.levieuxcrayon.com](http://www.levieuxcrayon.com)

Et une semaine plus tard dans toutes nos fidèles librairies, le temps que les camionnettes jaunes fassent leur boulot !

Bonne route, pèlerin, le Miam Miam Dodo, pour la 22ème année, veillera sur ton chemin !