



Chemin Faisant

Association « Les Amis de Saint Jacques de Compostelle en Alpilles »

Membre de la F.F.A.C.C.

Enregistrée sous le n°W131001213 S/P d'Aix .Loi de 1901.

Maison de la Vie Associative—55 Rue Ampère—13300 SALON DE PROVENCE

Tél: 06.89.90.60.21

Courriel: stjacquesalpillés@yahoo.fr - site : www.stjacquesalpillés.com

Bulletin gratuit n° 41 - septembre 2015

« Marcher c'est aller au bout de soi même tout en allant au bout du monde »
Jacques Lanzmann



LE MOT DE LA PRESIDENTE

Venant d'ailleurs ou de là-bas, de pays inconnus ou de régions lointaines ils sont partis et ils marchent

Ils marchent . Seul ou en groupe.

Revivant tous les jours la rupture du départ ils marchent...

Réinventant tous les jours le rêve d'un possible, ils marchent...

Tous dans la même direction, tous vers le même but.

Ni le vent, ni la pluie, ni le soleil, ni la tempête ne font obstacle à leur détermination.

Ils marchent avec leurs pieds sur les cailloux de la terre, ils marchent avec leur tête sur les chemins de l'espoir.

Mais ...Ils n'ont pas de coquille accrochée à leur rêve, ni de credential cachée au fond de leur sac vide.

Ce sont les migrants de la guerre, du despotisme et de la faim qui marchent sur nos chemins.

Venant d'ailleurs ou de là-bas ...ils marchent.

Seul ou en groupe. Ils marchent

Tous dans la même direction, tous dans un but singulier.

Renouant chaque matin avec la promesse de la veille, ils repartent confiants.

Ils se méfient du soleil, se protègent de la pluie, évitent les tempêtes.

Ils se sont préparés un peu... Beaucoup... pas du tout pour vaincre leur routine, dépasser leur deuil et croire en un possible.

Saint Jacques les protège.

Ce sont les pèlerins du monde qui marchent sur le chemin de Compostelle.

Qu'importe que nous soyons d'ici ou d'ailleurs...Nous marchons.

La tragédie côtoie la quête existentielle mais nous marchons car nous sommes vivants.

Seul ou en groupe, nous marchons pour rester vivants.

Ainsi, tous les jours la vie nous pousse sur les chemins de la Terre où nous marchons et marcherons encore pour dire que nous existons.

Buen camino

SOMMAIRE

- * Le mot de Catherine Casanova
- * Aller jusqu'au bout
- * Nos adhérents sur le chemin
- * Des nouvelles du balisage
- * Une journée pour Sarrance
- * Remerciements de Frère Pierre
- * Collecte des bouchons : le point
- * Le coin du lecteur
- * Un livre à lire
- * Fête de la St Jacques
- * La sécurité sur le chemin
- * Projection du film « Compostelle, les chemins de la vie »
- * La recette



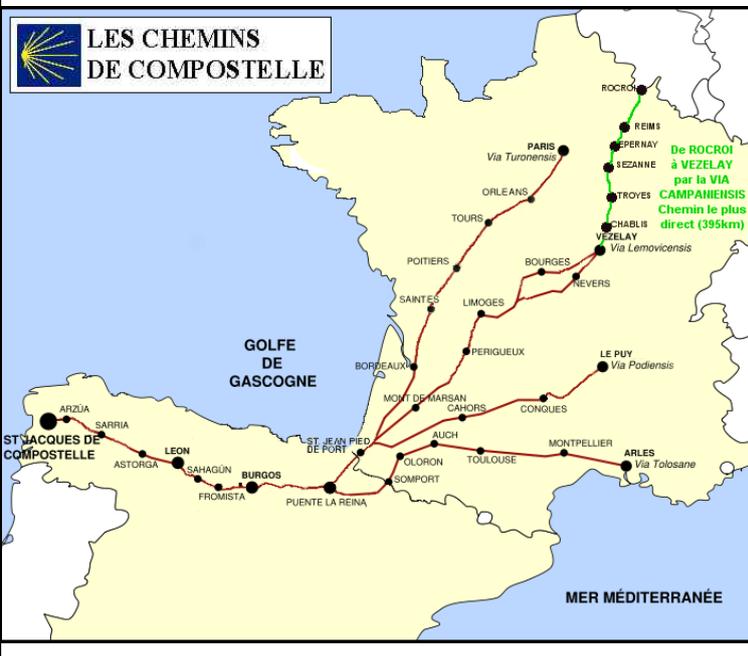
ALLER JUSQU'AU BOUT...



*Oh combien de piétons, combien de pèlerins
 Qui sont partis joyeux, parcourir les chemins
 Sont revenus chez eux, malheureux et transis,
 Combien capitulèrent, dure et triste fortune
 Sur la piste caillouteuse d'une pauvre commune
 Boitillants, misérables, les pieds endoloris
 Combien de passants las, courbatus et en nage
 Laissèrent tomber leur sac, vidés de tout courage
 Désespérés, minables, le moral à zéro
 Nul ne saura leur peine, par la marche causée
 Chaque nouvel hectomètre a leur mal aggravé
 L'un causa une ampoule, l'autre leur fit mal au dos
 Nul ne plaint votre sort, oh fantassins perclus
 Vous avez trébuché sur des sentiers perdus
 Heurtant de vos godasses des cailloux inconnus
 Oh que de vieux marcheurs, qui n'avaient plus
 qu'un rêve,
 Ont dû prendre un billet (s'il n'y avait pas grève)
 Et revenir en train, pitoyables et déçus,
 On demande où sont-ils ? Ont-ils atteint la ville
 Où chez le grand Saint-Jacques, les fidèles défilent,
 Puis votre souvenir même est enseveli
 L'image se perd dans l'oeil, le nom dans la mémoire,
 Le temps qui sur toute ombre en verse une plus noire
 Sur votre triste destin jette le triste oubli
 On s'entretient de vous, parfois à la veillée
 Maint joyeux groupe assis sur des bancs usagés*

*Mêle encore quelque temps vos noms presque oubliés
 Aux rires, aux refrains, aux récits d'aventures,
 Aux projets que l'on fait de voyages futurs
 Pendant que vous soignez vos orteils crevasés,
 Bientôt, des yeux de tous, votre ombre s'évanouit
 Jérôme a ses problèmes et Jules a ses ennuis.
 Seuls, durant les heures qu'ils passent à nous attendre
 De vieux hospitaliers, écrivant leurs mémoires,
 Pour finir un chapitre, y glissent votre histoire
 Pour mettre en garde les pieds tendres.
 Et quand ces vieux papiers sont tombés en poussière
 Rien ne sait plus vos noms, pas même une humble pierre,
 Dans la sente oubliée où glissèrent vos crampons
 Pas même un saule vert qui s'effeuille à l'automne,
 Pas même la chanson naïve et monotone
 Que chante un mendiant à l'angle d'un vieux pont.
 Où êtes-vous pèlerins, naufragés des grands routes,
 Trahis par vos mollets et rongés par le doute,
 Voyageurs épuisés, vidés, à bout de tout
 Vous dormez dans un lit, ou sur un canapé
 Rêvant au jour béni où vous repartirez
 Cette fois, c'est promis, pour aller jusqu'au bout.*

Publié avec autorisation de l'auteur
 Jean-Paul Rousseau





NOS ADHERENTS SUR LE CHEMIN

Ceux qui sont déjà partis :

Alain Simon et Michèle Valési : De Moissac à Saint Jean PDP (mois d'avril-mai)
Et de Porto à Santiago (septembre) pour Michelle Valési.

Catherine Casanova : D'Espalion à Lectoure (mois de mai)

Coup de cœur : Gîte de Serge Bouquet à Cahors mais grosse galère pour arriver à Espalion (voiture, train, bus1, bus2 + voiture de Martine Baux). Vous adorerez aussi le gîte. Le par'chemin, 34 avenue Montplaisir Espalais 82400 (1km Auvillar)

Marie-Claude Boitier et Françoise Namer : Du Puy en Velay à Conques

Jean-Jacques et Renée Crespy : D'Arles à Santiago

Marc Sévery et Patrick de Taxis du Poet : De Salon à Rome

Yves Herbreteau et Lucien Quéré : départ 1er août du Puy

Jean-Patrick Hourcastagnou : Du Puy en Velay à Santiago avec son frère.

Jean-Patrick est revenu avec la tête plein d'étoiles.

Anne-Marie Pérez : Voie du Vézelay de St Amand-Montrond à Gargilesse (pays de Georges Sand) - (avril-mai 120 km)

Très beau chemin peu fréquenté (une dizaine de pèlerins), paysages bucoliques propices à la méditation.

Gilbert Fiorito, son épouse et ses amis :

De Figeac à Aire sur Adour (mai 2015)

Brigitte Latour : De Narbonne à Saint-Jean PDP par Carcassonne (en vélo) de St Jean PDP à Roncesvalles (à pied) - (mai 2015)



Yves Deroubaix et deux amis : Camino anglais (118 km en mai) entre Ferrol et Santiago

André et Maria Losilla : Partis le 8 juin du Puy en Velay, étaient le 3 juillet à Moissac, continuent jusqu'à Puente la Reina.

Yves Lacroix : Parti sur le chemin du Puy le 28 avril, il est arrivé à St Jean Pied de Port le 27 mai (790 km en 29 étapes). Il a emprunté la variante du Célé après Figeac (GR651, 36 et a retrouvé le GR65 à Cahors. Emotions et quelques souffrances aux pieds.

Georges Philibert : « Cette année je fais la Via de la Plata en 2 fois ; du 27 mars au 20 avril je suis allé de Seville à Salamanque, je repars le 15 septembre pour terminer ce chemin de Salamanque à Santiago soit au total 1000 km. C'est un très beau chemin facile et peu fréquenté ou j'ai retrouvé l'ambiance " d'avant " je le conseille vivement à tous ceux qui aiment les grands espaces ».

Brigitte Latour est arrivée samedi 22 août en VTT à Santiago sous une pluie diluvienne après 684 km depuis Pampelune (9 jours).

Ceux qui vont partir :

Chris Pitter : Puy en Velay à Conques

Georges Grave : De Bilbao à Santiago (sept-octobre)

Cathy Proust et Dominique Cassar : De Porto à Santiago (septembre)

Monique Gozzerino, Philippe et Thérèse Marchandier et Robert Giacona (Bob) : De Porto à Santiago (septembre)

François Grégoire ... Et bien d'autres encore...



DES NOUVELLES DU BALISAGE



Nos baliseurs, sous la responsabilité de Marc Coillot qui est devenu baliseur de la FFR grâce à son stage de formation, continuent leur travail.

Ils ont effectué le balisage complet du chemin qui passe par notre région.





UNE JOURNEE POUR LE MONASTERE DE SARRANCE



Certains d'entre nous s'y sont arrêtés lors de leur pèlerinage sur la voie Tolosana, d'autres y sont allés comme hospitaliers, mais tous ont gardé un souvenir chaleureux et réconfortant de leur passage au monastère de Sarrance.

C'est dire qu'il ne fallut pas beaucoup de temps pour répondre à frère Pierre.

En effet, confronté à de graves difficultés financières il a fait appel à la solidarité des associations jacquaires pour assurer la survie de ce beau lieu d'accueil.

Aussi la décision a été prise lors de notre assemblée générale 2014 :

Organiser une grande paella ouverte à tous pour récolter des fonds.

C'est ainsi que nous nous sommes retrouvés à Aurons le dimanche 14 juin pour une journée conviviale, sportive et gastronomique.

Après une belle balade sur le plateau, les marcheurs ont rejoint les grottes au sommet du village pour commencer les agapes.

Grâce à la maestria de notre équipe de cuisiniers et leurs petites mains nous avons pu déguster, avec grand plaisir, une sangria fraîche et délicieuse ainsi qu'une paella riche et savoureuse.

Ils méritent tous nos remerciements car ils ont servi 100 convives.

Avec leur aide et la participation de tous, nous avons récolté 1000 euros auxquels s'ajoutent 100 euros de la vente des coquilles faites par Bob.



Par cet engagement notre association a prouvé, s'il en était encore besoin, qu'elle savait être fidèle à la belle formule d'Europa Compostella inscrite sur nos tee-shirts :

« Solidaires de la terre et des hommes »

Que vous en soyez tous chaleureusement remerciés.

Catherine Casanova



LES REMERCIEMENTS DE FRERE PIERRE

Chers Amis,

Un grand merci pour votre don qui nous touche beaucoup et qui nous aide à réaliser le projet de la continuité de la vie du cloître de Sarrance. .../...

Nous vous donnerons d'autres nouvelles dès que nous aurons avancé dans notre projet.

Avec notre prière et notre reconnaissance,

Frère Pierre



LE POINT SUR LA COLLECTE DES BOUCHONS



- avril 2015 : 375 kg
- juillet 2015 : + 450 kg = **825 kg !**
Pourquoi récupérer ? Ces matières ne sont pas biodégradables, c'est un geste pour préserver et sauver l'environnement, leur revente permet à l'association *Clicheko* à Marseille de recueillir des fonds pour l'hôpital de la Timone (recherche contre les maladies neuro-

logiques) et Paoli Calmette (recherche contre le cancer) à Marseille...

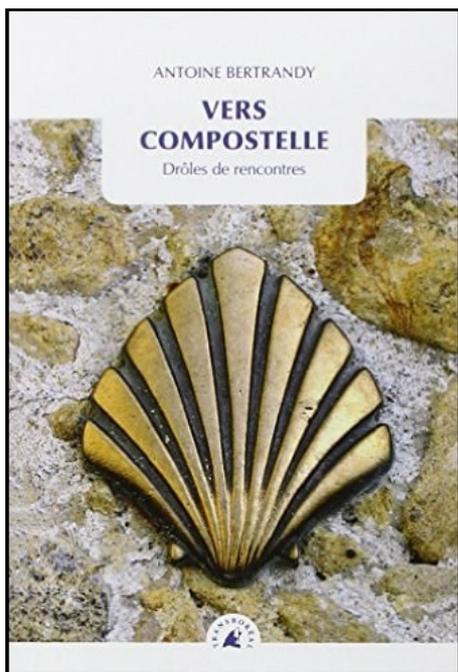
Encore merci et bravo à tous ! N'hésitez pas à relayer l'information auprès de vos amis collecteurs.

A bientôt pour la collecte d'automne,
Brigitte et Yves
06 32 09 96 70





LE COIN DU LECTEUR



« [Vers Compostelle, drôles de rencontres](#) » de Antoine de BERTRANDY, n° 063 dans la bibliothèque, lu par Ghislaine GALLAND :

Le ton est alerte, plein d'autodérision, comme un pas étonné d'être aussi léger au fil des kilomètres sur ce chemin mythique. Certaines situations nous font même rire ! Cependant Antoine de BERTRANDY passe de l'humour le plus prosaïque aux exposés historiques et aux détails culturels les plus documentés. Ceux qui ont fait le Chemin s'y retrouveront, ceux qui ne l'ont pas fait voudront y partir pour entrer dans l'univers de ces per-

sonnages si différents qui composent un tableau coloré, chaleureux, tellement humain !

« [Sur le chemin de REGORDANE ou chemin des muletiers](#) » de Marcel GIRAULT, n° 075 dans la bibliothèque, lu par Yves TRUNZLER : Voici un excellent document qui va me permettre de faire ce Chemin de REGORDANE, après avoir découvert tous ses aspects historiques et géographiques.

Un livre à la fois très technique et narratif. En effet il se présente comme une lumière sur les évolutions du Chemin au fil du temps.

nota: ce Chemin traverse les Cévennes comme le Chemin de STE-VENSON.

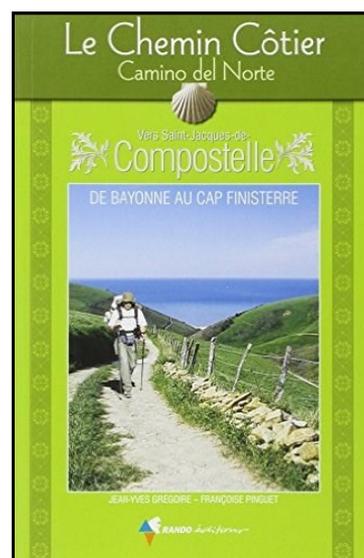
« [Sur le Chemin de St Jacques de Compostelle : le Chemin portugais, la via Lusitania](#) » de André DEHNEL, François LEPERE et Céline HECKMANN, n° 054 G dans la bibliothèque, ce guide a été lu par Mariette TAINOFF :

Très curieuse d'en savoir plus sur le Chemin portugais (après le café jacquaire sur ce thème en Janvier 2015) j'ai emprunté à la bibliothèque le guide " la via Lusitania". Ce premier contact m'a bien intéressée. Outre les conseils pratiques : hébergement, budget, sac à dos, etc... ainsi que quelques notions historiques concer-

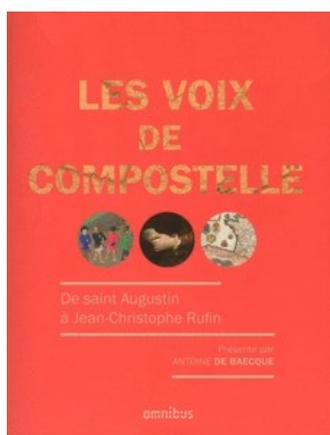
nant les grandes villes et monuments, j'ai suivi l'itinéraire "en lecture". J'ai décidé de commander ce guide pour pouvoir réaliser ce Chemin quand le moment sera venu pour moi.

« [Le Chemin côtier vers Compostelle = Camino del Norte](#) » de Jean Yves GREGOIRE et F. PINGUET (éditions Rando), n° 011 G dans la bibliothèque, lu par Agnès MEILHON :

Ce guide est très agréable à consulter, le Chemin est bien balisé !! ce guide le décrit assez bien et propose un riche répertoire d'hébergements. Les notices patrimoniales en font un outil de connaissance. Nous avons 2 guides pour compléter celui-ci !!!
Ce chemin est de toute beauté mais réservé à de bons marcheurs !!!



UN LIVRE...



Ils sont des milliers, chaque année depuis le Moyen Age, à répondre à l'appel de Compostelle.

Et chaque année depuis le Moyen Age, il s'en trouve un ou deux pour raconter, étonnés d'avoir eu le courage d'aller jusqu'au bout, anxieux de transmettre les secrets du Chemin et leur découverte du grand mystère de Saint Jacques.

Leurs voix sont pleines de poésie, parfois de souffrance, ou bien d'humour, d'autodérision ou de sagesse.

Antoine de Baecque les a réunies pour qu'elles composent, toutes ensemble, un guide historique, pratique et spirituel destiné à tous les amateurs de randonnée, pèlerins d'un jour ou d'un mois.

Proposition de lecture d'Yves Deroubaix



FETE DE LA ST JACQUES, FETE DE LA GALICE...



Au loin, un son de cornemuse... Le silence se fait... Le son se rapproche et face à nous apparaît Valentin, notre sonneur. Un moment fort, des frissons... l'émotion se lit sur les visages et dans les yeux. Nous entrons dans la chapelle... Vont s'enchaîner, entre des airs de musique très variés et sur un ton un peu théâtral, documentaire, brèves de comptoir et poésie... La surprise était au rendez-vous !

Un aperçu de la soirée, la Galice contée par Lionel :

La Galice, située au nord-ouest de la péninsule Ibérique, est entourée au nord par la mer Cantabrique, à l'est par les Asturies, la Castille et Léon, au sud par le Portugal et à l'ouest par l'océan Atlantique. Son histoire en a fait une terre de légendes, de croyance et de mystères.

Cinquième communauté autonome d'Espagne en terme de population avec près de 3 millions d'habitants, la Galice était peuplée par les Celtes avant la conquête romaine. Deux mille ans plus tard, cet esprit continue d'imprégner ce territoire.

Proue atlantique de l'Europe à l'image de la Bretagne, la Galice, est à la fois paysanne et océanique, conservatrice, mais non conformiste. Conservatrice par exemple avec sa musique folklorique où la cornemuse est l'instrument roi. Les gaiteiros (sonneurs de cornemuse) accusés d'hérésie au XV^e siècle, passent aujourd'hui à la télévision et font revivre une tradition orale qui tendait à disparaître. Les sonneurs de cornemuse sont de véritable héros de la culture traditionnelle galicienne, et ils n'ont pas perdu leur popularité avec la modernité. Milladoiro, Carlos Núñez, Budiño, Luar na Lubre ou Berrogueto ont donné à la musique galicienne sa renommée internationale.

Région un peu oubliée du grand bond en avant de l'économie espagnole, même si l'on assiste aujourd'hui à une évidente renaissance. Ses richesses, ce sont ses paysages verdoyants et variés, ses trésors d'architecture, son identité culturelle forte. Les galiciens ont une réputation de têtes dures, y compris en politique, puisque Franco, le Caudillo, était natif d'El Ferrol et Fidel Castro, le leader Maximo cubain, est de souche galicienne...

La maladie de l'encre a eu raison de la plupart des châtaigniers de Galice. Les pins et eucalyptus, moins nobles sans doute mais d'exploitation plus rentable, ont gagné du terrain et fournissent à l'Espagne près de la moitié de sa production de bois. Les châtaignes ont été remplacées depuis 20 ans par la culture du Kiwi, et la Galice fournit à l'Espagne 99% de ses fruits de mer.

Avec la pêche et une industrie automobile forte la région est aussi devenue un centre de la confection et du prêt à porter. "Le miracle de ZARA" est un exemple de ce renouveau galicien. Parti d'un petit atelier de couture où il a mis à profit le savoir-faire des couturières galiciennes qualifiées, le créateur de cette multinationale textile, Amancio Ortega, qui a débuté comme livreur de chemises à La Co-

rogne, figure aujourd'hui parmi les grandes fortunes mondiales. En quelques traits, l'écrivain Ramón Chao évoque l'atmosphère, l'horizon et le caractère de son terroir.

*"Lumière gris clair, sereine, tamisée par on ne sait quoi; peut-être l'air pur en mouvement perpétuel. Terre de choux, près de genêts, champs qui regorgent de seigle et de blé qu'on nomme ici pain. Montagnes vertes lissées par des siècles de pluie et de vent. Eucalyptus. Pins. Châtaigniers. Des *corredoras* - chemins caillouteux - traversent les mares où viennent s'abreuver les vaches et plonger les rainettes. Des maisons blanches s'éparpillent sur les terres: de l'une à l'autre ondule la spirale des chemins bordés de broussailles de fougères. (...) Ici les paroles sont des actes: elles signifient une volonté réelle quand elles sont prononcées".*

Merci à...

...Valentin pour son florilège de musiques issues du provençal local, du médiéval et de quelques airs galiciens dont il nous a régalez.

...A tous ceux qui nous ont aidés dans la préparation et logistique de l'évènement,

...A vous tous, amis jacquets, pour votre confiance, votre participation et vos épatantes et excellentes spécialités culinaires, oui, oui, poule, *tortillas* et même de belles tartes de Santiago !

« Merci à vous deux de nous avoir fait vivre une si belle fête de la Saint Jacques que de beaux souvenirs. » Annie et Victor B.

« Bravo pour ce spectacle et cette soirée ! »

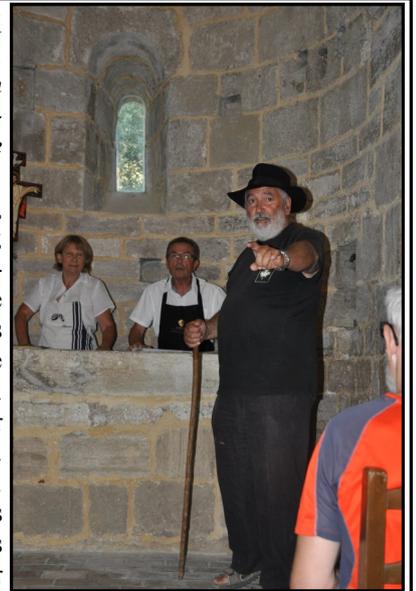
« Tout y était : la qualité, la simplicité, l'humour, le bon goût, la bonne ambiance. Merci ».

Une pèlerine fidèle.

A Christine, Raymond, Yves, Lucien, Bob, Philippe, Thérèse, Monique, René, Pascale, Annick, Marc, Michelle qui se mettent en route cette année, *BUEN CAMINO* !

Le comité de la Saint Jacques 2015

Brigitte et Lionel, touchés par vos mots et vos généreux applaudissements





Le titre du célèbre ouvrage de Jean Christophe Rufin ne s'applique pas à la lettre à ce qui se déroule réellement sur le Chemin. Chaque année plusieurs décès de pèlerins sont enregistrés sur les différents chemins vers Compostelle, ce qui statistiquement n'est pas anormal compte-tenu du nombre important de pèlerins (plusieurs centaines de milliers de pèlerins par an). Les pèlerins effectuant le pèlerinage pour la première fois sont surpris, en particulier sur la partie espagnole, de trouver sur leur chemin des stèles à la mémoire de pèlerins de toutes nationalités décédés sur le chemin.

Loin de nous effrayer et de nous décourager à partir sur le Chemin, il est important d'avoir bien conscience que marcher sur les chemins de Compostelle n'est pas quelque chose d'anodin et qu'il faut respecter un minimum de règles de sécurité pour ne pas risquer de voir se transformer en drame une expérience humaine qui se veut riche et inoubliable.

Marcher plus de 1500 kms ou simplement 200 ou 300 kms selon le temps dont on dispose et le projet que l'on a, nécessite une préparation sérieuse avant le départ et le respect d'un minimum de règles pendant le chemin.

Avant le départ

- Se préparer physiquement en effectuant des sorties sacs à dos avec des distances proches de celles envisagées.
- Prévoir éventuellement une visite médicale en particulier pour les personnes susceptibles de rencontrer des problèmes cardio-vasculaires.
- S'équiper avec un matériel adapté pour affronter les dangers du chemin (vêtements pour les intempéries, vêtements et sacs visibles par les véhicules..).
- Prévoir une fiche médicale accessible avec son identité, l'indication du Groupe Sanguin, des allergies à certains médicaments et les coordonnées des personnes à prévenir en cas d'accident. A cet effet il est conseillé d'utiliser le système ICE (ou ECU en français). Voir la petite note en fin d'article.

Sur le chemin

- Marcher sur le côté gauche lors des passages sur les routes et faire en sorte d'être visible des conducteurs de véhicules (gilets jaunes des voitures, vêtements fluorescents).
- Être très vigilant lors des traversées de routes en particulier quand on arrive d'un chemin « la tête dans les étoiles », plongé dans ses pensées. Savoir que les jours de pluie le haut de la cape sur la tête peut diminuer le bruit d'un véhicule et réduire une partie de la

vision périphérique d'où le risque de ne pas voir arriver un véhicule. Donc bien tourner la tête avant de s'engager pour traverser une route.

- Ne pas dépasser ses limites physiques notamment dans les étapes montagneuses ou les étapes longues et ne pas relever inconsidérément des défis physiques avec d'autres pèlerins. Les étapes du passage des Pyrénées entre Saint Jean Pied-de-Port et Roncevaux et celle du Cebreiro à l'entrée en Galice sont parmi les plus belles et les plus mythiques mais aussi parmi les plus accidentogènes. Gardez votre rythme et « ne vous mettez pas dans le rouge ».
- Ecouter les accueils pèlerins et la Gendarmerie en hiver quand ils déconseillent certains itinéraires enneigés. Cette année encore dans les Pyrénées il a fallu mobiliser des secours importants pour retrouver des pèlerins perdus dans la montagne dans la neige et le brouillard, transis de froid et qui n'avaient pas respecté les consignes. En Espagne à présent les secours aux pèlerins perdus sont facturés au prix fort aux « égarés » avec des montants dissuasifs.
- Ne pas se baigner dans l'océan sur des plages sans autres baigneurs dans l'eau. Il y a des marées et des courants dans l'Océan Atlantique. Se renseigner auprès des habitants.
- Pour les femmes seules, marcher en étant toujours visible d'autres pèlerins.

Ces petits rappels ont simplement vocation à vous permettre d'être dans la prévention et l'anticipation de certaines situations pour préparer et réussir votre chemin. En respectant ces règles minimales de sécurité vous renforcez vos chances de vivre pleinement cette belle aventure humaine et spirituelle des chemins de Compostelle et/ou de Rome, Jérusalem...

Nous vous souhaitons un « Bon Chemin ».



Note sur le programme ICE (ECU) : Cet acronyme de *In Case of Emergency* (ou « *En Cas d'Urgence* ») est un programme qui vise à aider les premiers intervenants (comme les paramédicaux, les pompiers et les agents de police) à contacter les proches des victimes pour obtenir des informations médicales importantes. Il encourage les gens à entrer dans leur carnet d'adresses de téléphone mobile, un contact sous le nom « ICE ». Le but de cette démarche propose à tout possesseur d'un téléphone mobile de sauvegarder sous ce nom le numéro de téléphone de la ou les personne(s) qu'il voudrait prévenir en cas d'accident. Fréquemment, lorsque les premiers intervenants, la police ou le personnel médical, arrivent sur les lieux d'un accident, la victime est inconsciente ou en état de choc. Elle est incapable de fournir des renseignements importants à l'agent qui pourrait lui sauver la vie ou aviser sa famille de son accident. Si une liste d'adresses téléphoniques comporte ICE ou ECU suivi du nom du parent le plus proche ou d'un contact avec ses coordonnées, celui-ci pourra fournir les renseignements aidant à prendre des décisions ou communiquer avec des proches. Cette fonction est intégrée directement dans certains smartphones. Le contact ICE est aussi placé en tête du répertoire et sur la fiche ICE on peut donner des informations médicales et mettre plusieurs contacts. La fonction ICE est même accessible si le code PIN n'a pas été rentré... (ou même si le téléphone est verrouillé par un code) dans ce cas... les informations associées à ICE sont seulement visibles (pour appeler il faut un autre téléphone ou le code PIN).



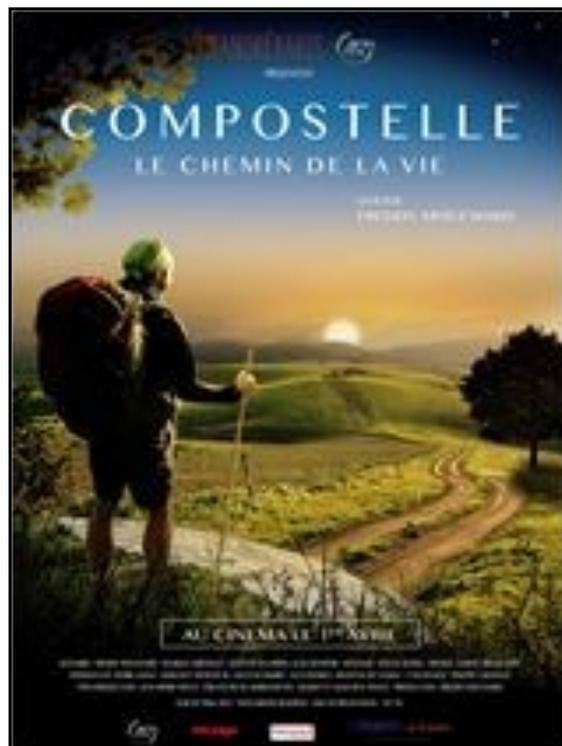
PROJECTION DU FILM « COMPOSTELLE LE CHEMIN DE LA VIE »

Le jeudi 1er octobre 2015, à 18h30 à l'Auditorium de Salon de Provence, notre Association organise la projection du film « **Compostelle Le Chemin de la vie** ».

Le pèlerinage est une expérience qui attire de plus en plus chaque année. Le pèlerin est amené à dépasser ses limites et à se confronter à lui-même et à son environnement. Le réalisateur, Freddy Mouchard, a suivi pendant trois ans le parcours de plusieurs pèlerins. Aucun de leur chemin n'est identique. Etape après étape, un nouveau rythme de vie s'installe, le chemin offre de nouvelles perceptions. Les contacts répétés avec la nature, les éléments et les autres pèlerins replacent chaque personnalité à sa juste place.

L'alchimie du chemin opère peu à peu...

Nous comptons vous voir nombreux à cette projection unique.



GATEAU « PELERIN A L'ORANGE »

Ingrédients

200 gr de sucre
100 gr d'amandes râpées
100 gr de beurre
20 gr de fécule
2 jaunes d'oeuf
2 oranges (voire 3)
1/2 litre de lait
250 gr de biscuits à la cuillère
2 c à soupe de kirsch

Matériel

- Moule à gâteau

Préparation

Faire une crème pâtissière avec 1/2 l de lait, 100 gr de sucre, 20 gr de fécule, 2 jaunes d'oeuf, un peu de zeste d'orange et du kirsch.

Dans un moule à forme régulière, ranger une couche de biscuits à la cuillère trempés rapidement dans un mélange d'eau sucrée et de kirsch.

Mettre par dessus une couche de crème suivante : 100 gr de beurre ramolli, 100 gr de sucre, 100 gr d'amandes râpées, le jus de 2 ou 3 oranges, 1 cuillère de crème pâtissière.

Remettre une couche de biscuits et ainsi de suite.

Mettre au frais.

Servir le gâteau recouvert du reste de crème pâtissière et décorer de quartiers d'oranges.

Proposition d'Anne-Marie Pérez

