



Bottes et Vélo : le pèlerin dans tous ses états.

50 rue Principale, St-Michel-de-Bellechasse, Québec, G0R 3S0

Courriel : Infos@bottesetvelo.com Tél. : 418-208-5367

Saint-Michel-de-Bellechasse, octobre 2022

Objet : Weekend pèlerin – Mai 2023.

Bonjour à vous,

Bottes et Vélo – Le pèlerin dans tous ses états! s'inscrit dans la lignée spirituelle des Chemins de Compostelle et s'appuie sur une approche ignatienne. La démarche que nous proposons s'inspire donc des Exercices de saint Ignace et se veut une actualisation de ceux-ci dans un contexte pèlerin. De foi catholique, nous proposons des parcours qui permettent à chacun de se sentir accueilli là où il en est dans son cheminement spirituel.

Le rapport à l'Église ne suscite plus l'engouement d'autrefois. Pour ne pas nous buter à des résistances inutiles, nous avons choisi d'opter pour une approche ouverte et accueillante afin que tous puissent trouver, dans l'exercice pèlerin, un espace pour s'épanouir spirituellement. Aussi, et habituellement, nos projets pèlerins ne mettent pas l'accent sur le discours évangélique, mais sur la pratique évangélique. Nos documents sont donc bâtis dans un format où il y a peu de références religieuses, ceci pour ne pas troubler les participants qui auraient un inconfort avec la religion, et tiennent compte de cette recommandation d'Ignace qui veut faire des Exercices Spirituels un lieu de rencontre entre « le Créateur et sa créature ». Cette approche s'appuie également sur l'épître aux Romains, chapitre 14, qui prône la tolérance envers la spiritualité de chacun. Nous adaptons ainsi notre pédagogie selon le lieu de la spiritualité de chaque personne. Cela dit, comme le pèlerinage suivant s'adresse à un groupe spécifiquement catholique (Le CÉFFA), le contenu de ce Weekend Pèlerin sera spécifiquement catholique.

Pour s'approprier la démarche du pèlerin sous le regard du Christ, la thématique que nous proposons cette année est celle de « l'espace de la Parole » et se fondera sur ce passage de la parabole du semeur : « Car celui qui a, on lui donnera et il aura en surabondance, mais celui qui n'a pas, même ce qu'il a lui sera enlevé. » (Matthieu 13, 12). Ce sera l'occasion d'approfondir ces paroles et de sonder en quoi elles peuvent s'actualiser dans un contexte social où l'individu se construit dans le regard des autres, les réseaux sociaux et la popularité. Quelle place occupe la Parole de Dieu dans mes choix de vie?

Au fil de nos pas pèlerins, nous observerons donc comment Jésus invite à entendre et à se laisser habiter par cette Parole pour la partager. En écoutant la Parole, nous serons invités au déplacement intérieur, à « quitter notre pays », pour entendre ce qu'elle cherche à dire pour aujourd'hui, en étant attentif à l'orientation de son invitation : « Où vas-tu Seigneur? » (Jn 13,36). Ainsi, au fil de notre marche, sa présence accompagnera notre démarche. Car, comme il est écrit, « *tandis qu'ils s'entretenaient et s'interrogeaient, Jésus lui-même [...] marchait avec eux.* » (Lc 24,15)

Cette démarche pèlerine s'effectuera à travers :

- 2 jours de marche dans la région de Drumheller.
- Des ateliers de lecture commune sur des textes évangéliques. (Approche ignatienne développée par le Centre de Spiritualité Manrèse de Québec)
- Des temps de méditation pèlerine visant à favoriser le dialogue intérieur avec le Christ qui se fait pèlerin, avec nous, sur notre chemin intérieur.
- Des exercices à effectuer en marche.
- Des temps d'accompagnement spirituel individuel, sur la route, à la manière du Christ sur le chemin d'Emmaüs.
- Une célébration eucharistique (ou de la parole si aucun prêtre n'est disponible) pour clore le weekend pèlerin.

Nous espérons que cette présentation vous a permis d'en apprendre plus sur les formations et ce que nous proposons comme retraite pèlerine.

En espérant vous compter parmi nous lors d'un de nos séjours pèlerins, veuillez agréer nos plus sincères salutations.

Éric Laliberté,

M.A. en Théologie en accompagnement spirituel¹, accrédité selon la méthode ignatienne.

Doctorant en Théologie et chargé de cours, spécialisé en études pèlerines, Université Laval.

Brigitte Harouni,

M.Sc. Éducation, spécialisation orthopédagogie et processus métacognitifs.

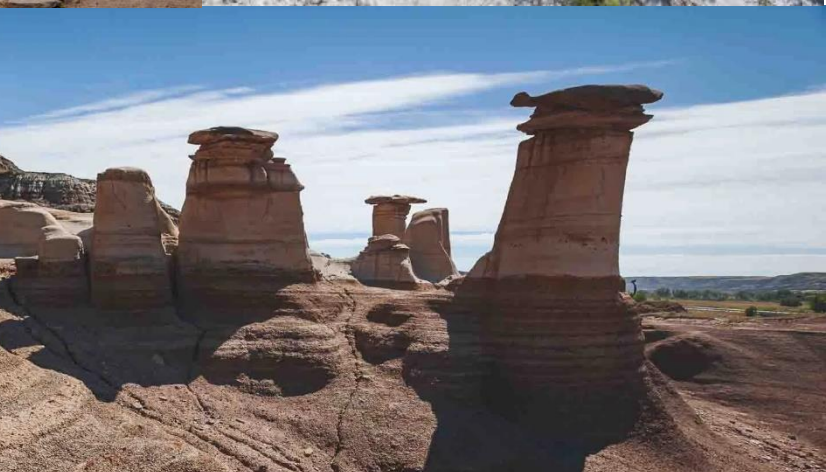
Accompagnatrice spirituelle selon la méthode ignatienne.

¹ Voir l'essai d'Éric Laliberté sur le sujet : « [Seigneur, où vas-tu? L'accompagnement spirituel du pèlerin de longue randonnée : une dynamique relationnelle ternaire.](#) », publié en 2016.



Bottes et Vélo

Le pèlerin dans tous ses états!



Séjour de ressourcement à travers le pèlerinage

Sur les sentiers de Drumheller (Alberta)

Thème : « Le temps des semences »

2 jours de marche (25 km) – 19 au 21 mai 2023 – 480 \$/pers. tx inc.

Une démarche pèlerine proposée par **Bottes et Vélo – Le pèlerin dans tous ses états!**
en collaboration avec le **CÉFFA**.

Bottes et Vélo, 50 rue Principale, St-Michel-de-Bellechasse, Québec, G0R 3S0.
Courriel : Infos@bottesetvelo.com Tél. : 418-208-5367



CÉFFA

Sur les sentiers de Drumheller – Car celui qui a, on lui donnera et il aura en surabondance, mais celui qui n'a pas, même ce qu'il a lui sera enlevé.

Les Sentiers de Drumheller ont tout pour évoquer l'espace du vide qui n'attend que d'être fertilisé pour porter du fruit. Comme Marie se fait porteuse du projet de Dieu, chacun de nous est appelé à ouvrir son espace intérieur pour faire fructifier ce que Dieu à semer en lui. Partir en pèlerinage, c'est se donner de l'espace, un temps de recul pour faire le vide. Loin de tout ce qui encombre et engorge nos vies quotidiennes, nous expérimentons le dépouillement. Ce temps de jachère est un temps de préparation en vue de faire de la place dans notre vie pour que quelque chose de neuf puisse y germer, quelque chose qui soit en cohérence avec cet appel qui résonne en nous.

Lors de ce parcours, la série d'ateliers proposée invite à poser un regard sur l'espace de germination que nous sommes à Dieu. Par différents exercices de méditation, des moments d'échange et de partage, nous entrerons dans ce thème pour voir quel espace d'accueil nous offrons au projet de Dieu. Deux jours de pèlerinage dans les alentours de Drumheller, un lieu désertique où la vie trouve sa place!

Qu'est-ce que : « Bottes et Vélo – Le pèlerin dans tous ses états » ?

Bottes et Vélo est un service professionnel d'accompagnement qui a développé une expertise dans l'accompagnement pèlerin en s'inscrivant dans la lignée spirituelle de Compostelle, selon une approche ignatienne. Le **pèlerinage** y est réfléchi comme mouvement ternaire dans l'articulation de ses trois pôles : **pèlerin, chemin et sanctuaire**, invitant au déplacement intérieur.

Le **pèlerin** est celui qui se met en marche, à l'écoute de cet appel qui vibre en lui, ce désir d'un mieux-être. Le **chemin** est cet espace en mouvement, signe concret de la progression du pèlerin. Il est le lieu de prises de conscience, de rencontres et d'interpellations. Le **sanctuaire**, c'est l'horizon du pèlerin, celui vers lequel il tend, un espace qui appelle le meilleur en soi et qui pose inlassablement la question : « Où vas-tu? ».



Par la démarche pèlerine, le pèlerin est convoqué à se mettre en marche dans un mouvement qui appelle la transformation. Par ce processus, il est déplacé autant physiquement qu'intérieurement. L'expérience ouvre au bon goût de la Vie et au plaisir d'une vie communautaire épanouissante!

Les accompagnateurs et pèlerins exercés de Bottes et Vélo :



Brigitte Harouni

Brigitte Harouni et **Éric Laliberté** sont co-fondateurs de Bottes et Vélo – le pèlerin dans tous ses états! Tous deux issus du domaine de l'éducation et formés à l'accompagnement spirituel ignatien, ils accompagnent les pèlerins-randonneurs dans leur démarche depuis 2014. Ils sont co-auteurs du livre : « Marcher, parler, écouter – L'exercice pèlerin » (Novalis 2021).

Brigitte Harouni détient une maîtrise en orthopédagogie. Elle a développé une expertise au niveau des processus d'apprentissage et dans l'implantation d'un changement. Elle agit à titre d'experte dans la mise en application pédagogique de l'exercice pèlerin développé par le centre Bottes et Vélo.



Éric Laliberté

Éric Laliberté, doctorant en théologie (Université Laval), spécialisé en accompagnement spirituel du pèlerin, est responsable de la formation spécialisée en accompagnement spirituel au Centre de spiritualité Manrèse. Il est également chargé de cours, en études pèlerines, à la faculté de théologie et de sciences religieuses de l'Université Laval. Il est l'auteur du roman « Le champ d'étoiles », un roman portant sur l'expérience pèlerine (2008).

INFORMATIONS GÉNÉRALES 2023

DÉTAILS

- **Tarif : 480 \$ par personne (taxe incluse)**
- Dates : du 19 au 21 mai 2023 - 2 jours de marche.
- Point de rencontre, le vendredi 19 mai, à **18h30** :
 - Canalta Jurassic Hotel, 1103 AB-9, Drumheller.
- Parcours : 25 km de niveau débutant.
- Clientèle : entre 10 et 22 participants âgés de 18 ans et plus.

LE TARIF INCLUT

- L'hébergement : 2 nuitées en chambres partagées
 - Au Canalta Jurassic Hotel (1103 AB-9, Drumheller)
(403) 823-7700
<https://canaltahotels.com/hotels/canalta-drumheller/>
- 3 repas : les déjeuners du samedi et du dimanche + le souper du samedi
- La logistique et l'organisation du séjour
- La formation et l'accompagnement :
 - Accompagnement personnalisé pour la préparation en vue du pèlerinage.
 - Accompagnement sur le chemin et soutien technique pour bien vivre physiquement le pèlerinage;
 - Exercices de discernement, temps de réflexion et partages en groupe pour intégrer la démarche du pèlerin;
 - Accompagnement individualisé pour bien vivre le déplacement intérieur.

Le tout offert par des professionnels de l'éducation et de l'accompagnement spirituel.

LE TARIF N'INCLUT PAS

- Les diners : 2 dîners seront pris sur le sentier de randonnée. Chacun devra prévoir ses lunchs. Il est possible de faire votre petite épicerie dans Drumheller.
- Le transport d'arrivée et de départ jusqu'à l'hébergement.
- Les assurances voyage.
- Les dépenses personnelles, les boissons et les pourboires.

**Les intervenants de Bottes et Vélo demeurent disponibles
pour répondre à toutes questions des participants avant le départ.**

**VOTRE INSCRIPTION EST CONFIRMÉE SUR RÉCEPTION DE
VOTRE FORMULAIRE D'INSCRIPTION COMPLÉTÉ ET DE VOTRE PAIEMENT**



Déroulement de la démarche sur les Sentiers de Drumheller (25 km)

Heure	Km	Activité
Jour 1 – Arrivée		
18h30/19h00 19h à 21h		Arrivée au Canalta Jurassic Hotel Accueil et présentations Atelier 1 : Introduction au séjour et à la démarche
Jour 2 (13 km)		
7h00		Déjeuner
7h45 à 8h45		Atelier 2
9h00		Début de la journée de marche
12h15 à 13h30		Dîner (non-inclus) et Atelier 3
15h		Fin de la marche et retour à l'hôtel
15h à 17h		Temps libre
17h à 18h		Temps de partage en groupe
18h00		Souper
19h30 à 20h30		Atelier 4
Jour 3 (12 km)		
7h00		Déjeuner
7h45 à 8h45		Atelier 5
9h00		Début de la journée de marche
12h00		Retour à l'hôtel et dîner (non-inclus)
14h00		Atelier bilan et célébration dans l'église de Drumheller (à confirmer – sinon célébration en plein-air)
15h30		Départ pour la maison

La démarche du pèlerin

L'approche de Bottes et Vélo se fonde sur une relecture de l'expérience pèlerine qui tient compte de notre humanité dans toutes ses dimensions : physique, psychique et spirituelle. Par des exercices pratiques d'auto-observation, la démarche vise la conscientisation et l'appropriation des bienfaits du pèlerinage dans une spiritualité biophile (amour de la Vie), pour en arriver à préciser le désir d'être qui nous habite et parvenir tranquillement à l'intégrer dans un art de vivre au quotidien. Une démarche qui nous bouscule tout en douceur, à travers des thématiques telles que : Goûter la vie – Voyager léger – Faire confiance – Mes repères de vie – L'horizon du pèlerin – Vivre en cohérence.

Sur le chemin de pèlerinage, nous développons une routine qui n'est pas celle de notre quotidien. Cette routine, nous apprenons à l'intégrer à nos journées : manière de faire le sac à dos, laver nos vêtements tous les jours, prendre soin de nos pieds, etc. À travers la démarche du pèlerin, nous avons à développer une routine également. Celle-ci vise à nous ouvrir en brisant nos repères quotidiens pour nous sortir de nos habitudes. En modifiant notre routine, nous sommes plus à même de mettre en relief des éléments de notre vie, des manières de vivre, que nous ne remarquons pas. La démarche du pèlerin veut éveiller notre conscience à ces détails pour libérer plus de vie. Après chacun des ateliers, je suis donc invité à me mettre en marche en observant la routine suivante :

1. Je demande... Les différents ateliers me proposent d'observer ma vie sous un angle particulier. Quelle demande puis-je formuler qui m'aiderait à préciser ce que je veux y vivre en lien avec l'atelier proposé?

2- Pistes de réflexion. A chaque rencontre de groupe un thème est proposé. Activités et lectures me permettent de comprendre ce qui est en jeu, de bien assimiler le but et le sens de l'exercice.

3- Chemin d'intériorisation. Pour bien vivre la démarche, il est nécessaire de m'accorder des temps de marche en silence et de méditation.

4- Sur ma route, je prends conscience... Il s'agit de faire passer la réflexion dans ma vie concrète. En effet, la véritable expérience spirituelle s'enracine dans le vécu réel, dans le quotidien.

5- Relecture de mon itinéraire. La relecture de ma journée me permet de conscientiser ce qui est en jeu au cœur de mon quotidien.

6- Noter. Il importe de noter mes prises de conscience. Le simple fait de devoir les formuler par écrit permet une meilleure intégration et m'aide à l'exprimer verbalement.



La vie pèlerine en chemin – Informations utiles

- ❖ La journée de marche se fait de façon autonome. Ayant les directives en main, chaque personne a la liberté de marcher à son rythme.
- ❖ Chaque personne porte son bagage (sac à dos) durant la journée de marche.
- ❖ La température varie entre 15°C et 20°C. Les matinées peuvent être fraîches et les après-midis plus chauds – somme toute, une température idéale pour marcher!
- ❖ Le parcours présente un faible dénivelé (niveau facile), mais est très peu ombragé. Pensez à avoir un couvre-chef!

Liste du matériel recommandé

Matériel de base	Nécessaire de toilette
<ul style="list-style-type: none">✓ 1 petit sac à dos de voyage (max. 15 litres)✓ 1 gourde ou « camel back »✓ 2 bâtons de marche✓ 1 chapeau✓ 1 paire de <u>bottes</u> ou <u>souliers de randonnée</u>✓ 1 paire de sandales ou de souliers confortables✓ 1 carnet de notes et crayon	<ul style="list-style-type: none">✓ 1 serviette✓ 1 trousse de toilette (formats de 100ml)✓ 1 paquet de papier-mouchoir ou rouleau de papier de toilette
	Vêtements (le moins lourd possible) <ul style="list-style-type: none">✓ 1 chandail chaud✓ 1 imperméable ou un poncho✓ 2 kits pour marcher (pantalon/short + t-shirt)✓ 1 kit d'après-marche confortable✓ 2 paires de bas✓ des sous-vêtements✓ 1 pyjama

Nous prendrons en charge la préparation d'une trousse de premiers soins pour le groupe. Mais pensez à apporter ce que vous jugez nécessaire pour votre santé personnelle et vos soins.

Modèle de sac à dos recommandé :
(Nous n'aurons qu'à porter notre eau,
lunch et quelques collations.)



Si vous avez d'autres questions concernant votre séjour, n'hésitez pas à communiquer avec nous par courriel ou par téléphone.

Au plaisir de vous rencontrer!

Éric Laliberté et Brigitte Harouni



BOTTES ET VÉLO: LE PÈLERIN DANS TOUS SES ÉTATS



Bottes et Vélo, 50 rue Principale, St-Michel-de-Bellechasse, Québec, G0R 3S0. Courriel : Infos@bottesetvelo.com Tél. : 418-208-5367

FORMULAIRE D'INSCRIPTION – Drumheller 2023

IDENTIFICATION		
Nom :		Prénom :
Date de naissance :	Age :	Téléphone :
Adresse :		
Courriel :		
SÉJOUR		Date limite d'inscription 1 ^{er} avril 2023
Je m'inscris au séjour suivant : Pèlerinage sur Les Sentiers de Drumheller : 19-20-21 mai Tarif : 480 \$/pers. (tx inc.) Postez votre paiement avec votre inscription.		
SANTÉ		
Souffrez-vous de maladies ou handicaps dont il faudrait tenir compte dans la planification de votre séjour?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	Si oui, spécifiez :
Souffrez-vous d'allergies alimentaires?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	Si oui, lesquelles :
Est-ce qu'il y a d'autres informations concernant votre santé qu'il serait important de nous transmettre?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	Si oui, lesquelles :
Bottes et Vélo se réserve le droit de mettre fin au séjour de quiconque omet de signifier certaines informations importantes, compromettant ainsi sa sécurité ou sa santé, durant le séjour.		
CONTACT Personne à contacter en cas d'urgence		
Nom et lien :		Téléphone :
POLITIQUE D'ANNULATION		
<ul style="list-style-type: none">• Toute inscription annulée 60 jours ou plus avant le séjour sera remboursée en totalité.• Toute inscription annulée de 31 à 60 jours avant le séjour sera remboursée à 75%.• Toute inscription annulée de 15 à 30 jours avant le séjour sera remboursée à 50%.• Toute inscription annulée moins de 15 jours avant le séjour ne sera pas remboursée.		
RESPONSABILITÉ		
<input type="checkbox"/> Je dégage Bottes et Vélo et ses intervenants de toutes responsabilités en cas de blessures accidentelles ou pour tout incident lié aux conditions de santé ci-haut mentionnés. Initiales : _____ Chaque participant se charge d'être couvert par des assurances personnelles de voyage.		
PHOTOS		
<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non : J'autorise Bottes et Vélo à utiliser les photos prises de moi pendant le séjour à des fins publicitaires.		
Mode de Paiement (cochez votre sélection)		
<input type="checkbox"/> Paiement par chèque <input type="checkbox"/> Carte de crédit (PayPal) <input type="checkbox"/> Virement Interact <input type="checkbox"/> Paiement subventionné		
SIGNATURE		
Signature :		Date :
Faites parvenir votre fiche d'inscription et votre paiement à l'adresse suivante : <i>Bottes et Vélo, 50 rue Principale, St-Michel-de-Bellechasse, Québec, G0R 3S0</i> Votre chèque doit être libellé au nom de : Bottes et Vélo Inc. LES FORMATIONS ONT LIEU BEAU TEMPS-MAUVAIS TEMPS. PRÉVOIR DES VÊTEMENTS EN CONSÉQUENCE.		