

AU-DELÀ DU CHEMIN... ANGLAIS ->



Vous voici arrivé à Compostelle. Le moment est venu de garder vos chaussures de marche et de vous convertir en un voyageur curieux, sensible et actif. Retournez sur vos pas. Tout ce que vous avez pu voir ou dont vous avez pu profiter sur votre route vous attend. D'autres chemins s'ouvrent à vous, tout aussi séduisants. Regardez tout ce que nous avons préparé pour vous.



Parc naturel Fragas do Eume

Dans les derniers kilomètres de la rivière Eume, sur son parcours vers la ria d'Ares, se trouve **une des dernières forêts atlantiques d'Europe** : les **Fragas do Eume**, un parc naturel de 9100 hectares qui s'étend à travers un corridor forestier de plus de 20 km de long. Elle abrite des espèces de flore et de faune uniques au monde. Au cœur de la forêt se trouve le **monastère de Caaveiro**, fondé par saint Rosendo, moine bénédictin, au Xe siècle. Pour apprécier un échantillon de la végétation de ce parc, vous n'avez qu'à suivre les sentiers de la **route d'Os Carqueiros**, d'environ 8 km (un trajet d'environ 3 heures), qui a comme point de départ le lieu-dit A Pila da Leña (Monfero).



Santo André de Teixido, Cedeira

Tout près, la ville de **Ferrol**, pionnière en urbanisme moderne. Le **quartier d'A Madalena**, conçu au milieu du XVIIIe siècle pour accueillir les nouveaux arrivants dont avaient besoin les chantiers navals et l'arsenal militaire, a employé pour la première fois la galerie, une construction qui finirait par distinguer les édifices les plus typiques de Galice. Ce quartier, classé Ensemble historique et artistique en 1983, est tracé en quadrillage, modèle du rationalisme de l'**Illustration**, qui l'a converti (malgré l'état de nombreux immeubles, qui nécessitent une restauration urgente) en un des plus singuliers d'Espagne.

Le littoral atlantique vous offre, sur la côte de la province d'A Coruña, des paysages imposants constitués de hautes falaises, ainsi que de plages attrayantes et solitaires. En ce qui concerne les falaises, la sierra d'A Capelada (Cedeira) possède les **plus hautes de l'Atlantique nord** : la côte s'élève, au niveau du mont d'Herbeira, à 620 m au-dessus de la mer. Près de là, le célèbre sanctuaire de **Santo André de Teixido**, le plus visité de Galice après la cathédrale de Saint Jacques car, comme dit le proverbe populaire, « qui n'y est pas allé de son vivant s'y rendra une fois mort ».



Ria de Cedeira

Vous vous trouvez dans une région avec **d'excellents pouce-pieds**, pêchés par de courageux percebeiros sur ces falaises, aux endroits où la mer frappe le plus fort. Vous pourrez les déguster, par exemple, à **Cedeira**, commune classée d'Intérêt touristique en 1953. La cuisine la plus prisée de la zone comprend des plats à base de lotte, de thon et de requin mako, ainsi que tous les produits venus de la mer.

Vers le nord, vous arriverez à la **ria d'Ortigueira**, protégée par le **Cap Ortegal** et **Estaca de Bares** (c'est ici que se trouve la séparation entre l'Océan Atlantique et la mer Cantabrique, et c'est un excellent observatoire d'oiseaux). À Ortigueira se célèbre, tous les mois de juillet, le **Festival International du Monde Celta**, qui est arrivé à rassembler plus de 100 000 personnes pendant certaines éditions. Combinez musique et paysages saisissants. Comme la **ria d'O Barqueiro**, une des plus petites de Galice ; **son port** est un mirador de maisons blanches qui couvrent le coteau. Et aussi dans cette ria, Bares, dont la digue conserve le souvenir millénaire du peuple phénicien, auquel on en attribue la première construction.



Championnat mondial de surf « Pantin Classic Galicia Pro »

Entre **Cedeira** et **Ferrol**, des plages de sable fin et blanc, dont certaines ont plusieurs kilomètres de long, avec de petites criques intercalées. C'est un endroit idéal pour la pratique de sports nautiques comme le **surf** et le **windsurf**.

Si vous continuez vers le sud à partir d'A Coruña, vous entrerez dans la célèbre **Costa da Morte** (Côte de la Mort) : **Malpica**, **Laxe** et **Camarinas** sont des villages historiques de cette région belle et sauvage, un des paysages les plus envoûtants de Galice quelle que soit l'époque de l'année.

À l'intérieur, la province d'A Coruña est constituée de vallées et de grands prés où le bétail paît en toute tranquillité. Grâce à cela, la viande y est d'une excellente qualité. C'est le cas à **Santa Comba** et **Val do Dubra**. **O Vimianzo** (au cœur des Terras de Soneira) dont le centre est occupé par un **château datant du XIIe siècle**, est un musée vivant où des visites et des activités sont organisées toute l'année.



Cidade da Cultura, Santiago de Compostela

Et maintenant, la **Compostelle secrète** : car il y a une autre **Saint Jacques** au-delà de la zone monumentale unique, de sa cuisine authentique et de l'ambiance culturelle animée. C'est une nouvelle Saint Jacques liée à la nature et à la détente, baignée par ses rivières Sar et Sarela, et les montagnes qui les protègent. Les nouvelles **promenades au bord de la rivière Sar**, à l'est de la ville – dans la zone connue comme As Brañas do Sar – s'ouvrent devant nous, à côté de la montée, à travers des sentiers, dans le nouveau **Bosque de Galicia** (Forêt de Galice). Ce nouvel espace de 24 hectares crée sur le versant du **Mont Gaiás**, qui préside la **Cité de la Culture**. À l'ouest, à l'autre bout de la ville, le **Mont Pedroso** nous offre peut-être la meilleure vue de la ville millénaire. Vous pourrez y monter en suivant un ancien **chemin de croix** qui passe à côté du grand parc connu comme **A Granxa do Xesto**.

CHEMIN ANGLAIS ->



Au Moyen-Âge, le pèlerinage jacquaire a attiré des personnes et des sociétés, non seulement de toute l'Europe mais aussi de la « lointaine Europe » : des pays scandinaves comme la Norvège, la Suède, le Danemark, la Finlande ou l'Islande, et, surtout, les Anglais, les Écossais, les Irlandais et les Flamands. Tous contribuèrent à établir le chemin connu aujourd'hui sous le nom de **Chemin Anglais**. Ils arrivaient en Galice par la mer, depuis leurs ports respectifs, pour toucher aux ports de Ferrol ou de La Corogne – ou encore Viveiro ou Ribadeo sur la côte de Lugo –. La situation stratégique des ports de ces deux importantes villes galiciennes a fortement contribué à l'essor de cette route.

Le Chemin Anglais présente deux alternatives en Galice ; l'itinéraire qui part de La Corogne est plus court (73,02 km) que celui qui part de Ferrol (112,54). Les deux sont pleins d'attraits et d'histoire et se rejoignent (As Travesas, Carral) pour parcourir ensemble jusqu'à Compostelle.

L'histoire de ces pèlerinages démarre au XIIe siècle. En 1147 le tombeau est visité par un escadron d'Anglais, d'Allemands et de Flamands en partance pour la Terre Sainte, une partie de cette expédition se rendait également à la conquête de Lisbonne pour prêter main forte au premier roi du Portugal dans sa lutte contre l'Islam.



LES CHEMINS EN GALICE ->



CHEMINS OFFICIELLEMENT DELIMITÉS
Balisage réalisé

- Chemin Français
- Chemin Primitif
- Chemin du Nord
- Chemin Anglais

CHEMINS RECONNUS
En attente de délimitation officielle

- «Via de la Plata ou Camino Mozarabe»
- Chemin Portugais
- Chemin Portugais de la côte
- Chemin D'Hiver
- Route de la Mer d'Arousa et Rivière Ulla
- Chemin de Fisterra et Muxia

Les empreintes des pèlerinages sur le Chemin Anglais sont nombreuses et de taille. Le moine islandais Nikulás Bergsson nous a légué la description écrite de son voyage à pied depuis l'Islande jusqu'à Rome, en passant par Saint-Jacques. Il aura mis cinq ans à accomplir cette prouesse, de 1154 à 1159. Deux siècles plus tard, pendant la Guerre de Cent ans qui opposa la France à l'Angleterre, les Britanniques vinrent par bateau à Saint-Jacques. Des pièces de céramique des XIVe et XVe siècles retrouvées lors des fouilles de la cathédrale, attestent de la présence de ces pèlerins.

Les offrandes à l'apôtre ont, quant à elles, laissé leur témoignage de l'existence de cette route. C'est le cas du célèbre retable portatif d'albâtre, illustrant la vie de saint Jacques, offert en 1456 par l'ecclésiastique anglais John Goodyear. La pièce est conservée au Musée de la cathédrale.

La rupture d'Henri VIII (1509-1547) avec l'Église catholique en raison de son divorce de Catherine d'Aragon – à l'origine de l'Église d'Angleterre ou anglicanisme – marqua la fin du pèlerinage anglais et condamna cette route à l'ostracisme pour de longs siècles ; jusqu'à nos jours où nous assistons à un regain et à de nouvelles formes de pèlerinage. Les multiples attractifs de Ferrol ou de La Corogne constituent le portique de la route ; et Pontedeume ou Betanzos sont deux villes indispensables à la bonne compréhension de l'histoire « anglaise » du Chemin.

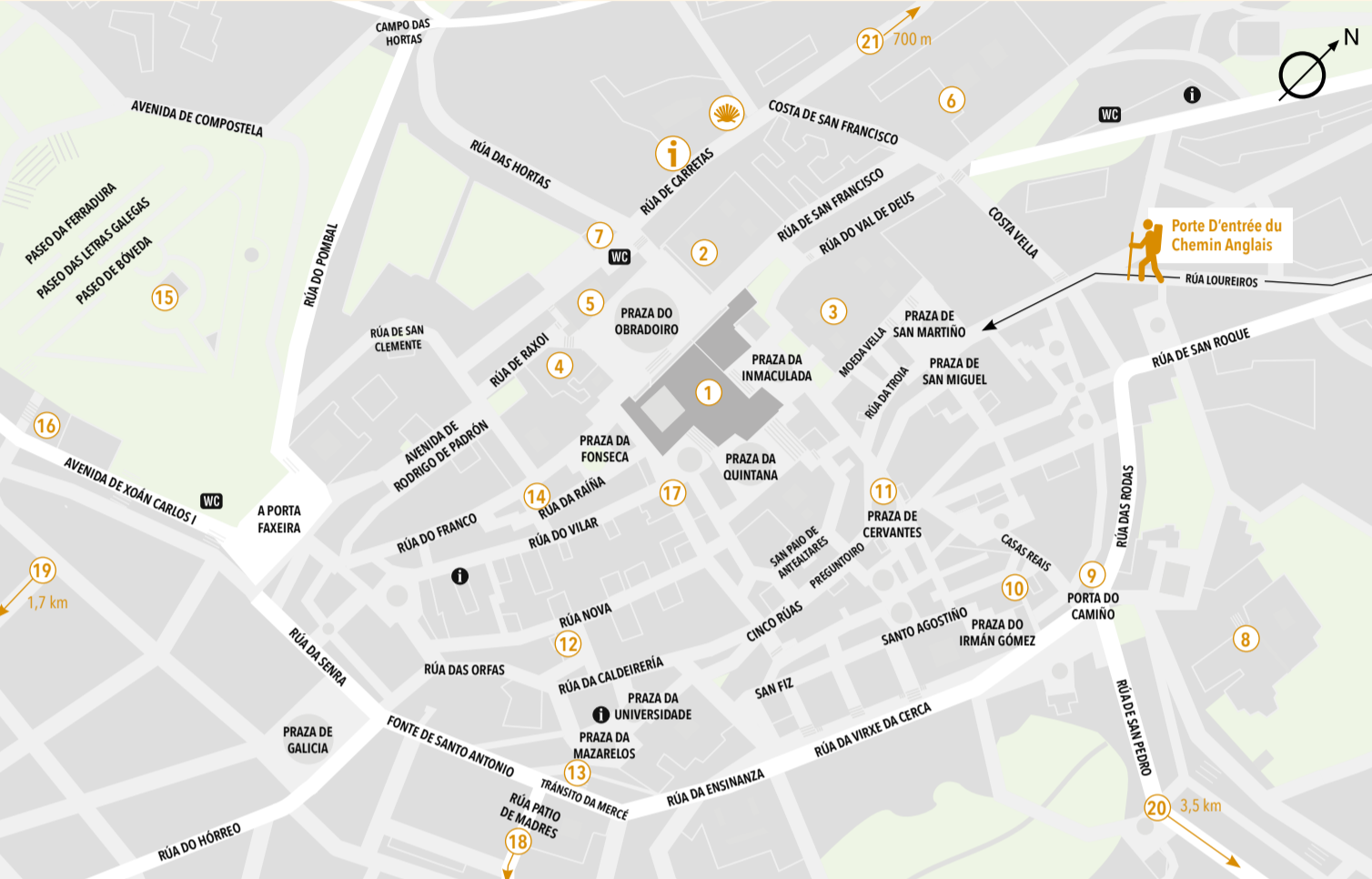
PLAN DE SAINT JACQUES DE COMPOSTELLE SITES JACOBÉES ->

- | | | |
|---|--|---|
| 1 Cathédrale de Saint-Jacques de Compostelle | 8 San Domingos de Bonaval | 15 Église de Santa Susana |
| 2 Hôpital Royal (aujourd'hui, Hostal dos Reis Católicos) | 9 Porte du Chemin (Porta do Camiño) | 16 Église du Pilar |
| 3 San Martiño Pinario | 10 Église de Santa María do Camiño | 17 Place Praza das Praterias et Musée des Pèlerinages et de Saint-Jacques |
| 4 Présidence de l'USC (Université de Saint-Jacques de Compostelle) | 11 Place Praza do Campo (aujourd'hui, de Cervantes) et église de San Bieito do Campo | 18 Santa Maria a Real de Sar |
| 5 Pazo de Raxoi | 12 Église de Santa María Salomé | 19 Santa Maria de Conxo |
| 6 Couvent de San Francisco et monument de Saint-François d'Assisi, du sculpteur Assorey | 13 Porte de Mazarelos (Porta de Mazarelos) | 20 Monte do Gozo |
| 7 Église de San Francisco et lieu de l'ancien cimetière de pèlerins | 14 Fontaine de Saint-Jacques, Rua do Franco | 21 Chapelle de San Paio do Monte (O Pedroso) |

Centre International d'Accueil au Pèlerin : Centre de Documentation et d'Information du Chemin

Information

Office du Pèlerin : 981 568 846



CONSEILS UTILES POUR LES PÈLERINS

ACCREDITATION DU PÈLERIN
Il s'agit d'un document sur lequel sont apposés les sceaux des lieux de passage et qui permettra d'obtenir la « **Compostela** » (certificat délivré par la Marine, attestant de la réalisation du pèlerinage pour des motifs religieux ou spirituels). Il convient de prouver avoir parcouru au moins les 100 derniers kilomètres à pied ou à cheval ; ou 200 km à vélo ; ou 100 milles nautiques en bateau et avoir parcouru à pied les derniers kilomètres du Chemin depuis le Monte do Gozo.

CARTE DE SANTÉ
- Les pèlerins espagnols doivent toujours voyager avec la carte sanitaire.
- Si vous venez d'un autre pays membre de l'Union Européenne, nous vous recommandons de toujours avoir sur vous la carte européenne d'assurance maladie.

- Si vous venez d'un pays n'appartenant pas à l'Union Européenne, nous vous conseillons de nous renseigner afin de savoir s'il existe un accord entre l'Espagne et votre pays et de venir avec tous vos papiers en règle.

PERSONNES HANDICAPÉES
Outre les recommandations générales que doit suivre tout pèlerin, nous vous conseillons :

- De vous renseigner sur les difficultés que peut rencontrer un pèlerin handicapé et sur les conditions d'accessibilité des différents services qui se trouvent sur le Chemin de Saint-Jacques (auberges, services hôteliers, etc.).
- Faites très attention lorsque vous traversez les routes. Les personnes présentant un handicap visuel devront être accompagnées compte tenu des croisements, des déviations et des irrégularités du terrain.

SI VOUS VOYAGEZ AVEC DES ANIMAUX
- Assurez-vous que les vaccins et le déparasitage de votre animal sont à jour et qu'ils figurent dans le livret sanitaire dont vous devez vous munir.

- Planifier et adapter la route et les étapes en fonction des hébergements permettant l'accès aux animaux.

Avant d'entreprendre le pèlerinage

- Réaliser une préparation physique préalable et préparer les étapes en fonction de vos possibilités physiques, en dosant l'effort et en vous reposant en fonction de votre endurance.

- Une fois que vous vous serez mis en marche, n'allez pas trop vite les premiers jours et maintenez un rythme régulier.

- Prenez soin de vos pieds afin d'éviter les ampoules. Utilisez des chaussures confortables et usées (deux paires de préférence) ou une semelle en plastique épaisse et légère, les chaussettes devront être adaptées et respirantes (en coton de préférence), toujours propres, sèches et bien mises. À la fin de la journée, lavez-vous les pieds avec de l'eau et du savon et changez de chaussures.

- Utilisez des vêtements légers et larges, de couleur claire (réfléchissants), appropriés à l'époque de l'année.

- Utilisez un tissu imperméable léger afin de couvrir votre sac à dos.

- Protégez-vous la tête et les yeux, évitez les heures de grande chaleur et utilisez une crème solaire.

- Buvez de l'eau régulièrement mais assurez-vous qu'elle soit potable. Ne consommez pas l'eau des rivières, des fleuves, des sources ou des fontaines sans être sûrs de leur potabilité. Une consommation minimum de 2 litres d'eau par jour est recommandée afin d'éviter la déshydratation. La consommation de boissons isotoniques peut être bénéfique dans le cas d'un adulte sain.

- Les campements doivent être installés dans des endroits expressément prévus

à cet effet. Si vous faites du feu assurez-vous qu'il est complètement éteint avant de poursuivre votre chemin, RESPECTEZ L'ENVIRONNEMENT.

- Ne vous éloignez pas des sentiers marqués, évitez de marcher la nuit et respectez les normes de circulation. Si vous vous déplacez en vélo, nous vous rappelons que le port du casque et d'un gilet de haute visibilité est obligatoire.

- Marchez toujours sur le côté gauche de la route.

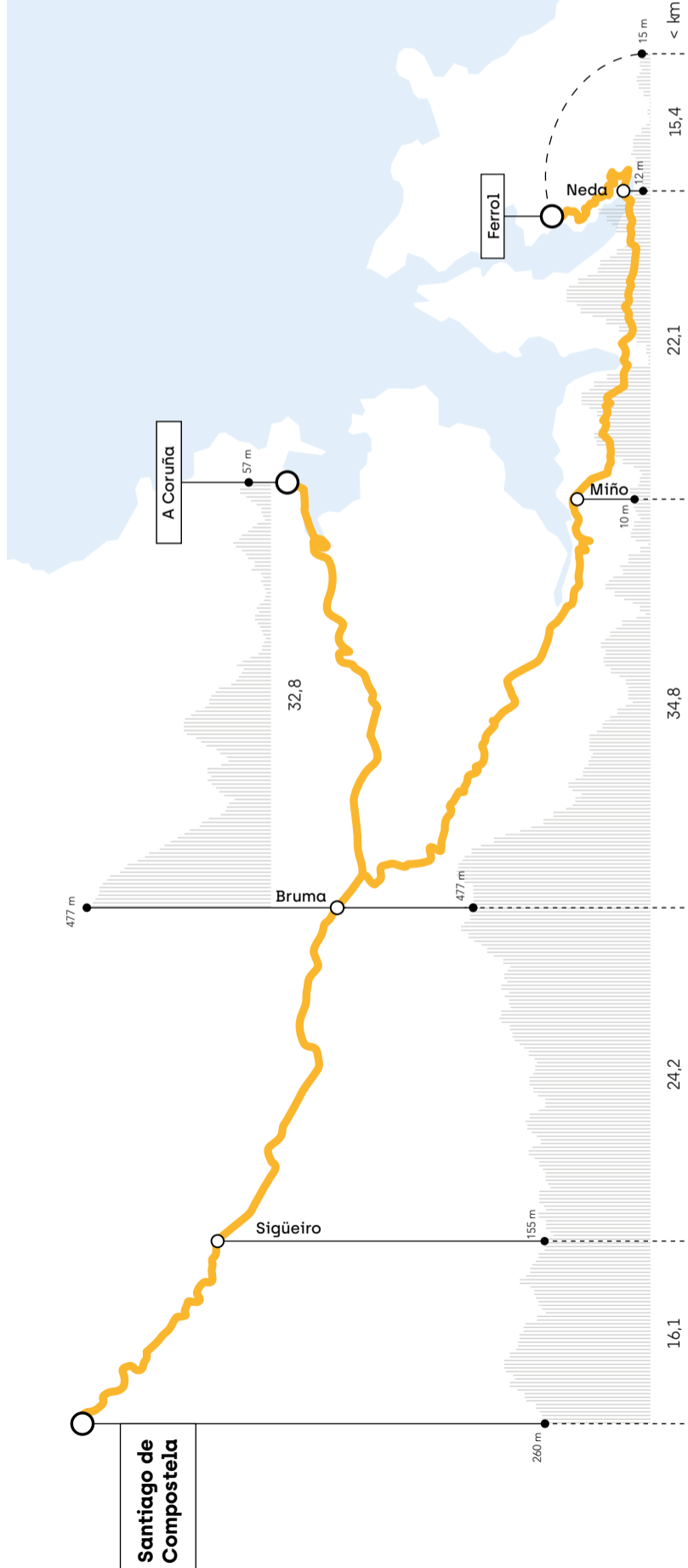
- Si vous êtes fatigué et que vous avez des crampes, reposez-vous dans un endroit frais et buvez beaucoup d'eau.

- Pour reprendre des forces durant le chemin, consommez des aliments très énergétiques (fruits secs, figues, chocolat, etc.).

- Votre sac à dos devra contenir un sac de couchage, un couteau suisse, une lampe de poche, un téléphone portable et une petite trousse à pharmacie.

- Votre trousse à pharmacie devra contenir de l'alcool, des compresses, du sparadrapp en soie, de la Bêtaïne, des pansements, une crème solaire, une aiguille et un fil pour soigner les ampoules, une petite paire de ciseaux, de la vaseline, un produit anti-moustiques, un antihistaminique (en cas d'allergie) et de l'aspirine.

CHEMIN ANGLAIS



CHEMIN ANGLAIS



App "Camino Santiago" (Disponible sur Google Play et App Store)