

Le pèlerin qui s'apprête à se lancer sur le chemin de Compostelle a déjà mûrement réfléchi à son projet. Quand il se sent enfin prêt, il se doit de se pencher sur la préparation matérielle à laquelle il ne peut se soustraire.

Marlène et Chris ont donné les consignes indispensables à la bonne préparation du sac à dos dont le contenu, évidemment, diffère selon que l'on est pèlerin ou pèlerine. Il a été question de son poids, de la façon de le porter et des objets indispensables à ne pas oublier.

Catherine a fait le tour des hébergements possibles (hôtel, chambre d'hôtes, camping ou bivouac), en précisant pour chacun d'eux, leurs avantages et inconvénients, leur coût, le style d'accueil, leur convivialité respective, sans omettre de préciser le sens du donativo et la qualité ou non de la restauration proposée.

Enfin, Pascale a approfondi la question de la préparation physique qui doit se faire bien en amont du départ (de quelques mois à quelques semaines), de l'équipement (chaussures, chaussettes, bâton), du soin des pieds et autres conseils à suivre. D'autres informations ou consignes fort utiles ont été données pour éviter les blessures que chaque jour de marche peut provoquer (tendinites, ampoules, problèmes musculaires).

Yves Lacroix