RÉCIT DU TREK EN ANDALOUSIE

Un défi dans la région de la « terre des pâturages » (*La Alpujarra*)

Du 21 avril au 3 mai 2024, 11 marcheurs et marcheuses ont pris part au trek caritatif de Diabète Québec en Andalousie. Accompagné de ses deux guides Anie et Alexandre (Karavaniers), le groupe a parcouru 90 kilomètres en 50 heures de marche et a amassé la somme de 22 730 $ qui a été remise entièrement à la recherche sur le diabète. Voici le récit de cette fabuleuse aventure !

DIRECTION LA ALPUJARRA

Jour 1 (22 avril) : À peine atterris à Malaga, en Andalousie, nous embarquons dans l'autocar qui nous attend et nous filons vers les montagnes de la Sierra Nevada. Bien que nous ayons deux heures de route à faire et que la fatigue du voyage se fasse sentir, nous nous imprégnons déjà des magnifiques paysages qui défilent devant nous.

Nos guides pour le voyage, Anie et Alexandre (Karavaniers)

Nous nous dirigeons vers les plus hautes montagnes du pays dans la Sierra Nevada, plus précisément dans la région de La Alpujarra, qui signifierait « terre de l'herbe » ou « terre des pâturages », dans la province de Grenade.

Notre premier hébergement se trouve à Ferreirola, village traditionnel berbère, sans circulation automobile, situé dans la vallée escarpée de La Taha. La charmante *casa rural* Sierra y Mar, peinte à la chaux blanche et arborant une belle porte bleue, nous rappelle certaines maisons méditerranéennes. En franchissant la porte, nous avons l'impression d'entrer dans un petit village, car il s'agit en fait de plusieurs maisonnettes qui se rejoignent par des terrasses et des jardins et qui dévoilent une belle végétation et de magnifiques fleurs.

Notre hôte, « Sep » (Giuseppe), nous surprend par sa ressemblance avec Sean Connery. Il nous accueille dans sa charmante oasis de paix, où nous séjournerons pour les trois prochains jours.

En avant pour notre première randonnée

Casa rural Sierra y Mar

Fuente de Atalbéitar

Comme il est encore tôt, nous partons à l'aventure pour une première courte randonnée, question de découvrir les environs et de nous imprégner du charme andalou. En route, nous apercevons des amandiers, des oliveraies, de magnifiques fleurs multicolores et une végétation diversifiée.

Le premier village que nous visitons, Atalbéitar, compte seulement 31 habitants. Ce nom proviendrait de l'arabe *harat albaytar* qui signifierait « quartier du vétérinaire ». Même si cela peut paraître évident, rien ne nous confirme à ce jour à quoi cela fait référence.

Nous nous arrêtons à la Fuente de Atalbéitar, une source d'eau naturelle, devant laquelle nous admirons un superbe peuplier blanc dont le nom latin *populus* signifierait « arbre du peuple ». Ce dernier serait planté dans des endroits où les gens se rassemblent.

En fin de journée, nous croisons une autre source d'eau, mais pas n'importe laquelle… Il s'agit en fait d'une fontaine de « soda » dont l'eau est pétillante !

En fin de journée, nous croisons une autre source d'eau, mais pas n'importe laquelle… Il s'agit en fait d'une fontaine de « soda » dont l'eau est pétillante !

Cette dernière est d'ailleurs souvent utilisée par les habitants de la région, car elle aurait la propriété de faciliter la digestion lorsqu'on la consomme avec les repas.

De retour à notre *casa rural*, nous repartons vers le village de Mecina pour un bon souper bien mérité ! L'Andalousie nous fait une belle première impression ! Nous avons déjà hâte à demain…

Maison traditionnelle de La Alpujarra

Jour 2 (23 avril) : Après une bonne nuit de repos et un copieux déjeuner, nous partons en randonnée.

À l'écart des parcours touristiques, nous découvrons des maisons traditionnelles de La Alpujarra peintes à la chaux blanche, permettant à la fois de refléter le soleil et de servir d'insecticide. Ces dernières sont principalement construites d'ardoise, de pierres et de bois de châtaignier.

Nous visitons ensuite le village de Portugos situé à 1 300 m d'altitude, au centre de la région de La Alpujarra. C'est le début de la route médiévale de *La Alpujarra*. Son origine remonterait à l'époque de l'Empire romain et son nom signifierait « lieu de passage ».

Nous nous arrêtons quelques instants afin que notre guide Alexandre nous explique l'utilité des canaux d'irrigation, appelés « *acequias* » (de l'arabe *as-saquiya*, qui signifierait « l'irrigateur »), situés en montagne et construits par les Maures, population berbère de l'Afrique du Nord. Il s'agit du système d'irrigation agricole le plus typique de La Alpujarra. Il servirait à ralentir l'écoulement de l'eau des montagnes vers les plaines afin de mieux la retenir et la répartir. Sans ces *acequias*, la fonte des neiges des sommets montagneux s'écoulerait directement dans les rivières et les lacs qui s'assèchent pendant l'été.

Village de Portugos

L'un des *acequias* de la région

Enseigne à Pitres

La marche d'aujourd'hui nous mène vers le haut versant de la vallée jusqu'au Molino del Sol avant de rentrer par le vieux *camino*[1] entre Fondales et Ferreirola. Nous remarquons au passage l'agriculture en terrasses, implantée par les Maures, avant la reconquête espagnole par les chrétiens.

Nous nous dirigeons ensuite vers le village de Capilerilla et descendons vers Pitres, le chef-lieu de La Taha. Nous remarquons des traces orangées sur la chaux blanche des maisons. On raconte que ce serait les vents qui transportent le sable, d'aussi loin que du désert du Sahara, et il se dépose sur la chaux blanche. Ce phénomène météorologique, nommé la « *calima* », nous impressionne !

Dès notre arrivée à Pitres, une enseigne attire notre attention. Une légende populaire raconte qu'un député faisant campagne dans le village avait demandé aux habitants ce qu'ils voulaient pour leur ville. Ces derniers désiraient quelque chose d'impossible, soit un port maritime (peut-être par méfiance et cynisme à l'égard des promesses généralement non tenues par les politiciens du village). Même si l'homme avait « ironiquement » approuvé leur demande, il leur accorda plutôt un « col de montagne ». Une ancre de bateau accrochée sur un mur de pierre dans le village fait d'ailleurs office de cette promesse.

Nous poursuivons notre chemin vers Ferreirola pour boucler la boucle et arrivons à Mecina, le deuxième plus grand village de La Taha après Pitres. Autrefois, c'était le principal village de la municipalité de Mecina-Fondales.

Ancre de bateau à Pitres

Nous reprenons notre route vers Mecinilla, le plus petit et le plus tranquille des villages de La Taha, dont les origines sont relativement récentes. Ce n'est qu'en 1975 qu'il a rejoint La Taha. Il est relié au noyau de Mecina par un petit quartier de bâtiments, érigés dans la seconde moitié du 20e siècle.

Nous nous dirigeons ensuite vers Fondales, puis en direction de Ferreirola, et les paysages sont magnifiques ! Sur notre parcours, nous apercevons d'anciens bâtiments de pierres abandonnés et admirons les montagnes à perte de vue.

La récompense après une journée de randonnée est de nous regrouper autour d'une bonne table. Ce soir, nous nous dirigeons vers le restaurant L'Atelier, au cœur du village de Mecina, où nous attend un repas végétarien d'influence « méditerranéo-berbère » préparé par Michel et Brigitte qui sont d'origine basque.

Le temps est venu de nous reposer. Une bonne nuit de sommeil est nécessaire, car la journée de demain s'annonce plus *demandante*.

[1] Chemin (trad. libre).

Jour 3 (24 avril) : Premier événement à souligner ce matin : l'anniversaire de Denise ! Pour l'occasion, nous lui remettons un beau bouquet de ballons qu'elle portera pendant notre randonnée.
La température est magnifique. Depuis Ferreirola, nous ferons une boucle plus exigeante que la marche d'hier, mais qui vaudra pleinement nos efforts.

En face d'un ravin, nous apercevons la Era del Trance, de Ferreirola, datant d'environ 1 000 ans. Les *eras* sont des plateformes circulaires en pierres situées dans des zones exposées au vent où les paysans faisaient sécher, battaient et triaient le blé. Il s'agit d'une technique ancestrale instaurée par les Maures. Plus loin, nous apercevons des *cortijos* en ruines, soit d'« anciennes habitations rurales traditionnelles », souvent isolées et associées à l'agriculture familiale avec une vaste terre attenante à la maison. Au même moment, tout en bas, nous admirons la belle rivière Trevélez.

Au loin, nous apercevons la ville de Busquistar avec en arrière-plan des sommets enneigés, où nous irons demain. Nous en profitons pour faire une pause pour le dîner devant un succulent pique-nique gentiment préparé par nos guides Anie et Alexandre. Ce dernier en profite pour nous expliquer l'histoire de la conquête de l'Andalousie par les différents peuples qui s'y sont succédé. Comme toujours, c'est fort instructif ! Nous reprenons le chemin et

Bonne fête Denise !

Era del Trance de Ferreirola

Les *eras* sont des plateformes circulaires en pierres [...] où les paysans faisaient sécher, battaient et triaient le blé.

Era del Trance de Ferreirola

Forêt de chênes verts

Village de Trevélez

nous voyons au loin ce qu'il reste d'une tyrolienne minière datant du début des années 1950 environ et qui permettait de transporter les roches par wagons entre les montagnes. Toutefois, comme ce n'était pas très efficace et que c'était dangereux (des minerais s'échappaient parfois des wagons et certains déraillaient lors de grands vents), ce système a cessé d'être utilisé quelques années à peine après son entrée en service.

Une fois notre randonnée terminée, nous retournons à notre auberge pour ensuite repartir vers le restaurant La Cueva de Mora Luna où nous réservons une petite surprise à Denise afin de célébrer son anniversaire. Les clients du restaurant se joignent à nous pour lui chanter le traditionnel « Bonne fête » tandis qu'elle souffle les chandelles de son gâteau ! Nous avons le cœur à la fête !

ON MET LE CAP VERS TREVÉLEZ

Jour 4 (25 avril) : Nous avons encore droit à une magnifique journée ensoleillée, toutefois, nous sommes tristes de quitter notre paradis ainsi que notre hôte Sep.

Nous entamons cette belle randonnée qui nous mènera vers notre prochaine destination Trevélez et arrivons au village de Busquistar. Celui-ci est entouré de l'une des plus grandes forêts de châtaigniers de la région. Nous prenons le temps de parcourir ses ruelles pour y découvrir ses points d'intérêt, dont l'église paroissiale de San Felipe et San Santiago, située au centre du village et datant du 16e siècle.

La forêt à traverser en sortant de Busquistar est composée principalement de chênes verts. On doit savoir que le gland du chêne vert, dont se nourrissent les cochons ibériques, est ce qui fait leur qualité et leur renommée.

Avant de reprendre le chemin après un bon dîner, Alexandre nous parle de Trevélez. Certains affirment que ce nom viendrait de l'époque arabe, mais une autre histoire raconte que le nom *Trevélez* serait relié à ses fondateurs, les frères Vélez. Chacun aurait fondé un village, donc trois villages sont maintenant devenus trois quartiers distincts, des *barrios*. Il s'agit du *barrio bajo* – du bas –, *barrio medio* – du milieu – et du *barrio alto* – du haut.

Après une longue randonnée de 16 km, nous arrivons enfin à Trevélez, le plus haut village d'Espagne continentale, avec ses 1 476 m, reconnu pour son jambon salé appétissant, le *jamon serrano*.

Nous y découvrons notre nouvel hébergement, l'Hôtel La Fragua, tenu par deux frères, Antonio et Miguel. Ce soir, nous prenons un copieux repas au restaurant Meson del Jamon.

Vue spectaculaire lors de la pause dîner

Jour 5 (26 avril) : Ce matin, le soleil est radieux et nous nous préparons pour notre randonnée qui nous mènera dans la haute vallée de Trevélez.

Le départ se fait par les ruelles étroites du *barrio alto* de Trevélez pour gagner les champs et pâturages de la vallée, en amont du village.

Les paysages sont magnifiques et les vues, imprenables, alors que nous apercevons au loin sur l'autre flanc de la montagne plusieurs *cortijos* en ruines, soit d'anciennes bergeries. En arrière-plan, les sommets enneigés nous rappellent que l'altitude influence le décor des montagnes.

Nous avons la chance de prendre notre pause dîner sous un immense et majestueux cerisier avec comme toile de fond les sommets enneigés. Le temps s'arrête pour un instant...

Le retour vers Trevélez se fait par le versant opposé de la vallée, en longeant les torrents qui alimentent la rivière en contrebas. En arrivant à destination, notre dernière montée dans le village est très abrupte ! On donne tout pour ce dernier effort...

Au restaurant La Fragua tenu par les mêmes propriétaires que ceux de notre hôtel, nous découvrons une petite salle aux airs de chalet en plus de nous offrir une vue imprenable sur le village et les montagnes. Nous nous attablons pour y déguster des plats traditionnels de La Alpujarra et d'autres spécialités.

Demain, nous quitterons les beaux villages blancs...

Jour 6 (27 avril) : Ce matin, nous nous préparons à monter en altitude dans la Sierra Nevada, mais la température n'est pas très clémente.

Balade dans les ruelles de Trevélez

Cortijo abandonnée

Impossible d'apercevoir les montagnes au loin

La matinée est en constante montée et le temps se corse. Il fait froid (à peine 6 °C). Nous mettons nos tuques et ajoutons des couches. De la pluie et de forts vents sont attendus en après-midi. Au début, ça va bien, mais plus on avance et plus la montée devient difficile. Le vent se lève, la pluie et la bruine se mettent de la partie. Au loin, nous ne voyons pratiquement rien, car les nuages sont très denses. Un peu avant l'heure du dîner, les conditions météo sont très défavorables. La décision est prise de rebrousser chemin pour nous permettre de conserver un niveau d'énergie adéquat pour attaquer la randonnée prévue le lendemain qui sera la plus longue distance à parcourir de ce trek, soit 18 km.

Nous nous donnons rendez-vous pour un 5 à 7 à la place centrale de Trevélez. Au passage, nous en profitons pour découvrir ce village unique par sa configuration : 100 m de dénivelé entre le haut et le bas du village ! Nous terminons notre soirée au même restaurant que la veille et avons le bonheur d'y déguster un succulent *chupito* (un alcool local) aux pruneaux et aux herbes, offert par la maison.

Jour 7 (28 avril) : Aujourd'hui, c'est jour de fête puisque notre guide Alexandre célèbre son anniversaire ! Nous lui préparons un beau bouquet de ballons à apporter pendant notre randonnée.

Bonne fête Alexandre !

Une fois de plus, la température n'est pas très clémente et les conditions des sentiers risquent de se détériorer pendant notre longue randonnée de 18 km. La sécurité de tous les randonneurs et randonneuses est la préoccupation première des guides, qui ont donc pris la décision d'annuler la sortie prévue et de revoir le programme de la journée.

Anie et Alexandre nous ont préparé une belle surprise pour compenser notre déception de ne pas faire de randonnée ! Ils nous amènent marcher dans Trevélez jusqu'à une usine de jambons pour faire la visite des lieux et découvrir le Museum Vallejo/Jamon Experience. Ce dernier est fascinant et nous découvrons des faits intéressants à propos de l'histoire de ce célèbre *jamon serrano*. À la fin de notre visite guidée, nous avons droit à une dégustation : vin et jambon. C'est cette façon de savourer le produit qui a fait la renommée du village de Trevélez à travers le monde. Ensuite, c'est à bord d'un autobus que nous nous dirigeons vers notre prochaine destination : Capileira. Nous visitons rapidement ce magnifique village et marchons ensuite vers Bubion pour découvrir notre prochain hébergement, la *casa rural* La Sevillana. Il s'agit d'une belle maison avec une grande salle familiale et une accueillante terrasse extérieure seulement pour nous. Notre groupe se sent choyé !

Comme notre après-midi est libre, nous en profitons pour jouer à des jeux, faire des mots croisés, lire et se faire un beau feu dans le poêle à bois, question de nous réchauffer. Le paradis !

Nos guides ont préparé un *quiz* pour animer le 5 à 7. Nous formons donc trois équipes. Trente questions plus tard, l'équipe des « Bottines » est déclarée gagnante. Le plaisir était au rendez-vous ! Finalement, nous avons tous été gagnants et gagnantes, car tout le groupe a reçu un prix. Quelle belle initiative de nos guides !

Museum Vallejo/Jamon Experience à Trevélez

Pour le souper, nous allons au restaurant Lo Nuestro, tenu par Jose et Eva, habituellement fermé le dimanche. Le couple accepte de faire une exception et de nous accueillir pour célébrer l'anniversaire de notre guide Alexandre. Nous avons un gros coup de cœur pour la cuisine savoureuse et les succulents plats ! Et que dire de l'accueil chaleureux de nos hôtes ? C'est comme si nous mangions chez des amis.

Alexandre se fait chanter en chœur « Joyeux anniversaire » et a droit à un délicieux gâteau au fromage. Que faire de plus pour qu'il se souvienne de sa fête en Andalousie avec nous ?

Nous sommes prêts et prêtes pour une bonne nuit de sommeil.

Nous prenons le temps d'admirer les vaches

Casa rural La Sevillana à Bubion

À LA DÉCOUVERTE DE LA POQUEIRA

Jour 8 (29 avril) : Après un bon déjeuner préparé par Dana, nous sommes partants et partantes pour notre randonnée dans la vallée de Poqueira.

C'est un matin très nuageux, mais nous arrivons tout de même à voir au loin les villages de Capileira, Bubion et Pampaneira. Nous empruntons le sentier Pueblos del Poqueira qui suit la rivière du même nom, où l'on retrouve une végétation plus verdoyante. En chemin, nous croisons des vaches qui barrent l'accès à la route. Toutefois, elles se montrent assez dociles et nous cèdent gentiment le passage. Nous remontons d'abord vers Capileira avant de redescendre vers Pampaneira.

Arrivés à destination, nous nous attablons juste à temps pour dîner au restaurant Altaahuna avant qu'une violente pluie se change rapidement en grêle et s'abatte sur le village.

Notre guide Alexandre en profite pour nous parler du général Franco[2], qui a mené le coup d'État en Espagne dans les années 1930. C'est fort instructif !

Comme nous sommes en plein déluge, nous devons patienter un peu avant de reprendre notre randonnée. Après l'accalmie, nous reprenons le chemin du retour, tout en montée, vers Bubion. Il pleut toujours et nous apercevons les sommets enneigés au loin.

De retour à la maison, il n'y a pas d'électricité. Toutefois, ce n'est que de courte durée. Certains occupent leur après-midi en jouant à des jeux de société, alors que d'autres en profitent pour faire une sieste bien méritée.

Après tant d'émotions, nous mangeons de succulentes paëllas au restaurant Nuestro Rincon et nous retournons à notre auberge pour une bonne nuit de sommeil, question d'être prêts et prêtes pour notre journée de demain !

[2] Francisco Franco (1892-1975). « Général et homme politique espagnol. » — *Antidote*

Centrale hydroélectrique, Central Poqueira

Vue spectacculaire des sommets enneigés lors de notre pause dîner

Bonne fête Marcel !

Jour 9 (30 avril) : À notre réveil, le ciel bleu nous fait cadeau d'une belle journée ! Nous poursuivons notre route vers Capileira qui nous mène à l'ancienne centrale hydroélectrique, la Central Poqueira, datant de 1957, située dans le « *poblado*[3] de Cebadilla » qui abritait jadis environ 200 habitants. Selon la légende, ce paysage spectaculaire capture le cœur des gens qui le traversent, comme il l'a fait autrefois avec une princesse maure, dont on dit que l'esprit se promène encore dans la région.

Nous poursuivons notre route et dînons dans un endroit sublime. Alors que nous nous adossons à une ancienne *cortijo*, le panorama spectaculaire se dessine devant nous. Nous avons comme toile de fond les sommets enneigés et les montagnes à perte de vue. Nous sommes complètement sous le charme, bouche bée devant tant de beauté, et nous vivons un très beau moment ! De retour à Capileira, une table bien garnie de tapas préparée par nos guides nous attend. Après cette journée bien remplie, nos camarades, Line et Marcel, nous ont préparé une belle surprise ! Pour souligner l'apport important de l'ensemble des participants et participantes ayant pris part aux treks de Diabète Québec au fil des ans, ils ont procédé à une cérémonie au cours de laquelle tous et toutes ont reçu une médaille à leur effigie. Quel moment magique et touchant ce fut ! Nous les remercions pour cette gentille attention à notre égard.

Ensuite, nous soupons au restaurant Lo Nuestro et revenons à notre auberge pour une bonne nuit de sommeil.

DERNIER DROIT DE NOTRE TREK ET DÉCOUVERTE DE GRENADE

Jour 10 (1er mai) : C'est un autre jour de fête aujourd'hui : au tour de Marcel de célébrer son anniversaire et lui aussi a droit à son bouquet de ballons pour l'accompagner toute la journée !

Le temps est très brumeux et il pleut. De Bubion, nous nous rendons à Capilerilla et à Pitres, de magnifiques villages berbères cachés dans la discrète vallée de La Taha. Nous regagnons ensuite le village de Ferreirola, point de départ de notre trek. La boucle est bouclée ! Il est important de prendre le temps de nous féliciter pour cet *accomplissement* : accolades, sourires et félicitations sincères. Nous avons relevé ce grand défi avec brio ! Nous sommes tous et toutes solidaires dans cette aventure. C'est ensemble que nous pouvons dire : « Trek réussi ! »

[3] Village (trad. libre).

Défi réussi !

Quartier de Sacromonte à Grenade

À Medina, nous dînons à La Cueva de Mora Luna, une petite taverne remplie de photos, de peintures et de décorations. Pour clore notre repas, nous dégustons un *chupito* au raisin et à l'anis offert par la maison. Un pur délice !

Un autobus nous attend pour nous mener à notre dernière destination : Grenade. Nous séjournerons à Hostal La Ninfa, une jolie maison, tenue par Marlène, dont les murs sont recouverts d'étoiles en céramique. À l'intérieur, la céramique est reine et on en retrouve partout !

Sitôt arrivés et arrivées à Grenade, nous partons à la découverte de la ville, qui est sans contredit la plus animée depuis le début de notre voyage. Il faut dire qu'après avoir vécu dans les montagnes où le calme régnait depuis plusieurs jours, une adaptation s'avère nécessaire pour réintégrer la foule.

La ville de Grenade est très vivante et cosmopolite. On sent l'effervescence partout où nous allons, surtout que c'est la fin de semaine !

Ce soir, nous prenons l'apéro au café bar Damasqueros, puis le souper au restaurant La Vinoteca où nous nous régalons. Avec l'aide d'autres clients du restaurant, nous entamons en chœur un « Bonne fête » pour Marcel et il souffle les bougies de son délicieux gâteau.

Au retour, certains optent pour faire du magasinage, alors que d'autres se dirigent vers notre hôtel.

Jour 11 (2 mai) : Ce matin, nous repartons à la découverte de la ville et nous profitons de l'occasion pour faire un peu de magasinage de dernière minute. Nous apercevons au loin le célèbre palais Alhambra, que nous visiterons plus tard dans la journée.

Nous découvrons la ville pas à pas et sommes agréablement surpris et surprises par ses différentes facettes. Nous sommes d'ailleurs toutes et tous fascinés par le quartier insolite de Sacromonte, le plus haut de la ville. On y retrouve des maisons troglodytiques dans des grottes qui sont encore habitées à ce jour par des gitans, des bohémiens et des artistes. Cette population gitane porte en elle la tradition ancestrale du flamenco, de la danse et de la musique typiques espagnoles. Le paysage des maisons à la chaux blanche avec les portes bleues ainsi que la tranquillité des lieux nous rappellent d'ailleurs certains des plus beaux villages de la Grèce.

Nous rejoignons ensuite le restaurant Papaupa pour le dîner avant de nous rendre pour notre visite tant attendue de l'Alhambra ! De l'arabe *al-hamra* (le rouge), ce palais est un joyau de l'art « nasride ». Bâti par des sultans à partir du 13e siècle, il est devenu la résidence royale et la cour de Grenade. Depuis sa construction, l'Alhambra a traversé plusieurs époques distinctes et est passée des mains des musulmans aux chrétiens à maintes reprises.

Palais de l'Alhambra

Notre guide Béatrice nous réserve un bel accueil alors qu'elle nous explique quelques règles avant d'entamer notre visite. Il faut savoir que le nombre de visiteurs par jour est limité et qu'on doit réserver sa place plusieurs mois à l'avance.

En découvrant l'Alhambra, nous sommes éblouis et éblouies par tant de beauté et la riche histoire dont nous fait part notre guide nous captive. Elle nous raconte de savoureuses anecdotes en plus de faits cocasses et nous sortons tous et toutes enchantés de cette visite. Un joyau à découvrir et un incontournable lors de votre prochaine visite en Andalousie!

Nous dégustons ensuite des tapas à la *taberna tipica*[4] Granaina avant de rejoindre La Cueva Flamenca La Camino pour un spectacle traditionnel de flamenco. Nous y découvrons une minuscule salle où nous sommes en attente de l'arrivée des artistes. Le spectacle est à peine commencé. Nous sentons déjà toute la charge émotionnelle des danseurs, du chanteur et du guitariste. Nous comprenons très rapidement que le flamenco, ce symbole éternel de l'Andalousie, est une forme musicale dans laquelle l'émotion dépasse les règles et qui convoque avant tout les sens. Ce spectacle fut très envoûtant et vraiment impressionnant! Une belle découverte...

Après tant d'émotions, et comme nous partons tôt demain pour l'aéroport, nous retournons à notre hôtel pour une dernière nuit... Ce n'est qu'un dernier au revoir, Andalousie! Nous nous rappellerons toujours qu'on « était bien »!

Douze jours avec des gens extraordinaires, tous unis pour relever un défi commun, un défi andalou! Mille fois merci aux participants et participantes ainsi qu'aux donateurs et donatrices pour leur formidable contribution!

Un des jardins de l'Alhambra

La ville de Grenade le soir

Vue de la ville de Grenade à partir de l'Alhambra

[4] Taverne typique (trad. libre).

Sources : Guide Michelin *Andalousie* et Karavaniers.

Témoignages

DENISE GUILMETTE

Merci pour vos dons pour mon sixième trek de Diabète Québec. L'Espagne (Andalousie) est un pays extraordinaire… Des montagnes, des sentiers et de la bonne bouffe. Merci à Diabète Québec et à Karavaniers.

BERNARD CONSTANTINEAU

Un voyage qui a rempli toutes ses promesses avec un défi physique quotidien et des paysages de toute beauté. Toujours en appréciant une gastronomie espagnole de première qualité ! Et surtout avec un groupe d'amis formidables unis pour une bonne cause : amasser des fonds pour la recherche sur le diabète ! On ne peut pas demander mieux ! Je veux souligner les efforts de nos marcheurs et marcheuses diabétiques qui ont encore une fois dépassé leurs limites. Bravo ! Tout le monde est fier de vous ! On lâche pas !

LINE ARSENAULT ET MARCEL JULIEN

Pour nous, un quatrième trek au profit de Diabète Québec vient de se terminer. Accompagnés de randonneurs et randonneuses sensibles à la cause du diabète, nous avons découvert un coin enchanteur de l'Espagne : l'Andalousie. Osez le premier pas ! Celui qui peut nous sembler le plus difficile nous mènera vers le deuxième qui sera déjà plus facile.

Nous étions plus qu'un groupe. Nous étions une famille ! Une équipe attentionnée, remplie de respect et d'entraide. Chaque randonneur ou randonneuse est responsable de l'autre exactement comme le font les membres d'une même cordée en escalade. Merci à vous, compagnons et compagnes de cette aventure !

Un merci sincère à nos deux guides, Anie et Alexandre. Ils ont su rendre notre séjour des plus agréables.

Tout un exploit pour une personne vivant avec le diabète ! Grâce aux avancées technologiques, nous avons de plus en plus d'outils pour réussir ce défi. Il faut continuer de soutenir et d'encourager la recherche.

Comme on dit en espagnol : « PODEMOS ! » Soyons convaincus et convaincues que malgré cette condition de vie : « NOUS POUVONS ! »

MARLÈNE JULIEN

Un quatrième défi relevé pour Diabète Québec. Cette fois-ci, notre terrain de jeu s'est déplacé dans la Sierra Nevada en Espagne. Un voyage inoubliable… Merci aux membres du groupe pour cette solidarité sans fin. Merci aux guides et aux organisateurs et organisatrices. Tous ces souvenirs et images resteront pour toujours dans nos cœurs. Un défi ineffaçable, unique ! Notre contribution pour soutenir la recherche sur le diabète.

MÉLANIE CHOUINARD

Quelle merveilleuse aventure nous avons vécue encore une fois ! Au gré des soubresauts de dame Nature, parfois clémente et chaleureuse, parfois froide, pluvieuse et même neigeuse, nos guides Alexandre et Anie (merci tellement à vous deux !) ont su nous faire vivre une immersion extraordinaire dans les montagnes et villages blancs de l'Andalousie. Un pas à la fois, j'ai découvert de nouveaux paysages, de nouvelles saveurs et chaque jour un peu plus sur mes camarades de cordée. C'est un défi physique et mental, bien sûr, avec son lot de hauts et de bas, je l'avoue, mais avec un pancréas artificiel et des randonneuses et randonneurs exceptionnels pour vous soutenir, on vient à bout de tout.

C'est grâce à la recherche sur le diabète et aux nouvelles avancées technologiques que je peux vivre aujourd'hui de si belles aventures. J'espère sincèrement que le récit de notre voyage saura vous inspirer à participer à notre prochain trek et à soutenir la recherche sur le diabète. J'ai 52 ans et je suis diabétique de type 1 depuis 32 ans.

FRÉDÉRIC JETTÉ

Merci pour ce beau voyage. Les paysages étaient magnifiques, la nourriture était extraordinaire et, comme toujours, le groupe était incroyable. Merci encore pour la chance incroyable d'avoir partagé cette expérience avec vous.

LIETTE LEMAY

Dix jours à marcher au cœur d'un généreux printemps andalou, en compagnie de joyeux camarades et de guides tout aussi espiègles qu'experts — merci, Karavaniers ! Voilà une mission utile, accomplie en toute sécurité et dans le plaisir, pour une cause des plus importantes. Merci à l'équipe de Diabète Québec et à tous ceux et celles qui ont rendu ce défi possible !

ALAIN DUMONT

Il me faut d'abord dire que je ne suis pas un fervent amateur de trek… mais il semble que le plaisir vienne en trekkant !

Ce défi me tient à cœur, car je sais qu'il peut vraiment faire une différence pour les gens atteints du diabète. J'ai eu la chance de pouvoir accompagner mon ami, qui a eu 70 ans lors du voyage, et je pense que cette activité y est un peu pour quelque chose…

Ce fut vraiment un voyage rempli de moments parfois délectables et parfois plus intenses. Une super expérience de vie !

Ce que j'ai le plus apprécié, ce sont mes camarades de voyage, des amants passionnés de nature. Je vous aime vraiment !

À tous mes commanditaires : continuez d'encourager ceux et celles qui font cette expédition dans le but d'amasser des fonds pour la recherche ! Et, pourquoi pas, participez-y, vous aussi !

ANNIE TOUPIN

J'ai vécu une aventure extraordinaire pour mon premier trek. J'ai eu le privilège de rencontrer de magnifiques personnes. L'accueil de chacun et chacune, la bienveillance, la gentillesse, le respect et la camaraderie qui régnaient dans le groupe ont rendu ce voyage inoubliable.

Les paysages de l'Andalousie sont magnifiques, bucoliques à souhait, et que dire de l'excellente nourriture !

Je suis heureuse d'avoir contribué à ma façon à la recherche sur le diabète. Bravo à tous et toutes d'avoir relevé ce défi, et bravo particulièrement aux personnes diabétiques qui ont participé au trek. Votre ténacité force le respect !

CAROLINE DUGUAY

Après le Népal et le Monténégro, c'est l'Andalousie que j'ai eu l'immense bonheur de découvrir dans toute sa splendeur. Merci à vous, participants et participantes du trek, d'avoir rendu cette expérience formidable et inoubliable et de m'avoir permis de partager ces beaux moments avec vous ! Bravo à vous toutes et tous d'avoir relevé avec brio ce défi andalou et plus particulièrement à Marcel et à Mélanie qui nous ont démontré une fois de plus qu'en persévérant, il est plus que possible de prendre part à une aventure de cette envergure tout en vivant avec le diabète. Et merci à mes donateurs et donatrices qui m'ont soutenue en contribuant une fois de plus à la recherche sur le diabète dans l'espoir qu'un jour, des millions de personnes vivant avec la maladie soient guéries à travers le monde. ▬