

Nature, culture et spiritualité

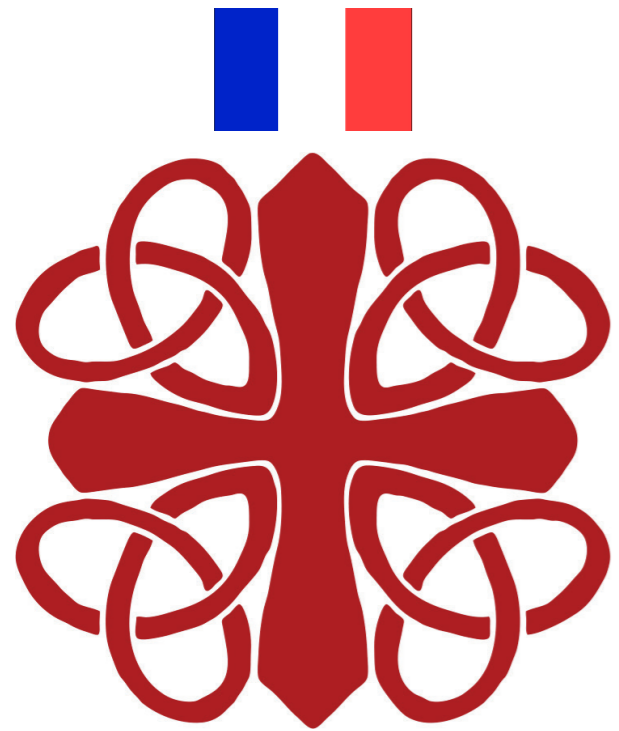
Dans les paroisses de Markim, Orkesta et Frösunda, on trouve des traces de vie humaine, de travail et de croyance datant de plus de mille ans. Des pierres runiques, d'anciennes fondations de bâtiments et des tertres funéraires témoignent des drames et des événements quotidiens d'autrefois. Les églises médiévales le long du chemin offrent un lieu d'intemporalité et de calme.

De se promener en tant que pèlerin c'est de se promener avec tous les sens ouverts. Inga de Snåttsta, Ulf de Borresta et Livsten de Torsholma sont quelques personnes du 11^{ème} siècle qui ont marchés ici avant nous. Ils ont donné leurs noms aux sentiers de randonnées.

Pèlerinage Vallentuna est un projet en collaboration avec l'église, la commune et le secteur bénévole avec le soutien financier du Ministère de l'agriculture. Nature, culture et spiritualité sont nos mots clés – vous qui vous promenez, choisissez l'accent qui vous convient.

En coopération avec : le Conseil chrétien de Vallentuna, l'Association régionale de Vallentuna, Markim, Orkesta et Frösunda ainsi que l'Association pour la conservation de la nature de Vallentuna.

Plus d'information : www.vallentunaforsamling.se. Vous y trouverez aussi les heures d'ouverture de la maison de pèlerinage de Frösundagården.



PÈLERINAGE À VALLENTUNA
Carte de Randonnée

Le sentier de randonnée d'Inga
19 km

Le sentier de randonnée d'Inga commence à l'église de Frösunda et de Frösundagården, juste à quelques centaines de mètres de la gare de Frösunda, et se termine à la gare de Lindholmen. Le sentier de randonnée est pour la plus part accessible sur route et aussi praticable pour les chaises roulante et les poussettes. Un court parcours s'effectue sur une route de tracteur qui plus tard rejoint la route. Une voie optionnelle pour les fauteuils roulants et les poussettes est indiquée sur la carte.

1 L'église de Frösunda **WC**

Ici se trouve la pierre runique sur laquelle la croix est le symbole de nos randonnées de pèlerinage. Elle fut trouvée au cimetière en 1991. La croix est entourée de quatre triquetras, symboles de la Trinité. Sur le retable de l'église sont représentés les deux grands saints pèlerins, Saint Olof et Sainte Brigitte.



Photo : Brita Fromm

2 L'église d'Orkesta **WC**

L'église fut construite sous la deuxième moitié du 12^{ème} siècle. Les peintures sont de la fin du 15^{ème} siècle et représentent, entre autre, le récit de la création.



Photo : Sonia Blom

3 Les pierres runiques d'Ulf

A l'extérieur de l'église se trouvent deux pierres runiques qui racontent l'histoire d'Ulf de Borresta. Il participa à au moins trois expéditions de pillage en Angleterre. Ulf était un riche seigneur, qui plus tard se consacra à la sculpture runique. Ses pierres contiennent des prières pieuses.



Photo : Maliken Ost-Söderlund

4 Les lieux de sépultures de Vaxtuna avec le tertre de Köö

Sur les lieux de sépultures du village, qui devaient être visibles des maisons d'habitation, les morts étaient incinérés et enterrés. Les tombeaux sont composés de divers cercles de pierres. Après la christianisation, moment où les corps ne sont plus incinérés, les enterrements avaient toujours lieu sur les emplacements de sépultures du village. Le tertre important de Köö est celui d'une personne influente. Le tertre de Köö fut excavé au 18^{ème} siècle en tant que première fouille archéologique de Suède.

5 Snåttsta

Inga habitait à Snåttsta, elle laissa ériger quatre pierres runiques et une gravure rupestre sur elle et sa famille. Ces gravures avec l'inscription runique à Ekerö, Hillersjö, relate du droit de succession à l'ère Viking. Inga finit son inscription avec la prière « Dieu aida leurs âmes ».

6 L'église de Markim **WC**

L'église de Markim fut construite au 13^{ème} siècle et était visible de chaque village dans la paroisse. La pierre runique à l'extérieur de l'église fut retrouvée en morceau dans et autour de l'église avant d'être remise en une pièce. Elle relate l'histoire de Tällenä et Tor qui ont laissés ériger cette pierre en mémoire de leur père Frösten.



Photo : Christian Grässer

7 La pierre runique de Björn

Qui était Björn de Granbyn? Assassiné par Vigmund et commémoré par Torsten et Rangfrid qui ont laissés ériger cette pierre runique qui se trouve toujours au même emplacement qu'au 11^{ème} siècle. L'inscription se termine par : « Dieu aida son esprit et son âme mieux qu'il le méritait ».



Photo : Sonia Blom

8 Granby **WC** **C**

Le gravure rupestre de Granbyn – à la surface la plus grande de la province d'Uppland contient 185 inscriptions runiques. C'est une pierre runique à la mémoire de Finnvid, « qui possédait seul tout le premier ». La fondation de la maison, toujours existante, témoigne que Finnvid était une personnalité importante. Elle mesure 40 x 14 mètres.



Photo : Christian Grässer

9 Le centre communautaire de Orkesta

D'ici on peut voir la propriété de Söderby, qui se situe vers Frösunda au croisement que vous venez de passer. A cet endroit, se dressent deux pierre runiques qui auparavant se trouvaient le long de grand-route. Elle est toujours indiquée par le pont de pierres qui se trouve juste au sud de la route actuelle.

Le sentier de randonnée d'Ulf
11 km

Le sentier de randonnée commence à Frösundagården et se termine à la gare de Lindholmen. Le sentier est, à part d'une courte étendue sur une route de tracteur, accessible aux fauteuils roulants et aux poussettes. Un parcours optionnel est indiqué sur la carte. Le sentier de randonnée d'Ulf inclus les arrêts 1, 2 et 3 de la randonnée d'Inga, suivi de l'arrêt de la chapelle de Markim 10, qui se trouve uniquement sur la randonnée d'Ulf.

10 La chapelle de Markim

La chapelle fut accomplie en 1890 après que les habitants de la paroisse, qui furent saisis par le renouveau de l'église libre, donnèrent de l'argent et ensemble construisirent leur propre maison de prières. La paroisse rassemblait les enfants et les adultes pour l'école du dimanche, l'association des jeunes, le cercle de couture et la chorale.



Photo : Christian Grässer

Les prochains arrêts sont la pierre runique de Björn 7 et ensuite 8 et 9.

Comment venir

Train : Prendre le train (Roslagsbanan) de la ligne Kårsta de la gare Östra Station (Stockholm) jusqu'à la gare de Frösunda, cela prend 43 minutes. Une option est de descendre à la gare de Lindholmen et suivre le parcours en direction inverse. Pour les horaires des trains, veuillez consulter : www.sl.se.

Voiture : Veuillez laisser la voiture à l'église de Frösunda, ou sur le parking de la gare de Lindholmen. Les sentiers de randonnée sont prévus pour les randonneurs, les fauteuils roulants et les poussettes.

Allemansrätt – le droit de libre accès à la nature

Veuillez respecter le droit de libre accès à la nature. Il vous donne des droits mais il implique aussi des obligations. Ne traversez pas les terres cultivées, utilisez le sentier indiqué. Ne laissez pas de débris, utilisez les poubelles situées aux églises. Respectez que les sentiers traversent des environnements où les gens habitent et travaillent.

Bed & Breakfast **B&B**

Sunnanskog www.sunnanskog.nu
Tel: int + 46 (0)8-512 302 06, int + 46 (0)70-403 91 57 (groupes de plus de 10 personnes)
Orkesta-Lundby www.Orkestalundby.se
Tel : int + 46 (0)70-357 12 44, int + 46 (0)70-647 98 76

Café **C**

Café Drottninggården www.mxindoor.se
Tel: int + 46 (0)8-512 400 11, int + 46 (0)70-731 21 27
Hökeriet Granby gård www.hokeriet.se
tel: int + 46 (0)76-889 12 88

RANDONNÉE ENTRE LES ÉGLISES

DES TEMPS PRÉHISTORIQUES AU PRÉSENT

Le sentier de randonnée de Livsten

6 km

La randonnée dans les pas de Livsten comprend aussi bien de la route que de petits sentiers forestiers. Les points de départ et d'arrivée se trouvent à Frösundagården.

A L'église de Frösunda

Sur le retable du 15^{ème} siècle, les deux saints représentés sont la raison du pèlerinage aux pays nordiques. Le saint national de la Norvège, Saint Olof, dont la mort a conduit au pèlerinage des habitants nordiques vers la cathédrale de Nidaros à Trondheim. Sainte Brigitte a effectué un pèlerinage à Trondheim, à Saint Jean-de-Compostelle et à Rome. Elle demeura à Rome jusqu'à ce que le pape accepte son ordre – l'ordre de Sainte Brigitte – en 1370.



Photo : Christian Grässer

B La clairière avec la fourmière

Un des sept mots-clés de pèlerin est la lenteur. Qu'est ce que l'on voit, entend et sent? Les fourmis communiquent avec l'aide des phéromones, les signaux chimiques odorants. Elles frayent les sentiers et nettoient les aiguilles de pin et les animaux morts.



Photo : Christian Grässer

C La source de Saint Olof

Sous les tuyaux de béton qui ressortent du fossé se trouve une de plusieurs sources de Saint Olof qui existent dans les pays nordiques. Selon la légende, une source émergea du banc de sable où Saint Olof fut d'abord enterré.



Photo : Christian Grässer

D L'inscription runique de Livsten

Livsten a construit des ponts pour la pénitence des âmes pour lui et sa femme. Il habitait à Torsholma et ses hommes habitaient à Rolsta. Les ponts vont vers Helgö, où l'on pense que son bateau était autrefois amarré. On sait que Livsten était chrétien du fait de la représentation de croix dans l'inscription runique et aussi qu'un de ses fils avait un nom particulier pour cette époque – Niklas.



Photo : Sonja Blom

E Klashagen – le pâturage de Klas

Au mois de mai, la prairie est remplie d'une plante très rare : l'anémone pulsatille (*Pulsatilla vulgaris*), plus tard arrivent les fleurs des champs comme la spirée filipendule (*Filipendula vulgaris*), le polygale commun (*Polygala vulgaris*) et le pied de chat dioïque (*Antennaria dioica*). La prairie a probablement eu son nom après le fils de Livsten, Niklas – au quotidien Klas – et est une abréviation du patron des marins – Saint Nicolas.



Photo : Christian Grässer

F Le port de Livsten

Les reflets de l'eau à gauche, là où le chemin retourne vers l'église de Frösunda, montrent où pouvait se trouver le port de Livsten. Un petit reste de la voie de Långhundra qui encore au 16^{ème} siècle était une voie maritime entre Uppsala et la baie de Saltsjön via la baie de Trälhavet.



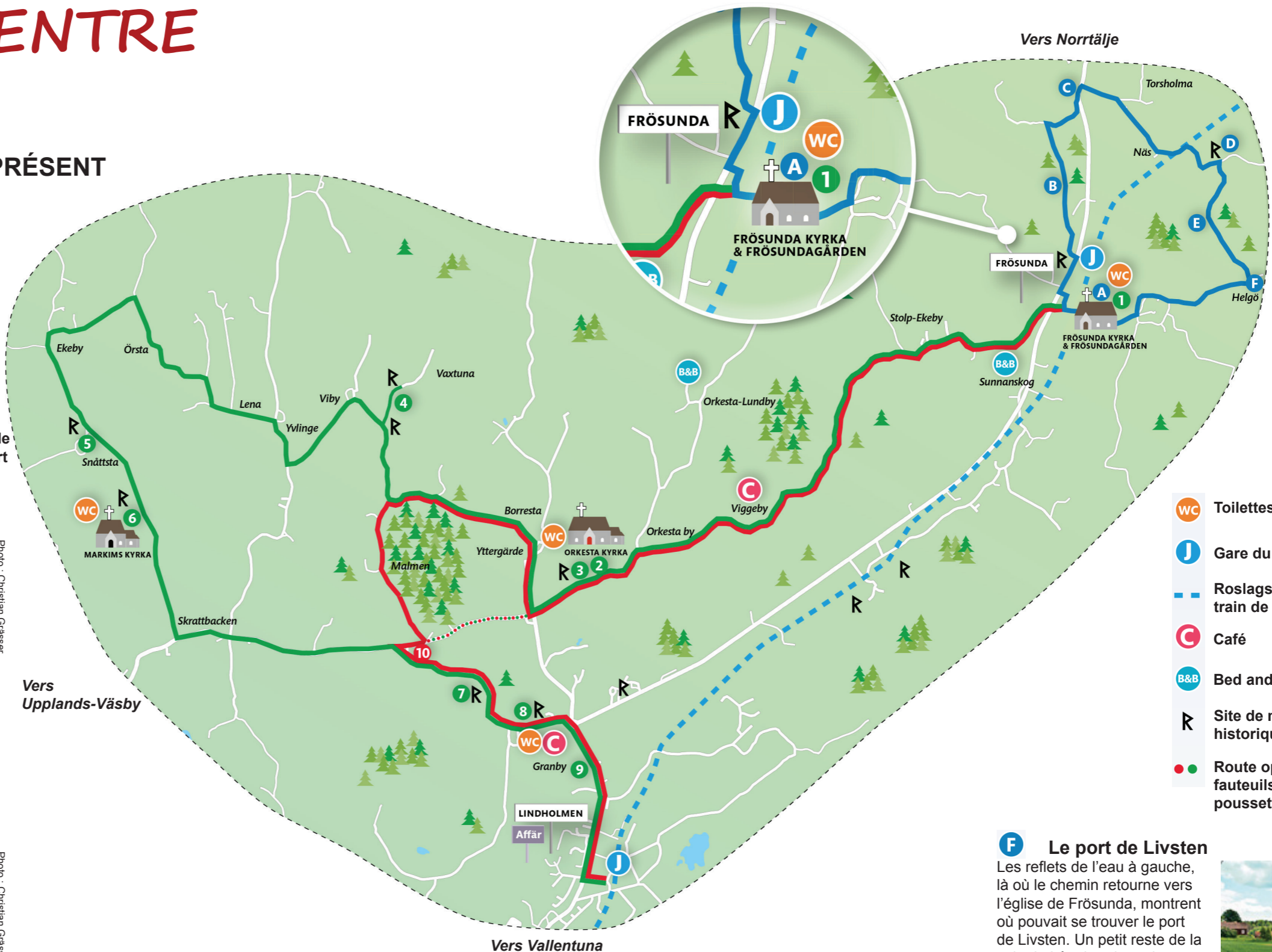
Photo : Christian Grässer

Frösundagården POINT DE DÉPART ★ POINT D'ARRIVÉE

Est l'ancienne école de la paroisse et fonctionne aujourd'hui comme maison paroissiale et propriété de pèlerins. Ici vous trouverez plus d'informations concernant les randonnées et les activités de pèlerinage. Pour les heures d'ouverture consultez le site : www.vallentunaforsamling.se



Photo : Erika Blom



- Toilettes
- Gare du train
- Roslagsbanan (ligne de train de Stockholm)
- Café
- Bed and Breakfast
- Site de monument historique
- Route optionnelle pour les fauteuils roulants et les poussettes