

ALLEZ AU VERT !

Des vacances nature, ça les tente. Tendances ou nouvel art de vivre ? Les familles empruntent des chemins de traverse pour s'inventer des aventures rustiques.

PABLO CHIGNARD / HANSLUCAS POUR LA VIE



Finie l'école. Premiers départs en grandes vacances. Vite, vite, les sacs et valises à préparer. La trousse de secours à compléter. Remettre la main sur les cartes IGN indispensables pour s'orienter lors des randonnées en montagne. Les jouets de plage des petits. La gamelle du chien. Les livres non lus pendant l'année à ne pas oublier. De fil en aiguille, les bagages s'entassent. Et, comme à chaque fois, au retour des vacances, chacun fera le constat qu'une bonne partie d'affaires n'a pas été utilisée... Certaines familles ont compris que les vacances sont un temps béni pour s'alléger et revenir à l'essentiel. De fait, ils optent pour un style de vacances basé sur le strict minimum, privilégiant des modes de transports ou d'hébergements plus écolos. Ce qui est de bon ton en 2017, déclarée « Année internationale du tourisme durable pour le développement ». Place donc à l'imprévu, à la débrouillardise et à la solidarité familiale. Sans partir à des milliers de kilomètres, l'aventure se vivra cet été même dans les jardins, avec le « gamping », qui a déjà ses adeptes, en témoigne ce dossier. Avec ce désir partagé de revenir aux fondamentaux : se relier à la nature, l'observer, voir passer le temps et regarder les étoiles la nuit tombée quand le choix est poussé jusqu'à dormir dehors... Camping, vélo, marche à pied, vous signez ?



VÉRONIQUE DURAND
SECRÉTAIRE GÉNÉRALE DE LA RÉDACTION, V.DURAND@LAVIE.FR

« **O**n a déjà la tête aux vacances », s'exclament Anne-Sophie et Didier. Cet été, ces Angevins feront la Loire à vélo avec leurs cinq enfants. L'itinéraire est déjà affiché dans la cuisine. « Nous habitons dans le centre-ville d'Angers; nous partirons donc à vélo de chez nous pour deux semaines, sans problème de bouchons... Et puis le vélo, c'est sympa à tous les âges. » Depuis plusieurs dimanches déjà, la famille est en selle et fait des sorties pour s'entraîner. Pour les vacances, cette famille recherche la nature, la cohésion et l'aventure. Les aînés ont prévu de mener l'enquête. Le petit dernier de 14 mois se fera promener. Les parents espèrent qu'il fera beau.

Première étape : la tribu s'arrêtera dans un hébergement trouvé sur le site du mouvement Colibris. « On passera la nuit chez une actrice du tourisme responsable qui essaie de vivre en autosuffisance. Les deux grands ont leur questionnaire en poche », expliquent les parents, soucieux de faire

découvrir à leurs enfants « d'autres modes de vie et de partir en vacances autrement que dans un système de consommation ».

Pédaler sur une autoroute verte avec l'appui logistique du site loireavelo.fr ou partir faire du camping sauvage à domicile dans le Sud, voici quelques projets des familles qui aiment la chlorophylle. Dans leur exode vert, elles préfèrent le gamping au camping. À mi-chemin entre *garden* et camping, ce nouveau mot-valise désigne le camping chez l'habitant. Quelle joie de planter ses sardines dans un jardin avec piscine ou de profiter d'un pré sans la foule ! Cet hébergement nature leur donne accès au plaisir du camping sauvage, à domicile. « Beaucoup de familles veulent la proximité avec des animaux, que les enfants nourrissent les poules le matin ou donnent du pain dur à des poneys », constate Joseph Léopold, 28 ans, inventeur du concept.

« En fait, ça se fait très bien le camping sauvage avec quatre loulous », témoigne Caroline. Cette Bourguignonne a trouvé

sur gamping.fr un particulier qui louait un terrain « au milieu de nulle part dans le Sud, pas très éloigné de la mer malgré tout ». Avec une douche solaire, un réchaud, une bassine et un jerrican « pour se laver les mains avec du savon bio pour ne pas abîmer la nature » et une bonne vieille tente, la famille envisage « deux à quatre semaines de baroud en pleine nature ». Pour un prix modique. « L'an dernier, on est partis avec pas grand-chose. On partira avec encore moins. La vie est simple », certifie Caroline.

La simplicité des choses

Juste quelques précautions de bon sens pour la sécurité. « Le réchaud est enfermé à clé dans la remorque. Le risque de brûlure ou d'incendie, c'est notre grande trouille. »



« Les gens ne demandent qu'à partager »

« La première vadrouille, Arthur avait 2 ans, les aînés avaient 13, 11 et 7 ans. Depuis on est reparti huit fois avec remorque et sacoches pour des randonnées cyclistes. C'est sain. J'aime emmener les enfants comme ça. Ce sont nos meilleures vacances. On a commencé par longer le Blavet jusqu'à Lorient, puis la Loire, ensuite on a pédalé en Belgique, en Espagne... On traverse plein de villages, c'est gai. On goûte aux spécialités. Il arrive qu'on aille sauter dans la rivière, les gens viennent avec nous. C'est fédérateur. Ça dynamise, ça ressoude la famille. Nous, ce qu'on aime, c'est dormir dehors. Les riverains se méfient au début. Au bout d'une heure, ils apportent du thé, des prunes du jardin. Ces vacances résonnent comme une belle histoire de vie, qui rend palpable l'échange, la confiance. Les gens ne demandent qu'à partager. Il faut bouger. L'humanité a besoin de s'ouvrir et de retourner aux éléments. »

SYLVIE BOUVIER, 55 ANS,
AVEC TIFENN, 19 ANS, ARTHUR, 14 ANS,
ET MORGAN, 23 ANS, CARNAC (56).

tout est programmé, on apprend à s'adapter, relève-t-elle. Dehors, un enfant s'acclimater en permanence. »

La joie du bivouac

Avec leurs trois fillettes, Damien et Michelle ont testé l'aventure randonneuse dans les Pyrénées. Ces Franciliens avaient besoin de rupture avec une vie trop sédentaire. « Nous sommes partis sans montre. Très vite, il n'y a plus eu de réseau. Une vraie coupure, c'était génial ! On avait l'essentiel. On a eu beaucoup d'émerveillement en commun. On a vu le ballet aérien des aigles et des choucas, la course des lièvres sauvages, des marmottes. On a appris à être silencieux pour voir les animaux », racontent-ils avec gratitude, sans minimiser pour autant le



poinds des sacs, la fatigue physique et la frousse quand l'orage a éclaté. Vivre, dormir et manger dehors simplifient les vacances. Cette fringale estivale trahit aussi le retour à l'environnement naturel, « un besoin urgent pour la population occidentale en perte de culture de la nature », analyse Marie-Lyne Mangilli-Doucé (lire témoignage ci-dessous). « Quand les stages de vie primitive fleurissent un peu partout, leur succès grandissant montre à quel point notre société éprouve le besoin impérieux de reconnexion avec des choses simples et authentiques », décrypte cette auteure d'un fantastique manuel intitulé *À l'aventure dans la nature, 50 activités pour les enfants*, (éditions Terre vivante). La jeune mère de famille y précise la réglementation entourant les joies du bivouac. Il faut veiller « à rendre les lieux aussi propres et sauvages qu'à son arrivée, en effaçant toute trace de feu et en emportant avec soi tous ses déchets ». Avec cette bible de la robinsonnade, les enfants ressentent la nature par tous les pores. Ils découvrent le bonheur de dormir à la belle étoile, de construire une canne à pêche ou de préparer une tisane rupestre aux cailloux.

En mode hyper reposant

Se croire un instant Cro-Magnon, Lapon nomade ou explorateur : Clotilde et Georges ont réalisé ce rêve, pendant un mois, à travers la France et ses 60000 kilomètres de chemins de randonnée, grâce à un camping-car acheté d'occasion « pour tester ». « Partir en camping-car, c'est vivre dehors en permanence, avertit Clotilde. On l'a fait avec quatre enfants en bas âge. On a traversé

« On part dans notre hôtel 100 milliards d'étoiles »

« L'été ne serait pas l'été sans partir camper ! Ce moment essentiel nous ramène à la simplicité... c'est le retour de la légèreté. Quand on part bivouaquer dans la montagne, on a l'habitude de dire qu'on part dans notre hôtel 100 milliards d'étoiles. C'est un luxe absolu de se retrouver tous les quatre dans un environnement naturel avec trois fois rien, un feu de camp, un ciel étoilé et du temps pour être ensemble. Le week-end dernier, dans le Vercors, nous avons pu approcher de très près des bouquetins. C'est important d'oser le faire et très facile ! Les enfants en redemandent. Il nous importe de les mettre sur les traces de la nature, de leur donner accès à des choses aventureuses, peu onéreuses en énergie, en temps et en argent. Pas besoin d'aller loin pour découvrir la vie au grand air : tout est à portée de main ! »

MARIE-LYNE ET ALAIN MANGILLI-DOUCÉ, AVEC ARTHUR ET CAPUCINE, SAINT-HILAIRE-DU-TOUVET (38).



PABLO CHIGNARD / HANSLUCAS POUR LA VIE

Tous dehors !

» Aux nombreuses familles soucieuses de se reconnecter avec la nature, d'y vivre avec leurs enfants et de mieux la connaître, les clubs Connaitre et protéger la nature (CPN) proposent l'opération Nature en famille. Des vacances au bord de la mer ? La fiche « coquillages » est dans la valise pour partir ensemble à la découverte de la plage. Une nuit dans le jardin ? Les parents téléchargent la fiche sur les étoiles. Les familles qui ont des fourmis dans les jambes trouvent chaque mois une fiche d'activité nature à découvrir en autonomie dans leur jardin, leur quartier ou dans la forêt voisine. Les Rencontres internationales des CPN auront lieu du 3 au 6 août 2017, au château de Taillé, à Fondettes (37) sur 40 hectares de forêt aux chênes centenaires, avec un étang et trois mares.

Toutes les infos sur nature-en-famille.org

l'Ardèche, les Cévennes, des coins inconnus avec une liberté incroyable. On a découvert une France agricole, de magnifiques villages pittoresques qui méritaient la visite. Un jour, on s'est garé par hasard devant un immense lac. Bingo ! On y a passé la journée avec pique-nique et pédalo ! » Georges approuve : « Tu apprends à manger simplement, à goûter des fruits de saison, des fromages du coin. » Clotilde relève aussi le fait que ce mode de vacances est « hyper reposant ». Pas de valises à faire, à défaire et à refaire. « On charge à Chartres, tout est prêt pour toutes les vacances. Un mois plus tard, on décharge au retour ! »

Entre-temps, « la vie à six dans 10 m² apprend aux enfants à ranger en permanence et à ne pas tout laisser traîner... » Autre bon point à souligner. « Par manque de place, tu apprends à faire de toutes petites valises. On se rend compte qu'on n'a pas besoin de grand-chose et qu'on est envahi d'affaires qui ne nous servent à rien. » D'ailleurs, le camping-car séduit de plus en plus les familles. « On en a rencontré beaucoup », témoignent Clotilde et Georges. « Ce genre de vacances à moindre coût laisse la liberté d'emmener ses enfants à la découverte du monde », se félicitent-ils, ravis par la bonne ambiance et la solidarité dans la communauté camping-cariste. « Il y a beaucoup de personnes ouvertes, qui apprécient d'aller à la rencontre des autres. »

Quant à l'hospitalité de Dame Nature, elle offre le plein de vitamine verte. L'impact du plein air sur le développement physique, affectif et intellectuel des enfants est reconnu. La nature « renforce les défenses immunitaires et aide à mieux garder le moral », assure la FCPN, à l'initiative du mouvement Nature en famille (lire encadré ci-dessus). 300 familles ont rejoint cette grande tribu qui met le nez dehors et se lance à l'aventure. Le grand air, ça vous fait des vacances grandeur nature. ♡

MAGALI MICHEL

L'AVIS DE...

VIRGINIE
Campeuse blogueuse



AUTEUR

Et si on bivouaquait ?

Savoyarde férue de plein air, Virginie partage sur son blog ses bivouacs en montagne avec ses enfants, Arthur et Thibaut, 7 et 5 ans.

Depuis le Mont-Blanc, cette mère de famille déballe son sac.

Dans mon sac, il y a le strict minimum : polaire, tente, duvet adapté à la température, lampe, briquet et ravitaillement. Je prévois au minimum 2 litres d'eau par personne. Le matelas de sol est important quand on vieillit ! Je conseille aussi la couverture de survie pour l'isolation et le gain de chaleur. Sinon, on dort en slip/tee-shirt. Je choisis un lieu de bivouac à l'abri du vent, dans une zone sèche.

Attention : une petite zone d'herbe bien verte (un tapis moelleux tentant) indique la présence d'humidité. Si vous avez peur d'être seul en pleine nature, installez-vous à proximité d'un refuge. La loi interdit le bivouac aux abords des sites classés, des monuments historiques, d'une source ou d'un captage d'eau. Dans les parcs nationaux, il est toléré à proximité des refuges de 18 h à 6 h. Mieux vaut se renseigner à l'avance et bien évaluer la distance de randonnée, car le matériel est lourd. Je regarde la météo. C'est impératif. En montagne, il fait vite froid, et le temps peut changer très vite.

Je ne prévois aucune activité pour les enfants, ils trouvent tout sur place : ricochets dans l'eau, cailloux à escalader, fleurs, animaux à suivre à la trace et cabanes improvisées... Seul le doudou reste indispensable.

La pharmacie : je pars toujours (même à la journée) avec une petite trousse contenant Doliprane Liquiz, lingettes désinfectantes, pansements, sérum physiologique, arnica, tire-tique et Aspivenin.

Pensez à l'appareil photo chargé pour immortaliser votre rando. Et apprenez un peu à lire le ciel avant de partir, pour que vos enfants s'endorment la tête dans les étoiles... ♡ M.M.

Blog : www.lesaventuresdarthuretthibaut.com