

INTERVIEW 2021 EBOOK « SEULE EN VAN »
CAROLINE / @PYRENMOOD

Présentation.

- **Prénom :** Caroline
- **Date de naissance :** 06 septembre 1983
- **Département ou région :** Ariège (09)
- **Compagnon de route :** Nanuuk, mon chien Samoyède.
- **Surnom du véhicule :** Pymood'van, car mon propre surnom est Pyren'mood.
- **Modèle et marque du véhicule :** Hymercar Free 600 Crossover de 2019
- **Profession :** J'ai deux jobs. En stationnaire, je suis responsable administrative pour une entreprise de travaux sur cordes. Et quand je suis nomade, je suis community manager et graphiste.
- **Pays visités solo :** J'ai visité l'Espagne et l'Andorre.
- **Projet 2021 :** Visiter la Norvège en Automne.
- **Où suivre tes aventures ?**
www.instagram.com/pyren_mood
www.facebook.com/pyren_mood
www.pyrenmood.com

Moi, c'est Caro(line), alias Pyren'mood ! Je vis dans les Pyrénées françaises depuis plus de dix ans. En mai 2020, j'ai choisi de vivre à 100% dans un camion aménagé, accompagnée de mon chien Samoyède Nanuuk.

Adepte des sports outdoor, mon souhait a toujours été de découvrir les montagnes européennes par le biais du VTT et du télémark que je pratique depuis très longtemps.

Amoureuse de la vie et fraîchement réinitialisée au niveau cardiaque, je veux croquer à pleines dents les instants de la vie et pouvoir être heureuse dans mes choix.

Auparavant dans le développement territorial, j'ai choisi depuis 3 ans de me lancer dans l'entrepreneuriat via mon activité de community manager et graphiste au service des acteurs économiques pyrénéens. Cette activité ne nécessitant pas de bureau fixe, je peux idéalement être « digital nomad » et me déplacer selon mes envies. Je suis aujourd'hui accomplie dans mon rythme de vie qui n'est pas du tout reposant mais me permet de voyager et de m'imprégner des lieux que j'ai toujours voulu visiter et parcourir.

L'humain a une place importante dans cette aventure puisque j'adore aller à la rencontre des autres et ça se fait assez naturellement grâce à mon ouverture d'esprit et mon enthousiasme communicatif. Le sourire !

Mon témoignage est un peu atypique car je n'ai pas choisi de faire le tour du monde seule en camion, mais plutôt le tour de MON monde, celui des montagnes et des vallées, en commençant par les Pyrénées : une chaîne montagneuse qui a beaucoup de place dans mon cœur, du côté français mais aussi espagnol et andorran. J'aime marcher, j'aime rouler, j'aime randonner à ski l'hiver. Durant les longues journées d'été, j'aime méditer devant un large panorama... Je suis une adepte de la contemplation et la vanlife en est un moyen idéal ! Bien sûr, la vanlife, ça se gagne ! Il faut être prête à sortir de sa zone de confort... avec à la clé : la liberté et des rencontres inoubliables dans des endroits improbables : des chasseurs qui te font la Ola en pleine forêt et t'invitent à leur ripaille, papi et mamie qui t'offrent des gâteaux dans un village ariégeois perdu, un photographe célèbre qui « kiff » ton camion et te parle des heures dans une ville thermale...

Avec la vanlife, je suis partie à la rencontre de moi-même et des autres.

La décision.

D'où te vient l'idée de la vanlife ?

Je suis passionnée par les sports outdoor donc la vanlife coïncidait bien avec mon envie de liberté et de parcourir les vallées, les pics, les territoires sauvages et naturels. J'avais déjà un véhicule utilitaire Kangoo tôlé semi-aménagé et j'avais déjà loué des camions sur des sites du genre Wikicampers, j'étais donc initiée à la vanlife en vacances. J'adorais ces instants de liberté proches de ma vision de la vie. Même si, c'était un Tétris permanent au niveau du rangement... pour les vacances, ça suffisait amplement. Je me projetais en suivant des comptes Instagram de vanlifers. Mais avant de me permettre cette vie-là, j'avais tout à mettre en œuvre professionnellement.

Quel déclic t'a poussée à te lancer ?

En mai 2019, j'ai été opérée à cœur ouvert d'une CIA (Cavité Inter Auriculaire) ce qui a fait évoluer le regard que j'avais sur la vie... sur ma vie ! Le déclic a été l'opération et la peur de mourir. J'avais soif de vivre pour réaliser mes rêves.

Ainsi, j'ai démarré les projets que j'avais en tête. Et j'ai acheté d'un fourgon aménagé pour y vivre à 100 % et parcourir les montagnes européennes, avec en premier les Pyrénées ! J'ai mis 6 mois à trouver le camion, trouver un CDI pour asseoir ma position financière et me lancer enfin en mai 2020.

Comment l'as-tu annoncé à ta famille ?

Mes parents savaient plus ou moins que j'avais ce projet en tête. Je les avais mis « au parfum » ! J'ai la chance d'avoir des parents et un frère compréhensifs et qui me suivent dans mes aventures. Je les remercie 10 milliards de fois pour tout ça car je suis quelqu'un qui réfléchit tout le temps à de nouveaux projets. C'est dur à suivre ! Je n'ai pas de conseils à donner pour l'annonce à son entourage car chaque famille est différente et la peur est un sentiment humain et maternel. C'est à chacune d'entre-vous de trouver ses propres moyens pour rassurer ses proches.



Le van.

Où as-tu trouvé ton véhicule ?

Contrairement à d'autres vanlifers, il était hors de question que je passe 1 ou 2 ans à aménager mon fourgon ! Je devais vivre mes envies tout de suite et surtout sans risques de pannes ou casses. Il était important pour moi qui sortais d'opération, de vivre sans stress, j'étais déjà assez angoissée par ma « vie médicale ».

Il y avait une chose sur laquelle je ne voulais pas transiger : avoir une aide à la motricité car je vis en montagne et je voulais vivre mes hivers sans trop de contraintes de circulation.

J'ai trouvé un Hymercar Free 600 Crossover neuf, avec une motricité renforcée Poclairin de 2019 (en fin de stock !) à 52 000 euros équipements complémentaires compris : panneau solaire, batterie additionnelle, caméra de recul, pack multimédia, carte grise, etc. Certaines personnes s'exclament « Waouh ! Mais c'est hyper cher ! », alors qu'elles achètent des SUV à 45 000 euros... On est d'accord qu'on ne dort pas et qu'on ne voyage pas en SUV, non ? Lol !

Comment est-il aménagé ?

C'est un fourgon de 5,99 m de série. Du coup, je n'ai pas eu le choix de l'aménagement mais ça correspondait à mon état d'esprit en 2019. Je voulais quelque chose pensé à mon image !

Lit transversal 140x190cm (un « must » !), chauffage Truma C4, plaques de cuisson au gaz, sans superflu (four et autre). Je n'ai même pas encore de convertisseur !

Comment fais-tu pour avoir de l'électricité ?

J'ai aussitôt fait mettre un panneau solaire ! L'autonomie électrique est obligatoire dans ma vie !

Comment fais-tu pour te chauffer l'hiver et ne pas étouffer l'été ?

J'allume mon chauffage au gaz propane en hiver, j'ai aussi un chauffage à bain d'huile si je me branche en 220V. Entre nous, le propane coûte un bras quand même ! C'est une dépense à ne pas négliger dans un budget, si comme moi, on rode en montagne toute l'année et qu'on dort sur des parkings en altitude !

L'été, dès qu'il fait trop chaud, je pars en montagne profiter de sa climatisation naturelle ! Je supporte mal la chaleur en étant enfermée dans une caisse de tôle !



L'hygiène.

Comment fais-tu pour te laver ?

J'ai une salle d'eau avec douche intégrée et j'ai de l'eau chaude grâce à mon chauffe-eau Truma de 10 litres. L'été, je peux me doucher dehors avec un système de fixation sur la tôle par le fenestron, j'adore !

En hiver, je peux aussi me laver chez les potes et ma famille quand j'ai envie d'un moment confortable et sans effort. Il faut toujours s'accorder des moments de douceur et de bien-être, et la douche en est un ! Ne pas la négliger car c'est un moment à part (surtout pour une fille non ?).

Comment fais-tu tes besoins ?

J'ai créé des toilettes sèches dans les toilettes du camion. Impensable pour moi de mettre ces horreurs de produits chimiques dans cette « boîte à caca » ! Je suis aussi une adepte de « Comment chier dans la nature ? ». J'aime aller dehors et brûler mes feuilles de papier.

Comment laves-tu ton linge ?

Chez mon frère et chez les potes. Je profite de cette tâche pour passer du temps avec eux et prendre de leurs nouvelles. Sinon, en laverie automatique.

Comment gères-tu les eaux propres et sales ?

Je m'alimente en eau de deux façons : dans les aires de service et dans les sources d'eau naturelles via mon arrosoir ! C'est un moment fitness que j'apprécie et qui me vide la tête autant que l'arrosoir ! Dans les Pyrénées, il y a de l'eau partout.

Je vidange les eaux grises exclusivement dans les aires de services dédiées.

L'hiver c'est un peu plus problématique à cause du froid car l'eau est gelée. Il est nécessaire de bien anticiper !



La vanlife à plein temps (définitif ou à long terme).

Est-ce qu'on se sent autant en sécurité en van que dans une maison ?

Obligatoirement non. Je trouve qu'il existe des endroits où les énergies sont négatives. Ce qui provoque chez moi un sentiment d'insécurité et alors je préfère changer de spot.

Doit-on faire des démarches administratives particulières ?

Je suis domiciliée chez mon frère.

Comment fais-tu pour recevoir ton courrier ?

Mon frère reçoit mon courrier.

Comment gagner sa vie en van ?

Pour le moment, je n'en fais pas un business.

Comment avoir Internet dans son van ?

Je partage la 4G de mon téléphone et ça fonctionne très bien.



Road trip.

Prépare-tu tes road trips ?

En France, je ne prépare pas vraiment mes road trips. Quand il me vient l'idée d'aller voir un lieu, je m'y rends et je gravite tout autour. Ainsi, je laisse beaucoup de place à l'improvisation. À l'étranger, c'est un peu la même chose : j'imagine un itinéraire et j'anticipe tout de même un petit peu plus. Parfois, j'écris simplement des endroits clés sur un calepin.

Comment créer un plan d'itinéraire ?

Je n'en ai pas eu l'occasion jusqu'à maintenant. J'utilise les applications Géoportail et Iphigénie pour « potasser » les derniers détails.

Qu'as-tu préféré dans tes road trips ?

J'ai adoré les Pyrénées françaises et espagnoles. J'ai aimé me rendre dans les vallées les plus reculées. Le challenge était de parvenir à passer mon camion de 6 mètres sur les routes sans heurter les brebis qui broutaient sur le bord de la route.

Quels pays conseilles-tu pour un premier road trip solo ?

L'Espagne ! les gens sont supers et on s'y sent en vacances tout de suite ! Et ce n'est pas loin de la France s'il y a un souci. Les montagnes sont magiques et hyper diversifiées tout au long de la chaîne des Pyrénées !

Comment les gens se comportent-ils vis-à-vis de toi ?

Alors, je ne sais pas si ça se voit sur ma tête mais j'avoue être souvent accostée pour papoter ! Je suis d'un naturel souriant et enthousiaste, je pense que les gens le ressentent et se permettent de venir à ma rencontre et moi de même. J'ai foi en l'humain.

Je me rappelle d'une nuit passée sur un col. Au petit matin, je me suis retrouvée encerclée des 4x4 des chasseurs qui jumelaient les palombes (typiquement pyrénéen). Au début, ils semblaient méfiants et peu cocasses alors je les ai laissés faire. J'ai commencé à m'installer avec un thé sur mon marchepied, tranquillement. Petit à petit, j'ai lancé une question pour instaurer le dialogue « Alors ces palombes ? Ça va passer aujourd'hui ? » Et voilà, nous avons passé la journée à papoter ensemble ! J'ai appris beaucoup de choses sur eux, l'un était guide de montagne, l'autre avait perdu sa fille... Ils se sont complètement lâchés ! Avec l'accent ! Un pur moment suspendu dans le temps. hormis papoter avec eux, je n'ai rien fait d'autre de ma matinée!



Comment fais-tu pour trouver des spots dodo ?

Je procède par étapes :

- Si mon arrivée est prévue la nuit, je peux avoir recours à l'application Park4night ou j'étudie Géoportail.
- Si mon arrivée est prévue en journée, je m'arrête sur un lieu banal au hasard et le lendemain, je gravite autour, à pied ou à vélo, à la recherche d'un meilleur coin. Je trouve souvent des super spots au cours des jours suivants. Il m'arrive aussi de demander à ma communauté sur Instagram.

Qu'as-tu ressenti lors de ta première nuit seule dans un lieu isolé ?

Ma première nuit seule loin de tout était en montagne, dans un endroit sans réseaux, c'était royal ! Dans ces moments-là, je ne pense pas à ma sécurité mais à ma santé. C'est plus fort que moi. Heureusement, je ressens de moins en moins ces émotions.

As-tu rencontré des problèmes mécaniques ?

Oui, ça arrive même sur un véhicule neuf ! J'ai dû changer la vanne EGR à 10 000 km...

Que faire lorsqu'on ne parle pas la langue du pays visité ?

Le langage des signes ! Hi hi hi ! Ou utiliser un traducteur en ligne.

Quels sont tes meilleurs souvenirs ?

- Je me souviens l'été dernier, en 2020, dans le Luchonnais (Pyrénées Centrales). Un soir, je me suis assise face aux pics des 3000 du Luchonnais avec un immense sentiment de plénitude. J'avais acheté des bons petits produits locaux dans la vallée et je m'étais posée, sans programme, seulement une randonnée le lendemain et rendre visite à un ami et son petit-fils. Cette soirée-là, même le chien s'est assis devant le panorama et a médité, la truffe au vent !
- Un autre bon souvenir s'est déroulé dans la Vallée perdue d'Arbas (Pyrénées Centrales). Je voulais découvrir cette vallée connue pour ses réintroductions d'ours ! J'y ai trouvé une belle communauté de sportifs, amoureux de leur territoire et gérants d'une auberge ancestrale nommée Fugaron et typiquement pyrénéenne ! Vous y trouverez même la mamie au coin du « cantou » (feu de cheminée), sans oublier l'accent et le café à 1 euro... J'y ai vécu des moments de partage, simples et heureux.
- Parmi mes meilleurs souvenirs, il y a ces nuits au calme, sans réseau.
- Et pour terminer, les sessions VTT dans le Couserans (Pyrénées Est) où je pars en exploration en camion avec les copains. Ce territoire est fabuleux et tellement sauvage qu'il est captivant ! J'ai passé beaucoup de temps quand j'étais enfant dans ces vallées. À présent, j'y retourne en camion, libre. Ça me procure un immense plaisir !



La vanlife avec son animal.

Es-tu partie avec ton animal pour te sentir en sécurité ?

Non, mais ça y contribue. Nanuuk n'est pas méchant mais il fait le « job », il aboie et peut paraître « impressionnant ». Dans le camion, il aboie au moindre bruit suspect.

Y a-t-il des démarches administratives à effectuer pour voyager avec un animal ?

En Europe, il faut faire l'identification, son passeport et le vaccin contre la rage est obligatoire.

Comment l'as-tu habitué à ce mode de vie ?

Ça a été très facile ! C'est un chien habitué à bouger tout le temps depuis son plus jeune âge. Il a tout de suite adopté le camion et a assimilé le camion aux balades, au ski et à la montagne. Il lui a fallu un temps d'adaptation pour apprendre à s'installer à « sa place » (devant le siège passager) lorsque je conduis, malgré les mouvements du camion. Pour le reste, il s'est familiarisé rapidement.

S'est-il déjà perdu ?

Non, jamais. Il rôde autour du camion et je jette un œil de temps en temps. Il revient et s'assoit devant le fourgon ou à côté de la porte latérale et là, il contemple et se perd dans ses pensées... J'adore !



Comment fais-tu pour ses croquettes ? Sa santé ? Ses besoins ?

J'achète ses croquettes en sac de 20 kg. Il mange des croquettes « bio » de Biocoop c'est pourquoi, je dois anticiper à l'avance. Il n'a eu aucun problème de santé. En hiver, j'entretiens ses coussinets à cause de la neige. L'été, je fais très attention aux tiques sur lui et pour qu'il ne m'en ramène pas dans le camion.

Selon toi, aime-t-il la vanlife ?

Nanuuk kiff grave ! J'adore sa tête quand il sort du camion dans un nouvel endroit, on dirait qu'il se dit « Oh ! On a bougé, voyons voir... ». Il est super expressif donc c'est facile de sentir qu'il adore. Quand je pars me reposer chez mes parents une semaine ou plus et qu'il sent le départ, il reste proche du camion pour bien faire comprendre qu'il veut être du voyage ! La vie sédentaire lui pèse !

La solitude et les rencontres.

Pourquoi partir seule ? Y a-t-il une différence avec le voyage à deux ?

Oui, seule, tu n'as pas le même rythme, les mêmes envies, tu vis ce que t'as envie sans rien demander. Tu vas à ton rythme et à celui du lieu où tu es. Tu es plus à l'écoute de ton environnement naturel et humain.

Voyage-t-on seule en étant en couple ?

On peut ! Ce sont des moments à soi. Il est important de se retrouver. Je pense qu'il faut savoir vivre seule avant de vivre en couple. Le voyage est un moyen pour mieux se connaître, découvrir les autres et s'ouvrir.

Comment affronter la solitude ?

La solitude, on le sait, est présente, et même te frappe sans crier gare ! Le seul remède à la solitude est la nature, sortir, bouger et l'accepter. Avoir un compagnon à poils est un super remède contre la solitude !

Comment aborder des inconnus ?

Dès que j'ai envie ou besoin d'aller vers l'autre, j'ai le sourire et je suis dans « l'accueil ». Mon chien m'aide beaucoup aussi, car c'est une peluche heureuse et il brise vite la glace ! Je pense que c'est au feeling. Oui, on peut faire des connaissances et se faire des amis. Tout est dans l'énergie de l'échange.

Comment éviter les mauvaises rencontres ?

Bonne question ! Au feeling. On sent l'animosité et les lieux aux énergies négatives. Il convient de se fier à ses pressentiments. Et je dirais qu'il est préférable d'éviter les grandes villes...

Quels avantages et inconvénients à voyager seule ?

Les points positifs : avoir un programme sur mesure, être dans « l'accueil » et à l'écoute de ses tripes, être seule facilite les rencontres, ça enrichit l'être.

Les points négatifs : les moments de solitude, l'envie de partager, le besoin de parler !



Règles de sécurité.

T'es-tu déjà sentie en danger ?

Non, pas encore. Quand je ne sens pas la zone, je trace la route.

Quels sont tes moyens de défense ?

Une bombe lacrymogène et mon chien féroce !

Des règles de sécurité à suivre ?

Suivre son instinct !

Comment éviter un cambriolage ?

Je pars du principe que ça arrivera un jour... Je suis le plus minimaliste possible mais en hiver et en mode « digital nomad », j'ai mon matériel de boulot (PC et tablette) et mon matériel de télémark. À vrai dire, je préfère être cambriolée plutôt que mon véhicule soit volé ! C'est ma seule maison. Le reste, c'est du matériel. Je n'ai rien d'autre de valeur. Le mieux est de fermer les stores pour ne pas inviter à regarder à l'intérieur et à donner envie. Il y a des moyens pour sécuriser les fermetures mais ça engage d'énormes dépenses... À réfléchir pour plus tard.

Comment éviter de perdre ses clefs ?

Bonne question ! Je ne me la suis jamais posée ! Je fais attention et je mets un « leash ».



Conclusion.

Est-ce que la vanlife a changé quelque chose chez toi ?

Oh oui !!! J'ai trouvé un apaisement et un rapport différent à la vie. Je profite de la vie autant que je veux. Je vais là où bon me semble au moment où j'en ai envie. J'essaie de trouver des points de chute pour travailler (espace de coworking avec 4G full) et je profite

du lieu, le découvre et le parcourt. J'ai beaucoup appris sur moi, mon caractère, mes envies, ce que je n'aime pas et ce que je fais.



Penses-tu pouvoir redevenir totalement sédentaire ?

Oui et non. Je réfléchis à un futur projet : un camp de base où me reposer, de temps en temps, une belle « cabane » avec une vue sur les Pyrénées ! Ce qui peut manquer dans le nomadisme, c'est un ancrage géographique personnel. Un endroit où on lâche tout, on pose le camion et on se pose le temps de recharger « les batteries » (l'image est idéale !). Car il ne faut pas oublier qu'être 100 % nomade demande beaucoup d'énergie ! Nous sommes tout le temps en déplacement, en mouvement.

Je suis angoissée et j'ai peur, quels conseils me donner ?

C'est normal. D'une part, c'est un sentiment à apprivoiser, bénéfique, qui permet de réfléchir et d'apporter de l'attention à la réalisation de cette expérience. Et d'autre part, il faut se faire confiance et avancer pas à pas.

Peut-on être vanlifeuse et éco-responsable ?

Dès lors que l'on utilise du gasoil, ce n'est pas éco-responsable. Car on émet des gaz à effet de serre et on puise dans les énergies transformées. Mais on peut compenser par des actions ciblées et des rituels éco-responsables simples tels que le tri et le ramassage de déchets sur les zones visitées, en ayant une réflexion sur les kilomètres à parcourir, effectuer des achats de produits locaux et bio, adopter le minimalisme...

Comment prendre ses photos souvenirs ?

Je n'en ai pas ! J'ai un téléphone portable, je réfléchis un petit peu à mes prises de vue mais j'avoue ne pas trop me prendre la tête car je me la prends assez au travail pour mes clients... Je me sers d'une GoPro de temps en temps.

Quels objets sont indispensables selon toi en van ?

- des pneus neiges/ boue,
- un arrosoir,
- une bonne couette
- et un surmatelas !

Quelles applications recommandes-tu ?

Park4night, Géoportail, Iphigénie.

Documentation et citation ?

Citations :

« La liberté, c'est de savoir danser avec ses chaînes. » de Friedrich Nietzsche. Elle est pleine de significations pour moi.

« La liberté, ce n'est pas l'espoir de l'avenir. C'est le présent et l'accord avec les êtres et le monde dans le présent. » d'Albert Camus

Livre : « La petite voix » d'Eileen Caddy, je lis ces méditations quotidiennement.

Chanson : « Home » d'Edward Sharpe, elle me donne envie de voyager et de rouler...





BILAN 2023

Deux ans se sont écoulés depuis l'écriture de ces interviews recueillies en 2021.

Après trois années écoulées en mode vanlife fulltime, je suis en plein ré-ancrage de vie pour devenir semi-nomade ! Beaucoup de mes projets ont abouti et je suis en quête maintenant d'un petit coin de sérénité dans mes Pyrénées. Cette année, j'aurai 40 ans, âge mûr pour la sérénité, non ?

Nous sommes sur un projet collectif familial d'achat de terrain pour y construire deux petites maisons en bois sur pilotis (style « cabin » à l'américaine) et accueillir des vanlifers au besoin sur le terrain ! Nous aimerions que notre projet soit résilient et en lien avec nos préoccupations environnementales et humaines.

Après ces quelques années, je me suis rendue compte que la vie nomade générait quand même du stress à mon corps... Il me parle beaucoup et envoie des signaux d'alarme ! Je suis donc en train de lisser cette vie pour m'amener au bien-être en étant entourée. Je vais m'occuper de moi via des cures thermales annuelles et des phases de repos saisonnières (au printemps et en automne).

Le vélo a pris une place très importante dans ma vie et les projets se feront via ce mode de déplacement cette année (Gravel / VTC AE / VTT), j'ai la chance d'avoir des marques partenaires qui me permettent de vivre une vie outdoor géniale et de concrétiser des aventures sympas ! J'aimerais aussi reprendre l'idée de mon voyage en Norvège avec le van pour 2024, chose que je n'avais pas pu faire en 2020 (Covid19), ni en 2021 (Covid19), ni en 2022 (en formation vélo) ! Mon rêve serait de voir une aurore boréale et télémarker là-bas... Terre initiale de cette glisse ancestrale !

Ce qui est sûr, c'est que quand tu goûtes à la vanlife ou à la vie nomade, tu ne peux pas revenir en arrière ! Aujourd'hui, je pense que le semi-nomadisme me conviendra mieux, vis-à-vis de ma vie professionnelle et des projets à venir... D'autant plus que j'ai besoin de matériel et donc d'espace de stockage... assez limité en van ! Le temps passe vite malgré la slowlife recherchée, c'est assez contradictoire ! Mais ce qui est sûr, c'est qu'allier plusieurs modes de vie, c'est chouette aussi !

