



© Luraya

LES DÉFIS DU NOMADISME EN FAMILLE

Le nomadisme fait rêver. Retourner à notre nature ancienne, vivre la *slow life* au rythme des saisons, se nourrir de grands espaces et de rencontres profondes avec soi et les autres... Ces dernières années, les récits d'épisodes nomades en famille se font plus visibles sur les réseaux sociaux et dans les médias. Qu'elle soit une réponse poétique, engagée ou aventureuse, la vie nomade quand on a vécu en sédentaire est un défi. Et avec des enfants? Zoom sur les challenges de la route en famille, avec Yannick, coach, papa de la tribu MYTAE¹ sur la route depuis sept ans, Lu², illustratrice, prof de yoga et maman de Yuma, 18 mois, de retour après cinq mois de *van life* à trois, et Marina³, doula, qui vient de prendre la route seule avec sa fille, Rosa Cali.

Anais
Tamen

Nomade depuis sept ans, la famille MYTAE – Maude et Yannick, les parents, Théo, 11 ans, Arthur, 8 ans et demi, et Emy, 4 ans et demi – pourrait se vanter d'une belle collection de *hashtags*. Leur authenticité, leur présence chaleureuse et simple, ouverte, touche au cœur et invite, en résonance, à se déposer dans la rencontre.

Sur leur premier blog, «La roulotte qui gigote»⁴, devenu livre, ils racontent trente mois au pas des chevaux, en roulotte tractée. Après la naissance d'Emy, la famille aménage un car scolaire – de douze mètres de long et quatorze tonnes – et sillonne pendant deux ans la France et l'Espagne. À la demande des enfants, ils expérimentent quelques mois la vie sédentaire puis repartent en Grèce en 4x4 agrémenté d'une tente de toit. Avec ce nouveau mode de transport et d'habitat «minimaliste», ils goûtent à plus d'autonomie et d'accès au sauvage. En revenant à l'essentiel (se loger, se nourrir, être en sécurité), les MYTAE ont appris «à voir avec le cœur. On met plus en avant ce que l'on vit et ce que l'on est que ce que l'on fait».

En partenariat avec *Grandir Autrement*, Yannick partage en podcast toutes les astuces de leur famille pour transcender les défis du nomadisme. Retrouvez son récit sur : www.mytae.fr/ga-podcast. Voici quelques morceaux choisis rassemblés autour de quatre challenges quotidiens.

♦ **Le mouvement permanent:** «Les changements de repères demandent de développer une grande capacité d'adaptation. Nous avons appris à nous satisfaire de ce qui est, puisque de toute façon c'est pour une période courte. Les enfants nous ont beaucoup aidés. Ils sont satisfaits à peu près partout: sable, forêt, prairie... Ils jouent avec ce qui est. Même si c'est un parking, c'est l'occasion pour eux de faire de la trottinette!».

Sur la route, Yannick et Maude ont appris que rien n'est figé. Pour résoudre les défis du quotidien aussi: «Lorsqu'on essaie de cristalliser une solution on ne perçoit plus l'étendue des possibles. Ce qui était inimaginable il y a sept ans est possible aujourd'hui. On se laisse guider par notre cœur, ça transcende notre réalité, notre quotidien, et nous donne une grande confiance.»

♦ **Du temps pour soi:** «Vivre vingt-quatre heures sur vingt-quatre dans un espace restreint entre adultes et enfants mélangés demande aussi une bonne dose d'adaptabilité! Comment dans cet espace-là chacun peut exister individuellement?» Yannick, par exemple, a appris à s'isoler avec de la musique et à adapter son rythme en se levant tôt et se couchant tard.

♦ **La promiscuité:** Dans cette vie rapprochée où temps et espace sont partagés quasi en permanence, les MYTAE ont mis en place un système de communication familiale et des outils pour libérer les émotions. «Avec le bâton de parole, on offre un cadre où les enfants partagent ce qu'ils ne diraient pas forcément en dehors. Ça leur permet de nous donner des clés, d'exprimer quand ils veulent s'arrêter ou repartir. On ouvre ce temps, comme un rituel. La parole circule avec un bâton décoré par les enfants»⁵.

En amont des cercles de parole, Yannick et Maude veillent à ce que chaque membre de la famille puisse libérer ses émotions, par le jeu, la course... «Si on n'octroie pas de temps et d'attention aux enfants, leur réservoir affectif est vide et plus rien ne fonctionne. Le contact avec la nature aide aussi, nous calme, nous apaise, développe notre intuition. On a de toute façon une obligation d'être dehors, surtout en 4x4 ou avant avec la roulotte. On veille aussi à respecter les temps de sommeil et les besoins de nourriture de chacun. Toutes ces années nous ont appris cela.»

♦ **Du temps pour l'intimité du couple et la sexualité:** quand on est jeunes parents, il n'est pas toujours facile de trouver du temps pour le couple. Sur la route, la promiscuité et le «mode survie» rendent la tâche parfois plus difficile. Attendre le soir, que les enfants dorment «permet le jeu, de laisser monter le désir sur la journée.» Mais la fatigue physique et nerveuse que peut générer le nomadisme rogne parfois les soirées. Là encore, Maude et Yannick ont appris à désamorcer des conflits naissant pour éviter d'arriver à saturation et préserver du temps pour le couple-amants. À ce sujet aussi ils ont cheminé. Yannick propose désormais, en co-création, une formation en sexualité authentique à l'intention des parents⁶.

Lu: les limites de la fusion

Lu est de retour en Allemagne avec son fils de 18 mois après cinq mois sur les routes au Portugal. Avec son compagnon, Mark, ils cherchent un terrain pour lancer leur projet dédié au yoga et au tantra. La *van life* leur a offert de beaux cadeaux: «Ce temps tous ensemble était très précieux, nous avons visité des projets formidables, nous avons été très libres». Mais au quotidien, les contraintes sont trop nombreuses et ils décident de se séparer géographiquement le temps de retrouver une certaine autonomie: «Ce qui nous manquait le plus, c'est du temps pour nous-mêmes à l'intérieur, dans un endroit à soi, et la possibilité de poser un choix individuel. C'est déjà un challenge en tant que parent, mais quand on vit en van, la maison est aussi la voiture familiale... Donc toute la famille doit

se déplacer pour les courses, pour une visite à un ami... Trois individus vivant comme un seul organisme, c'est un challenge!»

Mark souffrait de ne pas pouvoir écouter sa propre voix, de ne pas pouvoir penser au-delà des besoins immédiats de la famille. «Écouter les besoins de notre fils, c'est normal, mais c'est bien de pouvoir parfois alterner: qu'un parent s'y consacre pendant que l'autre se nourrit d'autre chose. Pendant ces cinq mois, nous étions tous les deux constamment dans cette bulle sans pouvoir s'en détacher. Une bulle de six mètres carrés avec seulement un mètre carré où tenir debout! Même si on adore vivre dehors, parfois tu veux être chez toi. À la fin, Mark est tombé malade et a mis longtemps à guérir car il n'avait pas l'espace pour», explique Lu.

Ce que Lu décrit, beaucoup de familles vivant en camping-car, camion aménagé ou van le déplorent, surtout quand l'aventure s'étire au-delà de la belle saison. La caravane permet de scinder l'habitat du mode de transport, mais passe moins facilement partout... D'où l'utilité de prendre le temps, en amont, de lister nos besoins, individuels et familiaux, pour trouver ce qui nous conviendrait le mieux et, comme les MYTAE, s'offrir la liberté, au fil de l'expérience, d'adapter ou changer de «monture» pour retrouver la joie de rêver!

Marina: maison-cabane

Marina, doula, maman solo d'une petite fille de 18 mois, est sur la route, en van aménagé, depuis un mois entre la France et le Portugal à la recherche d'une communauté de parents: «Je n'ai pas l'impression de manquer d'espace: on a toute la nature pour nous! Ma fille adore le van, c'est sa maison-cabane. Elle est très calme quand je conduis, elle dort ou elle regarde autour... J'ai eu l'expérience avec d'autres enfants où je devais me retourner tout le temps et ça, seule, oui c'est difficile! Un challenge au quotidien c'est que ma fille est collée à moi, pour tout, puisque je suis son principal repère.» ♦

¹ Découvrez leurs aventures sur leur site: <https://mytae.fr> et sur les réseaux sociaux: https://www.instagram.com/mytae_rencontre_le_monde/ et <https://www.facebook.com/mytaerencontrelemonde/> / ² <https://www.luraya.com/> / ³ <https://www.facebook.com/tatadoulavectoil/> / ⁴ <http://blog.laroulottequigigote.com/> / ⁵ Voir à ce sujet l'article «Le bâton de parole» dans le numéro 73 de *Grandir Autrement* <https://grandirautrement.com/le-baton-de-parole/> / ⁶ <http://sexualite-authentique.fr>