

VIVRE UNE GRANDE AVENTURE

# Seule en Van ♀





Ce livre numérique réalisé par Issia vous est offert gratuitement.

Il est téléchargeable au format pdf sur le site internet :

**[www.issia.fr](http://www.issia.fr)**

VIVRE UNE GRANDE AVENTURE

*Seule en Van* ♀

31 FRANÇAISES TÉMOIGNENT DE LEUR EXPÉRIENCE DE LA VIE EN VAN

*Non, tu ne peux pas faire ça parce que c'est trop dangereux pour une femme seule !*

*Et si tu tombes en panne ?*

*Imagine que tu aies un accident !?*

*Et comment tu vas faire l'hiver ?*

*Tu vas mourir de froid !*

*T'as peur d'une simple araignée,*

*tu vas faire comment toute seule ?!*

*Et la solitude !? Tu y as pensé à ça !*

*Oh la la, j'ai peur que tu fasses une dépression !*

*Tu ne parles même pas anglais !*

*Et tu vas te nourrir comment ?*

*Tu risques de te faire agresser !*

*Trouve toi un mec ou propose à une copine de t'accompagner, non ?*

*Qui va s'occuper de toi si tu tombes malade ?*

*Avec tout ce qui se passe en ce moment !*

*Comment tu comptes faire pour subvenir à tes besoins ?*

*Non, mais tu regardes un peu les infos !?*

*Tu vas faire comment pour te défendre ?*

*Tu vas arrêter de te laver !?*

*Mais tu vas dormir où ?!*

*Pourquoi tu veux faire ça?*

*Y a quelque chose qui ne va pas ?*

*Tu ne te rends pas compte !*

*C'est totalement inconscient !*

*Quand est-ce que tu deviendras adulte ?*

*Je sais que ce n'est pas*

*facile mais tu ne*

*pourrais pas faire*

*comme tout le monde ?*

*Tu sais, moi je connais  
la copine de la cousine  
du collègue de travail  
du beau-frère de  
ma tante par alliance  
qui est partie seule  
dans un pays loin et  
dangereux et qui ...*

*Blablabla...*



**STOP  
aux  
préjugés !**

IL EST NORMAL DE RESENTIR DE L'APPRÉHENSION  
AVANT DE SE LANCER DANS UNE NOUVELLE AVENTURE.

*Mieux vaut se renseigner pour bien vivre l'expérience !*

*Seule en Van,  
c'est un recueil de témoignages  
sur la Vanlife Solo au Féminin.*

Ce livre présente les témoignages de nombreuses femmes françaises qui ont choisi de vivre leur vie en van.

Bien que cela puisse sembler excitant, il n'est pas toujours facile de sauter le pas et de se lancer dans cette aventure en solo, surtout lorsque l'on est une femme, souvent confrontée à des préjugés et à des stéréotypes sociaux.

Sortir de sa zone de confort peut alors causer des doutes et des peurs.

C'est pourquoi ce livre aborde l'aspect psychologique de la femme qui entreprend de se lancer dans cette aventure passionnante et unique.

## *Qui mieux que celles concernées pourraient vous conseiller ?*

Découvrez les histoires courageuses de femmes françaises qui ont choisi de tout quitter pour vivre leur rêve de voyage en van.

De l'idée naissante jusqu'à la réalisation, en passant par les réactions de leur entourage, elles nous ouvrent les portes de leur aventure en toute transparence.

Découvrez ces portraits de femmes inspirantes qui ont accepté de se dévoiler, de partager leurs doutes, leurs peurs et leurs réflexions, ainsi que les solutions qu'elles ont trouvées pour surmonter les obstacles et découvrir les bienfaits de la Vanlife en solo.



# *C'est quoi la Vanlife ?*

**VANLIFE = VAN + LIFE**

La « Vanlife » c'est le fait de vivre dans un véhicule aménagé.  
Peu importe la fréquence et la durée. Peu importe l'aménagement.  
Peu importe le type et l'âge du véhicule.  
Peu importe le nombre de kilomètres parcourus.

La Vanlife c'est :  
**UNE PHILOSOPHIE DE VIE**

**Une ode à l'Aventure. La Liberté.  
Vivre l'Instant Présent. Se connecter à la Nature.  
Un retour à la Simplicité et au Minimalisme.**

# Cap ou pas cap?

WE DID IT, SO YOU CAN DO IT !

Nous partageons notre vécu en tant que :  
« femme voyageant et vivant seule en véhicule aménagé ».  
Nous ne voulons ni vendre du rêve ni noircir le tableau.

Nous livrons nos états d'âme,  
nos expériences personnelles,  
nos bons moments et nos souvenirs.  
Ainsi que nos difficultés et nos moments de doute.

**Nous ne prétendons pas tout savoir.  
Nous ne sommes ni « exemplaires »,  
ni des modèles à suivre.**

NOTRE RICHESSE ? C'EST NOTRE DIVERSITÉ.

Chacune d'entre nous a son caractère, son histoire  
et sa manière de vivre dans son véhicule aménagé.  
Ensemble, nous représentons un large panel  
de la Vanlife Solo au Féminin.

Nous espérons que nos témoignages vous permettront d'en savoir  
d'avantage sur les multiples façons de vivre cette expérience.

*Bonne lecture !*

# Présentation

01

## EBOOK : PORTRAITS (2021)

Dans l'eBook, chaque femme est mise à l'honneur avec une fiche d'identité détaillée et un portrait illustré.

02

## SITE INTERNET : INTERVIEWS (2021)

Plongez dans l'univers des participantes en 2021 en téléchargeant l'intégralité de leurs interviews sur le site [www.issia.fr](http://www.issia.fr).

Les thèmes abordés sont les suivants :

- La décision
- Le van
- L'aménagement et la rénovation
- L'hygiène
- La vanlife à plein temps
- Les road trips
- La vanlife avec son animal
- La solitude et les rencontres
- Les règles de sécurité
- Leur conclusion personnelle, des conseils, des anecdotes, des films à voir, des citations, des objets indispensables, des applications à télécharger...

+ UN BILAN 2023 POUR SUIVRE LEURS AVENTURES EST ÉGALEMENT INCLUS !

# Seule en van : un jeu d'enfants !



ISSIA  
#01



MARINE & N'LOU  
#02



CAMILLE & FENDI  
#03



MATHILDE & HAPPY  
#04



EVA & TANGO  
#05



SABRINA  
#06



MAEVA  
#07



ANNE-LAURE & MOCHI  
#08



JIL  
#09



FLORIANE & OLI  
#10



ANNABELLE & NANY  
#11



LAETITIA & TAIGA  
#12



PAULINE & POYBE  
#13



AURELIE J. & LUCKY  
#14



ELODIE  
#15



YUNA  
#16

# Qui garde son âme d'enfant ne vieillit pas !



DELPHINE  
#17



CAROLINE & NANUUK  
#18



CLEMENTINE & SUNNY  
#19



CLAIRE  
#20



CLOE  
#21



ANNE-SOPHIE R.  
#22



CELIA  
#23



JULIA  
#24



AURELIE M.  
#25



LAURE & VASCO  
#26



ANNE-SOPHIE P.  
#27



AUDE  
#28



LOUISE  
#29



LAURA  
#30



ELISE  
#31



TOI !