QUITTER LA ROUTINE

choisir la route



Notre guide pour oser changer de vie en famille et prendre la route de ses rêves.

PAR LA TRIBU EN ROUE LIBRE



INTRO — Mot d'accueil

Si tu tombes sur ces pages, c'est sûrement que quelque chose en toi commence à en avoir marre du métro-boulot-dodo. Peut-être que **t'as envie de changement.** Peut-être que t'as juste besoin d'un souffle nouveau. Ou peut-être que t'es comme moi, un jour, t'as pété un câble – ou plutôt, **t'as écouté ton ras-le-bol.**

Ce petit e-book, c'est pas une recette miracle. C'est pas une méthode à suivre à la lettre. C'est juste **notre expérience, notre chemin, nos galères et nos petits bonheurs**, racontés avec sincérité.

On est une famille un peu timbrée, qui a décidé de tout plaquer pour réinventer sa vie, retaper un vieux bus et suivre ses rêves. On n'a pas tout compris, on n'a pas tout prévu. Mais ce qu'on vit est mille fois plus vibrant que ce qu'on vivait avant.

Si tu lis ça, c'est que t'es peut-être prêt·e à allumer une étincelle. Et j'espère que ces quelques pages t'aideront à croire que, **oui, c'est possible.**

Qui sommes nous ?



On s'appelle **La Tribu en Roue Libre**, et franchement… le nom parle pour nous.

On est une famille recomposée, un peu bancale parfois, mais 100% vivante. Moi c'est Sab, 43 ans, maman de trois enfants, un peu bordélique dans la tête (merci le TDAH) mais pleine d'idées et de rêves. Mon homme, Manu, c'est le roi du bricolage. Il a de l'or dans les mains, du bois dans les veines et c'est un Mac giver dans l'âme.

On a deux filles encore à la maison (Coleen et Kénalia), un fils déjà grand (Esteban), deux chats, un chien et une lapine. Oui, c'est le bordel. Mais c'est **notre bordel**.

Depuis **17 ans**, on parle d'avoir un véhicule aménagé. C'était notre projet de couple dès le début. Mais avec mon fils Esteban, que j'ai eu très jeune, c'était pas si simple. Il a un papa qu'on respecte profondément, avec qui on est resté très proches. Alors pas question de le séparer de son père pendant ses années d'adolescence.

On a donc mis le projet en pause.
Pas abandonné. Juste en veille…

Sommaire

1- Notre histoire en bref – Un rêve de 17 ans.

2- Ce qu'on aurait aimé savoir avant de se lancer – Les vraies leçons du terrain

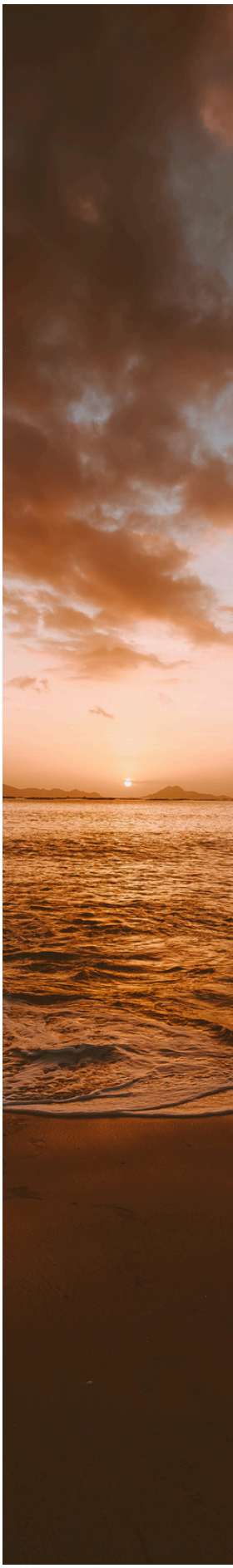
3- 5 étapes pour se lancer (même si t'es pas prêt·e) – Le début d'un chemin

4- Nos ressources préférées – Ce qui nous a inspirés, motivés, rassurés

5- Ce qu'on aimerait te dire pour finir – Une lettre de cœur à cœur

6- Et maintenant ? – Suis-nous + Soutiens le projet

7- À venir très bientôt – Le guide anti-galère pour ne pas te faire plumer



01 Notre histoire en bref.

On a traversé des galères : burn-out, séparation, problèmes financiers, arrêt maladie, galères de logement… Tu connais ? Nous aussi.

Et puis un jour, c’est devenu évident.
Esteban était prêt à prendre son envol.
Et nous, on n’était plus prêts à remettre nos rêves à plus tard.

Alors on s’est regardés, et on s’est dit :
C’est maintenant ou jamais. On le fait."

On a travaillé comme des acharnés pendant 3 ans, en partant de rien, pour économiser chaque centime et s’offrir le bus de nos rêves. Pas un camping-car tout équipé clé en main, non. Un vrai Renault FR1, brut, massif, à réinventer entièrement.



Aujourd'hui, le bus est à nous. Mais l'aventure ne fait que commencer.

On continue de travailler dur tous les jours pour gagner notre vie, et chaque soir, chaque week-end, chaque moment de temps libre, on le consacre aux travaux.
On bosse, on apprend, on sue, on se plante, on recommence.
Mais chaque vis posée, chaque planche fixée, chaque trou rebouché nous rapproche de notre vie rêvée : une vie libre, mobile, et riche d'aventures à vivre avec nos filles.

On construit notre maison sur roues de nos propres mains.
Et on partage tout ça sur TikTok et bientôt sur youtube.
Pas pour se la raconter.
Mais pour montrer que même sans être riche, même sans tout maîtriser, même avec des enfants, des horaires, des galères — on peut créer sa liberté.



Ce que tu vas trouver dans les prochaines pages :

1 Ce qu'on aurait aimé savoir avant de se lancer

2 5 étapes pour se lancer (même quand t'es pas prêt·e)

3 Nos ressources préférées

02 Ce qu'on aurait aimé savoir avant de se lancer *(Spoiler : on l'a appris à la dure)*



Quand on a décidé de changer de vie, on pensait naïvement que l'intention suffisait.
Que la motivation allait tout faire.
Que les galères allaient s'aligner gentiment et que la route se tracerait toute seule.
On s'était bien plantés.

Si on devait repartir de zéro, voilà ce qu'on se dirait — à nous-mêmes, ou à n'importe qui aurait envie de sauter le pas :

La peur ne disparaît jamais. Il faut avancer avec.

On attend souvent le bon moment, celui où on se sentira “prêt”. Il n’existe pas. La peur, elle est toujours là au moment d’acheter, au moment de vendre, au moment de partir… Mais elle devient plus petite quand on bouge.

Tu n’as pas besoin d’avoir un plan parfait. Juste une direction.

On a **démarré avec un rêve**, pas un plan d’architecte. Et heureusement, parce que tout a changé 15 fois depuis. Ce qui compte, c’est d’**avoir un cap**. Le reste, tu l’adaptes en cours de route.

Tu vas dépenser plus que prévu. Toujours.

Même si t’es bricoleur. Même si t’as un budget. Même si t’es organisé.
Y’aura toujours une pièce à changer, un outil à acheter, un imprévu mécanique. **Prévoyez une marge mentale et financière pour les surprises.**

Tout le monde ne joue pas franc jeu.
Vérifie le contrôle technique.

On savait que le bus n'était pas en super état.
Et on a choisi de l'acheter **en connaissance de cause**, parce que pour nous, c'était une opportunité malgré les défauts.
Ce qu'on n'avait pas prévu, c'est **l'arrangement bien ficelé entre le vendeur et le centre de contrôle technique.**
Un **CT passé crème** alors que certaines défaillances étaient **graves**, et surtout **visibles**.
On s'est rendus compte après coup que certaines personnes **peuvent manipuler la procédure**, et tant que t'as pas les yeux (ou les compétences) pour détecter les anomalies, tu risques de le découvrir trop tard.

👉 ***on prépare un guide spécifique à ce sujet.***
On va y rassembler tous les points de contrôle, les signaux d'alerte, et les recours possibles pour éviter à d'autres de vivre ce qu'on a vécu.

03 5 étapes pour se lancer

(même quand t'as l'impression que c'est impossible)

On ne devient pas nomade, minimaliste ou hors système du jour au lendemain.
Il n'y a pas de baguette magique ni de guide parfait. Mais il y a des petites étapes, simples, concrètes, qu'on peut faire même sans tout plaquer tout de suite.



Voici celles qu'on a suivies, souvent sans s'en rendre compte, mais qui ont tout changé :

Faire le point sur ce qu'on ne veut plus

Avant de savoir où on veut aller, faut savoir ce qu'on ne veut plus.

Nous, on n'en pouvait plus de la pression, des horaires qui bouffent la vie, des fins de mois qui commencent le 12.
On a pris une feuille, et on a tout écrit : ce qui nous bouffait, ce qui nous pesait, ce qui nous rendait malades.
Juste ça, déjà, ça libère.

Clarifier son rêve

(même flou, même fou) Pas besoin de plan béton pour commencer à rêver.

Le nôtre, au départ, c'était "vivre plus librement". Puis c'est devenu "vivre dans un bus". Puis "vivre heureux et bricoler notre futur."
Tu peux juste te dire : "j'aimerais un mode de vie plus simple, plus lent, plus vrai". Ça suffit pour allumer l'étincelle.

Commencer à désencombrer

(sa maison... et sa tête) Ça fait de la place pour rêver. Et surtout pour agir.

On a vidé nos placards, vendu le superflu, trié nos souvenirs.
Et dans le même temps, on a commencé à trier dans nos têtes : les obligations inutiles, les croyances limitantes, les "on a toujours fait comme ça".

Économiser…

même quand t’as pas grand-chose. Pas pour devenir riches. Juste pour reprendre le contrôle.

On est partis avec presque rien. Mais on a appris à faire avec peu.
À récupérer, à réparer, à faire maison.
À vendre ce qu’on n’utilisait plus, à prévoir chaque centime, à rêver avec Excel (oui oui…). On fait un budget planner mensuel, on a acheté une tirelire qu’on ne pouvait ouvrir qu’en la cassant pour être sûr de ne pas piocher dedans.

Se foutre du regard des autres

Pas besoin que tout le monde comprenne ton rêve. Tu dois juste y croire suffisamment pour faire le premier pas.

On a entendu “vous êtes fous”, “vous allez vous planter”, “et vos enfants alors ?”
Ce qu’on a compris ?
Les autres parlent depuis leurs propres peurs. Pas depuis ton projet.
T’as pas besoin que tout le monde comprenne ton rêve. Tu dois juste y croire suffisamment pour faire le premier pas.

✍️ Et toi ? C’est quoi ton point de départ ?

- Ce que j’ai toujours eu envie de faire mais que je n’ai jamais osé : _____
- Ce que j’aimerais offrir à ma famille (ou à moi-même) : _____
- Ce qui me retient encore aujourd’hui : _____

Garde ces réponses quelque part. Reviens-y dans quelques jours. Elles risquent de te surprendre.



04

Nos ressources préférées (pour t'inspirer ou te motiver)

Parce que parfois, une vidéo, un podcast ou une citation peut tout changer.

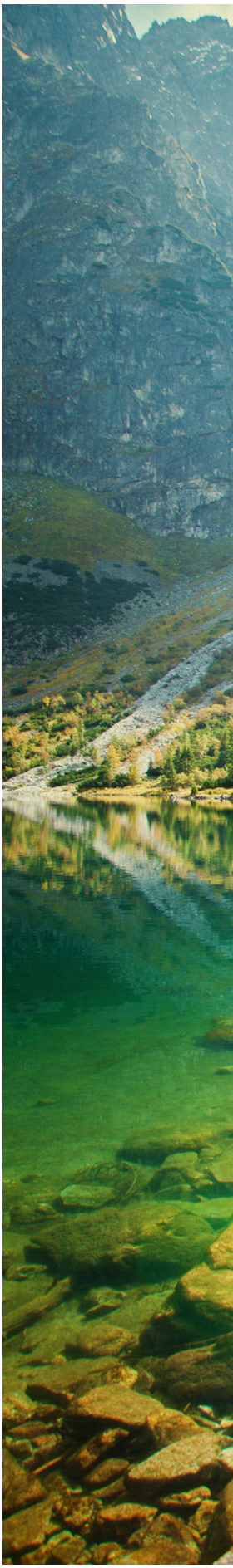
Voici les petites pépites qui nous ont secoués, fait rire, redonné foi en notre projet et pour certaines, nous ont réellement appris énormément de chose sur l'aménagement d'un bus comme le nôtre.

📽️ Nos chaînes YouTube coup de cœur :

Time 2 Escape : Olivia, Kevin et leurs 3 loulous qui souhaitent changer de mode de vie et vivre sur les routes à l'année. Comme nous, ils aménagent un Irisbus Iliade RTX de 12m (c'est casi le même que le nôtre) pour en faire leur maison roulante. Ils montrent les coulisses des travaux, les galères techniques, les phases de création et détaillent toutes leur vidéos. Une mine d'or pour nous.

Jujulebus : C'est une chaîne qui parle aménagement de bus / van / véhicules : bricolage, installations techniques, autonomie énergétique, suivi de chantier, galères mécaniques, transformations de A à Z. On a appris beaucoup grâce à lui.

The Vadrouilleurs for Rêveur : Une famille nombreuse qui a tout lâché pour vivre sur la route dans un bus aménagé. Ils partagent des vlogs de leur quotidien, les défis du roulement, les réparations, les escapades, les moments simples en route avec leurs enfants.



🎧 1 podcast qui nous a réveillés :

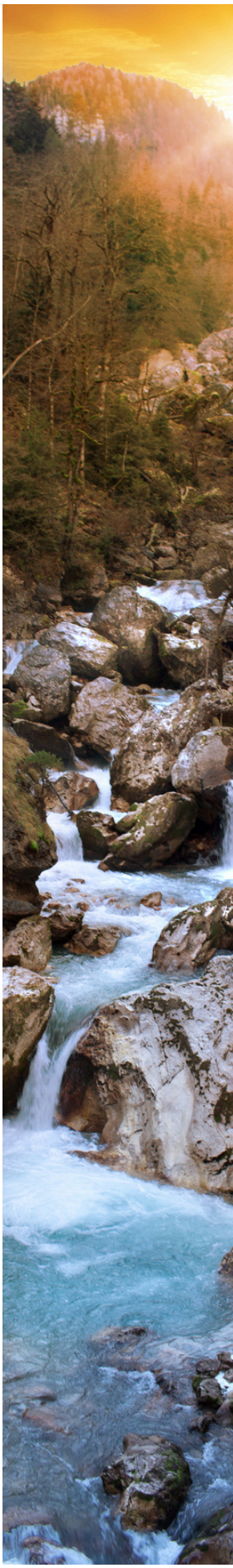
“Vivre autrement” – Des interviews de gens qui ont changé de vie, quitté le salariat, vendu tout pour vivre autrement. Épisode préféré : “Changer de vie sans tout comprendre”

📖 1 livre qui fait du bien à la tête :

L’art de la simplicité – Dominique Loreau – Minimalisme, vie plus douce, désencombrement intérieur et extérieur. Une vraie claque bienveillante.

💻 Un outil qu’on utilise casi tous les jours :

ChatGPT (eh ouais, 🤪) – Pour structurer nos idées, faire un rétroplanning de travaux, estimer des budgets, rédiger des mails sérieux sans y passer 3h, chercher des infos précises et surtout… désencombrer le cerveau TDAH de Sab, qui part dans tous les sens.
Clairement, c’est notre cerveau bis 🧠💬



05 Ce qu’on aimerait te dire pour finir

T’as pas besoin d’un vieux bus pour vivre libre.
T’as pas besoin d’être parfait·e, organisé·e ou plein·e d’argent.

Mais si t’as **cette petite flamme**, cette intuition floue, ce soupir en regardant la fenêtre de ton boulot ou de ta cuisine… alors écoute.

Peut-être que ce n’est pas un caprice.
Peut-être que c’est ton âme qui dit : “eh, et si on vivait pour de vrai ?”

On ne sait pas où la route nous mènera.
Mais ce qu’on sait, c’est qu’on la trace chaque jour à notre façon.
Et on espère de tout cœur que toi aussi, tu trouveras la tienne.



🔗 Et maintenant ?

- **Suis nos aventures** sur tiktok.com/@latribuenrouelibre
- **Viens nous parler** : on adore lire vos messages et vos rêves
- **Si ce petit guide t'a aidé**, tu peux nous soutenir (et ça, c'est un immense coup de pouce pour nous 💛) :
  👉 PayPal.me/latribuenrouelibre



À VENIR TRÈS BIENTÔT…

Le guide anti-galère pour acheter ton véhicule aménageable sans te faire plumer

Tu veux acheter un bus, un van, un camion ?
Tu n'as pas envie de tomber sur un vendeur douteux, un faux CT ou une rouille maquillée à la va-vite ?

📍 ***Dans notre prochain e-book, on te dira :***

Ce qu'il faut vérifier AVANT d'acheter

Les vices qu'on a découverts trop tard

Les questions à poser, les recours possibles, les modèles à éviter

Et surtout… comment NE PAS te faire berner comme nous

👉 ***Inscris-toi ici pour être prévenu·e dès sa sortie !***

https://latribuenrouelibre.systeme.io/89547dc6