L'irruption des néo-bivouaqueurs des cimes

Le lac de la Muzelle, dans les Ecrins, connaît une fréquentation croissante, encouragée par les réseaux sociaux

MASSIF DE L'OISANS (ISÈRE) - *envoyée spéciale*



Un groupe d'amis venus de La Courneuve (Seine-Saint-Denis), au lac de la Muzelle (Isère), à 2 100 mètres d'altitude, le 14 juillet. SOPHIE RODRIGUEZ POUR « LE MONDE »

Au terme de l'ascension des 1200 mètres le long du ruisseau, le lac de la Muzelle, dans l'Isère, bleu et profond, apparaît enfin. A quelques pas de l'arrivée, au milieu de sacs alourdis de tous les *« au cas où »*, de chaises pliantes et de tentes Quechua, cinq corps assoupis dépassent des hautes herbes ce 14 juillet. Ces amis, la vingtaine, sont partis de La Courneuve (Seine-Saint-Denis), la veille, à 3 heures du matin. Pendant les sept heures de route, ils se sont relayés au volant de la petite voiture surchargée, leurs affaires sur les genoux. Direction Vénosc, dans la commune des Deux-Alpes, point de départ de la première randonnée de leur vie. Epuisés par le dénivelé qu'ils n'avaient pas anticipé – malgré l'application de randonnée fraîchement téléchargée –, ils trouvent le courage de monter leur bivouac pour la nuit.

Face à eux s'ouvre le cirque de la roche de la Muzelle et ses flancs encore blanchis par les névés. Lorsque la troupe achève de s'installer, une quarantaine de tentes colorent déjà la petite aire de bivouac autorisée, où se mêlent couples, familles, groupes d'amis et marcheurs solitaires. *« On a acheté tout le matos chez Decathlon deux jours avant et on a direct plongé dans le grand bain. C'était un vrai défi, mais ça change, c'est bien ! »*, se réjouit Ylies Mihoubi, 23 ans, étudiant en physiologie. Ces vacances sont une première à bien des égards : premier bivouac, premier séjour entre amis hors Ile-de-France. Une randonnée express. Le groupe de cinq n'est venu que pour une nuit, faute d'avoir pu poser des congés pendant leur job d'été.

Il y a encore trois ans, le lac de la Muzelle était surtout connu des initiés. Seulement quelques tentes et leurs occupants venaient troubler la quiétude du paysage. Aujourd'hui, *« on compte en moyenne 140 tentes par nuit l'été »*, explique le gérant du refuge (certaines personnes n'ont pas souhaité donner leur nom) depuis sa terrasse. Avec un pic autour du 15 août. En 2025, plus de 200 étaient plantées les unes contre les autres. *« On les voit monter en maillot de bain, avec trop peu d'eau dans leur gourde, une glacière en bandoulière. C'est leur première randonnée, leur premier bivouac. Ils sont mal équipés »*, raconte son collègue, en regardant, un brin amusé, un brin compatissant, ces néo-bivouaqueurs.

Sur ce point, Ylies Mihoubi ne pourra pas le contredire. Quand le soleil disparaît derrière les montagnes, le froid le surprend. Faute de pull, l'étudiant enfile son duvet orange comme une longue cape à capuche, dont seules dépassent ses claquettes. Autour du réchaud, les amis se servent une plâtrée de pâtes. *« La prochaine fois, pas de sacs de 20 kilos, pas de chaises et une tente pour deux ! »*, lance l'un d'eux. *« Si on réussit à rentrer »*, ironise son acolyte, Motaz Othmani, 23 ans, étudiant infirmier. Ylies Mihoubi, lui, parle déjà des prochaines randonnées qu'il a vues sur TikTok.

« ON A ACHETÉ TOUT LE MATOS CHEZ DECATHLON DEUX JOURS AVANT ET ON A DIRECT PLONGÉ DANS LE GRAND BAIN »

YLIES MIHOUBI
23 ans, étudiant en physiologie

FRAÎCHEUR ET AVENTURE

Influenceurs spécialisés, vidéos de campements au coucher du soleil, conseils pour préparer son sac ou choisir sa tenue… Les réseaux sociaux ne sont pas étrangers à l'engouement pour la randonnée – les vidéos du lac et de son panorama cumulent plusieurs centaines de milliers de likes. Les petits prix pour s'équiper non plus. Un duvet s'achète désormais pour 14,99 euros. Résultat : la pratique du bivouac explose depuis la pandémie de Covid-19. Dans le massif des Ecrins, le nombre de tentes a doublé entre 2021 et 2025.

A quelques vallées de là, le sentier de grande randonnée Tour du Mont-Blanc est lui aussi devenu un incontournable d'Instagram et de TikTok. A l'un de ses cols accessibles en quelques heures de marche, la fréquentation est passée d'environ 45 000 personnes juste avant la crise sanitaire à 100 000 en 2025, selon l'Association des amis de l'Ultra-Trail du Mont-Blanc. *« Il y a clairement un nouveau public, plus jeune, qui fait des randonnées plus courtes et aime bivouaquer »*, note le gérant du refuge de la Muzelle. *« Il y a un effet carte postale »*, abonde Pierrick Navizet, chef du service communication du parc national des Ecrins. Autour de ces lieux photogéniques, souvent dotés d'un lac, et accessibles en quelques heures depuis un parking, se forment des files de marcheurs en quête de fraîcheur et d'aventure. A tel point qu'au téléphone, l'office du tourisme local conseille aux aspirants randonneurs de choisir un autre itinéraire.



Nolwenn, originaire de Touraine, plante sa tente au bivouac du lac de la Muzelle, le 14 juillet. SOPHIE RODRIGUEZ POUR « LE MONDE »

Autour d'une énième purée à la viande lyophilisée, Antoine Sablon et Younes Ould Moussa, deux copains du Havre (Seine-Maritime) de 20 ans, bonnet d'une grande marque de montagne vissé sur la tête et tenue technique chinée en seconde main, se repassent le film de leurs derniers jours de marche. Antoine Sablon garde en mémoire ce réveil vers 3 heures du matin où il est resté un moment, la tête hors de sa tente, à observer la nuit : *« Je n'avais jamais vu autant d'étoiles. »*

« Je me souviens de l'après-midi où on a mis sept heures à faire un itinéraire prévu en trois heures parce qu'on s'arrêtait tout le temps. Il m'a appris le nom des plantes qu'il reconnaissait, on a goûté des fruits sauvages », poursuit son ami. *« Sur certains sentiers en amont, on était seuls au monde. Et là, il y a des tentes partout »*, s'étonnent les deux Havrais. Non loin, au petit déjeuner du refuge, où une nuit en pension complète coûte près de 70 euros, soit le prix de deux tentes de camping d'entrée de gamme, des randonneurs aguerris, réveillés aux aurores, observent les bivouaqueurs de l'autre côté du lac. Certains sourient devant les *« tentes 2 secondes »* ; d'autres plaisantent à propos de ces jeunes qui *« ne se lèveront pas avant 9 ou 10 heures »*.

LA PRATIQUE DU BIVOUAC EXPLOSE DEPUIS LA PANDÉMIE DE COVID-19. DANS LE MASSIF DES ÉCRINS, LE NOMBRE DE TENTES A DOUBLÉ ENTRE 2021 ET 2025

« MÉPRIS SOCIAL »

Avec une certaine condescendance qui frôle le mépris de classe se perpétue, mine de rien, ce que décrivait déjà Pierre Bourdieu (1930-2002) en 1979, dans *La Distinction* (Minuit) : une montagne qui reste l'apanage des classes moyennes et supérieures intellectuelles. *« Ces dernières ont façonné cette pratique autour de leurs valeurs : un idéal d'ascétisme – à 21 h 30, tout le monde est couché au refuge de la Muzelle – ainsi qu'un rapport contemplatif et silencieux à la nature*, analyse le sociologue Pierre Mercklé, professeur de sociologie à l'université Grenoble-Alpes. *Or, l'arrivée de nouveaux publics renforce la confrontation entre ces différentes façons d'habiter la montagne et met à l'épreuve la capacité des habitués à imposer leurs codes. »*

Il reste que, pour tous, la montagne est un environnement exigeant. Antoine Sablon et Younes Ould Moussa en savent quelque chose : partis à sept, le reste de l'équipe a abandonné au bout de deux jours. Sur les chemins, une locale s'amuse, non sans une pointe d'inquiétude, de croiser *« des jeunes rouge écarlate dans la montée »*. Le gardien du refuge confirme voir de plus en plus de *« bloqués techniques »*, des randonneurs pour lesquels les hélicoptères de secours doivent être appelés parce qu'ils n'arrivent plus à avancer. En tenue technique de la tête aux pieds, une randonneuse hébergée au refuge soupire à l'écoute de ces anecdotes. Et embraie, à la table du petit déjeuner : *« Ce qui m'a fait mal aux yeux, c'est de les voir se baigner recouverts de crème solaire. »* *« Sous couvert d'écologie, les critiques des habitués laissent affleurer un certain mépris social »*, commente le sociologue.

Pour limiter les effets de cette fréquentation croissante, le parc national des Ecrins soumettra, en 2027, le bivouac à un système de réservation gratuite avec quotas. En attendant, l'équipe du refuge compose avec la situation. Le gérant a décidé d'ouvrir ses trois toilettes à tous. *« Imaginez la situation quand il y a 200 tentes. »* Ses salariés ramassent les déchets que les bivouaqueurs laissent derrière eux. Le téléphone ne cesse de sonner avec, au bout du fil, des randonneurs en quête d'information sur la météo ou sur des itinéraires à privilégier.

« La priorité est de faire de la pédagogie. On a besoin que le parc nous aide : qu'il y ait des personnes sur le parking pour prévenir ceux qui ne sont pas bien équipés et rappeler les règles du bivouac », s'impatiente-t-il. Le parc affirme avoir renforcé ses équipes depuis 2020. Trois médiateurs se partagent plusieurs sites, sans pouvoir assurer une présence permanente sur le secteur. ■

SACHA LECLÈRE