

## **NOTE DE SYNTHÈSE**

### **Diplôme Universitaire de gardien de refuge de montagne**



**Absence de réseau de téléphonie mobile et  
relations humaines dans les refuges**

**MYRIAM PUISSANT**



## **NOTE DE SYNTHÈSE**

### **Diplôme Universitaire de gardien de refuge de montagne**



### **Absence de réseau de téléphonie mobile et relations humaines dans les refuges**

**MYRIAM PUISSANT**

## **REMERCIEMENTS**

Je tiens d'abord à remercier Caroline et Xavier, du refuge de La Lavey, pour leur confiance et l'opportunité qu'ils m'ont offerte en me proposant de venir travailler en refuge, opportunité qu'ils m'offrent encore en mettant en place cette collaboration, me poussant à toujours plus d'autonomie, de créativité et de prise de décisions.

Je remercie aussi vivement Nadine et Claude, du refuge de La Pra, pour cette belle expérience d'un refuge en conditions hivernales, de m'avoir redonné goût au ski de randonnée (indispensable outil pour un gardien), et la découverte de leur cadre de vie en vallée, en lien direct avec le refuge (jardinage, soins aux ânes...).

Je remercie également Camille et Cédric, du refuge de l'Etendart, pour le temps et l'énergie qu'ils ont naturellement mis dans leur transmission lors de mon stage de Juillet.

Je tiens à remercier aussi Stéphane Amiel et l'équipe de l'Isthia, pour leur disponibilité lors des sessions à Foix, ainsi que les différents intervenants pour la qualité des cours et des échanges.

Et enfin, un merci tout particulier à ma mère qui m'a depuis toujours donné le goût de la nature et des choses simples, ainsi qu'à mon père (ex gardien de refuge), que j'imagine, de là où il se trouve, fier de l'orientation que je prends.

# **SOMMAIRE**

<b><u>Introduction : j'ai choisi ce thème...</u></b>	Page 1
<b><u>Partie 1 : Un lieu, des Hommes...déconnexion.</u></b> <u>Définitions générales</u> <u>Définitions liées à mon thème</u>	Page 2
<b><u>Partie 2 : Un lieu, des Hommes... connexion à autre chose.</u></b> <u>Hypothèse 1</u> La connexion (ou la non-connexion) au réseau de téléphonie mobile modifie le comportement des gens. <u>Hypothèses 2</u> Le refuge a une carte à jouer en restant un des derniers endroits de réelle déconnexion.	Page 6
<b><u>Partie 3 : Ma thématique au refuge de l'Etendart</u></b> Présentation du refuge Son positionnement par rapport à mon thème Mes deux hypothèses mises en application dans le refuge Positionnement des clients (questionnaire) Positionnement des gardiens (questionnaire) Sécurité (PGHM)	Page 11
<b><u>Conclusion</u></b>	Page 16
<b><u>Bibliographie</u></b>	
<b><u>Table des matières</u></b>	
<b><u>Annexes</u></b>	

# **INTRODUCTION**

## **J'ai choisi ce thème...**

C'était évident pour moi, depuis le début, de choisir ce thème : la non-connexion au réseau de téléphonie mobile a-t-il un impact sur les relations humaines ?

C'est un sujet qui m'intéresse en règle générale, et d'autant plus dans les refuges puisque c'est là que j'ai vraiment pris conscience, depuis trois ans, de cet impact sur moi-même.

Je suis en refuge deux mois dans l'année, dans un refuge où les téléphones portables ne « passent pas », et pendant ces deux mois-là je me sens différente, plus présente à la relation à l'autre, plus investie dans ce que je fais au moment présent, vraiment là.

J'ai essayé de comprendre pourquoi, et me suis aperçue du côté un peu insidieux de cet objet que nous emportons partout : même s'il ne sonne pas, une partie de notre cerveau reste aux aguets.

Il y a une partie de nous, inconsciente, qui tend l'oreille à un éventuel message, à un éventuel appel. Quand je discute avec quelqu'un et que mon téléphone est allumé, je sens en moi cette petite partie qui n'est pas présente, et qui aurait un peu envie de regarder mon téléphone pour être sûre que je n'ai pas raté un message, un appel... je me sens « double ».

Cette sensation, je ne l'ai jamais en refuge, mon téléphone ne passe pas, point. Je discute avec vous, et mon attention est là, dans cette discussion.

Je sens aussi plus intensément ces moments de vide, de rien, on pourrait dire d'ennui, mais ce terme m'embête parce qu'il a une connotation négative, pour moi, ces moments-là sont source de créativité, sans cette facilité et ce réflexe de pianoter sur nos appareils, on trouve d'autres activités, on est obligé d'être inventif!

J'ai de beaux exemples de témoignages de personnes s'adonnant à faire du dessin, de la peinture, à écrire un petit journal de bord, à proposer à leurs enfants de faire des jeux de société, ou à ne rien faire, sieste, contemplation, méditation, réflexion... tout ce que notre monde, qui va si vite et qui a horreur du vide, ne nous laisse plus le loisir de faire !

On se surprend même à oser aller discuter avec son voisin, qui, lui-même, n'ayant pas le nez sur son appareil, paraît aussi être ouvert à la rencontre.

Pour moi, c'est une chance de pouvoir encore trouver des lieux comme les refuges de montagne, dans lesquels nous pouvons revenir à des choses plus simples, dans lesquels nous ne sommes pas parasités par trop de sollicitations virtuelles.

J'ai donc naturellement eu envie de connaître l'avis de la clientèle des refuges, ainsi que de leurs gardiens.

J'ai eu envie de savoir ce qui se dit sur le sujet (impact sur la santé, physique et mentale, dépendance, orientations touristiques), c'est donc vers ces questionnements que je vous propose de me suivre dans cette note de synthèse, de manière assez générale d'abord, pour ensuite pouvoir se concentrer plus particulièrement sur l'entité « refuge » et ses occupants.

Se pourrait-il que le refuge de montagne, de part sa situation géographique, devienne le nouveau refuge des personnes ayant un vrai besoin de déconnexion .

# **PARTIE 1**

## **Un lieu, des Hommes... déconnexion.**

Cette partie présente les principales définitions des thématiques abordées dans cette note de synthèse. La plupart des définitions ont été largement inspirées de différentes sources citées en fin de chaque paragraphe.

### **Définitions générales**

#### **Le refuge de montagne :**

Depuis toujours, l'Homme, à la conquête des sommets, au coeur des montagnes, a cherché des lieux où s'abriter, se réchauffer, se reposer, se protéger. C'était d'abord de simples cabanes sous roche aménagées qui l'ont accueilli. Puis, les montagnards, les ont transformé en refuge de bois et de pierres.

Depuis, grâce aux nouvelles techniques, les refuges les plus récents offrent toujours plus de confort et de sécurité. La montagne est devenue un terrain de découverte, de sport et de loisirs. Le refuge est le lieu de rencontre entre alpinistes, randonneurs, familles, contemplatifs et néophytes. Pour tous, c'est le lieu de réconfort après l'effort. Entre le confort d'un hôtel en vallée et la rudesse d'un bivouac en altitude, le refuge est un lieu convivial d'accueil et de repos collectif.

*(largement inspiré de: <http://www.refuges-05.com/accueil-hautes-alpes/>)*

Juridiquement, un refuge est un établissement d'hébergement (gardé ou non) recevant du public, situé en altitude dans un site isolé. Son isolement est caractérisé par l'absence d'accès tant par voie carrossable que par remontée mécanique de type téléportée ouverte au public et par l'inaccessibilité pendant au moins une partie de l'année aux véhicules et engins de secours.

Le refuge est situé en zone de montagne. Le refuge offre un hébergement à caractère collectif à des personnes de passage. La capacité d'hébergement d'un refuge est limitée à 150 personnes. Les mineurs peuvent y être hébergés.

Autrement dit : un refuge est un lieu d'accueil du public, géographiquement isolé.

*(Largement inspiré de : Décret « Refuges » <http://www.legifrance.gouv.fr/>)*

#### **Le gardien/la gardienne de refuge :**

Le gardien (ou la gardienne) de refuge est un(e) professionnel(le) de la montagne qui gère et assure le bon fonctionnement d'un refuge afin d'y accueillir des randonneurs. Le gardien (ou la gardienne) de refuge peut être un(e) travailleur(se) indépendant(e) avec délégation de service public ou salarié(e) d'une association, d'un syndicat de communes.

L'activité s'exerce dans un refuge de haute ou moyenne montagne. Les refuges sont ouverts en période estivale (de mai-juin à septembre-octobre) et, selon le cas, en hiver (vacances et week-ends) pour les randonneurs à ski.

Il (elle) doit avoir un bon contact avec le public, être autonome, connaître parfaitement la montagne pour conseiller randonneurs et alpinistes sur les itinéraires, en fonction de la météo, savoir déclencher les secours en cas d'accident ; il (elle) est parfois amené(e) à prodiguer les premiers soins en attendant l'intervention d'une équipe médicale.

Il (elle) est cuisinier(e), serveur(se), hôtelier(e), comptable, responsable du ravitaillement, initiateur(trice) du milieu montagnard, assistant(e) des secours, bricoleur(se)...etc. Ses journées sont rythmées par l'entretien du refuge, l'accueil et l'information aux visiteurs, la préservation et l'éducation à l'environnement.

En dehors des périodes d'ouverture du refuge, le (la) gardien(ne) de refuge a la possibilité d'avoir une autre activité saisonnière. Son statut juridique peut être différent selon son contrat. Il (elle) peut être salarié(e), gérant(e), propriétaire ou membre d'une association. Différents contrats sont possibles, le Club Alpin Français, les Parcs Nationaux ou Régionaux ou les communes ne proposent pas tous les mêmes contrats de travail. Chacun fait du mieux possible pour proposer à leurs gardiens le meilleur moyen de travailler dans cet univers particulier.

(Source: [http://www.tourisme.gouv.fr/profession/metiers/gardien\\_refuge.php](http://www.tourisme.gouv.fr/profession/metiers/gardien_refuge.php))

## **Définitions liées à mon thème**

### **La communication**

La communication c'est l'ensemble des interactions avec autrui qui transmettent quelque information. Il s'agit donc aussi de l'ensemble des moyens et techniques permettant la diffusion d'un message auprès d'une certaine audience.

Elle concerne aussi bien l'être humain, l'animal, la plante (communication intra- ou inter- espèces) ou la machine (télécommunications, nouvelles technologies...). C'est en fait, une science partagée par plusieurs disciplines qui ne répond pas à une définition unique. Comme le constate Daniel Bougnoux : « *Nulle part ni pour personne n'existe LA communication. Ce terme recouvre trop de pratiques, nécessairement disparates, indéfiniment ouvertes et non dénombrables* »

Si tout le monde s'accorde pour la définir au moins comme un *processus*, les points de vue divergent lorsqu'il s'agit de la qualifier.

En français, le terme signifie d'abord « *mettre en commun* », puis « *être en relation avec* ».

A ce propos, Philippe Breton, professeur des universités au Centre universitaire d'enseignement du journalisme (CUEJ) de Strasbourg, nous donne un beau sujet de réflexion :

« *La parole est cet instrument précieux qui nous lie aux autres, elle est au cœur de toutes les relations sociales, en ce sens elle est fondatrice de la condition humaine. Le silence est nécessaire à la parole, il introduit un espace de respiration, de méditation. Il est le souffle des conversations et leur tempo. Mais le silence tend à être chassé de mille manières de l'environnement social. Le bruit ne cesse de gagner et de rendre parfois la parole inaudible. Il est difficile aujourd'hui de s'abstraire, de trouver les conditions d'une intériorité. Le silence se fait rare. Mais peut-on parler sans se taire et donc sans écouter l'autre, peut-on penser dans le bruit ? La parole, dans ce sens, est étroitement solidaire du silence.* »

(Source : wikipedia)

### **L'Électro Hyper Sensibilité (EHS)**

L'Électro Hyper sensibilité ou Hypersensibilité électromagnétique, est une pathologie handicapante dont le développement est en accélération rapide et dont le principal contributeur est le groupe de technologies du type Téléphonie Mobile.

L'EHS peut concerner des troubles dus à différentes sources d'exposition aux champs électromagnétiques. Les personnes EHS sont fortement gênées par les micro-ondes (hyperfréquences) pulsées en extrêmement basses fréquences (ELF) de type téléphonie mobile (téléphone portable, antennes-relais, Wifi, sans fil, Bluetooth...) .

L'EHS est une pathologie reconnue et décrite par l'OMS.

En France, elle était encore récemment ignorée par les pouvoirs publics jusqu'à ce que l'AFSSET (agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail) évoque clairement son identité. Mais le lien avec les champs électromagnétiques n'est là encore pas reconnu...

Or, de nombreuses études indépendantes et non contestées ont démontré à la fois la réalité de l'électrosensibilité et le lien physiologique et non psychologique avec l'exposition aux champs électromagnétiques. D'ailleurs, la plupart des symptômes sont observés autant sur les hommes que sur les animaux. Chez l'homme particulièrement, on observe : vertiges, maux de tête, troubles de la mémoire et de la concentration, irritabilité, picotements, brûlures, douleurs musculaires et articulaires, pertes de sommeil, éruptions cutanées. Mais les symptômes peuvent varier d'une personne à l'autre.

(Sources: <http://www.robindestoits.org/>)

### L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) :

L'Organisation Mondiale de la Santé a été créée en 1948 dans le but de permettre à toutes les populations d'atteindre le niveau de santé le plus élevé possible. L'organisation prend les risques sanitaires associés aux téléphones portables au sérieux notamment en lançant un projet sur les champs électromagnétiques (CEM), pour étudier les effets des ondes sur la santé.

L'agence prévient que l'usage des téléphones portables devait être considéré comme peut-être cancérigène pour l'homme.

### Robin de toits :

Créée en 2004, cette association française lutte contre les dangers du rayonnement électromagnétique et les implantations d'antennes-relais. Pour eux , le téléphone est comparé à « une micro-mitrailleuse électromagnétique » qui abîmerait nos cellules nerveuses, ouvrirait la porte du cerveau à des substances toxiques qui favoriseraient le développement de cancers.

### Le Centre de Recherches et d'Informations Indépendantes sur les Rayonnements Electromagnétiques (CRIIREM):

Le CRIIREM, a pour objectif d'informer sur les effets des rayonnements électromagnétiques. Selon lui, l'utilisation du téléphone mobile est néfaste pour la santé. Cependant, tout cela ne suffit pas pour présenter de manière officielle les téléphones portables comme un réel danger. Effectivement, à la vue d'études contradictoires, le doute s'installe.

### Zones blanches :

Une zone blanche était historiquement, dans le domaine des télécommunications, une zone du territoire qui n'était ou n'est pas desservie par un réseau donné, plus particulièrement un réseau de téléphonie mobile ou par Internet. Par extension ce terme décrit aussi les zones du territoire français (environ 3 000 communes en 2009) qui sont couvertes depuis 2009 par un accord de partage entre les trois principaux opérateurs de téléphonie mobile. Il s'agit souvent des zones les moins densément peuplées (typiquement les zones rurales), pour lesquelles les opérateurs n'ont pas d'intérêt à investir dans les équipements nécessaires, car ils ne peuvent pas espérer une exploitation rentable. (Source : wikipedia)

### Séjour digital détox :

Un séjour « digital détox », est un séjour dans un endroit donné (hôtel, camping, logements de vacances) dans lequel l'usage de toutes formes d'utilisation des nouvelles technologies (tablettes, téléphones, ordinateurs...) est interdit, sur le temps du séjour.

Les personnes faisant ce choix d'hébergement recherchent une déconnexion totale dans le but de couper vraiment avec leurs habitudes de vie quotidienne et/ou de se libérer d'une certaine forme d'addiction à ces nouvelles technologies.

### Les ondes d'un téléphone portable :

Les ondes sont comme une grande famille : il en existe plusieurs catégories, séparées en deux groupes : les rayonnements ionisants (particule ou rayonnement énergétique capable de transmettre à la matière irradiée son énergie, de l'ioniser et d'y entraîner parfois une recombinaison ou une réaction chimique) et les rayonnements non ionisants.

Tout d'abord, il faut savoir que le téléphone portable émet des ondes électromagnétiques, qui permettent d'acheminer la communication, et des rayonnements.

Dans notre cas, le téléphone portable appartient aux ondes Micro-ondes, soit des rayonnements non-ionisants. Lors d'un appel émis, le téléphone portable envoie des ondes électromagnétiques et établit une liaison avec l'antenne relais la plus proche. Cette dernière transmet ensuite le signal à la centrale des antennes, qui le transmet ensuite à l'antenne relais la plus proche du destinataire. La liaison entre l'antenne de l'appelant et celle de l'appelé s'établit alors grâce aux ondes électromagnétiques. Mais à défaut de ne pas appartenir aux rayonnements ionisants, réel danger, qui peuvent briser les cellules, les ondes émises par le téléphone portable s'attaqueraient directement au cerveau.

(source : [www.letelephonemobiletpe.worldpress.com](http://www.letelephonemobiletpe.worldpress.com))

## **PARTIE 2**

### **Un lieu, des Hommes... connexion à autre chose**

Tout d'abord nous allons nous intéresser à la première hypothèse. Nous verrons l'impact du téléphone portable, en règle générale, sur l'environnement, la santé physique et mentale, pour ensuite nous concentrer plus particulièrement sur l'influence de celui-ci dans les relations humaines. Ensuite nous présenterons la deuxième hypothèse, à savoir, le refuge a-t-il une carte à jouer en restant un des derniers endroits de réelle déconnexion ?

#### **Hypothèse 1**

**La connexion (ou la non-connexion) au réseau de téléphonie mobile modifie le comportement des gens.**



*Illustration 1: Refuge avec réseau téléphonique*



*Illustration 2: Refuge sans réseau téléphonique*

## Effets néfastes des téléphones portables sur l'environnement

Nous savons que le téléphone portable a des effets néfastes sur l'environnement. Si ses effets sur la santé restent encore peu connus, son impact sur l'environnement est fondé. En effet, un téléphone ne pèse pas plus de 100g, mais est gourmand en énergie et en matériaux rares et/ou toxiques. Que ce soit pour sa fabrication, sa destruction ou son utilisation, le téléphone portable a des conséquences écologiques sur la planète. C'est aujourd'hui la consommation d'énergie qui a l'impact le plus lourd en terme d'analyse de cycle de vie (coût environnemental sur la durée de vie de l'appareil en partant de sa production jusqu'à sa destruction). De part les matériaux utilisés, mais aussi les déchets occasionnés et l'obligation de le recharger régulièrement.

*(sources, entre autres : [www.letelephonemobiletpe.worldpress.com](http://www.letelephonemobiletpe.worldpress.com) ...)*

## Quelles sont les conséquences sur notre santé ?

Tout d'abord, il faut savoir que le téléphone portable émet des ondes électromagnétiques, qui permettent d'acheminer la communication (*voir plus haut : définitions, partie 1*). Les conséquences de ces émissions sur la santé ne sont pas unanimes. Cependant, l'Agence Européenne de l'environnement met en garde sur le risque de tumeurs au cerveau pour les utilisateurs.

De plus, de nombreux organismes ont été créés afin d'étudier les dangers potentiels des ondes sur la santé, de mettre en garde et d'avertir les usagers. Parmi ceux-ci, on peut retrouver : l'OMS, Robin des toits, le CRIIREM (*voir plus haut : définitions, partie 1*).

Le fait que le téléphone portable soit un danger pour l'Homme reste une question à approfondir. Les scientifiques sont plutôt perplexes. D'une part, il s'avérerait que le téléphone ait un impact sur notre santé mais d'autre part, celui-ci n'a pas encore été prouvé (manque de recul). Cependant, ce qui est certain, c'est que même si le téléphone n'est pas un danger pour notre organisme, il peut l'être au niveau de notre comportement (addiction, qualité de présence...).

*(sources, entre autres : [www.letelephonemobiletpe.worldpress.com](http://www.letelephonemobiletpe.worldpress.com) ...)*

## Qu'en est-il de la vie sociale ?

Le téléphone a une incidence sur les rapports sociaux. Le premier problème posé vient déjà du fait que le portable crée une dépendance en terme de communication : l'Homme est ainsi poussé à utiliser son téléphone à n'importe quelle occasion. La communication devient donc, en générale, superficielle. Le but initial du téléphone portable s'est donc modifié : maintenant, sortir son téléphone portable en cas d'ennui, pour se distraire et appeler quelqu'un est devenu une habitude.

De nombreuses enquêtes, partout dans le monde, ont révélé tout récemment que 66% des personnes ressentent une réelle souffrance lorsqu'elles sont séparées de leur téléphone portable. C'est une nouvelle maladie : La nomophobie (no mobile phone phobia).

*(sources, entre autres : [www.letelephonemobiletpe.worldpress.com](http://www.letelephonemobiletpe.worldpress.com) ...)*

## Quels sont les risques du téléphone portable sur la santé mentale ?

De nombreux chercheurs mettent en avant l'effet néfaste sur la santé mentale des accros. En effet, les psychologues alertent l'opinion public sur le fait que de plus en plus d'utilisateurs de téléphone sont complètement obsédés par cet objet.

Une étude récente sur le comportement de 100 utilisateurs a fait ressortir que ces derniers sont dépendants de leur appareil : ils souffrent du sentiment de rejet quand ils ne reçoivent pas de message. Ils sont donc dépendants de la relation immédiate (pas forcément de l'objet) et peuvent ressentir la peur de ne plus exister pour les autres si leur téléphone est éteint.

Des psychologues expliquent que le mobile nous a habitué à pouvoir joindre n'importe qui n'importe quand, créant ainsi un sentiment d'urgence et d'impatience artificiel, brouillant la hiérarchie entre ce qui est important et ce qui ne l'est pas.

L'utilisateur s'enferme dans une « bulle d'intimité » : le portable offrant, avec ses multiples fonctions, autant de possibilités de s'isoler, coupant l'utilisateur de son environnement immédiat. Le psychanalyste Miguel Benasayag explique : « en se focalisant sur le virtuel, il peut négliger le réel. Conséquence, il s'enferme dans sa bulle d'intimité. » De plus, le mobile renforcerait l'isolement en appauvrissant le dialogue : étant tout le temps joignable, on a l'impression de communiquer d'avantage, mais les conversations sont souvent brèves et superficielles. Au bout du compte, on en dit beaucoup moins que dans des échanges plus posés.

Malgré le fait que le téléphone portable favorise les rapports sociaux, son utilisation semble devenir négative lorsqu'il y a un abus d'usage entraînant une dépendance et des angoisses de séparation.

*(source, entre autres : [www.letelephonemobiletpe.worldpress.com](http://www.letelephonemobiletpe.worldpress.com) ...)*

### Gêne et savoir-vivre

L'apparition des téléphones portables a engendré une banalisation des conversations téléphoniques dans les lieux publics. Or, entendre une personne téléphoner provoque de la gêne. Phénomène confirmé scientifiquement à la suite d'expériences sur le degré de concentration, menées en 2010 par une équipe de psychologues pilotée par Lauren Emberson (université Cornell, États-Unis). En effet, les "mi-dialogues" d'une conversation téléphonique mobilise le cerveau de celui qui l'écoute, même malgré lui. Lauren Emberson explique : *"Il s'agit de mécanismes cognitifs qui obligent à écouter une conversation téléphonique et pas du tout une curiosité malveillante."*

D'où la mise en place progressive d'interdictions dans certains lieux et de nouvelles règles de savoir-vivre. Lauren Emberson rajoute: *"Il est temps de se demander si l'usage du portable ne doit pas être limité ou confiné dans des lieux réservés."*

*(sources, entre autres : [www.letelephonemobiletpe.worldpress.com](http://www.letelephonemobiletpe.worldpress.com) ...)*

### Dépendances

Bien que l'addiction au téléphone portable ne soit pas encore un syndrome très bien défini ni reconnu dans le manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM IV), les experts s'accordent à dire que son utilisation à outrance ainsi que le niveau de dépendance aux SMS devient un véritable problème.

Certains lui reprochent également de supprimer les « temps morts » (permettant l'observation, la réflexion ...etc), désormais consacrés à des conversations, des SMS ou des jeux.

*(Sources: <https://fr.wikipedia.org/>)*

En ayant toutes ces données en tête, nous allons pouvoir nous intéresser au refuge et à ses utilisateurs (gardiens et clients).

### **Hypothèses 2 :**

**Le refuge a une carte à jouer en restant un des derniers endroits de réelle déconnexion.**

De plus en plus de lieux jouent la carte de la « Digital Detox », sans téléphone portable ni ordinateur, ils permettent aux vacanciers de se recentrer sur la « vraie vie », loin des réseaux sociaux et de leur boîte mail.

En France, l'hôtel Westin Paris-Vendôme a créé la « Digital Detox » pour se ressourcer en plein cœur de Paris : on consigne ses appareils connectés dans un coffre-fort mis à disposition à la réception. Près de Bordeaux, le Château La Gravière, une maison d'hôte, invite à laisser tomber les appareils électroniques « *pour ralentir, revenir à l'essentiel* ».

En Bretagne, Relax Océane propose des stages pour se reconnecter avec « *dame nature et l'air iodé* » loin de son smartphone.

La mairie de Souston, dans les Landes, a décidé, cet été, de laisser une de ses (grandes) plages sans connexion : résultat, un immense succès, les personnes faisaient consciemment le choix d'aller sur cette plage pour ne pas être dérangées, ni tentées.

Le site [Digitaldetoxholidays.com](http://Digitaldetoxholidays.com) concentre par ailleurs de nombreux lieux de retraite et des idées de vacances pour se déconnecter.

A noter que de nombreux établissements hôteliers axés sur la relaxation et le farniente interdisent dans leur enceinte l'utilisation des appareils électroniques connectés.

(Sources: <http://leparisien.fr>, <http://s1.lemde.fr>, <http://WWW.lemonde.fr>)

Les organismes touristiques l'ont bien compris : en matière d'hyperconnexion, il y a des choses à mettre en place tant les sollicitations numériques dévorent le quotidien. Une frénésie qui suscite de plus en plus l'envie de débrancher.

Près de trois-quarts des Français (71 %) pensent que la place prise par les écrans dans leur vie quotidienne nuit à la qualité des relations humaines, 59 % des personnes interrogées se sentent dépendants de leurs appareils numériques (ordinateurs, smartphones et tablettes) et 69 % d'entre elles se disent préoccupées par la place prise par les écrans dans la vie de leurs enfants.

(Sondage Ifop publié dans *Psychologies magazine*.)

Le sondage met également en avant une "alerte", signée par "50 experts de la santé psychique", qui lancent un appel à "*la prise de conscience des risques liés à l'abus d'écrans*".

Ces spécialistes de la psychologie, des comportements et des relations humaines estiment en effet que "*nous avons donné à ces technologies une emprise préoccupante sur nos vies*".

Selon les signataires, "*l'usage abusif d'écrans induit une hyper-sollicitation permanente, source de stress et de fatigue. Il nous prive du temps de repos, de réflexion et de présence au monde, indispensable au bien-être et au bien-penser*".

Citoyens, politiques et fabricants sont appelés à "*élaborer ensemble des règles de bon usage des nouvelles technologies, un code de bonne conduite de la vie numérique*" car il en va, selon eux, "*de notre équilibre psychique et de notre humanité face aux outils numériques*".(Sources: <http://www.midilibre.fr/>)

« *Nous pourrions sans aucun doute déployer la réflexion indéfiniment, le champ d'étude ouvert devant nous est infini. Il est dès à présent primordial de se pencher avec sérieux sur ces phénomènes, et de travailler à la promotion et à la récupération d'une vie sociale satisfaisante pour tous.* » Gérald Hanotiaux, article publié dans *Bruxelles en mouvements* (n°249, 25 juin 2011).

L'écrivain Francis Jauréguiberry (sociologue, spécialiste des usages des technologies et professeur à l'université de Pau) explique ça très bien, en s'appuyant sur les témoignages qu'il a collecté, dans son livre « *Le Voyageur hyper moderne, partir dans un monde connecté* » (voir en Annexe). En voici un extrait: « *Même si 34% des personnes interrogées déclarent vouloir se connecter le moins possible, le fait même de pouvoir le faire les place dans une situation de tension nouvelle, inédite, où les élans d'indépendance, de coupure et de silence se trouvent désormais freinés par une mauvaise conscience envers ceux qui ne sont pas partis et souhaitent garder le contact.* » et plus loin : « *Nul ne traverse une région ou un pays dans le même état d'esprit selon qu'il a ou n'a pas dans la main, au bout du doigt, la possibilité de communiquer avec des personnes géographiquement lointaines mais affectivement proches ou importantes.*

*Nul ne vit de la même manière un voyage lorsqu'il se jette chaque soir sur un ordinateur pour raconter ses aventures de la journée. Nul ne rencontre les autres aussi facilement lorsqu'il se promet, dans quelques heures, de retrouver son conjoint ou sa conjointe, ses enfants ou ses parents, sur l'écran de sa tablette ou de son smartphone. Ce n'est pas seulement la connexion qui détourne la personne de l'ici et du maintenant, c'est aussi la possibilité même de se connecter : l'anticipation du prochain échange est également susceptible d'accaparer son esprit. Au delà du moment où il participe à une conversation téléphonique, où il s'adonne à un échange de textos, à l'écriture d'un mail ou à la tenue d'un blog, le souvenir de ces discussions et la planification de leur poursuite éloignent aussi la personne de son environnement. Il ne médite plus seulement sur ces lieux et cultures qu'il découvre, il ne se concentre pas totalement sur le plat qu'il goûte, oublie parfois où il se trouve exactement, car la tentation de l'échange et du partage avec ses proches restés là-bas, le déracine du présent qui file entre ses doigts. » en enfin : « Les expéditions en montagne imposent, tôt ou tard, à cause d'une mauvaise couverture, une déconnexion totale. Pour la plupart, cette expérience est ressentie positivement par la majorité, même si elle n'est pas prévue. Parce que la déconnexion entraîne une suspension de l'expérience ubiquitaire, sans surprise elle ancre les personnes différemment dans le présent, celles-ci investissent plus intensément leurs relations. »*

Dans ce contexte, il me semble tout-à-fait justifié d'envisager l'entité « refuge » comme un des dernier lieu « naturel » de déconnexion de part sa situation géographique, et de ne pas considérer cela comme une faiblesse mais au contraire, pouvoir promouvoir ce type de séjour, et en faire une force.

Dans son fonctionnement global, le refuge est déjà un lieu qui pousse au lien social (grandes tablées, dortoirs, aide pour débarrasser la table, faire la vaisselle...), le parti-pris d'une déconnexion volontaire irait dans ce sens.

Et puis, on entend de plus en plus de gens qui souhaitent une montagne moins balisée, plus sauvage, le choix d'une déconnexion ne va-t-il pas dans cette lignée : retrouver cette sensation d'aventure, de liberté ?

De plus, le gardien de refuge est un acteur à part entière d'une forme d'éducation à l'environnement. L'utilisation d'un téléphone est une pollution comme une autre, (sans parler de son impact écologique comme nous l'avons vu plus haut), pollution auditive (sonneries, conversations des autres...), visuelle et invisible (ondes). Informer sur ces types de désagréments est, à mon sens, tout aussi important que de parler de la gestion des déchets, des ressources en énergie, du non-gaspillage...etc

Mais, ce point de vue est-t-il partagé par la clientèle des refuges et par ses gardiens ? Et qu'en est-il en terme de liaison avec les secours? C'est ce que nous allons voir dans la partie 3.

## **PARTIE 3 :** **MA THÉMATIQUE AU REFUGE DE L'ETENDART**

Après avoir présenté le refuge de l'Etendart où j'ai effectué mon stage, la mise en application des hypothèses de ma thématique est développée.

### **Présentation du refuge de l'Etendart**

Le refuge de l'Etendart est un refuge particulièrement apprécié pour les promenades familiales l'été, pour l'ascension du pic de l' Étendard, et par sa situation en période de ski de printemps, il se situe dans un site très ouvert et facile d'accès, le refuge est situé au bord du Grand Lac (ou Lac Bramans). Il offre un accès facile au Glacier de St Sorlin , et offre un panorama sur l'envers de la chaîne de Belledone, particulièrement sur le secteur des Aiguilles de l'Argentière.

Il est situé à 2430 m d'altitude, dans le massif des Grandes Rousses-Arves, en Savoie (73), sur la commune de St-Sorlin-d'Arves (Carte IGN : 3335 ET), au-dessus du Col de la Croix de Fer.

L'accès est facile et le refuge offre une grande diversité d'activités.

En hiver, l'accès se fait principalement par St Sorlin d'Arves, en Maurienne, soit en partant du village, 2h30, soit en prenant une montée « refuge » par télésiège vers le sommet des pistes à 5 min du refuge. D'autres accès sont possibles, à voir directement avec le gardien .

En été, le chemin d'accès principal part du col de la Croix de Fer, il faut compter 2h par une piste carrossable ( interdite à la circulation ).

Les nouveaux gardiens, Camille et Cédric, proposent une cuisine réconfortante, généreuse et gourmande à base de produits locaux. Les plats, qu'ils soient traditionnels ou un peu plus originaux, sont tous réalisés par leurs soins, avec des produits majoritairement issus de l'agriculture locale et biologique. (Source : site internet FFCAM)



*Illustration 3: Refuge de l'Etendart*

## **Son positionnement par rapport à mon thème**

Si j'ai choisi de faire mon stage d'été au refuge de l'Etendart c'était pour plusieurs raisons. Tout d'abord, l'idée de travailler avec des gardiens « en famille » me plaisait. Je me demandais comment faisaient-ils pour concilier ce métier très prenant avec la gestion de leurs trois enfants dont un en bas-âge ? Ensuite, c'était intéressant de partager leur expérience d'une première saison dans un nouveau refuge, puis, il y avait le côté cuisine qui est important pour eux, et pour moi aussi, et enfin et surtout, ils ont un positionnement assez clair sur le fait d'avoir du réseau en refuge.

Ils ont une bonne connexion à internet pour eux-mêmes, et ils s'accordent à l'avis général, qui est de dire que c'est un outil devenu indispensable et bien pratique (depuis la réservation en ligne, mais aussi pour les contacts avec la banque, l'inscription des salariés, la gestion des fiches de payes...) pour un gardien de refuge, même s'ils regrettent parfois le temps où ils n'avaient pas à passer de longues heures devant un écran !

Par contre, ils n'ont pas du tout l'intention de donner le code wifi à leur clientèle, malgré des demandes de plus en plus nombreuses, surtout chez la jeune génération.

En ce qui concerne le réseau de téléphonie mobile, ils sont contents de pouvoir dire au gens qu'ils auront du réseau « juste au col au-dessus », mais que dans le refuge et ses alentours « on peut capter autre chose » ! Quand j'avais exposé mon thème de note de synthèse au téléphone, Cédric m'avait dit, en rigolant à moitié : « le jour où il y aura du réseau au refuge, j'installe un brouilleur d'ondes ! »

C'est le même genre de réactions que j'ai pu constater au refuge de La Pra, lors de mon stage de printemps, ainsi qu'à La Lavey où je travaille depuis trois ans.

Tout le monde s'accorde à dire que la demande de réseau est croissante de la part de la clientèle, mais que, passé le premier moment de déception, les gens sont, en général, plutôt contents de pouvoir expérimenter d'autres activités oubliées, de profiter du lieu et du silence, et de pouvoir rentrer en contact avec les autres sans peur de déranger.

## **Mes deux hypothèses mises en application dans le refuge**

J'ai donc pu mettre en application mes deux hypothèses sur le terrain.

A savoir d'une part, « la non-connexion modifie-t-elle le comportement des gens ? » (hypothèse 1), et d'autre part « le refuge a-t-il une carte à jouer en restant un des derniers endroits de réelle déconnexion ? » (hypothèse 2).

De part les réponses obtenues à mes deux questionnaires (« clients » et « gardiens », voir ci-dessous), et les échanges que j'ai pu avoir avec les clients, je pense pouvoir dire que oui, la connexion (ou la non-connexion) au réseau de téléphonie mobile modifie le comportement des gens, en bien ou en mal, ce n'est pas à moi d'en juger, mais le fait est que oui, l'utilisation du téléphone, quand il est possible de le faire, crée une certaine forme de barrière communicationnelle entre les personnes, que ce soit au sein d'un groupe qui se connaît déjà, d'une famille, ou avec les autres clients.

Et de part les attentes des personnes interrogées, ainsi que le partage de leur vécu et expériences, il me semble pouvoir affirmer que oui, le refuge a sa carte à jouer en étant un des derniers lieux qui peut proposer une réelle déconnexion.

La clientèle me paraît être en demande de cela. En tout cas, si elle ne le demande pas forcément au début (par « mauvaise » habitude) et/ou si cela ne fait pas forcément partie de ses besoins, elle y trouve un réel intérêt, par la force des choses, intérêt qui devient souvent un vrai choix après cette première expérience.

### **Positionnement des clients**

(54 personnes ont participé au questionnaire (voir détails en annexe 2))

#### Apportez-vous votre téléphone portable en refuge ?

OUI : 80%

NON : 20%

#### Pourquoi ?

Pour les secours (40%) , les photos (20%), suivi de GPS, heure/réveil, tel pour la famille, et, loin derrière, internet.

#### Venez-vous en refuge pour être déconnecté ?

OUI : 40%

NON : 60%

#### S'il n'y a pas de réseau, est-ce une frustration ?

OUI : 10%

NON : 90%

#### Trouvez-vous que l'absence de réseau de téléphonie mobile facilite les échanges avec les autres usagés du refuge ?

OUI : 60%

NON: 40%

#### Remarques/conclusions et analyse :

En règle générale, les personnes interrogées, trouvent que la communication s'établit plus facilement avec les autres, mais est-ce dû à l'absence de réseau ou au lieu « refuge » qui, de par la promiscuité imposée (dortoirs, grandes tablées...) induit un rapprochement avec les autres ?

##### Arguments pour l'hypothèse 1 :

Ce questionnaire permet donc de dire qu'en effet le comportement des clients de refuge change, mais il est difficile d'affirmer que cela est uniquement du à l'existence de la « déconnexion ».

##### Arguments pour l'hypothèse 2 :

Il y a eu plusieurs remarques sur le fait que, sans téléphone, les gens s'adonnent à d'autres activités un peu oubliées, telles que : dessin, écriture, lecture, jeux de sociétés, contemplation... et que ça fait du bien ! Ce bénéfice pourrait donc être explicitement mise en valeur par les gestionnaires de refuge. Ceci donnant une réponse favorable à l'hypothèse 2. De plus, cette réponse est affirmée par les 40% de personnes qui disent venir explicitement pour être déconnectés (question : Venez-vous en refuge pour être déconnecté ?). Ce qui est un pourcentage non négligeable de la clientèle. Cependant, il se peut que la question n'était pas assez précise et que les 40% ait répondu oui en pensant à une déconnexion générale (autre que téléphonique).

### **Positionnement des gardiens**

(40 personnes m'ont répondu par internet, (voir détails en annexe 4))

Les téléphones portables passent-ils dans vos refuges ?

OUI : 25%

NON : 75%

Si oui, observez-vous les mêmes comportements des gens qu'« en vallée » ?

OUI : 65%

NON : 45%

Si non, observez-vous plus de facilité de contact entre les gens ?

OUI : 70%

NON : 10%

Ne sais pas : 20%

Y a-t-il une demande accrue de la clientèle pour avoir du réseau ou au contraire une recherche de déconnexion?

OUI : 40%

NON (désir de déconnexion) : 25%

Les deux (avoir un peu de réseau pas loin, mais se déconnecter aussi) : 25%

Avez-vous une bonne connexion pour vous ?

OUI : 34%

NON : 66%

Si oui, est-ce un plus ?

Globalement oui, pour gérer les réservations surtout, ou en cas de panne du téléphone fixe ou de mauvaise liaison radio (secours).

Si non, est-ce un manque ?

Globalement non, à condition que le téléphone fixe et la radio fonctionne bien.

Remarques/conclusion et analyse :

En général, les gardiens sont contents que les clients n'aient pas accès à un réseau de téléphonie mobile dans l'enceinte du refuge (favorisant la rencontre, les jeux, la discussion... et le silence !), mais n'ont rien contre le fait de « capter » à l'extérieur de l'établissement.

Le cas de figure idéal étant la possibilité d'avoir du réseau « sur la colline à côté, ou le col au dessus ».

Arguments pour l'hypothèse 1 :

D'après les 3 premières questions, il semblerait que la déconnexion entraîne un changement de comportement des usagers (70% de réponse positive lorsqu'il n'y a pas de réseau). Cependant, il y a aussi un changement de comportement (45% de changement) lorsqu'il y a un réseau disponible. On peut donc penser que le changement de comportement est du à moitié au lieu « refuge », mais qu'un changement de comportement encore plus important apparaît lorsque ce lieu est déconnecté (25% de changement en plus).

Arguments pour l'hypothèse 2 :

D'après la question « Y a-t-il une demande accrue de la clientèle pour avoir du réseau ou au contraire une recherche de déconnexion? », il n'apparaît pas clairement que la déconnexion soit un plus pour la clientèle d'un refuge. Cependant, ce qui ne ressort pas du questionnaire mais de mon expérience, est que le premier réflexe de demande de connexion passé, les gens en fin de séjour expriment leur gratitude pour ce moment de déconnexion. Pour moi, il y a donc certainement des avantages à ce statut de lieu déconnecté, il faut donc travailler sur sa promotion et ses bienfaits.

### **Sécurité, peloton de gendarmerie de haute montagne (PGHM)**

J'ai contacté le PGHM de Grenoble, pour m'informer sur l'utilisation des téléphones portables en cas d'alerte pour des secours, voici un résumé de ce qu'ils m'ont expliqué :

La couverture téléphonique en montagne s'améliore d'année en année. Les secours sont en hausse depuis 1990, mais c'est essentiellement dû au nombre croissant de randonneurs.

La géo-application (application qui utilise le PGHM pour localiser un secours, si la personne possède un smartphone et a activé sa géo-localisation) fonctionne bien dans les massifs grenoblois.

En 2016, sur 400 interventions, 194 demandes de secours proviennent des téléphones portables, le reste provient soit des secours sur pistes de ski, soit d'un téléphone fixe au refuge, soit d'une radio de professionnel.

D'après le PGHM, il n'est pas forcément nécessaire que le refuge ait une connexion au réseau de téléphonie mobile si celui-ci est doté d'un téléphone fixe et/ou d'une radio, en effet, toutes les alertes passées pour des interventions effectuées aux abords immédiats des refuges ont été faites par le gardien lui-même avec son téléphone fixe ou sa radio.

L'absence de réseau mobile à l'emplacement même du refuge n'est donc pas un frein à la sécurité de ses occupants.

## CONCLUSION

Avec tout ce que j'ai pu constater, que ce soit lors de mes recherches sur Internet ou dans les livres et revues que j'ai lu sur le sujet, ainsi que lors des différents échanges que j'ai pu avoir avec les gardiens de refuge et leur clientèle, et, en tenant compte des réponses à mes questionnaires, je pense pouvoir en conclure que oui, la connexion (ou la non-connexion) au réseau de téléphonie mobile a une influence sur les rapports des gens entre eux.

Ceci est d'autant plus palpable dans un lieu comme un refuge de montagne, où le silence et l'environnement nous emmènent vers autre chose, peut-être plus de l'ordre de l'imaginaire, voire de la spiritualité, voire d'un certain mysticisme...

Cette influence est également plus palpable grâce à la configuration des lieux et à la promiscuité qu'ils induisent.

De part leur omniprésence dans notre quotidien, les nouvelles technologies nous apportent beaucoup de facilités et de praticités, elles ouvrent de nouvelles portes sur des possibles à peine imaginables il y a quelques années. Oui mais... de part leur omniprésence dans notre quotidien, elles nous enferment aussi dans un confort aseptisé et virtuel, ne laissant que peu de place au système D qui nous obligeait à être innovant. Elles laissent peu de place aux échanges directs et profonds, et elles peuvent créer un grand isolement si nous n'y prenons pas garde.

Je pense qu'il est important de se poser régulièrement la question : « où en suis-je avec tout ça ? », et le refuge me paraît être l'endroit idéal pour ces types d'interrogation, pour ces coupures salvatrices dans nos habitudes.

La connexion au réseau de téléphonie fixe et à internet est nécessaire pour les gardiens dans leur métier. Le refuge étant leur lieu d'habitation et leur espace de travail en même temps, pendant de longs mois, il est aussi indispensable pour les éventuelles interventions des secours, mais il n'est pas nécessaire d'être rattaché à un réseau de téléphonie mobile, ni pour les gardiens ni pour les clients, au refuge ou aux alentours. De plus, cette déconnexion peut devenir un argument promotionnel de ces lieux à part.

Il en va, je pense, de notre écologie personnelle, de notre vigilance par rapport aux valeurs que nous avons envie de véhiculer et d'une certaine forme de préservation de l'environnement, au sens le plus large du terme.

Mais, quelle sera la direction prise par les gardiens de refuge et leurs représentants, face à une pression toujours croissante des opérateurs de téléphonie mobile, de certaines communes et de l'état lui-même ?

Quelle est la montagne que nous avons envie de partager et de faire partager ?

# **BIBLIOGRAPHIE**

## **Sites internet :**

- <http://www.refuges-05.com/accueil-hautes-alpes/>
- <http://www.legifrance.gouv.fr/>
- <http://www.tourisme.gouv.fr/>
- <http://www.robindestoits.org/>
- <https://fr.wikipedia.org/>
- <http://www.journaldelenvironnement.net>
- <http://www.leparisien.fr/>
- <http://www.lemonde.fr/>
- <http://www.midilibre.fr>
- <http://www.lexpress.fr/>

## **Reuves, livres :**

- Publications de Philippe Breton, professeur des universités centre universitaire d'enseignement du journalisme (CUEJ) à l'université de Strasbourg
- Publications de Gérald Hanotiaux dans Bruxelles en mouvements n°249
- Extraits des édition espagnole de Aleteia.
- Livre : « Le Voyageur hyper moderne, partir dans un monde connecté » (Erès) de Francis Jauréguiberry (sociologue, spécialiste des usages des technologies et professeur à l'université de PAU) et Jocelyn Lachance

# TABLE DES MATIÈRES

## Remerciements

## Sommaire

**Introduction : j'ai choisi ce thème...** Page 1

**Partie1 : Un lieu, des Hommes...déconnexion.** Page 2

### Définitions générales :

- Refuge
- Gardien de refuge

### Définitions lié à mon thème :

- Communication
- Électro hyper sensibilité
- OMS, Robin des toits, CRIIREM
- Zones blanches
- Séjour digital-détox
- Les ondes d'un téléphone portable

**Partie2 : Un lieu, des Hommes... connexion à autre chose.** Page 6

### Hypothèse 1 :

La connexion (ou la non-connexion) au réseau de téléphonie mobile modifie le comportement des gens.

### Hypothèses 2 :

Le refuge a une carte à jouer en restant un des dernier endroit de réelle déconnexion.

**Partie 3 : Le refuge de l'Etendart** Page 11

Présentation du refuge

Son positionnement par rapport à mon thème

Mes deux hypothèses mises en application dans le refuge

Positionnement des clients (questionnaires)

Positionnement des gardiens (questionnaire)

Sécurité (PGHM)

**Conclusion** Page 16

## Bibliographie

## Table des matières

## Annexes

# **ANNEXES**

# ANNEXE 1

## *Questionnaire « Clients »*

Prénom :

Age :

Profession :

Vous êtes venu au refuge :

seul          couple          groupe          famille

Avez-vous emmené votre tel portable au refuge ?

oui          non

Si oui, pourquoi ?

GPS          tel          photos/vidéo          internet          secours          réveil/heure

Venez-vous en refuge pour être « déconnecté » ?

oui          non

Au contraire, si votre tel ne passe pas, est-ce une source de frustration ?

oui          non

Trouvez-vous que la discussion avec les autres est facilité dans les refuges où les tel portables ne passent pas ?

oui          non

Commentaires :

## ANNEXE 2

*Tableau 1: Réponses au questionnaire "Clients"*

Prénom	Age	Venue au refuge	Tel port au refuge	Pourquoi	Refuge = déconnexion	Pas de connexion = frustration	Facilité des échanges si pas connexion	Commentaires
Cyril	35-45	Groupe	Oui	GPS	Oui	Non	Oui	+ facile de rentrer en contact
Roger	+70	Seul	Oui	Secours	Non	Non	Non	Tel satellite parce que vieux et seul
Marc	55-65	Couple	Non		Oui	Non	Oui	Echanges avec les autres facilités
Brigitte	55-65	Couple	Oui	Heure/réveil	Oui	Non	Oui	Moins peur de déranger en parlant à quelqu'un
Renaud	35-45	Groupe	Oui	Photos/secours	Oui	Non	Oui	Impression que les autres sont + disponibles
Christian	55-65A	Couple	Oui	Secours	Non	Non	Oui	Pas envie de voir tout le monde le nez collé à son tel
Catherine	45-55	Couple	Oui	Photos	Oui	Non	Oui	
Sonia	45-55	Groupe	Oui	Secours	Non	Non	Oui	
Jerome	45-55	Groupe	Oui	Photos	Non	Non	Oui	
Salomé	-15	Groupe	Oui	Photos	Oui	Non	Oui	Jeux de société avec des inconnus
Baptiste	-15	Groupe	Non		Oui	Non	Oui	Accro à mon tel en bas, ça me fait du bien de m'en passer!
Héloïse	35-45	Couple	Oui	Secours	Oui	Non	Non	C'est le lieu qui favorise les échanges (points/buts communs)
Aurélien	35-45	Couple	Oui	Secours	Non	Non	Non	Idem
Béatrice	35-45	Groupe	Oui	Photos	Oui	Non	Non	
Michel	55-65	Groupe	Oui	GPS	Non	Non	Oui	Proximité facilite les échanges aussi.
Nelly	55-65	Couple	Oui	Secours	Non	Non	Oui	Indispensable de garder des zones 100% nature!
Pierre	55-65	Groupe	Oui	GPS	Oui	Non	Non	
Jocelyne	55-65	Groupe	Non		Non	Non	Non	Pas besoin de ça pour avoir envie d'être en relation.
Michel	55-65	Groupe	Non		Non	Non	Non	
J. Pierre	55-65	Groupe	Oui	Secours	Oui	Non	NSP	
Joseph	+70	Famille	Oui	Tel	Non	Non	Non	

Prénom	Age	Venue au refuge	Tel port au refuge	Pourquoi	Refuge = déconnexion	Pas de connexion = frustration	Facilité des échanges si pas connexion	Commentaires
Nicolas	15-25	Famille	Oui	Photos/secours	Non	Oui	Non	Peux me passer de mon tel juste une nuit mais pas plus.
Monique	+70	Famille	Oui	Tel	Non	Oui	Non	
J. Luc	55-65	Famille	Oui	Secours		Non	Oui	Utile pour le trajet (au cas où...), pas au refuge.
Christelle	35-45	Groupe	Oui	Secours	Non	Non	NSP	En général les gens qui fréquentent les refuges sont ouverts à la discussion;
Antoinette	-15	Groupe	Non		Non	Non	Oui	Les tels nous déconnectent de l'environnement.
Delphine	35-45	Groupe	Oui	Tel	Oui	Non	Oui	
Ivana	15-25	Seule	Oui	Photos	Oui	Non	Oui	
Pierre	55-65	Groupe	Non		Non	Non	Oui	Le tel est un obstacle à l'instant présent.
Ottmar	55-65	Groupe	Oui	Secours		Oui	Oui	
Enfield	55-65	Groupe	Oui	Secours	Non	Non	Oui	
Phillip	55-65	Groupe	Oui	Secours	Non	Non	Non	
Markus	45-55	Groupe	Oui	Secours	Non	Non	Oui	
Horst	55-65	Groupe	Non		Non	Non	Oui	
Mireille	45-55	Famille	Oui	Heure/réveil	Non	Non	Non	
Clémence	-15	Famille	Oui	Photos	Non	Non	Oui	La connexion pourrait permettre de rechercher des infos météo
Noël	+70	Couple	Non		Non		Oui	Le portable se justifie pour les secours mais si le fixe du refuge passe ça va
Christophe	35-45	Famille	Oui	Secours	Non	Non	Non	Tel pas indispensable
Françoise	35-45	Groupe	Oui		Non	Non	Oui	Le tel est une source de stress pour moi...
Pierre-Yves	35-45	Groupe	Oui	Photos/secours	Non	Non	Oui	Plus de temps pour les autres, ça fait du bien
Sandrine	35-45	Groupe	Oui	Secours	Non	Non	Non	
Fred	35-45	Groupe	Oui	GPS	Oui	Non	Oui	
Vinciane	35-45	Groupe	Oui	Photos	Non	Non	Non	Contente qu'il n'y ait pas de connexion: pas de tentation
Charlotte	-15	Famille	Non		Non	Non	Oui	
Alice	15-25	Famille	Oui	Tel	Oui	Non	Oui	L'absence de tel m'enlève un poids
Marie	15-25	Famille	Non		Oui	Non	Oui	Sans téléphone ma vie je la vis!

Prénom	Age	Venue au refuge	Tel port au refuge	Pourquoi	Refuge = déconnexion	Pas de connexion = frustration	Facilité des échanges si pas connexion	Commentaires
Valérie	45-55	Famille	Oui	Secours	Oui	Non	Oui	
Christophe	45-55	Famille	Oui	Secours	Oui	Non	Non	
Raphaël	35-45	Famille	Oui	Photos/secours	Oui	Non	Non	Les personnes en refuge sont ouvertes aux rencontres, le tel ne change pas grand chose
Marie	35-45	Famille	Oui	Tel	Oui	Non	Non	
Claire	35-45	Famille	Oui	Photos	Oui	Non	Oui	
Vincent	35-45	Famille	Oui	Photos	Oui	Non	Oui	Je veux revenir à un « vieux » tel, pour ne plus scotcher devant
Audrey	25-35	Couple	Oui	Internet	Non	Non	Oui	Ca fait du bien de ne pas avoir de réseau
J. Yves	35-45	Couple	Oui	Internet	Non	Non	Non	Les personnes qui viennent en refuge ne sont normalement pas toujours devant un écran.

## **ANNEXE 3**

### *Questionnaire « gardiens »*

1. Les téléphones portables passent-ils dans vos refuges ?
2. Si oui, observez-vous le même comportement des gens qu'en vallée (être souvent devant son écran, un peu coupés des autres ...) ?
3. Si non, observez-vous une facilitée de contact entre les personnes qui ne se connaissent pas ?
4. Observez-vous une demande accrue de la clientèle pour une meilleure connexion au réseau téléphonique, ou au contraire un besoin de déconnexion ?
5. Avez-vous pour vous même une bonne connexion au réseau ?
6. Si oui, est-ce un plus ?
7. Si non, est-ce un manque ?
8. Avez-vous une remarque à faire ? Quel est votre positionnement par rapport aux questions/hypothèses présentées plus haut ?

## ANNEXE 4

### *Réponses au questionnaire « gardiens »*

40 personnes ont répondu au questionnaire via un sondage sur internet.

1. Les téléphones portables passent-ils dans vos refuges ?  
OUI : 25%  
NON : 75%
2. Si oui, observez-vous le même comportement des gens qu'en vallée (être souvent devant son écran, un peu coupés des autres ... ) ?  
OUI : 65%  
NON : 45%

Les randonneurs cherchent très souvent un réseau et veulent se connecter. 07/06/2017 09:11 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
non 06/06/2017 16:44 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui 06/06/2017 14:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Non 06/06/2017 14:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui, à l'extérieur du refuge 05/06/2017 21:27 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui sur la terrasse car ça ne passe que dehors... 24/05/2017 11:12 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oh oui! 18/05/2017 14:14 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Quand ils ont du réseau ils en profitent superficiellement ça passe qu'à certains endroits 18/05/2017 08:27 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
non, parce que la recharge des téléphones est également limitée. 18/05/2017 08:10 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Non 17/05/2017 19:54 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Oui! 17/05/2017 19:40 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>

3. Si non, observez-vous une facilité de contact entre les personnes qui ne se connaissent pas ?  
OUI : 70%  
NON : 10%  
Ne sais pas : 20%

pas spécialement 08/06/2017 10:00 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Oui surtout au repas 07/06/2017 09:13 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
de moins en moins, il faut un peu provoquer les échanges, faire de grandes tables etc... 07/06/2017 09:11 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Oui 06/06/2017 17:24 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui a fond 06/06/2017 17:23 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui 06/06/2017 16:44 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>

Je ne pourrais pas l'affirmer, en tous les cas les randonneurs échangent sur ce sujet quand ils arrivent et quand ils se regardent essayer de capter!!!Peut être que cela permet de briser la glace. En tous les cas ils ont l'oeil ailleurs que rivé sur leur écran. 16/05/2017 15:18 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
malgré tout oui 16/05/2017 14:14 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui 16/05/2017 12:03 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Oui bien sur ! 16/05/2017 11:44 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
La haut, les gens communiquent facilement 16/05/2017 08:27 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui, notamment du fait des couchages en dortoir, et des tables communes le soir au dîner 16/05/2017 08:10 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
très variable 16/05/2017 07:37 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
difficile à dire 16/05/2017 07:27 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
C'est un peu difficile à dire car il n'y a pas de référentiel. Mais je pense que de manière générale, en montagne, les gens s'abordent plus facilement 17/05/2017 21:13 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui clairement 17/05/2017 21:05 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Oui 17/05/2017 19:54 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui 17/05/2017 16:09 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
bien sur, c'est l'esprit du refuge, un lieu de rencontre et d'échange 06/05/2017 14:25 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Oui 06/05/2017 14:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Les clients établissent parfois des discussions à table. En l'absence de portable, les gens jouent beaucoup aux différents jeux de société disponibles au refuge. Beaucoup de lecteurs également (BD, magazines montane ou non, romans...) 05/05/2017 21:27 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Je n'ai pas d'expérience de refuge avec connexion. Je ne suis donc pas à même de répondre. 31/05/2017 21:46 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
mon refuge se prête bien à ça même avec les téléphones dehors 24/05/2017 11:12 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Oui mais peut-être plus due au lieu qu'au manque de réseau?!
oui le portable étant éteint les randonneurs se livrent à d'autres moyens de communication tels que bavardages, jeux ou lecture 19/05/2017 11:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
il faut pas croire que parce qu'un associale n'a plus son portable qu'il va devenir d'un coup super sociable ! 19/05/2017 10:52 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
J'ai toujours gardé un refuge sans mobile, je ne peux pas comparer. En tout cas, en général nos clients discutent bien entre eux 18/05/2017 21:14 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
OUI les randonneurs ne sont plus obsédé par leur écran de portable ! 18/05/2017 19:08 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui, mais même sans réseau l'utilisation du téléphone est très forte: photos, gps, jeux, aa. 18/05/2017 17:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
non 18/05/2017 15:55 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>

4. Observez-vous une demande accrue de la clientèle pour une meilleure connexion au réseau téléphonique, ou au contraire un besoin de déconnexion ?
- OUI :40%
- NON (désir de déconnexion) : 25%
- Les deux (avoir un peu de réseau pas loin, mais se déconnecter aussi) : 25%

<p>les deux, les gens sont étonnés de ne pas trouvé du réseau et cela les gene parfois. La déconnexion est obligatoire. je pense que c'est bénéfique pour eux mais pas vraiment un besoin</p> <p>18/05/2017 21:14 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>j observe une demande accrue pour une meilleure couverture voir le wifi dans le refuge</p> <p>18/05/2017 19:00 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>cela dépend de la clientèle, certains sont heureux d'être coupés, pour d'autres c'est plus compliqué. En moyenne je dirai que sur une nuit ça va, mais s'ils arrivent d'un autre refuge ils cherchent les endroits où capter.</p> <p>18/05/2017 17:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>oui pour une meilleure couverture réseau</p> <p>18/05/2017 15:55 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>recherche automatique de réseau téléphonique</p> <p>08/05/2017 19:00 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>Demande accrue</p> <p>07/06/2017 09:13 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>demande de couverture réseau</p> <p>07/06/2017 09:11 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>Oui ils cherchent le réseau partout</p> <p>06/06/2017 17:24 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>non</p> <p>06/06/2017 17:23 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>un besoin de connexion</p> <p>06/06/2017 15:44 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>c'est partager, malheureusement beaucoup veulent du réseau et internet.</p> <p>06/06/2017 14:26 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>demande pour une meilleure couverture réseau et wifi, pour un contact avec la famille.</p> <p>05/06/2017 21:27 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>L'absence de réseau est un véritable problème pour les gens !</p> <p>31/05/2017 21:48 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>Il y a deux styles de gens sur terre</p> <p>24/05/2017 11:12 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>On nous demande wifi et réseau presque tous les jours</p> <p>20/05/2017 19:26 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>oui, les personnes souhaitent une couverture meilleure</p> <p>19/05/2017 11:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>les ados sont dégoûtés, les adultes y prennent goût. Parfois par la force des choses</p> <p>19/05/2017 10:52 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>Tout le monde a son téléphone pour prendre des photos, essayer d'appeler, ou pour le tenir chargé (tous les jours on nous demande une prise pour recharger. En effet c'est en montagne aussi un outil devenu indispensable, certaines personnes sont très stressées à l'idée de ne pas pouvoir joindre leurs proches et veulent à tous prix utiliser notre fixe. D'autres prennent le fait de façon plus décontractée et finalement beaucoup apprécient le fait de pouvoir s'en passer quelques heures :-)</p> <p>18/05/2017 15:16 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>oui, la part des gens souhaitant l'un ou l'autre est difficilement quantifiable à vue d'oeil il faudrait faire une analyse statistique sur le terrain pour s'en rendre compte, il y a des deux pour sûr, mais vous savez combien il est difficile de ne pas être tenté quand on a les choses sous les yeux</p> <p>18/05/2017 14:14 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>ils veulent du réseau</p> <p>18/05/2017 12:03 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>Les deux, certains sont très contents d'autres beaucoup moins.</p> <p>18/05/2017 11:44 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>Pas de demande réseau</p>
<p>les 2 attentes s'entendent. Globalement ce qu'on constate, c'est que les personnes demandeuses de réseau arrivent finalement à s'en passer</p> <p>18/05/2017 08:19 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>passée la stupéfaction, les gens s'adaptent!</p> <p>18/05/2017 07:37 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>demande de connexion</p> <p>18/05/2017 07:27 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>non, pas particulièrement. Les gens se plaignent très peu de l'absence de réseau</p> <p>17/05/2017 21:13 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>Plutôt satisfait d'une déconnexion momentanée</p> <p>17/05/2017 21:05 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>Accros au réseau! (Mobile mais aussi la 3G)</p> <p>17/05/2017 19:49 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p>déconnexion</p>

5. Avez-vous pour vous-même une bonne connexion au réseau ?  
 OUI : 34%  
 NON : 66%

## 6. Si oui, est-ce un plus ?

Globalement oui, pour gérer les réservations surtout, ou en cas de panne du téléphone fixe ou de mauvaise liaison radio (secours).

oui 06/06/2017 17:23	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui 06/06/2017 18:44	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
pour gérer mon outil de travail 06/06/2017 14:25	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui vraiment 06/06/2017 14:04	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Bien entendu 06/06/2017 14:04	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui, pour la gestion des réservations ( messagerie, textos ) 05/05/2017 21:27	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Les aide-gardiens parviennent à téléphoner depuis leur chambre et apprécient. 24/05/2017 11:12	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
ça ne passe pas dedans, à part la connexion internet du caf 24/05/2017 11:12	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
qu'en ils m'ont installé internet (et la résa en ligne) j'étais blazée, car maintenant, je dois consulter mes mails tous les jours et répondre à tous les associaux qui ne savent plus passer un coup de fil 19/05/2017 19:52	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Internet et téléphone hertzien, internet est un vrai plus pour la gestion du refuge (résa, mais pas que, la relation avec ma banque est bien plus aisée) 18/05/2017 21:14	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui, notamment en cas de panne téléphone au refuge (ligne fixe) le mobile sert de relais 18/05/2017 14:14	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Oui car je fais des économies sur le tph fixe refuge 18/05/2017 08:27	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
oui pour les résa (réseau sat) 18/05/2017 07:27	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Oui 17/05/2017 19:54	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Oui 17/05/2017 19:49	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>

## 7. Si non, est-ce un manque ?

Globalement non, à condition que le téléphone fixe et la radio fonctionne bien.

non 08/06/2017 10:00	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Pas un manque, mais ce serait un outil 07/06/2017 09:13	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
un peu 07/06/2017 09:11	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Nous ne souhaitons pas mettre la WIFI à dispo au refuge 06/06/2017 17:24	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
En vallée, je n'utilise le portable que dans un but utilitaire. Si je suis chez moi, il est éteint. Au refuge, je m'en aurais pas l'utilité (j'ai un fixe) 31/05/2017 21:46	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
pour moi non 24/05/2017 11:12	<a href="#">Afficher les réponses du participant</a>

Oui, lorsqu'il y a pb avec le téléphone actuel (connexion satellite)
28/05/2017 19:26 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Du tout, nous avons internet par Nordnet et le téléphone hertien et cela suffit.
19/05/2017 11:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Internet et téléphone hertien. Internet est un vrai plus pour la gestion du refuge (résa, mais pas que, la relation avec ma banque est bien plus aisée) Ce serait n manque si je n'avais pas autres type de connexion
18/05/2017 21:14 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Nous devrions avoir cet été l'accès Internet par rapport à la réservation en ligne
18/05/2017 19:08 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Cela me faciliterait beaucoup la tâche, lors que le téléphone fixe ne marche pas (assez fréquent) et que la radio n'est pas très fiable non plus (problème d'ondes au refuge)
18/05/2017 17:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
non nous avons quand même internet et un téléphone fixe
18/05/2017 15:55 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
nous avons internet et un telephone fixe qui fonctionne a peu près bien
18/05/2017 15:18 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
quand le fixe tombe en panne
18/05/2017 12:03 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Non on s'adapte, c'est la base du métier
13/05/2017 11:44 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
on compense par une connexion satellite indispensable aujourd'hui pour la bonne gestion de notre refuge
18/05/2017 08:19 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
non
18/05/2017 07:37 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
non. Mais j'ai un téléphone fixe et une radio.
17/05/2017 21:13 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Non
17/05/2017 19:44 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>

## 8. Avez-vous une remarque à faire ? Quel est votre positionnement par rapport aux questions/hypothèses présentées plus haut ?

pour moi pas de lien entre le manque de réseau de téléphonie mobile dans les refuges et les relations entre les gens. Il ne faut pas de téléphonie mobile dans les refuges. La connexion au réseau supprimerait une grande partie de ce qui différencie les refuges de n'importe quel autre établissement en vallée.
06/06/2017 10:00 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
La couverture réseau serait tellement un plus pour les secours...
07/06/2017 09:13 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Je me sens un peu obligée de m'équiper pour répondre à la demande. Les gens désirent faire des réservations en ligne et beaucoup de refuge sont de mieux en mieux équipés.
07/06/2017 09:11 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
C'est un abrut pour les refuges de ne pas avoir de réseaux.
06/06/2017 17:24 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
J'ai le réseau a 200m du refuge c'est parfait.
06/06/2017 17:23 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
non
06/06/2017 15:11 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
il ne faut pas de réseau ni le wifi dans les refuges, à l'extérieur, pourquoi oui.
06/06/2017 14:25 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
L'utilisation des portables est tout à fait acceptable dans ou aux abords d'un refuge. La digital detox n'est donc pas d'actualité pour moi. Les gens font très bien la nuance entre une utilisation raisonnable et ce qui pourrait être de l'abus. Votre questionnaire est trop orienté à mon goût. De quel droit jugerons nous une personne qui envoie des textes ou des SMS depuis le refuge. Le principal la est qu'elle soit au refuge, le fait de lui demander de lever le nez de son portable est en soi une exigence que je ne me sent pas le droit d'imposer. Il y a trente ans que je suis gardienne, il y a eu le même débat avec l'arrivée de l'éclairage solaire et pourtant qui maintenant penserait à revenir aux lampes à gaz, même débat sur les douches ou encore sur l'installation du téléphone filaire. Qui s'en passerait? Personne, parce que au delà d'imposer un comportement tu il y a une notion de sécurité, d'échange avec sa famille ou ses amis, de recherches d'info. Accepter l'évolution, orienter gentiment le comportement des utilisateurs, informer mais ne pas juger. Valère du refuge de l'arport
06/06/2017 14:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Le refuge est en limite de réseau, nous disposons d'une connexion Internet limitée et fonctionnant assez mal, les clients ne disposent pas du wifi. Il n'est pas dans nos intentions de proposer ce genre de service. A notre avis, la vie du refuge dans les groupes et entre les différents groupes fonctionne bien. Il y a certes une demande pour disposer d'un réseau, mais il n'y a pas non plus de tension quand ils n'arrivent pas à se connecter.
05/06/2017 21:27 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Si demain, les portables passent au refuge, je pense que je demanderai aux clients de les utiliser à l'extérieur afin que la salle à manger ne devienne pas l'équivalent d'un hall de gare où l'on passe sans se préoccuper du voisin.
31/05/2017 21:48 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
bon courage
24/05/2017 11:12 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a>
Le réseau téléphonique ne peut (à mon avis) pas favoriser les relations humaines. Oui, les gens sont plus ouverts aux autres en refuge mais le lieu doit y être pour beaucoup. La déconnexion en refuge semble faire du bien à tout le monde y compris ceux qui chassent les Pokémon autour du refuge!!!! Et oui, on en découvre tous les jours!!!!

<p><b>Court clair</b> 19/05/2017 11:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>Vive la déconnexion ! Et oui, cette déconnexion invite à rester là, dans le moment présent.</b> 19/05/2017 10:52 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>Je suis surtout très content de ne pas avoir de réseau mobile car comme cela les téléphones ne sonnent dans le refuge et je n'ai pas 40 clients qui ont la tête penchée sur leur téléphone. Mais pour eux, je ne sais pas.</b> 18/05/2017 21:14 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>pourvu que le réseau ne passe pas au refuge les gens peuvent se déconnecter et se sentir vraiment libre et en vacances profitant du paysage et du contact avec les autres randonneurs Pour la sérénité du lieu ne pas avoir le bruit de sonnerie à tout bout de champs est un vrai luxe!</b> 18/05/2017 19:00 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>Il est vrai que de ne pas avoir de réseau facilite la communication entre les clients et les déconnecte, ce qui est souvent une bonne chose. En revanche, avoir un point d'accès limité, en temps ou en lieu pourrait éviter certaines situations délicates.</b> 18/05/2017 17:04 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>L'utilisation du téléphone portable aujourd'hui ne se limite pas à un besoin de communication constant avec ses proches... Dans ce sens, il n'est pas primordial pour certains en montagne, et la "déconnexion forcée" peut faire du bien. Mais le téléphone sert aussi à bien d'autres choses, comme par exemple avoir internet et être informé des actualités. Dans ce cas, après plusieurs jours de traversée, certains éprouvent le besoin de connaître un peu l'évolution du monde et un manque accru de réseau peut être difficile à gérer. Enfin, et c'est à mon sens un point essentiel, le téléphone est surtout un outil important voire essentiel de déclenchement des secours, et le fait de n'avoir aucune couverture réseau (même pas le 112, si, si c'est possible !) pose problème, ou en tout cas ralentit l'alerte...</b> 18/05/2017 15:55 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>Nous avons globalement une clientèle qui échange entre elle. Est-ce du fait du "non réseau" ou simplement de la spécificité du lieu refuge, isolement, hétéroclitè des randonneurs, fonctionnement collectif (dortoir, repas unique)? En tout les cas nous sommes très contents de pouvoir revendiquer le fait que les protables peuvent rester dans les sacs. Nous trouvons cela assez insupportable de constater ailleurs comment les probables enferment les gens qui ne sont plus dans l'ouverture à l'autre mais dans un fonctionnement autocentré quasi malfidif....</b> 18/05/2017 15:16 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>ces questionnement sont intéressant, le tout est de savoir pourquoi les gens viennent en refuge aujourd'hui, pour la montagne à coup sûr, mais pas que, pour se déconnecter aussi pour une part d'entre eux, mais pas que !</b> 18/05/2017 14:14 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>quand ils arrivent, la 1ère question est pour avoir du réseau, alors qu'avant c'était les toilettes. Le réseau passe un peu sur la butte derrière, suivant la météo, donc ils montent tous chercher et le refuge n'est pas pollué par les sons des portables. En revanche, les professionnels qui sont très souvent en refuge me font parfois de la peine quand ils n'arrivent pas à joindre leur famille. L'idéal serait pas de réseau du coup au bord du refuge et une excellente réception à un endroit 100m plus loin.</b> 18/05/2017 12:03 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>C'est à nous gardiens de détendre les gens stressé par le manque de réseau, les faire relativiser et leurs montrer que la vie continue sans smartphone !</b> 18/05/2017 11:44 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>Il faut vivre avec son tos mais ne pas en être esclave</b> 18/05/2017 08:27 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>il est essentiel de cultiver la déconnexion des clients en refuge est essentiel tout autant que d'assurer la connexion du gardien.</b> 18/05/2017 08:19 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>très bien d'avoir des zones blanches</b> 18/05/2017 07:27 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>Je suis très contente qu'il n'y ait pas de réseau au refuge, même si ça peut parfois poser des problèmes (secours, personnes inquiètes qui ne s'attendaient pas à trouver du réseau). Je pense que c'est une bonne chose que les gens puissent se déconnecter complètement. Et effectivement je pense que ça pousse les gens à aller les uns vers les autres...</b> 17/05/2017 21:13 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>C'est quand même pratique pour le gardien, mais heureusement, ça ne passe que sur la terrasse et pas dedans, ça évite ainsi de partager/subir les conversations intimes.</b> 17/05/2017 19:49 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>
<p><b>pas de tel bien!</b> 17/05/2017 18:09 <a href="#">Afficher les réponses du participant</a></p>

## Annexe 5

Extraits du livre « Le Voyageur hypermoderne, partir dans un monde connecté » (Erès) de Francis Jauréguiberry (sociologue, spécialiste des usages des technologies et professeur à l'université de PAU) et Jocelyn Lachance (qui m'a beaucoup inspiré)

« Où que l'on se trouve, rares sont désormais les lieux qui échappent à la connexion, à une mise en relation généralisée et à une sorte d'ubiquité médiatique, et plus rares encore sont les voyageurs qui renoncent totalement à emmener avec eux téléphones portables, tablettes ou ordinateurs. Seulement 5% d'entre eux se coupent effectivement de toute connexion. Chez les voyageurs d'aventure, 93% utilisent internet pour préparer leur périple et 53% transportent avec eux leur smartphone. 20% souhaitent rester connectés pendant leur voyage, 31% déclarent se passer facilement d'internet, alors que 34% essaient de se connecter le moins possible et que 9% aimeraient bien s'en passer mais se disent obligés de rester connectés (sources : Netbooster, janvier 2013).

Même si 34% déclarent vouloir se connecter le moins possible, le fait même de pouvoir le faire les place dans une situation de tension nouvelle, inédite, où les élans d'indépendance, de coupure et de silence se trouvent désormais freinés par une mauvaise conscience envers ceux qui ne sont pas partis et souhaitent garder le contact.

Les voyageurs interviewés dans le livre « le voyageur hypermoderne » cherchent désespérément à échapper aux discussions « banales et quotidiennes » d'avec leurs proches restés sur place, il s'agit de prendre une pause et donc de prendre congé.

Nul ne traverse une région ou un pays dans le même état d'esprit selon qu'il a ou n'a pas dans la main, au bout du doigt, la possibilité de communiquer avec des personnes géographiquement lointaines mais affectivement proches ou importantes. Nul ne vit de la même manière un voyage lorsqu'il se jette chaque soir sur un ordinateur pour raconter ses aventures de la journée. Nul ne rencontre les autres aussi facilement lorsqu'il se promet, dans quelques heures, de retrouver son conjoint ou sa conjointe, ses enfants ou ses parents, sur l'écran de sa tablette ou de son smartphone. Ce n'est pas seulement la connexion qui détourne la personne de l'ici et du maintenant, c'est aussi la possibilité même de se connecter : l'anticipation du prochain échange est également susceptible d'accaparer son esprit. Au delà du moment où il participe à une conversation téléphonique, où il s'adonne à un échange de textos, à l'écriture d'un mail ou à la tenue d'un blog, le souvenir de ces discussions et la planification de leur poursuite éloignent aussi la personne de son environnement. Il ne médite plus seulement sur ces lieux et cultures qu'il découvre, il ne se concentre pas totalement sur le plat qu'il goûte, oublie parfois où il se trouve exactement, car la tentation de l'échange et du partage avec ses proches restés là-bas, le déracine du présent qui file entre ses doigts.

Etrangement, lorsque les voyageurs se retrouvent dans l'impossibilité de se connecter pour des raisons techniques, à la suite de la perte de leur téléphone ou du bris de leur ordinateur, les réactions rapportées surprennent, se situant aux antipodes de l'individu dépendant auquel ils s'identifient la plupart du temps. Une nouvelle contradiction apparaît en filigrane : se présentant comme « accro » ou « addict », il vit le plus souvent la séparation d'avec les technologies de l'information et de la communication (TIC) non pas sous le signe du manque mais bien du soulagement. Cela est vrai lorsqu'il se présente comme l'acteur principal de la déconnexion mais aussi lorsque celle-ci lui est imposée par un concours de circonstances.

La déconnexion involontaire coupe de façon inattendue les personnes de leurs proches restés dans le lieu de départ. Elle force, de ce fait, l'expérimentation d'un rapport insoupçonné aux autres et à soi-même.

Les expéditions en montagnes imposent, tôt ou tard, à cause d'une mauvaise couverture, une déconnexion totale. Pour la plupart, cette expérience est ressentie positivement par la majorité, même si elle n'est pas prévue.

Parce que la déconnexion entraîne une suspension de l'expérience ubiquitaire, sans surprise elle ancre les personnes différemment dans le présent, celles-ci investissent plus intensément leurs relations.

Moins sensoriel, plus rationnel, dirigé par une information donnée de l'extérieur, le rapport au monde de l'individu est en permanence médiatisé par les informations qu'il consomme. Enveloppée par cette information, son interprétation du monde s'appuie de plus en plus sur des données qu'il doit traiter, de moins en moins sur ce qu'il ressent à partir de son expérience sensible du monde.

Le sociologue Cody Morris Paris, qui s'intéresse depuis quelques années aux usages des TIC chez les voyageurs, remarque que, si pendant longtemps, celui qui voyageait dépendait en grande partie des gens qu'il croisait (infos, météo, bons plans...), aujourd'hui, il se détourne souvent des personnes en présence pour aller chercher des informations sur internet.

Francis Jauréguiberry et Jocelyn Lachance

## Annexe 6

### Des mots....

Quelques mots « spontanés » sur le téléphone portable, le refuge, les relations humaines :

Liberté être avec présence respect l'autre hors du temps lieux privilégiés saisir l'instant	communication rencontres prendre le temps d'être là refuge apaisement retour aux sources	tranquillité silence humain évasion vie voyage regards valeurs
partage entier bulle pleine-conscience parenthèse ailleurs	regarder respirer changer s'échapper indépendance détente se parler se regarder partager elle est où la liberté d'être juste là où on veut et vivre un peu sans pouvoir être joignable bien-être = refuge	santé pas vers soi intériorité priorités salutaire j'ai besoin de rapports vrais avec les autres j'ai besoin de déconnecter

## Annexe 7

### Poème sans prétention

Si tu sais observer sans déranger  
Si, devant un paysage  
Tu regardes sans Twitter  
Juste laisser passer les images

Revenir des sentiers, d'en haut  
Nourris des histoires, des récits  
Bercé par le chants des oiseaux  
L'âme légère, le corps en vie

Si tu sais laisser aller tes pensées  
Sans chercher la personne loin à appeler  
Mettre ton téléphone de côté  
Et simplement du silence, te contenter

Si, l'espace d'un instant  
Tu sais prendre le temps  
De vivre simplement  
Ce qui se passe maintenant

Dans mon futur refuge  
Tu seras mon meilleur client  
Et avec toi, de temps en temps  
Je me ferais une joie de partager ces moments !

(Avec les autres aussi bien sûr!)