

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 9 (2007)
Heft: 3

Rubrik: Pour une cohabitation réussie

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 07.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Pour une cohabitation réussie

Protection de la nature // Que ce soit dans le cadre d'une randonnée dans une région abritant des animaux sauvages ou d'une descente à travers prés avec son VTT, les sources de conflits entre l'homme et l'environnement sont légion. Esquisses de solutions.

Rédaction: Francesco Di Potenza



Les sorties à raquettes connaissent un boom. Au grand dam, parfois, des petits animaux effrayés par ces nouveaux visiteurs.

Randonnées à ski et à raquettes

Nouveaux visiteurs

► Les amateurs de randonnées à ski et à raquettes s'aventurent dans des zones qui sont longtemps restées vierges de toute présence humaine. Les animaux étant très vulnérables en hiver, des mesures particulières s'imposent pour les protéger. Les activités hivernales en dehors des pistes sécurisées ont pris de l'ampleur ces dernières années. Avec les raquettes notamment, on parcourt des zones sensibles plutôt épargnées jusqu'ici (régions moins raides, boisées).

Comportement

- Planifiez si possible vos courses hivernales en suivant les parcours existants.
- Respectez les indications concernant les zones de protection.
- Evitez l'aube et le crépuscule, moments où les animaux sont particulièrement sensibles aux perturbations.
- Evitez autant que possible les animaux; contournez notamment les places d'affouragement.
- Choisissez vos bivouacs à l'écart des traces d'animaux.
- Traversez les zones boisées si possible par les chemins ou les itinéraires existants (traces des prédécesseurs).
- Evitez les descentes à travers la forêt.
- Ne traversez pas les zones de reboisement ou les zones peuplées de jeunes arbres.
- Ne vous attardez pas dans le secteur de la limite supérieure de la forêt (espace vital du tétras-lyre) et ne longez pas la limite de la forêt. //

Ski et snowboard

Hors piste en cause

► Pistes, chemins de fer de montagne, parkings et canons à neige: le ski nécessite une série d'infrastructures qui peuvent porter atteinte à la nature et au paysage. Les adeptes des sports d'hiver occasionnent des nuisances en faisant du hors piste dans la poudreuse. Dans la forêt notamment, ils peuvent effrayer les animaux qui ont besoin d'un maximum de tranquillité en hiver pour ne pas épuiser leurs réserves de graisse. Le hors piste n'entraîne pas seulement un stress pour les animaux. En fonçant à travers la forêt, on endommage les jeunes arbres, ce qui freine le reboisement. La forêt ne pourra alors plus assumer sa fonction protectrice. Avec les randonneurs, les skieurs sont à l'origine de la plus grande part du trafic motorisé lié au domaine des loisirs sportifs.

Comportement

- Ne vous écartez pas des pistes balisées.
- Respectez les restrictions naturelles imposées par l'aube, la nuit ou une couche de neige insuffisante.
- Conformez-vous au balisage local, respectez les prescriptions et les interdictions.
- En forêt, ne vous éloignez pas des pistes préparées et ne skiez pas dans la haute neige.
- Utilisez si possible les transports publics pour vous rendre à destination. //



Au gré de l'eau, les images défilent plus lentement.

Randonnée

Plaisir de jour

► Les marcheurs sont plutôt inoffensifs par rapport à la nature tant qu'ils restent sur les chemins, ne cueillent pas de plantes et se déplacent en transports publics. Or, et cela semble paradoxal, les randonneurs sont avec les skieurs à l'origine de la plus grande part du trafic motorisé dans le domaine des loisirs sportifs, avec les problèmes de pollution atmosphérique et de nuisances sonores que cela entraîne. Pour ce qui est des dégâts causés à la flore et à la faune, cela dépend avant tout du nombre de promeneurs. Plus il y a de randonneurs qui évoluent sur une fine couche de terrain, plus elle risque de se transformer en zone nue et érodée. Pique-niques, excursions hors des sentiers pédestres et cueillette de champignons, de baies et de fleurs engendrent aussi des atteintes à l'environnement.

Comportement

- Marchez de jour uniquement. Il est essentiel de planifier son itinéraire avec soin, l'obscurité étant à l'origine d'un grand nombre d'accidents.
- Les animaux sauvages ont aussi le droit de se reposer durant la nuit, de même qu'à l'aube et au crépuscule.
- Suivez les chemins balisés pour éviter cultures et pâturages.
- Allumez du feu uniquement dans des endroits appropriés et faites preuve de la plus grande prudence.
- Ne cueillez pas de fleurs des champs ni de plantes alpines.
- Utilisez les transports publics pour vous rendre à votre point de départ. //

Canoë-kayak

Eloge de la lenteur

► Evoluer sur l'eau et poser un regard sur le paysage des rives constituent une expérience particulière pour les canoéistes. Grâce à cette progression tout en douceur, on entretient des liens très intenses avec la nature. Sur un plan plus sportif, le plaisir de maîtriser les courants et autres remous est un défi permanent. Des nuisances peuvent se produire aux points d'embarquement et de débarquement, de même qu'au moment où on entre dans les eaux. Avant d'effectuer une sortie, les canoéistes devraient s'informer auprès de leur fédération et des associations de protection de la nature sur les réglementations applicables aux différents cours et plans d'eau.

Comportement

- N'abandonnez pas vos déchets dans l'eau ou sur la rive.
- Ne vous écartez pas des itinéraires prescrits dans les duques et les berges sensibles.
- Evitez de faire du bruit dans les zones côtières naturelles et les zones proches de la rive.
- Utilisez le moins possible les berges «sauvages» dépourvues d'installations telles que toilettes, poubelles, sentiers aménagés et surveillance.
- Evitez les zones sensibles telles que roselières et lieux colonisés par les plantes aquatiques, lieux de reproduction, eaux peu profondes et bancs de gravier et de sable. //

Escalade

Un autre point de vue

► Les destinations appréciées des amateurs de grimpe, comme les Alpes ou le Jura, abritent des espèces animales et végétales qui se sont parfaitement adaptées aux conditions climatiques extrêmes. De ce fait, l'écosystème réagit souvent de manière très sensible aux perturbations. En accédant aux sites d'escalade, on crée parfois de nouveaux sentiers, ce qui tasse le sol, endommage la flore et augmente les risques d'érosion. Dans la zone de grimpe elle-même, les atteintes dépendent du type de végétation et de faune. Les espèces d'oiseaux qui nichent dans les rochers, comme le faucon pèlerin ou le grand-duc, peuvent se sentir dérangés par les sportifs. Les pitons rocheux, qui abritent une faune et une flore hautement spécialisées, sont également des zones sensibles.

Comportement

- Ne vous écartez pas des chemins balisés.
- Respectez les zones de protection des oiseaux et les interdictions temporaires.
- Un grand nombre de plantes alpines figurent sur la liste des espèces menacées. Ne cueillez pas de fleurs de montagne; l'edelweiss et certaines sortes d'orchidées sont devenues très rares aujourd'hui.



Course d'orientation

La fédération montre l'exemple

► L'activité se déroule principalement à travers champs et forêts. Le potentiel de nuisances est donc élevé, car les sportifs pénètrent dans des zones tranquilles et isolées où ils risquent de déranger les animaux, surtout dans les périodes sensibles, comme la reproduction. Consciente de ces problèmes, la Fédération suisse de course d'orientation a analysé depuis longtemps déjà l'impact de ses activités sur la flore et la faune afin de prendre des mesures efficaces. Toutes les cartes utilisées, par exemple, sont vérifiées afin de garantir le respect de l'environnement et de ménager les espèces animales protégées et les milieux vitaux sensibles.

Comportement

- Evitez les réserves naturelles et les milieux qui abritent des espèces menacées. Les zones de repos pour la faune figurent dans les notices jointes aux cartes de CO.
- Ne faites pas de CO nocturnes.
- Les grandes manifestations sont soumises à autorisation. Chaque canton a sa propre réglementation dans ce domaine. Contactez le garde forestier, la commune ou les autorités de protection de la nature pour éviter les zones et les espaces sensibles. //

Vélo de montagne

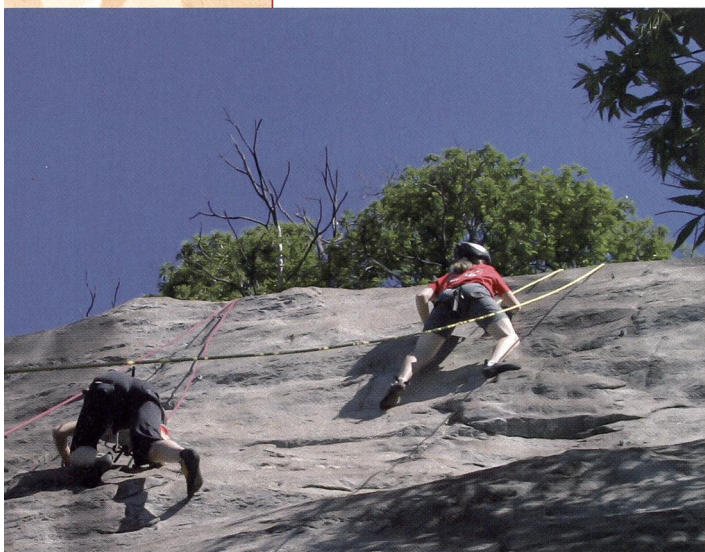
Ouvrir les yeux

► Même si le VTT est un moyen de locomotion qui entraîne peu de nuisances, il peut effrayer les animaux sauvages. Lorsqu'un vététiste surgit à l'improviste dans le champ de vision de l'animal, celui-ci s'enfuit, pris de panique. Les adeptes du vélo de montagne devraient par conséquent prêter une attention particulière aux recommandations générales en vue de protéger la faune, en respectant par exemple les interdictions de circuler sur certains chemins. Par ailleurs, en sortant des chemins, les cyclistes endommagent la végétation, tassent le sol et favorisent l'érosion, portant ainsi atteinte à de précieux biotopes.

Comportement

- N'empruntez que les routes et chemins existants et les itinéraires spécialement prévus pour le VTT.
- Faites preuve d'égards envers les animaux qui vivent dans la forêt et dans les champs. Si vous en voyez un, arrêtez-vous et laissez-lui le temps de se mettre en sécurité.
- Freinez si possible progressivement, sans bloquer la roue pour limiter l'érosion. Evitez les pistes après la pluie.
- Ne roulez qu'avec un vélo en parfait état de marche. Contrôlez soigneusement freins, roues et direction avant chaque sortie.
- Foncer, cela fait partie du jeu, mais contrôlez votre vitesse pour ne pas finir à l'hôpital ou mettre en danger les autres usagers de la nature.
- N'oubliez pas que toutes les forêts de Suisse appartiennent à un propriétaire et que toute installation nécessite une autorisation. //

Source: Office fédéral de l'environnement / NaturSportInfo. (voir p. 47 dans ce cahier).



Les sites d'escalade se multiplient. Les oiseaux nicheurs peuvent en souffrir.