



Règles de base

Zéro déchets

Je ne laisse aucun déchet derrière moi, j'emporte également avec moi les mouchoirs en papier ou papier wc utilisés pour faire mes besoins. Je fais mes besoins loin des cours d'eau et des cabanes, je les recouvre. Si je peux j'attends l'arrivée à la cabane ou l'accès à des toilettes publics. Certains sentiers de la région sont maintenant équipés de toilettes sèches.

Mobilité

Je privilégie toujours le co-voiturage pour les déplacements lors des sorties, en tant que chef de course je le rappelle systématiquement lors de l'organisation de la sortie et je demande aux participants de participer aux frais du conducteur.

Si la sortie peut s'effectuer en transports publics ou avec les infrastructures existantes sans que cela ne génère de difficulté ou de gêne j'essaie alors de le favoriser.

Certaines structures existent comme le taxi des neiges, le bus alpin ou le taxi alpin.

<https://schneetourenbus.ch/> <https://busalpin.ch/> <https://alpentaxi.ch/>



Sentiers

J'utilise les sentiers et itinéraires existants, cela permet de ménager les biotopes sensibles de la faune et de la flore.

Je ferme les enclos et barrières après mon passage. Je respecte les propriétés privées

Zones de protection

Je respecte les zones de protection indiquées sur les cartes et topos, j'en tiens également compte lorsque je prépare ma course. Je tiens compte de la signalisation éventuelle sur le terrain liée entre autre à la tranquillité de la faune. <https://www.zones-de-tranquillite.ch/>

<https://www.sac-cas.ch/fr/environnement/libre-acces/sports-de-montagne-et-zones-protgees/>



Carte

Cette carte indique les zones qui protègent la faune sauvage des dérangements causés par les activités de loisirs et qui sont donc importantes pour les sports d'hiver.



Animaux sauvages

L'hiver est une période difficile pour la faune sauvage. Les animaux qui passent l'hiver ici ont développé des stratégies leur permettant de survivre à la saison froide.



Dérangement

Le sport dans la nature apporte un sentiment de liberté et de quiétude. Mais il est souvent une source de dérangement pour les animaux sauvages. Quatre simples règles de comportement



Zones de tranquillité

Les animaux sauvages ont besoin de sites de repli dans lesquels ils ne sont pas dérangés. Les zones de tranquillité sont un instrument pour assurer la sécurité de ces sites.

Flore

Je photographie les fleurs plutôt que de les cueillir, c'est dans la nature que les plantes sont le plus belles. Je ramasse les petits fruits et les champignons avec modération et respecte les jours d'interdiction.

Pics-nics

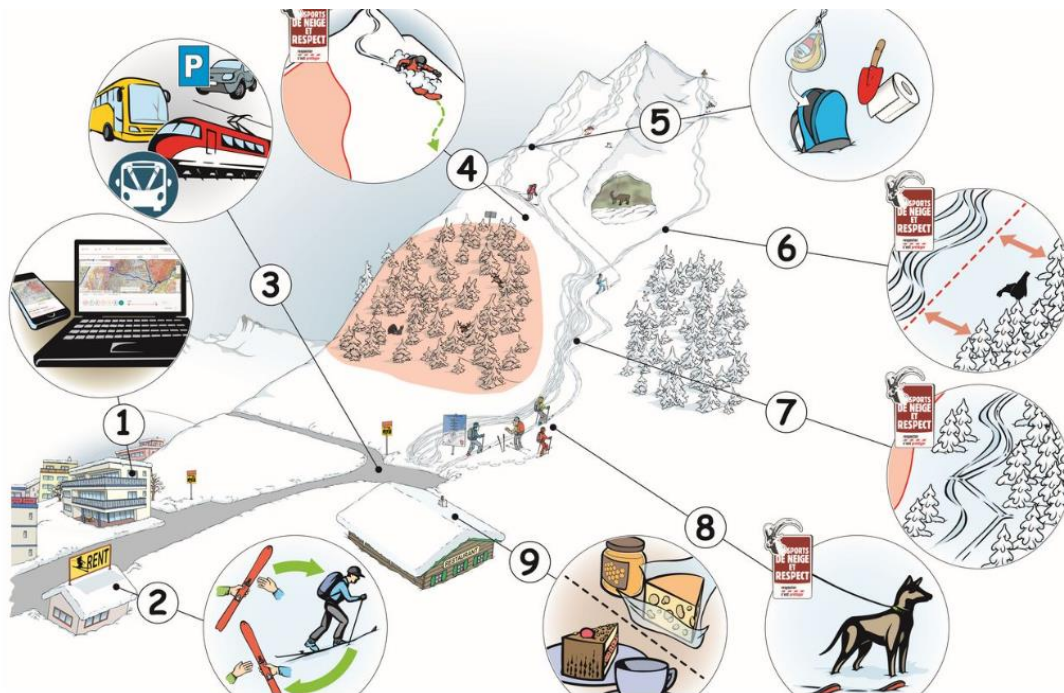
Évitez les bouteilles en PET, privilégiez les gourdes, thermos, les sachets réutilisables, sacs en tissu, boîtes à pic-nic, emballages cirés, etc..



Les conseils du CAS Central pour pratiquer vos activités tout en préservant l'environnement et la nature

Sports de neige

<https://www.sac-cas.ch/fr/environnement/pratiquer-des-sports-de-neige-en-respectant-la-nature-et-lenvironnement-39630/>



1. Planifiez votre course et respectez les restrictions
2. Privilégiez le matériel durable
3. Voyagez écologiquement
4. Tenez compte des zones de tranquillité et des sites de protection de la faune
5. Emportez vos déchets
6. Evitez les lisières de forêts et les surfaces non enneigées
7. En forêt restez sur les sentiers et suivez les itinéraires balisés
8. Tenez les chiens en laisse, en particulier en forêt
9. Achetez local

Camper et bivouaquer

Si tu campes fais-le correctement. Si tu fais un feu, utilise les foyers existants, tiens compte du risque d'incendie et des restrictions/interdictions en cours.

https://www.sac-cas.ch/fileadmin/Umwelt/Bergsport_und_Umwelt/Campieren_Biwakieren/SAC-Merkblatt-Camper-Bivouaquer-FR.pdf

Grimpe / Alpinisme / Randonnée / VTT

<https://www.sac-cas.ch/fr/environnement/sports-de-montagne-et-environnement/grimper-en-respectant-la-nature/>

<https://www.sac-cas.ch/fr/environnement/sports-de-montagne-et-environnement/pratiquer-lalpinisme-en-respectant-la-nature/>

<https://www.sac-cas.ch/fr/environnement/sports-de-montagne-et-environnement/randonner-en-respectant-la-nature/>

<https://www.sac-cas.ch/fr/environnement/sports-de-montagne-et-environnement/pratiquer-le-vtt-en-respectant-la-nature/>

Supports didactiques, outils pédagogiques

<https://www.sac-cas.ch/fr/environnement/sports-de-montagne-et-environnement/envirottools/>