

Vers une pratique de la montagne plus responsable : Les comportements

Comment adapter nos attitudes pour respecter la biodiversité, les paysages et limiter notre pollution une fois en route vers le sommet ?

Comment gérer notre lancée éco-responsable ? Peut-on cueillir quelques fleurs ? Que faire de nos déchets ? Doit-on forcément rester éloigné des animaux ?

Voici quelques conseils pratiques pour laisser les écosystèmes alpins et le paysage dans un état identique, voire meilleur à celui que vous avez trouvé en arrivant.



Limiter notre pollution

La pollution est la dégradation de l'environnement par des substances, des déchets ou des nuisances diverses. Voici comment éviter de la générer sur nos massifs.

- Immatérielle mais perturbante, la **nuisance sonore** est à proscrire en montagne. Il ne faut pas crier, ne pas s'appeler sans raison valable, et bien sûr ne pas emporter d'enceinte Bluetooth !

Pourquoi ? *"Le bruit est source de stress, de fuite et de perte d'énergie pour de nombreuses espèces*, argumente Pierrick Navizet, du Parc National des Ecrins. *Pour les oiseaux, il peut causer l'abandon d'une zone de nidification*". La quiétude est aussi recherchée par l'homme en montagne : *"La tranquillité fait partie des motivations des gens qui viennent en montagne, avec la beauté des paysages et leur caractère préservé"*. Songez enfin qu'un cri peut être compris comme un avertissement contre un danger.

- Les **déchets domestiques** : des aliments jusqu'à l'équipement, nous emportons de nombreux éléments dans notre sac de montagnard. Si, une fois utilisés, ils se retrouvent dans la nature, ils laisseront des traces et pollueront les sols pendant des périodes allant de quelques mois à plusieurs millénaires. Par exemple, un papier toilette met trois mois à disparaître, un carton 1 an, du plastique entre 100 et 1000 ans, et le verre jusqu'à 4000 ans.

La règle ? Emporter systématiquement ses déchets avec soi, que l'on soit sur une sortie à la journée, en bivouac, ou en refuge. Car oui, le camion poubelle ne passe pas par les refuges !



Dans de nombreux espaces protégés, il faut démonter sa tente au petit matin, et bien sûr ne laisser aucune trace de son passage

- Toutefois, il faut aussi prendre garde à nos déchets naturels, les **excréments** : comment faire ses besoins en altitude sans souiller une zone ? Retenez-en deux choses : creusez votre petit trou à l'abri des cours d'eau et emportez du papier toilette biodégradable.

- Pour terminer, fournissez-vous si possible chez des magasins qui vendent une **production locale**. Vous soutenez ainsi une économie qui requiert peu de transport routier, et rejette donc moins de polluants et de gaz à effet de serre.

Respecter les paysages et la biodiversité

- Empruntez toujours le **sentier principal**, et laissez de côté les chemins de traverse, même s'ils sont plus courts. Pourquoi ? Vous limiterez ainsi l'érosion de la montagne (= processus de dégradation et de transformation du relief), préserverez ainsi sa beauté (quoi de plus laid qu'une face zébrée par de multiples sentiers ?) et épargnerez la flore (plus de sentiers signifie moins de végétation). Si vous voulez aller plus vite, courez !



De nombreuses espèces de fleurs sont protégées dans nos massifs

- Evitez de ramasser les **fleurs et végétaux**. Pour deux raisons. D'abord, les fleurs cueillies en montagne fanent très rapidement, les ramasser n'a donc qu'un intérêt limité. Un grand nombre d'espèces végétales est de surcroît protégé sur **l'ensemble du territoire français**.

Dans les zone "cœur de parc" de la plupart des parcs nationaux français, la cueillette des végétaux est tout simplement interdite ; quelques exceptions demeurent toutefois pour les baies (myrtilles, airelles rouges, fraises des bois) à hauteur de 1 kg par jour et par personne, les champignons comestibles à raison de 5 litres par jour et par personne, et le Génépi non laineux (100 tiges fleuries par jour et par personne).

- Faites preuve de discrétion avec la **faune sauvage**. Certes, certains bouquetins, isards ou marmottes peuvent se révéler peu farouches, mais abstenez-vous de vous en approcher de trop près. De façon générale, le contact direct entre l'homme et une espèce animale peut créer du stress pour cette dernière, l'épuiser, voire l'empêcher de se reproduire.



Un bouquetin, à quelques mètres, sur le sentier

Par exemple, le Tétrás-Lyre se trouve fragilisé pendant l'hiver, période où l'espèce ne sort de l'igloo qu'elle a creusé pour se protéger du froid que pour s'alimenter, et peut être affaibli par les multiples passages de randonneurs à ski dans le secteur où elle a élu domicile. Le Gyapète Barbu est un rapace qui se reproduit **depuis deux ans en France**. Déranger l'oiseau le conduit à abandonner son nid et sa progéniture.

Privilégiez donc l'observation et la photographie à bonne distance, et évitez de nourrir directement, ou indirectement (par exemple en laissant de la nourriture autour de son bivouac, ou à un lieu de passage de la faune) les animaux. Quant à votre compagnon à quatre pattes, sa présence n'est possible qu'en dehors des espaces protégés que sont les parcs nationaux ou les espaces naturels sensibles. La présence du chien dérange les animaux sauvages et peut leur transmettre des parasites.



Panneau explicatif à l'entrée d'une zone de protection du Tétrás-Lyre

- Respectez les alpages : contournez largement un troupeau de moutons gardé par un patou (ou chien de montagne) et ne lui montrez pas de signes d'hostilité ; refermez les clôtures une fois passé dans le champ, et ne vous installez pas sans autorisation dans la cabane du berger !