

PARTIR EN NATURE : LES REGLES SIMPLES, MAIS ESSENTIELLES, A CONNAITRE

On aime partir dans la nature car on s'y sent coupé du monde, on y est dépaysé et impressionné par la beauté et le caractère sauvage des paysages. On a du mal à s'imaginer que le sentier que nous foulons l'est aussi par des centaines d'autres personnes, hier, comme l'été prochain.

Aussi, et car nous sommes de plus en plus nombreux à vouloir accéder aux joies du grand air, nous nous devons de respecter des règles très simples, mais très importantes. Pour que la nature reste le petit paradis sauvage et authentique que nous connaissons aujourd'hui.

LAISSER LA NATURE INTACTE

OBJECTIF : ne laisser aucune trace de son passage

COMMENT :

- **Emporter toujours un sac poubelle vide.** Pour ramener vos déchets avec vous car il n'y a pas de poubelle en pleine nature, notamment en montagne.
- **Ne pas laisser son papier toilette usagé dans la nature.** D'où le sac poubelle.
- **Éviter d'abîmer / piétiner les fleurs et la végétation.**

CAMPER DANS LES REGLES DE L'ART

OBJECTIF : être le moins visible possible

COMMENT :

- **Partir en itinérance.** Le camping, à savoir planter sa tente pour s'installer plusieurs jours, n'est pas autorisé dans la nature. Il faudra pour ça aller dans un camping prévu à cet effet.
- **Bivouaquer.** On peut dormir dans la nature, le temps d'une nuit, dans une tente de 2-3 personnes max. On plante alors sa tente le soir, pour repartir le matin (18h – 8h).
- **Vérifier la réglementation.** Avant de partir, car chaque parc naturel a sa propre réglementation et ses propres enjeux de préservation.



- On dit bonjour et on remballer ses affaires - @Fabio Gattini -

FAIRE UN FEU (OU PAS)

OBJECTIF : maîtriser son feu, si celui-ci est autorisé.

COMMENT :

- **S'assurer qu'on sait faire un feu.** Le démarrer mais aussi le gérer.
- **Vérifier la réglementation.** Pour chaque parc et zone naturels.
- **S'abstenir pendant les mois chauds et secs.** Pour éviter les incendies.
- **Ramasser uniquement du bois mort.**
- **S'éloigner à plus de 2 mètres de la végétation alentour.**
- **Faire place nette autour du feu.** Enlever les branchages, les aiguilles de pin, tout ce qui pourrait prendre feu.
- **Éteindre correctement son feu.** En l'étouffant avec de l'eau ou du sable et en vérifiant que les cendres soient bien froides.

NE PAS TROUBLER LA FAUNE & LA FLORE

OBJECTIF : ne pas perturber la vie sauvage

COMMENT :

- **Respecter le silence propre à la nature.** Pas d'enceinte, ni de musique, ni de cri. Cela n'existe pas dans la nature.
- **Laisser les animaux en paix.** Bien sûr, ne pas les toucher, leur courir après, ni même les nourrir.
- **S'aventurer en petit groupe.** 10 personnes maximum dans les lieux en pleine nature, comme par exemple en montagne.



- Allez, on leur fiche la paix - ©Fabio Gattini -

PARTIR AU BON ENDROIT, AU BON MOMENT

OBJECTIF : bien choisir quand et où s'aventurer

COMMENT :

- Éviter de surcharger les sites les plus touristiques, notamment l'été. Les incontournables sont le plus souvent accessibles toute l'année.
- Rester sur les sentiers battus. Les sentiers sont aussi balisés pour éviter de piétiner une biodiversité fragile.

JOUER COLLECTIF AVEC LES AUTRES VISITEURS

OBJECTIF : que la nature soit un lieu d'apaisement pour tous

COMMENT :

- Entretenir de bonnes relations avec ceux que l'on croise. Saluer, aider, renseigner, sont autant de bons comportements qui créent une expérience positive de la nature.
- Respecter le rythme de la vie collective. En nature, comme en refuge, la discrétion est le maître mot.
- Laisser les lieux parfaitement propres dans les cabanes non gardées. Ces cabanes sont encore gratuites, elles dépendent exclusivement de votre bonne volonté et respect.



- L'entraide, valeur clé de l'aventure - ©Amélie Deloffre –



**Auvergne
Rhône-Alpes**
Tourisme

Fiche conseil rédigée par Amélie Deloffre

Auteure, communicante et entrepreneure

Parisienne de 32 ans, communicante-entrepreneure et amoureuse du grand air, Amélie a créée en 2017 la newsletter "2 jours pour vivre" pour accomplir une mission qui lui est chère : démocratiser l'aventure. Elle y dépeint une aventure accessible à l'aide d'itinéraires. Elle est l'auteure du livre "2 jours pour vivre".