**Lu dans la lettre d'information « Mon GR » de la FFRP**

**Article proposé par Eric Gendron**

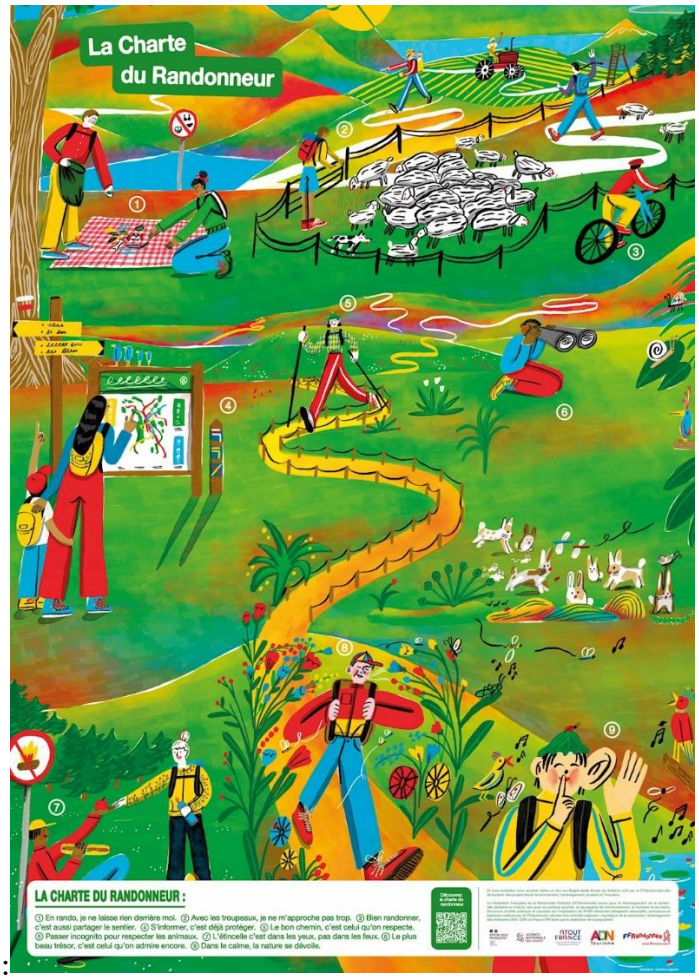
https://www.mongr.fr/sinspirer/reportage-thematique/la-charte-du-randonneur-les-quelques-reflexes-tres-simples-a-adopter-en-randonnee?utm_source=newsletter&utm_medium=emailing&utm_campaign=News-MONGR-5-juillet-25&utm_content=lien-charte-du-randonneur

## La Charte du Randonneur :

## les quelques reflexes très simples à adopter en randonnée !

Ça y est, c'est l'été et l'envie vous prend sans doute de partir à l'aventure sur les sentiers ! Vous auriez tort de ne pas répondre à l'appel des sentiers ! Le soleil se couche tard, le temps est généralement bon, les vacances d'été sont propices aux aventures pédestres ! Et vous auriez tort de vous en priver. Mais pour en profiter pleinement aujourd'hui et les années à venir, il y a **9 gestes essentiels** très simples à adopter pour randonner tout en préservant l'environnement.

On vous les rappelle dans la Charte du Randonneur que vous pourrez trouver dans les offices tourisme cet été



## 1 - En rando, je ne laisse rien derrière moi

**En rando, pas de déchets, je laisse toujours l'endroit aussi beau que je l'ai trouvé.**

Je ramène tous mes déchets, même les biodégradables. J'utilise des contenants réutilisables et je trie plus tard. Et si je me baigne, j'opte pour une crème solaire bio, moins impactante pour les lacs ou rivières. Je fais particulièrement attention dans les lacs de montagne où la baignade est souvent interdite pour préserver ces milieux fragiles.

## 2 - Avec les troupeaux je ne m’approche pas trop

**En rando, je respecte le rythme du troupeau.**

Pour faciliter le travail des éleveurs, je referme les barrières, je garde mes distances avec les animaux, et je reste tranquille si un chien de protection s'approche. Je ne piétine pas les pâturages pour préserver la biodiversité et laisser les plantes aux troupeaux.

Pour en savoir plus sur le comportement à adopter face au Patou : https://www.mongr.fr/conseils/sadapter/le-patou-ou-le-chien-de-protection-quelle-attitude-adopter

## 3 - Bien randonner c’est aussi partager le sentier

**Sur le chemin, chacun avance à sa façon.**

Randonneur, cyclistes, chasseurs, éleveurs, agriculteurs ou riverains… Les sentiers se partagent avec respect. Je circule sur les voies autorisées, je me gare sur les parkings prévus, et je fais de la place à chacun.

## 4 - S’informer c’est déjà protéger

**Avant de partir en rando, je fais le plein d'infos pour être réglo.**

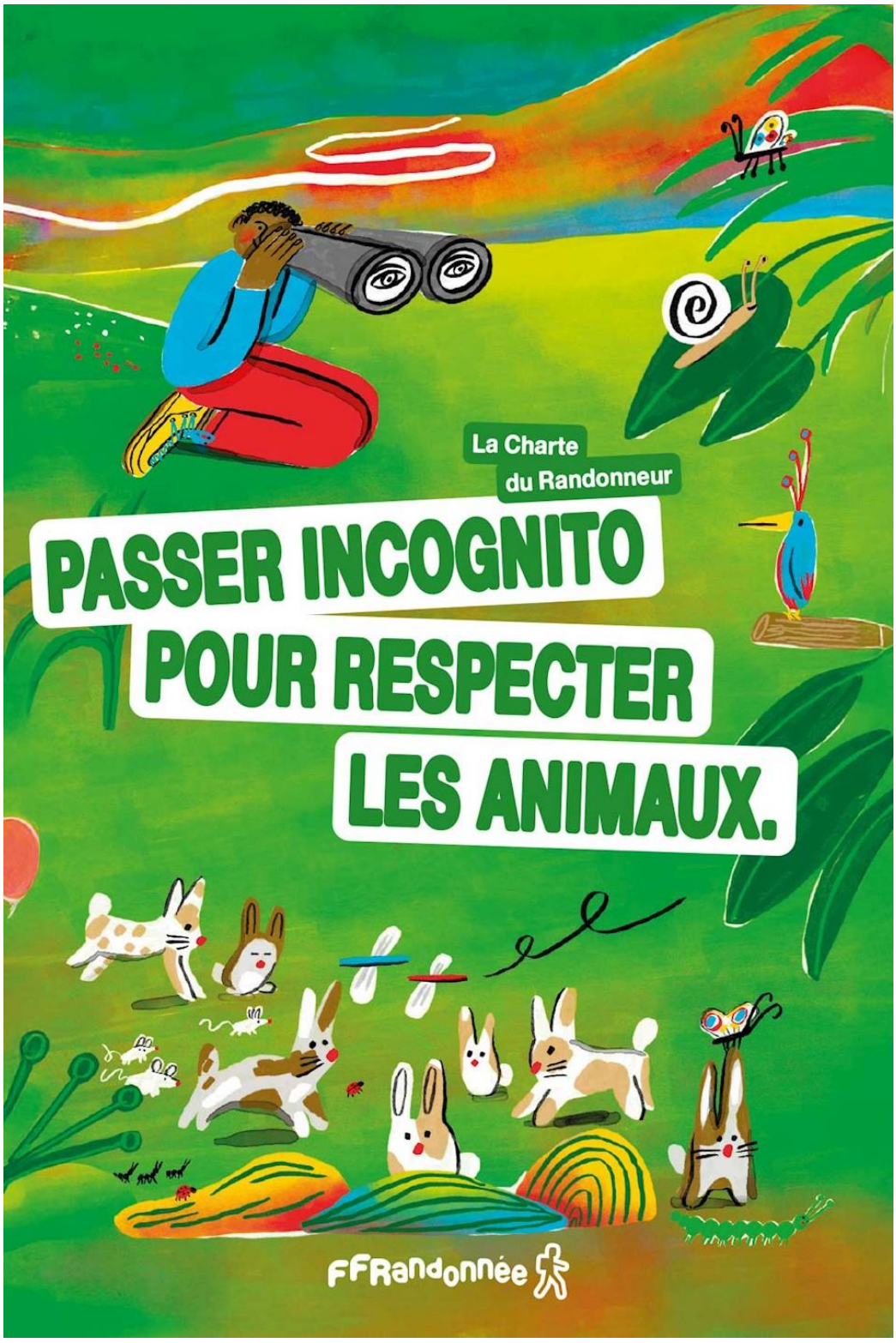
Parc Naturel Régional, Zone Natura 2000, site protégé, etc... Chaque espace possède ses règles. Pour bien randonner, je me renseigne sur la réglementation en vigueur avant d'enfiler mes chaussures.

## 5 - Le bon chemin, c’est celui qu’on respecte

**En rando, pas de raccourci, je reste sur le chemin !**

Sortir du sentier, c'est risqué pour moi et ça dégrade la nature. Ça abîme le sol, favorise l'érosion, détruit la végétation, et perturbe la quiétude des animaux. En restant sur les sentiers, je participe à la protection de la nature. Je permets aux fleurs de pousser, aux paysages de conserver leur beauté, et aux animaux de vivre en paix.

## 6 - Passer incognito pour respecter les animaux




**En rando, les animaux sont chez eux.**

Les animaux sauvages ou d'élevages ont leurs habitudes. Je les admire de loin sans les nourrir ni les toucher, surtout les petits. En les laissant tranquilles, je fais le bon geste pour leur bien-être...et pour ma sécurité.

## 7 - L’étincelle c’est dans les yeux, pas dans les feux

**Je choisis la sécurité, j'évite le danger.**

En évitant tout feu (cigarette, feu de camp, papier brûlé), je protège les forêts, les animaux et les paysages. Le climat est plus sec, le risque d'incendie plus fort : chaque geste compte. En cas d'urgence, j'appelle le 18 ou le 112.

## 8 - Le plus beau trésor c’est celui qu’on admire encore

**Rien dans les poches, tout dans les yeux.**

Fleurs, cailloux, bois mort, insectes : tout ce qui est là a un rôle à jouer. Pour le préserver, je le laisse là où je l'ai trouvé.

## 9 - Dans le calme, la nature se dévoile

**En rando je reste discret !**

Le bruit fait fuir les animaux et peut gêner les riverains. Cris, musique, discussions, drones...ça les stresse et les empêche de se nourrir, de se reposer ou de se reproduire. Plus je suis discret, plus j'ai de chances de les voir... et de vivre un moment magique sans les déranger.

**En appliquant ces 9 gestes essentiels, vous profiterez encore plus de vos aventures sur les sentiers et vous protégerez ces paysages et ces écosystèmes que vous aimez tant !**