

LE GUIDE

des bons comportements en montagne

Pour accéder aux départs de randonnées, privilégie le
covoiturage ou les navettes saisonnières gratuites ->
Horaires sur aravisbus.fr

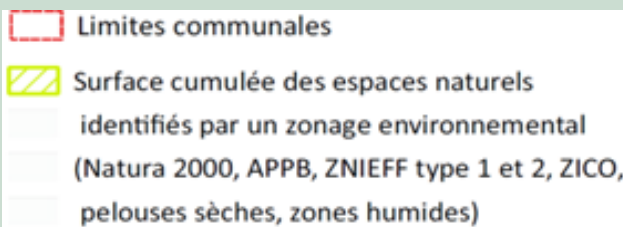


RESPECTER LES ESPACES NATURELS

61% des espaces naturels de la Communauté de Communes des Vallées de Thônes (CCVT) bénéficient d'une reconnaissance environnementale

Les massifs montagneux, les lacs et les rivières sont des espaces récréatifs, de sports de pleine nature et de détente, mais aussi le lieu d'activités économiques (stations de ski, exploitation forestière, alpage...).

Pour les préserver, il convient de concilier les usages et d'adapter son comportement pour respecter et aider la préservation des milieux et des espèces.



LES BONS COMPORTEMENTS :

1 Sur les zones de quiétude pour les oiseaux tu t'informereras

En adoptant quelques bons comportements lors de vos escapades en raquettes, en ski ou encore en randonnée, tu augmentes tes chances d'observer de jolies scènes de vie sauvage.

Le dispositif national "biodiv'sports" est consultable librement et informe sur les zones de sensibilité des oiseaux à certaines périodes (nidification), c'est ce que l'on appelle des "zones ou bulles de quiétude".

Exemple - zone de quiétude du Tétrás Lyre dans le massif de la Tournette à l'aiguille de Serraval.

A detailed map of the Tétrás Lyre nesting zone, showing the location of the Tétrás Lyre (Tetrao urogallus) and the nesting zone. The map includes labels for various locations: Le Mamelon Vert (1986 m), La Tournette (2351 m), Pointe de la Bajulaz (2254 m), Les Clefs, Les Praz d'Zeures, Pointe des Frètes (2019 m), and Aiguille de Serraval (1847 m).

Tétrás lyre
Manifestation sportive | Terrestre
Zone espèce

Mois sensibles
Hors période sensible | Période sensible

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Distance de survol minimum (m) : 300
Description : Zone de nidification du tétras lyre. Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le tétras lyre en nidification sont toutes les activités pratiquées au sol : randonnée, trail, VTT, etc.
Structure : LPO
biodiv-sport.fr

2 Sur les sentiers balisés tu resteras

Les informations portées sur les cartes et topo-guides de la CCVT t'aideront à choisir ton itinéraire : chemin large ou sentier plus étroit, plus varié, mais parfois plus difficile.

- ➡ Le tracé des sentiers tu respecteras et les "coupes" en dehors tu ne feras pas
- ➡ Tes capacités tu ne surestimeras pas et sur l'itinéraire en amont tu te renseigneras



Ce chemin n'est pas balisé, alors ne t'engage pas, afin d'éviter l'érosion des sols et limiter le piétinement de milieux sensibles. La flore pourrait être dégradée et la faune dérangée.



Ici, le panneau de signalétique indique que le sentier est balisé et sécurisé. Tu peux l'emprunter tout en respectant le caractère environnemental du site.



Les itinéraires de randonnées tu retrouveras :

- dans la carte de randonnée éditée par la CCVT et en vente dans les offices de tourisme du territoire
- ou sur l'application "Virées en Aravis"



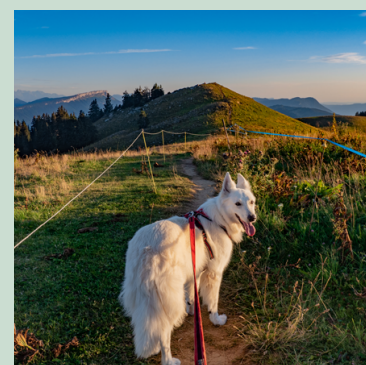
Depuis 2022, les alpages à chien de protection sont identifiés sur les cartes !

3 Ton chien en laisse tu garderas

Il est vivement conseillé de garder ton chien en laisse* pour ne pas déranger les animaux sauvages ou d'élevage, car le chien peut les stresser en les poursuivant.

Les déjections canines peuvent être porteuses de maladies pour les vaches, même si le chien est en bonne santé. Il est important de ramasser les déjections canines dans les champs (même si les vaches ne sont pas dans le pré, elles mangeront peut-être le foin qui en est issu).

*sauf en cas de rencontre avec un chien de protection de troupeau (explications page suivante)



3 Le bon comportement face à un chien de protection tu adopteras

Les chiens de protection de troupeau sont communément appelés "patou", ce qui signifie "berger" en vieux français.

Sa mission est de protéger son troupeau face aux dangers (ex : prédateurs comme le loup).

Conseils : lorsque tu rentres dans leur zone de protection, tu es assimilé à une menace pour eux, alors assure toi de :

⇒ L'avertir de ta présence en faisant du bruit (parler/chanter) afin de ne pas le surprendre car les chiens ont une mauvaise vue de loin.

⇒ Ne passe jamais entre le chien et son troupeau, contourne les tous ensemble.

⇒ Laisse-le venir vers toi afin qu'il puisse t'identifier (sentir), garde tes bâtons en direction du sol en les réunissant dans une seule main par un geste lent.

⇒ Ne panique pas, les chiens ressentent ta peur. Parle-lui calmement pour le mettre en confiance quand il s'approche de toi.

⇒ Evite d'emmener ton chien de compagnie.

⇒ Si tu es à vélo ou en trail, mets pied à terre et ralentis le temps de traverser.



Partage ton expérience avec les chiens de protection via cette enquête en ligne

4 Les espaces naturels tu partageras

L'homme fréquente nos montagnes depuis la préhistoire et ses activités ont toujours influencé l'environnement et les paysages. Aujourd'hui de nombreuses pratiques sont exercées comme l'escalade, la marche, le parapente et bien d'autres... Partager l'espace est devenu primordial en montagne.



⇒ Je reste poli et courtois avec les autres usagers

⇒ Je respecte la priorité à ceux qui montent

⇒ Je ralentis quand je n'ai pas de visibilité en VTT (surtout en descente)

⇒ Je respecte les oiseaux lorsque je vole en parapente



5 Le travail d'autrui tu respecteras

Lors de tes activités outdoor, tu n'es pas seul à utiliser l'espace. Des activités professionnelles telles que l'élevage en montagne ou l'exploitation forestière sont également présentes. L'espace doit être partagé.

Lors de la période estivale, la tradition sur le territoire est d'emmener son troupeau en estive, c'est-à-dire en altitude en alpage. Cette pratique permet d'entretenir les prairies fleuries de nos montagnes et de nourrir les troupeaux dont le lait sert à la fabrication du Reblochon Fermier.

"Comporte-toi comme un invité"

Pour traverser une parcelle clôturée

A pied :

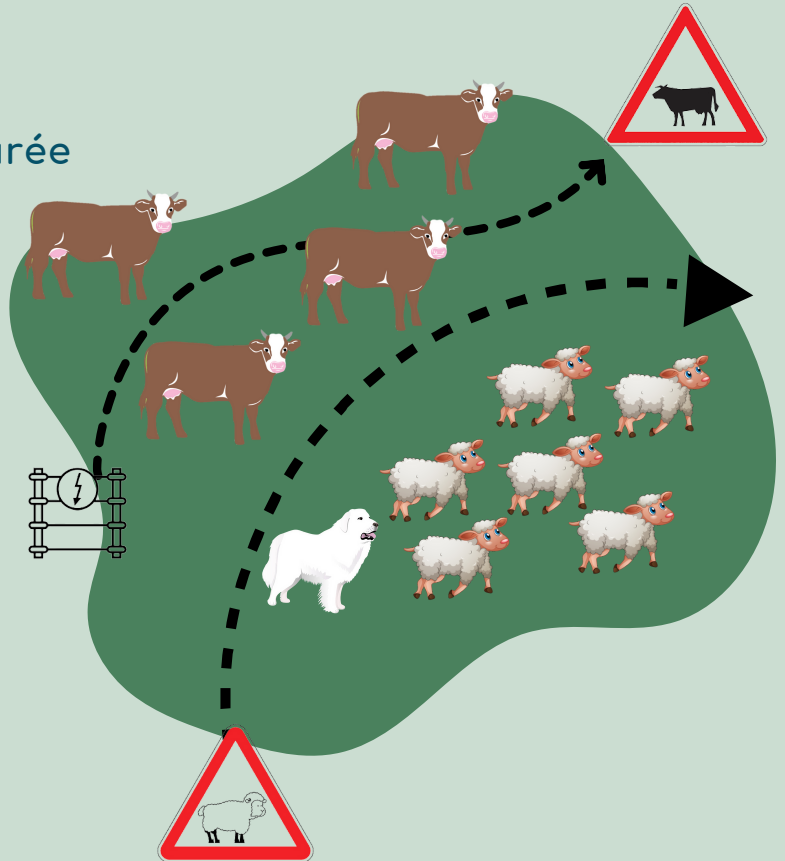
Ne cherche pas à approcher le troupeau de près, traverse puis referme l'enclos (contourne le s'il s'agit de moutons).

A vélo :

Descends de ton vélo afin de ne pas effrayer le troupeau, traverse et pense bien à refermer.

En trail :

Ne cours pas dans les enclos ou à proximité du bétail. Il est préconisé de marcher.



Evite de t'approcher des troupeaux, le bétail n'est pas un animal domestique, ni une bête de foire.



L'eau se raréfie en montagne, aide-nous à préserver cette ressource précieuse en qualité et en quantité. Les abreuvoirs ne sont pas des baignoires à toutou ! Ils ne servent pas non plus pour laver les chaussures...



Quelle quantité boit une vache en moyenne par jour ?

1 vache consomme en moyenne 100L d'eau/jours. Cela dépend des conditions météo

6 Pousser les fleurs tu laisseras

Elles sont plus jolies et plus durables dans leur environnement. Cela permet surtout leur reproduction pour les retrouver l'année suivante.



- ➔ Les espèces protégées sont interdites à la cueillette
- ➔ Jusqu'à 9000 € d'amende (le double en cas de récidive) et 6 mois d'emprisonnement

Si tu as un doute, ne cueille pas !!

Réglementation nationale

Tu peux retrouver les listes d'espèces protégées sur le site de l'INPN ou sur l'application Pl@ntNet



Quelques espèces emblématiques du territoire :



Silène acaule



Rhododendron ferrugineux
Liste rouge régionale



menacée



L'arnica des montagnes



Anémone pulsatile



La gentiane jaune



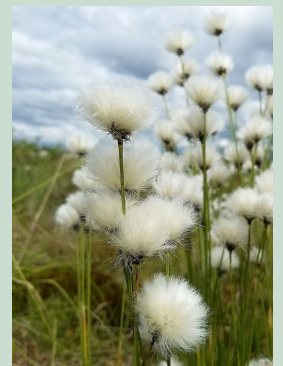
Sabot de vénus
Protection nationale



protégée



Myrtilles



Linaigrette vaginée

Statuts de protection INPN

L'Inventaire National du Patrimoine Naturel est le portail de la biodiversité française.

Les données sont validées par des experts.



protégée

- ➔ Les statuts de protection peuvent être de portée nationale, régionale ou départementale.



menacée

- ➔ La rareté d'une espèce dépend de l'espace biogéographique concerné.
Une espèce commune à un endroit donné n'est pas un gage d'abondance.

7 Tes déchets tu récupèreras

Les déchets abandonnés ont des conséquences néfastes :

- ➔ sur la faune et la flore locale, sur la ressource en eau et sur l'expérience des autres visiteurs

La montagne est un lieu de ressourcement pour de nombreuses personnes, merci de préserver cette quiétude en maintenant les espaces propres et intacts.



8 Bivouaquer en respectant les règles tu devras

Bivouaquer c'est poser sa tente au coucher du soleil et la démonter avant 9h.



La réglementation de cette pratique diverge selon la commune. Renseigne-toi en mairie avant de t'engager !



9 Aucun feu tu n'allumeras

Cela peut entraîner un incendie, déranger la faune sauvage, dégager beaucoup de CO2 et contribuer à l'accélération du réchauffement planétaire...

La fumée et l'odeur font peur aux animaux qui puisent dans leurs ressources pour fuir. Les animaux sortent quand les humains ne sont plus là. Plus tu rallonges ta présence la nuit, plus les temps disponibles pour la faune se réduisent.



En cas d'incendie appelle tout de suite le 18 ou le 112

Réglementation nationale :

- ➔ Allumer un feu est interdit dans une limite à respecter de 200 m des boisements
- ➔ 2 ans de prison et 30 000 € d'amende

Réglementation locale :

- ➔ Interdiction des feux de camps et de plein air, utilisation de réchauds et barbecue, de jour comme de nuit, sur la commune de Manigod

RENDEZ-VOUS SUR LES SENTIERS DE LA CCVT POUR DÉCOUVRIR LES ESPACES NATURELS DU TERRITOIRE !



Adopte un comportement nature
tout au long de tes randonnées :

- 1 La faune sauvage tu ne dérangeras pas
- 2 Sur les sentiers balisés tu resteras
- 3 Ton chien tu maîtriseras et en laisse tu le garderas
- 4 L'espace avec les autres usagers tu partageras
- 5 Le travail d'autrui tu respecteras
- 6 Les cueillettes de fleurs tu éviteras
- 7 Tes déchets tu ramasseras
- 8 Piétiner le fourrage lors de ton bivouac tu éviteras
- 9 Aucun feu tu n'allumeras
- 10 Du paysage tu profiteras et ravi de revenir tu seras !

Suis-nous sur



Ton "terrain de jeu" est avant tout le lieu de vie d'espèces
sensibles et un espace de travail agropastoral