

Je veille sur le

# MONT SAINT GRÉGOIRE

## ENJEU : LA MARCHÉ HORS SENTIER



Campagne de sensibilisation à la protection des milieux naturels

### Balade en forêt

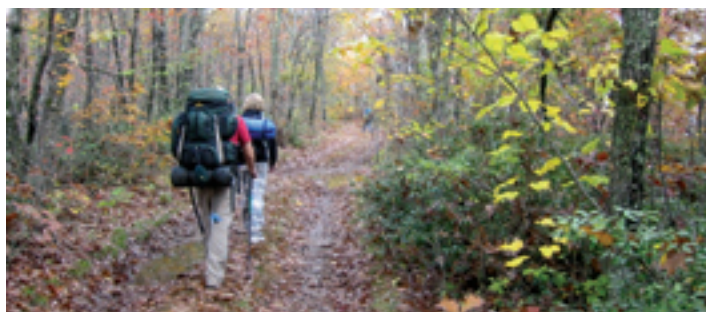
Marcher dans un sentier en forêt, c'est l'occasion d'un contact privilégié avec la nature. Les sentiers permettent aux visiteurs de parcourir des milieux naturels tout en respectant l'environnement. En soi, le sentier est un milieu sacrifié, puisque le passage répété des visiteurs fait en sorte que plus rien n'y pousse.

Marcher dans la forêt hors des sentiers battus, une pratique courante pour plusieurs, multiplie la superficie des milieux sacrifiés, en plus de créer de nombreuses cicatrices qui morcellent l'habitat. Dans une région peuplée comme la Montérégie, où les milieux naturels sont très fréquentés, la pratique du hors sentier peut avoir des effets désastreux sur les écosystèmes.

La création d'aires protégées vise à sauvegarder des espaces naturels, parfois parmi les plus beaux décors du Québec, tout en permettant la pratique d'activités de plein air. Malheureusement, chaque fois qu'un visiteur marche hors sentier, il contribue à la multiplication de sentiers non officiels, anéantissant les efforts déployés par les gestionnaires de ces territoires pour préserver la nature.

### Saviez-vous que...

Selon plusieurs études, la pratique régulière d'une activité physique a des effets positifs sur la prévention et l'évolution de certaines maladies. D'une façon plus générale, l'exercice diminue l'anxiété et l'instabilité émotionnelle. De bonnes raisons pour adopter la marche en forêt, une activité accessible à la plupart des gens, à un coût minime.



### En absence de sentier

La marche hors sentier peut être acceptable lorsqu'elle se pratique dans des territoires peu fréquentés avec la permission du propriétaire. Il est alors essentiel de suivre les principes du « sans trace », un code d'éthique qui propose divers gestes pour une utilisation responsable des milieux naturels. Dans de telles circonstances, il est préférable de se déplacer en petit groupe, afin de minimiser les impacts sur la flore et la faune.

Marcher hors « des sentiers battus » permet d'explorer un milieu naturel, d'éviter la foule, d'atteindre des endroits habituellement non accessibles et d'admirer le paysage sous un angle différent. Il ne faudrait toutefois pas que notre « amour » des milieux naturels contribue à leur destruction.

### Hors sentier, hors limites

Il ne suffit que de quelques passages répétés au même endroit pour piétiner la végétation et ainsi créer un nouveau sentier. Lorsqu'il est visible, un sentier « pirate » attire d'autres visiteurs et devient de plus en plus passant. Les impacts s'intensifient : destruction de la litière organique qui protège le sol, compaction, érosion, mauvais égouttement qui crée des flaques de boue et qui conduit, inévitablement, à l'élargissement du sentier.



Destruction de la végétation, érosion et mise à nu des racines, sont bien visibles dans ce sentier non aménagé

La présence de sentiers « pirates » est particulièrement dommageable dans des milieux sensibles comme les zones humides, les falaises et les dunes. Si l'habitat abrite des plantes rares, des plants peuvent être détruits. Certaines espèces d'oiseaux sont sensibles au dérangement occasionné par les randonneurs. Et pour certains amphibiens, dont l'habitat fait à peine quelques mètres carrés, un sentier est tout un obstacle à traverser.

En se promenant en dehors du réseau de sentiers balisés, les randonneurs s'exposent à des risques accrus de blessures, puisqu'il n'y a pas d'aménagement sécuritaire. Comme les patrouilleurs ne circulent habituellement pas dans ces secteurs, en cas de blessures graves, il peut s'écouler beaucoup de temps avant l'arrivée des secours. Enfin, en l'absence de signalisation, il est facile de se perdre. En forêt, une fois désorienté, il peut être ardu de retrouver son chemin.

### Saviez-vous que...

Une étude dans la forêt décidue du parc provincial de Boyne Valley en Ontario, a démontré qu'au centre de la zone de nouveaux sentiers non officiels, il y a une perte de 81 % de densité de la végétation, une réduction de 71 % du nombre d'espèces de plantes présentes et une augmentation de 23 % de sol exposé.



### Au mont Saint-Grégoire...

Le mont Saint-Grégoire est l'un des derniers boisés de 200 hectares et plus dans la région. Il constitue donc un écosystème forestier peu fragmenté, essentiel au maintien de la biodiversité. CIME s'est donné pour mission de protéger à perpétuité ce refuge pour la faune et la flore. Ainsi, l'aménagement de sentiers est conçu de façon à réduire l'impact des visiteurs sur le milieu naturel : marches de terre et barres d'eau pour contrôler l'érosion, rampes de bois et cordes pour délimiter les sentiers, signalisation et panneaux d'information. En acquittant son droit d'accès et en demeurant dans le réseau de sentiers de CIME, le visiteur pose un geste concret pour l'environnement. Il s'assure aussi que l'accès à la montagne sera maintenu, afin que tous profitent de ce havre de paix pour les plantes et les animaux.



*Un sentier bien aménagé canalise les visiteurs et minimise l'érosion*

Un projet de



[www.cimehautrichelieu.qc.ca](http://www.cimehautrichelieu.qc.ca)  
[www.facebook.com/cimehautrichelieu](https://www.facebook.com/cimehautrichelieu)

Partenaire

