

# Les 7 principes d'éthique du plein air Sans trace



1. Préparez-vous et prévoyez
2. Utilisez les surfaces durables
3. Gérez adéquatement les déchets
4. Laissez intact ce que vous trouvez
5. Minimisez l'impact des feux
6. Respectez la vie sauvage
7. Respectez les autres usagers

## 1- Préparez-vous et prévoyez

- Connaissez la réglementation et les particularités du lieu visité.
- Préparez-vous aux intempéries, aux urgences, etc.
- Planifiez vos sorties en périodes de faibles fréquentations.
- Explorez en petits groupes formés de 4 à 6 personnes.
- Remballez la nourriture; réduisez au minimum les déchets.
- Utilisez cartes et boussole afin d'éliminer l'utilisation de cairns, de rubans et autres marques de peinture.

## 2- Utilisez les surfaces durables

- Recherchez les sentiers existants, les dalles rocheuses, le gravier, l'herbe sèche et la neige.
- Protégez les berges des cours d'eau; campez à plus de 70 mètres des lacs et des rivières.
- Un bon site de camping se trouve, il ne se fabrique pas. Altérer un site n'est pas nécessaire.
- Dans les zones fréquentées:
  - ❖ Utilisez les sentiers et les sites de camping désignés.
  - ❖ Marchez en file indienne au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé.
  - ❖ Veillez à ne pas étendre votre campement. Concentrez votre activité là où la végétation est absente.
- Dans les zones sauvages:
  - ❖ Dispersez-vous afin d'éviter de créer de nouveaux emplacements de camping ou sentiers.
  - ❖ Évitez les endroits ayant subi un impact faible et récent afin de ne pas l'endommager davantage.

## 3- Gérer adéquatement les déchets

- Rempportez ce que vous apportez. Inspectez les lieux de halte et de camping; ne laissez aucun déchet, reste de nourriture ou détrit.
- Déposez les excréments humains dans des trous profonds de 15 à 20 cm creusés à plus de 70 mètres de tout campement, sentier ou source d'eau. Camoufflez l'endroit après avoir remblayé le trou.
- Rempportez le papier de toilette utilisé et les produits d'hygiène.
- Transportez l'eau souillée de la vaisselle et de votre hygiène personnelle à 70 mètres de tout ruisseau ou lac et répandez-la sur le sol. Utilisez une quantité minimale de savons biodégradables.

#### **4- Laissez intact ce que vous trouvez**

- Préservez notre héritage : ne touchez pas aux objets historiques et culturels, observez-les.
- Laissez les pierres, plantes et tout objet naturel tels que trouvées.
- Évitez de cueillir et de transporter des plantes.
- Ne bâtissez pas de structures ou meubles. Ne creusez pas de tranchées.

#### **5- Minimisez l'impact des feux**

- Les feux de camp ont un impact irrémédiable sur le paysage. Emportez un réchaud de petite taille et optez pour une lanterne à bougie pour vous éclairer.
- Là où les feux sont autorisés, utilisez les emplacements qui ont déjà servi, des tôles à feu ou des remblais de terre.
- Faites des feux de petite taille en utilisant uniquement du bois mort ramassé au sol et pouvant être brisé à la main.
- Réduisez tout le bois et les braises en cendres. Éteignez chaque feu complètement et dispersez les cendres refroidies.

#### **6- Respectez la vie sauvage**

- Observez la faune à distance. Ne suivez pas et n'approchez pas les animaux sauvages.
- Ne donner jamais de nourriture aux animaux sauvages. Ceci peut nuire à leur santé, altérer leur comportement, les exposer à des prédateurs et à d'autres dangers.
- Protégez la faune et votre nourriture en déposant vos rations et vos déchets dans un endroit sûr.
- Soyez maître de vos animaux domestiques ou laissez-les à la maison.
- Évitez de déranger la faune durant les périodes sensibles de reproduction, de nidification, lors de la croissance des petits ou encore pendant l'hiver.

#### **7- Respectez les autres usagers**

- Soyez respectueux des autres visiteurs et soucieux de la qualité de leur expérience.
- Soyez courtois. Laissez le passage aux autres sur le sentier.
- Quittez le sentier et postez-vous aux abords de celui-ci lors du passage de randonneurs à cheval.
- Faites halte et campez loin de tout sentier et des autres usagers.
- Évitez de parler fort et de faire du bruit; soyez attentifs aux sons de la nature.

## **1- Préparez-vous et prévoyez**

Une planification adéquate et une bonne préparation aideront le voyageur qui entreprend de visiter des zones sauvages du pays à atteindre ses objectifs et ce, de façon agréable et sécuritaire, tout en minimisant les dommages occasionnés au territoire parcouru.

### **Une bonne planification avant le départ**

Souvent, une mauvaise préparation laissera des campeurs malheureux et se soldera par des ressources naturelles et culturelles endommagées. À plusieurs reprises, les gardes-forestiers nous ont raconté des histoires ahurissantes de campeurs qu'ils ont rencontrés au cours de leur travail, des campeurs qui ont pris des risques inutiles à cause d'une mauvaise préparation par rapport à des situations imprévues. Cela ne tient pas compte de la dégradation des ressources naturelles qu'ils auront causée.

### **Pourquoi une bonne préparation est-elle si importante?**

(N'hésitez pas à ajouter vos propres réponses à cette liste)

- elle aide à assurer la sécurité du groupe et des individus qui le composent;
- elle vous prépare à utiliser les techniques Sans trace et à minimiser les dommages infligés à l'environnement;
- elle contribue au succès de votre aventure de façon sécuritaire et divertissante;
- elle accroît votre aplomb et multiplie les occasions d'approfondir vos connaissances sur la nature.

### **Sept règles à respecter lorsque vous planifiez votre voyage**

1. Identifier et écrire les attentes (objectifs) associées au voyage.
2. Identifier les compétences et les habiletés de chaque participant.
3. Choisir des destinations qui répondent à vos objectifs, vos compétences et vos habiletés.
4. S'informer au sujet du territoire auprès des gestionnaires des terres et par l'étude de cartes et d'écrits.
5. Choisir du matériel et des vêtements confortables et sécuritaires et mettre en pratique les principes Sans trace.
6. Planifier les activités du voyage en fonction de vos objectifs, vos compétences et vos habiletés.
7. Au retour, passer en revue les résultats du voyage et prendre note des changements à apporter lors de la prochaine excursion.

### **Autres éléments à considérer**

- les conditions atmosphériques;
- le terrain;
- les règlements/restrictions applicables;
- la délimitation des terres privées;
- la vitesse de randonnée du groupe et la consommation d'aliments anticipée (les restes génèrent des ordures qui laissent des traces);
- la taille du groupe (selon les règlements et les objectifs du voyage);
- tous les principes du Programme Sans trace.

### **Planification des repas**

Les repas, un autre élément qui requiert une bonne planification, peuvent considérablement influencer sur les répercussions occasionnées par le groupe sur l'arrière-pays.

### **Les avantages d'une bonne planification des repas sont:**

- moins de déchets;
- sacs à dos plus légers, vitesse de randonnée accrue, moins de fatigue;
- une dépendance atténuée sur les feux de camp pour la cuisson.

### **Plats simples (une casserole) et remballage des aliments**

- La planification de plats simples et de goûters légers suscite des économies de temps au niveau de l'emballage et de la préparation, allège le poids et limite les déchets. De plus, vous n'aurez nullement besoin d'un feu de camp et les ustensiles seront limités au strict minimum. Deux réchauds de camping peuvent être utilisés pour tous les repas d'un groupe de bonne taille si vous disposez de deux grandes casseroles (pour une cuisson rapide, utilisez une seule casserole sur les deux réchauds). N'oubliez pas, un réchaud de camping ne laisse aucune trace.
- La plupart des aliments devraient être remballés dans des sacs scellés avant d'être placés dans votre sac à dos. En plus de protéger les aliments, les sacs scellés diminuent le volume et la quantité de déchets. Les sacs vides peuvent être insérés l'un dans l'autre et réutilisés à la maison. Avec cette méthode, le groupe rapportera moins d'ordures à la fin du voyage et il ne sera pas soumis à l'indésirable nécessité de camoufler ou d'enterrer les déchets encombrants en cours de route. Quelques exemples de ce qu'occasionne une mauvaise planification
- Un groupe inexpérimenté ou qui ignore tout de la géographie du territoire peut mettre les gens à risque en voyageant sur un terrain susceptible de faire face à des crues soudaines ou sur une crête vulnérable à la foudre. Souvent, les groupes qui voyagent en terrain aride manquent d'eau ou n'ont en leur possession aucun mode de purification s'ils doivent subsister à même l'eau provenant de sources naturelles. Une vérification auprès des gestionnaires des territoires locaux, une étude attentive des cartes et le fait de se renseigner sur les conditions atmosphériques contribueront à minimiser les risques encourus par une expédition.
- Un groupe mal préparé ayant l'intention de cuire des repas sur un feu de camp peut découvrir, une fois rendu à destination, qu'une interdiction de feu à ciel ouvert est en vigueur ou qu'il n'y a pas assez de bois pour faire un feu. Souvent, à l'encontre de la loi ou sans tenir compte de l'impact éventuel sur l'environnement, ces groupes aménageront un feu de camp parce qu'ils n'ont pas prévu ces éventualités. Les interdictions de faire un feu et la pénurie de bois de chauffage sont des indications que le territoire en question est soumis à un achalandage excessif.
- Un groupe n'ayant pas bien planifié ses déplacements peut très bien voyager à une vitesse moindre que prévue si le terrain est trop abrupt ou si les sentiers sont trop accidentés. Souvent, ces groupes devront retarder la mise en place de leur campement jusque tard dans la soirée, sans égard pour l'emplacement, ce qui pourrait engendrer des dommages à l'environnement. De plus, les retards peuvent les empêcher d'atteindre leur objectif de la journée.

## **2- Utilisez les surfaces durables**

### **Voyager sur des surfaces durables**

L'objectif de tout voyage dans l'arrière-pays consiste à se déplacer en causant le moins de dommages possibles à l'environnement; pour y arriver, il faut connaître la nature des impacts et savoir comment les éviter ou les minimiser.

Des dommages surviennent lorsque la végétation de surface ou de minuscules communautés d'organismes sont piétinées sans espoir de rétablissement. L'érosion et la formation de sentiers indésirables s'ensuivent. Les voyages dans l'arrière-pays prennent place sur des sentiers déjà établis ou hors-piste.

### **Voyager sur les sentiers**

Lorsque vous voyagez dans des territoires achalandés, centralisez vos activités et utilisez les sentiers aménagés par les gestionnaires de territoires pour accommoder les visiteurs; une solution nécessaire à la préservation de l'environnement de l'arrière-pays. Bien que ces sentiers provoquent aussi un impact négatif sur l'environnement, ils sont facilement identifiables et concentrent le trafic à des endroits précis. De plus, ils préviennent la formation de sentiers indésirables, lesquels nuisent à l'environnement et dégradent les paysages. Mieux vaut voyager sur un sentier bien conçu que sur plusieurs pistes mal définies et dangereuses.

L'usage d'un sentier est recommandé partout où cela s'avère possible. Encouragez les membres de votre groupe à demeurer sur le sentier et, lorsque le sentier zigzague (en grimpant une colline, par exemple), à ne prendre aucun raccourci à travers la broussaille. Lors des périodes de repos ou si le groupe décide de faire une pause hors-piste, les usagers doivent laisser de la place aux autres.

(De temps en temps, incitez les membres de votre groupe à se reposer et à profiter de l'occasion pour communiquer entre eux et, surtout, ne criez pas sur les pistes.

Habituellement, les bruits intenses ne sont pas les bienvenus dans les espaces sauvages et naturels.)

### **Voyager hors des sentiers battus**

Dans les zones vierges (sauf dans certains endroits désertiques), faites en sorte que l'utilisation et l'impact de votre groupe soient dispersés. Tout déplacement hors des sentiers battus, tels que les excursions dans les territoires isolés, la recherche d'un lieu à l'abri des regards pour aller à la toilette ou l'exploration des alentours d'un campement, est considéré comme un déplacement hors-piste. Deux facteurs importants déterminent l'impact des déplacements hors-piste : la durabilité des surfaces et de la végétation et la fréquence des déplacements (ou la taille du groupe).

La durabilité se rapporte à l'aptitude des surfaces ou de la végétation à résister à l'usure ou à demeurer dans une condition stable.

La fréquence d'utilisation et la taille du groupe se rapportent au piétinement que pourrait subir une zone sauvage ou aux tamponnements répétés qu'un petit secteur devra endurer.

## **Durabilité de la surface**

Tous les amateurs de plein air devraient connaître le concept de la durabilité car toutes les surfaces naturelles ne répondent pas de la même façon aux déplacements dans l'arrière-pays.

- Roche, sable et gravier : ces surfaces demeurent très durables et peuvent tolérer des piétinements répétés et une détérioration excessive; (cependant, les lichens qui poussent sur les roches sont vulnérables aux frottements répétés).
- Glace et neige : comme l'impact sur ces surfaces sera temporaire, elles demeurent un bon choix pour les déplacements dans la mesure où les précautions appropriées auront été prises et que la couche de neige s'avérera d'une épaisseur suffisante pour protéger la végétation sous-jacente.
- Végétation : la résistance de la végétation au piétinement varie selon le type de plantes et la localisation; soyez minutieux au moment d'évaluer vos choix. Optez pour des endroits où la végétation est tenace et se régénère rapidement ou pour des lieux où la végétation clairsemée s'évite facilement. Bien que la flore séchée résiste bien au piétinement, la végétation dans les baissières souffrira énormément, laissant ainsi des traces, ce qui encouragera les nouveaux venus à emprunter le même chemin. En règle générale, si vous devez voyager hors-piste, divisez votre groupe afin d'éviter de créer des sentiers indésirables, d'autant plus que d'autres personnes pourraient vous suivre et multiplier les impacts. Si possible, évitez les zones de végétation, surtout dans les pentes abruptes où les effets d'une excursion hors-piste sont amplifiés.
- Croûte cryptobiotique : la croûte cryptobiotique que l'on retrouve dans les environnements désertiques est extrêmement vulnérable aux randonnées pédestres. Cette croûte, composée de minuscules communautés d'organismes vivants, offre l'apparence de plaques noirâtres en relief sur le sable. Elle conserve l'humidité dans les climats désertiques et fournit une couche protectrice qui empêche l'érosion. Comme un seul pas peut détruire cette couche, il s'avère d'une importance capitale d'utiliser les sentiers déjà aménagés dans ces zones et aucun déplacement ne devrait avoir lieu sur cette croûte à moins que cela ne soit absolument nécessaire. Si vous devez voyager hors-piste, marchez sur des pierres ou autres surfaces durables autant que possible et, au besoin, suivez-vous en file indienne en mettant vos pieds exactement dans les empreintes laissées par la personne qui vous précède. Vous remarquerez que ce conseil est exactement à l'opposé de ce qu'il faut faire dans les zones végétatives (le vélo de montagne sur cette croûte doit être évité à tout prix.)
- Flaques et borbiers désertiques : pour la faune du désert, l'eau se veut une ressource rare; ne marchez pas dans les flaques d'eau ou les borbiers que vous rencontrez dans les zones désertiques et, surtout, ne troublez pas l'eau de surface car ces cuvettes abritent une myriade de petits organismes vivants.

## **Camper sur des surfaces durables**

Le choix d'un site adéquat pour camper est probablement l'aspect le plus important d'une expédition à faible impact dans l'arrière-pays; le jugement et les informations disponibles entrent en jeu, ce qui suppose souvent un compromis entre les impacts écologiques et les objectifs sociaux. Une décision relative au choix d'un site devrait être basée sur les renseignements concernant le niveau et l'usage permis dans une zone, la fragilité de la végétation et du sol, la probabilité de perturber la faune, une évaluation des dommages antérieurs et les risques éventuels des impacts que votre groupe pourraient causer.

## **Choisir un site de camping dans les régions achalandées**

Pour profiter de la solitude, ne campez pas près des cours d'eau ou des sentiers et choisissez un site discret à l'abri des regards des autres usagers. Si vous campez trop près d'un cours d'eau ou d'un lac, vous pourriez bloquer les voies d'accès aux animaux sauvages. En ce qui a trait au choix d'un emplacement de camping, obéissez aux règlements en vigueur et ce, en tout temps. À la fin de la journée, accordez-vous assez de temps et d'énergie pour trouver un site adéquat. La fatigue, le mauvais temps et les départs tardifs ne constituent pas des excuses valables pour sélectionner des sites inappropriés ou fragiles.

De préférence, campez sur des sites ayant déjà subi un impact tel que votre présence ne pourra pas les endommager davantage. Dans les zones populaires, ces endroits sont faciles à repérer parce que toute la végétation a été détruite. Dans les zones hors-piste, un endroit sans végétation indique la présence de roches-mères ou de bancs de sable.

Dans les zones particulièrement sensibles aux dommages, les tentes, les pistes et les aires de préparation des repas devraient être concentrées sur des emplacements ayant déjà subi des impacts. L'objectif consiste à confiner les impacts aux endroits affichant déjà des signes d'utilisation pour ne pas élargir la zone de perturbation. Lorsque vous levez le camp, assurez-vous que le site est bien nettoyé et attirant pour les autres campeurs qui suivront.

## **Camper dans les régions vierges isolées**

Normalement, les endroits vierges sont isolés, peu fréquentés et n'ont subi aucun impact; avant de les visiter, assurez-vous de maîtriser les techniques Sans trace et appliquez-les une fois sur place.

Dans les sites à l'état vierge, le fait de disséminer les tentes, d'utiliser différentes routes pour les promenades dans le campement et de déménager le campement chaque soir assurera la préservation de l'environnement. L'objectif consiste à minimiser l'impact à chaque endroit. Si possible, installez les tentes et l'aire de cuisson sur des surfaces durables, préférablement sur de grandes dalles rocheuses. Au camp, troquez vos bottines pour des espadrilles ou des souliers de tennis et réduisez au strict minimum les activités autour de la cuisine ou de l'endroit où les sacs à dos sont dissimulés. Surtout, regardez où vous mettez les pieds pour ne pas comprimer la végétation. Modifiez les trajets utilisés pour aller chercher de l'eau et servez-vous de contenants pour diminuer le nombre de voyages. Vérifiez les règlements en vigueur mais, en général, ne campez jamais à moins de 70 mètres d'un cours d'eau ou d'un lac.

Au moment de lever le camp, prenez le temps de naturaliser le site. En recouvrant les endroits abrasés avec des détritux végétaux tels que des aiguilles de pin, en effaçant les empreintes et en raclant, avec un bout de bois, les endroits où la végétation a été emmêlée aidera le site à se remettre de votre passage et dissimulera son utilisation comme campement, ce qui le rendra moins susceptible d'être réutilisé par d'autres voyageurs. Un site de camping à l'état sauvage aura plus de chance de demeurer vierge s'il n'est utilisé qu'une fois.

Dans les terres arides, un site de camping à l'état original, sans signe d'utilisation préalable, s'avère un excellent choix en autant qu'il est situé sur une surface durable dépourvue de végétation, telle que la roche, le gravier ou le sable. Un site déjà compacté fera aussi l'affaire, car vous ne pourrez l'endommager davantage. Cependant, assurez-vous que ce site pourra accommoder tout votre groupe. En aucun temps vous devriez camper sur un sol cryptobiotique, dans des îlots de végétation ou dans les précieuses bandes vertes des

criques et des ruisseaux désertiques. Lorsque vous campez sur le fond sablonneux d'une rivière ou d'un cours d'eau asséché, ou un autre endroit susceptible d'être inondé, prenez garde aux crues soudaines.

Les aires de préparation des repas et les lieux de disposition des tentes et des sacs à dos devraient être aménagés sur la roche, le sable ou le gravier. Choisissez soigneusement des chemins durables pour vous déplacer aux différents endroits de votre campement, afin d'éviter de créer des sentiers connexes. Comme l'objectif consiste à minimiser le tamponnement et la compaction dans un endroit particulier de votre campement, modifiez votre trajet et ne séjournez pas plus de deux nuits sur le même site.

Ne procédez jamais au raclage ou au nettoyage des sites de campement pour y enlever les matières organiques telles que les feuilles ou autres débris naturels et minimisez le déplacement des roches et du gravier. Les débris organiques aident à amortir l'effet d'écrasement produit par les poids lourds, limitent la compaction des sols, relâchent des nutriments pour les plantes et réduisent l'érosion causée par la pluie. Déplacer les roches enrobées de lichen et de vernis, mieux connues sous le nom de pavés du désert, peut engendrer un impact qui durera des centaines d'années. Une fois retournées ou déplacées, ces roches sont difficiles à remettre en place et les lichens et le vernis ne repousseront pas durant notre vie.

### **Camper dans un couloir fluvial**

Les couloirs fluviaux sont d'étroites bandes de terre et d'eau comportant peu d'espace de dispersion des activités humaines. Les campements sont souvent désignés. En règle générale, mieux vaut camper sur un site identifié près des plages et des bancs de sable, ou sur un site sans végétation sous la laisse de crue.

### **3- Gérez adéquatement les déchets**

#### **Minimiser les impacts humains**

**Les déchets humains:** l'importance de l'élimination adéquate des matières fécales s'avère primordiale pour éviter de contaminer des sources d'eau, d'empêcher tout contact avec d'autres usagers, de minimiser la possibilité de répandre les maladies et de maximiser le taux de décomposition.

Dans la plupart des endroits, le fait d'enterrer les résidus humains demeure la seule méthode réellement efficace pour pallier aux dangers que ces déchets représentent et pour satisfaire aux critères du Programme Sans trace. Dans les lieux étroits tels que les gorges ou les canyons fluviaux, les déchets solides doivent être transportés à l'extérieur. Les agences de gestion du territoire pourront vous indiquer les règlements particuliers propres à chaque secteur.

Contrairement à la croyance populaire, l'enfouissement des déchets humains en ralentit la décomposition, du moins dans les Rocheuses où des pathogènes microbiens ont été découverts plus d'un an après leur enfouissement. Cependant, à la lumière des risques associés aux fèces, la meilleure façon de s'en débarrasser efficacement demeure, à toutes fins utiles, l'enfouissement. À cause de la lenteur de la dissolution et de la décomposition, il importe de choisir un site convenable, loin des cours d'eau et des lacs, des campements et des autres endroits passablement fréquentés.

**Les trous sanitaires (catholes):** les trous sanitaires, situés à plus de 70 mètres des cours d'eau, des sentiers et des campements, se présentent sans contredit comme la méthode par excellence pour se débarrasser des déchets humains. Trouvez un site discret où les autres usagers ne seront pas susceptibles de marcher ou de camper et, avec une truelle, creusez un trou de six à huit pouces de profondeur et de quatre à six pouces de diamètre. Une fois terminé, recouvrez le trou de terre et camouflez-le avec des matières organiques telles que des feuilles mortes et des brindilles. Si vous campez sur un site pendant plusieurs jours ou en compagnie d'un bon nombre d'individus, dispersez les trous sanitaires sur une grande étendue.

Les trous sanitaires individuels, méthode de prédilection pour se débarrasser des déchets humains, comportent plusieurs avantages:

1. ils sont faciles à creuser dans la plupart des régions;
2. ils sont faciles à camoufler;
3. ils offrent un sentiment d'intimité;
4. ils permettent la dispersion des déchets au lieu de les concentrer au même endroit,
5. hâtant la décomposition des matières fécales;
6. ils sont faciles à dissimuler, loin des regards et des lieux achalandés.

#### **Choisir un emplacement approprié**

1. Choisissez un emplacement situé à au moins 70 mètres ou plus d'un cours d'eau.
2. Assurez-vous qu'il s'agira d'un site discret, loin des sentiers battus (broussailles denses, près d'un arbre jonchant le sol ou sur une pente douce).
3. Si vous campez avec un groupe ou au même endroit pendant deux jours ou plus, disséminez les trous sanitaires un peu partout dans la nature. Ne réutilisez pas un trou déjà creusé.

4. Cherchez un site possédant une épaisse couche de sol organique. Ces matières organiques pullulent d'organismes microbiens qui aideront à éliminer ces déchets. (Un riche sol organique est généralement de couleur noire). Dans une zone désertique, un sol organique peut s'avérer difficile, voire impossible, à localiser. Suivez les instructions à l'étape 2 ci-dessous, sous la rubrique " Creuser un trou sanitaire ".
5. Dans la mesure du possible, faites en sorte que votre trou soit localisé au grand soleil. La chaleur accumulée facilitera la décomposition.
6. Pour garder les fèces hors de l'eau, choisissez un site surélevé, assurant ainsi un bon drainage, ce qui permettra aux déchets de se lessiver dans le sol avant d'atteindre un cours d'eau ou la nappe phréatique.

### **Creuser un trou sanitaire**

1. Une petite truelle de jardin s'avère l'outil idéal pour creuser un trou sanitaire.
2. Creusez un trou de six à huit pouces de profondeur (la longueur de la truelle) et de quatre à six pouces de diamètre. Dans un désert torride, la biodégradation est plutôt lente et les sols organiques se font rares. Trouvez un endroit approprié et creusez un trou de seulement quatre à six pouces de profondeur. Le soleil et la chaleur accumulée accéléreront la décomposition.
3. Une fois terminé, remplissez le trou avec la terre originale et camouflez-le avec des brindilles ou autres matières indigènes.

**Les trous sanitaires dans les terres arides** : le trou sanitaire est la meilleure méthode pour se débarrasser des déchets humains dans les endroits arides. Creusez votre trou à au moins 70 mètres d'un cours d'eau, d'un campement ou d'un sentier. Évitez les lieux où l'eau pourrait couler ou s'accumuler tels que les criques sablonneuses même si elles sont à sec à ce moment-là. Choisissez un site offrant le maximum d'exposition au soleil, afin de faciliter la décomposition, car les rayons du soleil peuvent pénétrer à une profondeur de plusieurs pouces dans les sols désertiques, tuant les pathogènes présents dans les fèces. Des pentes orientées vers le Sud et les crêtes offrent aussi une excellente exposition au soleil et à la chaleur par comparaison aux autres endroits situés près des sentiers.

**Latrines** : bien que les trous sanitaires soient recommandés dans la plupart des cas, parfois, une latrine sera plus appropriée surtout si de jeunes enfants vous accompagnent ou si vous demeurez plus d'une nuit au même endroit. Pour aménager une latrine, utilisez les mêmes critères que pour un trou sanitaire. Comme une grande concentration d'urine se décompose assez lentement, le choix de l'emplacement exigera une attention particulière. Une bonne méthode pour hâter la décomposition et camoufler les odeurs consiste à ajouter une poignée de terre après chaque miction. Informez-vous auprès du gestionnaire du territoire sur la meilleure façon de construire une latrine.

**Papier hygiénique** : utilisez avec parcimonie du papier hygiénique standard, de couleur blanche et non parfumé. La meilleure façon de se débarrasser du papier hygiénique consiste à l'enfouir dans le trou sanitaire ou à le transporter avec soi. Cependant, le " papier " naturel demeure le préféré des campeurs et ce, depuis plusieurs années. Bien employée, cette méthode s'avère tout aussi sanitaire que le papier hygiénique standard, mais sans les impacts associés à son utilisation. Parmi le " papier " naturel, on retrouve les pierres, la végétation et la neige. Évidemment, vous devrez pratiquer avant de tirer profit de cette méthode, mais les résultats en valent la peine! Habituellement, le fait de brûler du papier hygiénique dans un trou sanitaire n'est pas recommandé.

**Papier hygiénique dans les terres arides** : dans une zone aride, le fait d'entreposer le papier dans un sac de plastique et de l'emporter avec soi demeure sans contredit la meilleure façon d'appliquer le Programme Sans trace. Le papier hygiénique ne devrait pas être brûlé car vous risquez de déclencher des feux de broussailles ou de forêts.

**Tampons hygiéniques** : placez les tampons hygiéniques dans des sacs de plastique et emportez-les avec vous. Surtout ne les enfouissez pas car ils se décomposent difficilement et les animaux sauvages les repèreront facilement. Seul un feu intense peut les brûler complètement et vous connaissez les principes Sans trace au sujet des feux ardents.

**Urine** : l'urine a peu d'effet sur la végétation ou le sol. Cependant, dans certains cas, celle-ci peut attirer la faune à la recherche de sel. Ces animaux peuvent défolier les plantes et retourner indûment le sol avoisinant. Il est préférable d'uriner sur des roches, sur des aiguilles de pin ou sur du gravier car l'urine n'attirera pas les animaux. Vous pouvez aussi diluer l'urine avec l'eau de votre bouteille pour minimiser les impacts négatifs sur l'environnement.

**Considérations spéciales pour les terrasses fluviales** : en ce qui concerne le Programme Sans trace, les gorges fluviales représentent un unique problème. La méthode la plus commune consiste à uriner directement dans la rivière et à déposer les déchets solides dans une boîte scellée à emporter avec soi. Vérifiez auprès du gestionnaire du territoire quelle est la pratique recommandée pour votre secteur.

#### 4- **Laissez intact ce que vous trouvez**

Laissez aux autres usagers le soin de pleinement apprécier leurs découvertes. Ne touchez pas aux pierres, aux plantes, aux artefacts archéologiques ou autres objets d'intérêt. Les activités dont il est question en vertu de ce principe Sans trace se rapportent aux artefacts culturels; cependant, il en va aussi de plusieurs aspects des autres activités de plein air. L'information qui suit vous renseignera sur les moyens et les méthodes à utiliser pour préserver les endroits naturels.

**Minimisez les modifications apportées à un site** : laissez tout tel que vous l'avez trouvé. Ne creusez pas de tranchées pour les tentes et ne construisez pas d'abris, de tables, de chaises ou d'autres objets rudimentaires. Si vous nettoyez un site (roches, brindilles, cocottes...), remplacez ces articles avant de quitter les lieux. Sur un site particulièrement vulnérable, nettoyez-le de toutes ordures ou déchets et démontez les installations telles que les emplacements multiples de feux de camp, les chaises et les tables. Les bons sites de camping se trouvent, ils ne se fabriquent pas.

En certains endroits, si une installation, telle un simple emplacement de feu de camp, est aménagée selon les règles de l'art et les règlements en vigueur, laissez-la telle quelle. Par exemple, si vous démolissez cet emplacement, vous créez un impact car quelqu'un d'autre devra le rebâtir en utilisant de nouvelles pierres, etc. Apprenez à évaluer chaque situation.

**Évitez d'endommager les arbres et les plantes** : ne plantez pas de clous dans les arbres pour y accrocher vos vêtements, évitez d'inciser l'écorce avec une scie ou une hachette et n'attachez pas votre tente à des arbres car les câbles de hauban les ceinturant pourraient les tuer. De plus, le fait de graver ses initiales sur un arbre est inacceptable. Couper des branches ou des touffes de buisson pour s'en servir comme matelas ne comporte pas de grands avantages; au contraire, cela crée un impact maximal. Procurez-vous plutôt un petit matelas en mousse dans une boutique d'articles de camping.

Le fait de cueillir quelques fleurs ne vous semblera pas comme créer un impact sur l'environnement mais, détrompez-vous, car si tous les usagers faisaient de même, l'impact serait majeur. Au lieu de cueillir une fleur, prenez une photo ou dessinez-la. Les campeurs chevronnés pourront consommer des plantes ou des racines comestibles de temps à autre; cependant, ils prendront toutes les précautions nécessaires pour ne pas épuiser ces denrées rares et ne dérangeront pas les plantes qui sont lentes à se reproduire.

**Laissez les objets naturels et les artefacts culturels en place** : les beaux objets naturels ou d'intérêt, tels que les bois de cerf ou d'original, une pièce de bois pétrifié ou une roche multicolore réjouiront les autres visiteurs et feront battre leur cœur d'aventuriers. Donnez aux autres la possibilité de jouir de ces découvertes. Dans les parcs nationaux et dans quelques endroits protégés, il est interdit de ramasser et d'emporter des objets naturels.

Le même code d'éthique s'applique aux artefacts culturels trouvés sur les terres publiques. Les artefacts tels que les fragments de poterie, les pointes de flèche, les structures et même les bouteilles antiques trouvés sur les sites archéologiques et les sites historiques situés sur les terres publiques sont protégés par la loi.

## 5- Minimisez l'impact des feux

Les feux de camp, empreints d'histoire et de tradition, étaient autrefois nécessaires pour la préparation des aliments et le chauffage. Une foule de personnes associe le camping aux feux de camp. Dans les territoires sauvages, chaque campeur devrait être en mesure de faire un feu bien que l'apparence de nombreux lieux et sites de campement se soit grandement détériorée sous l'effet des désastres causés par une surabondance d'emplacements et la demande, démesurée et sans cesse croissante, pour le bois de chauffage.

L'apparition de réchauds légers et efficaces, facilement transportables, a quelque peu atténué l'impact causé par ces feux traditionnels. Dans l'esprit des campeurs, les réchauds se sont imposés comme un article essentiel apte à réduire l'impact sur l'environnement. En plus de permettre une cuisson rapide et souple, ces réchauds ont éliminé la demande en bois de chauffage que l'on prélevait autour des sites de camping. Polyvalents, ils s'allument facilement et ce, même dans les conditions atmosphériques les plus maussades. Somme toute, ils ne laissent pas de trace.

### **Devriez-vous allumer un feu?**

1. Pour toute personne désirant allumer un feu de camp, la considération la plus importante à prendre en compte demeure, sans aucun doute, les dommages éventuels causés à l'arrière-pays.
2. Vérifiez auprès de l'agence qui gère le territoire s'il existe des restrictions contre les feux à ciel ouvert, et évaluez le danger éventuel que pourrait poser un feu de camp selon la saison et l'emplacement choisi.
3. Assurez-vous que le prélèvement du bois de chauffage ne laissera pas de traces apparentes dans l'environnement.
4. Dans les lieux alpins ou désertiques particulièrement hostiles, et en prenant en considération les dures conditions de croissance auxquelles les arbres et les buissons sont soumis, assurez-vous de ne pas nuire à la régénération des espèces végétales lorsque vous prélevez du bois de chauffage.
5. Enfin, assurez-vous que tous les membres de votre groupe possèdent les connaissances nécessaires pour allumer un feu qui ne laissera aucune trace.

### **Minimiser l'impact d'un feu de camp**

Si vous devez allumer un feu, campez dans un endroit boisé ou près d'un bois. Si vous planifiez une excursion de camping sur les hauteurs ou sur une crête, ou dans une zone achalandée, ou encore dans des zones arides ou désertiques, utilisez un réchaud. N'oubliez pas, un vrai feu Sans trace ne laisse aucune trace derrière lui.

**Les emplacements existants** : dans un site de camping bien situé, un emplacement utilisé au préalable restera toujours l'endroit tout indiqué pour allumer un feu de camp. Ne faites pas un gros feu et laissez-le s'éteindre une fois la besogne terminée. Assurez-vous que tout le bois est réduit en cendres avant de l'éteindre complètement avec de l'eau, et non avec de la terre, car celle-ci pourrait couvrir les cendres chaudes, avec les résultats que l'on connaît. N'aménagez pas un feu de camp sur un endroit vierge, rocheux ou rocailleux, car les traces noires demeureront visibles pendant plusieurs années.

**Les feux sur buttes** : ces feux sont faciles à aménager à l'aide d'une truelle, d'un grand sac et d'une toile ou d'un sac à ordures en plastique pour recouvrir le sol.

Ramassez de la terre minérale, du sable ou du gravier sur un emplacement déjà utilisé. Le trou laissé par les racines d'un arbre jonchant le sol est une excellente source de terre. Étendez la toile sur l'emplacement prévu du feu de camp et construisez une petite butte en terre, de forme circulaire et d'une épaisseur de 3 à 5 pouces et aplatissez-la. L'épaisseur de la butte s'avère cruciale car celle-ci isolera le sol de la chaleur émise par le feu. La toile ou le sac à ordures facilitera le nettoyage. La circonférence de la butte devrait excéder celle du feu pour empêcher les braises de se répandre

directement sur le sol. Ce type de feu comporte un avantage important : il peut être aménagé sur un sol rocailleux, sur un gros rocher ou sur une surface organique composée de débris végétaux, d'humus ou d'herbages.

**Les feux de cuvettes** : une splendide solution pour remplacer les autres types de feu de camp. Une cuvette en métal, une grille de barbecue, un baril en métal peu profond... tous s'offrent comme une solution idéale pour assurer la sécurité d'un feu en plein air. Pour être efficace, les parois de la cuvette devraient s'élever à une hauteur d'au moins 3", et celle-ci devrait être installée sur un rocher ou entourée de terre minérale pour empêcher la chaleur d'atteindre le sol.

**Le bois de chauffage et le nettoyage** : ne touchez pas aux arbres debout, morts ou vivants, car ceux-ci servent d'abris aux oiseaux et aux insectes. Les arbres qui jonchent le sol procurent un abri aux oiseaux et aux animaux, augmentent la capacité de rétention d'eau du sol et, après leur décomposition, recyclent les nutriments dans l'environnement. De plus, le fait d'arracher des branches d'un arbre debout ou au sol détruit l'apparence naturelle d'un site.

- N'utilisez pas de scie ou de hachette pour couper les branches d'arbres, morts ou vivants. Optez plutôt pour les petites branches mortes jonchant le sol car elles brûlent facilement, se ramassent bien et n'occasionnent que peu d'impact sur l'environnement.
- Utilisez des branches d'un diamètre moindre que celui de votre poignet, étant donné qu'elles se cassent aisément avec les mains.
- Ne ramassez pas toutes les branches autour d'un campement et, s'il le faut, allez plus loin. Sur les rives d'une rivière ou d'un lac, ramassez le bois sec sur le rivage.
- Réduisez tout le bois en cendres, écrasez les charbons entre vos mains gantées, éteignez bien le feu avec de l'eau et répandez les cendres froides sur une grande surface loin du campement. Dans les gorges riveraines, emportez les cendres avec vous.
- Lorsque vous nettoyez un feu sur butte ou dans une cuvette, remplacez la terre où vous l'avez trouvée.
- Éparpillez le bois qui reste pour conserver l'aspect naturel du site.
- Ne brûlez jamais d'ordures dans un feu de camp, surtout celles en plastique ou doublées d'un papier d'aluminium.

### **Sécurité**

- Assurez une supervision adéquate des jeunes enfants autour d'un feu de camp ou près d'un réchaud.
- Suivez le mode d'emploi d'un réchaud ou d'un combustible à la lettre.
- Utilisez seulement des contenants de combustible homologués.
- Ne laissez jamais un feu sans surveillance.
- N'entrez jamais de bois ou un autre combustible près du feu.
- Éteignez tous les feux avec soin.

## **6- Respectez la vie sauvage**

Apprenez à connaître la faune en l'observant discrètement. Ne dérangez pas les animaux (ou les plantes) sous le prétexte de les " observer de plus près ". Gardez toujours vos distances afin de ne pas les effrayer, les forçant ainsi à fuir. De plus, lors de vos observations, pour ne pas causer de dommages irréparables à l'environnement, et effaroucher les bêtes sauvages, divisez votre groupe en sous-groupes plus petits pour minimiser vos impacts.

Les mouvements brusques et les bruits excessifs dérangent les animaux sauvages. Voyagez silencieusement et ne les poursuivez pas, ne les nourrissez pas et ne les forcez pas à s'enfuir. Cependant, sur le territoire des ours, faite un peu de bruit pour ne pas les surprendre. Lorsque la température s'avère particulièrement chaude, ou par temps glacé, un dérangement peut nuire à l'appétit que possède un animal à survivre dans un climat rigoureux. En règle générale, ne touchez pas, ne vous approchez pas, ne nourrissez pas et ne prenez pas un animal sauvage dans vos bras car vous pourriez augmenter son stress. De plus, il vous est impossible de savoir si un animal est infecté par la rage ou par d'autres maladies. Les animaux malades ou blessés peuvent vous mordre, vous frapper du bec, vous égratigner et vous envoyer à l'hôpital. Les jeunes animaux, enlevés ou touchés par des gens soucieux de leur survie, peuvent être abandonnés par leurs parents. Si vous trouvez un animal malade ou en mauvaise posture, avisez le garde forestier.

Les campeurs attentifs observent les animaux sauvages de loin, les évitent autant que possible, entreposent leur nourriture dans des endroits sûrs et ne laissent traîner aucun déchet ou reste de table. N'oubliez pas qu'un animal dans son habitat naturel est chez lui; le visiteur, c'est vous.

Accordez un libre accès aux animaux le long des cours d'eau et des lacs et laissez-leur suffisamment d'espace pour ne pas les gêner lorsqu'ils voudront boire. Ils se sentiront en sécurité. Pour minimiser les dérangements à la faune et les impacts environnementaux, campez à 70 mètres ou plus d'un cours d'eau. Dans les zones arides ou désertiques, ne vous approchez pas des trous d'eau la nuit, car plusieurs espèces sauvages en profitent pour se désaltérer et se nourrir et vous pourriez les effrayer. Lorsque l'eau se fait rare dans ces territoires, les voyageurs doivent s'efforcer de réduire les impacts envers les animaux qui ne cherchent qu'à survivre.

Lorsque vous vous lavez, ou que vous disposez de vos déchets humains, prenez garde de ne pas polluer l'environnement et de ne pas nuire à la préservation de la faune et de la vie aquatique. Dans la plupart des cas, vous pouvez vous baigner dans les lacs et les cours d'eau mais, dans les territoires arides, ne vous baignez pas dans les trous d'eau; vous pourriez les polluer, ce qui empêcherait les animaux de s'y désaltérer.

## **7- Respectez les autres usagers**

Un des plus importants éléments du code d'éthique lors d'activités en plein air consiste à démontrer de la courtoisie envers les intervenants et les autres usagers, afin que tous puissent apprécier leur aventure.

Plusieurs usagers se rendent dans la nature avec un seul but en tête : écouter le murmure de Dame Nature et s'intégrer au paysage. Les bruits excessifs, les animaux domestiques sans laisse et les dommages à l'environnement ne sont certainement pas appréciés. De plus, ces nuisances font en sorte de rendre un peu moins charmante une expérience que certains anticipaient avec beaucoup d'impatience. Alors, lorsque vous voyagez, ne faites pas de bruits excessifs et, si vous apportez votre radio ou votre lecteur de cassettes ou de CD, utilisez des écouteurs pour ne pas déranger les autres usagers.

N'oubliez pas que le sentiment de solitude que plusieurs recherchent, surtout dans les aires ouvertes et les grands espaces, s'accroît lorsque les groupes sont de taille moyenne, car les contacts sont rares et le comportement de tous se veut discret. Pour maximiser votre sentiment d'intimité, évitez de voyager les jours de congé ou durant les fins de semaine achalandées et planifiez votre voyage hors saison.

Sur les sentiers, les fermiers et les résidents qui conduisent leur bétail ou leur cheval au champ ou à la maison ont priorité. Les randonneurs et les amateurs de vélo devraient s'arrêter sur le côté de la pente longeant le sentier. Parlez doucement aux cavaliers lorsqu'ils passent devant vous car un cheval se cabre facilement.

Reposez-vous sur des surfaces durables, loin des sentiers battus. N'oubliez pas que les usagers qui parcourent des territoires isolés doivent faire davantage attention aux bruits et aux impacts sur l'environnement. Lorsque vous choisissez un site de camping, privilégiez un lieu discret derrière des rochers ou des arbres plutôt qu'un endroit à découvert, à la vue de tous.

Dans le campement, minimisez le bruit afin de ne pas déranger les autres campeurs ou les passants sur le sentier. Le fait de jouer des tours et de refuser d'aider à monter le camp, sous prétexte que vous êtes fatigué, ne sont certainement pas des comportements sociaux acceptables, non plus que de jouer au ballon ou à d'autres jeux en groupe, car cela pourrait entraîner des blessures graves, voire mortelles.

Des vêtements et du matériel (tentes et sacs à dos) de couleur criarde peuvent être vus de loin et ne sont pas recommandés dans les territoires sauvages, surtout lorsque ceux-ci sont à découvert. Pour diminuer l'impact visuel, portez plutôt des vêtements de couleur neutre ou terne comme le brun et le vert, des couleurs qui s'adaptent bien au paysage.

Lors de vos excursions en vélo de montagne, gardez le contrôle de votre bicyclette et ce, en tout temps. Avant de doubler un autre usager, annoncez votre présence d'un ton poli et faites preuve de prudence.

Gardez vos animaux domestiques sous contrôle en tout temps ou laissez-les à la maison. Fido ne fait pas partie de la faune sauvage. De plus, les chiens qui courent en toute liberté sont loin d'être les bienvenus : ils jappent, ils effraient les gens, ils laissent des "cadeaux" partout et, surtout, ils effarouchent les animaux sauvages. N'oubliez pas, si votre chien vous accompagne, vous devrez ramasser ses excréments dans les campements et les sentiers et,

au choix, les enfouir dans un trou sanitaire ou les emporter avec vous. Certains territoires interdisent les chiens sur les sentiers ou hors-piste, alors que d'autres exigent le port d'une laisse.

Laissez les clôtures telles quelles et ne dérangez pas l'environnement car vous n'êtes pas seul sur le territoire. Les grands espaces et les territoires sauvages sont protégés à tout jamais; il nous appartient de les sauvegarder pour nos enfants et nos petits-enfants. Gardons-les propres, attrayants et accessibles au grand public pour les loisirs, la réflexion et la revitalisation! Dans les sites historiques et archéologiques, appréciez le décor et perfectionnez vos connaissances mais, d'abord et avant tout, respectez-les ainsi que les trésors qu'ils recèlent. Certains de ces sites et territoires sont sacrés aux yeux des autochtones, tandis que d'autres, importantes découvertes culturelles, nous remémorent notre patrimoine. À nous de les conserver!