

# Ski de randonnée responsable

Le ski de randonnée responsable organise montée et descente en tenant compte des risques de neige et de terrain, des capacités du groupe et des habitats où la faune limite ses dépenses hivernales.

## Réduire les dérangements dans les refuges hivernaux

Le ski de randonnée traverse parfois des zones où les animaux économisent leur énergie en hiver. Une trace de montée et des descentes dispersées peuvent multiplier les dérangements. Les zones de quiétude doivent être prises en compte dès la préparation.

## Évaluer les conditions sans se fier aux seules traces

Le choix de l'itinéraire doit aussi intégrer neige, avalanche, météo et capacités du groupe, avec les compétences et l'équipement nécessaires. Une trace existante n'est ni une garantie de sécurité ni une autorisation. Garder une alternative permet de renoncer à un secteur sensible.

## La dispersion des traces étend la perturbation

Plusieurs trajectoires réparties dans un versant exposent davantage de secteurs au passage humain qu'un déplacement concentré dans un itinéraire adapté. Cette extension peut multiplier les rencontres avec des animaux cachés dans leurs refuges. Elle s'évalue avec les zones de quiétude et les recommandations locales, sans jamais substituer un objectif écologique à l'analyse de sécurité. Le choix du terrain reste une décision combinant compétences nivologiques, conditions récentes et contraintes du milieu.

## Deux notions à connaître

**Manteau neigeux** - Ensemble des couches de neige présentes sur un terrain, dont les propriétés évoluent avec la météo et les transformations internes.

**Bilan énergétique hivernal** - Équilibre entre l'énergie acquise, dépensée et stockée par un organisme pendant l'hiver, influencé notamment par les ressources et les dérangements.

Rédaction FRT Guide, avec assistance IA. Les exemples expliquent des mécanismes ; ils ne constituent pas des observations réalisées sur un site précis.

# Observer et mettre en pratique

Ski de randonnée responsable

## Le repère essentiel

Préparez l'itinéraire avec les compétences nécessaires, les informations récentes et les zones à préserver. Gardez une alternative et acceptez le renoncement. En hiver, éviter de provoquer des déplacements inutiles de la faune complète la gestion des risques propres au terrain enneigé.

## Ma démarche en trois étapes

1. Préparez la sortie avec les informations nivologiques et les zones de quiétude actuelles.
2. Suivez les itinéraires compatibles avec votre niveau et les consignes locales.
3. Ne poursuivez pas les animaux ni leurs traces dans leurs refuges hivernaux.

## Un exemple concret

Une pente offre plusieurs descentes possibles, mais certaines traversent une zone de quiétude hivernale. Reporter le choix vers un itinéraire compatible évite des dérangements dispersés dans les refuges de la faune. La décision doit également rester cohérente avec les conditions nivologiques et les capacités du groupe : la protection écologique ne se raisonne pas séparément de la sécurité.

## La confusion à éviter

Une trace déjà marquée n'est ni une expertise de la neige ni une validation de l'accès. Elle peut avoir été créée dans d'autres conditions ou par des personnes poursuivant un projet différent. La suivre sans analyse transfère une décision inconnue à son propre groupe.

## Vérifier ma compréhension

Une trace de ski prouve-t-elle qu'un passage est sûr et autorisé ?

- A. Non, elle ne garantit ni les conditions ni le droit de passage.
- B. Oui, si elle semble récente.
- C. Oui, si plusieurs personnes l'ont suivie.

Correction : A. La décision doit reposer sur les informations actuelles, les compétences et les règles du secteur.

## Mon observation : lieu, date, indices et limites

.....

.....

.....

## Sources et version en ligne

FFRandonnée · Les bons gestes

FFRandonnée · Limiter son impact dans la nature

<https://guide.rando-map.fr/mediatheque/public/outdoor-responsable/article-ski-de-randonnee-responsable>