

COMMUNIQUÉ DE PRESSE | BERNE, LE 3 JUIN 2024

## CAMPAGNE DE SENSIBILISATION COMMUNE **LE CAS ET SUISSE RANDO FONT CAMPAGNE SOUS LE HASHTAG #POSETAPECHE**

Faire ses besoins est un sujet tabou. Lors des activités en plein air, l'ignorance et l'indifférence à cet égard laissent des traces apparentes qui peuvent gâcher les expériences en pleine nature. Le Club Alpin Suisse CAS et l'association Suisse Rando mènent une campagne commune afin de sensibiliser à cette problématique et donnent des conseils pour éviter de tels moments dérangeants en excursion.

Une vessie pleine amoindrit autant l'envie de randonner que la vue de mouchoirs en papier abandonnés gâche un panorama idyllique. Cependant, ne pas se soulager correctement n'est pas seulement désagréable pour les amateurs d'activités en plein air, mais aussi nocif pour la nature. Lucie Wiget du Club Alpin Suisse CAS explique: «Un mouchoir en papier peut mettre jusqu'à cinq ans pour se décomposer. Et il ne faut pas non plus prendre les lacs de montagne et les ruisseaux pour des toilettes, car les substances nocives ou les résidus de médicaments présents dans les excréments peuvent polluer leurs eaux et nuire aux organismes qui y vivent», continue la spécialiste des sports de montagne respectueux de la nature. Afin de sensibiliser à cette problématique et d'expliquer le comportement approprié pour se soulager en plein air, le CAS et l'association Suisse Rando ont conçu une campagne commune pour les médias sociaux.

### **CONSEILS POUR BIEN FAIRE SES BESOINS EN PLEINE NATURE**

Faire la petite ou la grosse commission pendant une randonnée ou une excursion dans le respect de la nature n'est pas sorcier. L'idéal est de régler le problème avant qu'il ne se présente, déclare Lucie Wiget: «Les personnes prévoyantes planifient consciemment leur arrêt aux WC et n'ont pas à s'inquiéter de cacher ou d'éliminer leurs traces correctement.» Les deux organisations recommandent ainsi de faire un dernier passage aux toilettes avant de se mettre en route et d'utiliser les sanitaires des remontées mécaniques, des cabanes ou des restaurants. «Comme l'exploitation de ces infrastructures de montagne est onéreuse, l'achat d'une boisson ou d'un en-cas permet de surcroît de soutenir le travail des exploitantes et exploitants», souligne-t-elle. Pour celles et ceux qui ne peuvent se retenir jusqu'aux prochains WC, il convient de choisir un petit coin à l'écart du chemin, tout en faisant attention aux versants abrupts et autres risques que recèlent les abords des chemins balisés. Une cuvette ou un trou existant que l'on creusera avec une pierre pourra faire office de toilettes naturelles, puis on recouvrira ses besoins de terre ou de pierres. Les mouchoirs en papier et autres produits hygiéniques seront quant à eux glissés dans un sachet plastique et éliminés plus tard correctement dans une poubelle. Les brûler serait une très mauvaise idée en raison du risque d'incendie. Il convient par ailleurs de ne jamais faire ses besoins à moins de 50 mètres d'un point d'eau pour éviter toute pollution.

### **CAMPAGNE COMMUNE POUR SE SOULAGER PROPREMENT**

Aller «au petit coin» ou «là où le roi va seul»: il existe de nombreuses expressions pour parler des lieux d'aisance de manière politiquement correcte. Le CAS et Suisse Rando ont opté pour l'approche inverse en choisissant le hashtag #posetapeche, explique Vera In-Albon: «Pour nous, il était important d'appeler les choses par leur nom. Étant donné que la campagne est diffusée principalement sur les médias sociaux, un langage direct et sans équivoque s'y prête bien», continue la responsable de la communication numérique de Suisse Rando. Pour les deux organisations d'activités de plein air, il ne s'agit pas de provoquer, mais plutôt d'attirer l'attention sur un sujet important. Les trois vidéos sur

lesquelles la campagne s'appuie ne donnent ainsi pas de conseils moralisateurs sur le comportement à adopter, mais montrent avec humour ce qu'il ne faut pas faire. Vera In-Albon poursuit: «Les vidéos de la campagne dépeignent de manière amusante comment des moments dérangeants peuvent se présenter en randonnée si l'on ne respecte pas le guide du savoir-vivre en la matière.» Ces clips destinés aux médias sociaux ont été conçus et réalisés par Jon Guler. Joni Hedinger est à l'origine des éléments visuels clés. Les deux créatifs sont membres du collectif de photographes The Alpinists et ont déjà collaboré avec le CAS et Suisse Rando par le passé. Toutes les recommandations de comportement de la campagne «Pose ta pêche» sont décrites en détail sur la page d'accueil [www.posetapeche.ch](http://www.posetapeche.ch). Le Social Wall du site permet de publier les expériences de la communauté avec le hashtag #posetapeche. La campagne sera lancée le 3 juin.

---

## PAGE DE TÉLÉCHARGEMENT POUR LES MÉDIAS

Les vidéos et les images de la campagne peuvent être téléchargées [ici](#).

Les vidéos de la campagne se retrouvent également sur YouTube:

- [Pose ta pêche au bon endroit, les autres pourraient te suivre à la trace.](#)
- [Pose ta pêche au bon endroit, sinon c'est toi qui produis le clapotis.](#)
- [Pose ta pêche au bon endroit, utilise les toilettes de la cabane.](#)

## PERSONNES DE CONTACT

Vera In-Albon

Responsable de la communication numérique, Suisse Rando  
[vera.in-albon@schweizer-wanderwege.ch](mailto:vera.in-albon@schweizer-wanderwege.ch)

Lucie Wiget

Collaboratrice spécialisée libre accès et protection de la nature, Club Alpin Suisse CAS  
T 031 370 18 52 | [lucie.wiget@sac-cas.ch](mailto:lucie.wiget@sac-cas.ch)

## RESPONSABLES DE PROJET

SUISSE RANDO

Vera In-Albon, responsable de projet, Responsable de la communication numérique

Patricia Cornali, soutien de projet, Responsable de la communication institutionnelle

CLUB ALPIN SUISSE CAS

Lucie Wiget, responsable de projet, Collaboratrice spécialisée libre accès et protection de la nature

Muriel Bigler, soutien de projet, Collaboratrice spécialisée communication

MISE EN ŒUVRE GRAPHIQUE

Jon Guler, film

Joni Hedinger, photographie

## ASSOCIATION SUISSE RANDO

Un réseau de chemins de plus de 65 000 kilomètres relie les plus beaux paysages du pays. Cette offre unique au monde est l'une des grandes réalisations de l'association Suisse Rando et de ses 26 associations cantonales de tourisme pédestre. Depuis 1934, nous nous engageons en faveur de chemins de randonnée attrayants, sûrs et uniformément balisés. Notre travail consiste à planifier et à assurer la qualité de leur infrastructure mais aussi à informer et à inspirer un large public en lui proposant itinéraires, événements et publications. Nous encourageons ainsi la randonnée, une activité de loisir proche de la nature qui contribue à la prévention en matière de santé. Ces prestations, nous pouvons les fournir grâce à la participation de 2000 bénévoles et au soutien financier de donateurs et donatrices, de membres et d'entreprises.

[www.suisse-rando.ch](http://www.suisse-rando.ch)

## CLUB ALPIN SUISSE CAS

Depuis sa fondation en 1863, le Club Alpin Suisse CAS contribue au développement de l'espace alpin et de l'alpinisme. Il réunit celles et ceux que la montagne intéresse, promeut la pratique des sports de montagne par un large public et s'engage pour le développement durable et la sauvegarde de la montagne.

Le CAS: 320 000 nuitées par an, 180 000 membres, 30 000 livres vendus par an, 1863 fondation, 250 cours de formation par an, 153 cabanes, 110 sections, 5e plus grande association sportive en Suisse.

[www.sac-cas.ch](http://www.sac-cas.ch)