

Communiqué de presse

Berne, le 29. juin 2020

Expéditeur	"Service de presse du BPA"
Téléphone	+41 31 390 21 21
E-mail	medias@bpa.ch
Informations	medias.bpa.ch

Randonnée en montagne: tendance à la surestimation des capacités

Beaucoup choisissent des itinéraires trop difficiles

Pour pratiquer la randonnée en montagne, il faut avoir le pied sûr, ne pas souffrir de vertige et être suffisamment en forme. Si ce n'est pas le cas, la randonnée peut se révéler difficile. Une étude complète du BPA révèle que trop de personnes ne remplissent pas ces conditions sur les chemins de randonnée suisses. Manque de connaissances et surestimation des capacités comptent parmi les principales raisons pour lesquelles les randonneurs se mettent involontairement en danger. Pour savoir si l'on est prêt pour la randonnée, il existe un nouveau [Test en ligne - auto-évaluation](#).

La randonnée en montagne est l'un des sports les plus populaires en Suisse. 57 % de la population parcourt les chemins de randonnée helvétiques chaque année, et la tendance est à la hausse.

Des accidents graves se produisent régulièrement: chaque année, 40 personnes vivant en Suisse perdent la vie en randonnée en montagne, et 4000 se blessent grièvement, la majorité à la suite d'une chute. La randonnée en montagne peut être plus compliquée qu'il n'y paraît. Avoir le pied sûr, ne pas souffrir de vertige et être en forme font partie des conditions indispensables. Nombreux sont ceux qui l'ignorent, comme le montre un relevé du BPA - celui-ci fait partie d'une étude pluriannuelle complète sur les risques d'accident de randonnée en montagne, dont les conclusions seront publiées à la fin de l'automne 2020.

Un quart de la population n'est pas assez préparée physiquement

Près de 4200 personnes présentes sur les chemins de randonnées ont été interrogées sur leur condition physique. 26 % d'entre elles ont déclaré n'être que moyennement préparées voire pas du tout. 18 % ont également déclaré qu'elles n'avaient pas le pied particulièrement sûr, alors qu'elles se trouvaient sur un chemin de randonnée de montagne balisé blanc-rouge-blanc. Ceux-ci peuvent comporter des passages exposés avec un risque de chute, mais plus d'un tiers des personnes interrogées n'en avaient pas conscience.

Le choix de l'itinéraire de randonnée doit toujours se faire en fonction des capacités du membre le plus faible du groupe, ce qui n'est possible qu'avec une bonne préparation. À cet égard aussi, le relevé du BPA met en évidence des lacunes: 89 % des personnes interrogées avaient certes étudié la météo, mais seulement 71 % s'étaient préoccupées du temps nécessaire pour parcourir l'itinéraire choisi, et 61 % de sa difficulté. En outre, seule la moitié des personnes interrogées connaissaient des itinéraires alternatifs et des possibilités de faire demi-tour au cas où le trajet s'avérerait trop difficile ou si le temps changeait.

Le BPA s'engage pour votre sécurité. Centre de compétences depuis 1938, il vise à faire baisser le nombre d'accidents graves en Suisse, grâce à la recherche et aux conseils prodigués. Dans le cadre de son mandat légal, il est actif dans la circulation routière, l'habitat, les loisirs et le sport.

Les seniors interrogés ainsi que les randonneurs peu expérimentés avaient moins soigneusement planifié leurs randonnées que les personnes plus expérimentées et plus jeunes.

Campagne: Randonner n'est pas se balader

Se fondant sur ces résultats et d'autres émanant d'études scientifiques, le BPA lance, en partenariat avec Suisse Rando, une nouvelle campagne. Celle-ci débutera la semaine prochaine par des affiches et reposera également sur des activités en ligne et des opérations menées en montagne. Le site Internet rando-en-securite.ch fournit de nombreuses informations et un Test en ligne - auto-évaluation pour tous ceux qui souhaitent savoir s'ils remplissent les conditions nécessaires pour la randonnée en montagne ou s'il est préférable de choisir un chemin balisé en jaune pour leur propre sécurité.

Partenaire de la nouvelle campagne



Suisse Rando, partenaire de la campagne

65 000 km de chemins de randonnée pédestre bien entretenus parcourent les plus beaux paysages naturels de la Suisse. Cette offre unique au monde est l'une des grandes réalisations de l'association faîtière Suisse Rando et de ses 26 associations cantonales de tourisme pédestre. Depuis 1934, elles s'engagent ensemble pour un réseau intéressant, sûr et uniformément balisé de chemins de randonnée pédestre en Suisse et dans la Principauté de Liechtenstein.