

TRACES DOUCES



Des conseils pour une découverte respectueuse de la montagne et de ses hôtes

Laisser la nature venir à soi : attendre, silencieux, et se faire oublier. Voilà la meilleure attitude pour espérer observer les animaux, en été comme en hiver.

Mais il faut du temps... et de la patience !

On peut aussi apprendre à déceler des traces de vie, ou encore à "savourer" les autres beautés de l'hiver. Ceci est un appel : que chacun se sente "responsable" en restant sur les itinéraires déjà utilisés, en laissant son chien à la maison, en ne cherchant pas à s'approcher toujours plus près pour "faire la photo du siècle". Elle existe sans doute déjà... en carte-postale !



Conseils Invitation



Dans l'hiver figé et ouaté, le silence s'écoute.



... car, même bien éduqué, il représente une menace pour la faune sauvage.



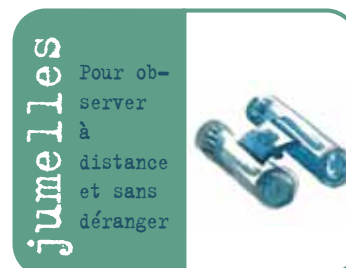
Pour l'esthétique de l'hiver et la quiétude de la faune.



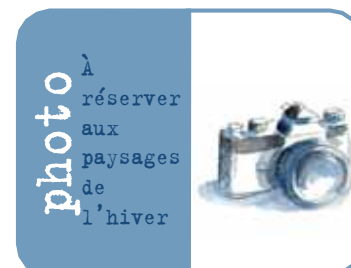
Les blessures sur l'écorce limitent la croissance et favorisent les maladies.



... car la montagne a ses secrets pour certains insoupçonnés.



L'utilisation de jumelles et de longues-vues permet de ne pas déranger la faune et de profiter pleinement et longuement de son observation, dans ses véritables comportements et non pas dans une scène de fuite.



Découvrez l'hiver autrement !

■ **À Champoléon** : chaque semaine, une journée de découverte avec les accompagnateurs en montagne du Champsaur. Balade en raquettes, repas "terroir" dans une auberge, visite de la Maison du Berger. Rendez-vous avec un garde du Parc. Renseignements : syndicat d'initiative du Haut-Champsaur (tél. 04.92.55.95.71), Maison de la Vallée (tél. 04.92.55.95.44).

■ **Au Casset**, à Monétier-les-Bains, propositions d'activités nature autour du centre d'accueil du Parc et du village de yourtes mongoles "Shaimak". Balades raquettes et ski de fond, rendez-vous avec un garde-moniteur, exposition. Renseignements centre d'accueil du Casset (tél. 04.92. 24.53.27) et office du tourisme de Serre-Chevalier (tél. 04.92.24.98.98).

"Survivre à l'hiver", exposition et audio-visuel : quelles sont les solutions d'adaptation des animaux, alors que le froid et la neige règnent sans partage sur la montagne ? Exposition ludique, illustrée des aquarelles de Lionel Condemine. Un quizz accompagne la visite des jeunes et des moins jeunes !



Pour plus d'informations et d'autres idées de découverte :
www.traces-douces.eu
www.ecrins-parcnational.fr



Crédit photo : Robert Chevalier, Marc Corail, Claude Dautrey, Denis Fiat, Cyril Coursier
Pictogrammes-conseils : Régis Ferré - Maquette : service accueil et communication du Parc des Ecrins
Couverture : "Survivre à l'hiver" par Lionel Condemine
Alpa Imprimerie, Gap - Décembre 2009

"Chuuut... c'est l'hiver!"



L'hiver des animaux

L'hiver accentue le caractère sauvage de la montagne. Sans possibilité de composer avec le milieu, les animaux sauvages subissent de plein fouet le froid, le vent, la neige et le manque de nourriture.

La végétation est en dormance. Ce qui reste d'herbe est sec et sa valeur nutritive est faible. Alors que les animaux ont d'avantage de besoins énergétiques pour se déplacer et pour conserver leur température, les apports par la nourriture sont plus faibles. Ils ne vivent que grâce aux réserves accumulées pendant l'été et aux moyens qu'ils ont trouvés pour économiser leur énergie.

Malgré toutes les adaptations qu'ils ont développées, beaucoup d'animaux meurent à cette saison. L'hiver est un facteur de sélection naturelle. Même les plus forts vivent sur leurs réserves de graisse et peuvent perdre plus du tiers de leur poids en hiver.

Les hommes sont des visiteurs, invités dans ce milieu fragile. Le dérangement qu'ils peuvent occasionner aggrave une situation déjà difficile et met en danger la vie des animaux sauvages.

Oiseaux, marmottes, hermines, chamois, bouquetins, et tout le petit peuple de poil et de plume ont désormais besoin de votre amitié pour survivre. Déclarez la paix aux animaux timides. Ne les troublez pas dans leurs affaires. Afin que les printemps futurs réjouissent encore vos enfants.

Samivel

Attention... ...fragile!

Changer

Il faut parfois changer la stratégie alimentaire en hiver. Ainsi l'aigle devient plus charognard et la mésange, insectivore en été, se contente souvent de baies et de graines.



Mésanges

Se dérober

Reptiles, poissons et amphibiens dont la température corporelle dépend de la température extérieure passent l'hiver, en léthargie, enfouis sous terre ou dans la vase.



Lézard vert

Se déplacer

Les doigts du tétras lyre ont des «peignes» cornés, ceux du lagopède alpin, des plumes, et le lièvre variable a de larges pieds. Ils ont inventé les raquettes à neige avant nous !



Lagopède

Partir

Il est parfois plus avantageux de chercher sa nourriture ailleurs. De nombreux oiseaux partent en migration vers le sud. Mais cela demande aussi beaucoup d'énergie.



Hirondelle de fenêtre

S'enfouir

Le tétras-lyre creuse des igloos dans la neige poudreuse pour gagner parfois plus de 20 °C par rapport à la température extérieure. Les campagnols circulent dans des tunnels entre le sol et la neige.



Igloo de tétras-lyre

Conserver

En hiver, les poils des mammifères sont plus denses, plus longs, pour emprisonner une plus grande quantité d'air. Il en est de même pour les oiseaux dont le poids des plumes augmente de plus de 50 %.



Niverolle alpine

Dormir

Grâce à l'hibernation, marmotte, chauve-souris, loir, lérot, muscardin ou hérisson divisent par 20 leurs besoins. Une température corporelle d'à peine quelques degrés, des rythmes cardiaque et respiratoire divisés par 4 ou 5 : c'est ainsi que les réserves de graisse suffisent à passer l'hiver sans s'alimenter ni se déplacer.



Marmotte

Se cacher

Le lièvre variable, le lagopède alpin, l'hermine changent de couleur pour mieux se confondre dans leur milieu et échapper à leurs prédateurs, économisant ainsi l'énergie de la fuite. Leur livrée blanche leur évite également de perdre de la chaleur en hiver.



Lièvre variable

Retrouver

Certains comme l'écureuil ou le casse-noix moucheté font des réserves à l'automne qu'ils peuvent retrouver même sous la neige.



Ecureuil