

Communiqué de presse

Berne, le 28 mai 2024

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

Bien se préparer pour randonner en toute sécurité

Les difficultés doivent être clairement exposées

La randonnée est une activité très prisée et très répandue. Mais les accidents lors de randonnées en montagne peuvent avoir une issue fatale. Souvent, les accidents se produisent, car les personnes n'évaluent pas correctement les risques et défis qui se présentent sur leur chemin. C'est pourquoi le BPA s'engage pour que les randonnées puissent être mieux planifiées. En collaboration avec des partenaires, il a développé une méthode consistant à faire évaluer, par des personnes spécialement formées, les chemins en fonction de leurs exigences techniques et de leur dangerosité.

Chaque année en Suisse, 51 personnes perdent la vie en faisant de la randonnée ou de la randonnée de montagne. Il s'agit du chiffre le plus élevé parmi tous les sports, auquel s'ajoutent 37 000 personnes blessées. Cette forte accidentalité s'explique notamment par le fait que la randonnée est l'un des sports les plus populaires de Suisse: près de 60 % de la population de 15 ans et plus s'y adonne régulièrement.

Une randonnée en montagne sûre commence par une bonne planification

Pour faire de la randonnée en montagne en toute sécurité, une préparation soignée s'impose. En effet, nombre d'accidents surviennent parce que les randonneuses et les randonneurs surestiment leurs capacités ou évaluent mal les risques et exigences liés à leur itinéraire. C'est pourquoi, dès la fin du mois de juin, le BPA lancera une campagne de sensibilisation axée sur l'importance d'une bonne planification.

Pour faire de la randonnée en montagne, il faut avoir le pied sûr, ne pas souffrir de vertige et être suffisamment en forme, afin de pouvoir parcourir toute la distance, dénivelés inclus. Le site rando-en-montagne.ch propose un test destiné à mieux évaluer ses propres capacités. Le BPA recommande par ailleurs de tenir compte des conditions météorologiques et de l'état des sentiers. Sur les chemins de randonnée de montagne, des marches élevées, des terrains accidentés encombrés de racines et de pierres, ou encore des passages exposés peuvent augmenter la difficulté et le risque d'accident pour les randonneuses et les randonneurs.

Le BPA s'engage pour votre sécurité. Centre de compétences depuis 1938, le BPA 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.

Des informations précises sont nécessaires pour évaluer les randonnées

Il n'est pas toujours facile de déterminer le degré de difficulté d'un itinéraire. Si les chemins de randonnée de montagne balisés en blanc-rouge-blanc peuvent être relativement faciles sur certains tronçons, ils peuvent aussi, à d'autres endroits, longer une pente raide et recéler des dangers sournois. Fort de ce constat, le BPA a élaboré, en collaboration avec Suisse Rando et la Haute école spécialisée Suisse romande (HES-SO), une méthode visant à évaluer plus précisément les chemins de randonnée. Le principe: ces chemins sont empruntés par des personnes spécialement formées qui en évaluent la dangerosité et les exigences techniques de façon distincte tout au long de l'itinéraire.

La dangerosité se rapporte avant tout au risque de chute dans le vide. Les exigences techniques concernent notamment les caractéristiques de l'itinéraire, par exemple la hauteur des marches ou les irrégularités de la surface du chemin. De cette façon, les personnes expérimentées, mais parfois sujettes au vertige, peuvent choisir des randonnées dont certains tronçons, quoique difficiles, ne sont pas trop exposés.

Le BPA veut favoriser une meilleure planification des randonnées

La nouvelle méthode développée peut compléter les catégories existantes, à savoir: chemins de randonnée (balisés en jaune), chemins de randonnée de montagne (blanc-rouge-blanc) et chemins de randonnée alpine (blanc-bleu-blanc). Le BPA entend maintenant évaluer les chemins de randonnée dans quelques régions, selon les critères «dangerosité» et «exigences techniques», avant de mettre gratuitement ces informations supplémentaires à disposition. Les adeptes de la randonnée pourront ainsi mieux s'informer à l'avenir et choisir en connaissance de cause le chemin qui leur convient, ce qui contribuera à rendre cette activité plus sûre.