



ADOPTEZ DES COMPORTEMENTS ZICO RESPONSABLES !

Guide écoresponsable des activités de plein air dans les ZICO





Ce document est une réalisation de Nature Québec.

Nature Québec est un organisme national à but non lucratif œuvrant à la protection de l'environnement et à la promotion du développement durable. Travaillant au maintien de la diversité des espèces et des écosystèmes, Nature Québec souscrit depuis 1981 aux objectifs de la *Stratégie mondiale de conservation* de l'Union internationale pour la conservation de la nature (UICN): maintenir les processus écologiques essentiels à la vie; préserver la diversité biologique; favoriser l'utilisation durable des espèces, des écosystèmes et des ressources.

Nature Québec
870, avenue De Salaberry, bureau 270
Québec (Québec) G1R 2T9
Tél. (418) 648-2104 ■ Téléc. (418) 648-0991
www.naturequebec.org ■ conservons@naturequebec.org

Le Québec, par ses paysages sublimes et sa nature grandiose, offre mille et une occasions de mettre le nez dehors afin de pratiquer ses activités favorites: ornithologie, vélo, randonnée, kayak de mer, camping, etc. Grâce à ces activités, nous avons la chance d'évoluer au sein de milieux naturels exceptionnels qui abritent une faune et une flore des plus diversifiées.

Or, la pratique de certains loisirs peut parfois avoir des impacts négatifs sur les habitats et les espèces qui y vivent. Les informations contenues dans ce guide vous éclaireront sur les comportements écoresponsables à adopter lors de la pratique d'activités de plein air dans les **zones importantes pour la conservation des oiseaux** (ZICO) du Québec.

Connaissez-vous Sans Trace Canada ?

Cet organisme sans but lucratif prône des principes de comportements responsables en plein air. Les informations contenues dans ce guide adhèrent aux principes de Sans Trace Canada.

Pour plus d'informations: www.sanstrace.ca



Éthique du Plein air

Saviez-vous que ?

De nombreux clubs sportifs et associations de plein-air du Québec ont leur propre code d'éthique et de bonne conduite.

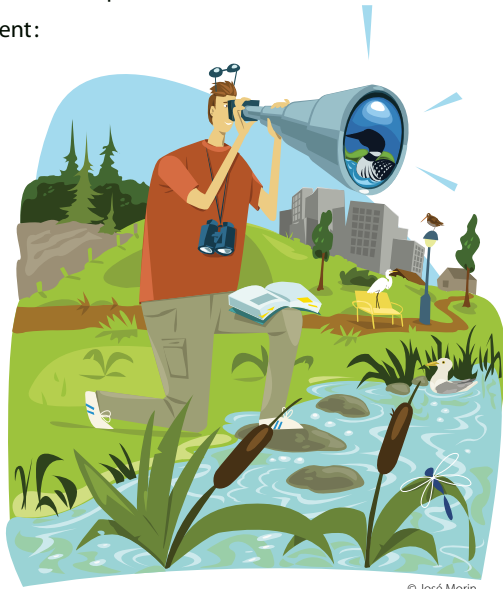
N'hésitez pas à vous informer auprès d'eux !



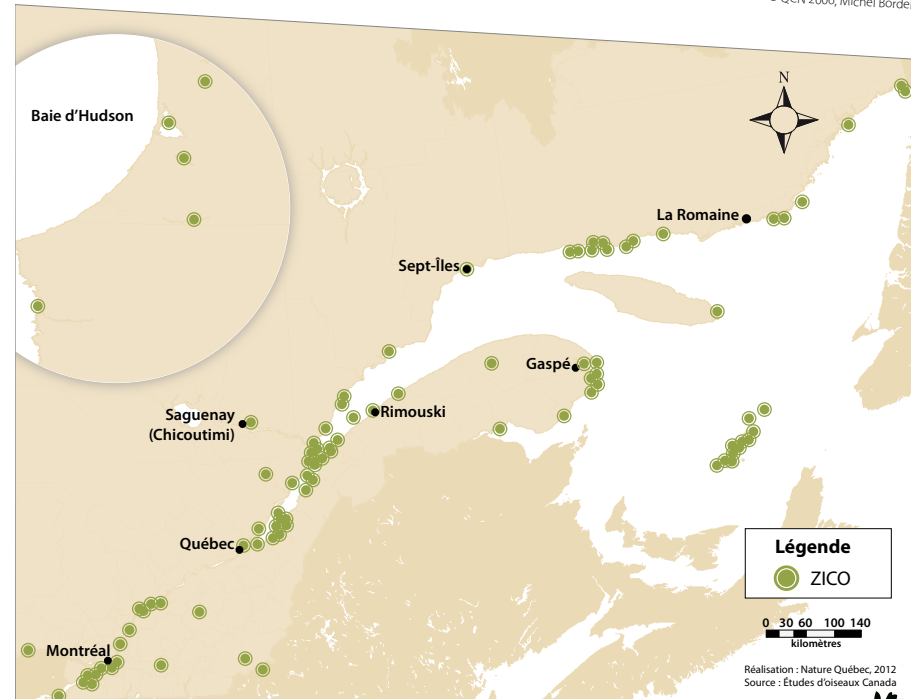
LES ZICO DU QUÉBEC : UNE CENTAINE DE MERVEILLES À DÉCOUVRIR

Au Québec, près d'une centaine de sites sont désignés *zones importantes pour la conservation des oiseaux (ZICO)*. Ces sites offrent des habitats essentiels aux oiseaux, dont certaines espèces en péril. Leur valeur écologique est reconnue mondialement. Un large éventail d'espèces animales et végétales s'y trouve également : poissons, mammifères, insectes, plantes rares, etc.

Des activités de plein air sont aussi pratiquées dans un grand nombre de ZICO au Québec. Afin de s'assurer que les générations futures aient la chance d'accéder à ces milieux uniques, il importe d'y conserver la biodiversité. Pour cela, l'adoption de comportements écoresponsables est fondamentale.



© José Morin



Les ZICO du Québec

Réalisation : Nature Québec, 2012
Source : Études d'oiseaux Canada



ASSUREZ-VOUS D'AVOIR LE FEU VERT !

La pratique d'activités de plein air dans les ZICO peut parfois avoir des conséquences sur les habitats et la faune. Afin de minimiser l'impact de votre présence dans les ZICO et permettre une cohabitation harmonieuse avec les autres usagers, adoptez de sains comportements en pensant aux trois lettres du mot « feu » :

FAUNE Est-ce que je sais comment agir pour éviter de déranger la faune ?

ENVIRONNEMENT Comment mon activité peut-elle se pratiquer tout en préservant la qualité de l'environnement ?

USAGERS Est-ce que mon comportement respecte les autres usagers du milieu ?

Si vous savez comment agir pour minimiser vos impacts à ces trois niveaux, vous avez alors le **feu vert** pour débiter votre activité !



POUR DU PLEIN AIR RESPECTUEUX
DE LA FAUNE



OBSERVEZ LA FAUNE À DISTANCE RESPECTABLE

Les ZICO sont des endroits privilégiés pour observer des animaux sauvages dans leur milieu naturel. Assurez-vous toutefois de ne pas les déranger : ils sont chez eux après tout !

Je déränge ?

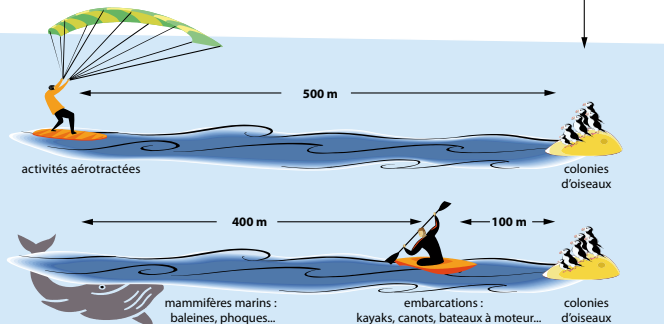
À votre approche, un oiseau s'enfuit ? Un cerf de Virginie détalé à toute vitesse ? Des phoques quittent l'échouerie où ils se reposaient ? Vous dérängez dès l'instant où un animal modifie son comportement à la suite d'un changement dans son environnement immédiat. Pour éviter que cela survienne :

- ❗ Demeurez dans les sentiers.
- ❗ Abstenez-vous d'effrayer ou de poursuivre les animaux, que ce soit à pied, à vélo ou en embarcation.
- ❗ Ne cherchez pas à attirer les animaux avec de la nourriture ou des enregistrements sonores, même si c'est pour prendre une photo.



300 m

Distance d'observation recommandée pour certaines activités



© QCN 2007, Véronique Tanguay



© QCN 2007, Gérald Pelletier



© QCN 2006, Marial Juteau



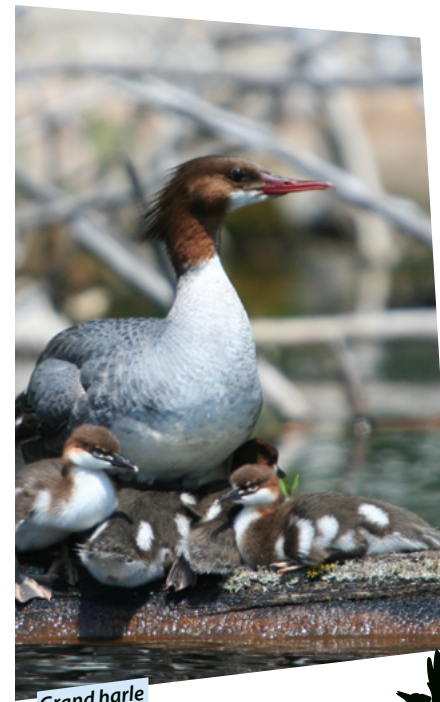
© QCN 2006, Guylaine Dionne



À vos jumelles !

Afin d'éviter que vos comportements nuisent aux oiseaux, observez-les à distance. Des jumelles et un peu de patience vous offriront de merveilleux moments, sans nuire aux activités de vos petits amis ailés.

Il est particulièrement important de ne pas perturber les oiseaux pendant les périodes de nidification. En effet, un dérangement pendant la couvée ou l'élevage des jeunes pourrait conduire à l'abandon de la progéniture.



Grand harle

© QCN 2006, Eric Damin

LIMITEZ LES SOURCES DE STRESS POUR LA FAUNE



© QCN 2007, Richard Dumoulin



© QCN 2008, Francis Bossé



© QCN 2007, Claude Mireault



© QCN 2008, Martin Messier

Les animaux sauvages sont très sensibles au stress généré par la présence humaine. Lorsque vous pénétrez dans une ZICO, suivez les recommandations ci-dessous.

- 🦆 **Réduisez les sources de bruit :** les cris, les éclats de rire, le son des moteurs et la musique sont des bruits inhabituels dans l'environnement des animaux sauvages. Chaque nouveau son constitue pour eux une « alerte » de danger potentiel.
- 🦆 **Évitez les mouvements et les changements brusques de trajectoire :** l'animal pourrait interpréter ces gestes comme une tentative d'agression à son encontre.
- 🦆 **Tenez toutou en laisse :** chaque fois que votre chien débusque un animal, il dérange ce dernier, qui n'a d'autre choix que de cesser son activité pour s'éloigner, s'enfuir ou se défendre.

Adeptes de canot ou de kayak de mer

À proximité d'îles où nichent des colonies d'oiseaux, maintenez une vitesse constante et déplacez-vous parallèlement au rivage plutôt que de l'approcher en ligne droite.

Adeptes de paramoteur, de motoneige et de quad

Dans la mesure du possible, maintenez constants le bruit du moteur et votre vitesse.



Des haltes essentielles

En période de migration, de nombreux oiseaux de rivage, dont certaines espèces en péril, font escale dans les ZICO pour se ravitailler.

Évitez de les déranger, car chaque fois qu'ils interrompent leurs activités pour fuir, ils perdent une énergie précieuse qui pourrait affecter le succès de leur migration.



Bécasseau minuscule

© QCN 2008, Pierre Bonenfant

ÉVITEZ DE NOURRIR LES ANIMAUX

Il est souvent tentant d'attirer un animal sauvage en lui offrant une part de sa collation. Cependant, ce geste apparemment anodin peut avoir des conséquences graves pour la survie des animaux.

À chacun sa bouffe !

Voici trois raisons de protéger la faune de votre nourriture, mais aussi de protéger votre nourriture de la faune !

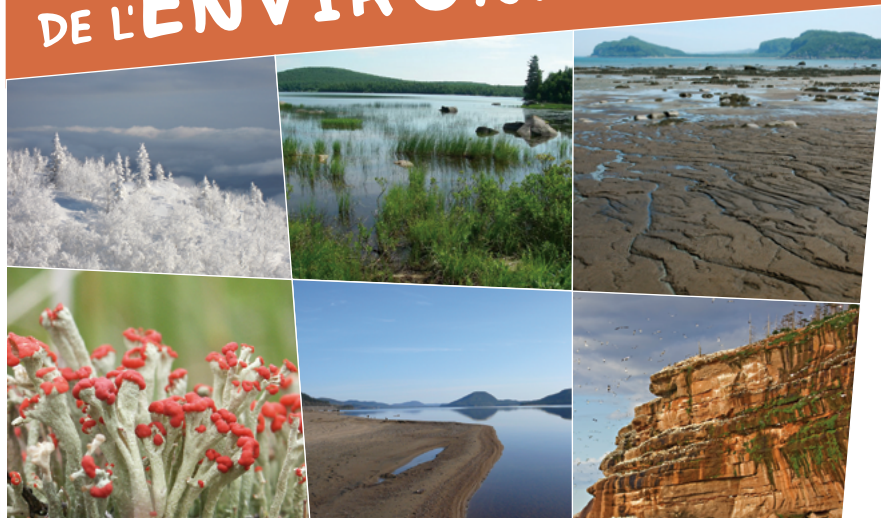
- ✎ **C'est mauvais pour leur santé :** le système digestif des animaux sauvages n'est pas adapté à l'assimilation adéquate de vos aliments. Les excès de sucre, de sel, ainsi que la présence d'agents chimiques peuvent les rendre malades.
- ✎ **Cela modifie leur comportement :** les animaux qui se nourrissent de vos déchets (trognons de pommes, miettes, etc.) finissent par associer l'humain à une source de nourriture. Ils peuvent alors devenir dépendants de ces sources artificielles de nourriture et de moins en moins débrouillards pour trouver la leur.
- ✎ **Ils s'exposent à des dangers :** les animaux qui viennent chaparder vos restes de repas s'exposent à plusieurs dangers. Ils se regroupent en concentrations anormales sur les lieux d'alimentation et deviennent ainsi des proies faciles pour les prédateurs. De plus, la propagation des parasites et maladies s'en trouve facilitée.

Attention !

Les animaux nourris perdent leur peur de l'homme, ce qui peut engendrer des situations fâcheuses, notamment lorsqu'il s'agit d'animaux espiègles comme l'écureuil roux, ou de puissants mammifères comme l'ours noir.



POUR DU PLEIN AIR RESPECTUEUX
DE L'ENVIRONNEMENT



PRÉSERVEZ LES HABITATS NATURELS

En plus d'offrir des sites magnifiques pour la pratique d'activités de plein air, les ZICO assurent plusieurs fonctions écologiques essentielles : purification de l'eau et de l'air, réduction de l'érosion des sols, et bien plus encore...

Quelques recommandations afin de minimiser votre impact sur ces milieux :

- Évitez d'endommager la végétation : quelle que soit votre activité, demeurez dans les sentiers balisés : ne créez pas de raccourcis. En secteurs fréquentés, concentrez vos activités dans les zones où la végétation est déjà absente.
- En plongée, limitez les contacts avec votre environnement afin de préserver la faune délicate qui y vit, et surtout ne récoltez rien.
- En camping, prévoyez et amenez tout le matériel dont vous aurez besoin (cordes, piquets, bois pour le feu, etc.) afin d'éviter d'utiliser des éléments naturels.
- Si vous devez ramasser du bois, n'utilisez que du bois mort trouvé au sol, sans tout récolter autour du site.

Feu, feu, joli feu...

Dans de nombreuses ZICO, les feux sont interdits, en particulier le long des rivages. Informez-vous auprès du gestionnaire du site et consultez les règlements municipaux. Les feux ayant un impact irrémédiable sur le paysage, quelques précautions s'imposent :

- Respectez les consignes lorsqu'il y a un risque de feu de forêt.
- Utilisez les installations prévues ou réutilisez de préférence un site qui a déjà servi à cet usage.
- Noyez votre feu avant de quitter les lieux et récupérez tous vos déchets.



© QCN 2008, Alain Lavergne



© QCN 2007, Kate Green



© QCN 2008, Parise Beaurpré



© QCN 2007, Marjo Labelle



Un allié précieux

L'érosion des berges a un impact direct sur la qualité de l'eau et des habitats aquatiques, affectant ainsi les populations de poissons.

La végétation à proximité des cours d'eau et des lacs joue un rôle important dans la lutte contre l'érosion des berges. Ainsi, par exemple, les racines des plantes et arbustes retiennent le sol.

Évitez donc de piétiner et de dégrader les végétaux dans les ZICO!



Berges du fleuve

© QCN 2007, Parise Beaurpré

GARDEZ L'ENDROIT PROPRE

Rien n'est plus désagréable que de se promener dans une ZICO et d'apercevoir des déchets un peu partout. Il est de la responsabilité de chacun de faire des efforts pour garder ces milieux propres.

Beaux et propres

Quelques gestes simples vous permettront de préserver les milieux naturels beaux et propres sans pour autant limiter vos activités.

- ✎ Ramenez tout déchet avec vous, incluant ceux des autres et les restes de nourriture.
- ✎ Favorisez l'utilisation de contenants réutilisables plutôt que les produits emballés individuellement : ceci réduit la quantité de déchets.
- ✎ En camping, préservez la qualité des milieux aquatiques en utilisant des produits de nettoyage biodégradables et en vous débarrassant de vos eaux souillées loin des plans d'eau. À cette fin, l'utilisation de trous sanitaires est fortement suggérée.
- ✎ Ne jamais vous laver, vous brosser les dents ou laver votre vaisselle à même un plan d'eau.

Une bonne action...

Des corvées annuelles de nettoyage sont organisées dans les différentes localités du Québec. Participez à ces activités : vous contribuerez à garder votre environnement propre et en santé!



© QCN 2006, Geneviève Larivière



© QCN 2006, Ray Watson



© QCN 2008, Sylvain Riendeau



© QCN 2006, Isabelle Therrien



Pensez-y

Bien que vos déchets paraissent à première vue inoffensifs, ils peuvent être nuisibles pour la faune.

Il arrive malheureusement que les animaux sauvages confondent nos débris avec leur nourriture. Ceci a pour effet de provoquer des obstructions intestinales ou de donner à l'animal la sensation d'être rassasié, entraînant ainsi sa malnutrition.



Phoque commun

© QCN 2008, Jean-François Gaudreau

LAISSEZ LA NATURE SUR PLACE

Les différents habitats naturels que l'on rencontre dans les ZICO abritent des espèces animales et végétales dont la cohabitation crée un équilibre fragile et complexe. En préservant ces habitats, vous contribuez au maintien de la biodiversité qui rend ces milieux si attrayants.

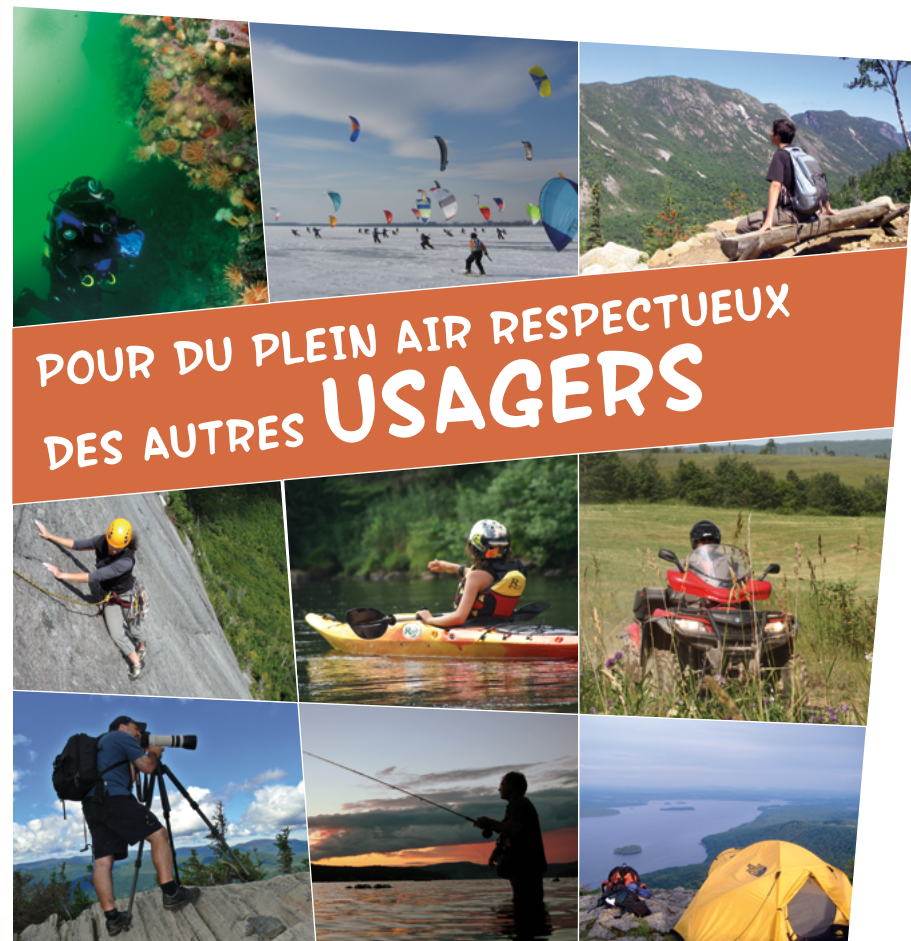
Attrayants... et utiles

Cailloux, coquillages, fleurs, branches mortes... Tous ces éléments naturels font partie intégrante des écosystèmes et ont leur utilité. Ils enrichissent les sols, abritent différents organismes à la base de la chaîne alimentaire, etc. Pour ces raisons :

- ✔ Laissez sur place les cailloux, champignons, bouts de bois et autres éléments naturels.
- ✔ Ne cueillez pas les plantes : d'autres que vous aimeraient les admirer eux aussi. De plus, les ZICO abritent plusieurs espèces de plantes rares : protégez-les !
- ✔ Évitez d'endommager les arbres (ne plantez pas de clous dans le tronc et n'arrachez pas l'écorce) : cela les rend vulnérables aux infections et aux maladies.

Préférez les photos !

Lors de la visite d'un site qui émerveille, il est souvent tentant de rapporter un souvenir. Pensez alors à apporter un appareil photo : ainsi vous aurez de magnifiques images à montrer à vos amis et à votre famille, tout en laissant la nature intacte.



POUR DU PLEIN AIR RESPECTUEUX
DES AUTRES USAGERS

PRATIQUEZ VOS ACTIVITÉS AUX ENDROITS APPROPRIÉS



© Marilyn Labrecque



© CCDMD, Le Québec en images, Jeanne Lehoux



© CCDMD, Le Québec en images, Richard Dumoulin



© Marilyn Labrecque

Les ZICO englobent différents types de propriétés. On y retrouve entre autres des terrains privés, des zones industrielles, des aires de conservation et des lieux publics. Il importe donc que vous sachiez où il vous est permis de pratiquer vos activités de plein air.

À chaque activité son secteur :

- ✔ Assurez-vous de respecter les propriétés privées, les signalisations et les restrictions.
- ✔ Circulez dans des secteurs et sur des chemins autorisés pour la pratique de votre activité.
- ✔ Pour des raisons de sécurité et de maintien de l'intégrité de l'écosystème, des activités peuvent être interdites ou limitées dans certaines ZICO. Renseignez-vous lorsque vous planifiez votre activité.
- ✔ Lorsqu'elles sont disponibles, utilisez les infrastructures conçues pour vos activités.



Avec bon sens

Bien que la pratique d'une activité ne soit pas nécessairement interdite dans une ZICO, cela ne signifie pas pour autant que vous êtes exempt de toute responsabilité concernant les impacts occasionnés sur les habitats, la faune et les autres usagers.

Par exemple, chasser à proximité d'endroits publics peut générer des conflits avec les autres usagers, qui viennent parfois de loin pour admirer des oiseaux. Faites preuve de jugement !

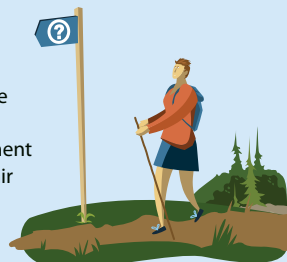


Envolée d'ois des neiges

© CCN 2006, Daniel Lemaire

Où trouver de l'information ?

Les kiosques d'information touristique et les associations de plein air peuvent vous renseigner sur les endroits où vous pouvez pratiquer vos activités de plein air. Il existe également d'excellents livres et sites internet qui peuvent vous fournir de précieuses informations.



SOYEZ COURTOIS AVEC LES AUTRES USAGERS

Des gens de tous âges, milieux et intérêts fréquentent les ZICO pour différentes raisons. Certains aiment bouger, alors que d'autres viennent pour s'y relaxer. Soyez courtois : vous vous assurerez ainsi de bonnes relations avec les autres usagers !

La courtoisie, c'est gratuit !

- ❗ Conducteurs d'engins motorisés (quads, motoneiges, embarcations) : respectez les limites de vitesse et réduisez votre allure lorsque vous croisez d'autres usagers ou que vous vous approchez de zones habitées. Éteignez votre moteur lorsque vous êtes immobilisés.
- ❗ Randonneurs : postez-vous temporairement aux abords du sentier pour laisser passer les usagers qui se déplacent plus rapidement que vous.
- ❗ Propriétaires de chiens : assurez-vous d'être maître de votre animal en tout temps et n'oubliez pas de ramasser les « petits cadeaux » qu'il peut laisser en chemin.
- ❗ Campeurs : respectez les couvre-feux.

Dites-le gentiment...

Si un usager commet un geste inapproprié dans une ZICO, abordez-le gentiment pour lui expliquer les conséquences de son comportement et suggérez-lui quelques solutions.



© QCN 2006, Eric Damin



© QCN 2006, Sébastien Daigneault



© QCN 2007, André Pagé



© QCN 2008, Sébastien Daigneault

Nature Québec remercie les organismes suivants pour leur contribution à la réalisation de ce guide : Association Géocaching Québec | Club des ornithologues de la Gaspésie | Comité ZIP du Sud-de-l'Estuaire | Fédération québécoise de la montagne et de l'escalade | Fédération québécoise du canot et du kayak | Fédération québécoise des activités subaquatiques | Fédération québécoise des chasseurs et pêcheurs | Fédération québécoise des clubs Quads | Regroupement QuébecOiseaux | Réseau d'observation de mammifères marins | Sans Trace Canada

Crédits photographiques (de gauche à droite, de haut en bas)
(L'abréviation QCN désigne le concours Québec couleur nature)

Couverture © QCN 2006, Hélène Brigault; © QCN 2006, Linda Côté; © QCN 2008, Jean Tanguay; © QCN 2006, Patrick Asselin; © QCN 2007, Nadia Malette; © QCN 2006, Marielle Cloutier; © QCN 2006, Hélène Brigault; © QCN 2007, Richard Hotte; © QCN 2007, Francis Bossé; © QCN 2008, Sébastien Larose; © QCN 2006, Véronique Décarie; © QCN 2006, Hélène Desmeules; © QCN 2006, Benoît Robitaille; © Carole Jolin © QCN 2008, Dominique Danvoise; © QCN 2006, Donald Deschênes; © QCN 2007, Daniel Pagé.

Page 7 © QCN 2007, Mircéa Costina; © QCN 2006, Dominic Cantin; © QCN 2008, Daniel Lemaire; © QCN 2008, Daniel Boucharde; © QCN 2008, Francis Bossé; © QCN 2006, Linda Giroux; © QCN 2008, Lise Deserre; © CCDMD, Le Québec en images, Jean-Guay Béliveau; © QCN 2006, Henry Philippe.

Page 13 © QCN 2006, Isabelle Arseneault; © QCN 2007, Stéphane Gignac; © QCN 2006, Dominique Billodeau; © QCN 2008, Jean Tanguay; © QCN 2007, Nathalie Aubé; © QCN 2006, Richard Brunet; © QCN 2006, Daniel Audet; © QCN 2007, Julie Paquet; © QCN 2007, Gilles Archambault.

Page 19 © QCN 2007, Dominique Danvoise; © QCN 2007, Dominic Baril; © QCN 2007, Myriam Bélanger-Préfontaine; © QCN 2007, Jean-Sébastien Massicotte; © QCN 2006, Michel Bordeleau; © Carole Jolin; © QCN 2007, Marielle Cloutier; © QCN 2006, Sébastien Côté; © QCN 2008, Jean-David Gauthier.



Macareux moines

© QCN 2006, Daniel Dessureault

LE PROGRAMME ZICO

Le programme *Zones importantes pour la conservation des oiseaux* (ZICO) est une initiative internationale de conservation, coordonnée par BirdLife International. Les partenaires canadiens de ce programme sont Études d'oiseaux Canada et Nature Canada. Au Québec, c'est Nature Québec qui est responsable du programme et qui soutient la réalisation d'actions de sensibilisation et de conservation dans près d'une centaine de ZICO.

Pour en savoir davantage:

www.naturequebec.qc.ca/zico



© QCN 2006, Claude Mailloux

Merci à tous les bénévoles et partenaires nationaux, provinciaux et locaux qui s'impliquent dans le programme ZICO.



Pêches et Océans
Canada

Fisheries and Oceans
Canada