

Amis de la Nature

Magazine de l'environnement et des loisirs
Amis de la Nature Suisse

2 | 2023, 104^e année

Marcus Pan, permaculteur

«Le gens
souhaitent un
retour à la nature»

De cime en cime
Randonnée dans la Valle di Muggio

Les enfants en forêt
La nature stimule leur imagination

Le chat chasseur
Plus il est rassasié, plus il capte de souris

MUSEÉES DE LA NATURE SUISSE



Naturmuseum Winterthur
28. Mai bis 22. Oktober 2023

Strassentaube
verehrt und verpönt

Stadt Winterthur  



NATURMUSEUM SOLOTHURN

Une expérience pour tous
– voir, s'émerveiller et comprendre
www.naturmuseum-so.ch



Hühner

Sonderausstellung bis 11. Februar 2024
Naturmuseum Thurgau, Frauenfeld
Di–Fr 14–17 Uhr, Sa–So 13–17 Uhr
naturmuseum.tg.ch

Thurgau 

Chère lectrice, cher lecteur



Égalité des droits, histoire suisse, vaccin – quand j'écris sur ces sujets en tant que journaliste, je sais à l'avance que je recevrai ensuite des courriers, et pas forcément sympathiques. Un autre sujet sur cette liste non exhaustive qui ne laisse jamais indifférent concerne l'agriculture. Généralement, les réactions sont particulièrement virulentes. Beaucoup d'émotions y sont associées, car en fin de compte, c'est aussi notre alimentation qui est en jeu. Mais c'est également un secteur où de grosses sommes d'argent circulent, ce qui revêt une grande importance émotionnelle pour de nombreuses personnes.

Devrais-je pour autant éviter ces sujets? Si j'en décidais ainsi, je me serais manifestement trompée de métier. C'est pourquoi j'évoque précisément l'agriculture dans ce numéro. Car l'agriculture conventionnelle est dans une impasse.

Elle a besoin de toute urgence de réformes qui contribuent à freiner le changement climatique et la diminution de la biodiversité, comme le souhaitent les amoureux de la nature. Tout le monde est d'accord sur ce point, mais les avis divergent sur la manière de procéder. Cette question ne sera toutefois pas abordée ici, car il n'existe de toute façon pas de réponse unique et juste à cette question. Ce qui me paraît bien plus passionnant, c'est ce qui se fait en pratique dans beaucoup de fermes en Suisse pour ramener l'agriculture à un état plus naturel et plus respectueux de l'environnement. C'est pourquoi, à la place d'un débat, nous présentons ici deux exploitations agricoles qui suivent d'autres voies. D'une part, la ferme de permaculture de Marcus Pan qui est convaincu qu'il existe un rapport entre une gestion durable des ressources naturelles, des individus en bonne santé et un partage équitable. Et d'autre part, la ferme de vie Aurelio de Beat et Claudia Troxler, où les animaux ne sont pas «utilisés», mais ont simplement le droit de vivre.

Ce sont des êtres humains comme Marcus Pan ainsi que Beat et Claudia Troxler qui suivent sans hésiter la devise du poète Kurt Marti, que j'apprécie beaucoup, et qui a écrit un jour en dialecte bernois: «On arriverait où si tous se demandaient où on arriverait et personne n'irait voir une seule fois où on arriverait si on y allait?» De tels innovateurs fournissent de précieuses données à travers leurs actes. Et celles-ci peuvent aider à décider dans quelle direction l'agriculture conventionnelle doit évoluer. Mais c'est là un autre débat.

Christine Schnapp
Rédactrice Ami de la Nature

Amis de la Nature 
Suisse

6 Une agriculture différente

Une ferme de permaculture et une ferme vegan en portrait



12 Le chat et la souris

Plus le chat de la ferme est rassasié, mieux il chasse les souris



14 Pour les sections

Ces prestations sont fournies par le centre administratif aux sections des Amis de la Nature

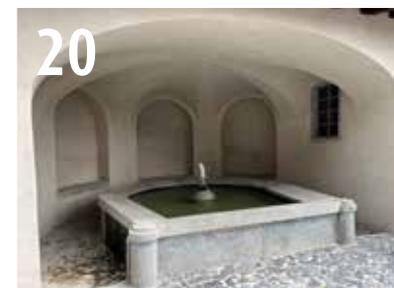
16 Au fin fond du sud

La Valle di Muggio est la vallée la plus méridionale de Suisse et une magnifique région de randonnée



20 Histoire d'une vallée

Plongée dans le passé au musée ethnographique de la Valle di Muggio et ses postes à l'extérieur



21 Au service des mordus du plein air

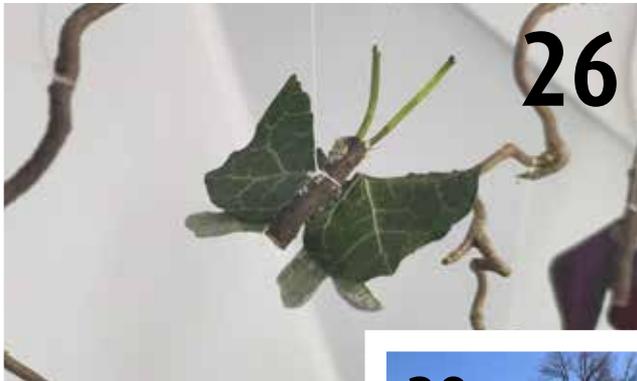
Là où les pieds et les transports publics ne vous portent pas, le Bus alpin entre en jeu



22 Bon pour la santé

Passer régulièrement du temps en forêt a des effets bénéfiques pour les enfants





26 Enfants de la nature

Ce que les papillons ont à voir avec la crème et comment bricoler un oiseau d'été avec des feuilles

28 Nos maisons

Dans la maison partenaire AN des bains ouvriers de Tennwil, les Amies et Amis de la Nature peuvent prendre un bain frais

30 En bord de route

La gouille, une petite merveille: deux auteures jettent dans un livre un regard perspicace et enjoué sur la petite flaque d'eau familière

31 Point de vue

Il en va des exploitations agricoles comme de la biodiversité: plus c'est diversifié, mieux c'est

32 Vivre avec son temps

Comment les associations peuvent s'adapter, lorsque l'engagement bénévole des personnes évolue lui aussi

34 Archives des Amis de la Nature

Les femmes étaient présentes chez les Amis de la Nature presque dès le début – c'était une patrie bienvenue pour les ouvrières

38 Maisons durables des Amis de la Nature

Un workshop destiné aux personnes intéressées a permis de faire avancer le projet

Une autre agriculture est possible

Selon l'Office fédéral de l'environnement, l'agriculture conventionnelle a été en 2021 responsable de 14,3 % des émissions de gaz à effet de serre en Suisse, contribuant ainsi à une perte de biodiversité et à une dégradation de la qualité de l'eau potable. «Continuer comme avant» n'est donc pas une option, et «comment continuer» reste une question cruciale dont les réponses sont diverses. De nombreux agriculteurs ne se contentent plus de discuter mais se sont déjà lancés sur la voie d'une agriculture durable. C'est par exemple le cas de la ferme de permaculture Auenhof de Marcus Pan et de la ferme de vie Aurelio de Beat et Claudia Troxler. Portrait de ces deux exploitations alternatives.

Texte et photos: Christine Schnapp

Permaculture – l'agriculture logique

La ferme de Marcus Pan est située sur un terrain en pente douce, légèrement terrassé, près de Feldbach, au bord du lac de Zurich. Ce terrassement sera essentiel dans les lignes qui suivent, car Marcus Pan exploite sa ferme selon les principes de la permaculture.

Cette forme d'agriculture vise à créer à un endroit donné, avec les conditions données et les personnes, les animaux et les plantes impliqués, un cycle qui remplisse autant que possible les besoins de tous les éléments, qui fonctionne pendant une durée illimitée, qui s'autorégule et qui ne nécessite qu'un minimum d'interventions pour demeurer en équilibre – voilà la définition brève et un peu compliquée. La longue, qui va être exposée dans ce qui suit à travers la description de la gestion de la ferme Auenhof par Marcus Pan et son équipe, est à la fois surprenante et inhabituelle, mais aussi remarquablement simple, logique, sans prise de tête et intelligible. Et néanmoins un tout petit peu miraculeuse.



Auenhof – permaculture près de Feldbach.

Comment fonctionne alors la pratique de la permaculture et en quoi consiste le terrassement? Marcus Pan, qui a déjà réalisé des projets de permaculture aux quatre coins du monde et possède un «diplôme de conception appliquée de la permaculture» de l'Académie autrichienne de permaculture





Marcus Pan

dans l'espace alpin – Institut d'écopédagogie appliquée et de formation à la permaculture E.R.D.E., explique sa démarche lorsqu'il souhaite monter un projet dans un nouveau lieu. Il a repris l'Auenhof en 2018: «Tout d'abord, j'observe

minutieusement le terrain que je souhaite cultiver. Quelle est la topographie? La courbe de l'ensoleillement? Où y a-t-il de l'eau? Comment l'eau s'écoule-t-elle sur le terrain? Quelle est la composition du sol? Quels sont les plantes et les animaux indigènes qui entrent en ligne de compte pour le système à créer? Et peut-on développer une structure permettant de vendre les produits tout près de chez soi?»

En ce qui concerne l'Auenhof, l'analyse de Marcus Pan a notamment révélé que l'eau de pluie s'écoule assez librement du point le plus haut au point le plus bas, qu'elle ne peut pas être bien utilisée par les plantes sur son passage et qu'elle emporte l'humus vers le bas dans la dépression. Il a donc fallu stopper ce mouvement d'écoulement. C'est pour cette raison que les champs de la ferme Auenhof ont été aménagés en suivant les courbes de niveau du terrassement de ce terrain. Des arbres ou des haies ont été plantés à des distances déterminées sur les points les plus élevés de chaque ligne afin de retenir l'eau avec leurs racines et la mettre ainsi à la disposition d'autres plantes. Par ailleurs, les arbres ont pour effet de conserver l'humidité du sol autour d'eux, leur ombre ralentissant l'évaporation de l'eau. Le choix des arbres s'est fait en fonction de la position du soleil. Certains arbres fruitiers, qui ont besoin de beaucoup de soleil, sont situés dans les endroits les plus exposés, d'autres dans la pénombre ou à des endroits où le soleil ne brille pas toute la journée.

Peu de frais, grand rendement

Un autre principe clé de la permaculture que Pan applique également à la ferme Auenhof consiste à créer des communautés de plantes. On associe des plantes annuelles et pluriannuelles (plantes



Exploiter le long des courbes de niveau.

légumières, herbes aromatiques et plantes sauvages) qui sollicitent la terre de manière différente, on crée des voisinages qui se font mutuellement du bien, par exemple parce qu'une plante éloigne certains parasites de sa voisine grâce à son parfum puissant. Et on prend en compte les buissons et arbustes qui «restituent» au sol ce dont il a besoin, comme l'azote, ou qui le rendent plus aéré. Les champs de l'Auenhof, qui ont plutôt l'apparence de longues et larges plates-bandes, sont entourés de prés et de prairies maigres. Cela attire les insectes chargés de polliniser les fleurs, et l'herbe est placée sur les plates-bandes en guise de paillis après la fauche, ce qui ramène les éléments nutritifs dans le sol.

Une fois cette communauté végétale et de biodiversité formée, l'agriculture ne demande plus beaucoup de travail selon la méthode de la permaculture, explique Marcus Pan. «Nous créons un système dans lequel le sol est nourri et décompacté par les plantes et les micro-organismes capables de bien vivre dans cet environnement naturel. Cela permet même de développer l'humus et non de le réduire, comme dans l'agriculture conventionnelle. Le fait de ne pas pratiquer la monoculture et de faire pousser des légumes annuels à côté de légumes pluriannuels, par exemple, nous évite de labourer et de





replanter chaque printemps. Nous nous épargnons ainsi beaucoup de travail, disposons toujours de sols fertiles et de récoltes abondantes, bien réparties sur la saison.» Le premier et le plus important principe de la permaculture consiste à ce qu'aucune exploitation agricole ne prélève plus de nutriments, d'eau et d'énergie de la terre qu'elle n'en restitue, explique Pan. Pratiquement tout ce dont la ferme a besoin est produit sur place – en tenant compte des conditions données. Un système peu coûteux, qui permet à une ferme qui pratique la permaculture de devenir rapidement autosuffisante.

Faut-il quand même des engrais dans la permaculture? «Les engrais chimiques sont tabou en permaculture. En revanche, le compost est un excellent engrais et constitue une autre méthode pour boucler le cycle nutritionnel sur le terrain de la ferme. Et puis nous pouvons compter sur nos collaborateurs animaux assidus qui nous secondent dans notre travail tout en fertilisant le sol», explique le permaculteur. La ferme Auenhof héberge, parmi d'autres animaux, également des poules Sperber et des poules suisses, deux espèces anciennes dont la conservation est menacée dans le cas des Sperber. De temps en temps, les poules de la ferme Auenhof sont autorisées à sortir de leur enclos et à se promener dans les champs. Elles aèrent ainsi le sol en grattant et le fertilisent avec leurs excréments. Aucun animal n'est abattu dans cette ferme. Pan explique qu'un autre principe de la permaculture consiste à accorder à toute vie le droit inhérent au bien-être.

«Retour à la nature»

L'Auenhof est organisée sous forme d'«agriculture solidaire». Cela signifie qu'une ferme produit pour ainsi dire sur commande, car les consommateurs garantissent l'achat des produits en prenant par exemple un abonnement pour les légumes. Il est ainsi garanti qu'il n'y aura pas de production excédentaire qui, au pire, devra être détruite. Les consommatrices et les consommateurs vivent à proximité de la ferme, de sorte que les produits n'ont pas besoin de faire un long trajet gourmand en



Communauté de plantes typique pour la permaculture avec légumes, herbes aromatiques et fleurs.

Photo: Auenhof Feldbach

énergie et permettent, en cas d'intérêt, d'établir des contacts sociaux entre les exploitants de la ferme et les consommatrices et les consommateurs.

Au fond, la permaculture ne fait rien d'autre que d'orienter systématiquement ses principes et son mode de production vers la nature. Production régionale, saisonnière, cycles des éléments nutritifs, biodiversité – la permaculture imite ce que la nature a toujours pratiqué avec succès. C'est ce qui fait d'elle une forme d'exploitation extrêmement efficace, avec de hauts rendements et sans «coûts accessoires cachés» dus à des sols épuisés et à une eau potable polluée. C'est en somme logique, simple et sans stress, et pourtant un peu miraculeux, comme l'est la nature.

Et qu'est-ce qui fascine cet expert dans ce mode économique et existentiel? «Le respect de la terre et des hommes ainsi que le partage équitable sont les idées sur lesquelles se fonde la permaculture. En suivant ces principes, on peut en principe créer avec des moyens simples un système permettant aux humains de vivre en harmonie avec la nature. Je rencontre beaucoup de gens qui désirent un «retour à la nature». La permaculture est une réponse à cela.»



Académie pour la conception de permaculture

L'Auenhof est également une ferme de formation. On peut y apprendre à planifier des systèmes de permaculture qui fonctionnent, à les construire et à les développer ainsi qu'à créer des paysages et des potagers de permaculture comestibles et nourrissants pour former des écosystèmes stables et porteurs d'avenir. Tous les cours, ateliers et stages à l'Auenhof se trouvent ici:

📧 down-to-earth.ch/planung-beratung/wissensvermittlung





La ferme vegan – pour le bien-être des animaux

Pablo le bœuf est curieux comme une fouine. Toujours au premier rang et au rendez-vous quand il y a quelque chose à voir, raconte Claudia Troxler. Que Pablo soit encore en vie est le fruit d'un heureux hasard, poursuit-elle. En se promenant un jour avec sa fille, un père a assisté à la naissance du petit Pablo sur un pâturage. Il a alors demandé à l'agriculteur présent ce qui allait se passer avec le petit veau. Il a répondu qu'il serait engraisé pendant quelques mois avant d'être abattu, suivant la pratique habituelle qui attend les veaux mâles dans les élevages laitiers.

Père et fille ont trouvé ça très triste. C'est pourquoi Pablo, devenu aujourd'hui un bœuf adulte particulièrement beau et extrêmement curieux, vit désormais dans la ferme de Beat et Claudia Troxler à Büron, dans le canton de Lucerne. C'est le père promeneur de l'époque qui s'occupe en grande partie de son entretien. Pablo ne remplit aucune tâche. Comme tous les autres animaux de la ferme des Troxler. Les «animaux de rente» n'existent ici que comme un concept issu d'un autre monde, mais pas comme un concept vivant. En effet, la ferme des Troxler est ce qu'on appelle une biofarm ou ferme de vie. Ici, tous les animaux peuvent mener une vie normale, et chacun à sa guise. Cela signifie par exemple que Felix et Nala, les deux cochons, ont le droit de se rouler dans la boue s'ils en ont envie, que tous les petits veaux grandissent auprès de leur mère, comme la nature l'a voulu, et que les poules – sauf si la grippe aviaire sévit – peuvent aller et venir librement, gratter et picorer où cela leur chante. Et cela semble fonctionner, l'ambiance parmi le bétail est visiblement bonne dans cette exploitation. Tous les animaux donnent l'impression d'être bien soignés, en bonne santé et satisfaits. Mais bien sûr: Aurelio, nom donné par les Troxler à leur ferme, ne voit plus naître de nouveaux animaux. Ceux qui y vivent y passent leur vie et leur retraite, quelle que soit la durée de celle-ci. On y trouve les animaux qui vivaient déjà dans cette ferme avant la reconversion

ainsi que d'autres qui ont été sauvés de l'abattoir par d'autres personnes et qui ont trouvé refuge ici.



Profite de la vie: Pedro le bœuf, au centre.

Vu d'un autre œil

Les choses ne se sont pas toujours passées de manière aussi frivole à la ferme de Beat Troxler, qu'il a reprise de ses parents en 2014 et qu'il a ensuite convertie au bio. Il était alors encore éleveur de porcs et produisait du lait. Les porcs étaient abattus à l'âge de six mois, les veaux séparés de leur mère aussitôt après leur naissance et leur lait était vendu avant qu'ils ne soient à nouveau fécondés deux ou trois mois plus tard. Un cycle et un mode d'exploitation qui l'ont fait grandir et qu'il n'a pas remis en question pendant longtemps, explique le fermier. Ce n'est que lorsque Claudia est tombée amoureuse du cochon Felix et a voulu le sauver de l'abattoir, qu'elle a rencontré Beat par la même occasion, qu'elle est tombée amoureuse de lui avant de venir s'installer avec eux à la ferme en 2015, que le changement vers le mode de production actuel de la ferme de vie a progressivement pris forme, d'abord dans les têtes puis, pas à pas, très concrètement.

Par l'intermédiaire des oreilles de Claudia, Beat a soudain entendu les veaux nouveau-nés et leurs mères qui venaient de mettre bas meugler différemment et avec beaucoup plus de souffrance





Beat et Claudia Troxler.

pendant plusieurs jours. Et à travers les yeux de Claudia, il a soudain constaté que les porcs n'étaient plus élevés de manière conforme aux besoins de leur espèce dans leurs petits boxes. En fait, il savait déjà à l'époque que les cochons sont des êtres intelligents et sociaux, ayant un grand besoin de bouger et une espérance de vie d'environ 15 ans et non de six mois.

«Nous grandissons avec la conviction que les poules, cochons et vaches sont des 'animaux de rente'. Si l'on veut les considérer comme autre chose, il faut se demander s'il est juste de distinguer entre animaux sauvages, animaux domestiques et animaux de rente ou utiles. Après tout, il ne viendrait à l'idée de personne dans notre pays d'abattre et de manger des chiots. Pourquoi a-t-on le droit de faire cela avec des veaux?», demande Claudia Troxler qui travaille désormais à plein temps dans l'exploitation agricole. «Pour moi, il a été clair depuis longtemps qu'il ne fallait ni abattre ni utiliser les animaux, mais les laisser vivre, pour la simple raison qu'ils sont des êtres vivants avec des sentiments et des sensations comme les nôtres», explique cette employée de commerce de détail de formation pour justifier sa conception du monde. «C'est pourquoi je mange depuis longtemps vegan et avant cela j'étais végétarienne.»

«La plupart des gens ne savent pas comment les 'animaux de rente' sont traités et à quel point le mode de vie que les hommes leur imposent s'est éloigné de leurs besoins naturels. Cette situation va de pair avec des modifications physiques dues à l'élevage dont souffrent de nombreux animaux», explique Beat Troxler. Le couple a donc à cœur de transmettre des connaissances sur les animaux et l'élevage à travers sa ferme. C'est pourquoi ils organisent régulièrement des visites guidées de la ferme durant lesquelles ils présentent aux personnes intéressées leur concept de ferme de vie, en expliquant et en justifiant pourquoi c'est selon eux la voie à suivre pour leurs animaux.



Vue sur le magasin de la ferme Aurelio.

Pour plus d'informations sur la ferme Aurelio, les visites guidées et les parrainages d'animaux, cliquez ici:
[@ lebenshof-aurelio.ch](https://lebenshof-aurelio.ch)

«Les fermiers doivent produire des aliments»

Mais comment financer une ferme de vie? D'une



part par des dons et des parrainages d'animaux, c'est-à-dire que toute personne intéressée finance l'élevage ou une partie de l'élevage d'un ou plusieurs animaux pour une durée convenue. Et d'autre part, les exploitations agricoles en Suisse perçoivent également une certaine somme en paiements directs pour les animaux, même si ceux-ci ne sont pas «utilisés». Beat et Claudia Troxler cultivent également des terres, des pommes et des produits pour leur magasin à la ferme. Ils aiment aussi imaginer de nouvelles choses à produire sur leur exploitation agricole, car «les fermiers et les fermières doivent produire des aliments. Il en a toujours été ainsi et cela doit rester comme ça», résume Beat Troxler, «mais il ne doit pas s'agir de denrées animales et aucun animal ne doit souffrir pour ça».

Comment la transition de l'élevage laitier et porcin à la ferme de vie a-t-elle finalement été perçue dans leur entourage? «Mes parents sont très ouverts et soutiennent aujourd'hui notre concept même s'ils ne travaillent eux-mêmes plus que sporadiquement. Avec mes collègues paysans, qui pour la plupart travaillent différemment, je discute souvent de notre manière de gérer la ferme mais tous respectent ce que nous faisons et s'y intéressent», indique Beat Troxler. Et Claudia Troxler d'ajouter: «Nous faisons ici ce que nous pensons être juste. Si quelqu'un suit une autre voie, nous le respectons bien entendu. Mais nous partageons aussi volontiers nos expériences quand quelqu'un s'intéresse à mettre en œuvre un concept similaire.» ★



Musée suisse de l'agriculture Burgrain

Saviez-vous que les exploitations agricoles possédaient autrefois des pignons à os qui servaient à fabriquer de l'engrais à partir d'os cuits? Que des produits chimiques de protection des plantes étaient déjà fabriqués industriellement depuis le XIXe siècle et utilisés dans l'agriculture? Et que sur les centaines de variétés de pommes qui existent dans le monde, quatre seulement occupent à elles seules la moitié de la surface cultivée en Suisse?

Le Musée suisse de l'agriculture de Burgrain vous propose de découvrir de tels aspects et bien d'autres faits captivants sur l'agriculture. Il raconte l'histoire de l'agriculture suisse, depuis le pays de sylviculture que la Suisse était autrefois jusqu'à aujourd'hui, et présente une riche collection d'outils historiques.

Dans son exposition interactive, le musée aborde également tous les thèmes d'actualité qui se posent dans le domaine de l'agriculture et autour d'elle aujourd'hui, comme par exemple le recours aux pesticides, la biodiversité, le commerce et le libre-échange, la production alimentaire durable, le rôle des consommateurs et bien d'autres encore. Une exposition spéciale est actuellement consacrée au thème de «l'élevage de bétail brun» et diverses actions portent sur le lin, thème annuel du musée.

Il y a par ailleurs deux expositions séparées sur les abeilles (avec une ruche pédagogique) et le gaspillage alimentaire, un jardin naturel avec des panneaux explicatifs, une ferme biologique de découverte, un restaurant, un magasin à la ferme, une aire de jeux et bien plus encore à découvrir.

Heures d'ouverture, manifestations et offres, prix, moyens d'accès et autres informations sur le musée:

@ museumburgrain.ch



Un chat rassasié chasse mieux

Lorsqu'un chat attrape une souris, la paysanne ou le paysan sont contents. Mais qui souhaite avoir un chasseur efficace chez soi doit tenir compte de certains points.

Texte: Regina Röttgen

Autrefois, les chats chassaient pour être rassasiés. En ce qui concerne nos chats domestiqués, ce n'est plus le cas, explique Katrin Held, conseillère en comportement et en nutrition à Rottenschwil: «La corrélation entre chasse et faim ne peut plus être établie de manière pertinente aujourd'hui. Beaucoup de chats chassent alors qu'ils n'ont pas faim.» En effet, malgré leurs rations alimentaires régulières, pas mal de chats ramènent une souris de leur escapade en plein air. «Un chat est capable d'attraper en moyenne deux douzaines de souris par jour», précise Held.

On n'en voit pas beaucoup, car la plupart des chats consomment leur proie sur place. Dans les fermes, cette pratique est bien sûr souhaitée. L'experte en félins a elle-même passé de nombreuses années dans une ferme et sait à quel point la vie peut être pénible lorsque des souris font des ravages dans une exploitation agricole. Chaque chat n'est pas en mesure d'apporter la solution à ce problème. «Qu'un chat chasse ou non, cela dépend de leur caractère. Certains sont tout simplement trop paresseux et préféreraient mourir de faim, tandis qu'un autre est très porté sur la chasse.» En plus du caractère, l'environnement et le stimulus doivent eux aussi être en harmonie. «Le chat doit se sentir en sécurité à l'extérieur et pouvoir percevoir un nombre suffisant de souris.» C'est en effet à ce moment-là qu'un chat, en tant que prédateur, se met à l'affût – par exemple devant l'entrée d'un terrier de campagnols où les petits rongeurs vivent en groupe.

Une ouïe extrêmement fine

Plusieurs raisons expliquent pourquoi le chat

parvient tout de même à attraper le rongeur malgré les multiples entrées et sorties, selon Held. «La chasse aux souris est pour le chat la variante la plus simple de la chasse. Chasser les oiseaux est une discipline bien plus difficile.» Devant le trou de souris, le chat n'a effectivement qu'à attendre. Il le fait le plus silencieusement possible. Pour le chat, c'est un acte de patience, dit Held. «Il reste immobile et ne fait aucun bruit, sinon la souris pourrait entendre ses mouvements.» Dans le cas où la souris choisit une autre sortie, le chat est là avant elle. Le sens de l'ouïe des chats est en effet extrêmement développé. De nombreux muscles auriculaires leur permettent par ailleurs d'orienter leurs oreilles individuellement de manière très précise. Ils détectent ainsi la plus grande intensité sonore.

Étant donné que les pattes de velours sont capables de réagir à la vitesse de l'éclair, elles localisent un son avec une précision presque parfaite. Held en donne une illustration: «Le chat n'entend donc pas seulement la souris dans le trou qu'il surveille. Il sait aussi parfaitement où se trouve la souris dans le jardin si elle devait se précipiter vers une autre sortie.» Une fois que le chat a aperçu la souris, il ne peut plus stopper son impulsion de prédateur à partir d'un certain moment. Car chasser est en fin de compte dicté par l'instinct.



Castrer pour mieux chasser

Néanmoins, on ne peut pas compter sur tous les chats de ferme pour chasser les souris. Held en connaît la raison. «Seul un chasseur

en bonne santé est un bon chasseur. Si la patte de velours a mal à une dent ou ailleurs, elle ne prendra même pas la peine d'aller chasser.» Le risque est trop grand pour le chat de devoir bouger parce qu'il a mal et de révéler ainsi sa présence à sa proie. Car la chasse est une affaire de concentration – pour laquelle un chat doit non seulement ne pas souffrir, mais aussi être bien nourri. «Chasser avec le ventre vide est difficile dans la mesure où la concentration diminue lorsque la faim augmente. Sans compter que la chasse donne généralement faim.» Afin que le chat ait la force nécessaire pour chasser également en hiver, Held conseille de lui fournir un endroit à l'abri du vent et du froid où il pourra récupérer des forces. «Sans cette énergie, il n'ira pas chasser. Et de toute façon, il n'est pas possible de forcer un chat à le faire.»

Pour garantir une bonne santé au chat, l'experte recommande également des visites régulières chez le vétérinaire pour les chats de ferme. «Une communauté de chats à la ferme doit toujours rester limitée. Car plus on a de chats, plus il est difficile financièrement de les faire soigner par un vétérinaire. En outre, en cas de maladie, les animaux se contaminent mutuellement.» Selon Held, il faut absolument prévoir de les castrer. En effet, contrairement à ce que l'on pense, les chats mâles non castrés ne sont pas de meilleurs chasseurs. «Certes, ils sont plus souvent dehors. Mais leur préoccupation est plutôt d'éloigner les mâles de leur territoire et de trouver des femelles plutôt que des souris à manger.»

La castration les débarrasse de ces lubies. Chez les chattes, la stérilisation a également un impact sur la chasse éventuelle. «D'une part, cela permet d'éviter une progéniture indésirable. D'autre part, une chatte non opérée qui met bas en permanence n'a plus la force de chasser.» Pour la chatte, c'est le début d'un cercle vicieux: au fur et à mesure que ses forces diminuent, son plaisir de chasser disparaît progressivement. Moins un chat chasse, plus il devient mauvais en la matière. En perdant ses capacités, son seuil d'inhibition augmente. «Il suffit alors d'un regard direct de la souris pour déstabiliser le chat.»



Cette réaction est également connue avec les chats et les rats, c'est pourquoi même un chat de ville préfère attraper les souris plutôt que les rats qui y sont plus nombreux. «Il est vrai que l'on dit toujours que le chat mange à la fois des souris et des rats, mais ces derniers ne figurent que rarement dans le schéma de prédation d'un chat.» En effet, il y a quelques années, des chercheurs américains avaient observé par le biais de caméras qu'un groupe de chats n'avait saisi et tué que deux parmi les quelque 150 rats vivant dans les environs pendant une période de 79 jours. Les chats ne s'étaient mis à l'affût d'un rat qu'une vingtaine de fois.

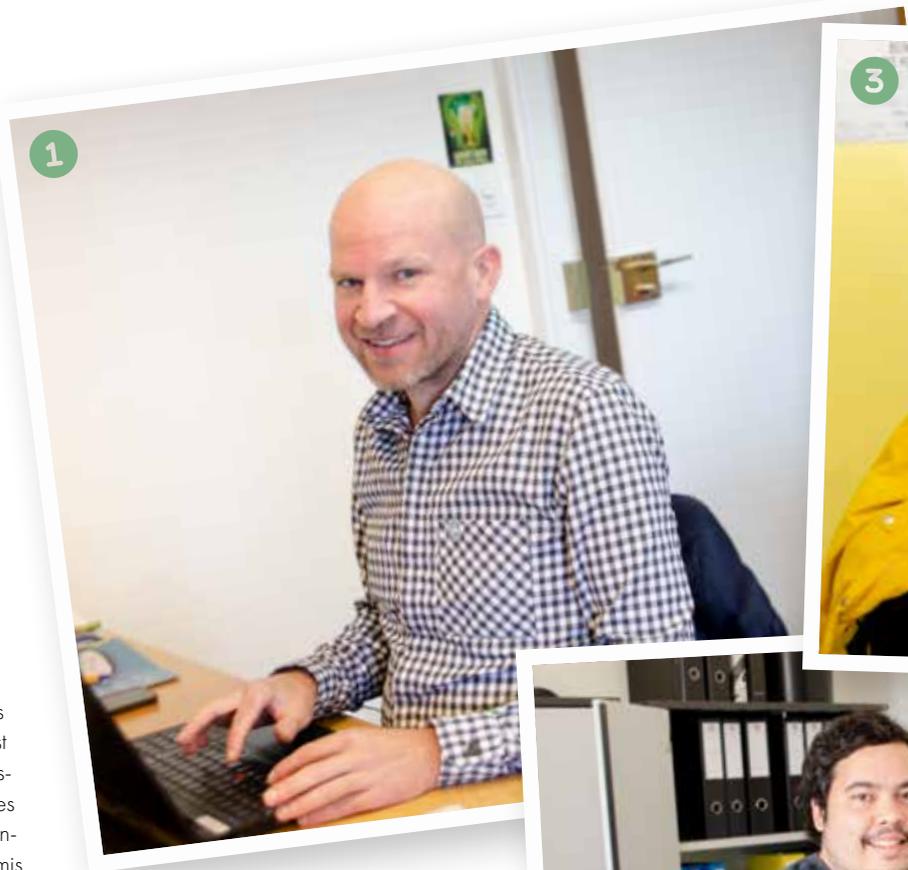
Cela n'étonne pas Held. «Les rats ne sont le plus souvent pas de bonnes proies pour les chats. Ils se comportent différemment que les souris, sont très intelligents, disposent de nombreuses échappatoires et sont en outre de plus grande taille physique.» De nombreux chats sont donc réticents lorsqu'ils aperçoivent un rat. «Dès que le rongeur se retourne et fixe le chat, beaucoup de chats abandonnent la chasse.» Sinon, il peut même y avoir des combats entre chat et rat. ★

Là-haut à Berne

Le centre administratif de la Fédération Nationale des Amis de la Nature à Berne est en quelque sorte un «Centre de service public» à disposition des sections et membres des Amis de la Nature. Présentation des prestations que le siège de la fédération fournit à ses membres et portrait des collaboratrices et collaborateurs en charge de leurs tâches respectives.

Texte: Christine Schnapp, photos: Mario Lehmann

1 Ramon Casanovas, codirecteur des Amis de la Nature Suisse, organise en tant que responsable du sport les cours de formation et de perfectionnement et entretient également dans ce cadre les contacts avec l'Office fédéral du sport ainsi qu'avec Swiss Olympic, la fédération faîtière du sport suisse. Il conseille les responsables des randonnées et fait partie de la cellule de crise des Amis de la Nature. Il s'occupe également de diverses tâches liées à la gestion de la fédération. Parmi celles-ci, on peut citer la participation aux assemblées générales des sections, le suivi et le soutien des fonctionnaires ainsi que le conseil aux sections et aux maisons en cas de crise. Ramon traduit par ailleurs de nombreux documents en français, est coresponsable de l'organisation des assemblées des délégués et des conférences des présidents et il coordonne les interventions des civilistes dans les maisons des Amis de la Nature.



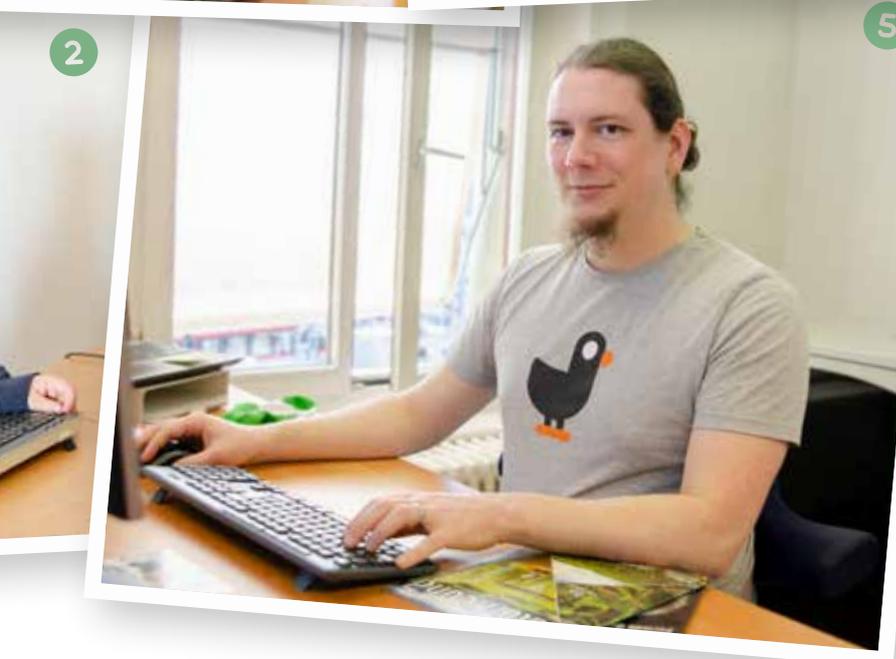
2 Roland Johner, secrétariat et comptabilité, est en principe le premier interlocuteur que les membres ont avec le siège central lorsqu'ils s'adressent à lui par e-mail ou par téléphone pour une question ou un problème. Dans la moitié des cas, Roland trouve la solution, qu'il s'agisse de finances, de Fairgate (mutations et nouveaux membres), de cartes de membre ou de commandes.



Depuis près d'un siècle, plus précisément depuis 1925, les sections des Amis de la Nature en Suisse disposent d'une fédération nationale et donc d'un comité, de divers autres organes et d'un centre administratif, qui se trouvait d'abord à Zurich et depuis 1988 à Berne. Celui-ci fournit aux sections et aux membres entre autres des prestations qui soutiennent à leur tour les sections dans la réalisation de leurs tâches et veillent à ce que les Amis de la Nature Suisse fonctionnent en tant que fédération nationale et soient

perçus comme tels. Parallèlement aux services rendus aux sections, le centre administratif assume toute une série d'autres tâches qui profitent indirectement aux sections ainsi qu'aux membres, comme par exemple la demande de fonds de soutien auprès de l'Office fédéral du sport, l'organisation de conférences des délégués et des présidents, de workshops sur différents thèmes et le maintien de la collaboration avec les autres fédérations nationales des Amis de la Nature et l'Internationale des Amis de la Nature. ★

3 **Claudia Mazzocco, codirectrice** des Amis de la Nature Suisse, est responsable de la communication et s'occupe de la newsletter ainsi que de tous les autres documents écrits destinés à fournir aux sections et aux membres des informations sur la fédération. Elle organise et dirige divers workshops, conseille les sections en cas de remaniement des statuts, de planification d'une succession et pour le recrutement de membres. Claudia est aussi responsable de l'organisation des cours sur la nature et participe en outre à l'établissement des cartes de membre, à l'organisation des conférences des délégués et des présidents. Elle fait office de personne de contact auprès de Swiss Olympic Academy pour le cycle de formation «Club Management». Elle collabore en outre à la direction de la fédération, fait l'acquisition d'annonces et contrôle l'«Ami de la Nature» avant son impression.



4 **Christine Schnapp, rédactrice**, est responsable de la conception du magazine «Ami de la Nature» et de la correction des newsletter, rapports et autres informations adressées par écrit aux sections et aux membres.

5 **Mario Lehmann, informatique et graphisme**, crée les sites web pour les sections et les associations responsables des maisons et les assiste pour toutes les questions et problèmes techniques concernant internet, les ordinateurs, les réseaux sociaux et la base de données des membres «Fairgate». Il est aussi responsable de la conception et de la réalisation de flyers, de panneaux et de drapeaux pour les sections et les responsables de maisons ainsi que de la mise en page du magazine «Ami de la Nature».



Regard sur la Lombardie.

RANDONNÉE

En route à l'extrémité sud du Tessin

Quel peut bien être l'intérêt d'une randonnée de trois jours dans l'extrême sud du Tessin? Il y fait bien trop chaud! Et la Valle di Muggio, c'est où d'ailleurs? Quant à «Muggio», ça doit venir des moustiques... Les Amis de la Nature de la section Gossau se sont rendus au Tessin sous la direction de Guido Rutz.

Texte et photos: Guido Rutz

Généralités

Accès

En train par le tunnel du Gothard à Lugano, puis en RE 80 jusqu'à Mendrisio

Durée totale

+ 2699 m / - 2327 m / 36.55 km / 13 h 31

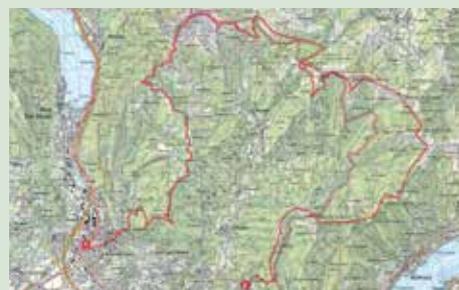
Possibilités de raccourcis

Descente dans la Valle di Muggio en bus vers Mendrisio env. toutes les 2 h

Caractéristiques de la région

Mendrisiotto

Dans la première partie des années 1990, le Tessin, et plus particulièrement le Mendrisiotto, a souffert de la crise économique mondiale. Dans ce contexte, l'essai à grande échelle VEL-1 Mendrisio a constitué un coup de pouce conjoncturel bienvenu. Entre 1994 et 2001, 400 véhicules électriques ont été vendus à des particuliers et 80 stations de recharge ont été mises en place. Leur usage a été suivi et analysé pendant plusieurs années.



Le test à grande échelle de Mendrisio a permis de démontrer l'essor des véhicules électriques. De 2001 à 2004, le projet VEL2 a été étendu à l'ensemble du territoire cantonal. Celui-ci visait également à sensibiliser la population aux véhicules à faible consommation d'énergie. Le but est de réduire la consommation d'énergie, respectivement les émissions de CO₂. Le projet faisant suite à l'essai à grande échelle devait faire le pont avec VEL3 (2005-2013), qui prévoit un bonus-malus neutre et autosuffisant. Grâce à l'essai à grande échelle, Mendrisio s'est forgé une réputation internationale en tant que centre de compétence pour les véhicules électriques.

Caractéristiques de la randonnée

- Randonnée de 3 jours avec point culminant en haut du Monte Generoso donnant une vue panoramique vers l'Italie et les lacs de Lugano et de Côme

Malgré tous ces doutes, nous nous lançons dans l'entreprise et le train nous conduit à Mendrisio par le tunnel du Gothard. Descendus du train, nous nous mettons dans un premier temps à l'ombre pour nous rafraîchir. Nous y profitons d'abord de l'ambiance méridionale avant de nous projeter dans la perspective de la randonnée de trois jours qui nous attend.

Nous arrivons rapidement à sortir de Mendrisio par les ruelles étroites et, après avoir longé les vignobles, nous montons dans la forêt fraîche, en pente raide, jusqu'à l'Alp Caviano. À la sortie de la forêt, nous nous retrouvons devant les prairies alpêtres où nous nous émerveillons de la vue sur la lointaine Lombardie. Devant nous se trouve l'ancien bâtiment d'alpage, transformé en logement confortable. Quelques tables invitent à se reposer à l'ombre des grands arbres et à l'intérieur, une cuisine bien équipée, une salle de séjour confortable et d'excellentes conditions de couchage nous attendent. Nous voilà donc bien logés pour notre première nuit.

Plus tard, nous sommes assis à table sous les arbres, le soleil s'incline vers l'horizon et une brise tiède souffle depuis la vallée. Nous pouvons ainsi profiter à la fois du souper, de la vue et du calme. Que demander de plus? Alors que le soleil disparaît derrière l'horizon, les lumières commencent à s'allumer dans la vallée, nous montrant à quel point la vallée et la Lombardie sont urbanisées et quelle effervescence règne dans la plaine. Seule la brume au-dessus de la vallée limite notre vue et nos pensées sont déjà tournées vers le lendemain qui doit nous conduire en haut du célèbre Monte Generoso – et nous voilà déjà à nouveau happés par la frénésie des excursions.



Départ à Mendrisio.



Montée dans la fraîcheur du bois.

1re étape Mendrisio-Caviano

Hébergement

Capanna Caviano 6874 Castel S.Pietro, tél: +41 77 478 4500 / info@caviano.ch

Difficulté

T2

Durée

+ 645 m / - 6 m / 5.06 km / 2 h 03

Possibilités de raccourcis

Aucune

Restauration

Uniquement à Mendrisio

Caractéristiques de la randonnée

- Départ après le long voyage à travers Mendrisio, les vignobles et la forêt jusqu'à l'escale à l'Alp Caviano
- Magnifique vue et hébergement confortable





À travers la châtaigneraie à l'assaut du Monte Generoso.



Restauration copieuse au Rifugio Prabello.

Deuxième jour

Les montagnes sont enveloppées de nuages, mais la vue sur la vallée nous permet d'imaginer la beauté de cet endroit dès le petit matin. Nous longeons la crête, avec la Valle di Muggio en contrebas à droite, et montons légèrement jusqu'à Dosso dell' Ora – malheureusement, il est encore trop tôt pour faire une pause au Grotto Balduana. Nous

prenons donc l'arête du sommet qui passe devant la Bellavista et nous mène en haut du Monte Generoso. Les nuages cachent malheureusement la vue sur le lac de Lugano et les innombrables sommets alpins. C'est ainsi que nous quittons le point culminant de toute la randonnée pour descendre vers l'est le long de la frontière nationale en direction de Scudellate et Erbonne en Italie. En passant, nous pouvons même admirer des mantes religieuses, cachées parmi les nombreuses fleurs dans l'herbe.

Après une halte dans un restaurant confortable, nous suivons brièvement la chaussée avant d'entamer la montée vers le col Bonello et d'atteindre bientôt le refuge Prabello le long de la frontière nationale. Nous y sommes accueillis chaleureusement avec une bière bien fraîche et une vue magnifique sur la région du lac de Côme. L'équipe de la cabane nous sert un copieux repas du soir, nous faisant ainsi oublier tous les efforts de la journée. Après les nuages entourant le Monte Generoso, nous avons bénéficié aujourd'hui d'une randonnée variée qui nous a également offert de nombreux regards sur la Valle di Muggio.

2^e étape Caviano-Rifugio Prabello

Hébergement	Rifugio Prabello CAI, tél: +39 31 547 68 62 / info@prabello.it
Difficulté	T2
Durée	+ 1245 m / - 1000 m / 16.96 km / 6 h 16
Possibilités de raccourcis	Du Monte Generoso descente en crémaillère jusqu'à Capolago descente dans la Valle di Muggio en bus vers Mendrisio env. toutes les 2 h
Restauration	Grotto Balduana / Bellavista / Monte Generoso / Erbonne

Caractéristiques de la région

Monte Generoso

La montagne est située sur la rive orientale du lac de Lugano, entre Lugano et Chiasso, et sur la rive occidentale du lac de Côme. La frontière entre l'Italie et la Suisse passe par l'arête est et l'arête nord. Le versant sud et le versant ouest font partie de la Suisse, le versant nord-est de l'Italie.

Le Monte Generoso est un sommet panoramique qui par beau temps offre une vue sur tout l'arc alpin, allant des Alpes du Sud au Piz Bernina. Depuis 1890, un train à crémaillère, le Ferrovio Monte Generoso (MG), part de Capolago pour arriver juste en dessous du sommet. Il fonctionne d'avril à octobre pendant les mois d'été. Generoso-Vetta, la station du sommet, se trouve à 1605 m d'altitude, directement à la frontière nationale. Le chemin de fer est le seul train à crémaillère «typiquement suisse» au sud des Alpes. Le manque d'argent en 1940 a menacé de mettre fin à l'exploitation du chemin de fer. Le fondateur de Migros, Gottlieb Duttweiler, s'est alors engagé avec virulence pour le maintien du chemin de fer à crémaillère, ce qui a permis à Migros de reprendre MG. Le Monte Generoso appartient du point de vue géologique aux Alpes du Sud et présente une flore variée.

Caractéristiques de la randonnée

- D'abord montée en pente raide sur le Monte Generoso, point culminant de la randonnée de 3 jours
- Vue sur le lac de Lugano et l'ensemble de l'arc alpin
- Descente escarpée vers Erbonne, Italie, puis suivre un moment la chaussée avant de monter vers le Rifugio Prabello
- Vue sur le lac de Côme



Troisième jour

Revigorés, nous reprenons la route vers le sud le troisième jour sur le sol italien, en surplomb du Lago di Como. Le sentier d'altitude nous fait passer par le Monte di Binate et le Monte San Bernardo, à travers forêts et prairies, jusqu'au Rifugio Bugone. Presque seuls en route, nous pouvons régulièrement admirer la vue sur le lac de Côme et les montagnes environnantes. Et maintenant, nous nous reposons sous les arbres de ce confortable refuge. Il nous reste encore à gravir le Monte Bisbino.

L'ancienne fortification, l'église et le petit musée nous font penser aux temps difficiles du passé et des guerres mondiales. Après une sieste au soleil dans la cour du fort, nous abordons la dernière partie de cette randonnée de trois jours. Pour ce faire, nous traversons à nouveau la frontière nationale pour suivre la crête vers le sud. La plaine lombarde s'étend à présent devant nous. Après avoir traversé une forêt de montagne escarpée, nous descendons vers le village de montagne de Sagno.



Autour d'une bière bien fraîche, nous faisons le point sur ces trois magnifiques journées de randonnée et les doutes du début se sont tous volatilisés. La forte chaleur dans la vallée a fait place à une petite brise fraîche sur les versants de la montagne et les moustiques ne se sont pas non plus égarés jusqu'à cette altitude en raison de l'effet thermique. Le dictionnaire traduit «Muggio» par «en bas», probablement en référence à l'emplacement de la vallée à l'extrémité sud du Tessin. Nous avons bien fait de ne pas prendre ces doutes au sérieux et avons ainsi pu découvrir une magnifique région inconnue.

Le car postal nous ramène enfin à Mendrisio, puis nous prenons le train vers le nord – ciao Ticino. ✨

3^e étape Rifugio Prabello-Sagno

Difficulté	T2
Durée	+ 809Hm / - 1321Hm / 14.53km / 5:12h
Possibilités de raccourcis	Abstieg ins Valle di Muggio, etwa alle 2 Stunden Busverbindung nach Mendrisio
Restauration	Rifugio Bugone / Monte Bisbino / Sagno

Caractéristiques de la région

Monte Bisbino

Le Monte Bisbino culmine à 1325 m et entoure le versant droit de la Valle di Muggio en suivant en partie la frontière italo-suisse. Au sommet de cette superbe montagne, on peut voir, en plus de l'église de pèlerinage de la Sainte Vierge (l'un des lieux sacrés du culte marial, profondément enraciné dans la tradition régionale), les vestiges de tranchées, de postes d'artillerie et de tunnels construits pendant la Première Guerre mondiale.

La visite du Piccolo Museo Storico del Bisbino permet de découvrir l'histoire du village, les années de contrebande et les activités agricoles à différentes époques. Du sommet, on peut également admirer un panorama fascinant allant des Alpes à la plaine du Pô.

Le Monte Bisbino, lieu de passage pendant de nombreux siècles, n'a jamais fait l'objet de témoignages historiques majeurs jusqu'à l'occupation militaire italienne de 1916, pendant la Première Guerre mondiale. Pour fortifier le sommet, on a construit une route qui chevauchait en partie les anciens sentiers muletiers. Au sommet, des fortifications ont été installées sur une longueur de deux kilomètres, formant une ligne de démarcation qui montait jusqu'à l'église (1325 m) et faisait partie de la ligne Cadorna.

Caractéristiques de la randonnée

- Höhenwanderung mit dem höchsten Punkt auf dem Monte Bisbino in Italien
- Grenzüberschreitung in die Schweiz und auf dem Berg Rücken, Abstieg nach Sagno
- Rückfahrt mit dem Postauto nach Mendrisio





Photos: Boris Billaud

EXPOSITION

L'histoire unique d'une vallée

L'histoire de la Valle di Muggio s'apparente à celle d'une petite vallée tessinoise typique où l'agriculture a été pratiquée pendant des siècles jusqu'à ce que les gens arrivent de moins en moins à en vivre et que commence l'exode au XXe siècle. Mais c'est aussi une histoire tout à fait singulière qui n'a pu se dérouler de la sorte que dans la Valle di Muggio, appelée Val di Mücc par les autochtones. Les «Muggiosi» ont notamment mis au point un système sophistiqué pour attraper les oiseaux migrateurs pour les consommer, comme en témoignent les Roccoli, tours pour piéger les oiseaux, qui sont encore partiellement conservées aujourd'hui. Autre élément unique en son genre: les Nevère, ces maisons à neige à plusieurs étages qui

permettaient aux paysans de montagne de conserver la neige jusqu'à l'automne et de l'utiliser pour refroidir le lait. Ils produisaient notamment avec ce lait un fromage qui n'existe que dans la Valle di Muggio, le Zincarlin, fromage au lait cru dont la forme rappelle celle d'une tasse renversée. Il est composé de lait de vache et d'une petite quantité de lait de brebis, est enduit de vin blanc et assaisonné de sel et de poivre. Le Zincarlin est devenu en 2004 le premier produit certifié Slow Food de Suisse.

Voici juste quelques-unes des nombreuses particularités qui rendent la Valle di Muggio unique. Beaucoup d'entre elles peuvent être découvertes au Museo etnografico della Valle di Muggio dans le petit village de Muggio. L'exposition très détaillée plonge les visiteurs dans les spécificités de la vallée et fournit de nombreuses informations sur l'histoire, mais aussi sur la situation actuelle de la vallée. Le musée comprend également un moulin restauré à Bruzella, qui est réutilisé depuis quelques années, ainsi qu'un Roccolo à Scudellate. Le musée organise par ailleurs, entre avril et novembre, de nombreuses excursions, visites guidées et manifestations culturelles dans la vallée. Toutes les informations: [@ mevm.ch](https://www.mevm.ch)

Christine Schnapp



Maquette de la Valle di Muggio au musée.

Escapade dans la nature à bord du Bus alpin

Conseil

Avec ses 19 membres régionaux, le Bus alpin dessert en transports publics d'attrayantes destinations touristiques dans les régions montagneuses de Suisse. L'association propose des alternatives d'accès là où, sinon, seules les voitures peuvent se rendre. Bus alpin contribue ainsi à un trafic de loisirs qui ménage l'environnement et le climat.

Parmi les destinations desservies par le Bus alpin, citons l'Engstlenalp, à cheval sur les cantons de Berne et d'Obwald, avec le magnifique lac d'Engstlen, ou l'Ibergereg, dans le canton de Schwyz, et son «paysage de l'année 2019», un marécage protégé. Certains membres offrent des possibilités pour les cyclistes, par exemple dans le Parc Ela avec l'«Albula-Trail» du col de l'Albula jusqu'à La Punt-Chamues-ch en Engadine – transport des vélos dans le Bus alpin inclus. Les passionnés de trottinette y trouvent également leur compte. Le «Ahorn Wander- und Trotti-Bus» conduit les passagers avec des trottinettes de location directement de la gare de Huttwil jusqu'à l'Ahornalp, à 1140 m d'altitude. De là, le trajet de retour en trottinette jusqu'à Huttwil dure septante minutes riches en émotions et en panoramas.

Les Natura Trails des Amis de la Nature accessibles en bus
En Valais, le Bus alpin relie à Fäld la deuxième étape du Natura Trail Binntal. Dans la région du Gurnigel, les deux étapes du Natura Trail Gantrisch sont accessibles par le Bus alpin. Depuis l'automne 2021, les personnes qui trouvent la deuxième étape du Natura Trail de Schaffhouse trop longue ont la possibilité de monter dans le «Clientis-Randenbus» à



Les Natura Trails des Amis de la Nature parcourent neuf parcs naturels régionaux de Suisse. Tous les guides de randonnée de poche Natura Trail peuvent être commandés à l'unité (2.50 CHF) ou par lot de 9 (12 CHF).

partir de Chrüzweg (arrêt Kreuzweg) pour réduire le temps de randonnée.

Éviter les trajets à vide grâce à l'application Bus alpin

Les lignes de bus circulent pour moitié environ selon un horaire fixe et pour moitié à la demande avec réservation obligatoire. Pour ces dernières, la gestion des réservations occasionne beaucoup de travail à l'exploitant. En outre, les clients sont de plus en plus nombreux à demander des possibilités de paiement sans espèces. Pour les lignes à horaire fixe, le problème est qu'en cas de mauvais temps et de demande insignifiante, il y a beaucoup de courses à vide. C'est pour ces raisons que l'Association Bus alpin a lancé sa propre application l'été dernier – avec un certain succès: environ 1100 trajets ont été commandés par Appclick. Dès cet été, l'application se poursuivra sur les trajets Vrin-Puzsatsch (situé sur le célèbre haut plateau de la Greina) ainsi que Charmey-Gros Mont en Gruyère. Le Bus alpin poursuit ainsi l'amélioration de son écobilan.

Samuel Bernhard, Geschäftsleiter Bus alpin

Informations sur l'application avec lien de téléchargement ainsi que des idées d'excursions et les horaires des 19 régions sous: [@ busalpin.ch](https://busalpin.ch)



Le Bus alpin sur le col de l'Albula.
Photo: mòd



Photo: Pixabay, Skitterphoto

FAMILLES

«La forêt stimule la créativité et imagination des enfants»

Nombreuses sont les raisons pour emmener les enfants à la forêt. Les familles entières qui passent du temps ensemble dans les bois profitent elles aussi de ces moments en tant que groupe social, comme le savent pertinemment Lettya Oesch et Helene Roth, qui ont fait de l'organisation de sorties en forêt pour enfants, adolescents et adultes leur métier.

Interview: Christine Schnapp

On pense généralement que les enfants devraient se rendre le plus régulièrement possible en forêt. Mais pourquoi exactement?

Lettya Oesch: Dans la forêt, il n'y a ni murs ni frontières. Les enfants sont libres d'évoluer dans la nature. Cela favorise entre autres le développement physique et moteur. Le système immunitaire est renforcé par l'exercice et la respiration d'air frais.

Helene Roth: La nature stimule l'imagination des

enfants. Expérimenter la forêt avec tous ses sens nous rend vivants – comme toute expérience profonde qui touche.

Quelles expériences les enfants peuvent-ils faire en forêt qu'ils ne peuvent pas faire ailleurs?

Lettya Oesch: En forêt, les enfants ont l'occasion d'explorer l'environnement naturel et de découvrir les différentes espèces de plantes et d'animaux. La

forêt offre de nombreuses possibilités d'activités physiques comme l'escalade, la course, le saut et les exercices d'équilibre. Les enfants peuvent améliorer leurs capacités motrices et cognitives, mais aussi entraîner leur endurance et leur force tout en prenant du plaisir. En plus de cela, les enfants développent particulièrement leur créativité et leur imagination en milieu forestier. Ils peuvent se cacher dans la nature, pratiquer des jeux de rôle et inventer leurs propres aventures qui à leur tour stimulent leur imagination. Sans oublier que les enfants apprennent à assumer la responsabilité de leur propre sécurité et bien-être lorsqu'ils se trouvent dans les bois. Il leur faut prendre des décisions, évaluer les risques et se protéger. Ces expériences permettent aux enfants de renforcer leur confiance en eux et un sentiment d'assurance.

Helene Roth: Les circonstances dans la forêt ne sont jamais les mêmes. L'enfant choisit lui-même le matériel disponible dans la nature pour jouer. Il devient ainsi flexible dans sa pensée et son action en harmonie avec son corps et son esprit.

Quels changements et évolutions constatez-vous chez les enfants qui passent régulièrement du temps en forêt?

Lettya Oesch: Les sorties régulières en forêt peuvent améliorer l'activité physique et la motricité des enfants. En jouant à l'extérieur et en bougeant sur un sol instable et des obstacles, le sens de l'équilibre et la coordination sont entraînés. Par ailleurs, les sorties régulières en forêt peuvent aider les enfants à développer de meilleures compétences sociales. Jouer avec d'autres enfants en plein air leur apprend à résoudre des conflits, à partager et à collaborer. Ils se sentent ainsi à l'abri et en sécurité.

Votre offre comprend des journées en forêt pour les enfants, adolescents, adultes et familles. Où est fondée l'idée de s'adresser explicitement aux familles et de leur proposer une offre?

Lettya Oesch: Nous avons aujourd'hui bien trop peu de temps pour nous-mêmes. Smartphones

Lettya Oesch est pédagogue de la nature et de la vie sauvage, animatrice de groupes de jeux en forêt et graphiste. Née en 1976, elle est mariée et mère de deux adolescents.

Photo: m&d



Helene Roth est pédagogue de la nature et de la vie sauvage et thérapeute de peinture. Née en 1979, elle est mère d'une fille de 9 ans.

Photo: m&d



et jeux dominent nos activités quotidiennes. La participation commune à des activités en forêt peut contribuer à renforcer les liens familiaux et à faire oublier le quotidien. Parents et enfants ont l'occasion de partager des moments de plaisir et de nouvelles expériences. La forêt offre un environnement qui peut être passionnant et intéressant pour les personnes de n'importe quel âge. Les journées en forêt sont l'occasion pour les familles de découvrir ensemble la nature et d'en ressentir les effets positifs sur leur corps. En intégrant les familles à nos journées en forêt, nous voulons aussi contribuer à promouvoir le développement durable et la conscience environnementale au sein de la famille. Nous espérons que les familles comprendront mieux la nature et son importance grâce à nos activités et qu'elles incluront cette prise de conscience dans leur vie quotidienne. Enfin, les journées en forêt ouvrent aussi la voie pour rencontrer d'autres familles et passer du temps ensemble dans la nature.

Différentes études révèlent que le fait de passer régulièrement du temps en forêt a également une influence positive sur la réussite scolaire des enfants. Qu'observez-vous à ce sujet dans votre travail?

Lettya Oesch: J'ai constaté une meilleure capacité de concentration chez les enfants de la forêt. Ils ont également renforcé leurs compétences sociales. Cela



Canapé forestier conçu soi-même.

Photo: mäd

peut certainement contribuer à une influence positive sur le succès scolaire.

Helene Roth: Les sorties dans la nature stimulent l'interaction sociale, la curiosité et la capacité d'enthousiasme, la confiance en soi, l'inspiration et la résilience, c'est-à-dire la résistance humaine.

Même si c'est plutôt rare, il y a aussi des enfants qui n'aiment pas trop sortir. Avez-vous un conseil à donner pour les convaincre de passer du temps en forêt?

Lettya Oesch: Initier progressivement les enfants à la forêt et leur donner la possibilité de s'habituer peu à peu à l'environnement peut s'avérer utile. Il est par exemple possible de commencer par une courte promenade, puis de planifier progressivement des sorties plus longues en forêt. Une promenade avec des enfants ou des familles amies peut également contribuer à la motivation.

Helene Roth: Dans les offres pour groupes comme nous les proposons, l'expérience, la découverte et l'expérimentation communes sont mises au premier plan. Le plaisir de faire quelque chose ensemble paraît souvent plus facile. Se découvrir soi-même, apprendre les uns des autres, créer ensemble et les rencontres au sein de la communauté procurent une force salutaire.

Une fois que les enfants grandissent et possèdent leur propre téléphone portable, ce problème peut devenir encore plus sérieux. Que conseillez-vous aux parents confrontés à cette situation?

Helene Roth: Quand on a atteint un stade de la vie où l'on remet tout en question en essayant de trouver sa place, on veut tout faire autrement que ses parents. Il s'agit de l'accepter comme tel. Je pense que grandir dans un monde aussi médiatisé n'est pas toujours facile. Chercher le dialogue avec l'enfant pour établir une connexion est un premier pas: tout est basé sur la relation. La force consiste à être présent et à chercher ensemble des solutions, à les respecter systématiquement, à faire confiance à l'enfant et à l'accompagner. Ranger soi-même son téléphone portable pour s'engager avec l'enfant, l'écouter et lui témoigner un intérêt sincère est d'une grande aide. Il est alors possible de proposer à l'enfant de passer du temps ensemble dans la nature.

On ne protège que ce que l'on connaît. Quelles observations faites-vous dans votre travail concernant cette affirmation?

Helene Roth: Les expériences proches de la nature et l'appel à tous les sens, c'est-à-dire une orientation consciente vers l'action et l'expérience, de sorte qu'un attachement émotionnel à la nature puisse être établi, permettent de se familiariser davantage avec la nature et d'apprécier l'environnement. Cela favorise à long terme la motivation pour reconnaître l'enjeu écologique et comprendre l'importance de la protection de l'environnement et permet ainsi de changer son propre comportement. L'aliénation de la nature est synonyme de déracinement et d'aliénation de nous-mêmes. Mais si la graine de l'attachement à la nature est plantée dans l'enfance, alors l'adulte qu'il deviendra la retrouvera un jour ou l'autre. ★

Sous le nom «ort-Natur» ([@ ort-natur.ch](mailto:ort-natur.ch)), Lettya Oesch propose un groupe de jeu en forêt pour les enfants de 3 à 5 ans et un mini-groupe de jeu parents-enfants, des journées de découverte de la nature et des workshops pour adolescents et adultes. Conjointement avec Helene Roth, elle organise par ailleurs régulièrement des journées en forêt pour les enfants à partir de 5 ans et des camps «nature et vie sauvage» pendant les vacances scolaires. Helene Roth propose enfin, sous le nom «erlebnisreich-natur» ([@ erlebnisreich-natur.ch](mailto:erlebnisreich-natur.ch)), des cours de bain forestier et de méditation naturelle pour adultes.



PUBLIREPORTAGE

Avec les RhB au paradis des herbes aromatiques

Reto Raselli a créé un véritable paradis des herbes dans le Val Poschiavo. On y sent des effluves de thym citronné et de menthe, avec une pointe de sauge dans l'air. Le Bernina Kräuter Express des Chemins de fer rhétiques conduit les visiteurs au cœur de cette mer d'herbes aromatiques.

Quand il regarde autour de lui dans son village natal de Le Prese, Reto Raselli peut survoler les 15 hectares de son royaume d'herbes aromatiques. Ici poussent entre autres menthe poivrée, menthe orange et menthe pomme, sauge, thym, mélisse citronnée, camomille, verveine et alchémille. Des épices comme l'origan ou la livèche complètent l'assortiment. Le roi herborisateur cultive en tout une trentaine de variétés dans le cadre idyllique du Lago di Poschiavo et les convertit en herbes et fleurs bio destinées au commerce de détail et de gros.

C'est en 1980 que Reto Raselli a repris la ferme de ses parents, une exploitation agricole. Mais il souhaitait innover, essayer quelque chose que personne n'avait fait auparavant. L'idée des herbes de montagne indigènes est née, une tentative plutôt aventureuse au début car il ne connaissait alors rien à l'herboristerie. Une chose était claire dès le départ: la production serait biologique, même si cela impliquait une charge de travail beaucoup plus importante – sans recours à des produits chimiques, il faut en effet dés-herber à la main. Et ce tous les jours. On en récolte environ 40 tonnes par an. Un tiers est utilisé pour la marque maison, Raselli livre en outre à de grands distributeurs suisses,

comme Ricola et d'autres entreprises qui transforment les herbes alpines.

Ce paradis des herbes aromatiques situé dans les montagnes grisonnes est accessible aux visiteurs grâce aux Chemins de fer rhétiques: de juin à octobre 2023, le Bernina Kräuter Express relie Coire à Le Prese le dernier vendredi de chaque mois. Dans le Val Poschiavo, les voyageurs bénéficient d'une visite guidée des champs d'herbes aromatiques ainsi que du site de production de la Raselli Erboristeria Biologica avant de déguster un menu local à midi. Mais pas seulement: pendant le trajet en voiture panoramique, les passagers profitent d'une vue imprenable sur le paysage impressionnant des RhB, patrimoine mondial de l'UNESCO. Si le Bernina Express est qualifié de «traversée des Alpes la plus spectaculaire», ce n'est pas pour rien: le voyage mène des cimes enneigées et scintillantes de la Bernina à l'ambiance méridionale du Val Poschiavo – et même plus loin encore vers l'Italie. La ligne ferroviaire, à elle seule une expérience unique, s'intègre harmonieusement dans le paysage montagneux de l'Albula et de la Bernina et passe par des endroits phares comme le viaduc de Landwasser.

Réservation

Chemins de fer rhétiques SA, Bahnhofstrasse 25, 7001 Coire
Railservice: 081 288 65 65, railservice@rhb.ch ou via
[@ berninaexpress.ch/kraeuter](https://www.berninaexpress.ch/kraeuter)

Bapillons de papier

Avec leurs ailes multicolores, les papillons font partie des insectes les plus beaux et les plus appréciés du monde. Il en existe plus de 170 000 espèces de toutes les couleurs, de tous les motifs et de toutes les tailles. Grâce à ces papillons de feuilles que tu vas confectionner toi-même, tu peux aussi faire voler ces oiseaux d'été chez toi !

Idée et texte: Patricia Lehmann

Matériaux

- Différentes feuilles
- Petite branche d'arbre
- Colle
- Fil à suspendre
- Couleurs: marqueur décoratif ou peinture acrylique

Mode d'emploi

1. Couper les tiges des feuilles et les coller sur la petite branche en guise d'antennes
2. Attacher la ficelle à la petite branche pour la suspendre
3. Coller les feuilles multicolores sur la petite branche. Les feuilles peuvent être laissées en l'état ou peintes en couleur avec de la peinture acrylique ou des marqueurs à dessin.

Le savais-tu?

ENFANTS DE
LA NATURE

D'où vient le terme allemand «Schmetterling»?

«Schmette» est un mot ancien signifiant crème. De nombreuses espèces de papillons sont attirées comme par magie par les produits laitiers. C'est pourquoi on croyait autrefois que les sorcières se transformaient en papillons pour voler du lait - on les appelait donc aussi «voleuses de lait».



Pourquoi les papillons sont-ils si colorés?

Les insectes sont confrontés à de nombreux prédateurs. Les ailes colorées font partie de leur stratégie de survie:

Camouflage: le dessous des ailes de nombreux papillons diurnes est vert ou brun et rappelle une feuille fanée - le papillon au repos sur la plante passe ainsi presque inaperçu.

Dissuasion: s'il est malgré tout découvert, il étend ses ailes colorées à la vitesse de l'éclair. Le prédateur prend ces taches colorées pour des yeux de hibou ou de chat et prend peur - cela donne au papillon assez de temps pour s'enfuir.

Avertissement: les couleurs vives permettent aux animaux d'avertir qu'ils sont toxiques ou dangereux. Le papillon signale donc ainsi à ses prédateurs: «Hé, je suis immangeable!»



Les papillons goûtent avec leurs pattes

Les organes gustatifs du papillon se trouvent sur les pattes avant. Ils lui permettent de reconnaître immédiatement si une fleur lui convient ou non.



Les papillons sont myopes

Leurs yeux sont composés de 30 000 facettes. Ils ne voient cependant nettement que jusqu'à 10 mètres, et tout ce qui est plus loin est flou. En revanche, contrairement à l'homme, ils peuvent distinguer les couleurs dans la zone UV - une fleur a donc un tout autre aspect pour un papillon.

Les papillons sont très vieux

Ils papillonnent depuis plus de 135 millions d'années, ils ont donc vécu à la même époque que les dinosaures. Mais contrairement à ces derniers, les insectes multicolores ont survécu jusqu'à aujourd'hui.





Bains ouvriers Tennwil au coucher du soleil.

Photo: Renato Mazzocco

NOS MAISONS

En zone inconstructible

Les Amis de la Nature disposent avec les bains ouvriers de Tennwil d'une maison partenaire donnant sur le lac et riche en histoire. L'ancien paradis de loisirs pour ouvrières et ouvriers a été transformé au fil des décennies en un merveilleux «lieu de recueillement» ouvert à tous.

Texte: Christine Schnapp

Il est possible de faire au bord du lac de Hallwil ce dont les randonneurs du lac de Zurich ne peuvent que rêver, c'est-à-dire faire le tour du lac directement sur ses rives. On n'est obligé de s'écarter du lac de Hallwil que lorsqu'une réserve naturelle a la priorité, ce qui est sans doute plutôt un droit qu'une obligation pour les amoureux de la nature. Depuis 1935, la rive du lac de Hallwil est protégée par une ordonnance contre les constructions, les villas et autres propriétés doivent prendre place plus haut sur le versant.

Inspiré par tant de prévoyance, un deuxième «miracle du lac de Hallwil» a vu le jour en 1935. À l'initiative du juge suprême du PS de l'époque, Fritz Baumann, l'association «Arbeitererstrandbad» a été créée dans le but de fonder à Tennwil une plage qui garantirait pour toujours aux ouvriers le droit de se rendre au lac. Malgré l'opposition prévisible à ce projet des milieux bourgeois et les banques, il

a finalement abouti. Le 16 juin 1935, le bâtiment des bains ouvriers avec cuisine, toilettes et douches, installés dans un bâtiment modeste, a été inauguré pour offrir aux ouvriers un lieu où ils pouvaient se rencontrer, faire du sport, se cultiver et se former.

Aujourd'hui, l'«Arbeiterstrandbad» de Tennwil est la dernière de son genre en Europe, après que les habitants de Vienne ont démoli en 2014 les bâtiments historiques de leur plage des travailleurs sur le Vieux Danube pour les transformer en 2015 en une pelouse publique qui, pour des raisons de nostalgie, continue de s'appeler «plage des travailleurs» même si en réalité elle n'en est plus une.

Tennwil, en revanche, tient à l'histoire, comme l'explique Renato Mazzocco, membre du conseil de fondation des bains publics ouvriers et Ami de la Nature. Même si les bains, le camping et la maison de groupe ne sont plus fréquentés depuis longtemps par une majorité d'ouvriers, le conseil de fondation



Regard dans le hangar des barques. | Pelouse, restaurant et camping. | Chambre pour quatre dans la maison de groupe.

Photos: Christine Schnapp

et la commission de gestion ont veillé, dans l'esprit de leur tradition politique, à une structure démocratique des organes de la fondation, à des prix équitables et à une exploitation écologique du site. Les membres des organes de gestion sont par ailleurs membres du PS, d'un syndicat et/ou des Amis de la Nature. Car même s'il n'y a plus en Suisse un grand nombre de travailleurs «classiques», il existe une «nouvelle» main-d'œuvre: des personnes qui travaillent beaucoup et durement mais qui ne gagnent pas beaucoup et ne peuvent donc pas beaucoup profiter de leur temps libre.

Un havre de solidarité

Depuis six ans, l'établissement des bains ouvriers de Tennwil est une maison partenaire des Amis de la Nature Suisse. Celles et ceux qui louent la maison de groupe (une chambre double et quatre chambres à 8 lits, dortoir, cuisine, toilettes, douches, congélateur, machine à laver et sèche-linge) ou un emplacement sur le terrain de camping bénéficient d'un rabais de 10 % sur le prix de location. Et ceux parmi les Amis de la Nature qui s'intéressent à une place permanente sur le camping ont tout intérêt à mentionner dans leur candidature qu'ils sont membres des Amis de la Nature, explique Renato Mazzocco. En effet, «les familles avec enfants sont les premières à bénéficier d'un emplacement. Mais les membres du PS, des syndicats et des Amis de la Nature disposent d'un autre avantage. Les bains ouvriers doivent aussi être un lieu où l'on accueille

ceux qui s'engagent pour les travailleuses et travailleurs».

C'est pourquoi une fois par an, une «Fête de la solidarité» sur la plage publique du lac de Hallwil. Elle accueille toujours des orateurs de marque et des divertissements de qualité (voir le flyer). La fête est organisée par les bains ouvriers, le PS et les Jeunes socialistes d'Argovie, l'Union syndicale argovienne et les Amis de la Nature d'Argovie. ★



La maison des bains ouvriers de Tennwil est ouverte tous les jours d'avril à octobre, de 8h à 21h. Pendant cette période, le restaurant est accessible tous les jours de 11 h à 19 h 30 (en haute saison de 9 h à 22 h) et peut également être fréquenté sans entrée aux bains. Le kiosque et le magasin sont ouverts tous les jours de 8 h à 19 h (jusqu'à 22 h en haute saison). Les visiteurs disposent, en plus de la pelouse du terrain de camping, de 37 parcelles d'emplacements temporaires et d'une zone réservée aux petites tentes. La maison pour groupes, accessible en fauteuil roulant, peut être réservée d'avril à octobre. Un programme riche en manifestations se déroule chaque été aux bains publics ouvriers. Toutes les informations: @ www.tennwil.ch



Photo: Pixabay, guvo59

EN BORD DE ROUTE

Éloge de la gouille

Les enfants sont attirés par elles comme par magie, les adultes les évitent le plus souvent, les flaques d'eau, gouilles pour les Romands. Les deux journalistes Ursula Kosser et Susanne Bergius ont consacré un livre aussi affectueux que surprenant à ce petit plan d'eau temporaire qui, dans la vie quotidienne, suscite plus d'ennuis que de respect. En effet, les gouilles ne sont pas simplement de fâcheux obstacles humides pour les piétons et les cyclistes, elles constituent également une pièce importante du puzzle des écosystèmes. Les flaques d'eau abritent un grand nombre de micro-organismes, mais aussi des animaux plus grands tels que des têtards et des sonneurs à ventre jaune. Par ailleurs, les gouilles servent d'abreuvoirs pour de nombreux animaux et ralentissent l'infiltration de l'eau de pluie dans le sol. Elles contribuent également à rafraîchir les villes et sont souvent prises en photo. Il existe même des gouilles ayant leur propre compte sur les réseaux sociaux, ainsi que de nombreuses locutions et

chansons les concernant, et elles apparaissent aussi bien dans des films que dans les arts plastiques. Une de leurs premiers témoignages écrits se trouve d'ailleurs dans la Bible.

Après la lecture de cette belle publication, on jette un coup d'œil sur chaque flaque d'eau avec une curiosité redoublée et on a envie de sauter à nouveau de bon cœur dedans, comme les enfants. Il paraît que c'est très libérateur, comme l'écrivent les auteures à partir de leur nouvelle expérience.

Christine Schnapp

Ursula Kosser, Susanne Bergius

Die Wunderwelt der Pfützen

Eine Hommage an das kleinste Gewässer der Welt

136 Seiten; 26.50 CHF

Oekom, München, 2023

ISBN 978-3-98726-014-8



L'agriculture diversifiée résiste à la crise

La diversité agricole est indispensable à la survie. Elle constitue le fondement de notre sécurité alimentaire et renforce parallèlement la résistance aux crises. Cette diversité comprend aussi bien la biodiversité dans les exploitations que la variété des exploitations.

Dans sa feuille d'information sur l'agrobiodiversité, l'Académie suisse des sciences naturelles SCNAT parvient notamment à la conclusion suivante: «Le destin des petites et moyennes exploitations agricoles et celui de l'agrobiodiversité globale sont étroitement liés.»

Le nombre d'exploitations agricoles est en baisse constante depuis des années et a atteint un nouveau niveau bas en 2021 avec 48 864 fermes recensées. Parallèlement, les exploitations ne cessent de s'agrandir: au cours de la même période, la surface moyenne cultivée par exploitation a presque doublé. La résilience de l'agriculture et de l'industrie agroalimentaire diminue continuellement avec cette évolution vers toujours moins d'exploitations, mais toujours plus grandes, accompagnées d'une spécialisation progressive.

La situation devrait encore se détériorer au cours des 15 prochaines années, car la moitié des exploitants auront atteint l'âge de la retraite et devront transmettre leur exploitation – ou la fermer. Le temps est venu de briser cette tendance et d'équiper l'agriculture et le secteur agroalimentaire suisses pour les futurs défis. Nous exigeons donc du Conseil fédéral des mesures qui soutiennent la diversité des structures agricoles et la sauvegarde des fermes, même au-delà du changement de génération. Il faut pour cela de meilleures conditions pour le transfert des

Kilian Baumann est président de l'Association des petits paysans et conseiller national du parti des Verts. Il exploite depuis vingt ans à Suberg, dans le canton de Berne, une ferme bio avec des cultures, des bovins de pâturage et 80 arbres à haute tige.

Photo: Silvan Mahler



exploitations hors du cadre familial et plus généralement un accès plus facile aux terres, y compris pour celles et ceux qui n'ont pas l'occasion de reprendre une exploitation au sein de la famille. En outre, les exploitations de petite taille ne doivent plus être désavantagées et les formes d'exploitation collective devraient être rendues plus facilement possibles.

L'Association des petits paysans est persuadée qu'il ne faut pas toujours moins de fermiers, mais au contraire à nouveau bien plus de paysannes et de paysans. En effet, la disparition des fermes implique non seulement la perte de la diversité des exploitations agricoles, mais aussi celle des fermes elles-mêmes. Et avec elle, un fort potentiel de production et de création de plus-value, d'innovation et surtout de respect de la nature. Le mandat constitutionnel stipule que la Confédération doit garantir un approvisionnement fiable ainsi que la préservation des ressources naturelles et des terres cultivables. On constate ici des contradictions évidentes par rapport à la réalité. Pour faire face à la crise climatique et stopper le recul dramatique de la biodiversité, il faut également mettre un terme à la disparition des fermes. Seuls un grand engagement et une forte capacité d'innovation permettront de relever les défis actuels dans le domaine de la biodiversité, de la fertilité des sols ainsi que du climat et de garantir notre approvisionnement à long terme. *Kilian Baumann*

Coller à son époque

Sans associations, rien ne va plus, car les gens ont envie de s'engager pour une cause. Mais comme les gens changent, les associations elles aussi doivent s'adapter un peu à l'esprit de l'époque. Le centre de compétence pour associations vitamin b sait comment s'y prendre.

Texte: Christine Schnapp

Plus il y a d'associations dans une commune, plus la confiance entre les personnes qui y vivent est grande, plus la croissance économique est forte et moins il y a de vandalisme dans cette localité. Ce n'est qu'une parmi les nombreuses conclusions passionnantes que l'étude «Les nouveaux bénévoles – l'avenir de la participation de la société civile» de l'Institut Gottlieb Duttweiler a révélées en 2018. Sans société civile, c'est-à-dire sans individus qui s'engagent à des fins d'utilité publique et bénévolement, un État ne peut pas fonctionner. En Suisse également, le bénévolat fait partie de l'ADN du pays et de sa population.

Toutefois, le type, le but et l'ampleur de l'engagement bénévole sont en constante évolution. Au cours des dernières décennies, la mégatendance de l'individualisation a notamment contribué à transformer la manière dont les gens s'engagent bénévolement. Au lieu de se mobiliser sur le long terme, beaucoup s'engagent aujourd'hui ponctuellement et à différents endroits pour une cause spécifique, en fonction de

leurs intérêts et de leur situation de vie. Les «nouveaux bénévoles» désirent être impliqués et pouvoir participer aux décisions. Ils veulent être en mesure de faire la différence, c'est-à-dire qu'ils veulent avoir leur mot à dire non seulement quant aux objectifs, mais aussi sur la façon d'atteindre un but. Et ils ne s'engagent pas pour la simple raison qu'ils n'ont rien d'autre à faire, mais parce qu'ils ont appris l'existence d'un projet ou d'une association spécifique dans le cadre duquel certains objectifs sont visés. Être visible sur différents canaux (numériques) est donc crucial lorsqu'il s'agit de recruter de nouveaux membres. En revanche, l'envie de s'engager bénévolement n'a pas diminué, puisqu'elle émane également du désir intemporel d'appartenance.

Les associations qui entendent continuer à fonctionner dans ces circonstances différentes doivent s'y

Exploiter la force d'innovation au sein de l'association

Le comité n'a pas besoin d'avoir des réponses à toutes les questions. Utilisez l'expérience, le savoir-faire et la force d'innovation de vos membres.

Créer de nouvelles formes de participation

Répartissez les tâches en petites portions gérables, créez un «buffet» proposant différentes tâches, interventions et possibilités d'engagement, parmi lesquelles les personnes intéressées peuvent choisir. Répartissez les tâches en petites portions gérables, créez un «buffet» proposant différentes tâches, interventions et possibilités d'engagement, parmi lesquelles les personnes intéressées peuvent choisir.

adapter quelque peu si elles veulent attirer de nouveaux membres. Pour les associations qui existent depuis longtemps, il peut s'agir d'adaptations structurelles. Le centre de compétence pour associations vitamin B a rassemblé une série de conseils sur les

moyens de rendre les associations attractives pour les «nouveaux bénévoles», que nous résumons ici. ✨

Partage de tâches

Une coprésidence, une présidence tournante ou encore des associations sans présidence sont légalement possibles pour autant que les statuts le prévoient. Les fonctions de durée limitée sont également possibles.

Penser les structures de manière flexible

En matière de structures dans une association, la loi ne prescrit pas grand-chose: l'assemblée générale d'une association est l'organe suprême et celle-ci a besoin d'un comité directeur. Le reste n'est pas imposé par la loi, mais peut être réglé par l'association en fonction de ses besoins. Ce qui importe, c'est de consulter les statuts et de les adapter si nécessaire.

Restreindre la taille du comité

Le nombre de membres du comité n'est pas prescrit par la loi. Les petits comités peuvent décider rapidement et agir avec flexibilité. Par tradition, de nombreuses associations ont beaucoup de membres au sein de leur comité. Les vacances peuvent entraîner une réduction du comité – à condition que le travail puisse être réparti, même hors du comité.

Rendre la collaboration attractive

La collaboration au sein d'un comité doit être un plaisir. Organisez des réunions plus courtes, essayez de nouvelles formes de réunion, des séances en ligne, des modes de collaboration numériques.

Améliorer la collaboration

Commencer petit

Demandez à des personnes de s'engager à court terme plutôt que de leur confier directement des fonctions. Cela leur permet de goûter à la vie associative avant d'être ensuite contactées pour des engagements plus conséquents.

Faire participer les membres et l'entourage

Déléguer des responsabilités

Ne faites pas tout vous-même, développez des solutions en commun; pour cela, offrez votre confiance, initiation et soutien.

Repenser les structures d'adhésion

Dans de nombreuses associations, l'offre n'est accessible que pour les membres de l'association. On déplore en même temps une diminution du nombre de membres. Intégrez votre entourage, coopérez avec d'autres associations ou proposez également une utilisation provisoire de l'offre.

Vous trouverez plus de renseignements, de conseils et de réponses à toutes les questions que se posent les associations sur [@ vitaminb.ch](https://www.vitaminb.ch)



Réunion de la jeunesse en 1941 sur la Hasenmatt, dans le Jura soleurois.
Photo: Fritz Hodel

ARCHIVES DES AMIS DE LA NATURE

La femme au sein des AN – Retour sur le mouvement des femmes

Les Amis de la Nature sont issus du mouvement ouvrier. En cette période de transition politique et sociale à l'aube du XX^e siècle, les femmes étaient particulièrement confrontées à de nouveaux défis. Elles ont trouvé chez les Amis de la Nature un foyer et des personnes partageant les mêmes valeurs.

Texte: Patricia Lehmann

La loi suisse autour de 1900 reconnaissait aux femmes un seul rôle: celui d'épouse et de mère. La réalité était par contre bien différente. En 1910, environ 47 pour cent des femmes âgées de 15 à 64 ans travaillaient, dont plus de deux tiers étaient célibataires.

Bien qu'il existait quelques associations qui luttait pour les droits des femmes, comme la Confédération des organisations féminines suisses, celles-ci s'occupaient principalement des besoins des femmes de la bourgeoisie. Elles se battaient entre autres pour l'égalité en matière de droit

matrimonial, la gestion de leur propre patrimoine ainsi que la représentation politique. Le mouvement pour les mœurs était également l'un des points forts de l'activité qui se consacrait à la lutte contre la prostitution, considérée comme une menace pour la famille et symptôme de la décomposition de l'ordre bourgeois.

Les femmes de la classe ouvrière avaient quant à elles des problèmes très différents et étaient désespérément sous-représentées. De nombreuses travailleuses étaient pauvres et dépendaient d'une assistance. Elles étaient souvent obligées de travailler parce que le salaire de leur mari ne suffisait pas à subvenir aux besoins de la famille. La question pour elles n'était pas de résoudre des «problèmes de prospérité» comme la séparation des biens et la moralité, mais simplement de survivre. Sans droits, elles étaient exploitées par les employeurs et réduites à l'état de main-d'œuvre bon marché. Ce n'est qu'avec le mouvement féministe prolétarien que l'inégalité de traitement entre hommes et femmes dans l'industrie a été abordée. Les associations d'ouvrières ont fait partie du mouvement socialiste dès le début et ont été fondées parce que la plupart des professions spécifiques aux femmes avaient du mal à trouver leur place dans les syndicats.

Ces militantes pour les droits des femmes ne demandaient pas simplement l'aumône des associations féminines bourgeoises, elles exigeaient une modification du système politique et économique afin d'améliorer durablement les conditions de vie des ouvrières. Pour elles, l'émancipation des femmes équivalait à la libération des travailleurs, c'est-à-dire aux objectifs du mouvement socialiste. En effet, l'Association suisse des ouvrières a fusionné avec le Parti socialiste en 1917, mais les revendications spécifiques aux femmes du parti sont passées de plus en plus au second plan.

La Première Guerre mondiale a vu une dégradation massive de la qualité de vie de la population ouvrière, ce qui a fini par provoquer des troubles et une radicalisation de la lutte des classes. Ce conflit a culminé avec la grève générale de 1918, au cours

de laquelle 250'000 ouvriers et ouvrières ont cessé le travail. L'une des neuf revendications des grévistes était le droit de vote des femmes, mais celles-ci allaient continuer à l'attendre en vain. Un long combat les attendait avant qu'elles n'obtiennent enfin le droit de vote en 1971.

Les femmes chez les Amis de la Nature

Contrairement aux associations bourgeoises, les organisations socialistes accordaient également aux femmes l'accès à l'association. Les Amis de la Nature étaient aussi très proches du mouvement ouvrier et donc ouverts aux préoccupations des travailleuses. Mais cela aussi a été un long processus, car au début du mouvement, les Amis de la Nature s'adressaient principalement aux jeunes hommes célibataires – les femmes étaient au mieux présentes en tant qu'invitées. Cela n'a changé qu'à partir du moment où l'association s'est concentrée sur le développement de groupes locaux fixes, étant en effet dépendants de la stabilité et de la sédentarité des personnes mariées. Les femmes ont peu à peu rejoint l'association parallèlement aux hommes. En 1912, le groupe local de Schaffhouse a donc décidé d'accepter également les femmes comme membres. La plupart a rejoint l'association par le biais des relations familiales et elles étaient épouses, filles ou sœurs de membres.



Cordée de quatre avec dame sur le glacier de Gorner, avant 1914.

Photo: Amis de la Nature section Berne

Beaucoup de ces femmes ont en effet joué un rôle important dans la vie de l'association, même si en Suisse, très peu d'entre elles sont devenues actives en prenant des fonctions. Au sein de la fédération nationale en particulier, les femmes étaient fortement sous-représentées. Cela n'a cependant rien d'étonnant, car contrairement aux hommes, qui ont souvent rejoint l'association via leur profession ou leur syndicat, les femmes ne sont que rarement venues en raison de leurs opinions politiques. Et elles se sont surtout concentrées sur les aspects sociaux de la vie associative.

99 Les jeunes filles dans nos rangs ont beaucoup de travail, de plaisir et de motivation. Ce qui les lie, c'est déjà le progrès, ce qu'elles pensent et font est déjà l'avenir, ce qu'elles accomplissent, c'est un travail culturel pour le genre à venir.

Frida Spindler, Berg frei, 1932

Après 1920, le mouvement des Amis de la Nature s'est développé de manière fulgurante et de plus en plus de femmes l'ont rejoint, car de nombreuses excursions ciblaient explicitement les familles. Sur les photos de cette époque, on voit souvent des groupes d'hommes et de femmes assez jeunes. En Autriche, ces femmes représentaient même souvent la moitié du groupe. En effet, pendant les années de guerre, les femmes membres devaient assumer davantage de fonctions au sein de l'association et sont restées actives par la suite. Pour beaucoup de jeunes travailleuses et de travailleurs, les excursions des Amis de la Nature constituaient une bonne occasion de nouer des amitiés avec des personnes partageant les mêmes valeurs et issues du même milieu qu'eux. Ils avaient les mêmes idéaux et espéraient ensemble un avenir meilleur. ✨

Sources : Head-König, Anne Lise: «Frauenerwerbsarbeit», dans: Historisches Lexikon der Schweiz. (état 2023); Joris, Elisabeth: «Bund Schweizerischer Frauenorganisationen (BSF)», dans: Historisches Lexikon der Schweiz. (état 2023); Meister, Anna: Vom Klassenkampf zur Klassenkollaboration - Geschichte der Schweizer Frauenbewegungen. (2018); Pils, Manfred: «Berg Frei» - 100 ans des Amis de la Nature. (1994); Schumacher, Beatrice: 100 ans des Amis de la Nature Suisse - en route avec engagement. (2005)

Musaraignes des bois

Partir en randonnée, c'est chouette. Mais il peut arriver que la neige soit l'invitée surprise. Après Scarl, à l'alpage d'Astras, les premiers flocons sont tombés du ciel et les marmottes effrayées se sont précipitées vers leur terrier. Dans la cabane d'alpage, trois chasseurs étaient accroupis, puisque nous sommes en août encore sans armes. On a bu du café au schnaps et eu une conversation d'une austérité de haute montagne. Puis nous avons repris la route, dans le vague, en direction du col de l'Ofen. Notre courage était-il présomptueux? Rien à voir, mais un troupeau de bovins nous a vus et a pris les devants pour nous sauver. Retour le soir à l'hôtel Il Fuorn: coup de colère de la patronne! Nous n'avions pas annoncé notre départ la veille. Ami de la Nature – ne fais jamais une chose pareille, la prochaine fois, l'hôtesse des Alpes fera appel à l'armée!

Il est aussi beau de flâner dans la nature. On marche seul sans avancer – rester debout, marcher, s'asseoir, attendre. Attendre quoi? L'État père est loin et Mère Nature se méfie de tout bipède. Ensuite, le renard, plutôt son dos, puis son museau, s'approche de moi. Maître renard sourit, puis il disparaît. Deux pinsons frôlent ma tête. Marcher, attendre. Attendre. Un craquement. Pelage brun clair entre deux feuilles. Nos regards se croisent, puis plus rien. Une biche fantôme? Marcher. S'asseoir sous l'épicéa, allonger les jambes. S'endormir. Se réveiller pour cause de chatouillement: des musaraignes des bois vont et viennent entre mes jambes et par-dessus elles. Rester immobile. Je suis peut-être le Gulliver des musaraignes, sur qui elles testent un simulacre de ligotage. En tout cas, elles semblent d'humeur festive. Je joue à faire le mort.

Se promener est également un plaisir. Peut-être pas très à la mode. Rien ne se passe! Mais que signifie «se passer»? En 2020, de janvier à juin, ma femme et moi étions presque tous les jours au bord de l'eau, dans la forêt et la zone alluviale, nous avons vécu pour la première fois dans tous les détails une torpeur, un silence et un plein épanouissement. Randonner, flâner, se promener: trois façons de bouger dans la nature. Il en existe d'autres. *Bernd Steiner*

Kläri Wörhoff – comme on fait son lit on se couche

Kläri Wörhoff a vécu plus de choses avec les Amis de la Nature qu'elle n'en a le souvenir. Les premières expériences lui ont été racontées par ses parents, car elle n'était alors qu'une toute petite fille qu'on emmenait en excursion dans le sac à dos de son père. Trop petite pour s'en souvenir elle-même. Mais même sans compter ces premières années, Kläri Wörhoff dispose d'un énorme trésor de souvenirs des Amis de la Nature, car elle y est membre depuis de nombreuses décennies et s'est aussi beaucoup engagée pour l'association pendant longtemps. Après les premières années passées auprès des Amis de la Nature de Berne, ses parents ont déménagé à Bümpliz où ils ont adhéré au groupe local. Kläri Wörhoff y a été scolarisée et c'est à cette époque que remontent ses propres souvenirs des Amis de la Nature: «Le groupe local de Bümpliz était un groupe absolument formidable et vivant avec lequel nous avons effectué de nombreuses belles randonnées.» La cabane que les Amis de la Nature de Bümpliz utilisaient à l'époque était en été un refuge d'alpage avec une grande étable, une cuisine au feu de bois et un petit séjour juste assez grand pour manger ensemble. En été, l'armailli occupait la maison, en hiver, il la mettait à disposition des Amis de la Nature. «Nous y avons toujours passé de super moments. Mais l'odeur de l'étable n'a jamais vraiment disparu», raconte-t-elle avec un sourire.

Kläri Wörhoff garde aussi un souvenir agréable d'un petit sac à dos que lui avait confectionné l'un des membres plus âgés de la section («on ne vendait pas encore de sacs à dos pour enfants à cette époque»). «J'adorais ce petit sac à dos. En randonnée, je n'avais pas mal. Il ne coupait pas le sang et ne serrait pas.»

Jeune femme, Kläri Wörhoff s'est installée à Berne avec son mari Peter, qu'elle avait rencontré – où d'autre – chez les Amis de la Nature. Le couple

a réintégré la section bernoise des Amis de la Nature et lui est resté fidèle même lorsque la carrière de Peter les a conduits à Bâle pour quelques années. Ils habitaient dans un appartement dont la fenêtre donnait directement sur le zoo. Leur fils Andreas est né à Bâle. Le week-end, la jeune famille retournait souvent à Berne, Kläri Wörhoff

rendait visite à ses parents avec Andreas et Peter partait en excursion avec les Amis de la Nature. Quand le petit Andreas a été assez grand, ils sont partis tous les trois ensemble pour les randonnées de la section. Ils ont passé de nombreux week-ends à la maison des Amis de la Nature Gorneren. Kläri Wörhoff s'extasie sur la «Gornere»: «C'est un si bel endroit. Je ressens encore aujourd'hui ce que c'est que de se réchauffer au soleil, assis devant la cabane.» Plus tard, Kläri Wörhoff est devenue membre du comité des Amis de la Nature de Berne où elle était chargée de rédiger le procès-verbal: «J'y ai beaucoup appris», dit-elle à propos de cette période.

Ces derniers temps, le destin n'a plus été aussi clément avec Kläri Wörhoff. Il y a un an, son mari Peter est décédé après une longue période de souffrance. Avec lui, elle ne partageait pas seulement l'amour de la nature et de la randonnée, du vélo et du ski de randonnée. Kläri Wörhoff considère comme une grande chance le fait qu'ils aient pu entreprendre autant de choses avec les Amis de la Nature: «Nous avons toujours été intégrés dans une communauté de gens qui ne se voulaient que du bien.» cs



Photo: mäd



Photos: Claudia Mazzocco

FÉDÉRATION NATIONALE

Vive le durable

Le projet «Maisons des Amis de la Nature durables», lancé par la fédération nationale au printemps 2022, a entamé sa prochaine étape avec la tenue d'un premier workshop le 18 mars à Berne. Le projet a été présenté pour la première fois aux sections lors de la conférence des présidents 2022. Tous les responsables de maisons des Amis de la Nature ont été invités à élaborer des idées d'avenir pour leurs maisons dans le cadre du projet environnemental «Maisons des Amis de la Nature durables». Les sections et leurs responsables ou gérants qui souhaitent renforcer la durabilité de leur maison par diverses mesures étaient invités à faire parvenir leurs idées de projet à la fédération nationale avant le 30 septembre 2022. Le formulaire prévu à cet effet a été envoyé à tous les responsables et pouvait être récupéré sur le site

internet de la fédération nationale. L'appel au projet a par ailleurs été publié dans l'«Ami de la Nature» 2/2022.

Au total, neuf demandes de projets sont parvenues à la fédération nationale avant le 30 septembre 2022. En plus de six projets de construction, trois projets plus modestes ont pu être soutenus directement avant la fin de l'année 2022 au moyen d'une contribution financière et/ou leur traitement en vue de leur application à d'autres maisons a pu être promis avant la fin de l'année 2024.



D'abord se restaurer, puis au travail.

Projets à effet multiplicateur

Trois projets sont sortis du lot en raison de leur caractère applicable et de leur potentiel de développement pour d'autres maisons.

La **maison des Amis de la Nature Rumpelweid de la section d'Olten** a soumis l'idée du projet «**Ökobox**», qui offre aux maisons des Amis de la Nature une plateforme en ligne pour échanger sur des thèmes de développement durable, fournir des expériences et partager des pistes de solution dans les domaines de l'eau, de la lumière et de l'air, de la décontamination de l'amiante, de l'environnement, de l'énergie, des eaux usées et de la gastronomie. L'«**Ökobox**» est mise au point jusqu'à fin 2024 et fournira à l'avenir aux maisons de précieuses impulsions et points de repère sur le thème du développement durable.

Le dépôt de projet de la **maison des Amis de la Nature de Buchberg de la section de Schaffhouse** a présenté l'extension du sentier didactique sur la biodiversité déjà existant près de la maison. Afin de le soutenir, la fédération nationale a accordé une contribution de 1000 CHF en parrainant un arbre sur le nouveau **sentier didactique de la biodiversité**. Ce projet sera lui aussi mis en œuvre d'ici fin 2024 de manière à ce que d'autres maisons intéressées puissent réaliser elles aussi un sentier didactique sur la biodiversité près de leur maison, bien préparées par les expériences de la section des Amis de la Nature de Schaffhouse.

Les projets soumis

- Aurore - Remplacement du chauffage et assainissement énergétique
- Brambrüesch - Construction d'une nouvelle chambre familiale «Crocodile».
- Brünig - Jardin pédagogique de permaculture
- Buchberghaus - Sentier didactique sur la biodiversité
- Grindelwald - Semaine de développement durable
- Prés-d'Orvin - Remplacement du chauffage et assainissement énergétique
- Reutspere - Assainissement énergétique et transformation du dortoir
- Rumpelweid - Ökobox
- Tschervald - Remplacement du chauffage

La **maison des Amis de la Nature de Grindelwald, propriété de Naturfreundehaeuser AG**, a demandé et obtenu dans sa demande de projet d'une part une aide financière pour la production d'une vidéo sur la semaine de développement durable qu'elle a organisée (l'«**Ami de la Nature**» en a parlé dans son numéro 4/22). Par ailleurs, le projet «**Semaine de développement durable**» sera également retravaillé jusqu'à fin 2024 de manière à ce que l'organisation de telles semaines de développement durable puisse être facilement reprise par d'autres maisons. La masse de travail qui y est liée sera ainsi nettement réduite et simplifiée pour les autres.

Projets de rénovation et de transformation

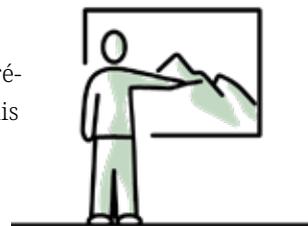
Le workshop organisé en mars à Berne s'adressait aux six grands projets déposés par les maisons AN Aurore de la section Fribourg, Brambrüesch de la

Annonce



section Coire, Brünig de la section Emmenbrücke, Prés-d'Orvin de la section Bienne, Reutspierre de la section Reutspierre-Oberhasli et Tscherswald de la section Dübendorf-Zurich 11. Tous les dossiers présentés par ces maisons concernent des projets de construction importants dont la planification à elle seule constitue déjà un grand défi. Les objectifs du workshop étaient de donner aux participants un aperçu de la gestion de projets de construction pour leur permettre d'appliquer ces connaissances à leur propre cas. La valeur d'une approche globale a été particulièrement mise en avant. Les participants ont pu développer leurs idées de projet sur une base solide et évaluer s'il était réalisable, comment et à quel rythme. Le workshop a aussi donné l'occasion à la fédération nationale de mieux connaître ces projets de construction afin de planifier de manière ciblée les prochaines étapes de soutien.

Sept personnes au total, représentant quatre maisons des Amis de la Nature, ont participé au workshop. Les six projets de construction présentés sont toutefois toujours invités à poursuivre le processus de mise en œuvre avec le soutien de la fédération nationale. Dès que les organismes responsables auront mené à bien leurs réflexions sur la stratégie et l'environnement de leur maison et qu'ils auront rédigé leur analyse de l'état ou des problèmes et leur intention de projet, ils seront formés sur le thème de la «planification stratégique». De l'idée de projet à sa mise en œuvre, le chemin est long, mais la fédération nationale se réjouit de pouvoir accompagner et conseiller ces projets à chaque étape suivante. *Claudia Mazzocco, responsable marketing et communication des ANS*



Annonces

De quel bois êtes-vous fait ?

www.pefc.ch

Pächter/Pächterin gesucht für Naturfreundehaus

Unser alt eingeführtes Naturfreundehaus «Gersbacher Hörnle» mit Berggasthaus in Schopfheim-Gersbach, in schönster Höhen- und Alleinlage im Südschwarzwald (Dreiländereck D/F/CH), wird neu verpachtet.

Pachtbeginn nach Vereinbarung

Das Naturfreundehaus verfügt über 40 Betten, 2 Gasträume mit insgesamt 50 Sitzplätzen, kleiner Gäste-Selbstkocherküche, Seminarraum, Terrasse, Garten, Grillplatz, Kinderspielplatz ...

Wir suchen Pächter mit frischen Ideen, die gemeinsam mit uns ein zukunftsfähiges Konzept für das Haus entwickeln.

Doris Steinbach, +49 7621-4245825, dosteinbach@gmx.de
www.naturfreundehaus-gersbach.de

Chère Amie de la Nature, cher Ami de la Nature



D'après les chercheurs, les personnes ayant beaucoup de bons amis sont plus satisfaites et en meilleure santé. Le risque de maladies cardio-vasculaires, de dépression ou d'autres maladies est nettement plus faible. Mais plus nous vieillissons, moins la plupart d'entre nous ont d'amis. Pourquoi au fond?

La naissance d'une amitié nécessite une proximité, des rencontres répétées et un environnement favorisant les échanges. Ces facteurs sont généralement très présents pendant l'enfance et l'adolescence. On se rencontre tous les jours dans le quartier, la salle de classe ou la cour de récréation. Et on a beaucoup de temps pour jouer ou faire autre chose ensemble. C'est pourquoi la plupart des gens ont le plus grand nombre d'amis vers 25 ans. Ensuite, leur nombre diminue à nouveau. D'une part, parce que les conditions pour de nouvelles amitiés ne sont plus idéales. On continue certes à faire de nouvelles connaissances au travail et à les rencontrer régulièrement mais souvent, on n'a guère le temps de se rapprocher les uns des autres et de faire naître une véritable relation amicale. Et lorsque viendront ensuite s'ajouter les enfants, le budget temps se réduira encore considérablement. Les moments durant lesquels on peut encore se consacrer entièrement à ses amis en dehors du travail se font rares.

Aristote a proposé une autre explication à la question de savoir pourquoi nos amis se font de plus en plus rares avec le temps: selon lui, il convient de distinguer entre «amitié d'utilité», «amitié de plaisir» et «amitié de vertu». Les deux premiers genres sont fragiles. Si je n'ai plus de plaisir à pratiquer un loisir commun ou si mon camarade plus riche ne veut plus partager ses affaires, alors l'amitié prend fin rapidement. Les amitiés vertueuses, c'est-à-dire celles qui reposent sur le partage de valeurs communes et qui permettent de se sentir proches les uns des autres, sont par contre beaucoup plus stables.

Plus nous vieillissons, plus les amitiés instables disparaissent et moins il y a de conditions pour construire de nouvelles amitiés. Mais le besoin d'avoir de bonnes amitiés demeure. D'où l'importance d'associations comme les sections des Amis de la Nature Suisse: ce sont des lieux où l'on se rencontre régulièrement avec d'autres, partage des valeurs, s'engage pour quelque chose d'utile et peut faire des expériences ensemble. Cela crée des liens pour toute la vie!

Sebastian Jaquiéry
Président des Amis de la Nature Suisse

Amis de la Nature 
Suisse

À louer

Orselina au-dessus de Locarno à louer **appartement de vacances 2 pièces**, cuisine habitable séparée, **calme**, grande terrasse et balcon, **vue panoramique**, 68 CHF/jour, jusqu'à 4 personnes. Tél. 0797784433 ou giovvis@bluewin.ch.

À louer **appartement de vacances 2 1/2 chambres** sous les combles, Conches, Ritzingen, vue panoramique, pour **randonnées/vélo/VTT, tours de haute montagne**, tél. 079 173 08 81 haechler@gmx.net

À vendre

Maison individuelle 6 1/2 chambres avec jardin de rêve et tous les extras. Étang naturel: tritons, libellules, lys... Sauna, pergola, verger... Cuisinière à induction, autocuiseur, cheminée... Assainissement énergétique récent
www.remax.ch/119841002-56

Divers

Bains ouvriers de Tennwil au bord du lac de Hallwil. 24 juin avec le **stand publicitaire des Amis de la Nature Argovie**. Discours de la Conseillère fédérale E. Baume-Schneider et de l'ancien Conseiller national P. Rechsteiner, Mia Jenni, Renato Kaiser.
Voir **fest-der-solidaritaet.ch**.

Visites guidées de la ville d'Aarau pour les sections AN avec un guide AN bénévole. Restent à régler les frais d'administration. Inscription à hskaufmann@gmx.ch/079 729 84 49.

Vegane Fitness-Küche – vitalstoffreich, lecker und schnell. **Des produits sains issus de la nature** redécouverts! Livre de cuisine, 160 p., avec **photos couleur**. vita-vera.ch, tél. 056 631 45 60.

Vacances et voyages

Vacances à la **Heidehus de Conches/Valais**. **Construite en 1466**, rénovée en douceur en 2014. Appartement de vacances 3 1/2 pièces avec 4 lits, poêle en stéatite, **électricité solaire**. Situation calme et **vue magnifique**, beau terrain et pelouse. Région de randonnée variée et **domaine skiable adapté aux familles**. heidehus.ch, 076 228 80 97.

Maison de vacances pour 4 personnes à louer à **bas prix** à Novaggio au Tessin. Point de départ idéal pour des **randonnées** dans le Malcantone et une oasis pour **se détendre**. Info/détails de contact sous www.lameridiana.ch.

Annnonce Place du marché

Mon annonce est destinée à la rubrique suivante :

- Éducation et formation Vacances et voyages Recherché
- À vendre À louer Divers

Veuillez joindre votre annonce.

Prénom, Nom: _____

Rue: _____

NPA / Lieu: _____

Tél.: _____ Email: _____

Signature: _____

Paraît en langue d'origine. Date limite: 3/2023: 13. 8. 2023

Membre: **10 CHF** Non-membre: **20 CHF**

Procédure

Remplir ➔ découper ➔ envoyer avec quittance du paiement ou en espèces à:

Amis de la Nature Suisse, Case postale, 3001 Berne ou par email à

christine.schnapp@amisdelanature.ch

IBAN: CH77 0900 0000 3044 2850 7 (Note: Annonce Place du marché)

Ou en ligne sur naturfreunde.ch/fr/annoncer

À propos de l'article «Lapins de Pâques en pâte levée», rubrique Enfants de la nature, numéro 1/2023

» Pourquoi pas des recettes de Pâques, mais pourquoi justement lors d'une fête aussi contemplative et avec même plusieurs œufs? Certes, ces derniers sont tradition, mais on peut aussi remettre celle-ci en question. En effet, les œufs ne sont pas pondus n'importe comment, mais sont toujours accompagnés de souffrance animale. Les malheureuses poules pondeuses ont été élevées pour produire plus de 300 œufs par an, avec des conséquences désastreuses sur le métabolisme, alors que dans la nature, ce chiffre serait de 20. Une étude bernoise vient de révéler que 97 pour cent des poules pondeuses présentent une ou plusieurs fractures des os en raison de l'énorme perte de calcium. D'innombrables poules pondeuses supplémentaires sont élevées à cause des œufs de Pâques. La demande revenant à la normale après Pâques, les poules sont tuées et éliminées encore plus jeunes que d'habitude. L'effet désastreux du fait qu'il y a encore plus de poules que d'habitude dans la misère précisément pour célébrer la fête de la résurrection est sans doute l'une des plus grandes absurdités de notre intelligence humaine. Presque tous les êtres humains réproouvent la cruauté envers les animaux, mais ils la soutiennent et la financent en achetant des produits d'origine animale. Abandonnons enfin cette pratique. Les animaux méritent depuis longtemps la libération de la peur, de la souffrance et de la peine.
Renato Werndli, Eichberg

À noter: La rédaction se réserve le droit de raccourcir les textes des lettres du courrier des lectrices et lecteurs qu'elle sélectionne en toute indépendance sans en demander la permission des auteurs. Aucune correspondance ne sera tenue à propos des lettres non publiées.



La lecture vous plaît ?



Abonnez-vous à l'Ami de la Nature et informez-vous quatre fois par année sur les thèmes de l'environnement et des loisirs – sans renouvellement automatique.

- Abonnement 1 an: 30 CHF
- Abonnement 2 ans: 50 CHF



Vers le plaisir de lire: www.amisdelanature.ch, info@amisdelanature.ch, 031 306 67 67

Nous protégeons le climat

Depuis 30 ans, les membres de Solarspar construisent le futur: 100 installations solaires économisent plus de 2000 tonnes de CO₂ par an. Grâce à votre soutien, notre action continue.

www.solarspar.ch

solarspar  Gagner l'énergie solaire



Solarspar T +41 61 205 19 19 www.solarspar.ch

PSSST... NEBELWALD KAFFEE AUS PERMAKULTUR ANBAU

Was heisst das

Auf der Atinkana Farm, im Nebelwald der Sierra Nevada de Santa Marta in Kolumbien, wird eine 100% regenerative Landwirtschaft betrieben. Ausserdem sind wir aktiv in der Aufforstung und transportieren den Kaffee mit dem Segelschiff über den Atlantik.

Was kannst du tun?

Käufe unseren Kaffee, im Onlineshop hast Du mit dem Rabattcode: NATURFREUND 15% auf die erste Bestellung. atinkana.org



Veschi - Gestaltung

Cours nature

Vivre de la nature, apprendre d'elle et se laisser inspirer par elle – les cours sur la nature des Amis de la Nature invitent à aborder diverses thématiques, à observer de plus près et à engranger des expériences. Pour celles et ceux qui savent percevoir la nature les sens en éveil.



1. 7. 2023

Excursion en forêt

Mieux comprendre l'écosystème forêt

Les écosystèmes sont des communautés vitales de végétaux, animaux, champignons, lichens et microorganismes qui entretiennent entre eux et à l'égard de leur espace vital des rapports de dépendance et d'interaction. Immersion dans l'un des écosystèmes les plus passionnants et marquants du monde qui recouvre environ un tiers de la Suisse et un tiers de la Terre et initiation à ses bases écologiques fondamentales.

Où/quand: Üetliberg ZH, de 9 h 20 à 11 h 45

Coûts: 40 CHF, pour non-membres 80 CHF

Délai d'inscription: 25. 6. 2023



11. 11. 2023

Entretien des bosquets et haies sauvages

Créer des espaces vitaux

Les bosquets et haies sauvages font partie des habitats les plus variés qui existent et constituent d'excellents éléments pour la mise en réseau de différents espaces verts. Nous découvrirons ensemble à partir d'un exemple pratique comment valoriser et soigner les haies sauvages dans les règles de l'art à l'aide d'outils simples, permettant ainsi de créer des espaces vitaux essentiels notamment pour le bruant jaune, la pie-grièche écorcheur et d'autres oiseaux et petits êtres vivants.

Où/quand: Maison des Amis de la Nature Rumpelweid, Olten SO, de 8 h 35 à 15 h 30

Coût: 40 CHF, pour les non-membres 80 CHF

Délai d'inscription: 1. 11. 2023

Annonces

Wander- und Genussreisen in Italien

Bietet eine kompetente Organisation und Durchführung von Wander- und Genussferien in Kleingruppen

Elba Die drittgrösste Insel Italiens. Schöne Wälder, eine blühende Fauna und traumhafte Badebuchten machen sie zu einem beliebten Reiseziel.

7 Tage Abenteuer • max. 10 Teilnehmer:innen • ab CHF 1525.-
• inkl. Bahnreise ab/bis Schweiz

Ischia Die bezaubernde Landschaft mit weiten Stränden, einem Blütenmeer von Hibiskus und Ginster, mit herrlichen Pini-, und Orangenhainen haben ihr zu recht den Namen "grüne Insel" eingetragen.

7 Tage Abenteuer • max. 10 Teilnehmer:innen • ab CHF 1590.-
• inkl. Bahnreise ab/bis Schweiz



Elba Herbst 23
Link: bit.ly/3UPOqZp

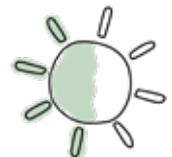


Ischia Herbst 23
Link: bit.ly/41lDaWw

discala.ch



Une occasion unique !
Maison individuelle 6 1/2 chambres avec jardin de rêve
Étang naturel: tritons, libellules, lys...
Sauna, pergola, verger...
Cuisinière à induction, autocuiseur, cheminée...
Assainissement énergétique récent
www.remax.ch/119841002-56



Cours de formation

En collaboration avec l'Office fédéral du sport (OFSP), les Amis de la Nature Suisse proposent des formations dans les disciplines sportives randonnée, escalade, alpinisme, ski et raquettes de neige pour les futurs guides de randonnée bénévoles et les guides actifs.



12.-13. 8. 2023

Cours de perfectionnement esa **Randonnée alpine exigeante T4**

Dans ce cours, tu apprendras ce qu'il faut savoir sur le terrain lors de randonnées alpines de la section de niveau T4. Cela comprend la sécurisation de l'aide, par exemple les techniques d'assurage sur les parties exposées du parcours, le comportement sur les champs de neige, la gestion des accidents et l'orientation.

Où: Kandertal, BE
Exigences: guide esa
Cours n°: nfs esa 7523
Coût: 250 CHF,
pour les non-membres 350 CHF
Délai d'inscription: 12.7.2023



26.-27. 8. 2023

Cours de perfectionnement esa **Randonnée sur champs de neige T3**

Tu es déjà guide esa pour la randonnée en montagne T3 et tu souhaites te perfectionner dans ce cours sur le thème des champs de neige. Que dois-je faire en tant que guide pour pouvoir traverser un champ de neige en toute sécurité lors de ma randonnée? Où faut-il par exemple être prudent en raison du risque de glissade?

Où: Saas-Fee, BE
Exigences: guide esa
Cours n°: nfs esa 5523
Coût: 250 CHF,
pour les non-membres 350 CHF
Délai d'inscription: 26.7.2023



10. 9. 2023

Cours de perfectionnement esa **Randonnée T2 en famille**

À quoi ressemble une randonnée en famille réussie? Que faut-il prendre en compte pour que les enfants soient eux aussi contents de participer? Nous examinerons divers éléments: où et comment les enfants ont-ils la possibilité de jouer et de s'amuser, et comment les adultes peuvent-ils faire une randonnée sans stress?

Où: Parc naturel de Thal, SO
Exigences: guide esa
Cours n°: nfs esa 7023
Coût: 90 CHF,
pour les non-membres 140 CHF
Délai d'inscription: 10. 8. 2023



18.-23. 9. 2023

Cours de guide esa **Cours de guide de randonnée T2 au Parc National**

Ce cours te permet d'une part d'approfondir et d'élargir tes connaissances de guide, notamment en matière de planification de courses, conduite de groupes, orientation, gestion des dangers alpins, sauvetage de personnes accidentées, communication de sujets relatifs à la flore, à la faune et à la culture, dans le but d'être en mesure de conduire souverainement des randonnées jusqu'au niveau T2.

Où: Zernez, GR
Exigences: guide esa
Cours n°: nfs esa 5023
Coût: 900 CHF,
pour les non-membres 1300 CHF
Délai d'inscription: 18. 8. 2023

Inscription et autres cours:
naturfreunde.ch/fr/cours, 031 306 67 67





Photo: Michèle Erne

LA VIE DES SECTIONS

Première journée de randonnée au Freiamt

Fondée en 2005, la section des Amis de la Nature de l'Oberfreiamt fait preuve d'audace: elle organise un grand événement en 2023 et s'efforce de mettre sur pied chaque année dans sa région une «Journée de randonnée du Freiamt» pour les randonneurs passionnés et les groupes d'Amis de la Nature. Le comité d'organisation se réunit d'ores et déjà régulièrement depuis plusieurs mois.

Trois circuits de randonnée – offre adaptée pour chacun

Le point de départ et d'arrivée des trois parcours de randonnée est la gare de Benzenschwil, située au sud de Muri sur la ligne Wohlen-Rotkreuz. Un parking est disponible, mais en nombre limité. Située au centre du paysage naturel de l'Oberfreiamt, dans le triangle formé par les villes de Lucerne, Zurich et Aarau, la localité de Benzenschwil est accessible par le train en une à deux heures depuis la plupart des régions de Suisse.

Familles et particuliers, jeunes et vieux, grands et petits, amis et amoureux de la nature – tous sont les bienvenus. L'un des trois itinéraires est également accessible aux fauteuils roulants et aux poussettes. Des stands seront installés le long des parcours (court, moyen et long) pour informer sur des thèmes en rapport avec la nature et permettre aux participants de répondre aux questions du concours. De quoi varier les plaisirs. Des stands de restauration seront installés aux points de repos, au départ et à l'arrivée et des équipes médicales seront également présentes. La randonnée se déroule par tous les temps.

De telles manifestations étaient autrefois courantes et très appréciées des Amis de la Nature. On se retrouvait chaque année pour des journées régionales et interrégionales de course d'orientation, de ski, d'escalade et de randonnée. Avec leur journée nationale de la randonnée, les Amis de la Nature de l'Oberfreiamt entendent renouer avec cette tradition et apporter ainsi un coup de jeune à l'ensemble du mouvement des Amis de la Nature. En cas de succès de la journée de randonnée, les membres de l'Oberfreiamt transmettront volontiers leurs expériences à d'autres sections. *Hans Kaufmann, section AN Oberfreiamt*



Site web



Instagram



Facebook

APERÇU

À lire dans Ami de la Nature 2/23

Les sections des Amis de la Nature

La plus jeune, la plus vieille, la plus grande, la plus petite, la plus au nord, la plus à l'est: qui sont-elles, que font-elles, qu'est-ce qui les motive et où veulent-elles aller? Portraits de sections sélectionnées d'après des critères statistiques.



L'«Ami de la Nature» 3/2023 paraît le 19 septembre 2023.

Impressum

Editeur

Amis de la Nature Suisse FSAN
Pavillonweg 3, 3012 Berne
Tél. 031 306 67 67
info@amisdelanature.ch
amisdelanature.ch

Tirage

16 000 exemplaires en allemand
2000 exemplaires en français

Prix

Prix unitaire: 8.50 CHF
Abonnement 1 an: 30 CHF
Abonnement 2 ans: 50 CHF

Date limite des annonces

Numéro 3/2023
13. 8. 2023

Rédaction

Amis de la Nature Suisse, Christine Schnapp
christine.schnapp@amisdelanature.ch

Conception

Amis de la Nature Suisse, Mario Lehmann
mario.lehmann@amisdelanature.ch

Traduction

François Grundbacher

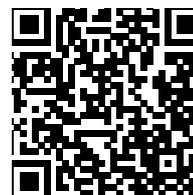
Imprimerie

Swissprinters AG, Brühlstrasse 5
4800 Zofingen

© Amis de la Nature Suisse
104^e année

L'Ami de la Nature online?

La nouvelle édition à lire sous :
@ naturfreunde.ch/fr/ami-de-la-nature



imprimé en
suisse





Boutique des AN

Prêt pour la saison des randonnées ?
Avec nos produits de plein air
pratiques , tu es toujours bien
équipé.

naturfreunde.ch/fr/boutique

