

La montagne  
respectons-la

**CHANGER  
D'APPROCHE**

ÉCOMOBILITÉ ET ÉCOTOURISME EN MONTAGNE



Des solutions simples pour redécouvrir la montagne sans voiture, sans stress et sans pollution, contribuer à l'économie locale et faire de belles rencontres.

**changer  
d'approche**  
ce n'est pas perdre son temps  
c'est prendre son temps





## PLUS DE 15 000 SORTIES ACCESSIBLES EN TRANSPORTS EN COMMUN

### Sur le portail [changerdapproche.org](http://changerdapproche.org)

Une base de données participative qui recense des randos à pied, en raquettes et à ski, voies d'escalades, alpinisme, parapente et cascades de glace...

## DES BONS PLANS ÉCOTOURISME

### 300 bonnes adresses testées et approuvées

La base de données participative [changerdapproche.org](http://changerdapproche.org) recense toutes vos bonnes adresses en montagne : refuges, producteurs... Rendez-vous sur [www.vos-bons-plans.mountainwilderness.fr](http://www.vos-bons-plans.mountainwilderness.fr)

## DES RÉSULTATS SUR L'ENVIRONNEMENT

### 600 tonnes de CO<sub>2</sub> économisées

Grâce à la campagne Changer d'approche de Mountain Wilderness depuis son lancement en 2007 soit l'équivalent de 80 fois le tour de la terre en voiture.

## 10 IDÉES DE SORTIES MONTAGNE SANS VOITURE

**Mountain Wilderness a créé une collection de brochures pour valoriser les itinéraires accessibles en transports en commun.**

Ces publications concernent en 2019 une quinzaine de territoires montagnards et proposent plus de 600 itinéraires.

Retrouvez-les sur [www.changerdapproche.org](http://www.changerdapproche.org)

RANDO / SKI / ESCALADE / ALPINISME

**DÉCOUVREZ DES ITINÉRAIRES EN TRANSPORTS EN COMMUN ET PARTAGEZ VOS BONS PLANS**

[changerdapproche.org](http://changerdapproche.org)

LE PORTAIL DE L'ÉCOMOBILITÉ ET DE L'ÉCOTOURISME EN MONTAGNE



# ECOMOBILITÉ ET ÉCOTOURISME LA MONTAGNE AUTREMENT

Ce que nous recherchons en montagne c'est le calme, l'air pur, une nature préservée et des villages accueillants. Une belle image de la montagne que nous croyons immuable, mais qui est en réalité menacée. C'est pourquoi Mountain Wilderness a créé la campagne *Changer d'approche*, pour encourager les pratiques douces. Les bonnes raisons de s'y mettre ne manquent pas.

## POLLUER MOINS

En montagne, la circulation se concentre dans les passages obligés (vallées et cols) et crée des bouchons aux accès des sites touristiques. Contrairement à une idée reçue, **LES COURANTS ATMOSPHÉRIQUES NE FAVORISENT PAS L'ÉLIMINATION DES POLLUANTS, ILS RESTENT BLOQUÉS DANS L'AIR FROID DES VALLÉES** tandis que l'ozone couronne les massifs. Même la haute altitude est touchée et la pollution est observée jusqu'au sommet du Mont Blanc ! Alors oui, ne plus prendre la voiture demande de changer ses habitudes, mais si chacun fait sa part, on peut réduire les émissions de CO<sub>2</sub> en montagne.

## FAIRE DES ÉCONOMIES

Les études de l'ADEME\* montrent que **LA VOITURE EN MONTAGNE COÛTE QUATRE FOIS PLUS CHER QUE LES TRANSPORTS EN COMMUN.**

En outre, plusieurs départements proposent des prix très bas pour encourager l'usage des transports en commun. Ces initiatives pour des transports doux se multiplient aujourd'hui en France. Mountain Wilderness les a recensés dans un inventaire disponible sur son site et propose sur son portail [changerdapproche.org](http://changerdapproche.org) un très grand nombre d'itinéraires accessibles en transports en commun.

## PARTICIPER À LA VIE LOCALE

La montagne est un territoire vivant qui peine à le rester. Parcourir ces espaces en mobilité douce permet non seulement de découvrir des itinéraires inédits, tenter

des traversées, éviter les lieux les plus fréquentés, mais aussi de rencontrer celles et ceux qui y vivent et y travaillent. Changer d'approche permet donc de soutenir l'économie locale, souvent fragile.

S'approvisionner à chaque étape — en découvrant les produits locaux pour notre plus grand plaisir — et dormir en gîte, en chambre d'hôte ou en refuge participe à **MAINTENIR UNE ACTIVITÉ DANS DES VILLAGES QUE L'ON SERA HEUREUX DE RETROUVER ANIMÉS LORS DE NOTRE PROCHAINE VISITE.**

Changer d'approche en groupe, en couple, en solo ou avec des guides et accompagnateurs en montagne... Tout est possible ! Train, bus, vélo, marche... à chacun d'inventer son parcours et vivre une expérience unique au plus près de la nature.

\* Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie



La montagne respectons-la

EN DÉVELOPPANT L'ÉCOTOURISME ET L'ÉCOMOBILITÉ,  
LA CAMPAGNE CHANGER D'APPROCHE PARTICIPE  
À LA PRÉSERVATION DE LA WILDERNESS EN MONTAGNE.

« Par wilderness, on entend cet environnement d'altitude, où tous ceux qui le désirent peuvent encore faire l'expérience d'une rencontre directe avec les grands espaces, et y éprouver en toute liberté la solitude, les silences, les rythmes, les dimensions, les lois naturelles et les dangers. »

Extrait des Thèses de Biella, fondatrices du mouvement Mountain Wilderness



**zoom**  
sur

## 10 IDÉES DE SORTIES MONTAGNE SANS VOITURE DES DESTINATIONS EN MOBILITÉ DOUCE PROPOSÉES PAR MOUNTAIN WILDERNESS

Dans le cadre de la campagne *Changer d'approche*, Mountain Wilderness développe une collection de brochures présentant des idées de sorties en montagne sans voiture. Chacune des publications est consacrée à un territoire montagnard spécifique, au départ d'une ville porte ou à destination d'un massif.

Chaque brochure est enrichie d'une page web offrant davantage de sorties, de détails et d'infos pratiques. Ces pages web proposent ainsi plus de 600 sorties supplémentaires.

À découvrir sur  
[www.changerdapproche.org](http://www.changerdapproche.org)





**changerdapproche.org**

écomobilité et écotourisme en montagne

## Soutenez notre action !

Ouverte à tous les amoureux de la montagne, l'association Mountain Wilderness défend une approche globale de la montagne dans laquelle préservation du milieu naturel, équité sociale et amélioration de l'économie constituent le même défi.

Pour soutenir nos actions ou animer à nos côtés la campagne Changer d'Approche, contactez : **cda@mountainwilderness.fr**



**mountainwilderness**

**Mountain Wilderness veille au maintien des équilibres**  
La montagne abrite hommes et milieux naturels

**Mountain Wilderness remet en cause les pratiques déraisonnables**  
La montagne n'est pas à vendre

**Mountain Wilderness propose des approches douces pour la montagne**  
La montagne est un espace fragile

[www.mountainwilderness.fr](http://www.mountainwilderness.fr)

Illustrations Lucile Lux / Conception graphique Nadine Carli  
Impression Imprimerie Notre Dame - Montbonnot / Mountain Wilderness 2019

## Je protège la montagne avec **mountainwilderness**

Chaque adhésion légitime nos actions, donne plus de sérénité financière, et assure une plus grande capacité de travail. En adhérant à Mountain Wilderness, vous recevez nos publications directement chez vous et restez informé.

- Je souhaite recevoir les publications au format électronique
- Adhésion "petit budget": 10 € (3 € après déduction fiscale)
- Adhésion "classique": 40 € (13 € après déduction fiscale)
- Adhésion "soutien" : 80 € (26 € après déduction fiscale)
- Don :  €
- Paiement par chèque à libeller à l'ordre de Mountain Wilderness
- Paiement par prélèvement automatique (merci de compléter les formulaires disponibles sur notre site Internet / Rubrique Adhérer)

Nom, prénom .....

Adresse .....

.....

Mail .....

Tél. ....

*Vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification à faire valoir auprès de Mountain Wilderness.*

À RETOURNER À  
**mountain wilderness** France - 5 place Bir Hakeim 38 000 Grenoble  
04 76 01 89 08 - [contact@mountainwilderness.fr](mailto:contact@mountainwilderness.fr)

ADHÉREZ EN LIGNE SUR [www.mountainwilderness.fr](http://www.mountainwilderness.fr)