

COMMUNIQUÉ DE PRESSE | BERNE, LE 6 AOÛT 2020

## CONSEILS AUX DÉBUTANTS LA RANDONNÉE FACILE

### LA BONNE FAÇON DE FAIRE SELON SUISSE RANDO

L'association faîtière Suisse Rando explique les bases de la randonnée aux moins expérimentés, afin qu'ils profitent au maximum tout en adoptant le bon comportement sur le réseau de chemins de randonnée suisse. Elle lance ainsi la série vidéo «Like to Hike», spécialement dédiée à ce groupe. La série commence par un clip animé présentant les conseils de base à suivre pour randonner en toute tranquillité.

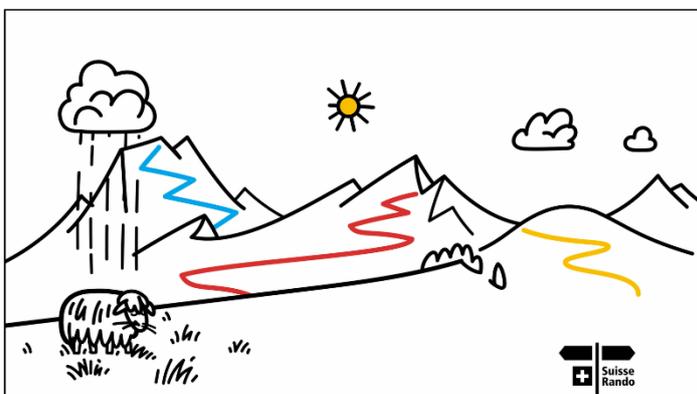
«C'est quoi la randonnée, en fait?» se demandent souvent les randonneurs occasionnels. Suisse Rando explique les règles à respecter, afin d'apprécier pleinement ce moment. Adopter les bons gestes, c'est s'assurer que rien ne viendra gâcher sa randonnée. L'association faîtière, en sa qualité de centre de services et de compétences pour tout ce qui touche à la randonnée en Suisse, inspire et informe un public très large. Mais, dans la première partie de sa série vidéo «Like to Hike», Suisse Rando se concentre sur les novices. Les clips animés permettent de transmettre rapidement les recommandations et les connaissances de base en matière de randonnée.

#### Essor de la randonnée au temps du coronavirus

L'étude «Sport Suisse 2020»\* atteste d'un boom: près de 60% de la population suisse pratique la randonnée. Ce sont douze points de pourcentage de plus que lors de la dernière enquête, il y a six ans. La pandémie du coronavirus, qui a considérablement restreint les déplacements, incite de nombreux Suisses à découvrir la randonnée cet été. Ils sont donc plus nombreux à parcourir le réseau de chemins de randonnée et, parmi eux, plus de débutants et de randonneurs moins expérimentés se retrouvent ainsi sur les itinéraires du pays.

#### S'informer pour passer un bon moment

Mais Suisse Rando offre également à ses randonneurs chevronnés de nombreuses informations sur la randonnée, de l'inspiration pour créer son itinéraire et de l'aide pour préparer sa prochaine randonnée, sur son site web [www.suisse-rando.ch](http://www.suisse-rando.ch). Le premier clip de la série «Like to Hike» est disponible dès à présent, en allemand et en français, sur les canaux de communication en ligne de Suisse Rando. Une version abrégée est par ailleurs diffusée dans les transports publics.



*On peut avoir de mauvaises surprises si l'on n'a pas consulté la météo, ni emporté son imper.*

## PAGE DE TÉLÉCHARGEMENT POUR LES MÉDIAS

La première vidéo de la série «Like to Hike» est disponible sur [YouTube](#) ou peut être téléchargée sous forme de fichier MP4 via [WeTransfer](#).

## PERSONNE DE CONTACT

Patricia Cornali  
Responsable Communication institutionnelle, Suisse Rando  
031 370 10 34 | [patricia.cornali@schweizer-wanderwege.ch](mailto:patricia.cornali@schweizer-wanderwege.ch)

## ASSOCIATION SUISSE RANDO

65 000 kilomètres de chemins de randonnée pédestre bien entretenus parcourent les plus beaux paysages naturels de la Suisse. Cette offre unique au monde est l'une des grandes réalisations de l'association faîtière Suisse Rando et de ses 26 associations cantonales de tourisme pédestre. Depuis 1934, elles s'engagent ensemble pour un réseau intéressant, sûr et uniformément balisé de chemins de randonnée pédestre en Suisse et dans la principauté de Liechtenstein; elles encouragent ainsi la pratique de la randonnée en tant qu'activité de loisirs proche de la nature et enrichissante, ainsi qu'en tant que contribution importante à la prévention en matière de santé. Par ailleurs, elles représentent les intérêts des randonneurs au niveau politique. C'est grâce au soutien financier et au travail bénévole et dynamique de nombreuses personnes que ces prestations peuvent être fournies. L'Etat soutient lui aussi cette tâche par de bonnes conditions-cadres.



[www.suisse-rando.ch](http://www.suisse-rando.ch)



[@schweizerwanderwege.ch.rando](https://www.instagram.com/schweizerwanderwege.ch.rando)



[/SchweizerWanderwege.SuisseRando](https://www.facebook.com/SchweizerWanderwege.SuisseRando)



[/SchweizerWanderwege](https://www.youtube.com/SchweizerWanderwege)



[www.wandernch.wordpress.com](http://www.wandernch.wordpress.com)

\*Mise en œuvre: Observatoire Suisse du Sport, sur mandat de: Office fédéral du sport (OFSP) en collaboration avec: Bureau de prévention des accidents (BPA), Suva, Swiss Olympic, Office fédéral de la statistique (OFS)

[www.sportobs.ch/fr](http://www.sportobs.ch/fr)