



LA VIE DES SECTIONS

Invitation à la forêt

Les Amis de la Nature de Schaffhouse ont créé tout autour de leur maison un réseau de sentiers qui permet d'apprendre en toute simplicité plein de choses complexes sur la forêt et la biodiversité et de les ressentir par les sens.

Texte: Christine Schnapp; Photos: Urs Zimmermann

Il faut faire revenir les gens dans la forêt.» Cette phrase a dû trotter dans les têtes des membres de la section schaffhousoise des Amis de la Nature au cours des deux dernières années, lorsqu'elle a créé son réseau de sentiers de la biodiversité autour de sa maison Buchberg, sur le Randen schaffhousois. On peut la lire de différentes manières. Comme un commentaire désespéré sur une société qui s'éloigne toujours plus de la nature. Comme un ultime recours pédagogique face à un manque de connaissances sur la fonction et l'importance de la biodiversité ou encore comme un passage du cahier des charges d'un(e) Ami(e) de la Nature.

L'idée de départ a finalement débouché sur une invitation discrète mais amicale à aborder la forêt du Buchberg et la nature en général avec tous ses sens. Le réseau biodiversité des Amis de la Nature de la section de Schaffhouse ne cherche pas à donner des leçons, mais à ouvrir les yeux sur les beautés naturelles discrètes et les rouages silencieux de la nature qui interagissent dans le miracle de la biodiversité.

Cela dit, c'est vraiment un petit paradis que les Amis de la Nature de Schaffhouse ont la chance de pouvoir appeler le leur, sur le Buchberg au-dessus de Merishausen. La maison est entourée de cinq hectares de forêts et de prairies, d'une réserve naturelle d'importance nationale ainsi que de chemins de randonnée et de pistes cyclables. La vue depuis le Buchberg porte sur les volcans de l'Hegau dans le sud de l'Allemagne et sur le lac inférieur, sur les Alpes allant du Säntis aux Grisons, sur les cantons de Thurgovie, de Schaffhouse et de Zurich et sur l'Argovie. Et le calme qui règne là-haut vous plonge sans que vous vous en rendiez compte dans un état d'éveil qui vous rend ouvert au moment présent et à ce qui vous entoure.

Grandiose sans être spectaculaire

Le réseau de chemins de la biodiversité est un prolongement de l'ancien sentier

La **maison Buchberg** peut être louée et est par ailleurs ouverte aux clients du restaurant les samedis et dimanches, les jours fériés ainsi que pendant les vacances scolaires de Schaffhouse (sauf vacances de sport et d'été). Le réseau de sentiers de la biodiversité est librement accessible à tout moment.

Toutes les informations: @ nfsh.ch/das-buchberghaus

didactique forestier autour du Buchberg, créé il y a plusieurs années par la section et dont les traces de vieillissement ont nécessité une rénovation il y a deux ans. Pourquoi ne pas voir plus grand? C'est ce que se sont dit les Schaffhousois, qui ont développé le réseau de sentiers en planifiant au fur et à mesure, en s'appuyant sur toutes les connaissances des membres de la section en matière de biologie et de biodiversité et en fournissant beaucoup d'efforts personnels au niveau de l'organisation et du travail manuel. Il se compose d'un sentier didactique sur les arbres - anciennement sentier didactique sur la forêt - d'un sentier de découverte et d'un sentier panoramique - bien

En haut: panneau commémoratif pour Urs Wüthrich-Pelloli à côté de l'hôtel pour abeilles. À gauche: restauration et bonne humeur indissociables. La coprésidente FSAN Madeleine Meier pendant son allocution.





À gauche: aides d'accès jusqu'au prochain poste. En haut: maison AN Buchberg. En bas: fourmilière.

entendu avec un panneau indicateur. Le réseau de sentiers mène en trois larges boucles à travers la zone autour de la maison, par les prés et la forêt. Lors de l'exécution du projet, la section a été soutenue par de nombreux sponsors et donateurs, explique Urs Zimmermann, membre de la section et l'un des pères spirituels du réseau de chemins de la biodiversité, aujourd'hui visiblement heureux de l'accompagner dans son épanouissement.

La pièce maîtresse du réseau de sentiers est sans conteste la biodiversité, accompagnée de panneaux d'information créés par la section, qui attirent l'attention sur la biodiversité et informent sur son fonctionnement. Il s'agit d'explications brèves et simples, que l'on pourrait aussi appeler «ouvreuses d'yeux» ou «aides visuelles», qui nous font découvrir les innombrables merveilles que l'on trouve au bord des chemins et que l'on pourrait facilement rater en marchant d'un pas alerte. Ces panneaux d'information guident ainsi le regard vers des fourmilières,

du bois mort et des débris de tempête, une espèce rare d'orchidée, des tas de branches, 37 espèces différentes d'arbres et d'arbustes, des infrastructures pour abeilles sauvages, un mur en pierres sèches et des prairies maigres, qui existaient déjà ou qui ont été créées spécialement pour le réseau de chemins de la biodiversité. Mais en quoi le bois mort en forêt est-il si particulier? Eh bien, malgré son nom, le bois mort est un lieu de vie pour les mammifères, oiseaux, amphibiens, reptiles, coléoptères, escargots, araignées, champignons, lichens, mousses et de nombreux microorganismes. Il a fallu lutter longtemps pour que le bois mort soit reconnu pour sa valeur et sa grande importance pour la biodiversité, mais surtout pour qu'il soit accepté par la population.

La forêt comme source de santé

Il y aurait certainement eu beaucoup plus de panneaux d'information si leur nombre avait été proportionnel à la connaissance et à l'enthousiasme pour la



En haut: panneau panoramique. En bas (d.g.à.dr.): coprésidente de la section Doris Ruckstuhl, co-initiateur du réseau de chemins Urs Zimmermann. Visiteurs pendant l'inauguration du réseau.

nature de Doris Ruckstuhl, coprésidente de la section depuis un peu plus d'un an. En traversant les prairies et la forêt, elle attire l'attention sur les nombreuses plantes qui poussent au bord des chemins ou sur les oiseaux qui passent au-dessus de leurs têtes.

Sur l'aire de bains forestiers et le sentier pieds nus, qui font également partie du réseau de sentiers, la forêt devient définitivement une expérience sensorielle totale et, en même temps, une illustration de l'importance que la forêt a pour la santé de ses hôtes humains. Les bains de forêt réguliers permettent ainsi de réduire l'hypertension, de renforcer les défenses immunitaires et de diminuer le stress. Et en marchant pieds nus, on ne sent pas seulement mieux le sol qu'avec des chaussures, mais on fait aussi travailler les 26 os, 33 articulations, 29 muscles, 107 ligaments et plusieurs milliers de terminaisons nerveuses et de récepteurs sensoriels dans les pieds.

Le développement durable tient à cœur aux Amis de la Nature de Schaffhouse, comme en

témoigne non seulement la création du réseau de chemins de la biodiversité, mais aussi les mesures de construction prises depuis longtemps dans leur maison, comme l'installation d'un chauffage écologique à copeaux de bois il y a quatre ans. Si la visite de la maison Buchberg et de ses alentours sur le Randenschaaffhousois valait déjà la peine, elle est désormais doublement profitable si l'on souhaite se rendre dans la forêt ou y emmener d'autres personnes. ✨

Le **19 octobre 2024**, la section de Schaffhouse a inauguré solennellement le réseau de chemins de la biodiversité en compagnie de plus de 100 invités. Madeleine Meier, coprésidente des Amis de la Nature Suisse, a félicité la section dans son allocution de bienvenue lors de la cérémonie pour son extraordinaire travail de pionnier et l'a remerciée de vivre les valeurs des Amis de la Nature avec autant d'exemplarité en proposant de multiples activités dans la nature, en accordant beaucoup d'importance à la convivialité et à l'engagement commun et en s'engageant activement pour la préservation de la nature et de l'environnement.