



CIPRA FORUM 2026  
COMBIEN DE TOURISME EST  
SUFFISANT ?

## Tourisme régénératif : *buzz word* ou nouvelle approche ?

11 JUIN 2026  
SARAH BALET – HES-SO VALAIS/WALLIS

# Pour faire connaissance

- Adjointe scientifique à l'Institut du Tourisme de la HES-SO Valais-Wallis
- Certificat de formatrice pour adultes – animer des sessions de formation
- Activités de recherche et d'enseignement dans le domaine du tourisme durable et régénératif
- Accompagnement des acteurs touristiques dans leur stratégie touristique, enquêtes terrain, analyses qualitatives et quantitatives
- Bachelor de l'Ecole hôtelière de Lausanne (2008) et MSc Responsible Tourism, Leeds Beckett University (2015)



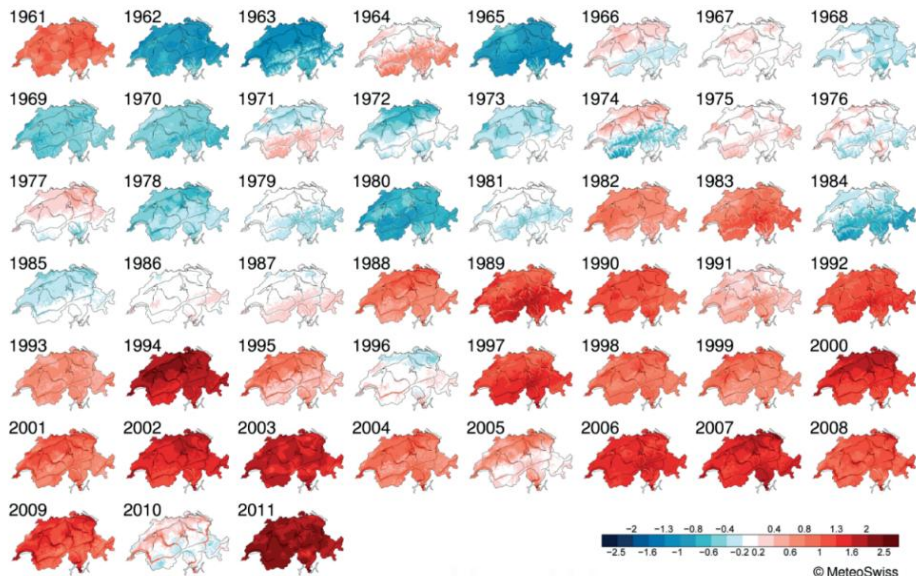
***Notre approche de la durabilité est-elle suffisante pour relever les défis écologiques et sociétaux actuels ?***



# L'OMM confirme que 2024 est l'année la plus chaude jamais enregistrée, avec une température supérieure d'environ 1,55 °C aux valeurs préindustrielles

● COMMUNIQUÉ DE PRESSE

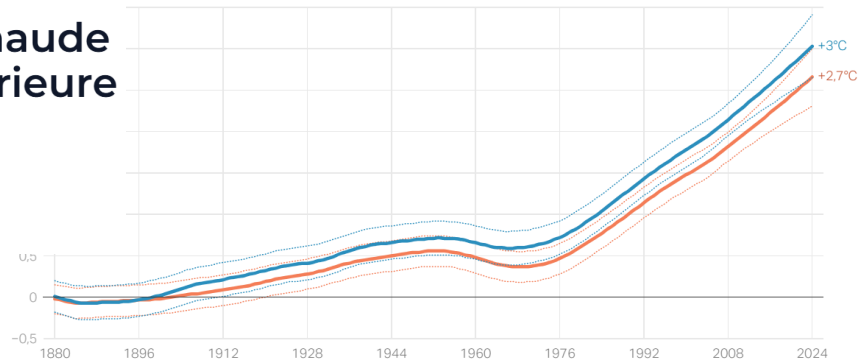
10 janvier 2025



## Le Nord des Alpes s'est davantage réchauffé que le Sud

Écart de température annuelle (moyenne glissante sur 30 ans) dans le Nord et le Sud de la Suisse par rapport à la période préindustrielle (1871-1900).

— Nord des Alpes au-dessous de 1000 m — Sud des Alpes — Intervalles de confiance



Graphique: ptur • Source: [MétéoSuisse](#) • [Télécharger les données](#)

SWI swissinfo.ch

## Une hausse plus marquée au nord des Alpes

La température a augmenté dans toutes les régions de Suisse. Mais depuis 1864, année des premières mesures au niveau national, le nord des Alpes a subi un réchauffement plus important que les contrées du sud.

# CRISE CLIMATIQUE



## Dans les Alpes, une biodiversité sous l'influence du changement climatique

06 mai 2021

ENVIRONNEMENT

© Yannick Chittaro, Centre suisse de cartographie de la faune.

**WILEY** Open Access Collection

► [New Phytol.](#) 2018 Jun 25;220(2):447–459. doi: [10.1111/nph.15290](https://doi.org/10.1111/nph.15290)

### Climate change leads to accelerated transformation of high-elevation vegetation in the central Alps

[Andrea Lamprecht](#)<sup>1,\*</sup>, [Philipp Robert Semenchuk](#)<sup>1,2</sup>, [Klaus Steinbauer](#)<sup>1,\*</sup>, [Manuela Winkler](#)<sup>1</sup>, [Harald Pauli](#)<sup>1</sup>

# WILDLIFE POPULATIONS PLUMMET BY 69%

The Living Planet Report 2022 is a comprehensive overview of trends in global biodiversity and the health of the planet. This flagship WWF publication reveals a decline of 69% in species populations since 1970. While some conservation efforts are helping, urgent action is required if we are to reverse nature loss.

# CRISE DE LA BIODIVERSITE

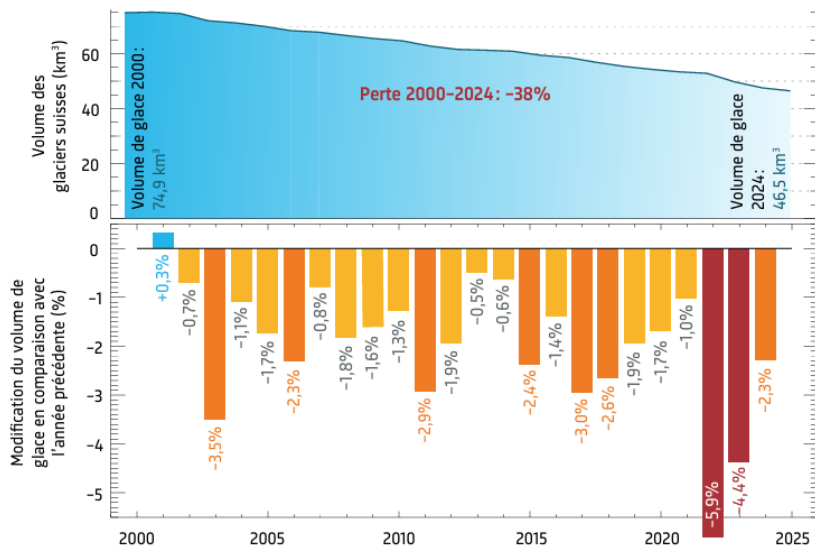


Figure 2 : Modification du volume de glace de tous les glaciers suisses entre 2000 et 2024 (en haut). Modification relative du volume de glace d'une année à l'autre (en bas). Source : GLAMOS



Figure 1 : Recul du Vadret de Tschierva dans le canton des Grisons entre 1935 et 2022. Source : swisstopo, VAW-ETH Zurich

SCNAT (2025). Glaciers de Suisse Etat, prévisions et implications

[Press release](#) >

## Imminent risk of a global water crisis, warns the UN World Water Development Report 2023

Between two and three billion people worldwide experience water shortages. These shortages will worsen in the coming decades, especially in cities, if international cooperation in this area is not boosted, warn UNESCO and UN-Water in the latest edition of the UN World Water Development Report.

# CRISE DE L'EAU

[WSL Page principale](#) > [Gros plan](#) > [Sécheresse dans le château d'eau suisse](#)

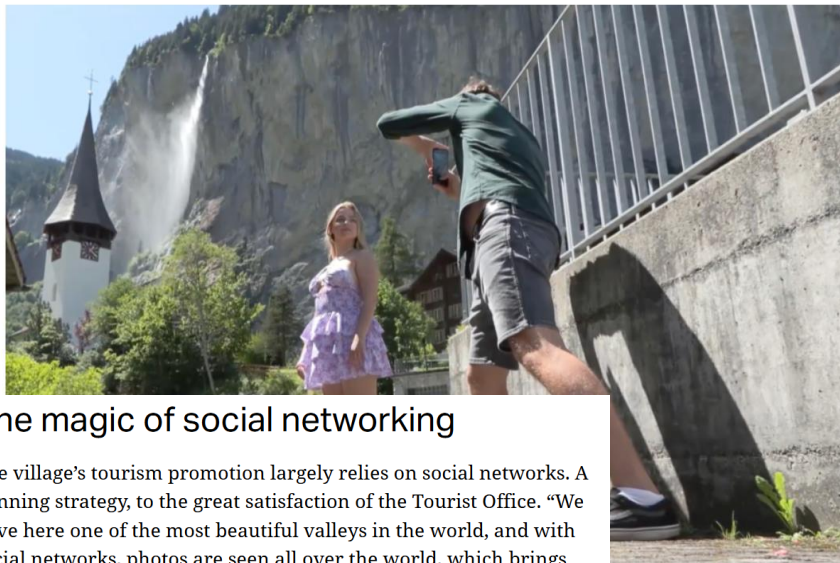
## Sécheresse dans le château d'eau suisse

À long terme, le climat en Suisse ne sera pas seulement plus chaud, mais aussi plus sec. Les périodes de sécheresse ont de graves conséquences pour l'agriculture, l'approvisionnement en eau, la production d'énergie ou les écosystèmes naturels. Nous constituons les bases de données permettant de reconnaître à temps les sécheresses critiques et d'évaluer et d'atténuer leurs conséquences pour la nature et la société.

## Défis sociaux également dans le tourisme

Lorsqu'elles perçoivent des problèmes liés au tourisme, les personnes interrogées citent en premier lieu ces cinq domaines: l'inflation (10,4%), la pollution et les déchets (9,7%), les problèmes de circulation (9,6%), la rareté des logements (9,4%) et les dommages causés à la nature et à l'environnement (8,4%).

GastroJournal (8 juillet 2024). Tourisme en Suisse: les résultats d'une grande enquête.



### The magic of social networking

The village's tourism promotion largely relies on social networks. A winning strategy, to the great satisfaction of the Tourist Office. "We have here one of the most beautiful valleys in the world, and with social networks, photos are seen all over the world, which brings us a huge number of tourists," says Tourism director Thomas Durrer.

On Thursday, between 5,000 and 6,000 tourists visited the Bernese village, which has a year-round population of just 800.

icerned. RTS-SWI

ACCUEIL + ÉCONOMIE

## 2023 devrait être une année record pour le tourisme suisse

Martin Nydegger, directeur de Suisse Tourisme, est en joie: si les chiffres définitifs ne tomberont qu'en février, il prévoit qu'ils seront plus élevés que jamais, grâce à un bon travail du marketing et à un véritable boom de la montagne

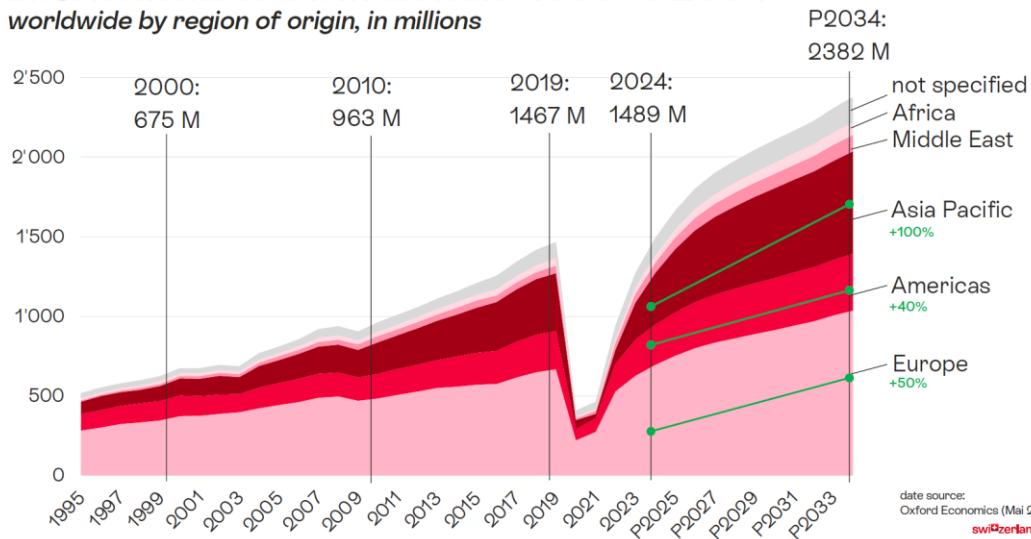


# CRISE SOCIALE

# Le tourisme continue de croître

Evolution des nuitées en Suisse par marché jusqu'en 2025

**International tourism arrivals: 1995 - P2034**  
worldwide by region of origin, in millions



Vacances en Suisse

## Le tourisme pourrait battre un nouveau record cette année

L'hôtellerie suisse pourrait voir le nombre de nuitées dépasser 42 millions en 2024. À moins que les intempéries estivales ne freinent l'essor prévu.



Patrick Monay

Publié: 04.08.2024, 07h59

2 | | |



Retrieved from 24heures.ch

alogue

odifié le 5 juillet 2024 à 11:45

Partager



tourisme de masse en Suisse : bénéfique ou néfaste ? - [keystone - Anthony Anex]



Dans le Val Verzasca, au Tessin, les touristes affluent pour profiter des eaux rafraîchissantes et de la beauté du paysage.  
KEYSTONE/Jean-Christophe Bott

# La qualité de l'expérience se détériore....

# Quantité vs Qualité

Pour Suisse Tourisme (ST), **“Travel Better” (voyager mieux) est la philosophie** qui guide toutes nos activités pour s’assurer que le tourisme suisse se développe de manière à garantir une économie touristique durable et prospère, qui évolue en harmonie avec les aspirations de la population locale. **Avec une promotion ciblée et un guidage intelligent, l’objectif est d’amener les bons hôtes au bon moment et au bon endroit.** Pour cela nous avons défini **cinq domaines d’action clés.**

Tourisme toute l’année



Flux de visiteurs



Durée du séjour




Acceptabilité du tourisme



Swisstainable

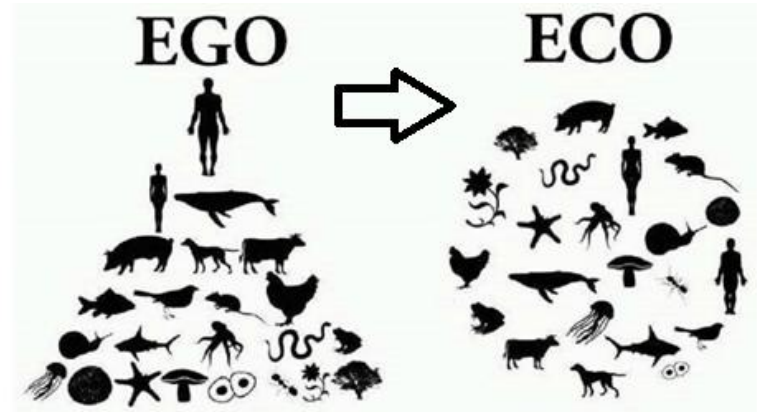


A close-up photograph of a person's hands holding a small, white globe. The globe is covered in a grid of latitude and longitude lines. Overlaid on the globe is a heatmap, with red and orange colors indicating high values or temperatures, particularly in the northern hemisphere and over the oceans. The background is a blurred blue pattern, possibly a shirt or a wall. A white rectangular box is superimposed over the center of the image, containing text.

**Le modèle touristique actuel a besoin d'un  
changement fondamental**

# Une vision écologique du monde

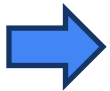
- **Point de départ:** prise de conscience que les **êtres humains sont intégrés à la nature**, en font partie intégrante et en dépendent fondamentalement (Konietzko et al., 2023)
- **Réflexions:** comment les principes de la nature pourraient être appliqués pour **créer de la valeur pour toutes les parties prenantes humaines et non humaines** par opposition à une économie qui extrait de la valeur et dégrade les systèmes socio-écologiques (Sheldon, 2022).



Intégralité – Relations - Evolution

# Changement d'approche

- Aller **au-delà de l'approche d'efficience** afin de renforcer l'écosystème et de créer les conditions d'un avenir prospère pour toute forme de vie (Bellato et Pollock, 2023)
- La **croissance n'est pas un objectif en soi** mais un concept relationnel: elle aide les différents systèmes interconnectés à renforcer leur capacités, à tirer mutuellement profit les uns des autres et à co-évoluer (Bellato et Pollock, 2023).



Il est nécessaire de **réfléchir de manière systémique**, au niveau de l'écosystème et plus simplement de l'entreprise.

Les Alpes ne sont pas seulement un espace touristique. Elles sont un **système socio-écologique sous pression**, où les crises climatiques, hydriques, écologiques et sociales se croisent.

# Tourisme régénératif

«Le **tourisme régénératif s'écarte du paradigme du développement durable** en positionnant les entreprises touristiques comme des **interventions qui développent les capacités des lieux, des communautés et de leurs hôtes** à fonctionner en harmonie avec des systèmes socio-écologiques interconnectés»  
(Bellato et al., 2022).

## Questions sous-jacentes

- Comment le tourisme peut contribuer à la santé et au bien-être des systèmes socio-écologiques plus vastes ?
- Comment les initiatives touristiques peuvent créer des effets positifs nets pour des réseaux d'êtres vivants interconnectés ?



# Approche régénérative à différents niveaux

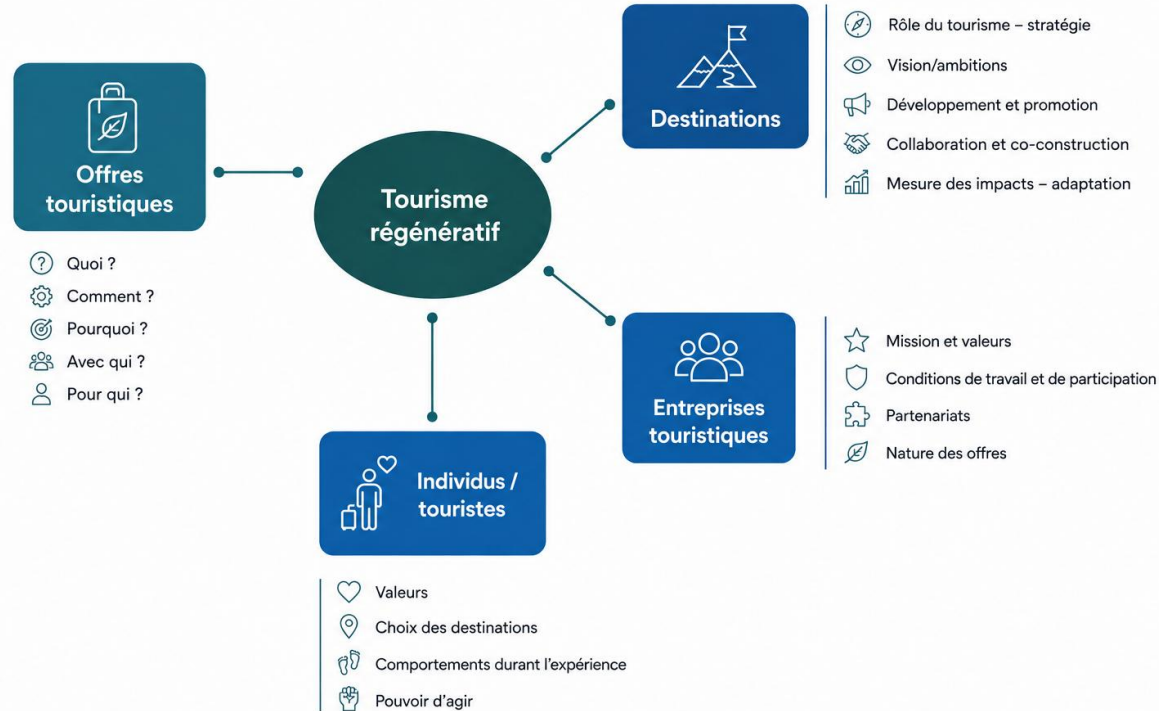


Figure: Différents niveaux de l'approche régénérative dans l'industrie touristique selon Balet, S. (ITO, 2025).

# Tourisme régénératif – 7 axes stratégiques

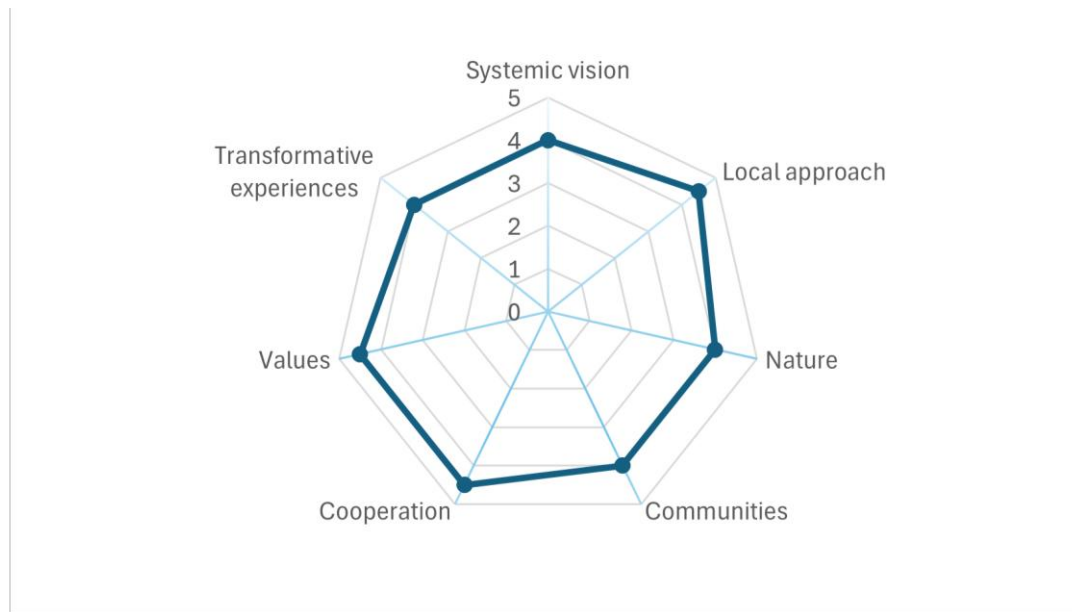


Figure: Evaluation de la vision touristique 2030 du réseau des parcs suisses sous l'angle régénératif selon Balet, S. (ITO, 2025).



## LES PARCS SUISSES SUR LA VOIE DU TOURISME RÉGÉNÉRATIF

Les parcs suisses s'engagent en faveur d'une véritable durabilité dans le secteur du tourisme et des loisirs. Les offres touristiques dans ces régions uniques visent à engendrer le moins d'effets négatifs possible et même à générer des effets positifs.

# Le Tourisme régénératif ce n'est PAS

---

- ✓ Des checklists et standards
  - ✓ Des mesures chiffrées
  - ✓ Une certification
  - ✓ Une nouvelle approche marketing
  - ✓ Un autre mot pour *durabilité*
  - ✓ Une tendance ou *buzz word*
-

# Le Tourisme régénératif C'EST

---

- ✓ Un changement de vision
  - ✓ Un tourisme axé sur les valeurs
  - ✓ Ancré dans son territoire
  - ✓ Qui se base sur l'humain et les relations
  - ✓ La reconnexion avec la nature
  - ✓ Basé sur la collaboration entre tous les acteurs
  - ✓ Unique et différent pour chacun....
-

# Personne de contact



**Sarah Balet**, Adjointe scientifique HES

Téléphone +41(0)58 606 97 42

Email [sarah.balet@hevs.ch](mailto:sarah.balet@hevs.ch)

Linkedin <https://www.linkedin.com/in/sarah-balet/>

Adresse Institut Tourisme – Technopôle 3, 3960 Sierr

Envie d'aller plus loin ?

**Nouvelles voies**

[Episode 22](#) (juin 2025) – *Voyager autrement: le tourisme peut-il devenir régénératif ?*

SA LU

**NOUVELLES VOIES** Le podcast de l'entreprise régénérative

Une création d'Elsa Duperray

EPISODE 22 Sarah Balet TOURISME RÉGÉNÉRATIF

Play

# Références

- Bellato, L. and Pollock, A. (2023). Regenerative tourism: a state-of-the-art review. *Tourism Geographies*. <https://doi.org/10.1080/14616688.2023.2294366>
- Bellato, L., Frantzeskaki, N., & Nygaard, C. A. (2022). Regenerative tourism: A conceptual framework leveraging theory and practice. *Tourism Geographies*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/14616688.2022.2044376>
- CNRS. (2020). Dans les Alpes, une biodiversité sous l'influence du changement climatique. Consulté le 7 juin 2026, sur <https://www.cnrs.fr/fr/presse/dans-les-alpes-une-biodiversite-sous-linfluence-du-changement-climatique>
- Du Plessis, C., & Brandon, P. (2015). An ecological worldview as basis for a regenerative sustainability paradigm for the built environment. *Journal of Cleaner Production*, 109, 53–61. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2014.09.098>
- Eccoterra. (2024). Biodiversité en Suisse : comment le changement climatique redessine les écosystèmes alpins. Consulté le 7 juin 2026, sur <https://www.eccoterra.ch/biodiversite-en-suisse-comment-le-changement-climatique-redessine-les-ecosystemes-alpins/>
- Global Political Review (GPR Journals). (s.d.). Article scientifique sur les impacts environnementaux (lien complet). Consulté le 7 juin 2026, sur <https://gprjournals.org/journals/index.php/jegs/article/view/181/212>
- HTR.ch (2023, February 23). *Schweiz Tourismus: 2022 brachte Europa zurück, Asien Folgt*. <https://www.htr.ch/story/tourismus/tourismus-in-der-schweiz-2022-brachte-europa-zurueck-asien-folgt-36691>
- HTR.ch (2023, August 4). *Schweizer Hotellerie befindet sich auf rekordkurs*. <https://www.htr.ch/story/hotellerie/schweizer-hotellerie-befindet-sich-auf-rekordkurs-37938>
- Inversini A., Saul L., Balet S. & Schegg R. (2023). Rise of Regenerative Hospitality. *Journal of Tourism Futures*, pp. 1-30, <https://doi.org/10.1108/JTF-04-2023-0107>
- Konietzko, J., Das, A., & Bocken, N. (2023). Towards regenerative business models: A necessary shift? *Sustainable Production and Consumption*, 38, 372–388. <https://doi.org/10.1016/j.spc.2023.04.014>
- La Côte. (2024). La Suisse n'est pas confrontée à une situation de surtourisme comme à Venise ou à Barcelone. Consulté le 7 juin 2026, sur <https://www.lacote.ch/suisse/la-suisse-nest-pas-confrontee-a-une-situation-de-surtourisme-comme-a-venise-ou-a-barcelone-1459127>
- Lupton, K., & Samy, C. (2022). Restoring the balance between humanity and nature through tourism entrepreneurship: A conceptual framework. *Journal of Tourism Futures*, 8(3), 367–374. <https://doi.org/10.1108/JTF-01-2022-003>

# Références

- Mang, P., & Reed, B. (2019). Regenerative development and design. In R. Meyers (Ed.), *Encyclopedia sustainability science & technology* (pp. 1–44). Springer.
- Mountain Research Initiative. (2024). Switzerland's warming is not even: how elevation shapes seasonal climate change. Consulté le 7 juin 2026, sur <https://mountainresearchinitiative.org/news/switzerlands-warming-is-not-even-how-elevation-shapes-seasonal-climate-change/>
- Norris, G.A, Burek, J., Moore, E.A., Kirchain, R. E, Gregory, J. (2021) Sustainability health initiative for Net Positive Enterprise handprint methodological framework. *Int. J. Life Cycle Assess.* 26 (3), 528–542.
- National Center for Biotechnology Information (NCBI). (2018). Article scientifique sur les impacts du changement climatique (PMC6175417). Consulté le 7 juin 2026, sur <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6175417/>
- Organisation météorologique mondiale (OMM). (2025). L'OMM confirme que 2024 est l'année la plus chaude jamais enregistrée. Consulté le 7 juin 2026, sur <https://wmo.int/fr/news/media-centre/lomm-confirme-que-2024-est-lannee-la-plus-chaude-jamais-enregistree-avec-une-temperature-supérieure>
- Reed, B. (2007). Shifting from 'sustainability' to regeneration. *Building Research & Information*, 35(6), 674–680. <https://doi.org/10.1080/09613210701475753>
- Sheldon, P. J. (2022). The coming-of-age of tourism: Embracing new economic models. *Journal of Tourism Futures*, 8(2), 200–207.
- Société d'histoire naturelle / SBV-ASGM. (s.d.). Factsheet : Les glaciers en Suisse. Consulté le 7 juin 2026, sur [https://sbv-asgm.ch/wp-content/uploads/Factsheet\\_Gletscher\\_F\\_Online-1.pdf](https://sbv-asgm.ch/wp-content/uploads/Factsheet_Gletscher_F_Online-1.pdf)
- Swissinfo. (2024). Pourquoi la Suisse fait partie du top 10 des pays qui se réchauffent le plus. Consulté le 7 juin 2026, sur [https://www.swissinfo.ch/fre/adaptation-climatique/pourquoi-la-suisse-fait-partie-du-top-10-des-pays-qui-se-r%3%a9chauffent-le-plus/89643357](https://www.swissinfo.ch/fre/adaptation-climatique/pourquoi-la-suisse-fait-partie-du-top-10-des-pays-qui-se-re%3%a9chauffent-le-plus/89643357)
- UNESCO. (2023, March 22). *Imminent risk of a global water crisis, warns the UN World Water Development Report 2023*. UNESCO.org. <https://www.unesco.org/en/articles/imminent-risk-global-water-crisis-warns-un-world-water-development-report-2023>
- United Nations. (n.d.). *Biodiversity - our strongest natural defense against climate change*. <https://www.un.org/en/climatechange/science/climate-issues/biodiversity>
- WSL (Institut fédéral de recherches sur la forêt, la neige et le paysage). (s.d.). Sécheresse dans le «château d'eau» suisse. Consulté le 7 juin 2026, sur <https://www.wsl.ch/fr/metanavigation/gros-plan/secheresse-dans-le-chateau-deau-suisse/>
- WWF. (2022). *Living planet report 2022*. HOME | WWF. <https://livingplanet.panda.org/>