

# Milieux humides & hydriques (MHH) et bandes riveraines :

Protéger des milieux essentiels

Les milieux humides et hydriques (MHH), ainsi que les bandes riveraines qui les bordent, forment un ensemble naturel essentiel au bon fonctionnement des écosystèmes de la **Vallée-de-la-Gatineau**. Ces milieux, parfois méconnus, soutiennent la biodiversité, régulent l'eau et protègent nos paysages.

Les protéger commence par les connaître — et par quelques gestes simples que chacun peut adopter.

## Définitions

### Milieux humides & hydriques

Les **milieux humides et hydriques** regroupent tous les milieux naturels où **l'eau est présente** de façon **permanente ou temporaire** :

- Milieux humides = marais, marécages, tourbières, étangs, prairies humides, etc.
- Milieux hydriques = lacs, rivières, fleuves, ruisseaux, cours d'eau, petits plans d'eau, etc.



### Bandes riveraines

Bandes de végétation naturelle, idéalement entre 10 et 15 m, qui constituent des zones de transition entre les milieux terrestres et aquatiques.

## Des rôles écologiques conjoints

Les bandes riveraines et les milieux humides et hydriques sont des milieux naturels étroitement liés, essentiels à l'équilibre des écosystèmes aquatiques.

Ensemble, ils créent des zones tampons vivantes qui protègent, nourrissent et soutiennent une biodiversité aussi riche que fragile.

### Aires de refuge et de reproduction



Zones essentielles pour l'alimentation, le repos et la reproduction d'une grande diversité d'espèces aquatiques et terrestres.

### Réservoirs de biodiversité



Présence d'habitats variés favorisant une grande richesse d'espèces végétales, animales et microorganismes.

### Corridors écologiques continus



Zones tampons assurant les déplacements essentiels de la faune entre les milieux terrestres et aquatiques.

### Barrière contre les perturbations



Protection contre l'érosion des berges, la sédimentation excessive et la dégradation des habitats adjacents.

### Régulation naturelle du cycle de l'eau



Zones d'échanges entre le sol, les eaux de surface et les nappes souterraines assurant une dynamique hydrologique équilibrée.

## Pour en savoir plus :

Portail des milieux humides et hydriques -  
Bureau d'Écologie Appliquée

Milieux humides - Canards Illimités Canada

La bande riveraine - Comité du bassin  
versant de la rivière du Lièvre (COBALI)

Les pratiques riveraines - Regroupement  
des Associations Pour la Protection de  
l'Environnement des Lacs et des bassins  
versants (RAPPEL)

Aménagement et techniques de  
restauration des bandes riveraines -  
bandesriveraines.org (Québec Vert)

Découvrez les plans régionaux des milieux  
humides et hydriques (PRMHH) - CREDDO

Agence de Bassin MRC de la Vallée-  
Versant des 7 de-la-Gatineau

## Contactez-nous



733 Boulevard Saint-Joseph  
Gatineau, QC J8Y 4B6

<https://abv7.org>

[info@abv7.org](mailto:info@abv7.org)

(819) 771-5025



7, rue de la Polyvalente - C.P. 307  
Gracefield, QC OX 1W0

<https://mrcvg.qc.ca>

[info@mrcvg.qc.ca](mailto:info@mrcvg.qc.ca)

(819) 463-3241

Rédaction : Nathan KEATING, ABV des 7

## Comment protéger ces milieux ?

De petits gestes, répétés à l'échelle du territoire,  
peuvent faire une réelle différence.

1

### Préserver la végétation naturelle

Éviter de tondre jusqu'au bord de l'eau,  
laisser pousser herbes hautes, arbustes  
et plantes indigènes.

2

### Limiter les aménagements et constructions en bord d'eau

Éviter d'installer quais, murets, remblais ou  
autres structures qui modifient le rivage,  
nuisent aux habitats et favorisent l'érosion.

3

### Réduire l'usage de produits nocifs

Minimiser engrais, pesticides, savons et  
produits chimiques près de l'eau, qui  
peuvent s'écouler vers les milieux  
hydriques/humides.

4

### Respecter la faune et ses habitats

Contourner zones humides lors des  
promenades, tenir animaux domestiques à  
distance et protéger les sites de  
reproduction.

5

### S'informer et sensibiliser

Partager informations fiables, parler du rôle  
des MHH et des bandes riveraines, et  
encourager l'adoption de bonnes pratiques.



## Des espaces menacés



### Artificialisation et modification des rives

(aménagements trop près de l'eau)

### Introduction d'espèces exotiques envahissantes



### Activités urbaines et agricoles

(ruissellement de polluants)

### Modification des régimes hydrologiques

(épisodes de crues, d'étiages, barrages)

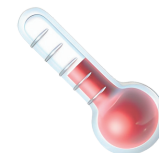


### Pression récréative et riveraine

(piétinement, embarcations motorisées)

### Changements climatiques

(hausse des températures, sécheresses)



Dégradations physiques  
Perte de fonctions écologiques  
Disparition des milieux