

## **02 – Contenu de formation pour la gestion environnementale des hébergements touristiques**

### **Contenus à destination des touristes**



## Gestion des déchets

<p><b>Problématique</b></p>	<p>La croissance économique, l'industrialisation et la mondialisation croissantes vers lesquelles le monde s'est orienté au cours des dernières décennies entraînent des volumes et des variétés de déchets de plus en plus importants. Tous ces déchets constituent une menace, non seulement pour l'environnement, mais aussi pour la santé publique (Nations Unies, 2015). En 2018, le total des déchets produits dans l'Union européenne par les activités économiques et les ménages s'élevait à 5 234 millions de tonnes (Eurostat, 2022).</p> <p>En sensibilisant à la gravité de ce problème, de petits changements quotidiens peuvent être apportés pour contribuer à résoudre ce problème.</p> <p><b>N'oubliez pas : Le meilleur déchet est celui qui n'est pas produit !</b></p>
<p><b>Mots-clés/ Thématique</b></p>	<p>Tourisme vert, gaspillage alimentaire, déchets du secteur hôtelier, réduction du gaspillage alimentaire, durabilité.</p>
<p><b>Bonnes pratiques</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Ne prenez qu'une quantité de nourriture suffisante :</b> La première action que nous pourrions tous faire est de ne mettre que la nourriture que nous allons manger dans notre assiette surtout lors de notre séjour dans un hébergement avec buffet à volonté. Si nous en voulez plus, on peut toujours demander ou aller se resservir. Avec cette action simple, on peut éviter beaucoup de gaspillage alimentaire.</li> <li><b>2. N'oubliez pas votre gourde/bouteille d'eau :</b> Il est bon de se rappeler que l'une des choses les plus importantes à emporter pour votre voyage est votre bouteille d'eau. En faisant cela vous éviterez d'acheter de l'eau en bouteille plastique et donc vous réduirez les déchets lors de vos déplacements.</li> <li><b>3. Voyagez léger en n'achetant que ce dont vous avez besoin :</b> En ce qui concerne ce que vous achetez, n'achetez que des biens et produits appropriés et nécessaires à vos besoins. Cela vous permettra non seulement d'éviter de produire des déchets, mais aussi de ne pas avoir à jeter les choses que vous avez achetées et vous permettra également de faire des économies. Une chose qui peut aider à ce sujet est de faire une liste de courses à l'avance, notamment en ce qui concerne la nourriture. Vous pouvez également créer différents repas avec les mêmes ingrédients, consultez par exemple <a href="#">ce lien avec une liste de courses de 20 ingrédients et 15 recettes que l'on peut en faire</a>. Aussi, évitez d'aller dans un magasin ou un supermarché lorsque vous avez</li> </ol>

**Commenté [1]:** Après cette phrase, une fenêtre pop-up apparaîtra dans la plateforme avec le texte suivant :

Saviez-vous que près de la moitié des fruits et légumes produits sont gaspillés ? C'est 3,7 trillions de pommes.

faim, car cela augmente les probabilités d'acheter des choses dont vous n'avez pas besoin.

4. **Date d'expiration:** Faites attention aux dates de péremption des aliments que vous achetez et assurez-vous d'utiliser d'abord ceux qui se rapprochent le plus de la date de péremption.

5. **Moins d'emballage :** Choisissez des produits avec moins d'emballage, par exemple lors de l'achat de souvenirs pendant votre voyage, refusez les produits suremballés en évitant les emballages luxueux ou volumineux. De plus, évitez les produits jetables et à usage unique. N'oubliez pas que, dès l'achat, vous pouvez souvent choisir un produit qui générera moins de déchets. Vous économiserez des matières premières et contribuerez à réduire la pollution générée tout au long du processus de production. Rappelez-vous que vous avez ce pouvoir. Avec cela, vous pouvez également économiser de l'argent!



6. **Limitez le gaspillage alimentaire dans votre lieu d'hébergement ou au restaurant !**

Voici quelques conseils pour réduire le gaspillage alimentaire pendant vos vacances

1. Réduisez le gaspillage alimentaire dans le cas d'un buffet en libre service en utilisant des assiettes plus petites ou en mettant à disposition de plus petite portion dans votre plat et remplissez-le si nécessaire
2. Si vous avez des enfants, vous pouvez commander des demi-portions ou des portions plus petites
3. Si ce qui précède n'est pas réalisable, vous pouvez toujours demander au serveur d'emballer les restes (si vous avez un réfrigérateur dans votre chambre)
4. Séjournez dans des endroits mettant à disposition votre propre cuisine, ce qui vous permet de contrôler la quantité de nourriture que vous prenez et il est également plus facile pour vous de stocker les restes pour le lendemain
5. Lorsque vous allez à la plage ou à la montagne en été, ayez toujours avec vous un sac/boîte isotherme pour assurer une meilleure conservation des aliments

(conseils de l'ONG grecque

"Boroume" <https://www.boroume.gr/fr/boroume/>)

7. **Utilisez des sacs réutilisables:** Saviez-vous que les sacs jetables des centres commerciaux sont généralement utilisés en moyenne

20 minutes avant d'être jetés ? Ainsi, ils deviennent très rapidement des déchets. De plus, les sacs jetables peuvent être dangereux pour la vie marine s'ils se retrouvent dans l'océan. Les sacs en plastique peuvent être responsables de la mort des tortues marines, des dauphins et des requins qui les confondent avec des méduses et les avalent. Cela dit, les sacs réutilisables sont très pratiques, surtout en voyage.



8. **Eco-recharges** : Achetez des produits rechargeables et rechargeables. Des éco-recharges sont souvent disponibles pour les produits ménagers, les cosmétiques, ainsi que certaines denrées alimentaires.
9. **Passez au numérique** : Essayez de limiter l'utilisation des imprimantes, en n'imprimant que ce dont vous avez vraiment besoin lorsque vous voyagez. De nos jours, vous n'aurez probablement plus besoin d'avoir vos cartes d'embarquement, billets de train, etc. au format physique. Les avoir au format numérique suffit.

**Appel à l'action**

**1. Impliquez-vous et faites du bénévolat auprès d'organismes locaux :**

Il y a des déchets et des ordures tout autour de nous, c'est pourquoi de nombreuses organisations et associations se consacrent à les combattre et à les éliminer. Pour que cette mission soit réalisée, des bénévoles sont toujours nécessaires. Si vous êtes intéressé par le bénévolat, vous devez absolument rechercher des organisations et des associations près de chez vous qui recherchent votre aide. Nettoyer les plages, par exemple, est un excellent moyen d'aider !



**Commenté [2]:** Après cette phrase, une fenêtre pop-up apparaîtra dans la plateforme avec le texte suivant :

Saviez-vous que le recyclage d'une seule bouteille en plastique permet d'économiser suffisamment d'énergie pour alimenter une ampoule pendant trois heures ou plus ?

**Commenté [3R2]:** Source : <https://www.recyclingbins.co.uk/recycling-facts/>

## 2. Avoir conscience de soi:

Afin de réduire le gaspillage alimentaire, vous devez avant tout prendre conscience du gaspillage alimentaire. Essayez de vous informer sur les déchets et le gaspillage alimentaire pour découvrir à quel point il est important de le réduire. Consultez des sites Web tels que [Impression alimentaire, Aime la nourriture déteste le gaspillage, FAO ou europa.eu](#) pour que vous compreniez sa véritable importance.



## 3. Soyez un influenceur écolo et partagez votre notoriété :

Si les déchets sont quelque chose qui vous tient à cœur et que vous jugez importants, défiez les autres à suivre vos traces ! Vous pouvez, par exemple, partager vos expériences, trucs et astuces avec vos amis sur les réseaux sociaux. En faisant cela, vous pouvez inspirer les autres à changer. Soyez un modèle écolo et changez le monde, une personne à la fois.



### Contenus additionnels

#### Liens vers d'autres ressources :

- Un ensemble d'idées et d'histoires pour vous inspirer sur la réduction des déchets, par la Semaine européenne de la réduction des déchets : [Get inspired - EWWR](#)
- Un ensemble d'idées et de conseils pour réduire votre gaspillage alimentaire à la maison, par Love Food, Hate Waste : [LovefoodHateWaste](#)
- La relation de l'industrie hôtelière avec les déchets, [OPenaccessgovernment](#)
- Gaspillage alimentaire en Europe : statistiques et faits sur le problème, par Eufic, [Faits alimentaires pour des choix santé](#).



**Références:**

Dicas para Reduzir ou Desperdício Ambiental. (sd).

[Liste]. [https://apambiente.pt/sites/default/files/2021-05/Dicas%20desperdicio%20alimentar\\_0.pdf](https://apambiente.pt/sites/default/files/2021-05/Dicas%20desperdicio%20alimentar_0.pdf)

Prévention des résidus. Bravo.

<https://www.braval.pt/index.php/recolha-selectiva-2/prevencao-de-residuos>

Semaine européenne de la réduction des déchets. (2020, 7 décembre). Être inspiré.

EWWR. [https://ewwr.eu/get-inspired/#good\\_habits](https://ewwr.eu/get-inspired/#good_habits)

N. (2021b, 13 mai). Dicas para reduzir a quantidade de resíduos que produzimos! NOCTULA - Consultores em Ambiente.

<http://noctula.pt/dicas-para-reduzir-a-quantidade-de-residuos-que-produzimos/>

Boroume SAVING FOOD-SAUVER DES VIES - <https://www.boroume.gr/en/boroume/>

## Gestion de l'eau

<p><b>Problématique</b></p>	<p>Des problèmes liés à la pénurie d'eau ont été identifiés partout dans le monde. Le secteur du tourisme consomme de grandes quantités d'eau dans ses différentes installations, y compris l'hébergement, les restaurants et l'utilisation personnelle des touristes. Ce qui entraîne une pénurie d'eau ou une dégradation de la qualité de l'eau, voire les deux.</p> <p>La consommation d'eau des hôtels et autres hébergements touristiques est beaucoup plus élevée que la consommation des ménages en raison des différentes activités comme l'arrosage du jardin, le nettoyage des chambres, la lessive, mais aussi parce que les touristes ont tendance à utiliser plus d'eau lorsqu'ils séjournent dans les hôtels qu'ils ne le feraient normalement ( WWF, 2004).</p>  <p>En tant que touriste, en prenant des mesures durables pour économiser l'eau lors de vos séjours dans les hôtels, vous pouvez faire une grande différence en matière de préservation de l'eau.</p>
<p><b>Mots clés/Thématique</b></p>	<p>Tourisme vert, préservation de l'eau, consommation d'eau, pollution de l'eau, économie d'eau, pénurie d'eau, sensibilisation, durabilité.</p>
<p><b>Bonnes pratiques</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Renseignez-vous sur les ressources en eau dans les régions que vous visitez</b> : vous pouvez effectuer des recherches avant de visiter un lieu pour en savoir plus sur la disponibilité de l'eau et les moyens par lesquels les populations locales l'obtiennent, car lorsque vous avez plus d'informations sur l'écosystème local et les populations locales, vous pouvez facilement respecter les ressources de la région.</li> <li>2. <b>Essayez le camping sec</b> : c'est une excellente idée de faire une pause dans l'agitation de la vie quotidienne et de retourner à la nature ! Lorsque vous partez en camping sec, ce qui signifie que le camping n'a pas accès à l'eau douce et à l'électricité, vous utilisez moins d'eau, mais vous comprenez également l'importance de sa</li> </ol>

**Commenté [1]:** Après cette phrase, une fenêtre pop-up apparaîtra dans la plateforme avec le texte suivant :

Saviez-vous qu'un touriste séjournant dans un hôtel utilise en moyenne un tiers d'eau en plus par jour qu'un habitant du quartier ?

disponibilité ce qui vous fait réfléchir à deux fois avant de la gaspiller.

**En camping ou caravaning :**

- Emportez des lingettes humides et un désinfectant pour les mains :



Le désinfectant pour les mains est une excellente alternative à l'utilisation d'eau pour se laver les mains. Vous pouvez également utiliser des lingettes humides à la place de l'eau pour nettoyer une surface. Bien qu'elles ne remplacent pas une douche, elles permettent de se débarrasser de toute saleté sur votre corps !

- Créez un repas tout-en-un et raclez vos assiettes :

Réduisez la quantité d'eau que vous utilisez pour cuisiner en préparant des repas simples dans une casserole ou une casserole. Pour éviter de gaspiller de l'eau lors de la vaisselle, raclez les restes de nourriture pour faciliter leur lavage. Si un prélavage est nécessaire, pensez à utiliser un vaporisateur rempli de liquide vaisselle et d'eau pour éviter de faire couler le robinet.

- Reportez vos vêtements

Essayez de porter vos vêtements plus d'une fois et préparez-vous aux conditions climatiques– des vêtements qui peuvent résister aux éléments et qui sont faciles à nettoyer.

Si vous avez emporté suffisamment de vêtements pour le voyage, attendez d'être rentré chez vous et faites ensuite une lessive complète. Si vous devez laver vos vêtements, utilisez le mode économique ou d'économie d'eau, le cas échéant.

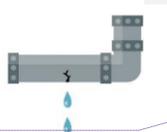
- Utilisez du shampoing sec :

Il peut être difficile de trouver un endroit pour se doucher et se laver les cheveux en camping. Si vos cheveux n'en peuvent plus, optez pour un shampoing sec pour garder vos cheveux frais sans avoir besoin d'utiliser de l'eau courante.

- 3. Moins de lessive, moins de consommation d'eau :** vous pouvez demander au responsable de l'hébergement de ne pas changer vos serviettes ou vos draps sauf si vous le demandez. Essayez

d'utiliser les mêmes serviettes et limitez le lavage de vos vêtements à moins qu'ils ne soient sales.

4. **Il est important de signaler les fuites de robinet** : en tant que touriste, vous pouvez jouer un rôle important dans l'économie d'eau en signalant toute fuite de robinet au propriétaire de la maison d'hôtes



**Commenté [2]:** Après cette phrase, une fenêtre pop-up apparaîtra dans la plateforme avec le texte suivant :

Saviez-vous qu'une petite goutte du robinet peut gaspiller 200L ou plus d'eau par jour ?

5. **Récupérer l'eau de pluie en camping** : si vous subissez un orage intempêtif en camping, vous pouvez placer n'importe quel récipient (bouteilles, seaux) à l'extérieur de votre tente pour recueillir l'eau de pluie et l'utiliser plus tard pour laver votre vaisselle ou vous rincer les mains et les pieds.



6. **N'utilisez pas les toilettes de la maison d'hôtes comme cendrier ou poubelle** : chaque mégot de cigarette ou tout petit déchet que vous jetez dans les toilettes évacue également 19 à 26 litres d'eau. Par conséquent, en rinçant moins, vous pouvez économiser une grande quantité d'eau.

7. **Économisez de l'eau en vous brossant les dents**: pourquoi ne pas conserver un sourire sain et économiser l'eau en même temps !? Un bon brossage de dents dure entre 2 à 3 minutes donc pensez à fermer le robinet pendant que vous vous brossez les dents et utilisez un verre.



**Commenté [3]:** Après cette phrase, une fenêtre pop-up apparaîtra dans la plateforme avec le texte suivant :

Saviez-vous que si vous fermez le robinet pendant que vous vous brossez les dents, vous économisez jusqu'à 900L d'eau par mois ?

8. **Vous pouvez économiser de l'eau en vous lavant les mains** : si vous vous frottez les mains avec du savon pendant 20 secondes avant de rincer, vous pouvez économiser 1 à 2L d'eau à chaque lavage en fermant le robinet pendant que vous frottez.



9. **Une douche est mieux qu'un bain**: une douche typique utilise environ 18 à 36 litres d'eau par minute. Par conséquent, la meilleure mesure que vous puissiez prendre pour économiser de l'eau pendant votre voyage est de prendre des douches plus courtes, le mieux est de les maintenir en dessous de 5 minutes.

	<p><b>10. Bien fermer le robinet :</b> l'une des étapes les plus importantes pour économiser l'eau pendant votre séjour dans n'importe quel établissement d'hébergement est de s'assurer de bien fermer les robinets pour éviter les gouttes, car les petites gouttes peuvent vraiment s'accumuler.</p>  <p><b>11. Jeter ses médicaments dans les toilettes pollue l'eau :</b> comprimés, liquides ou médicaments en poudre, ne les jetez jamais dans les toilettes de votre chambre dans la maison d'hôtes. Parce que les médicaments jetés dans les égouts peuvent contaminer nos lacs et cours d'eau.</p> <p><b>12. Moins c'est mieux :</b> une grande étape pour faire votre part pour réduire la pollution de l'eau lorsque vous êtes en voyage est d'utiliser une quantité minimale de savon lorsque vous vous lavez les mains ou que vous prenez des douches.</p> 
<p>Appel à actions</p>	<p><b>1. Impliquez-vous et faites du bénévolat dans des organisations locales :</b> Comme toutes les espèces partout dans le monde dépendent de l'eau, il n'existe pratiquement aucun endroit où vous ne pouvez pas faire du bénévolat pour la préservation de l'eau pendant votre voyage. La demande en bénévoles est élevée dans tous les types de programmes sur l'eau à travers le monde, incluant la sensibilisation/l'éducation, la restauration et la recherche, vous pouvez donc rechercher et choisir le programme de bénévolat qui vous conviendra parfaitement. Le nettoyage de plage est un excellent exemple si vous êtes intéressé !</p> 

## 2. Découvrez les nouvelles initiatives d'écotourisme concernant la préservation de l'eau :

Tout le monde est préoccupé par la préservation de l'eau, c'est donc formidable pour vous, en tant que touriste, d'en savoir toujours plus sur l'approvisionnement en eau et la pollution de l'eau, car dans tous les endroits que vous êtes susceptibles de visiter, toutes les espèces dépendent d'une manière ou d'une autre de l'eau ! Donc, c'est incroyable comment les informations que vous lisez vous mèneront toujours à vous préoccuper de vos propres habitudes d'utilisation de l'eau dans vos destinations de voyage.



Regardez ce projet intéressant sur les îles grecques luttant contre la pénurie d'eau avec le projet HYDROUSA

<https://youtu.be/yDXS7X7Z-Po>

## 3. Soyez un influenceur écolo et partagez votre savoir :

Vous pouvez partager votre expérience de tourisme vert en matière de préservation de l'eau avec d'autres, car peut-être que certaines personnes autour de vous seront préoccupées par ce problème et qu'elles voudront également faire leur part. « Changer le monde un post après post », c'est donc une excellente idée de partager des posts sur les réseaux sociaux concernant vos activités de conservation de l'eau auxquelles vous participez lors de vos voyages ou d'en discuter avec vos amis. Vous pouvez jouer un rôle incroyable en tant qu'influenceur écolo!



Exemple de plateformes pour partager votre expérience de tourisme durable :

<https://herost.org/add-listing/>

**Matériels  
additionnels****1- Volontariat à l'étranger :** Rejoindre un programme de volontariat

pour la préservation de l'eau à l'étranger est une expérience inoubliable, car au lieu de simplement voyager en tant que touriste, vous pouvez également voyager pour aider l'environnement, les communautés locales et vous offrir une expérience de voyage exceptionnelle.

Hannah Brady a fait du bénévolat auprès de Global Water Brigades (Global Brigades NGO), qui organise de petits groupes de bénévoles pour mettre en œuvre de manière durable des projets sur l'eau à très

fort impact. Hannah s'est portée volontaire dans un programme sur l'eau pour créer un traitement de l'eau communautaire à Ojochal Costa Rica, qui était un projet sur l'eau mixte - système d'eau par gravité et une pompe - où le projet utilisait la gravité et une pompe pour atteindre les logements des communautés. Hannah a soutenu la construction d'un système d'eau en collaboration avec la communauté locale. En outre, le projet a formé la population locale à l'entretien du système d'eau installé et à l'utilisation durable de l'eau.

Vous pouvez regarder la vidéo : <https://water.globalbrigades.org/>

**2- Voyager pour sensibiliser et comprendre la crise de l'eau :**

Emma, Elena et Nina ont fait un voyage de 11 mois à travers l'Asie du Sud-Est sans avion, pour sensibiliser à la pénurie d'eau qui est l'un des plus grands problèmes environnementaux au monde.

Les 3 voyageurs allemands éco-responsables ont développé leur propre projet appelé Libertàqua pour sensibiliser aux enjeux de l'eau. Au cours de leur voyage, les 3 voyageurs ont interviewé des personnes d'horizons différents comme des experts du secteur de l'eau mais aussi des touristes qu'ils viennent de rencontrer dans des structures d'hébergement. En outre, ils ont également produit des podcasts mensuels dans lesquels ils se sont concentrés sur des problèmes de gestion de l'eau comme l'impact du secteur du tourisme sur les ressources en eau,

pour une radio allemande locale afin de sensibiliser à ces problèmes. Au cours de leur voyage, les 3 voyageurs ont rencontré la crise de l'eau sous toutes ses formes et dans tous les pays qu'ils ont visités.

Lien vers l'article

[:https://www.holiabile.com/news/testimonials/traveling-for-the-water-crisis/](https://www.holiabile.com/news/testimonials/traveling-for-the-water-crisis/)

Liens vers d'autres  
ressources :



- <https://www.volunteerworld.com/en/volunteer-abroad/marine-conservation>
- <https://www.holiabile.com/about-us/our-ambassadors/>
- <https://www.nationalgeographic.com/environment/article/water-conservation-tips>
- <https://tourism4sdgs.org/act/travellers/>

#### Références :

- Fonds mondial pour la nature sauvage. Eau douce et tourisme en Méditerranée. juin 2004.  
[http://awsassets.panda.org/downloads/medpotourismreportfinal\\_ofnc.pdf](http://awsassets.panda.org/downloads/medpotourismreportfinal_ofnc.pdf)

## Gestion énergétique

<p><b>Problématique</b></p>	<p>La consommation excessive d'énergie est un problème croissant qui a de nombreuses conséquences négatives sur l'environnement. Le secteur du tourisme est responsable d'une part importante des déchets énergétiques et, en procédant à une analyse détaillée des hébergements touristiques, nous pouvons clairement identifier qu'une grande partie de ces déchets provient des chambres en partie à cause des unités de climatisation (AC). Par conséquent, les touristes ont un impact direct sur le tourisme et sont au cœur de la mise en œuvre de bonnes pratiques pour éviter le gaspillage énergétique.</p>
<p><b>Mots-clés/ Thématique</b></p>	<p>Gestion énergétique, gaspillage énergétique, consommation énergétique, tourisme vert, durabilité.</p>
<p><b>Bonnes pratiques</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li> <p><b>1. Ouvrez les fenêtres :</b> Presque tous les hébergements touristiques disposent d'une fenêtre qui s'ouvre. Ainsi, au lieu d'allumer la climatisation lorsqu'il fait chaud, ouvrir ladite fenêtre fera le même travail et économisera de l'énergie. Cette action simple peut également être effectuée à la maison et vous permettra à coup sûr de faire des économies sur la facture d'électricité tout en préservant l'environnement.</p>  </li> <li> <p><b>2. Portez vos vêtements préférés et économisez de l'énergie:</b> Vous pouvez vous habiller chaudement à l'intérieur d'une pièce pour réduire le chauffage en hiver. Vous pouvez également adapter vos habits pendant l'été pour réduire l'utilisation des climatiseurs et économiser de l'énergie.</p> </li> <li> <p><b>3. Ouvrez les rideaux:</b> Au lieu d'allumer les lumières, ouvrir les rideaux peut souvent suffire à éclairer la pièce pendant la journée et, ce faisant, vous économiserez de l'énergie grâce aux lumières ouvertes inutiles. En hiver, vous pouvez garder</p> </li> </ol>

les rideaux et les stores des fenêtres orientées au Sud ouverts pendant la journée pour permettre à la lumière du soleil de pénétrer et les fermer la nuit pour vous protéger du froid. Pendant l'été, vous pouvez garder les volets fermés pendant la journée pour bloquer la chaleur du soleil.

4. **Douches et bains plus courts** : Le processus de chauffage de l'eau a l'un des impacts les plus importants sur la consommation énergétique, tant dans les ménages que dans le secteur du tourisme. Prendre des bains et des douches plus courts est donc une bonne pratique lorsqu'il s'agit d'économiser de l'eau et de l'énergie.



5. **Thermostats** : Maintenez le climatiseur à une différence de température extérieure ne dépassant pas 6 °C. Par exemple, si la température extérieure est de 30 °C, ne réglez pas votre climatisation à moins de 24 °C.



6. **Il est important de laisser de l'espace devant et au-dessus des radiateurs** : Lorsque vous placez des objets devant ou au-dessus des radiateurs, alors la bonne répartition de la chaleur dans la pièce est entravée, et ainsi vous utilisez peut-être même un autre système de chauffage et ainsi, vous gaspillerez encore plus d'énergie ! Vous devriez plutôt déplacer vos vêtements ou vos rideaux de devant le radiateur et profitez de la chaleur.
7. **Four** : Si vous avez une cuisine/kitchenette dans votre chambre ou un accès à une cuisine commune/partagée, vous pouvez, par exemple, éteindre le four quelques minutes avant la fin de la cuisson et le laisser à l'intérieur pendant ce peu de temps supplémentaire. La chaleur existante finira de le cuire sans gaspiller d'énergie.

**8. Blanchisserie:** Souvent, le service d'étage remplacera les serviettes quotidiennement.

Cependant, cela crée à la fois un gaspillage d'eau et d'énergie. Certains hébergements demandent

aux gens de garder leurs

serviettes sur des crochets muraux et des porte-serviettes pour indiquer qu'ils les réutiliseront. N'oubliez pas que 90% de l'énergie utilisée dans une machine à laver sert à chauffer l'eau et à utiliser les mêmes serviettes deux jours de suite, suivre cette recommandation aura un impact à la fois sur le gaspillage d'eau et d'énergie et aidera l'environnement.



**9. Tout éteindre :** Souvent, les hôtels ont une carte-clé qui sert non seulement de clé de chambre, mais aussi d'allumage des lumières. Faites attention à cette carte et ne la laissez pas dans la pièce lorsque vous n'y êtes pas. Les unités AC dans une pièce de 3 m<sup>2</sup> prennent

environ 20 minutes pour refroidir une pièce, donc laisser la carte-clé à l'intérieur pour garder l'AC allumé est un gaspillage d'énergie. De plus, dans les endroits où ce système de carte-clé n'est pas mis en œuvre, n'oubliez pas de vérifier que toutes les lumières et tous les appareils électroniques (y compris l'AC) sont éteints lorsqu'ils ne sont pas utilisés (par exemple, aller dans une autre zone de la chambre/du logement) et avant de sortir. C'est bien de faire la même chose chez soi pour économiser de l'énergie et sur sa facture d'électricité.



Appel à actions

- 1. Soyez conscient de vous-même :** Afin de réduire votre consommation d'énergie lors de votre séjour en structure d'hébergement ou même à domicile, il est important, dans un premier temps, d'être plus conscient de la gestion de l'énergie. Essayez de vous informer sur l'énergie et l'efficacité énergétique à travers des lectures pour découvrir à quel point il est important de réduire le gaspillage énergétique.

Explorez des sites Web tels que [Energy Saving Trust](#) pour que vous compreniez sa véritable importance.

2. **Soyez un influenceur écolo et partagez votre notoriété** : Si l'efficacité énergétique est quelque chose qui vous tient à cœur et que vous croyez important, mettez les autres au défi de suivre vos traces ! Vous pouvez, par exemple, partager vos expériences, trucs et astuces avec vos amis sur les réseaux sociaux. En faisant cela, vous pouvez inspirer les autres à changer. Soyez un modèle écolo et changez le monde, une personne à la fois.
3. **Participez à une journée sur l'économie d'énergie** : Participez à des initiatives telles que Earth Hour ou d'autres du même genre. Avant de partir en vacances, renseignez-vous sur les journées économies d'énergie ou initiatives similaires qui seront organisées dans votre destination. Earth Hour, par exemple, vise à sensibiliser les communautés mondiales et locales aux problèmes environnementaux. Il s'agit d'un événement mondial annuel organisé par le World Wild Fund for Nature (WWF) qui encourage les individus, les communautés, les entreprises et les familles à éteindre les lumières pour montrer leur soutien à la lutte contre le changement climatique et leur engagement pour une planète meilleure. Chaque année, le dernier samedi de mars, de 20h30 à 21h30, des millions de personnes dans le monde choisissent d'éteindre leurs lumières pendant une heure pour célébrer leur engagement pour la planète.

**Matériels  
additionnels**

[Énergie - Intégration - Environnement - Commission européenne \(europa.eu\)](#)

[Conseils énergétiques pour votre maison - Energy Saving Trust](#)

[21 conseils : des moyens gratuits d'économiser de l'électricité \(bchydro.com\)](#)

[Conservation de l'énergie : 15 façons d'économiser de l'énergie | ÉnergieSage](#)

**Références:**

9 façons de rendre votre maison plus éconergétique | Guide de la maison verte. (sd). Guide de la maison verte. <https://greenhomeguide.com/know-how/article/9-ways-to-make-your-home-more-energy-efficient>

Solutions d'alimentation virtuelle. (2018). Manual de Boas Práticas Energéticas no Setor Hoteleiro. [https://www.erse.pt/media/sezf3xme/mbp\\_setorhoteleiro\\_areal\\_ppec2017\\_2018.pdf](https://www.erse.pt/media/sezf3xme/mbp_setorhoteleiro_areal_ppec2017_2018.pdf)

Carvalho, M. (2021, 6 octobre). A ciência de lavar comme toalhas de banho : saiba todas comme respostas. Ekonomiste. <https://www.e-konomista.pt/lavar-as-toalhas/>

Cernak, S. (2021, 20 novembre). Quanto tempo leva para resfriar uma casa com ar-condicionado. eHowBR. [https://www.ehow.com.br/leva-resfriar-casa-arcondicionado-sobre\\_81685/](https://www.ehow.com.br/leva-resfriar-casa-arcondicionado-sobre_81685/)

Illumination. (sd). Por Um Turismo Sustentável - Eficiência Energética No Setor Hoteleiro. <http://www.porumturismosustentavel.pt/?cix=1057&lang=1>

Styles, D., Schönberger, H., Martos, JLG et Institut d'études technologiques prospectives. (2013). Meilleure pratique de gestion environnementale dans le secteur du tourisme. Bureau des Publications. [Meilleures pratiques de gestion environnementale dans le secteur du tourisme \(europa.eu\)](https://www.europa.eu/pt/pt/press-room/press-releases/2013/03/2013-03-14-01)

## Consommation durable

<b>Problématique</b>	<p>Voyager est une merveilleuse expérience pour renouer avec la nature et découvrir de nouvelles cultures. Cependant, le secteur du tourisme consomme une grande quantité de ressources pour la tenue de ses différentes activités et affecte donc également les ressources naturelles pour les populations locales. Par conséquent, voici votre grand rôle à jouer en tant que touriste, en réduisant la consommation de ressources lors de vos voyages pour protéger les destinations de voyage que vous aimeriez visiter à nouveau et continuer à en profiter pour les années à venir.</p> <p>Il est important de se souvenir que la nature est généreuse, mais que ses ressources sont limitées. Il est donc essentiel de réduire notre consommation, que ce soit en tant que touriste ou en tant que citoyen.</p>
<b>Mots clés/Thématique</b>	Consommation durable, économie circulaire, écolabels
<b>Bonnes pratiques</b>	<p><a href="#">Penser à l'économie circulaire en voyage</a></p> <p>L'économie circulaire dans le tourisme signifie réduire l'utilisation des facteurs énergétiques et des ressources naturelles, réutiliser les déchets générés dans les activités comme matière première directe pour soutenir le développement économique des destinations touristiques sans mettre en péril la durabilité de la planète. Autrement dit, c'est un cercle de production et de consommation dans lequel rien ne se perd ! Alors, voici le rôle important que vous pouvez jouer en tant que touriste pour soutenir une économie circulaire et une consommation durable à travers différentes actions que vous pouvez entreprendre pendant votre voyage tout en vous amusant !</p> <p><a href="#">1. Choisir des loisirs durables lors de votre voyage</a></p> <p>Vous pouvez vous amuser pendant votre voyage et être durable en même temps ! Choisir des activités de loisirs durables lorsque vous voyagez est l'une des étapes les plus importantes pour réduire la consommation de ressources. A la campagne, vous pouvez, par exemple, participer à des ateliers de cuisine durable avec des organisations locales qui travaillent avec des petits agriculteurs et, ce faisant, vous soutenez l'économie locale. En bord de mer, essayez le paddle ou le kayak pour réduire les émissions de CO2 plutôt que le jet ski !</p>

## 2. Que diriez-vous de voyager avec des voyageurs verts ! ?

Ce serait merveilleux si vos compagnons de voyage étaient verts ! Il est important de voyager avec des groupes comme les voyageurs qui soutiennent la consommation durable ou de choisir des voyageurs alternatifs locaux, des guides et des organisations qui ont une bonne connaissance des problèmes environnementaux et culturels locaux. Par exemple, voyagez avec un voyageur qui soutient la communauté locale et l'économie locale en vous fournissant de la nourriture locale, en embauchant du personnel local et en contribuant à la préservation de la forêt en organisant des voyages dans des zones protégées.

## 3. Ressentez le goût des aliments locaux et biologiques

Lorsque vous mangez dans un restaurant pendant votre voyage, il est important de consommer des aliments produits localement voire même des aliments biologiques. Ce type de culture évite l'utilisation de substances chimiques et respecte l'écosystème. Par conséquent, la qualité et la valeur nutritionnelle de ses produits sont très élevées et, en même temps, elle consomme moins de ressources. Il produit également moins d'émissions de CO2.

## 4. Les meilleurs souvenirs se trouvent sur les marchés locaux

Qui n'aime pas se faire des souvenirs créés localement pour se souvenir de son joyeux voyage et des traditions de l'endroit qu'il a visité ! Vous pouvez choisir des articles fabriqués à l'aide de savoir-faire traditionnels comme de la poterie ou des articles en céramique faits à la main, du miel naturel et biologique, mais aussi des articles recyclés qui utilisent des matériaux qui auraient été jetés, tout en soutenant l'économie locale et en économisant sur certaines ressources. De plus, la meilleure idée pour que votre souvenir soit durable est d'éviter les emballages en plastique.

## 5. Choisissez des alternatives réutilisables ou voyagez avec votre gobelet préféré

Ne choisissez pas de produits à usage unique pendant votre voyage, surtout ceux en plastique, et si nécessaire, choisissez à la place des articles en plastique à usage unique eux fabriqués à partir de matière compostable ou vous pouvez même voyager avec votre gobelet préféré et demander à avoir votre café à emporter pour réduire certains déchets et limiter



**Commenté [1]:** Saviez-vous qu'il est possible d'acheter des souvenirs durables locaux ?  
Jetez un œil ici :  
<https://www.globalheritagetravel.com/sustainable-souvenirs-what-to-buy-what-not-to-buy/>

le nombre de tasses à usage unique produites.

#### 6. Des moyens de transport verts pour votre voyage

L'utilisation de moyens de transport est nécessaire pour voyager, c'est donc une bonne occasion d'être écolo lors de vos déplacements et d'utiliser des transports écologiques. Vous pouvez choisir de voyager en bateau ou en bus lorsque cela est possible, et si vous devez prendre un avion, il est préférable de prendre des vols économiques et directs car ils sont plus économes en énergie que les voyages d'affaires et avec des escales. De plus, explorez le lieu que vous visitez à pied et faites le tour des lieux avec un vélo ou un scooter électrique pour réduire votre empreinte CO2 pendant votre voyage.

#### 7. Vous pouvez chercher un logement écologique durable

Vous pouvez choisir un établissement d'hébergement disposant d'écotags et de certifications pour vous assurer que vous soutenez la durabilité en tant que touriste ! Que l'installation propose uniquement des aliments cultivés localement, remplace les contenants réutilisables au lieu du plastique à usage unique ou utilise de l'énergie verte pour produire de l'électricité, cela signifie qu'elle soutient la consommation durable.

#### 8. Donnez vos objets inutilisés

Ce n'est pas seulement donner une seconde vie à un objet dont on n'a plus besoin, c'est réduire les déchets et faire une action sociale comme fournir à quelqu'un un bien dont on a désespérément besoin, alors qu'on allait le bazarder. L'économie durable, c'est aussi une prise de conscience plus ouverte et socialement inclusive.

#### 9. Économisez l'eau

L'eau est la denrée la plus importante de la planète. Vous ferez un grand pas vers une consommation durable si vous faites attention à son utilisation. Ne laissez pas l'eau s'ouvrir pendant que vous vous brossez les dents, ne laissez pas la douche ouverte pendant que vous vous douchez, essayez d'utiliser une technique d'économie d'eau pour nettoyer, utilisez un lave-vaisselle. Réutiliser les eaux grises.

#### 10. Passez au sans papier

Effectivement, le passage au numérique ne présente pas seulement des avantages unidirectionnels, mais il nous offre également la possibilité d'économiser considérablement de papier et de préserver les arbres.

Nous pouvons faire le choix de solutions numériques pour nos communications et l'organisation de notre travail.

Appel à l'action

### 1. Plantez un arbre pendant votre voyage

Vous pouvez consulter le calendrier des activités avant de visiter votre destination pour rejoindre des initiatives locales et participer à des activités durables qui soutiennent les populations locales, l'environnement et l'économie. Vous pouvez rejoindre des activités de reboisement par exemple et participer à rendre plus vert le lieu que vous visitez, car les activités durables sont un bon moyen de réduire la consommation de ressources lors de vos déplacements.



### 2. Participez à la journée écologique



Vous pouvez aider à préserver la nature dans votre destination de voyage et vous amuser en même temps ! Dépêchez-vous et consultez l'agenda des activités locales pendant que vous planifiez votre voyage. Vous pouvez faire une grande action en participant à la journée écologique, en nettoyant une forêt ou une plage de ses ordures. Ce serait également une bonne idée si vous trie les déchets après les avoir collectés et que vous les envoyiez au recyclage. De petites actions peuvent

améliorer la qualité de notre environnement et de notre vie.

### 3. Optez pour le WWOOFing !

Une bonne façon d'être durable est de choisir un type de voyage spécial pour combiner la découverte de nouveaux lieux et de nouvelles cultures avec des travaux agricoles ! voyagez pour WWOOFing, le World Wide Opportunities on Organic Farms, qui est un mouvement mondial reliant les visiteurs aux agriculteurs biologiques pour promouvoir des expériences culturelles, où les visiteurs peuvent avoir l'occasion de passer du temps dans une ferme biologique et d'en apprendre davantage sur l'agriculture durable.

Vérifiez plus de détails sur WWOOF : [Opportunités mondiales sur les fermes biologiques | WWOOF](#)

<p><b>Matériels supplémentaires</b></p>	<p>1 Site Web Treadom.</p>  <p>Sur le site de Treadom, vous pouvez acheter un arbre et le planter à distance et le suivre en ligne. Vous pouvez choisir le type d'arbre et son utilisation future, par exemple, c'est un beau cadeau que vous pouvez offrir à un passionné de conservation, et il recevra une carte ou un certificat avec des informations sur l'arbre, puisque chaque arbre planté est géolocalisé et photographié, où des mises à jour régulières sont envoyées aux clients à ce sujet. Treadom travaille en étroite collaboration avec les petits agriculteurs et les communautés locales pour planter des arbres fruitiers qui fournissent des revenus supplémentaires et une sécurité alimentaire.</p> <p><a href="#">Treadom : plantez ou offrez un arbre et suivez l'histoire en ligne</a></p> <p><b>Liens vers d'autres ressources :</b></p> <p><b>Carte interactive sur les pollutions du World Resource Institute, pour comprendre la pollution en visualisant les données :</b>  <a href="#">Explorez l'évolution des émissions mondiales grâce à des cartes interactives   Institut des ressources mondiales (wri.org)</a></p>
<p><b>Bibliographie</b></p>	<p>Treadom : <a href="#">Treadom : plantez ou offrez un arbre et suivez l'histoire en ligne</a></p> <p><i>Green Hotel : 20 actions pour un hébergement plus durable (2018)</i>, ecobnb.com : <a href="#">Green Hotel : 20 actions pour un hébergement plus durable (ecobnb.com)</a></p> <p><i>Objectif 12 : Garantir des modes de consommation et de production durables</i>, un.org/sustainabledevelopment/ : <a href="#">Consommation et production durables (un.org)</a></p> <p><i>12 façons de vivre plus durablement</i>, CENTRE pour la DIVERSITÉ BIOLOGIQUE, www.biologicaldiversity.org : <a href="#">12 façons de vivre de manière plus durable (biologicaldiversity.org)</a></p> <p><i>40 façons d'être plus respectueux de l'environnement en 2022</i>, greenmatch.co.uk : <a href="#">40 façons d'être plus respectueux de l'environnement en 2022   GreenMatch</a></p>

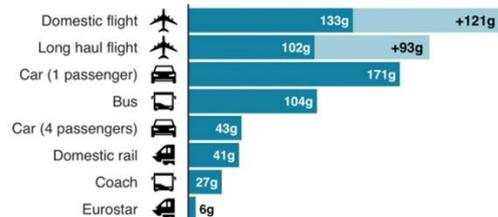
## Eco Mobilité Et Accessibilité

<p><b>Problématique</b></p>	<p>Les problèmes d'écomobilité et d'accessibilité ont gagné en visibilité ces dernières années et sont actuellement reconnus comme des éléments clés dans le monde en vue de promouvoir la durabilité et l'inclusion sociale. Le secteur du tourisme est basé sur les concepts de mobilité et d'accessibilité, considérant qu'il n'y a pas de destination sans voyage. Les émissions de gaz à effet de serre du secteur des transports de l'UE ont augmenté régulièrement entre 2013 et 2019, une tendance qui s'écarte considérablement de celles des autres secteurs au cours de cette période (<a href="#">Agence européenne pour l'environnement</a>).</p> <p>Dans le même temps, réfléchir à des solutions d'éco-mobilité peut permettre à toutes les personnes, y compris celles ayant des besoins d'accès particuliers, d'améliorer leurs normes d'accessibilité et, par conséquent, d'obtenir des services meilleurs et plus inclusifs tout en réduisant leur empreinte carbone. Par conséquent, lorsque vous prévoyez de partir en voyage, gardez à l'esprit que votre choix sur la façon de voyager et de vous déplacer peut vraiment réduire votre impact environnemental si vous suivez des solutions de mobilité durable. Alors faites vos valises et adoptez un mode de vie durable !!</p>
<p><b>Mots clés/Thématique</b></p>	<p>Eco Mobilité- Transport durable – Accessibilité – Mobilité durable</p>
<p><b>Bonnes pratiques</b></p>	<p><b>1. Essayez d'éviter de prendre l'avion</b></p> <p>La meilleure façon de réduire les émissions de CO2 est tout simplement de ne pas prendre l'avion. Mais si vous devez le faire, il est préférable d'éviter de parcourir de nombreuses courtes distances d'affilée. Bien sûr, un vol de courte durée vaut mieux qu'un long vol, mais c'est encore mieux de prendre d'autres moyens de transport à la place. Évitez donc les escales, car elles ne feront que rallonger le trajet, ce qui signifie plus de kilomètres, plus de carburant et plus d'émissions de CO2. Au lieu de choisir ce vol pas cher, payez un peu plus d'argent pour un vol direct et gagnez du temps pour vous ! Ainsi, vous réduirez en plus l'empreinte carbone de votre voyage, c'est donc une situation gagnant-gagnant !</p>

### Emissions from different modes of transport

Emissions per passenger per km travelled

■ CO2 emissions ■ Secondary effects from high altitude, non-CO2 emissions



Note: Car refers to average diesel car

Source: BEIS/Defra Greenhouse Gas Conversion Factors 2019



### 2. Optez pour la classe économique et voyagez léger

Saviez-vous que voyager en classe économique est en fait mieux que de prendre la classe affaires en raison de l'efficacité énergétique ? ! Les voyageurs en classe affaires génèrent une empreinte carbone beaucoup plus importante que les voyageurs en classe économique, vous ne voulez donc pas en faire partie, n'est-ce pas ! Tout d'abord, la classe affaires occupe beaucoup d'espace physique, tandis que la classe économique transporte plus de personnes et est donc beaucoup plus efficace. Deuxièmement, réfléchissez à ce qui est nécessaire pour faire fonctionner tous les salons d'aéroport, les spas et les installations de luxe de la classe affaires. La quantité d'eau utilisée et la quantité de déchets qu'ils produisent sont nettement supérieures à celles de la classe économique. Aussi, essayez de voyager léger, une valise lourde fera consommer plus de carburant à l'avion qu'un sac à dos léger et vous rendrez également service à votre dos.

### 3. Les transports publics au regard de la durabilité

Il est important de garder à l'esprit le concept clé de la mobilité lente lors de vos déplacements !

Conduire une voiture à essence de taille moyenne sur un trajet de 270 km émet environ 50 kg d'émissions

de CO2. Découvrez la nature en prenant le bus lorsque cela est possible, et vous réduirez ainsi votre empreinte de moitié à 25 kg d'émission de CO2. Cette différence de 25 kg équivaut à éteindre une ampoule LED pendant 5 mois. En utilisant les transports en commun, vous économisez 55% d'émission de CO2 par rapport à l'utilisation de votre voiture ; alors soyez



un héros et économisez quelques émissions de CO2 en utilisant les transports en commun pour vous rendre à votre hébergement ou à la réserve naturelle que vous visitez !

#### 4. Soyez tendance, soyez électrique !

Si vous devez louer une voiture pour vous rendre à destination, pensez à louer une voiture hybride ou électrique. «En plus d'un an, une seule voiture électrique sur les routes permet d'économiser en moyenne 1,5 million de grammes de CO2.» Passer à l'électrique est écologique car les voitures électriques produisent beaucoup moins de CO2 que les véhicules à essence conventionnels et vous ne voulez certainement pas polluer l'air des magnifiques espaces naturels que vous visitez. De plus les voitures électriques sont l'avenir. Vous ne voulez pas être démodé, n'est-ce pas !

#### 5. Brûlez des calories et non du carburant

« En optant pour le vélo plutôt que la voiture pour un trajet hebdomadaire de dix kilomètres, vous brûlerez environ 300 calories à chaque aller-retour, tout en contribuant à économiser plus de 300 kilogrammes d'émissions de gaz à effet de serre chaque année ». Profitez de l'opportunité lors de vos déplacements en optant pour le vélo afin de découvrir les sites naturels et culturels que vous visitez. En adoptant cette alternative, vous jouez un rôle essentiel dans la réduction de la pollution au CO2, la diminution des nuisances sonores, et la préservation de la qualité de l'air dans la région.



#### 6. Marchez même pour de courts trajets

La marche est une excellente activité, surtout pendant un voyage. Ce n'est pas seulement bon pour la protection de l'environnement, mais cela vous permet également de découvrir de beaux endroits et de rencontrer de nouvelles personnes de cultures différentes, vous maintient en bonne santé et vous permet d'économiser de l'argent sur le carburant. Optez pour la marche lors de vos voyages pour explorer des collines ou des sites archéologiques, laissant votre voiture ou votre moto stationnée, afin de profiter de l'air pur des lieux que vous visitez, pour préserver votre santé et économiser de l'argent!

#### 7. Le covoiturage est très tendance

Faire du covoiturage pendant votre voyage est une bonne pratique, surtout dans les zones rurales où normalement il n'est pas autant possible d'utiliser les transports en commun. Le covoiturage aide à réduire la pollution de l'air, alors essayez d'éviter autant que possible les utilisateurs de voitures individuelles afin de réduire les émissions de CO. Des projets

européens tels que [CIVITAS](#) ont mis en place ces dernières années de nombreuses actions pour réduire l'usage des automobilistes.

#### 8. Vivez des aventures locales

Peu importe où vous habitez, à quelques kilomètres de là, il y a sûrement un endroit à découvrir. Et donc, au lieu de prendre l'avion ou la voiture tous les week-ends, réservez éventuellement un logement pas si loin de chez vous pour vous détendre et voyager à pied, à vélo pour découvrir les plages, les montagnes, la nature préservée aux alentours.



#### 9. Conduite verte

Voici quelques astuces que vous pouvez utiliser pour réduire la pollution en parcourant des distances particulièrement longues lors de vos déplacements :

- Vérifiez régulièrement la pression de vos pneus. Des pneus sous-gonflés peuvent augmenter la consommation de carburant de 3 % et prendre 10 000 kilomètres la durée de vie du pneu.
- Effectuez régulièrement l'entretien de la voiture. Une voiture bien réglée peut consommer 15 % de carburant en moins.
- Ralentissez. Conduire à 90 kilomètres par heure consomme 25 % moins de carburant qu'en se déplaçant à 110 kilomètres par heure.
- Ne laissez pas votre moteur tourner au ralenti. Si vous vous arrêtez plus de dix secondes, éteignez votre voiture.
- Conduisez en douceur. L'arrêt et le démarrage consomment plus de carburant.
- Ouvrez votre fenêtre plutôt que d'utiliser votre climatiseur lorsque vous vous déplacez à moins de 70 kilomètres par heure. La climatisation peut augmenter la consommation de carburant de dix pour cent. À des vitesses supérieures, le fait d'avoir votre fenêtre baissée consommera plus de carburant que la climatisation.
- Vissez fermement votre bouchon de carburant pour éviter l'évaporation et les fuites dans les virages.
- Voyagez léger. N'utilisez pas votre voiture pour entreposer de l'équipement lourd pendant de longues périodes, un poids supplémentaire de 50 kilogrammes augmente la consommation de carburant de 2 %.
- Retirez les barres de toit et tout ce qui est fixé à l'extérieur de votre voiture lorsqu'ils ne sont pas utilisés pour réduire la résistance au vent.

## Appel à actions

### 1. Plongez-vous dans une expérience de simulation de voyage et montrez l'exemple

Au lieu d'organiser un week-end en avion avec vos proches ou vos amis, organisez un voyage en vous promenant près de chez vous lors d'une excursion champêtre avec vos compagnons de voyage.

Profitez-en pour les sensibiliser à la nécessité de réduire leur impact sur l'environnement par les déplacements et aux bénéfices associés aux déplacements lents.

### 2. Compensez votre empreinte carbone

Il existe plusieurs alternatives pour réduire votre empreinte carbone due à vos déplacements. Lorsqu'il est difficile de les réduire, deux options majeures s'offrent à vous :

- Planter des arbres ou mener d'autres actions concrètes pour compenser vos émissions.

- Achat de crédits carbone.

Une compensation carbone est une somme d'argent que vous pouvez payer pour un projet qui réduit les gaz à effet de serre ailleurs. Si vous compensez une tonne de carbone, la compensation aidera à capturer ou à détruire une tonne de gaz à effet de serre qui, autrement, aurait été rejetée dans l'atmosphère. Les compensations favorisent également le développement durable et augmentent l'utilisation des énergies renouvelables.

Avant de réserver un vol, pour prendre des décisions éclairées et conscientes, vous pouvez utiliser des outils en ligne, tels que Ecopassenger, un outil Internet convivial qui vous permet de comparer la consommation d'énergie, les émissions de CO2 et les émissions atmosphériques d'échappement des avions, des voitures et des trains pour le transport de passagers en Europe. Afin de calculer et de compenser les émissions de CO2, d'autres outils offrant des méthodologies viables sont disponibles, tels que Compensate.com ou COMPENSAID.

L'argent que vous dépensez sert à des projets de protection du climat. Diverses organisations parrainent ces projets. Par exemple, Myclimate finance l'achat de foyers économes en énergie au Rwanda, l'installation d'énergie solaire en République dominicaine et le remplacement d'anciens systèmes de chauffage par des pompes à chaleur économes en énergie en Suisse.

### 3. Partagez du contenu pertinent sur les réseaux sociaux

Vous pouvez encourager votre famille et vos amis à devenir écolos grâce au partage de contenu pertinent sur votre blog et vos réseaux sociaux. Encourager les autres à partager ce qu'ils ont appris aide de façon exponentielle. Pensez au nombre d'amis de la publication d'un ami que

**Commenté [1]:** Saviez-vous que l'arbre haletant est si important dans la lutte contre le changement climatique ? Jetez un œil ici pour plus d'informations : <https://www.globalcitizen.org/en/content/why-planting-trees-helps-fight-climate-change/>

**Commenté [2]:** Saviez-vous qu'il est possible de réduire votre empreinte carbone grâce à vos choix quotidiens ? Jetez un œil ici : [https://youth.europa.eu/get-involved/sustainable-development/how-reduce-my-carbon-footprint\\_en](https://youth.europa.eu/get-involved/sustainable-development/how-reduce-my-carbon-footprint_en)

	<p>vous avez vu tout au long de votre temps sur les réseaux sociaux. Ensuite, décidez comment tirer parti de la plateforme à votre avantage. Quels types de messages attirent le plus l'attention de votre cercle familial et d'amis ? Partagez de nouveaux contenus liés au transport écologique et au style vert pour voyager. Inspirez les autres à s'impliquer dans la sauvegarde de la planète. Il est facile d'amorcer le changement lorsque vous disposez d'outils puissants et instantanés qui vous permettent de le faire.</p>
<p><b>Matériels supplémentaires</b></p>	<p>Liens vers d'autres ressources :</p> <p><a href="#">Union Européenne - Comment réduire mon empreinte carbone ?</a></p> <p><a href="#">Global Citizen - Pourquoi la plantation d'arbres est si importante dans la lutte contre le changement climatique</a></p> <p><a href="#">L'île de Skiathos va lancer un réseau de partage de vélos électriques   T GTP Headlines</a></p>
<p><b>Bibliographie</b></p>	<p><i>Façons de changer : Transport</i>, switchyourthinking.com : <a href="#">Les 10 meilleurs conseils pour le transport   Transport vert   Changez votre façon de penser</a></p> <p>Adriana Stein (2021), Comment pouvons-nous rendre les transports plus durables, site Web du groupe PTV, company.ptvgroup.com : <a href="#">Comment pouvons-nous rendre les transports plus durables   Blog PTV (ptvgroup.com)</a></p> <p><i>Pourquoi le transport en commun est important : les avantages environnementaux des transports en commun (2013)</i>, Association des gouvernements du centre de l'Oklahoma, acogok.org : <a href="#">Pourquoi le transport en commun est important : les avantages environnementaux des transports publics - ACOG (acogok.org)</a></p> <p><i>Durabilité, Conseils de transport (2019)</i>, Williams College, williams.edu : <a href="#">Conseils de transport - Durabilité (williams.edu)</a></p> <p><i>Modes et avantages du transport écologique</i>, Conserve Energy Future, conserve-energy-future.com : <a href="#">Modes et avantages du transport écologique - Conserve Energy Future (conserve-energy-future.com)</a></p>

*Émissions de gaz à effet de serre des transports en Europe (2021)*, Agence européenne pour l'environnement, [eea.europa.eu](http://eea.europa.eu) : [Émissions de gaz à effet de serre des transports en Europe \(europa.eu\)](http://europa.eu)

## Biodiversité

<p><b>Problématique</b></p>	<p>La biodiversité est un élément clé du développement touristique et du progrès de l'industrie touristique, en particulier de l'écotourisme. Les zones naturelles et les réserves sont les principales attractions touristiques, mais en même temps, de nombreux facteurs liés à la perte de biodiversité, tels que le changement climatique et le défrichement, sont liés au développement du tourisme et aux activités des touristes (PNUE, 2003).</p>  <p>Par ailleurs, le tourisme peut être un moyen efficace de protéger la biodiversité en favorisant des activités d'écotourisme qui partent du principe que nos déplacements dans les zones naturelles peuvent avoir un impact non seulement sur la préservation de l'environnement, mais aussi sur le bien-être des habitants.</p>  <p>Souhaitez-vous être un écotouriste et laisser une influence positive sur votre destination de voyage et sur ceux qui y habitent !?</p> <p>Si tel est le cas, nous vous proposons dans ce guide quelques moyens de le faire !</p>
<p><b>Mots clés/Thématique</b></p>	<p>Écotourisme, biodiversité, protection de la biodiversité, perte de biodiversité, espèces menacées, changement climatique, habitat naturel, sensibilisation.</p>

### Bonnes pratiques

#### 1- En savoir plus sur la biodiversité des espaces naturels que vous visitez :

chaque aire protégée possède une biodiversité unique et singulière. Outre les éléments spectaculaires qui justifieront votre visite, pensez à en apprendre davantage sur les éco-systèmes, les populations d'insectes, d'oiseaux, de mousses, de lichens, qui caractérisent le territoire que vous visitez.



#### 2- Prendre un guide local est une excellente idée :

les locaux sont ceux qui aiment et apprécient le plus leurs terres ! Ainsi, pour aider à protéger la biodiversité, il est important de choisir des guides locaux car ils partageront avec vous les meilleures histoires et informations sur les espèces animales et végétales locales menacées.



**3. Respecter chaque élément de la biodiversité locale :** un espace naturel protégé est le résultat d'un subtil équilibre entre les nombreuses espèces végétales et animales, la géologie et le climat. Par conséquent, lorsque vous visitez ces zones, pensez à agir de manière responsable et essayez d'être le plus discret possible. Ne faites pas de feu sauf là où c'est autorisé, ne ramassez rien de naturel, ne jetez pas d'ordures, si vous avez des animaux domestiques, gardez-les près de vous pour éviter de détruire la faune et la flore.

#### 4- Il est important de préserver la tranquillité des animaux et de ne pas les perturber !

Quand vous partez en randonnée dans des espaces naturels, il est important d'éviter de déranger les animaux, surtout en hiver pour ne pas les réveiller de leur hibernation ! De plus, ne nourrissez jamais les animaux, évitez de visiter pendant les périodes

d'accouplement et de nidification, restez sur l'itinéraire balisé, observez la faune d'une certaine distance et faites le moins de



bruit possible, puisque la forêt est leur espace de vie!

Vous pouvez voir la liste des espèces menacées dans le monde

[:https://www.iucnredlist.org/](https://www.iucnredlist.org/)

**Connaître les hotspots de la biodiversité** : il y a des endroits sur terre qui sont à la fois biologiquement riches et profondément menacé. Ainsi, une excellente façon pour vous d'aider à protéger la biodiversité est de planifier votre prochain voyage en vue de soutenir les associations de protection de la nature opérant dans ces zones, leur parler et assister à leurs conférences de sensibilisation et participer aux actions de protection des espèces menacées qu'elles mettent en œuvre.



Vous pouvez vérifier dans Natura 2000 Network Viewer, les zones protégées européennes qui offrent un habitat aux espèces et habitats menacés et précieux d'Europe.

<https://natura2000.eea.europa.eu/>

**Réservation d'un hébergement éco-responsable local** : Quoi de mieux que de réserver votre séjour dans une incroyable maison

d'hôtes écologique locale, engagée dans des efforts de réduction des émissions de carbone, contribuant ainsi à la protection de la biodiversité et réinvestissant vos fonds dans la

communauté locale. Avant de réserver, consultez le site web de l'établissement pour savoir s'ils participent aux efforts locaux de conservation de la nature..



À titre d'exemple, vous pouvez consulter le catalogue des hébergements touristiques de l'écolabel européen :

<http://ec.europa.eu/ecat/hotels-campsites/en>

L'écolabel GREEN KEY :

<https://www.greenkey.global/>

Plateformes en ligne de promotion d'hébergements durables

<https://yugenearthside.com/2021/08/31/top-10-sites-for-eco-friendly-sustainable-accommodation/>

#### **Achetez des souvenirs locaux mais connaissez en la provenance :**



Qui n'aime pas la sensation de ramener un souvenir spécial de son voyage! Il est important d'acheter des souvenirs produits localement, mais il est également important d'éviter ceux fabriqués à partir de plantes ou d'espèces animales

protégées.

Vous pouvez consulter la CITES, la convention internationale qui régit le commerce des espèces végétales et animales menacées.

<https://cites.org/eng>

**Utiliser des produits solaires respectueux des océans :** la plupart des produits solaires causent de graves dommages aux récifs coralliens. Par conséquent, un excellent moyen de protéger votre belle peau sensible et les précieuses espèces océaniques consiste à utiliser des produits de protection solaire minéraux respectueux de l'environnement. Ces crèmes sont un peu plus difficiles à appliquer mais

elles sont moins toxiques pour vous et la nature, mais elles sont aussi efficaces !

Vous pouvez consulter l'objectif de développement durable ODD numéro 14 "La vie sous l'eau" sur la protection de la vie marine.



<https://www.globalgoals.org/14-life-below-water>

#### Appel à l'action

#### 1- Soutenez les associations de protection de la nature via des dons :



Vous pouvez soutenir des associations ayant pour objectif principal de mettre fin à la dégradation de la biodiversité à travers la gestion et la mise en place de réserves naturelles, le suivi des espèces, l'organisation

de conférences et de journées de sensibilisation en plus d'organiser des promenades pour découvrir la nature. Vous pouvez devenir adhérent, faire un don, vous déplacer pour participer en tant que bénévole à leurs programmes de protection de la biodiversité.

Des exemples de telles organisations:

- Fonds mondial pour la nature WWF

<https://www.worldwildlife.org/>

- Union internationale pour la conservation de la nature UICN

<https://www.iucn.org/regions/washington-dc-office/get-involved/iucn-members>

- Programme des Nations Unies pour l'environnement PNUE

<https://www.unep.org/about-un-environment/funding-and-partnerships/check-your-contributions>

## 2- Participation à des programmes de reboisement :

Il existe une multitude d'endroits incroyables et magnifiques à travers le monde qui n'attendent que votre visite pour ajouter encore plus de beauté naturelle en y plantant quelques arbres ! Vous pouvez planifier vos futurs voyages en fonction de l'agenda des événements dans le pays d'accueil. Vous pouvez vérifier les dates pour participer à des événements locaux tels que la reforestation, en particulier des arbres et espèces végétales menacés, car les arbres offrent un abri à de nombreux animaux et contribuent de manière significative à maintenir l'équilibre climatique.



Malheureusement, chaque jour, de vastes espaces forestiers disparaissent de notre planète. De nombreuses organisations locales organisent des projets de reforestation dans les zones les plus touchées.

Pour trouver de bons exemples de plateformes/pages en ligne qui soutiennent le reboisement, où vous pouvez planter votre arbre à distance tout en suivant sa croissance, consultez le module « Consommation durable » pour les touristes.

### Matériels supplémentaires

#### 1- Séjours d'observation des ours en Grèce:

La Grèce abrite une population de centaines d'ours bruns. Si vous souhaitez les observer dans leur environnement naturel, vous pouvez voyager dans le nord du pays, notamment dans le parc national du nord du Pinde. Rejoignez une organisation de randonnée pour quelques jours d'expérience animés par un expert local en matière d'ours, afin de découvrir la protection des populations d'ours de la région. Cette expérience vous permettra de suivre les traces d'ours et d'essayer d'observer des ours sauvages ! Vous aurez également l'occasion de découvrir les méthodes de recherche utilisées pour la conservation des ours dans la région. Par ailleurs, la région est également riche en avifaune, avec de nombreuses espèces rares, y compris l'aigle

royal et bien d'autres. Pour plus d'informations sur ce type de voyage, vous pouvez consulter les liens suivants :



<https://www.responsibletravel.com/holidays/bear-watching/travel-guide/greece>

<https://www.natural-greece.gr/tours/brown-bear-conservation-tour-greece/>

## 2- Bénévolat pour la préservation des loups au Portugal :

Et si vous combiniez voyage et protection de la biodiversité ? C'est une opportunité passionnante pour les volontaires de voyager et de venir en aide à un sanctuaire dédié aux loups sauvés du piégeage

illégal, de la captivité humaine ou des zoos. Dans une vallée boisée près de Mafra, au Portugal, les loups vivent dans un vaste enclos extérieur sécurisé, offrant un



environnement naturel adapté à leur mode de vie. Vous pouvez vous rendre au Portugal et contribuer à l'entretien de la forêt sur le terrain du sanctuaire des loups, situé à proximité de Lisbonne. En surveillant et en nourrissant ces créatures majestueuses, vous contribuerez à préserver leur habitat naturel.

Vous pouvez consulter le

lien : <https://www.natucate.com/en/trips/volunteer-abroad-portugal-wolf?variant=dorm>

## 3- Explorer le Canada du Nord au Sud pour sensibiliser aux changements climatiques :

Thomas Destailleur, un voyageur français engagé dans l'éco-responsabilité, qui réside actuellement au Canada, a entamé à l'été 2019 un projet de voyage intitulé "Ouvrir Votre Sauvage".

Pendant deux mois et demi, il a traversé le Canada du nord au sud en vélo et en kayak.

Thomas explique que l'urgence climatique actuelle l'a poussé à entreprendre son projet, qui inclut la réalisation d'un documentaire tout en voyageant, afin de mettre en valeur les espaces naturels en danger ou préservés. Son objectif est de donner la parole aux personnes qui s'engagent pour trouver des solutions au changement climatique, ainsi qu'à celles qui en subissent déjà les



conséquences. Thomas souhaite sensibiliser, interpeller et autonomiser les individus face aux crises environnementales, notamment le changement climatique qui est l'un des principaux moteurs de la perte de biodiversité.

Lien vers l'article:

<https://www.holiable.com/news/testimonials/green-travel-canada/>

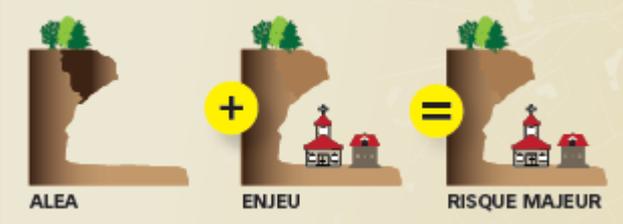
Liens vers d'autres ressources :

- 1- Rapport de l'ONU sur l'accélération des taux d'extinction des espèces :  
<https://www.un.org/sustainabledevelopment/blog/2019/05/nature-decline-unprecedented-report/>
- 2- Consultez l'objectif numéro 13 de l'ODD pour l'action climatique, l'objectif numéro 14 pour la vie sous l'eau et l'objectif numéro 15 pour la vie terrestre :  
<https://sdgs.un.org/goals>
- 3- Calculateur d'empreinte consommateur :  
[https://knowsdgs.jrc.ec.europa.eu/cfc?fbclid=IwAR3USDyJambuAyiU6J7OXmNkP2SehRWrijj\\_QUoeg0CjMjIh6-VqSnb\\_xGwM](https://knowsdgs.jrc.ec.europa.eu/cfc?fbclid=IwAR3USDyJambuAyiU6J7OXmNkP2SehRWrijj_QUoeg0CjMjIh6-VqSnb_xGwM)

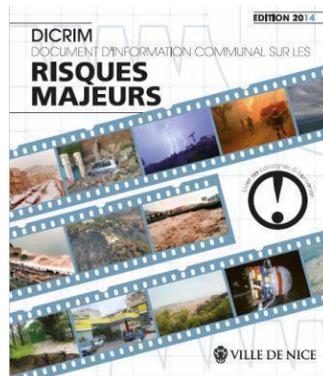
Références :

- Le Programme des Nations Unies pour l'Environnement (PNUE). Tourisme et Biodiversité. Cartographie de l'empreinte mondiale du tourisme. 2003.  
<https://www.unep.org/resources/report/tourism-and-biodiversity-mapping-tourisms-global-footprint>

## Gestion des Risques Naturels

<b>Problématique</b>	<p>Voyager signifie pour certains changer de décor, de paysage environnant, de culture et d'environnement quotidien.</p> <p>Mais voyager, c'est aussi s'exposer à un autre environnement avec ses atouts et ses contraintes naturelles comme les possibles occurrences de risques naturels. Ces risques sont parfois évidents, mais en visitant Naples au pied du volcan Vésuve, la plupart des touristes n'ont pas en tête comment se protéger en cas d'éruption volcanique.</p> <p>Dans le contexte du changement climatique, les risques de catastrophes naturelles ont tendance à augmenter et à se généraliser, comme en témoigne la propagation des incendies de forêt à travers l'Europe.</p> <p>L'information et la prévention sont donc des clés pour vous permettre de passer des vacances nature en toute sérénité.</p>
<b>Mots clés/Thématique</b>	Risques naturels, aléa, vulnérabilité, prévention, sécurité.
<b>Bonnes pratiques</b>	<p>Un risque naturel majeur résulte de la rencontre d'un phénomène naturel et aléatoire (ALEA ou HAZARD) et de la vulnérabilité des enjeux sur ce territoire. Plus l'aléa est intense et plus la vulnérabilité est grande, plus le risque est grand et plus les conséquences de sa survenance sont graves et durables.</p> <p>La vulnérabilité peut être directe si les personnes sont directement concernées par l'aléa, ou indirecte par exemple si les accès plus ou moins proches de la structure d'accueil sont impactés.</p>  <p>Pour vous en tant que touriste, certaines pratiques peuvent être appliquées lors de votre voyage pour vous protéger au cas où un aléa naturel se produirait et que vous y seriez.</p> <p>La première étape consiste à identifier avant votre voyage les risques naturels auxquels le territoire de destination est exposé. Selon les pays,</p>

	<p>ces informations sont disponibles et majoritairement en ligne, vous pouvez donc faire une petite recherche avant de partir et vous renseigner sur les risques naturels dans le pays.</p> <p>Vous pouvez également consulter les sites internet des ambassades et consulats, qui donnent souvent des instructions claires à ce sujet.</p> <p>De plus, pour obtenir des informations détaillées, consultez les sites Web des autorités locales comme les municipalités ou les provinces qui peuvent également mentionner les risques naturels présents sur leur territoire. Les sites Internet d'organismes privés (universités, instituts, associations, etc.) peuvent également donner des références utiles.</p> <p>La plupart du temps, les établissements touristiques ne font aucune publication à ce sujet, car cela peut inquiéter les touristes quant à leur séjour dans la région. Cependant, votre gestionnaire d'hébergement peut être en mesure de vous donner quelques informations oralement à ce sujet, il est donc préférable de le demander.</p> <p>De plus, dans les territoires particulièrement exposés au risque de tremblements de terre ou de cyclones par exemple, des mesures d'information préventives sont obligatoires et doivent être affichées sur place, comme le comportement à adopter et les procédures d'évacuation. Ensuite, la deuxième étape consiste à connaître les consignes élémentaires de sécurité à suivre en cas de crise. Ces consignes sont normalement fournies par type de danger (phénomène naturel) dont le détail est donné dans la partie suivante de ce document.</p> <p>Enfin, un numéro d'urgence commun pour toute l'UE a été établi : le 112</p>
Appel à actions	<p><b>1. Se tenir informé :</b></p> <p>L'information préventive est un outil majeur pour limiter l'impact des risques naturels. La responsabilité de fournir ces informations est émise à différents niveaux dans différents pays européens, par l'État, les municipalités. Dans certains pays comme l'Italie, l'Espagne ou l'Allemagne, ces informations sont diffusées au niveau régional.</p> <p>Dans de nombreux cas, vous pouvez trouver des affiches de sensibilisation aux risques naturels prévues dans les bâtiments publics.</p>



Document d'information sur les risques naturels à Nice

En cas d'alerte, des centres d'appels et des applications smartphone sont mis à disposition localement par les acteurs de la prévention. Ils peuvent fournir des informations générales aux personnes ou communiquer sur des risques majeurs, il est donc important de lire attentivement chaque message et d'être au courant de chaque alerte envoyée par les parties prenantes en cas de danger naturel et de suivre les instructions fournies pour protéger-vous.



De plus, les réseaux sociaux jouent désormais un rôle important dans l'information en cas de crise. Certains comptes Facebook, par exemple, sont même dédiés à cela, vous pouvez donc utiliser ces réseaux pour vous tenir au courant lorsqu'un aléa naturel se produit.

Enfin, concernant les hôtels, l'UNDRR (United Nations Office for Disaster Risk Reduction), qui fait partie de l'ONU, a mis en place un système de certification des hôtels depuis 2014, vous pouvez consulter leur plateforme en ligne [www.hotelresilient.org](http://www.hotelresilient.org) qui vise à développer des normes internationalement reconnues pour les hôtels et les centres de villégiature afin de les aider à réduire le degré d'exposition de leurs entreprises, ainsi que des touristes, aux risques climatiques et aux catastrophes.

	<p><b>2 Consignes de sécurité de base</b></p> <p>Quels que soient les dangers, les consignes de sécurité doivent être respectées.</p>  <p>Emportez avec vous une radio et une réserve de piles. Les réseaux pouvant être interrompus, il est important d'être informé pendant la crise.</p>  <p>N'appellez les secours qu'en cas d'urgence afin de ne pas engorger les réseaux. Dans l'Union européenne, il existe un numéro commun dédié aux services d'urgence et c'est le 112.</p> <p><b>Dans tous les cas, respectez les consignes officielles</b></p>
<p><b>Contenus additionnels</b></p>	<p>Recueil de bonnes pratiques "risques d'inondation et tourisme"  <a href="https://www.paca.developpement-durable.gouv.fr/recueil-de-bonnes-pratiques-risques-d-inondation-r2779.html">https://www.paca.developpement-durable.gouv.fr/recueil-de-bonnes-pratiques-risques-d-inondation-r2779.html</a></p> <p>Hôtel résilient: <a href="http://www.hotelresilient.org">www.hotelresilient.org</a></p> <p>US Disaster Reduction Agency : informations pour les touristes sur les risques naturels : <a href="https://www.nc.cdc.gov/travel/page/natural-disasters">https://www.nc.cdc.gov/travel/page/natural-disasters</a></p>

## Gestion du paysage

<p><b>Problématique</b></p>	<p>La façon dont nous nous déplaçons aujourd'hui a causé beaucoup de dommages au paysage par l'utilisation intensive de certaines ressources, la pollution causée par les transports et la construction incontrôlée dans les sites touristiques. Le flux toujours croissant de voyageurs a contribué à l'enfermement, à la détérioration ou à la disparition de nombreux paysages naturels européens.</p> <p>L'écotourisme vise aujourd'hui à proposer des voyages et des découvertes respectueux de l'environnement. Certaines bonnes pratiques peuvent être appliquées de manière très simple, en anticipant et en préparant le voyage à l'avance.</p>
<p><b>Mots clés/Thématique</b></p>	<p>Tourisme vert, biodiversité, approche douce, respect de la faune et de la flore, limitation des nuisances, consommation locale.</p>
<p><b>Bonnes pratiques</b></p>	<p><b>1. Choisir sa destination de vacances</b></p> <p>Le choix de la destination de vacances s'avérera crucial dans une logique d'éco-tourisme. Les destinations à privilégier peuvent être soit locales afin d'éviter les modes de transport polluants et énergivores- soit choisies pour leur éco-labellisation ou leur charte engagée pour un tourisme plus durable. Il existe de nombreux labels nationaux et européens tels que l'Ecolabel européen de service d'hébergement, les Bio-hôtels, le label éco-camping, le label Clé verte..., qui peuvent vous renseigner sur l'attention portée par le gestionnaire de votre hébergement touristique à l'intégration paysagère, la qualité du bâti, la gestion des déchets ou de l'énergie, etc.</p> <p><b>2. Anticiper les modes de transport avant le voyage</b></p> <p>Pour limiter la pollution causée par l'utilisation d'un véhicule personnel sur place, il est préférable de se renseigner sur les possibilités de se déplacer en utilisant des transports alternatifs ou en commun (disponibilité de navettes depuis et vers la structure d'hébergement, existence de pistes ou chemins cyclables, bus vers différents sites touristiques, restaurants, etc.).</p>

### **3. Contribuez à la préservation de la biodiversité en préservant la flore existante**

Pour contribuer à la protection du paysage de l'espace naturel que vous visitez, il est essentiel de préserver la biodiversité et les cycles de vie des animaux et des plantes, car la biodiversité est la base d'un paysage naturel. Vous pouvez y contribuer en vous abstenant de cueillir des fleurs et des plantes sauvages. Celles-ci peuvent être protégées en raison de leur menace d'extinction ou participer activement à la vie d'un écosystème. Certaines plantes, par exemple, sont mellifères et permettent aux abeilles de se nourrir et de survivre dans la ruche.

### **4. Gardez une distance de sécurité avec la faune et respectez la vie animale**

De même, il est conseillé de garder certaines distances avec la faune afin de ne pas habituer les animaux sauvages à la présence de l'homme. Il ne faut pas non plus les nourrir, quand bien même si l'intention est bonne, certains aliments peuvent être toxiques pour eux. Enfin, même les plus petits insectes doivent être protégés, qu'il s'agisse de fourmis, d'araignées ou d'insectes en tout genre, car ils font partie de l'écosystème.

### **5. N'apportez pas d'animaux domestiques, de plantes ou de graines qui pourraient altérer l'écosystème d'origine**

Les animaux domestiques (en particulier les chiens), même s'ils sont autorisés par votre fournisseur d'hébergement, peuvent interférer avec l'environnement sauvage. Dans un espace naturel protégé, l'introduction d'animaux domestiques ou de toute espèce végétale "extérieure" peut être réglementée voire interdite. Renseignez-vous sur la réglementation en vigueur, et dans la mesure du possible, veillez à ne pas introduire d'espèces "invasives".

### **6. Limitez la pollution sonore et lumineuse**

La pollution ne concerne pas seulement les déchets physiques et les rejets des déplacements motorisés, aériens, etc., mais aussi les nuisances sonores et lumineuses qui peuvent nuire à la vie végétale et animale existante en perturbant leur cycle. Cette pollution constitue une menace pour la biodiversité et doit être limitée lors des visites, balades, etc. pour préserver le paysage de la région que vous visitez.

<b>Appel à actions</b>	<p><b>1. Participer à la vie locale par des activités écologiques</b></p> <p>Afin de prendre pleinement conscience des enjeux écologiques de l'Eco-tourisme, participer aux activités locales du lieu que vous visitez peut aussi être un bon moyen d'appréhender les paysages et de les valoriser par des actions concrètes : participer à des activités de ramassage des déchets, participer à la cueillette encadrée de fruits et légumes sauvages ou les acheter directement au producteur.</p> <p><b>2. Participer à la préservation du patrimoine par le bénévolat</b></p> <p>Des missions bénévoles de valorisation ou de préservation du patrimoine architectural ou paysager, à différentes échelles, sont de plus en plus organisées dans le monde entier lors de chantiers participatifs. Qu'il s'agisse de la restauration d'un muret en pierres sèches, de la mise en valeur d'anciens chemins piétonniers par le débroussaillage, etc., profitez de vos vacances pour vous impliquer dans la vie locale et préserver les paysages des lieux que vous visitez. Information. Vous pouvez trouver en ligne des ressources d'information qui vous permettront de vous inscrire et de vous informer sur les projets en cours et à venir.</p>
<b>Matériels additionnels</b>	<p><b>Le woofing comme moyen alternatif de voyager :</b></p> <p>Conjuguer voyage et apprentissage est désormais possible grâce à cette pratique qui consiste à participer aux activités d'une ferme écologique en échange de nourriture et d'un logement. Au-delà de l'aspect économique de cette solution de « troc », l'apprentissage est concret, tout comme le lien avec les habitants locaux.</p> <p>Cette pratique est menée à l'échelle mondiale et permet la diffusion de savoirs et de modes de vie plus respectueux de l'environnement et des paysages.</p> <p>Pour plus d'informations et pour participer: <a href="#">Opportunités mondiales sur les fermes biologiques   WWOOF</a></p>

**Références :**

- IDVERDE. Pollution lumineuse et sonore : des ennemis de la biodiversité. Janvier 2022. [Pollution lumineuse et sonore : des ennemis de la biodiversité - idverde](#)

- Avenier M. L'écotourisme pour un tourisme responsable ! avril 2019 [L'écotourisme pour un tourisme responsable ! - Le Guide du Web \(abime-concept.com\)](#)
- Pays Adour Landes Océanes. Les bonnes pratiques [Les bonnes pratiques - Ecotourisme en Pays Adour Landes Océanes \(ecotourisme-pays-alo.com\)](#)