



Guide du touriste écoresponsable

Comment se mettre au vert ?



Des gestes simples
pour agir pendant son séjour, comme à son domicile...

Pour un tourisme durable...

Le tourisme durable veut promouvoir le territoire visité pour sa beauté, son harmonie, ses atouts culturels, gastronomiques, ses acteurs, tout en veillant à réduire les impacts négatifs de son activité.

À l'échelle de la planète, le tourisme est devenu le secteur économique le plus dynamique (plus de 950 millions de touristes par an actuellement) : aussi est-il indispensable de préserver les ressources naturelles et les paysages que nos visiteurs apprécient tant (80 % des touristes recherchent avant tout une nature préservée).

C'est pourquoi certains hébergeurs, d'ailleurs de plus en plus nombreux, s'engagent sur la réduction de leur consommation d'eau et d'énergie, limitent leur production de déchets, bannissent les substances les plus nocives et privilégient l'approvisionnement local afin de limiter les transports.

Ils proposent à leur clients de participer avec eux à des gestes simples respectueux de l'environnement. En adoptant en vacances ces réflexes pour la planète, vous les soutenez dans leur démarche !

Certains de vos hébergeurs sont labellisés (gîtes Panda-WWF, Hôtels au Naturel, Écogites ...), d'autres ne le sont pas mais agissent comme eux au quotidien. Prenez le temps d'échanger avec votre hôte pour connaître ses actions qui vous sont présentées dans cette brochure et peut-être repartirez vous avec quelques idées nouvelles pour la maison et le bien de notre planète ?

sommaire

Votre hôte s'engage...

...c'est aussi possible à la maison !

- en **CUISINE** page 4
 - en **faisant les COURSES** page 6
 - le **JARDIN / le VERGER** page 8
- ...adoptez les bons gestes durant le séjour, comme à la maison !
- la **CHAMBRE** page 10
 - la **SALLE DE BAINS** page 12
 - en **BALADE** page 14



Nos adhérents Gîtes de France pratiquent depuis plus d'un demi-siècle, un tourisme aujourd'hui qualifié de durable. Il n'est cependant pas superflu de porter une attention particulière à la présentation au quotidien de nos actions dans ce domaine. La communication est essentielle pour faire participer nos visiteurs à cette dynamique. Il est indispensable lors de notre accueil de mettre en avant notre engagement en diffusant cette plaquette, reflet de nos convictions. Cette démarche de concert avec tous les partenaires illustre la volonté de notre Label de participer activement au développement du Tourisme en Haute-Alsace.



Née d'une volonté régionale regroupant les associations, les collectivités et les administrations, l'Ariena a pour objet de contribuer à l'éducation de citoyens conscients et responsables à l'égard de la nature et de l'environnement. Coordinatrice d'un réseau de 50 structures d'éducation à la nature et à l'environnement sur l'ensemble du territoire alsacien, l'Ariena veille à la cohérence et à la concertation régionale en matière d'éducation à la nature et à l'environnement. Centre de ressources et espace de formation, l'Ariena accompagne ses membres et ses partenaires dans la mise en place de projets pour l'éducation à la nature et à l'environnement.



Par leurs gestes au quotidien, les acteurs du tourisme responsable s'engagent dans le développement durable. Ils favorisent le maintien de la biodiversité, valorisent les savoir-faire et ressources du territoire, utilisent des produits locaux dans la restauration...

En vous remettant ce guide, votre hôte vous invite aussi à économiser les ressources (eau, énergie...), à privilégier les productions respectueuses de l'environnement, à respecter la nature et les paysages.

Autant de gestes simples mais fondamentaux qui concourent à préserver et valoriser notre territoire et qui peuvent être repris dans votre vie de tous les jours.



Les gîtes Panda sont des hébergements de vacances situés dans des paysages remarquables. Leur propriétaires ont une démarche éco-responsable dont ils parlent avec leurs hôtes. Sur le territoire du Parc Naturel Régional des Ballons des Vosges, les propriétaires de gîte Panda travaillent en réseau au sein d'une association qu'ils ont créée.



L'Alsace a été précurseur dans de nombreux domaines liés à la préservation de l'environnement, aux énergies renouvelables ou encore aux transports doux. Afin de garantir un développement touristique en harmonie avec cette préoccupation environnementale, les collectivités alsaciennes, en partenariat avec les Agences de Développement Touristique et le Comité Régional du Tourisme, ont inscrit un point spécifique à cette thématique dans le cadre de la stratégie de développement touristique 2012-2014, qui a été actée à l'été 2012

L'objectif 4 « promouvoir l'accessibilité douce, l'éco-tourisme et le développement durable » vise ainsi spécifiquement à structurer et rendre visible l'offre écotouristique alsacienne, à concilier la valorisation touristique et les exigences de préservation des milieux naturels sensibles, à développer toutes formes de déplacements doux et collectifs permettant la découverte de l'Alsace sans voiture.

Votre hôte s'engage... ...c'est aussi possible à la maison !

en CUISINE

- Je valorise les déchets organiques en compost.
*Résultat : un engrais naturel gratuit et moins de tonnage à traiter par la collectivité.
En moyenne, 1/3 de nos déchets sont compostables.*
- Je place une grille dans l'évier pour éviter de le boucher et j'évite les produits nocifs.
- J'utilise des nettoyants plus respectueux de l'environnement et moins nocifs pour ma santé.
- Je laisse agir les produits de nettoyage et respecte les dosages.
Laisser agir 5 minutes supplémentaires est plus efficace que de doubler la dose !



• Je trie mes emballages recyclables.

Si j'hésite, je jette le déchet avec les non-recyclables. Les erreurs compliquent le travail du centre de tri. 650 canettes alu permettent de fabriquer un vélo.



Le Recyclage

Le produit ou l'emballage est...



: recyclable



: composé à 65%
de matériaux recyclés



Attention : ce logo ne signifie pas que l'emballage est recyclable, mais que l'industriel paie une contribution pour aider à la valorisation des déchets.



• Je couvre mes casseroles.

La consommation d'énergie nécessaire est diminuée de 25 %.

• J'utilise une bassine pour nettoyer mes légumes.

• Je choisis des appareils économes en énergie.

• Je dépoussière régulièrement les grilles et je décongèle régulièrement mon réfrigérateur-congélateur.

Cette poussière peut augmenter la consommation d'énergie de 30 %.



Les Éco-Labels

Les produits écolabellisés limitent les rejets polluants et la consommation d'énergie lors de leur fabrication, utilisation et recyclage. 40 catégories de produits sont concernées. Ces produits sont certes moins nocifs, mais il faut veiller à diminuer les doses employées. En effet, afin de réduire les emballages, ces produits sont très concentrés.

Labels officiels, certifiés par des organismes indépendants :

écolabel
européen



français



allemand

Votre hôte s'engage... ...c'est aussi possible à la maison ! en faisant les COURSES

- Je favorise les produits issus de l'agriculture biologique et du commerce équitable.
- Je privilégie les produits de la région et de saison.
Pour réduire le transport et soutenir l'agriculture régionale.
- J'achète des ampoules de type « leds ».
- J'évite les conditionnements individuels, les produits suremballés et privilégie le vrac.
Encombrants et polluants, les emballages représentent 30 % du poids et 50 % du volume de nos poubelles.



Consommer local et de saison

Sur les étals on trouve souvent des denrées qui ont été cultivées hors-sol, dans des serres surchauffées ou transportées sur des milliers de kilomètres. La dépense d'énergie est considérable !

En hiver, 1kg de fraises = 5 L de fioul

Pensez aux circuits courts qui se développent un peu partout (*vente à la ferme, Amap*,...*). Vous apprécierez le goût des fruits et légumes (*notamment des variétés anciennes*), et pourrez dialoguer avec le producteur et les autres consom'acteurs.

* Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne





Le Commerce Équitable



Il assure une rémunération décente aux producteurs, qui peuvent alors vivre dignement de leur activité. Un prix juste permet des conditions de travail saines et sûres et invite à de meilleures pratiques environnementales.

- J'abandonne les produits jetables pour des produits réutilisables ou rechargeables.

Le poids de nos ordures ménagères a doublé en 40 ans.

- J'installe des plantes qui absorbent les polluants.
- Je choisis des produits avec un écolabel.



L'Agriculture Biologique

Par un simple acte d'achat, vous pouvez :

- préserver la biodiversité, la qualité des eaux et la fertilité des sols (*aucun produit chimique de synthèse n'est utilisé*),
- préserver votre santé et celles des agriculteurs,
- maintenir l'emploi (*en moyenne 20 à 30% de main d'œuvre supplémentaire par rapport à l'agriculture conventionnelle*).



allemand



label français



européen

Votre hôte s'engage... ...c'est aussi possible à la maison !

Le JARDIN / Le VERGER

- Je privilégie les espèces locales.

Elles sont plus rustiques et s'accordent avec la biodiversité du territoire.

- Je crée des refuges de biodiversité, en laissant fleurir quelques mètres carrés de jardin.

Si l'ortie procure un excellent engrais, elle accueille aussi de nombreuses chenilles de papillons.

- Je mets en place des nichoirs à oiseaux.

- J'utilise mon compost comme engrais naturel.

Le compost améliore la structure et la fertilité du sol, ainsi que sa capacité à retenir l'eau.

- Je récupère l'eau de pluie et arrose de manière raisonnée.

- J'évite de tondre trop court mon gazon.

Il sera plus résistant à la sécheresse et bien moins recouvert de mousses.

- J'aménage des milieux favorables aux auxiliaires.

- J'évite d'utiliser des herbicides ou insecticides.

Des alternatives existent : paillage, plantes couvre-sol, savon noir contre les pucerons, etc.



Les assistants du jardinier ou auxiliaires

Les vers de terre, cloportes ou collemboles décomposent la matière organique. Les pollinisateurs (abeilles, bourdons, syrphes) permettent aux plantes de se reproduire. Les mésanges, crapauds, hérissons, perce-oreilles, scarabées, araignées, ou micro-guêpes mènent une guerre sans merci aux ravageurs. Une prairie fleurie, une haie champêtre, une mare ou un tas de bois ou de feuilles mortes sont autant de milieux favorables à ces précieux alliés.



- Au potager, je redécouvre les variétés anciennes non hybrides.

(Non F1). Il sera alors possible de récupérer les graines d'une année sur l'autre.

- J'installe une jardinière d'aromatiques, quelques plantes mellifères.

Appréciables des abeilles, elles constituent déjà des micro-habitats pour la faune.

Jardiner au naturel

Les produits de traitement polluent la nappe phréatique et nuisent à notre santé.

Traiter : un cercle vicieux !

S'ils sont fatals aux insectes indésirables, les pesticides empoisonnent aussi leurs prédateurs naturels. En l'absence de ces derniers, les ennemis du jardinier reviennent de plus belle !

Juste une question d'équilibre...

Plus un jardin comporte d'espèces sauvages (plantes et animaux), moins il sera sujet aux ravageurs et aux maladies.

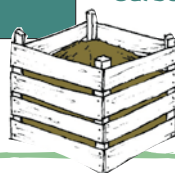
Recette pour un Compost de qualité

Le mélange des contraires : varier les apports.

Fins Humides « Verts » Azotés	Tontes	Branchages	Grossiers Secs « Bruns » Carbonés
	Épluchures	Feuilles mortes	
	Restes légumes	Paille	
	Herbes indésirables, fleurs fanées	Copeaux	

Fragmenter. Aérer. Veiller à conserver un bon taux d'humidité.

Utilisations : engrais efficace au potager, en paillage pour les plates-bandes, dans les bacs ou les jardinières...



Votre hôte s'engage...
...adoptez les bons gestes durant le séjour,
comme à la maison !

La CHAMBRE

• **Je ferme** les volets en journée l'été, le soir en hiver.

• **Je choisis** du linge de maison en coton bio ou en lin.

La culture du coton représente 2,5% de la surface agricole mondiale, mais consomme 25% des pesticides. Le coton biologique contribue à notre bien-être, mais surtout au respect de la santé de ceux qui le cultivent.

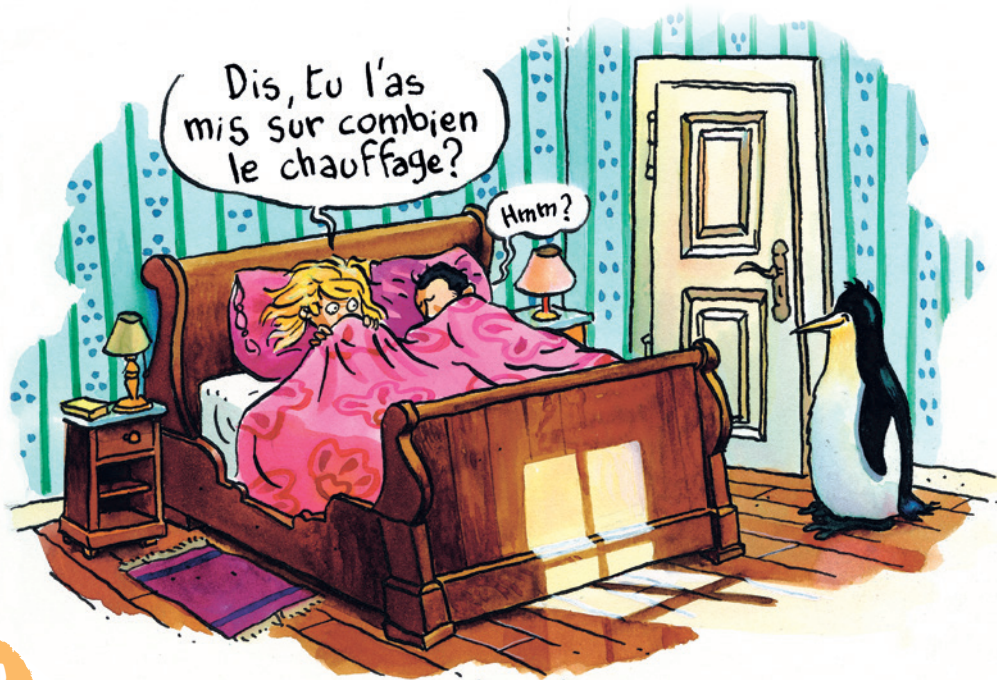
• **Je chauffe** moins.

Je pourrai mieux dormir et diminuer ma consommation d'énergie (1°C en moins, c'est 7 à 10 % d'énergie économisée). Pourquoi ne pas mettre un bon pull au lieu de monter le thermostat ?

• **Je privilégie** les énergies renouvelables : bois, solaire.

21m² de panneaux solaires qui produisent 3kW crête rapportent jusqu'à 2000 € par an.

• **J'installe** des ampoules « leds » comme partout à la maison.





- Je privilégie l'éclairage naturel.
- Je pense à éteindre les lumières quand je quitte une pièce.
- J'éteins les veilles et les appareils électroniques.

En France, l'énergie nécessaire pour alimenter les veilles correspond à la production d'une centrale nucléaire.

Consommer moins, consommer mieux !

Face à l'épuisement des ressources, aux émissions de gaz à effet de serre et aux risques liés aux changements climatiques, il est indispensable de repenser notre consommation d'énergie :

- supprimer les gaspillages et les besoins superflus,
- réduire les consommations (*en privilégiant des appareils économes en énergie lors de l'achat*),
- énergies renouvelables : impact plus faible sur notre environnement et gestion décentralisée.

Source : concept de « négawatt » sur www.negawatt.org

Concrètement ?

Isoler le bâtiment doit être le premier réflexe !

Votre hôte s'engage...
...adoptez les bons gestes durant le séjour,
comme à la maison !

La **SALLE DE BAINS**

- Je privilégie la douche au bain.
50 l contre 200 l.
- Je privilégie les mitigeurs
thermostatiques.
- J'installe des réducteurs de débit.
- Je coupe le robinet en me
brossant les dents ou pendant le
rasage.
*Sitôt ouvert, il s'en écoule 10 l d'eau
potable par minute.*
- Je suis mes consommations et
fais la chasse aux fuites.



Économiseurs d'eau

Un robinet classique consomme entre 10 et 12 litres par minutes, contre 5 l/min lorsqu'il est équipé d'un régulateur de débit. À noter que le jet reste puissant, grâce à un mélange air/eau.

Il est donc possible d'en installer sur la douchette, tout en gardant une sensation et un confort identique.

Ex : réduction de 20 l/min à 10 l/min, soit 50 litres économisés pour une douche de 5 minutes.

Ces équipements sont amortis en quelques mois.



• **Je ne jette** que le papier dans les toilettes.

• **J'utilise** des produits d'entretien éco-labellisés.

Exempts des substances les plus dangereuses pour l'eau, l'air, les sols, mais surtout pour la santé de l'utilisateur.

• **Je respecte** les doses conseillées.

• **J'ai recours** aux recettes de grand-mère.

Vinaigre blanc contre le calcaire, huiles essentielles ou bicarbonate de soude pour désinfecter, savon noir pour dégraisser...



Les Recettes de Grand-Mère

Nous entassons de nombreux produits chimiques pour chaque tâche, alors que quelques produits simples et économiques suffisent à l'hygiène de la maison. Le vinaigre blanc est un produit naturel, détartrant efficace et qui ne coûte que quelques centimes.

Exemple de recette pour un nettoyant multi-usage :

- quelques gouttes d'huiles essentielles de pin, de thym ou de lavande
- 1 cs de vinaigre blanc
- le jus d'un demi-citron
- 2 cs de bicarbonate de soude
- 2 l d'eau chaude

Il est aussi possible de nettoyer les vitres sans produit à l'aide d'un chiffon microfibre.

Votre hôte s'engage... ...adoptez les bons gestes durant le séjour, comme à la maison !

en BALADE, pour qu'il ne reste que la trace de vos pas...

- Je choisis des excursions ou des activités accessibles à pied, à vélo ou en transports en commun. *Navettes touristiques, train régional, bus...*
- En randonnée, je ne laisse pas les déchets dans la nature.
- Je respecte la réglementation de l'espace protégé.
- Je m'intéresse aux milieux naturels proches, en les visitant avec des personnes qualifiées et passionnées.



Au programme :

apprendre à observer,
sentir et ressentir,
s'émerveiller devant tant
de diversité...

- visites guidées de réserves naturelles,
- randonnées botaniques,
- reconnaissance de cris et chants d'oiseaux,
- trucs et astuces au jardin naturel,
- éco-construction,
- cuisine des plantes sauvages,
- chantiers nature,
- sorties au crépuscule à la découverte des chouettes, chauve-souris ou des batraciens, ...



- Je privilégie les sports non motorisés.
- J'évite de cueillir des plantes.
- Je respecte la quiétude de la faune.
J'aurai plus de chance de pouvoir l'observer.



L'Écotourisme

L'écotourisme est une forme de tourisme durable, principalement axée sur la découverte d'espaces naturels de qualité en s'appuyant sur des hébergements, des services et des activités respectueux de l'environnement. Tourné aussi vers la découverte des hommes et de leur patrimoine historique et culturel, l'écotourisme prend aussi en compte une approche pédagogique.



Comprendre pour mieux Respecter

De plus en plus d'établissements touristiques proposent une documentation sur le patrimoine naturel régional (plaquettes, livres et guides naturalistes).

Labellisés par l'Ariena*, les Centres d'Initiation à la Nature et à l'Environnement (CINE) vous inviteront à découvrir les paysages et milieux naturels alsaciens, ainsi que la faune et la flore qui y trouvent refuge.



* Association Régionale pour l'Initiation à l'Environnement et à la Nature en Alsace

Les bonnes adresses !

- **Relais Départemental du Tourisme Rural du Haut-Rhin**

1 rue Schlumberger CS40055 68025 Colmar Cedex
Tél : 03 89 30 35 35 - Fax 03 89 41 66 71
gitesdefrance68@tourisme68.com - www.gites-de-france-alsace.com

- **Parc naturel régional des Ballons des Vosges**

1 cour de l'Abbaye 68140 Munster
Tél : 03 89 77 90 20 - Fax : 03 89 77 90 30
info@parc-ballons-vosges.fr - www.parc-ballons-vosges.fr

- **Ariena**

6 route de Bergheim 67600 Sélestat
Tél : 03 88 58 38 48 - Fax : 03 88 58 38 41
info@ariena.org - www.ariena.org

- **Haute-Alsace Tourisme - Agence de Développement Touristique du Haut-Rhin**

1 rue Schlumberger BP60337 68006 Colmar Cedex
Tél : 03 89 20 10 68 - Fax 03 89 23 33 91
adt@tourisme68.com - www.tourisme68.com

- **Association des Gites Panda du PNRBV**

1 cour de l'Abbaye 68140 Munster
contact@vacances-nature-vosges.eu - www.vacances-nature-vosges.eu

- **WWF**

Carrefour de Longchamp 75016 PARIS
Tél : 01 55 25 84 84
wwf-contact@wwf.fr - www.wwf.fr

Partenaires :

