

FEELINGOOD GUIDE DU VOYAGEUR DURABLE

" Il n'y a pas de petits gestes,
il n'y a que des gestes"

feelingo
NOS HÔTELS VOUS VONT SI BIEN!

FEELIN' GUIDE DU VOYAGEUR DURABLE

SOMMAIRE

Introduction	03
Préparer votre voyage durable	04
Comment choisir votre destination ?	04
Comment vous rendre dans la destination choisie ?	05
Les alternatives durables :	06
. <i>pour vos excursions</i>	<i>06</i>
. <i>pour la salle de bain</i>	<i>07</i>
. <i>pour la trousse à pharmacie</i>	<i>09</i>
Comment choisir votre hébergement durable ?	11
Comment limiter votre impact à l'hôtel ?	12
Les consommables et les déchets	12
L'eau	13
L'alimentation	14
L'énergie	15
Que faire une fois sur place ?	16
Les excursions « nature »	17
Les excursions culturelles	18
Les loisirs	19
Les déplacements	20
Que faire une fois rentré ?	21
Y a-t-il d'autres choses à savoir ?	23
Les photos	23
Les souvenirs	24
Le volontarisme	25
Les enfants	26
Checklist finale	28
Sources	30

INTRODUCTION

Le tourisme durable a été défini en 1992 comme étant « un tourisme qui tient pleinement compte de ses impacts économiques, sociaux et environnementaux actuels et futurs, en répondant aux besoins des visiteurs, des professionnels, de l'environnement et des communautés d'accueil » (Sommet de la Terre à Rio, Nations Unies, 1992). Un touriste durable serait donc un touriste qui voyage selon ce principe.

Cependant, avec toutes les formes que peut prendre le tourisme durable il est aujourd'hui facile de se perdre. En effet, on parle de plus en plus de tourisme responsable, tourisme équitable, tourisme participatif ou encore de volontourisme, de slow tourisme ou d'écotourisme.

Comment s'y retrouver ?



En réalité, on pourrait dire que le tourisme durable est le père de tous ces mouvements. Chaque "courant" de tourisme durable citée plus haut se focalise ensuite sur l'un des pendants du développement durable soit environnemental, social, sociétal ou économique. Par exemple, le tourisme équitable se concentre sur une rémunération juste de tous les acteurs du tourisme, le volontourisme se concentre d'avantage sur l'éthique et les répercussions sociales et sociétales du voyage enfin, l'écotourisme se focalise sur la protection de l'environnement et le bien-être des communautés.

Notre Feelingood guide s'adresse à tous les voyageurs souhaitant avoir un impact positif sur les destinations lors de leur séjour ou, à minima, souhaitant limiter leurs impacts négatifs. Notre objectif : rendre le voyage durable à la portée du plus grand nombre !

PRÉPARER VOTRE VOYAGE DURABLE



COMMENT CHOISIR VOTRE DESTINATION ?

On pourrait appliquer la même réflexion aux voyages qu'à l'alimentaire : il est toujours préférable de privilégier le local. En effet, 75 % des émissions de gaz à effets de serre liés au tourisme sont issus du transport^[2]. Alors, pourquoi ne pas découvrir, en priorité la beauté de votre pays, puis des pays limitrophes, et enfin quand vous aurez tout exploré, vous pourrez commencer à penser à vous éloigner.

Bien sur, nous pouvons aussi, exceptionnellement, vouloir partir dans des destinations lointaines, pour fêter un proche, découvrir d'autres cultures, d'autres pays, d'autres paysages. Dans ce cas, comment adapter notre voyage afin de limiter au maximum notre impact sur l'environnement ?

► Rester plus longtemps.

En effet, un voyage de trois semaines dans une destination nécessite moins de transport que plusieurs petits week-ends passés à l'étranger et il engendrera donc moins de pollution.

► Privilégier au maximum le train plutôt que l'avion.

Le train reste, dans la plupart des cas, le moyen de transport le moins polluant bien que son impact environnemental soit directement lié au mode de production d'électricité du pays (centrale nucléaire, à charbon, ...). Vous pourrez retrouver toutes les lignes ferroviaires mondiales sur la carte d'OpenRailway.

► Éviter les destinations nécessitant des correspondances aériennes.

Un avion émet plus de 10 % de son émission totale de CO₂ au décollage. Cela est dû à la grande consommation de kérosène durant celui-ci.^[3]

► Utiliser un programme de compensation carbone.

Après avoir limité au maximum nos émissions, utiliser un programme de compensation carbone, agissant idéalement dans le pays visité en plantant des arbres, est aussi une bonne solution. En tant que partenaire, nous vous recommandons **Reforest'action**, cependant une autre association ou entreprise de confiance peut également être une bonne solution.



PRÉPARER VOTRE VOYAGE DURABLE

COMMENT VOUS RENDRE DANS LA DESTINATION CHOISIE ?

Qu'est ce qui émet, en CO2 par passager, vingt fois plus qu'un train, quatre fois plus qu'un bus et deux fois plus qu'une voiture diesel par kilomètre ? **Un avion.**

C'est en tout cas le constat qu'a fait l'Agence européenne de l'environnement en 2014.

Cependant, ces chiffres peuvent être variables. En effet, ils dépendent des hypothèses émises par les chercheurs et peuvent donc différer selon les études.

Ce qu'il faut retenir c'est que l'impact des émissions d'un mode de transport dépend en grande partie du nombre de passager dans celui-ci et de la distance à parcourir.

Une voiture moyenne pollue, dans les faits, moins qu'un avion. Néanmoins, pour un grand nombre de passager, l'addition des voitures nécessaires pollueront plus qu'un avion.

Voici quelques conseils vous permettant de choisir le moyen de transport le plus responsable, selon votre destination :

Pour de courtes distances et pays limitrophes

- 1 Toujours privilégier le train ou le bus.
- 2 Si le conseil précédent n'est pas applicable, choisir la voiture, de préférence électrique ou hybride (on sait c'est loin d'être une solution parfaite !) remplie au maximum grâce au covoiturage.
- 3 Faire abstraction du temps de trajet, vous êtes en vacances, le trajet fait partie du voyage et peut être source de belles rencontres, découvertes et de petits plaisirs inattendus.

Pour de longues distances

- 1 Privilégier le train quand c'est possible grâce à des offres comme celles d' **Interrail**.
- 2 Privilégier les vols directs. Les correspondances nécessitent plus de décollages et c'est cette manœuvre qui est la plus polluante dans un vol (se référer à la page 04 du guide).



PRÉPARER VOTRE VOYAGE DURABLE



LES ALTERNATIVES DURABLES POUR VOS EXCURSIONS

✓ La gourde

La gourde (isotherme, filtrante, ...) remplacera à ravir vos bouteilles d'eau en plastique et diminuera la pollution engendrée : en France, 25 millions de bouteilles en plastiques sont jetées chaque jour (France TV infos).

✓ L'écocup

En plastique ou en carton, 4 milliards de gobelets sont utilisés chaque année selon Planetoscope. Réutilisable(s), un écocup ou une tasse en inox seraient le(s) partenaire(s) idéal(s) pour les remplacer et ainsi réduire l'impact écologique.

✓ Un mouchoir en tissu

En moyenne chaque année, 494 mouchoirs en papier sont utilisés par personne. Privilégier l'usage de mouchoirs en tissus pourrait permettre de réduire de la production (à base de bois) de mouchoirs en papier.

✓ Un sac cabas

En 2017, 17 milliards de sacs plastiques à usage unique étaient distribués en France. 80 % d'entre eux étaient importés d'Asie, ajoutant ainsi un impact carbone par le transport (Commission Européenne).

Les sacs cabas, tote bag, sac à vrac et tissus cirés sont selon nous, tant d'alternatives possibles pour continuer à transporter des choses, sans nuire à la planète.

✓ Des couverts en inox

Plus pratiques et plus solides, les couverts en inox vous feront rapidement oublier les couverts à usage unique en plastique. Idéal pour vos prochaines sorties pique-nique !

✓ Un cendrier de poche

Pensez à jeter vos mégots dans les poubelles prévus à cet effet : un mégot de cigarette peut polluer jusqu'à 500 L d'eau. Si aucune poubelle n'est à proximité, équipez-vous d'un cendrier portable, très pratique pour pouvoir mettre de côté son mégot en attendant d'en trouver une.

PRÉPARER VOTRE VOYAGE DURABLE



LES ALTERNATIVES DURABLES POUR LA SALLE DE BAIN

✓ Les savons et shampoings solides

Avec respectivement 186 et 174 millions d'unités vendues chaque année en France, l'impact écologique des gel douches et shampoings liquides n'est pas négligeable car majoritairement conditionnés dans des bidons plastiques. Remplacer les par des alternatives « solides », moins polluantes et que vous pouvez fabriquer à la maison.

✓ Les lingettes lavables et oriculi

Les champs de coton représentent 2,5 % des surfaces cultivées sur la planète. Très demandeuse en eau et en traitements, la culture du coton est préjudiciable pour notre environnement. Nous vous suggérons de remplacer cotons et cotons-tiges par des lingettes ou disques lavables et par des oriculis réutilisables pour limiter votre impact environnemental.

✓ Une coupe ou des culottes menstruelles

Les protections à usage unique, essentielles aux femmes sont utilisés à plus de 45 milliards d'exemplaires par an dans le monde, d'après Group'Hygiène. Non recyclables et nécessitant beaucoup d'emballages, souvent plastiques, ces produits contribuent à une forte production de déchets. Pour y remédier, la coupe ou les culottes menstruelles sont des alternatives idéales et elles vous permettraient de ne plus vous ruiner dans l'achat de produits à usage unique mais également de limiter les contacts de votre corps avec les produits chimiques.

✓ Un déodorant naturel

Sels d'aluminium, alcool, parabène... toutes ces substances agressives ou même nocives pour la santé font néanmoins partie de la composition de la majorité des déodorants sur le marché. De plus, les emballages et flacons qui contiennent ces produits participent à la production de déchets et à la pollution. Alors, pourquoi ne pas utiliser un déodorant naturel et/ou fabriqué par vos soins ? Cela vous permettra de savoir exactement les composés qui le constituent. Une belle façon de sentir bon sans agresser votre peau.

✓ Un dentifrice solide

Autre essentiel de notre routine hygiène, ce sont 22 tubes de dentifrice par personne qui sont consommés chaque année en France (Planetoscope). Nous vous proposons donc les dentifrices solides ou en poudre pour de belles dents blanches et un sourire radieux.

✓ Un savon d'Alep ou de Marseille

Il n'y a rien de plus classe que quelqu'un qui sort son coupe-choux et son savon pour se raser, n'est-ce pas ? Alors, privilégier le savon d'Alep ou de Marseille aux classiques mousses à raser qui contiennent souvent de l'huile de palme mais aussi des gaz inflammables qui pourraient s'avérer dangereux. De plus, la mousse à raser contribue à la déforestation, à la pollution de l'air et à la production de déchets.

PRÉPARER VOTRE VOYAGE DURABLE



LES ALTERNATIVES DURABLES POUR LA SALLE DE BAIN

✓ Huiles végétales et essentielles

Les crèmes hydratantes peuvent contenir des substances agressives ou nocives pour notre santé mais elles sont également souvent composées de micro particules de plastique qui polluent grandement les océans et nuisent à la flore et la faune marine. Pour les remplacer, pourquoi ne pas utiliser des huiles végétales et essentielles ? Huile de coco, huile d'amande douce, huile de chanvre.... Pour les huiles essentielles nous vous conseillons de consulter un spécialiste car leur utilisation n'est pas sans danger, notamment pour les enfants et les femmes enceintes.

✓ Un rasoir en inox

2,6 milliards. C'est le nombre de rasoirs jetables, non recyclables produits rien que par la société BIC (les-petits-calculs-savants). Pour les substituer, vous pouvez utiliser un rasoir en inox ou un coupe-choux. Sans devenir le barbier de Séville, vous apprendrez à utiliser un beau rasoir qui vous servira pendant longtemps.

✓ Une brosse à dent en bois, ou à tête amovible

En France, nous achetons 9,3 brosses à dents, souvent en plastique, par seconde. Changeons nos habitudes et passons à la brosse à dents en bois ou à tête amovible. Ces deux options sont idéales pour limiter notre production de déchets plastiques.

✓ Un peigne en bois

Souvent en plastique, les peignes et brosses à cheveux sont souvent principalement fabriqués à partir de pétrole. Préférez donc les peignes ou les brosses en bois et autres matériaux naturels pour être durable jusqu'au bout des cheveux.

✓ Du maquillage d'origine naturelle

Les produits de maquillage sont souvent composés à partir de parabène, petrolatum, DEA, TEA... Pour éviter de mettre votre peau en contact ces composants, le maquillage d'origine naturelle sera votre meilleur ami. Certains labels comme "Nature & Progrès" ou "ECOCERT" peuvent vous aider à vous y retrouver. Une règle simple, moins il y a d'ingrédients, mieux c'est !

PRÉPARER VOTRE VOYAGE DURABLE



LES ALTERNATIVES DURABLES POUR LA TROUSSE A PHARMACIE

✓ **Bandages réutilisables, lavables et stérilisables**

Les pansements ? Ce sont des emballages en papier unitaire, de l'adhésif et du coton ce qui fait qu'ils ont un impact non négligeable sur l'environnement. Leurs alternatives durables seraient des bandages. Réutilisables, lavables et stérilisables à l'eau bouillante, vous pourrez ainsi faire passer tous les petits bobos pour de véritables blessures de guerre.

✓ **L'alcool éthylique**

Les antiseptiques sont fabriqués avec des composants tels que l'iode, le mercure ou encore le chlore. Tout comme les bandages, leur impact environnemental n'est donc pas négligeable. Pour les remplacer, vous pouvez utiliser de l'alcool éthylique, de préférence à 70 %.

✓ **Limiter sa consommation de médicaments**

L'accoutumance aux médicaments est un fait prouvé et trop en utiliser peut se révéler dangereux pour la santé. De plus, leur emballage contribue aussi à l'augmentation de notre production de déchets.

Ici, tout dépend des convictions de chacun. L'homéopathie, la naturopathie ou l'une des 400 autres pratiques de médecine douce répertoriées par l'OMS sont toutes des options pour vous aider à limiter votre consommation de médicaments. On conviendra cependant que pour un gros rhume, rien ne vaut le bon grog de mamie !

Bien sur, en cas de maladie nous vous encourageons dans tous les cas à consulter un médecin.

✓ **Une paire de ciseaux en métal**

On vous le rabâche déjà bien assez mais notre « ami » le plastique est l'un des grands responsables de la pollution de notre planète. Préférez les ciseaux en métal car en plus d'être un bon style de musique, cela pollue moins que le plastique.

✓ **Une crème solaire certifiée**

Responsable en grande partie de la pollution des océans, 14 000 tonnes de crème solaire finissent dans les mers chaque année (National Geographic). Il existe cependant des crèmes certifiées (Ecocert, par exemple) ou entièrement naturelle qui, idéalement, ne contiendront pas de polluants. D'autres options s'offrent à vous comme la poudre d'urucum, le thanaka, beaucoup utilisé en Birmanie, ou encore un bon vieux t-shirt.

✓ **L'Aloe Vera comme après soleil**

Tout comme les crèmes solaires, les après soleil contiennent aussi des polluants et des produits nocifs pour votre santé. L'aloé vera c'est LE produit idéal pour donner un peu d'amour à votre peau après une journée passé au soleil.

PRÉPARER VOTRE VOYAGE DURABLE



LES ALTERNATIVES DURABLES POUR LA TROUSSE A PHARMACIE

✓ Du miel ou de l'huile de coco

Nous connaissons tous le problème des lèvres gercées en hiver mais, pour remplacer votre baume à lèvres qui, en plus d'être souvent emballé dans du plastique, est fabriqué avec des produits plus ou moins sains pour la peau, utilisez du miel et de l'huile de coco. Attention cependant à ne pas trop en manger en même temps !

✓ Des huiles essentielles

Ah les moustiques... les véritables ennemis des vacances ! Pour y faire face, on se badigeonne de crèmes, de spray et autres produits anti-moustiques. Cependant, ces derniers sont souvent composés de polluants pouvant être nuisible pour la santé comme le DEET. Là encore, les huiles essentielles sont salvatrices. Entre géranium, citronnelle, eucalyptus... vous aurez l'embarras du choix. Leur utilisation n'est pas sans danger, veuillez à vous faire conseiller par un spécialiste.

✓ Cataplasme d'argile verte

Alors tout cela c'est bien mais soyons honnêtes : les moustiques sont résilients et il y en a toujours un qui arrive à nous piquer. Avec autant de solutions annexes, cela serait bien dommage de se jeter sur un apaisant classique. Le cataplasme d'argile verte, le vinaigre ou le bicarbonate de soude seront des solutions tout aussi efficaces. Vous pouvez également mettre la plaie au froid.

✓ Une aiguille et du fil biodégradable

Comme les pansements, les sutures adhésives utilisent des emballages en papier unitaire et de l'adhésive. Pour les remplacer, nous vous proposons d'utiliser une aiguille et du fil biodégradable... et quelques cours de couture, on ne sait jamais.

✓ Une pince en métal

Si vous partez en balade en forêt, il est toujours bon de prévoir un tire-tique. Choisissez-en un en métal ou bien une pince, également en métal.

PRÉPARER VOTRE VOYAGE DURABLE

COMMENT CHOISIR VOTRE HÉBERGEMENT DURABLE ?

Nous n'y pensons pas assez souvent, mais séjourner chez notre famille, dans des structures tel que les gîtes ou encore louer un appartement ou une maison sont des solutions tout aussi, voire parfois même plus durables que l'hôtellerie.

Cependant, les plateformes de location de meublés touristiques peuvent aussi avoir des effets néfastes sur l'environnement ou sur la société. Par exemple, dédier des logements pour la location touristique réduit le nombre d'hébergements disponibles pour les locaux dans les grandes villes créant ainsi une augmentation importante des loyers et des pressions immobilières fortes. Par ailleurs, les locations frauduleuses (dépassement du nombre de jour de location saisonnière par exemple), n'ont jamais été aussi nombreuses et des décisions ont dû être prises au niveau gouvernemental pour endiguer ces dérives.



Selon nous, la clé pour être un voyageur responsable est donc d'être un voyageur informé, conscient des impacts de ses choix.

C'est pour vous accompagner dans le choix de votre hébergement durable que nous avons créé **Feelingo**. Nous référençons sur notre site uniquement des hébergements engagés dans une démarche de développement durable, la plupart sont certifiés. Nous détaillons sur la page de chaque hébergement, les investissements et les actions concrètes mises en place en faveur du développement durable par l'hébergeur. Nous présentons également les différentes certifications durables existantes dans le secteur pour que vous puissiez faire le meilleur choix, en conscience.

Le choix de votre hébergement est un premier pas mais nous pouvons tous accentuer nos engagements en changeant nos comportements.

COMMENT LIMITER VOTRE IMPACT A L'HÔTEL ?

Lorsque vous arrivez en vacances, votre premier lieu de découverte et de détente sera sûrement votre hébergement. Fatigué du voyage, vous allez souvent y vous reposer quelques heures. Mais au réveil, comment adopter un comportement positif plus responsable ?

En tant que voyageur, vous pouvez principalement agir sur les quatre axes suivants : les consommables et déchets, l'eau, l'alimentation et l'énergie.

CONSOMMABLES ET DÉCHETS

Ici, il est surtout question de faire attention à la surconsommation en général. Certains hébergements vous proposeront par exemple de changer vos serviettes, d'avoir un nouveau gobelet ou encore de changer l'assortiment de produits pour la douche chaque jour. Si possible, refusez (des écriteaux sont souvent à disposition dans ce but) et si cela n'est pas respecté, n'hésitez pas à en avertir le personnel. Vous pouvez également décider de ne pas vous servir des produits à usage unique, bientôt interdits d'ailleurs. Ils ne seront ainsi pas remplacés et vous limiterez votre production de déchets. Pour les quelques déchets que vous produirez, n'oubliez pas le tri, qui lui, ne prend jamais de vacances !



Besoin d'un pense-bête ? La règle des 5R est là pour vous aider :

- ▶ **Refuser** : Ne pas accepter les produits à usage unique et ne pas faire d'achat comportant des emballages pour tendre au maximum vers le zéro déchet.
- ▶ **Réduire** : Éviter la surconsommation en achetant seulement ce dont vous aurez besoin.
- ▶ **Réutiliser** : Vous servir plusieurs fois d'un même produit, souvent à des fins différentes.
- ▶ **Recycler** : Donner une seconde vie à ce qui ne peut pas être réutiliser.
- ▶ **Rot** : Composter (équivalent anglais) les produits organiques pouvant l'être.

COMMENT LIMITER VOTRE IMPACT A L'HÔTEL ?

L'EAU

Un voyageur consomme, en général, 2 fois plus d'eau à l'hôtel qu'il ne le fait habituellement à la maison, soit 300 litres d'eau consommées par jour à l'hôtel contre 150 litres environ à la maison.

Il est donc particulièrement important de veiller à notre consommation d'eau lors de nos séjours en dehors de chez nous en appliquant des règles simples, que pour beaucoup, nous suivons déjà à la maison. Prendre une douche plutôt qu'un bain, si tant est qu'elle ne dure pas plus de 8-10 minutes, éteindre le robinet en se lavant les mains ou les dents, ne pas demander à ce qu'on nous change nos draps ou nos serviettes si ce n'est pas nécessaire...

Gestes dérisoires ? Bien au contraire puisque la consommation d'eau dans les chambres représente 37 % de la consommation totale d'eau à l'hôtel quand la piscine, elle, tant décriée, ne représente que 2 à 8%. Nos actions personnelles ont donc un impact important. (CCI Nord-Pas De Calais, 2011)



Attention, la consommation d'eau vient aussi de l'eau que l'on boit. Ici, il ne faut pas se priver mais faire attention et s'habituer à boire dans une gourde afin de ne pas consommer un grand nombre de bouteilles plastique. Les hôtels disposeront le plus souvent d'une source d'eau potable, alors n'hésitez pas à remplir votre gourde à chaque fois que cela s'avère nécessaire. Si, en revanche, dans votre destination l'eau du robinet n'est pas potable, achetez une marque d'eau locale, dans le plus grand format possible afin d'éviter les émissions de gaz à effet de serre induites par le transport ainsi qu'une surconsommation de plastique. De plus, vous pouvez vous renseigner pour savoir si des mouvements tels que **Refill not Landfill** ou **Refill my bottle** existent dans votre destination : vous pourrez ainsi remplir votre gourde quotidiennement. Des applications comme **Tap** ou **Find Tap** peuvent aussi vous être grandement utiles pour trouver des sources d'eau potable.

COMMENT LIMITER VOTRE IMPACT A L'HÔTEL ?

L'ALIMENTATION

Responsables d'une grande part du gâchis lié à l'alimentation, les buffets sont souvent présents dans les hébergements touristiques. Dans ce système de restauration, chacun doit trouver ce qui lui plait et les quantités doivent toujours être suffisantes pour satisfaire les voyageurs.

Cependant, un buffet peut aussi être géré de manière durable, que ce soit par le professionnel ou par les voyageurs. L'hébergement peut par exemple mettre en place le remplissage sur demande, lors duquel les convives doivent demander qu'un met qui serait en rupture soit remis sur le buffet. Il peut aussi être partenaire de mouvements tels que **To Good To Go** afin de revaloriser les restes alimentaires.



De votre côté, n'hésitez pas à faire de petites assiettes afin d'éviter de jeter un possible surplus. Si votre hébergement propose un mode de restauration à la carte, privilégiez celui-ci.

Enfin, si des restaurants locaux sont proches de votre hôtel, allez-y, découvrez la culture culinaire locale et faites vivre l'économie locale. Attention cependant à la *street food* qui est aussi reine dans l'utilisation des plastiques à usage unique, ne partez alors jamais sans une boîte à encas et un sac réutilisable !

COMMENT LIMITER VOTRE IMPACT A L'HÔTEL ?

L'ÉNERGIE

Avec la consommation d'eau, l'énergie est sûrement le secteur où vous pouvez, à votre niveau, avoir le plus d'influence. En effet, vous pouvez contrôler tous les facteurs de consommation dans votre espace, à savoir votre chambre. Vous pouvez choisir d'y allumer ou non le chauffage, la climatisation, les lumières...

Ainsi, vous pouvez limiter au maximum les déperditions énergétiques. Éteignez les lumières dès que possible, gardez votre chambre à une température soutenable, entre 18 et 24 degrés selon votre destination et votre sensibilité au froid, en limitant l'utilisation du chauffage ou de la climatisation. D'ailleurs, n'oubliez pas de les arrêter quand vous ouvrez la fenêtre. Toutes ces petites actions répétées auront au final un impact non négligeable.



Quand on séjourne en dehors de chez soi, le maître-mot est finalement de se demander si nous agissons de cette manière chez nous et, si ce n'est pas le cas, est-ce que cette action est vraiment indispensable à notre bien-être.

Si la réponse est négative, pourquoi le faire ? Si la réponse n'est pas aussi tranchée, un hébergement durable peut aussi nous apprendre de nouvelles pratiques et ainsi nous permettre d'améliorer nos actions à la maison.

QUE FAIRE UNE FOIS SUR PLACE ?

Pour nous, voyage rime avec découvertes, rencontres, partages, liens... Nous sommes reçus comme des invités dans nos destinations de voyage et devons nous comporter comme tels. Les maîtres-mots sont donc curiosité et respect. Le respect des différences culturelles et religieuses, le respect de la biodiversité locale et bien sûr le respect des populations.



Pour vous aider à mieux appréhender vos destinations de voyage, **Feelingo** propose une présentation générale et thématique de tous les pays et des villes principales sur notre site. Notre contenu s'affine au fur et à mesure que nous grandissons. Des recherches personnelles peuvent bien sûr venir compléter ces notions afin d'en apprendre plus sur la culture du pays que vous allez visiter.

Les vacances sont surtout faites pour profiter ! Les activités, qui peuvent être regroupées en 4 grands groupes - les excursions « nature », les excursions culturelles, les loisirs, les déplacements - sont nombreuses et variées et elles diffèrent en fonction de vos envies et de l'endroit où vous êtes. Néanmoins, il existe des astuces afin de limiter au maximum votre impact à travers le choix de l'activité et votre façon de la vivre.



QUE FAIRE UNE FOIS SUR PLACE ?

LES EXCURSIONS « NATURES »

Ici sont regroupées toutes les activités en lien avec la nature et notamment la découverte de celle-ci, de manière sportive ou non. Ce sont donc toutes les activités associées à l'environnement naturel de la faune et la flore.



Voici quelques conseils primordiaux pour le bon déroulement vos randonnées, treks, explorations, escalades... :

- ▶ Les interactions avec la faune et la flore ne doivent pas avoir d'effets néfastes sur la viabilité de ces populations. Cela implique donc de ne pas les nourrir, les toucher...
- ▶ Toute perturbation des écosystèmes naturels doit-être minimisée ou, dans le meilleur des cas, inexistante. Cela implique de ne pas cueillir de plantes sauvages, de se déplacer uniquement sur des chemins et sentiers balisés ou encore d'éviter au maximum les pollutions sonores.
- ▶ Aucun souvenir nuisible de votre passage ne doit subsister sur le lieu d'excursion, en particulier les déchets.
Pour les envies incontrôlables, n'oubliez pas que le papier toilette biodégradable existe. Évitez aussi de faire cela à un endroit visible, ou enterrez votre création pour ne pas importuner de futurs voyageurs.

QUE FAIRE UNE FOIS SUR PLACE ?



LES EXCURSIONS CULTURELLES

Voici quelques conseils pour les activités culturelles qui regroupent, entre autres, les visites de lieux ou de monuments, les rencontres avec les populations, la découverte de la gastronomie ou encore la participation à des événements traditionnels locaux.

- ▶ Renseignez-vous sur votre destination et apprenez quelques mots dans la langue du pays que vous visitez.
- ▶ Privilégiez toutes les activités typiques et locales afin de contribuer à l'économie du territoire. Vous faire accompagner par un guide local pourra vous faciliter la tâche.
- ▶ Respectez les traditions et la culture des populations locales. En cas de doute, posez des questions : l'échange peut vous permettre d'apprendre un maximum de vos différences.
- ▶ Respectez les lieux que vous visitez. Ils font partis de l'histoire et de la culture du pays et doivent donc être préservés.



QUE FAIRE UNE FOIS SUR PLACE ?

LES LOISIRS

Les loisirs regroupent notamment le farniente, les soirées, le shopping, les activités proposées par votre hôte, les festivals musicaux... Pour profiter de ces activités plus durablement, vous pouvez :

- ▶ Privilégier toutes les activités et achats de souvenirs authentiques, produits localement, afin de contribuer à l'économie locale.
- ▶ Faire attention aux activités qui impactent l'environnement. Le jet ski, le ski sur neige artificielle ou encore le golf (quand il n'est pas géré durablement), par exemple, sont des activités qui demande une grande utilisation d'eau ou d'énergie. En plus, d'une consommation importante d'eau et d'énergie ces activités peuvent également nuire aux écosystèmes.



- ▶ Découvrez les loisirs locaux autant que possible, dans le respect des traditions et de la culture des populations locales. En cas de doute, comme mentionner précédemment, n'hésitez pas à poser des questions.
- ▶ N'achetez pas d'objets historiques et archéologiques dont on ne peut vous certifier la provenance et la conformité avec la loi, ni objets fabriqués avec des matériaux provenant de faune ou de flore protégée ou en danger (ivoire, griffe d'ours, dent de requin, tulipe sauvage...). Pour éviter cela, référez-vous notamment au CITES et à la « Liste Rouge » de l'IUCN.
- ▶ Achetez des objets d'artisanat local (produits dans la région ou le pays, présents seulement dans peu de magasins voire dans un seul...) plutôt que des souvenirs produits en série et en général dans une destination étrangère.

QUE FAIRE UNE FOIS SUR PLACE ?

Les déplacements

Une fois à destination, il faut aussi se déplacer. Pour cela, rien de mieux que les transports doux, c'est-à-dire ceux qui ne sont pas motorisés. Vos jambes sont en effet la façon la plus durable de bouger. Seules ou armées d'un vélo, d'une trottinette ou même de rollers, elles vous porteront sur des distances plus grandes que vous ne pouvez l'imaginer.

Cela se limite tout de même à des trajets courts allant, pourquoi pas, jusque 20 voire 30 kilomètres.



Pour les trajets plus longs, la meilleure solution reste toujours les transports en communs, électriques de préférences ou à moteur (métro, train, tram ou bus). Des applications peuvent vous aider à trouver et planifier vos différents trajets, comme **Moovit**, **Citymapper** ou encore **Google maps**. Si vous pouvez vous le permettre, la location d'une voiture électrique ou hybride est aussi une solution convenable si la voiture est remplie au maximum. Elle aura néanmoins un impact environnemental bien plus important que les transports en commun.

En conclusion, pour voyager durablement, il faut donc éviter au maximum (et vraiment au maximum) certains moyens de transports sur place, comme la voiture (essence ou diesel) que ce soit en location ou en taxi, le scooter, la moto, ou encore le jet privé (et oui nous pensons à tout le monde !).

QUE FAIRE UNE FOIS RENTRÉ ?

CONTINUER À AVOIR UN IMPACT POSITIF UNE FOIS RENTRÉ À LA MAISON

Tout d'abord, vous pouvez (devez) laisser un avis constructif sur votre hébergement et sur la majorité des prestataires touristiques que vous avez sollicité durant votre séjour. Cela implique de rédiger vos critiques, positives comme négatives, de manière à ce qu'elles servent à l'amélioration continue du professionnel que vous évaluez. Un avis exprimant simplement un sentiment, bon ou mauvais, n'aidera pas forcément les potentiels voyageurs à se faire une idée objective de la prestation.

Quelques exemples pour vous guider :

Pour un séjour peu agréable.

✘ **Peu constructif :**

★★☆☆☆☆ : « Séjour horrible. La nourriture était infâme et la chambre sale. Je ne remettrais plus jamais les pieds dans cet établissement. »

✔ **Plus constructif :**

★★☆☆☆☆ : « La nourriture froide et manquant de cuisson ainsi que la propreté de la chambre (207) où étaient présents des cheveux sur le lit et des taches au mur ont rendu le séjour peu agréable. Des améliorations sur ces points sont nécessaires pour un éventuel retour de ma part. »



Pour un séjour agréable.

✘ **Peu constructif :**

★★★★☆ : « Super séjour, agréable mais certains services peuvent être améliorés. »

✔ **Plus constructif :**

★★★★☆ : « Séjour très agréable dans un hôtel de qualité. Cependant, des progrès sont à faire dans la qualité des prestations du service de chambre (remplacement de la serviette alors qu'un affichage spécifiant le contraire était présent dans la chambre) et de la laverie (le linge était encore humide et j'ai dû le faire sécher dans ma chambre). »

QUE FAIRE UNE FOIS RENTRÉ ?

CONTINUER À AVOIR UN IMPACT POSITIF UNE FOIS RENTRÉ À LA MAISON

Conseil : vos sentiments sont utiles pour donner votre avis, mais plus vous serez précis et factuels, plus le professionnel pourra tirer bénéfices de vos critiques. Cela permettra aux hébergeurs par exemple, d'axer leurs améliorations sur les avis et l'expérience des clients et ainsi d'avancer dans le bon sens, celui d'une relation constructive et durable.



Enfin, une fois rentré et après avoir fini de pleurer sur vos photos souvenirs, il est temps de préparer votre prochain voyage !

Y A-T-IL D'AUTRES CHOSSES À SAVOIR ?



Et bien non.

On plaisante ! Nous ne savons jamais assez de choses et ce guide n'est surement pas exhaustif. Cependant, il regroupe les comportements de base que nous estimons importants pour effectuer un voyage plus durable. Nous pouvons tout de même ajouter les quelques notions suivantes.

LES PHOTOS

- ▶ Avant de prendre une photo, informez-vous sur les us et coutumes des populations locales. Certaines pratiques pourraient les déranger ou leur porter préjudice.
- ▶ Toujours demander la permission d'une personne avant de la prendre en photo.
- ▶ De l'argent vous sera parfois demandé pour prendre une photo, établissez le prix avant de prendre la photo pour éviter les mauvaises surprises.
- ▶ Faire attention aux réglementations sur les photos dans les bâtiments, musées et tout autre lieu de visite.
- ▶ Assurez-vous d'être autorisé à prendre des photos. Par exemple, une base militaire peut être impressionnante, mais elle est généralement interdite à la photo.



Y A-T-IL D'AUTRES CHOSSES À SAVOIR ?

LES SOUVENIRS

Souvenirs, souvenirs, oui mais durables !

Certains souvenirs vendus sont illégaux. Ils contiennent des espèces de faune et flore menacées (comme indiqué dans le traité CITES et la « Liste Rouge » de l'IUCN), et de l'artisanat historique et archéologique. Acheter ce genre de souvenirs pourrait se retourner contre vous et vous valoir des problèmes tels que des amendes ou encore une incarcération. Un article sur le [blog](#) de [Feelingo](#) traite de ce sujet et préviens aussi contre l'achat d'objets à bas coûts et de contrefaçons, pouvant comporter des risques pour les utilisateurs.



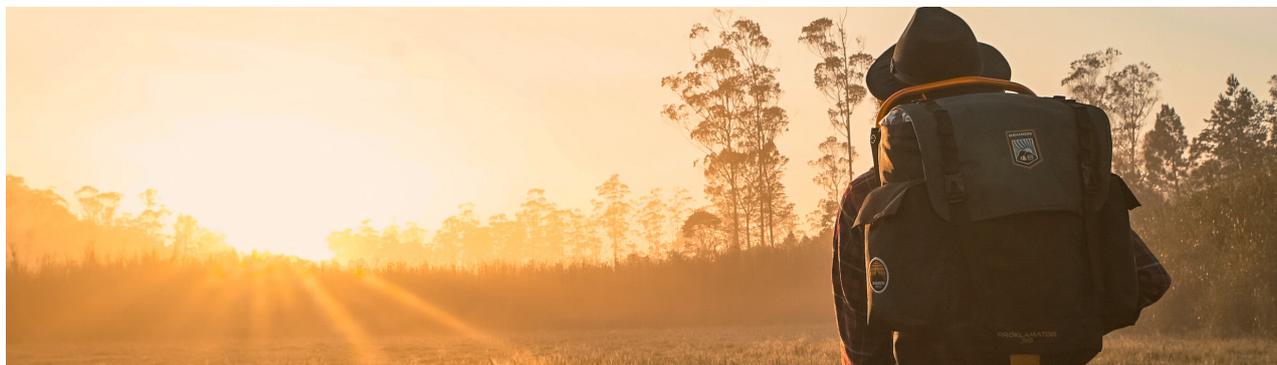
Y A-T-IL D'AUTRES CHOSES À SAVOIR ?

LE VOLONTOURISME

Sur le principe, cette action est l'une des meilleures que vous pouvez accomplir. Vous utiliserez vos capacités et connaissances pour venir en aide de manière efficace à ceux qui en ont besoin. Un problème est cependant d'actualité : l'accaparement du volontariat par l'industrie.

Alors bien sûr, ce n'est pas toujours le cas et nous sommes loin de mettre tous les organismes au même niveau. Cependant, certains d'entre eux ne pensent malheureusement qu'au profit. C'est pourquoi si vous choisissez de faire du volontourisme, renseignez-vous attentivement sur l'organisme avec lequel vous partez, l'objectif, le déroulé et les répercussions précises de votre mission sur place.

Les actions doivent avoir un objectif concret, à long terme et qui sera réellement utile aux populations locales, sans leur enlever des possibilités d'emplois et sans lien avec les enfants. En effet, toute activité en lien avec les enfants pourrait être considérée comme une utilisation abusive de leur présence et un moyen de gagner de l'argent sur leur dos.



Aussi, le volontourisme peut s'accompagner de visites culturelles, mais celles-ci ne doivent pas prendre le pas sur le volontariat.

Les heures de travail doivent être suffisantes et utiles à la cause soutenue. De plus, le prix de ce genre de voyage est souvent plus élevé qu'un voyage classique. Une mauvaise et coûteuse expérience pourrait être évitée grâce à un peu de recherches.^[13]

Pour connaître les critères de choix d'un voyage volontouriste nous vous invitons à lire **notre article de blog** sur le sujet. Vous pourrez y voir que la pertinence de votre action, le temps que vous y consacrez et la fiabilité de l'organisme avec lequel vous allez travailler, sont trois aspects clefs pour réussir votre voyage.

Y A-T-IL D'AUTRES CHOSES À SAVOIR ?

La protection des enfants

Ici, nous n'allons pas parler des enfants qui courent joyeusement autour de la piscine de votre lieu de vacance. En tant que partenaire du mouvement **Childsafe**, **Feelingo** veut vous permettre de mieux prendre conscience des abus que peuvent subir les enfants auxquels vous pourriez assister lors de vos déplacements.

Ceux-ci peuvent prendre différentes formes et ils peuvent ne pas sembler néfastes au premier abord. Un exemple parlant est celui des enfants faisant la manche. Émus, bon nombre d'entre nous seraient tentés de leur donner de l'argent. Cependant, ce à quoi nous ne pensons pas forcément, ce sont les conséquences de cet acte à première vue charitable.

Grâce à nous, l'enfant va gagner sa vie en mendiant. Dans certains pays, c'est même lui qui rapportera le plus d'argent à la maison et qui fera vivre sa famille. Il ne fera alors rien d'autre (comme aller à l'école, socialiser avec d'autres enfants de son âge). Mais que se passera-t-il quand il aura grandi, devenant alors moins attendrissant, rapportant alors moins d'argent ? Vers quelles activités ces garçons sans véritables éducations se tourneront-ils ? Quelles activités seront choisies par les filles ?



Y A-T-IL D'AUTRES CHOSES À SAVOIR ?

La protection des enfants

Alors ne donnons pas d'argent me direz-vous. Achetons leur quelque chose, en privilégiant la nourriture et la boisson.

Il est vrai que cela pourrait les aider mais cela peut aussi les pousser à avoir confiance envers les étrangers, chose que nous disons à nos enfants de ne surtout pas faire. Ce que nous craignons pour nos enfants est également valable pour les autres.

Alors on ne peut rien faire pour les aider ? **Si.**



La solution ?

Ne rien leur donner directement mais privilégier des associations de confiance. Nous, nous avons choisis Childsafe.

[12]

Childsafe a mis en place des conseils pratiques (7 tips for Travelers) pour toutes les situations concernant les enfants.

- ▶ Les enfants ne sont pas des attractions touristiques. Ne les traitons pas comme s'ils l'étaient.
- ▶ Faire du bénévolat auprès des enfants peut partir d'un bon sentiment, mais pourrait également leur être nuisible. Renseignez vous et cherchez la meilleure façon de les aider.
- ▶ Les enfants paient un prix pour votre générosité. Ne donnez pas aux enfants qui mendient.
- ▶ Les enfants ne devraient pas être au travail plutôt qu'à l'école. Signalez le travail des enfants.
- ▶ Les relations sexuelles avec des enfants sont un crime. Signaler le tourisme sexuel impliquant des enfants.
- ▶ Les professionnels locaux sont les mieux à même d'aider. Appelez-les si un enfant a besoin d'aide.
- ▶ Protégez les enfants. Soyez un voyageur ChildSafe.

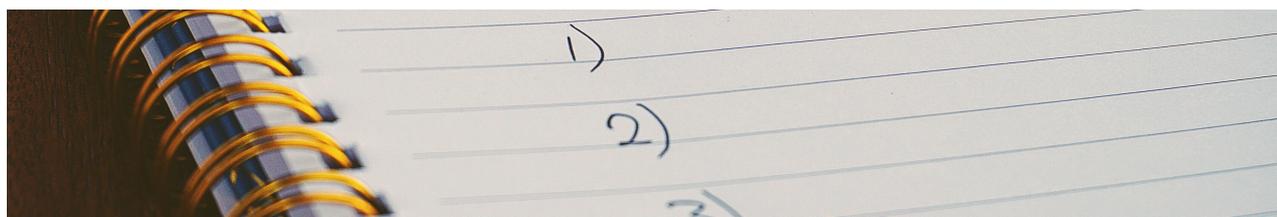
FEELIN' GUIDE DU VOYAGEUR DURABLE



LA CHECKLIST FINALE

Afin de vous faciliter la tâche lors de la préparation de votre voyage, voici un récapitulatif sous forme de checklist de choses à faire et à ne pas faire pour que votre prochain voyage soit plus responsable :

- ▶ Choisir en priorité des destinations ne nécessitant pas de voyage en avion. Si cela n'est pas possible, choisir des vols directs ;
- ▶ Privilégier les longs séjours plutôt que de multiplier les week-ends et les vacances de quelques jours. Il vaut mieux partir moins souvent mais plus longtemps ;
- ▶ Une fois sur place, privilégier les transports doux et en commun ;
- ▶ De nombreuses alternatives écologiques aux produits nécessaires lors d'un voyage existent. Libre à vous de changer au maximum vos habitudes ;
- ▶ Dans votre hébergement de vacances, une attention particulière doit être portée à votre consommation d'eau, d'électricité, ainsi qu'à votre alimentation et à la gestion de vos déchets ;
- ▶ Une fois sur place, attention aux impacts de vos activités et loisirs. Privilégiez les sorties respectueuses de l'environnement et attention à ne pas altérer la biodiversité locale avec des actions anodines comme la cueillette de fleurs ;
- ▶ Une fois rentré, n'hésitez pas à laisser des commentaires sur votre hébergement et vos activités. Les retours constructifs, positifs comme négatifs, sont toujours utiles pour les professionnels comme, pour les futurs voyageurs.



Le chemin pour atteindre le voyage durable est long et semé d'embûches, mais un geste après l'autre, il nous est tous accessible.

FEELIN' GUIDE DU VOYAGEUR DURABLE



« Il n'y a pas de petits gestes, il n'y a que des gestes ».

L'action est toujours plus favorable que l'inaction. Nous pouvons et devons tous devenir plus responsable dans nos façons de consommer et de voyager à la hauteur de nos moyens et de nos capacités.

Nous avons voulu rendre ce guide positif, déculpabilisant et accessible au plus grand nombre, pour que chacun, à son échelle, puisse ressentir pleinement sa capacité à impulser le changement.

Prenez avec nous la route du voyage durable, et surtout, **profitez !**



FELINGOOD GUIDE DU VOYAGEUR DURABLE

SOURCES

- 1 Passion terre.**
<https://passionterre.com/tourisme-durable-responsable/>
- 2 World Tourism Organization.**
<http://sdt.unwto.org/sites/all/files/docpdf/climate2008.pdf>Page 133
- 3 ACNUSA - Autorité de contrôle des nuisances aéroportuaires.**
https://www.acnusa.fr/uploads/media/default/0001/02/1269_emissionsgazeuses-2017.pdf
- 4 EEA - Agence européenne pour l'environnement - report TERM 2014: eea.europa.eu/transport**
<https://www.eea.europa.eu/media/infographics/co2-emissions-from-passenger-transport/view>
- 5 Ministère de la Cohésion des territoires et des Relations avec les collectivités territoriales.**
<https://www.cohesion-territoires.gouv.fr/loi-portant-evolution-du-logement-de-lamenagement-et-du-numerique-elan>
- 6 economie.gouv.fr - Le portail de l'Économie, des Finances, de l'Action et des Comptes publics.**
<https://www.economie.gouv.fr/entreprises/interdiction-plastique-jetable>
- 7 CCI Région Nord - Pas de Calais - les gestes pour économiser l'eau**
https://hautsdefrance.cci.fr/wp-content/uploads/sites/6/2014/06/2014_02_Fiche_environnement_gestes_eau_action3.pdf
- 8 Travelife Certification - cours en ligne**
<https://www.travelife.info/>
- 9 CITES - Convention sur le commerce international des espèces de faune et de flore sauvages menacées d'extinction**
<https://www.cites.org/fra/app/appendices.php>
- 10 UICN - Union internationale pour la conservation de la nature**
<https://uicn.fr/liste-rouge-mondiale/>
- 11 The responsible traveler guide - Dr. Sonya Graci, Jacqueline Kuehnel**
<http://green.hotelscombined.com/Pages/MainGreen/Downloads/responsible-traveler-guide.pdf>
- 12 ChildSafe.**
https://thinkchildsafesafe.org/wp-content/uploads/2018/05/GlobalGuidelines_ChildWelfareAndTheTravelIndustry_2018_book.pdf
- 13 France TV info.**
https://www.francetvinfo.fr/monde/video-envoye-special-avec-les-meilleures-intentions-du-monde_2074165.html

