

## Bref résumé des aspects clés

- En adoptant des comportements responsables, les voyageurs peuvent diminuer les impacts environnementaux et sociaux négatifs du tourisme.
- Pour diminuer l'empreinte carbone liée au tourisme, l'action la plus efficace est de limiter les voyages en avion et de choisir les moyens de transport les plus écologiques possibles pour se déplacer sur place.
- Privilégier les logements, activités et souvenirs respectueux de l'environnement et des populations locales est également important.
- Privilégier une nourriture végétarienne permet de limiter non seulement l'impact sur le climat, mais également l'accès des populations locales à suffisamment de surfaces agricoles, et donc de nourriture, ainsi que plus d'eau douce.
- Pour limiter la pollution des sols et de l'eau liée aux bouteilles en plastique, il existe plusieurs moyens efficaces pour désinfecter l'eau, notamment l'ébullition, les comprimés désinfectants ainsi que les appareils portables à lumière UV.

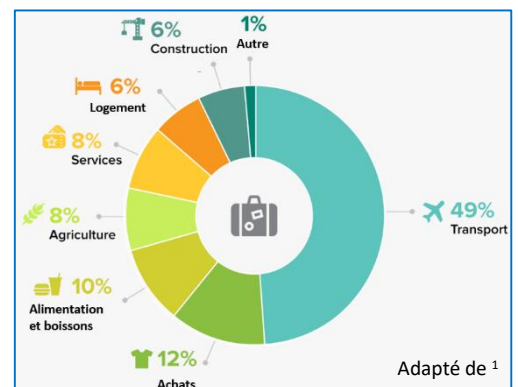
Même si le tourisme contribue au développement économique de certaines régions, il peut engendrer des conséquences environnementales et sociales négatives. En effet, l'industrie du tourisme génère des gaz à effet de serre. L'exploitation des ressources naturelles (forêts, sols, matériaux de construction, eau) et la production de déchets participent à la destruction des écosystèmes et de la biodiversité. Le tourisme peut également augmenter les inégalités au sein des populations locales. En adoptant des comportements responsables, les voyageurs peuvent minimiser ces impacts négatifs et promouvoir le respect des populations locales et la conservation de l'environnement.

## Empreinte carbone du tourisme

L'industrie du tourisme est responsable de 8% des émissions de gaz à effet de serre à l'échelle mondiale.

Près de 50% de ces émissions sont dues aux transports. Pour certains voyages, par exemple lors de vacances de 2 semaines au Mexique depuis l'Europe, le transport représente même 88% de l'empreinte carbone totale du voyage.

Les achats sur place (souvenirs), l'alimentation et les boissons sont également responsables de près de 25% de ces émissions.



## Conseils pour voyager de manière responsable



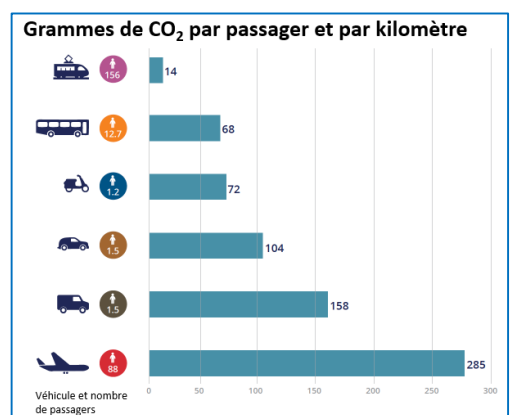
### Transport

Pour diminuer son empreinte carbone, un des moyens les plus efficaces est donc de voyager dans sa région pour éviter de devoir prendre l'avion, et de privilégier le train, le vélo ou la marche à pied.

Concernant l'avion et la voiture, l'empreinte dépend du nombre de passagers, de la taille du véhicule et de la distance parcourue. De manière générale, la voiture est préférable à l'avion pour des distances de moins de 1000 km, ainsi que pour des trajets plus longs s'il y a au moins 2 passagers. Si vous prenez l'avion, les vols directs sont à privilégier lors de vols de plus de 6 heures.

Plusieurs calculateurs d'empreinte carbone pour le transport existent et peuvent vous aider à choisir la meilleure option (voir exemple sous références).

Si prendre l'avion ou la voiture ne peut pas être évité, les émissions carbonées peuvent être compensées en investissant financièrement dans des initiatives de capture du carbone. Choisissez des labels certifiés qui garantissent des compensations carbonées de qualité.





## Alimentation et boissons

Préférez des restaurants appartenant aux locaux, afin de consommer de la nourriture produite sur place et de contribuer à l'économie circulaire. Limitez l'achat de produits importés. Privilégiez une nourriture végétarienne pour limiter les émissions de CO<sub>2</sub> liés au bétail. Ce choix est également essentiel pour assurer l'accès des populations locales à suffisamment de surfaces agricoles, et donc de nourriture, car le bétail nécessite plus de surface de terrain que les céréales pour produire une quantité équivalente de nourriture. L'élevage nécessite également beaucoup d'eau douce<sup>3</sup>.

Dans de nombreux pays, l'eau courante n'est pas potable. Afin de limiter les déchets produits par l'achat de bouteilles en plastique, vous pouvez opter pour d'autres méthodes de purification de l'eau :

- Bouillir l'eau pendant au moins une minute
- Traiter l'eau avec un désinfectant (de type Micropur<sup>®</sup>). Vérifiez que ce désinfectant tue également les parasites de type *Giardia* et *Cryptosporidium*.
- Utiliser des purificateurs d'eau par ultraviolets pendant quelques secondes/minutes selon les modèles. Attention, ces appareils ne sont fiables que si l'eau est claire.

Les filtres peuvent être une bonne option en cas de séjour prolongé. A noter qu'ils ne sont en général pas efficaces contre les virus.



## Logement

Évitez le tourisme de masse, c'est-à-dire des destinations accueillant un volume important de touristes dans des grands hôtels. Privilégiez des logements respectueux de la nature et des populations locales qui disposent d'un label d'écotourisme ou de tourisme durable. Afin d'économiser l'eau et l'électricité, limitez les changements de serviettes et draps au strict nécessaire et limitez l'utilisation de la climatisation (p.ex en l'éteignant à chaque fois que vous quittez la chambre). Vous pouvez également favoriser des hébergements appartenant aux populations locales, afin de contribuer à l'économie régionale.



## Achats de souvenirs et activités

Pour l'achat de souvenirs, favorisez les produits fabriqués localement. Veillez à ne pas acheter de produits fabriqués à partir de plantes ou d'animaux menacés.

Dans des régions qui subissent un stress hydrique, évitez les activités impliquant piscines ou terrains de golf. Afin de protéger les fonds marins, favorisez des crèmes solaires minérales et veillez à ne pas abîmer les coraux avec vos palmes en plongée ou snorkeling. En balade ou randonnée, suivez les sentiers balisés et ne nourrissez pas les animaux sauvages.

## Informations complémentaires / références

- <sup>1</sup> <https://sustainabletravel.org/> et Lenzen M, Sun YY, Faturay F, et al. The Carbon Footprint of Global Tourism. Nat Clim Chang 2018;8:522-8
- <sup>2</sup> European Environment Agency: [https://www.eea.europa.eu/media/infographics/co2-emissions-from-passenger-transport/image/image\\_view\\_fullscreen](https://www.eea.europa.eu/media/infographics/co2-emissions-from-passenger-transport/image/image_view_fullscreen)
- <sup>3</sup> Marlow HJ, Hayes WK, Soret S, Carter RL, Schwab ER, Sabaté J. Diet and the environment: does what you eat matter? Am J Clin Nutr. 2009 May;89(5):1699S-1703S
- Tan R, et al. Voyager écolo : quelles recommandations ? [Eco-tourism: what recommendations?]. Rev Med Suisse. 2022 May 4;18(780):886-889. French.
- Calculateur d'empreinte carbone pour le transport: <https://co2.myclimate.org/>
- Centers for Disease Control and Prevention, A Guide to Drinking Water Treatment and Sanitation for Backcountry and Travel Use: [https://www.cdc.gov/healthywater/drinking/travel/backcountry\\_water\\_treatment.html](https://www.cdc.gov/healthywater/drinking/travel/backcountry_water_treatment.html)