Petit guide de l'éco-tourisme

Manuel éco-responsable pour des vacances au naturel

Une consommation énergétique responsable

- Limitons notre consommation d'énergie en éteignant les lumières quand nous quittons une pièce.
- Utilisons des lampes et chargeurs solaires pour nous éclairer, des piles rechargeables pour les lampes de poche et petits appareils électriques.
- Eteignons les appareils en veille. Une télévision en mode veille pendant 24 heures consomme autant d'énergie que pendant 3 heures d'utilisation.
- Utilisons au maximum la lumière naturelle en ouvrant les volets et rideaux dès le petit matin.
- Quand il fait chaud dehors, fermons les rideaux ou les volets pour garder la fraîcheur de la pièce sans utiliser la climatisation.
- Modérons la température : la température idéale dans une chambre est de 16°C, et celle dans une pièce à vivre atteint 19°C. 1°C de moins correspond à 7% d'économies.
- Eteignons le radiateur lorsque nous ouvrons la fenêtre pour aérer (10 minutes suffisent).
- Ne couvrons pas les radiateurs pour permettre une bonne diffusion de la chaleur. Couvrir les radiateurs réduits leur capacité de 10% !
- Lorsque nous faisons la cuisine, recouvrons les plats pendant la cuisson pour retenir la chaleur : c'est 2 fois plus rapide et économique !
- Evitons d'ouvrir la porte du frigo trop souvent et trop longtemps.
- Réglons la température basse du réfrigérateur sur 5°C sans y placer d'aliments encore tièdes. Utilisons la touche "éco" du lave-linge ou du lave-vaisselle (cela permet une réduction de la consommation d'énergie de 15%) et remplissons bien l'appareil.
- Un sèche-linge consomme deux fois plus qu'un lave-linge : privilégié donc une corde à linge.

L'eau, un bien précieux

- Ne gaspillons pas l'eau en privilégiant les douches plutôt que les bains. Un bain équivaut à 5 douches !
- Fermons le robinet d'eau dès que possible et prévenons le propriétaire en cas de fuite. Un robinet qui fuit peut perdre 4 litres en une heure !

Si on laisse couler l'eau, un brossage de dents utilise 12 litres et un rasage 18 litres !

- Buvons l'eau du robinet plutôt que d'acheter des bouteilles en plastique.

Une nature à préserver

- N'utilisons pas la voiture pour des petits trajets, mais privilégions la marche à pied ou le vélo (location possible de VTT et VTT électrique).
- Utilisons des produits générateurs de moins de déchets (shampooing, savon plutôt que gel douche. En plus, Il existe des savons artisanaux sur le territoire).
- N'allumons pas de feu ni de barbecue, en dehors des endroits réservés à cet effet.
- Utilisons de la vaisselle réutilisable plutôt que des produits jetables.
- Participons au tri sélectif. 50% de nos poubelles sont recyclables !
- Utilisons des produits vaisselle et lessive labellisés Ecolabel européen ou NF Environnement.

Le vivre ensemble

- Respectons ceux qui nous accueillent en veillant aux bruits qui souvent les dérangent. Veillons à respecter les habitudes de vie du voisinage.

À la découverte éco-responsable du Tarn

- En randonnée, emportons un sac poubelle afin de ne laisser aucun déchet, même ceux considérés comme biodégradables.
- Restons sur les chemins balisés, évitons de cueillir les fleurs ou les plantes afin de préserver l'équilibre de la flore.
- Appliquons les principes de la Charte du randonneur motorisé responsable, afin de respecter le patrimoine naturel et les espaces publics ou privés, dédiés à des usages divers. La charte est disponible sur cdesi.tarn.fr et dans les offices de tourisme.
- Consommons local pour participer à l'économie locale, évitons les transports inutiles et mangeons sain ; sur les marchés du terroir ou chez les producteurs directement, découvrons les savoir-faire et les spécialités de nos producteurs locaux : miels, truites, viandes, pumpet, croustade, casse-museau, ail rose de Lautrec, charcuterie de Lacaune... sans oublier les fruits et légumes de saison ; chez les grands distributeurs repérons la marque « Saveur du Tarn » qui assure qualité et provenance.
- Emportons un panier ou des sacs réutilisables pour éviter de ramener des sacs plastiques.