

# Vacances durables en montagne



## Eco-durabilité

Dans notre vie de tous les jours, on entend de plus en plus parler de éco-durabilité, d'actions éco-compatibles et de sauvegarde de l'environnement et du climat.

La sensibilité des personnes à l'égard de ces thématiques s'est accrue : du tri sélectif à l'attention aux économies d'énergie et aux produits locaux et biologiques, en passant par des choix vertueux pour ce qui concerne la mobilité, chacun d'entre nous, à la suite de cette conscience, a augmenté les pratiques quotidiennes finalisées à sauvegarder la planète et à combattre les changements climatiques.

## *Qu'est-ce qu'on fait de l'éco-durabilité en vacances?*

Pris dans le tourbillon du choix de la destination, des activités programmées et du logement, le risque est de ne pas prendre en considération le côté éco-compatible des vacances, en commençant par la modalité de se déplacer pour rejoindre la destination. C'est impossible de concevoir le tourisme et le temps libre – en tant qu'activités de relation, de découverte, d'aventure, de sortie – sans mobilité, sans trafic.

Être en mouvement, sans l'angoisse du temps qui passe, est déjà une activité délassante et récréative.

Les transports et le trafic sont l'un des principaux facteurs d'impact du changement climatique: 25% des émissions des gaz à effet de serre sont dues à ces deux activités.

Ces données nous aident à comprendre l'importance d'adopter des formes de mobilité douce aussi en vacances : laisser la voiture à la maison réduit le trafic tout en améliorant les caractéristiques de l'air, ce qui apporte, par conséquent, des profits pour le climat et pour la qualité du temps libre.

Ce guide a été pensé pour offrir des conseils utiles et des précautions pratiques pour que la mobilité durable vienne en vacances avec nous, en particulier pour ce qui concerne les vacances en montagne ; le touriste a un très grand pouvoir : en choisissant de façon critique, il peut avoir de l'influence positive sur l'offre touristique et stimuler les opérateurs à formuler des paquets qui tiennent en considération les importants aspects de la mobilité douce.



## Mobilité durable: qu'est-ce que cela signifie?

Par les expressions mobilité durable ou mobilité douce on identifie les modalités de déplacement qui, tout en consentant à chacun l'exercice de son propre droit à la mobilité, permettent la réduction des facteurs d'impact environnementaux, sociaux et économiques, générés par les véhicules privés. Ces facteurs, qui sont dangereux pour soi et produisent un coût social qui pèse sur tous, sont :



- la pollution atmosphérique et les émissions de gaz à effet de serre
- la pollution sonore
- l'encombrement des routes
- l'accidentalité

- la consommation du territoire à cause de la réalisation de routes et d'infrastructures.

### 1. L'importance d'une vacance plus longue

Pour rejoindre son objectif primaire de détente, une vacance doit avoir une durée convenable : préparer les valises, faire face à un voyage de centaines de kilomètres en voiture, partir pour peu de jours et, au retour, défaire les valises sont des actions qui, si faites pendant une courte période, ne peuvent certainement pas aider à se délasser et se détendre.

Des vacances courtes sont le synonyme d'une détente moins agréable et, en même temps, d'un trafic et d'une pollution plus importants, comme pendant les week-ends classés noirs, lorsque des millions de personnes se déplacent au même moment pour aller à la mer ou à la montagne.

Ce serait donc préférable de choisir des séjours plus longs, surtout si la destination est distante.



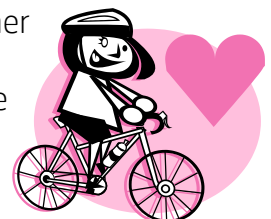
Un séjour plus long permet aussi de voyager sans être pressés et, par conséquent, de pouvoir disposer du temps nécessaire pour découvrir le territoire, la culture et les attraits locaux.

Les fins de semaine ou les courts ponts, au contraire, peuvent être l'occasion pour découvrir les coins moins connus près de sa propre ville, pour visiter les lieux dans les environs comme, par exemple, les musées, les itinéraires ou les exploitations agricoles locales, en se déplaçant en vélo ou en train.

### 2. Une vacance sans voiture et sous le signe de l'intermodalité durable

Le choix d'une destination devrait être orienté aussi par rapport à l'aspect de la mobilité. Est-ce que je peux rejoindre ma destination sans devoir prendre la voiture, me servant seulement des moyens de transport publics ? Une fois arrivé, le système des transports locaux me permettrait-il de me déplacer librement sans voiture ? Y a-t-il des systèmes de vélos en libre-service et de parcours cyclables ? Est-ce que la structure dans laquelle je vais séjourner met à disposition des services tels que la location ou le prêt de vélos ?

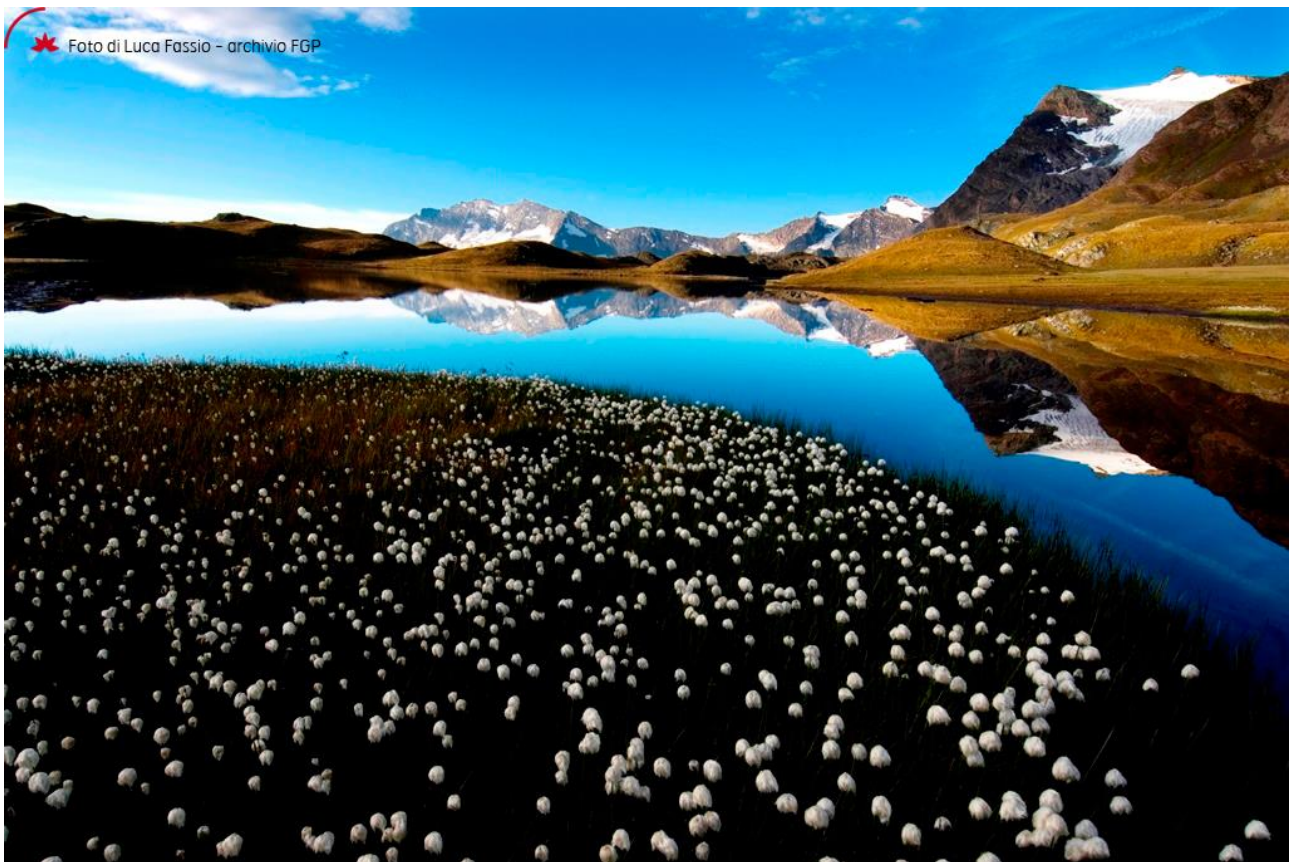
Telles sont les questions que le touriste attentif à l'environnement devrait se poser au moment de réserver les vacances et qui devraient l'orienter à choisir une destination qui puisse offrir un appréciable système de transports publics aussi bien pour la rejoindre, que pour s'y déplacer.



Ainsi, le premier pas à faire serait de partir sans voiture en utilisant le train pour le déplacement principal et, éventuellement, prendre l'autobus pour la dernière partie du parcours. Pour les déplacements intérieurs, par contre, on pourrait utiliser les moyens publics tels que les bus ou les navettes et, bien entendu, le moyen durable par excellence, le vélo.

Le voyage en train ou en autobus n'est pas seulement fondamental pour une réduction de la pollution par rapport à la voiture, mais il offre en plus la possibilité de commencer les vacances tout de suite : au lieu de rester concentrés et tendus au volant, on peut se détendre en lisant un livre ou en admirant le paysage. Sans considérer que les risques d'accident et les dangers du voyage par train sont sensiblement inférieurs par rapport aux risques potentiels du déplacement en voiture.

Allez donc, avec les vacances sous le signe de l'intermodalité durable !



### Qu'est-ce que l'intermodalité durable?

Avec intermodalité durable on se réfère à l'utilisation de différents moyens de transport publics pour couvrir un seul déplacement. Voici un exemple : un touriste turinois qui utilise le tram pour aller à la gare, d'où il prend le train pour Aoste et, ensuite, le bus qui le porte dans une des vallées du Grand Paradis, où il va passer ses vacances, est en train de voyager sous le signe de l'intermodalité.

- Voir, c'est croire!

Plusieurs sites internet donnent la possibilité de quantifier les émissions de CO<sub>2</sub> d'un voyage et de les comparer selon les moyens de transport (train, voiture et avion).

Voici un lien intéressant:

<http://www.ademe.fr/eco-comparateur/>



### 3. Comment faire en cas d'équipements encombrants

Vous êtes le type de personnes qui font du sport aussi en vacances ou qui se dédient aux activités qu'ils ne peuvent pas faire le reste de l'an? Si vous êtes passionnés des vacances actives, vous avez besoin d'un équipement spécifique et, parfois, très encombrant : skis, snowboards et vélos, par exemple, sont très difficiles à transporter sur les moyens publics. La solution idéale pour ne pas renoncer à une mobilité durable est la location des équipements nécessaires une fois arrivés à destination. Un nombre croissant de stations touristiques offrent la possibilité de louer tout ce dont on a nécessité, et souvent les équipements sportifs sont technologiquement avancés. Aussi, le choix de louer les équipements permet de ne pas devoir acheter des objets qui, au fond, ne seront utilisés que bien peu de fois.

- Si, toutefois, vous ne pouvez pas vous séparer de votre cher vélo ou de vos bien-aimés skis et vous décidez de voyager en voiture, voici des règles pour une conduite écologique qui vous permettent de réduire la consommation de carburant et, par conséquent, les émissions d'agents polluants :

- 1) Ne réchauffez pas le moteur
- 2) Changez de vitesse le plus tôt possible et accélérez doucement
- 3) Modérez votre vitesse et respectez les limites
- 4) Éteignez le moteur si vous vous arrêtez pour plus de deux minutes
- 5) Profitez du frein moteur
- 6) Modérez l'utilisation de l'air conditionné
- 7) Vérifiez la pression des pneus
- 8) Utilisez des pneus étroits
- 9) Nettoyez régulièrement le filtre de l'air
- 10) Changez l'huile régulièrement

- Vous avez choisi de partir en voiture et, après avoir monté les skis ou le vélo, vous avez encore de la place? Partagez le voyage avec les autres !

Plusieurs sites spécialisés en *covoiturage*, c'est-à-dire le partage de voitures privées avec un groupe de personnes afin de réduire les coûts du transport et la quantité de voitures en circulation, offrent la possibilité d'organiser un système de transport partagé.

Nous vous signalons, par exemple, les sites: [www.carpooling.fr](http://www.carpooling.fr), [www.covoiturage.fr](http://www.covoiturage.fr), [www.karzoo.fr](http://www.karzoo.fr) et [www.idvroom.fr](http://www.idvroom.fr).

### 4. Si votre destination est trop lointaine...

Si vous décidez de visiter un pays lointain, bien sûr ce ne sera pas vraisemblable (sauf en des cas très rares) de se déplacer en utilisant les moyens publics ou le vélo, et ce sera presque inévitable de devoir recourir à l'avion.



L'avion est le moyen de transport le moins durable, et il faudrait l'éviter catégoriquement pour tout déplacement de moins de 800 km : par rapport aux deux ou trois heures de voyage qu'on peut économiser, les émissions de kérosène, source importante de pollution, sont extrêmement élevées.

Toutefois, c'est vrai que les alternatives écologiques pour les voyages de longue distance sont presque nulles, ainsi voici des renseignements utiles pour voyager en avion :

- pour un déplacement de 2000 km, la vacance devrait durer au moins deux semaines, et pour un déplacement de 5000 km au moins trois semaines;
- pour les vols intercontinentaux, ce serait recommandable d'effectuer le moins d'escales possible: pendant le décollage et l'atterrissage, en effet, les émissions de substances polluantes sont majeures que pendant la phase de vol;
- compensez les émissions de CO<sub>2</sub>: les voyageurs peuvent dédommager la pollution de l'air en faisant des donations à des organisations qui développent des projets pour la sauvegarde de l'environnement. Des agences de voyages attentives aux problèmes écologiques offrent aussi la possibilité de payer un supplément pour ce but.

● *Blue and REDD Carbon est une application récente pour iPhone qui permet de calculer les traces de carbone que nous laissons pendant nos voyages en avion, train ou voiture, en nous montrant aussi la quantité de « nature » nécessaire à les compenser.*

*Après avoir réglé les paramètres du voyage, on peut visualiser la surface d'un précis écosystème, comme par exemple une forêt tropicale, nécessaire à absorber l'équivalente quantité d'anhydride carbonique. L'app offre, en plus, une série d'avis et de recommandations pour montrer l'effet positif des actions individuelles sur la limitation de la dégradation de l'environnement des écosystèmes côtiers et terrestres.*

*L'application, qui a été conçue par le Programmes des Nations Unies pour l'Environnement, est gratuite et disponible sur l'Apple Store.*



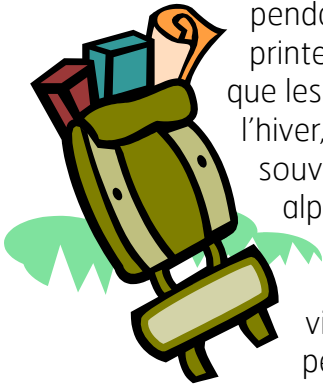
## 5. Vacances en montagne toute l'année

Les localités touristiques de montagne ont un énorme succès pendant l'hiver grâce aux pistes de ski, soit de fond que de descente. Malheureusement, le ski, surtout les ski de descente, a un impact environnemental très fort : la construction des remontées mécaniques et des pistes modifient sensiblement le paysage et cause des épisodes d'érosion du sol, suivis par l'enneigement artificiel qui exige un gaspillage d'eau et d'énergie fort élevé.

Une vacance éco-durable devrait alors préférer d'autres activités aussi liées à la neige : les promenades, les excursions avec les raquettes à neige, le ski de randonnée et le ski de fond favorisent le contact avec la nature, la respiration d'air pur et la pratique d'un sain mouvement. Mais attention : il s'agit d'activités qui nécessitent de compétences spécifiques, sans lesquelles il vaudra mieux être accompagnés par un expert.

Les vacances d'hiver en montagne, en tout cas, peuvent être programmées aussi au-delà de la présence de la neige : des différentes formes de tourisme, comme, par exemple, le tourisme lié à la culture, au bien-être ou à la gastronomie sont de plus en plus répandues.

La montagne peut offrir un air pur, des paysages merveilleux et des activités alternatives pendant toutes les saisons, pas seulement en hiver. La floraison des prés au printemps et les couleurs des bois en automne sont un spectacle autant ravissant que les infinies étendues blanches en hiver. En été, comme pendant le printemps et l'hiver, il est possible de faire des excursions de durée et effort physique variables, souvent indiquées pour toute la famille : on peut ainsi rejoindre refuges et alpages, lacs, cols et sommets.



Pour jouir de la paix et de l'air de montagne et pour éviter la foule et le trafic tout en faisant l'expérience de nouvelles activités et manières de vivre la montagne, il suffit de planifier les vacances en considérant d'autres périodes que les hautes saisons comme l'été et l'hiver.

## 6. Durabilité à 360°

La mobilité est un aspect fondamental lors de l'organisation d'une vacance éco-durable, mais il y en a d'autres aussi importants :

- respecter les règles du tri sélectif des localités de séjour. Si le tri n'est pas prévu, prendre soin de préparer les valises se privant des emballages en excès et ramener, si possible, ses propres déchets ;
- utiliser l'eau avec parcimonie, éviter les dépenses d'énergie et l'utilisation des conditionneurs et des installations de chauffage ;
- savourer les aliments de la cuisine locale et de la tradition, acheter produits à km 0 et, de préférence, biologiques, favorisant ainsi les producteurs locaux;
- si l'on veut acheter des souvenirs, choisir les produits artisanaux et locaux, développant ainsi l'économie locale;
- pour connaître en profondeur la localité de séjour, se servir d'un guide touristique local.

- Et toi, quel type de voyageur es-tu?

Découvre-le avec un test:

<http://www.architetturaecosostenibile.it/turismo/turismo-ecosostenibile/quiz-viaggiatore-responsabile.html>

<http://www.nationalgeographic.it/argomento/test>

### **Enfin, il faut se souvenir que...**

Il faut suivre les bonnes pratiques présentées dans ce guide non seulement en vacances, mais aussi dans la vie quotidienne, pour respecter constamment l'environnement dans lequel nous vivons.