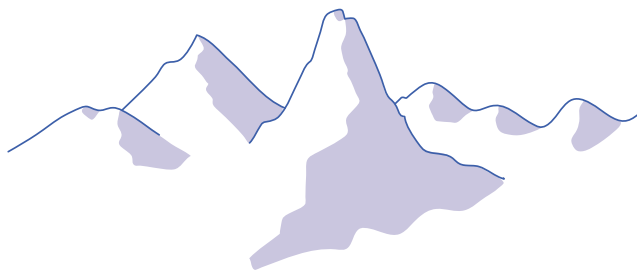


COMMENT ?

**Passer des vacances
plus écologiques**



CLÉS POUR AGIR



TROUVER LA BONNE DESTINATION

P. 4

OPTER POUR LE BON LOGEMENT

P. 8

TENTER DES VACANCES À VÉLO

P. 10

PRÉPARER SES BAGAGES ET SES ACTIVITÉS

P. 11

ADOPTER LES BONS GESTES EN VACANCES

P. 12

RÉDUIRE SON EMPREINTE ÉCOLOGIQUE AUX SPORTS D'HIVER

P. 14



Ce document est édité par l'ADEME | 20, avenue du Grésillé | 49000 Angers

Conception graphique : bearideas - Rédaction : ADEME - Illustrations : bearideas - Photos : Couverture : © Freepik ; page 4 : © Cowez Eric/Shutterstock ; page 6 : © Boris Stroujko/Shutterstock ; page 8 : © mr_born/Shutterstock ; page 9 : © Freepik ; page 13 : © Kunlathida6242/Shutterstock ; page 14 : © zhukovvlad/Shutterstock ; page 15 : © oatawa/Shutterstock ; page 18 : © Dmitriy Prayzel/Shutterstock - Impression : L'Artésienne

PROTÉGER L'ENVIRONNEMENT AUSSI PENDANT SES VACANCES

Pour de nombreux Français, passer de bonnes vacances, c'est partir loin. **La France propose pourtant des destinations de rêve, mêlant de plus en plus respect de l'environnement, bien-être et déconnexion.** La France est d'ailleurs la première destination touristique au monde !

Si nous voulons continuer à profiter de sites exceptionnels, plusieurs actions s'imposent pour mieux respecter la faune et la flore, préserver la ressource en eau, limiter les pollutions et réduire les émissions de gaz à effet de serre.

Alors que plusieurs régions s'organisent et tentent de proposer un autre modèle, nous pouvons aussi participer, en tant que citoyens, à l'émergence d'un tourisme plus durable, moins carboné et plus respectueux de la nature et du vivant. Comment ? En repensant notre manière de voyager, mais aussi en évitant de faire des choix qui auront des impacts négatifs sur l'environnement.

Voyager : oui, mais pour quelle destination et avec quels modes de déplacement ? Comment profiter de vacances bien méritées, tout en participant à la préservation des ressources ? Comment éviter de contribuer à la surproduction de déchets ? Comment protéger des écosystèmes fragiles ? Ce guide vous apporte des réponses et des solutions concrètes.

**100 MILLIONS
DE TOURISTES**

internationaux accueillis
en France en 2024

Source : www.economie.gouv.fr/actualites/une-annee-2024-record-pour-le-tourisme-en-france

En 2022, le secteur
du tourisme a émis
**97 MILLIONS
DE TONNES DE CO₂e**, soit
l'équivalent
de l'empreinte
carbone annuelle de
**10 MILLIONS DE
FRANÇAIS**

Source : ADEME, BEGES du
tourisme en France pour 2022.



TROUVER LA BONNE DESTINATION

Et si, pour passer des vacances plus responsables,
tout commençait par notre choix de destination ?

SE DÉPAYSER SANS PARTIR TROP LOIN

Pour certains, voyager est synonyme de longs trajets en avion jusqu'à l'autre bout de la planète. Un idéal qui n'est pas sans impact, quand on sait que nos trajets représentent 69 % des émissions de gaz à effet de serre du secteur touristique¹.

¹ Source : ADEME, BEGES du tourisme en France pour 2022.

Avant de décider de votre prochaine destination et de votre moyen de transport – train, avion ou voiture – prenez une minute pour évaluer les émissions de CO₂ générées en vous rendant sur impactco2.fr/outils/transport.

Opter pour des destinations plus proches, c'est faire un geste concret et immédiat pour le climat. La France offre une grande diversité de paysages (bords de mer, campagnes, montagnes...) : on peut donc opter pour l'Hexagone sans renoncer à ses envies de dépaysement. Pour faire le plein d'idées et faire le tour du monde sans quitter la France, suivez le guide qqf.fr/infographie/tourisme-au-kilometre.

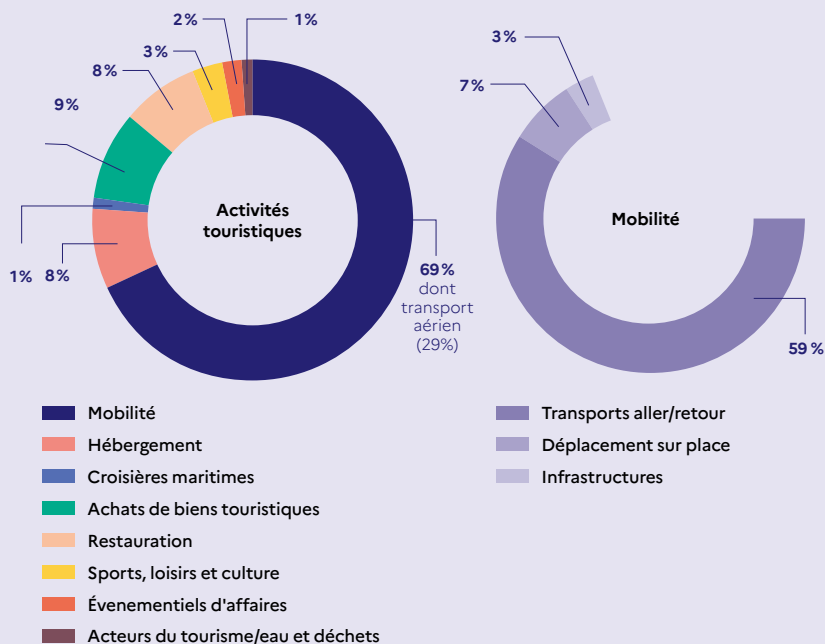
Et si vous envisagez de prendre l'avion et de faire un grand voyage à l'étranger, privilégiez des trajets sans escales. Le décollage de l'avion émet beaucoup de polluants et de gaz à effet de serre.

42 % DES FRANÇAIS (contre 30 % des Européens) **PRÉFÈRENT** passer une partie de leurs vacances dans **LEUR PROPRE PAYS** pour leurs congés d'été

Source : Étude Ipsos, « Près de 7 Français sur 10 partiront en vacances cet été malgré un contexte économique et international tendu », 2024.



Bilan gaz à effet de serre du secteur tourisme en France en 2022 : répartition par sources d'émissions



Source : ADEME, BEGES du tourisme en France pour 2022. Les chiffres en pourcentage ont été arrondis.

UNE SÉLECTION DE GUIDES ET SITES POUR VOUS AIDER À CHOISIR LA MEILLEURE DESTINATION

Vous souhaitez voyager de manière plus responsable et réduire votre empreinte carbone ? Ces guides et sites Internet vous proposent une large sélection de destinations ainsi que des hébergements engagés dans une démarche durable.

EN SAVOIR +



Le site
Agir pour
un tourisme
responsable



Les guides
Tao



Le site
Détour
Odysée



Le Guide du Routard
sur le tourisme vert



Le site
Greengo

PARTIR EN TRAIN, EN BUS, EN VÉLO, EN COVOITURAGE...

En choisissant le train, vous réduisez considérablement votre impact environnemental. De nombreuses destinations en France et en Europe sont facilement accessibles en train. Ce mode de transport, plus écologique, permet aussi de redécouvrir le plaisir du voyage, en prenant le temps d'admirer les paysages.

Certaines régions développent des offres afin de vous orienter vers des modes de déplacement plus vertueux. C'est le cas de la Bretagne et de son **offre de séjours « sans voiture »**, dotés de services complémentaires pour pallier l'absence de véhicule personnel (kit bébé, pass mobilité, kit frigo plein...). La **Normandie** et la **Nouvelle-Aquitaine** proposent, elles aussi, des offres similaires.

Deux autres solutions peuvent aussi vous permettre d'amoindrir les émissions de vos déplacements :

— **le covoiturage** : cette option divise les émissions par le nombre de voyageurs. Les plateformes de covoiturage vous permettront de trouver vos compagnons de route, que vous soyez conducteur ou passager.

LES TARIFS BAS CARBONE DE LA RÉGION NORMANDIE

La région Normandie s'engage pour un tourisme plus responsable avec une offre bas carbone. **Voyager en train, en car ou à vélo vous permet de bénéficier d'une réduction de 10 % minimum dans de nombreux lieux de visite et de loisirs normands.**

Pour plus d'informations, rendez-vous sur www.normandie-tourisme.fr.

— **l'autocar** : le réseau est bien développé en France. Cette solution est moins émettrice et présente aussi l'avantage d'être bonne pour votre portefeuille.

Enfin, **le cyclotourisme** est en plein boom ! La France est l'une des premières destinations mondiales pour le tourisme à vélo. Avant de vous lancer, découvrez la carte des voies vertes et des véloroutes sur le site de **l'AF3V** ainsi que toutes les boucles cyclotouristiques sur le site **véloenfrance.fr** (voir page 10). Il est très souvent possible de rallier un point de départ de cyclotourisme en train.

La ville de Menton, comme de très nombreuses villes de la côte d'Azur, est facilement accessible en train.

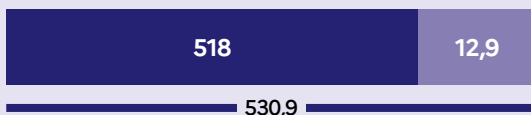


Quel est l'impact du transport pour un voyage de 4 jours à deux personnes ?

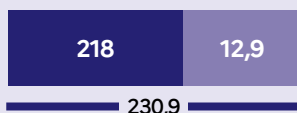
En kg CO₂e, sur la base de 3 nuits à l'hôtel, à 500 km du domicile, soit un trajet de 2 personnes de 1000 km aller-retour



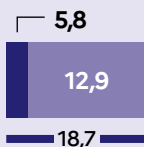
Avion
court-courrier





Voiture
thermique



TGV



 Trajet A/R
 Hébergement

Source : ADEME.

ÉVITER LES SITES SURFRÉQUENTÉS

Certains sites fragiles, peu adaptés à l'accueil d'un grand nombre de touristes, peuvent souffrir d'une surfréquentation dont les impacts sont non négligeables. Elle peut entraîner la mise en danger du patrimoine culturel, des nuisances pour les populations locales, une hausse du prix de l'immobilier, une surconsommation de ressources, mais aussi des difficultés dans la gestion des déchets. À cela s'ajoute souvent une pollution de l'eau et des sols, une perturbation de l'écosystème marin (due aux substances chimiques, comme celles contenues dans les huiles solaires, ou au rejet des eaux usées directement dans la nature), une réduction des espaces naturels pour construire des hébergements, une perturbation des espèces et, plus largement, une atteinte à la biodiversité.

Pour profiter des merveilles historiques et naturelles, il est conseillé de **partir hors-saison, si possible**. C'est aussi souvent plus économique. Renseignez-vous avant de réserver vos billets : la majeure partie des sites très visités informent le public des périodes de forte affluence.

D'après l'Organisation mondiale du tourisme, **95 % DES TOURISTES MONDIAUX** visiteraient moins de **5 % DES TERRES ÉMERGÉES**

À l'échelle de la France, **80 % DE L'ACTIVITÉ TOURISTIQUE** se concentre sur 20 % du territoire

Source : Economie.gouv.fr, « Tourisme : une stratégie nationale pour gérer les flux touristiques », juin 2023.

DES SITES SURFRÉQUENTÉS IMPOSENT DE NOUVELLES RÈGLES

- **Venise** reçoit chaque année 30 millions de visiteurs pour 55 000 habitants (à l'intérieur du centre historique). Une surfréquentation délicate à gérer. Depuis 2019, les bateaux de croisière sont interdits dans le centre car leurs remous fragilisaient les fondations de la cité.
- **Dubrovnik** limite l'accès de la ville à 4 000 visiteurs par jour afin de préserver l'authenticité de la citadelle.
- **En Bretagne, l'île de Bréhat** restreint le nombre de visiteurs à 4 700 par jour, en semaine, durant l'été. La ville de Saint-Malo, quant à elle, a instauré des quotas locatifs de courte durée par quartier.
- **La ville de Marseille** a mis en place, dès 2022, un quota de visiteurs journaliers pour lutter contre l'érosion accélérée des roches causée par des milliers de visiteurs quotidiens.
- **La métropole de Toulon** limite le nombre de visiteurs journaliers à 6 000 sur l'île de Porquerolles.



OPTER POUR LE BON LOGEMENT

**Le choix de l'hébergement est tout aussi important
que celui de la destination.**

BIEN SE RENSEIGNER SUR LES OPTIONS PROPOSÉES

Tous les hébergements n'ont pas la même empreinte carbone. Par exemple, il est plus écologique de passer une nuit dans un logement éphémère (comme le camping, par exemple) que dans un hôtel ou une résidence secondaire, dont la construction, comme le fonctionnement, consomment énormément d'énergie.



FAIRE CONFIANCE AUX LABELS

Des labels recommandés par l'ADEME peuvent vous aider à trouver des hébergements plus vertueux. Gîtes et chambres d'hôtes, hôtels, campings... Quelles que soient vos préférences, vous pouvez choisir un lieu de résidence qui veillera au respect de nombreux critères : sobriété énergétique, consommation responsable des ressources en eau, utilisation de fournitures (papier, produits d'entretien...) porteuses de labels environnementaux, formation du personnel aux gestes environnementaux, engagements visant à réduire les déchets et à garantir un tri efficient, mesures anti-gaspillage alimentaire...

Pour établir ces recommandations, l'ADEME a procédé à une analyse de plusieurs labels. Cette analyse n'est pas exhaustive. Un label non mentionné sur les pages internet de l'ADEME dédiées à ces travaux d'analyse de labels environnementaux ne signifie pas, implicitement, qu'il n'est pas recommandable.

EN SAVOIR +



Consultez notre page consacrée aux labels environnementaux sur notre site Agir pour la transition



Impact carbone d'une nuit selon le type d'hébergement



Source : Impact CO₂



TENTER DES VACANCES À VÉLO

En alliant transport vert et hébergements durables,
le vélo a tout bon !

LA FRANCE, L'AUTRE PAYS DU CYCLOTOURISME

La France est la deuxième destination mondiale du tourisme à vélo, juste après l'Allemagne, avec plus de 9 millions de cyclotouristes accueillis chaque année.

Des organismes spécialisés dans l'organisation de voyages à vélo en groupe mais aussi plusieurs applications ou sites Internet proposent des cartes détaillées, des itinéraires personnalisés et des recommandations d'activités sur la route. Ces outils permettent de créer des itinéraires adaptés à vos envies, au temps dont vous disposez et aux distances que vous souhaitez parcourir.

Voici quelques sites et applications :

- France Vélo Tourisme
- Komoot
- Geovelo
- Vélo Data Map

Un cycliste dépense en moyenne **68 EUROS PAR JOUR** pendant son voyage, dont **70 %** sont consacrés à l'hébergement et à la restauration.

Mais il est tout à fait possible de s'en sortir pour **30 à 50 EUROS PAR JOUR**, en dormant sous une tente dans un camping et en préparant ses repas

Source : [Entreprise.gouv.fr](https://entreprise.gouv.fr), Direction générale des Entreprises, « Le tourisme à vélo », 2024.

Pour partir quelques jours, nul besoin d'investir dans un vélo de compétition : louez-le, achetez-le d'occasion ou empruntez celui d'un ami. Pour débiter vos vacances, vous pouvez partir directement de chez vous, mais aussi prendre le train ou même des bus dont certains acceptent même les vélos comme bagages.

Pour dormir, vous pouvez privilégier les **hébergements labellisés « Accueil Vélo »**, qui offrent des services et des infrastructures adaptés pour les cyclistes : stationnement vélo, prix spéciaux pour les cyclistes, équipements de réparation, etc.

**26 115 KM DE VOIES
CYCLABLES** sont inscrites au
Schéma national des véloroutes

Source : velo-territoires.org

EN SAVOIR +



Découvrez sur France vélotourisme quelques conseils pour voyager en train avec votre vélo



Consultez l'article « Check-list pour partir quelques jours en vélo » de M ta Terre



PRÉPARER SES BAGAGES ET SES ACTIVITÉS

Une fois la destination et l'hébergement choisis,
place à l'organisation du séjour.

ALLÉGER SA VALISE

Plus une voiture est chargée, plus elle consomme de carburant et émet des gaz à effet de serre. Il en va de même pour l'avion.

Veillez à n'emporter que le strict nécessaire en vêtements et chaussures. Pour les équipements volumineux, comme le matériel de plongée ou les planches de surf, pensez à la location sur place : c'est souvent possible et bien plus pratique.



À EMPORTER

- Un cendrier de poche, si vous êtes fumeur ;
- une gourde pour éviter les bouteilles en plastique ;
- 2 ou 3 boîtes hermétiques pour conserver les restes ou à utiliser en pique-nique (ils ne sont pas toujours disponibles dans les hébergements de vacances) ;
- quelques sacs réutilisables pour éviter de prendre des sacs jetables sur place ;
- un shampoing et un gel douche portant un des **labels environnementaux recommandés** par l'ADEME ;
- un chapeau, des lunettes et un vêtement anti-UV.



À NE PAS EMPORTER

- Les cartons d'emballage des crèmes, du dentifrice... ;
- les produits jetables (rasoirs, lingettes, etc.).

BIEN CHOISIR SA PROTECTION SOLAIRE

Il est important de se protéger du soleil mais aussi de sauvegarder la biodiversité marine. Le choix de la protection solaire n'est donc pas anodin.

Quelques conseils :

- se mettre à l'ombre, porter un chapeau, des lunettes de soleil et des vêtements anti-UV pour réduire l'usage de la crème solaire ;
- choisir une crème solaire à base de filtres UV moins nocifs (de préférence sans ingrédients microplastiques) ;
- éviter les produits solaires en brume ou en spray qui se dispersent dans l'air sans atteindre totalement la peau ;
- attendre 30 minutes, après avoir mis de la crème, pour s'exposer au soleil ou aller dans l'eau afin de laisser les filtres UV chimiques présents dans la majeure partie des crèmes solaires être absorbés par la peau.

Source : OFB/Observatoire océanologique de Banyuls-sur-Mer, campagne de sensibilisation 2024.

PRÉFÉRER LES ACTIVITÉS SANS BRUIT ET SANS POLLUTION

Profitez des vacances et du temps retrouvé pour vous déplacer à pied ou à vélo. Pensez à éviter les sports qui peuvent déranger la faune (comme le quad ou le jet-ski).

Lors des randonnées, respectez les règles de protection des milieux naturels : ne pas sortir des chemins balisés, ne pas laisser de déchets en pleine nature, ne pas cueillir de fleurs sauvages ni ramasser de galets sur les plages...

Les activités côtières sont à l'origine de **79 % DES REJETS DE PLASTIQUES EN MÉDITERRANÉE** en raison notamment d'une mauvaise gestion des déchets et de l'impact des activités touristiques et de loisirs

Source : WWF, *Stoppons le torrent de plastique !*
Rapport 2019

DES APPLIS POUR MIEUX PROTÉGER LA FAUNE SAUVAGE

Pour savoir comment mieux protéger la faune sauvage, des informations très détaillées sont proposées grâce au travail collectif de Biodiv'Sports.

Vous **trouverez des conseils** pour vos randonnées à pied, en raquettes ou en VTT, mais aussi pour les descentes à ski, les vols en parapente, les descentes de rivière en kayak...

Grâce au **widjet de Biodiv'Sports** vous accéderez facilement à des informations précises sur les zones sensibles.



ADOPTER LES BONS GESTES EN VACANCES

Une fois sur place, quelques bons réflexes peuvent faire la différence.

UN PIQUE-NIQUE ZÉRO DÉCHET

Privilégiez le fait-maison (tarte salée, salades composées, sandwichs...). Optez pour des boîtes réutilisables pour emporter vos plats et même aux serviettes en tissu pour en finir avec les films jetables ou l'aluminium. Pour vous hydrater, la gourde est, bien sûr, l'outil essentiel. Le temps vous manque pour préparer quelque chose ? Vous pouvez acheter un sandwich en boulangerie et l'emballer dans votre serviette en tissu ou

apporter vos contenants pour emporter la nourriture que vous achetez. Même la consommation dite « nomade » a un impact. En vacances aussi, restons vigilants. Chaque année, on estime qu'environ 300 000 tonnes d'emballages ménagers sont jetées en France, souvent dans des poubelles non triées, réparties sur des centaines de milliers de sites à travers le pays.

Source : CITEO.



NE PAS ABUSER DE LA CLIM'

Un climatiseur en fonctionnement consomme beaucoup d'électricité, et ce, dans des pays où l'électricité n'est pas nécessairement toujours décarbonée. En effet, certains d'entre eux fabriquent leur électricité à partir de charbon ou de gaz.

Voici donc quelques conseils pour garder votre lieu d'hébergement frais :

- fermez vos volets avant que les rayons du soleil ne tapent sur les vitres du logement ;
- ouvrez vos fenêtres la nuit pour rafraîchir, climatisation éteinte ;
- ne déclenchez la climatisation qu'au-dessus de 27 °C si les autres solutions pour rafraîchir ne suffisent plus.

LE TRI, C'EST PARTOUT !

Que ce soit en balade ou sur votre lieu d'hébergement, le tri des déchets reste essentiel.

N'abandonnez aucun déchet dans la nature, y compris les sacs en plastique biosourcé, qui ne sont pas pour autant biodégradables, ou encore les mégots de cigarette que l'on retrouve encore trop souvent sur nos plages (et dans l'eau). Un mégot nécessite plusieurs années pour se décomposer intégralement. De plus, au contact de l'eau, les mégots relâchent des substances particulièrement toxiques (comme l'arsenic ou l'ammoniac) et se fragmentent en microplastiques, avec des conséquences dramatiques pour les écosystèmes et la biodiversité. Attention aussi à ne pas laisser s'envoler des déchets sur la plage. Les emballages légers pourraient en effet finir par s'échouer très loin et accroître la pollution plastique des océans.

VOUS NE SAVEZ QUOI FAIRE D'UN DÉCHET PARTICULIER, UN DE VOS OBJETS TOMBE EN PANNE ?

À la maison comme en vacances, l'[appli quefairedemesdechets.ademe.fr](http://quefairedemesdechets.ademe.fr) est là pour vous orienter vers des réparateurs, des solutions de réemploi ou de revente ou encore des points de collecte.

3 FOIS PLUS de consommation d'électricité prévue pour la climatisation en 2050 par rapport à 2020 si les équipements de climatisation se généralisent sans effort de sobriété

Les climatiseurs mobiles peuvent consommer **2,5 FOIS PLUS** que les climatiseurs fixes

Source : ADEME, Étude MICO, 2024.

ÉCONOMISER L'EAU

Rien de tel que les douches rapides (moins de 5 minutes) pour préserver la ressource en eau. Dans certaines régions touristiques, la consommation d'eau, très importante en période de vacances, pose de sérieux problèmes. Face à des étés qui s'annoncent toujours plus chauds et à la multiplication des sécheresses dues au changement climatique, cette question va devenir de plus en plus complexe.

Pour vous renseigner sur les recommandations locales en matière de consommation d'eau, consultez le site **VigiEau**.

Une douche de **5 MINUTES ENVIRON** consomme entre **3 à 4 FOIS MOINS D'EAU** qu'un bain

Source : CIEAU.



RÉDUIRE SON EMPREINTE ÉCOLOGIQUE AUX SPORTS D'HIVER

Plusieurs actions sont possibles pour diminuer les impacts environnementaux des vacances à la neige.

LA MONTAGNE EN HIVER RESTE UN PLAISIR

Ces dernières années, plusieurs stations de moyenne montagne ont été fortement touchées par la baisse de l'enneigement, qui devient très incertain pour les stations situées à moins de 2000 mètres. Certaines ont même définitivement fermé car elles ne recevaient plus assez de touristes pour être rentables. Les Français continuent tout de même à profiter des vacances d'hiver à la montagne : 1 Français sur 4 a pratiqué une activité de neige (ski, luge, raquettes...) ces 3 dernières années et 40 % des Français ont séjourné en montagne en hiver pour skier*.

1 FRANÇAIS sur **5** skie,

1 FRANÇAIS sur **7** skie chaque année

* Source : Harris pour Atout France, Étude
« Les Français à la montagne », octobre 2024.

DES SOLUTIONS POUR MOINS D'IMPACTS

Partir sans voiture

Vous évitez ainsi les embouteillages, les routes enneigées et la pose des chaînes pour monter jusqu'en station. Bonne nouvelle : il existe des outils pour vous faciliter la vie :

- **POW Mobility**, par exemple, vous oriente vers les alternatives à la voiture pour prendre la direction des Alpes. Il vous permet aussi de planifier, réserver et payer en une seule fois votre trajet, et ce, même lorsqu'il combine différents modes de transport ou prestataires ;
- certaines stations proposent des réductions sur les forfaits de ski si vous venez sans votre voiture personnelle (en covoiturage ou en train). **La station des Arcs**, par exemple, offre le funiculaire aux personnes présentant un billet de train.





— Une fois sur place, vous pouvez découvrir ou redécouvrir la montagne autrement (toujours sans voiture). Le site **Changer d'approche** met à votre disposition de nombreux guides pour vous faire profiter de bons plans.

Choisir une station engagée

Plusieurs stations s'organisent pour préserver la montagne et rendent visible leur engagement pour les vacanciers.

Le label Flocon Vert en est un bon exemple. Sur la base de 21 critères, il identifie les stations les plus engagées en faveur de la transition écologique. De nombreux enjeux sont abordés, de la gouvernance à l'exigence de mise en place d'une stratégie touristique 4 saisons, en passant par la gestion des ressources, le traitement des déchets, la mise à disposition de transports doux (pour les saisonniers comme pour les touristes) ou encore l'établissement d'une politique de maîtrise énergétique, à travers les équipements ou les constructions à haute performance énergétique.

L'Écolabel européen existe aussi pour des hôtels, centres d'hébergement, résidences hôtelières et campings. Dans ces hébergements, au moins 50 % de l'électricité provient d'énergies renouvelables, des actions concrètes sont mises en place pour éviter le gaspillage alimentaire et pour veiller

à une consommation d'énergie et d'eau raisonnée. Enfin, le personnel est formé aux gestes visant à protéger l'environnement.

EN SAVOIR +



D'autres labels sur les hébergements touristiques existent. Consultez notre sélection

LES BONS GESTES À ADOPTER UNE FOIS DANS L'HÉBERGEMENT

- À l'hôtel, évitez de changer les serviettes de toilette tous les jours.
- Ne surchauffez pas la chambre ou le logement et pensez à baisser le chauffage quand vous sortez.
- Prenez des douches courtes pour ne pas consommer trop d'eau chaude.
- Triez vos déchets en respectant les consignes de la commune qui vous accueille.

L'EMPREINTE CARBONE D'UNE JOURNÉE AU SKI

TOTAL : 48,9 kgCO₂e

(VALEUR MOYENNE)

Étude réalisée pour une journée de ski
à La Clusaz, le Grand-Bornand et Tignes

Logement touristique

— 1,7 kgCO₂e

Alimentation

— 4 kgCO₂e

Végétarien : 1 kgCO₂e (soit une
réduction de 75 % de l'impact de
l'alimentation)

Transport

— 25,4 kgCO₂e

Pour une personne venant d'Annecy :
22,1 kgCO₂e si elle vient en voiture
seule et 5,5 kgCO₂e si elle vient en
voiture avec 3 autres personnes.
Pour une personne venant de Londres
(Royaume-Uni) : 61,7 kgCO₂e si elle
vient en avion puis taxi et 5,0 kgCO₂e
si elle vient en train puis bus

Domaine skiable

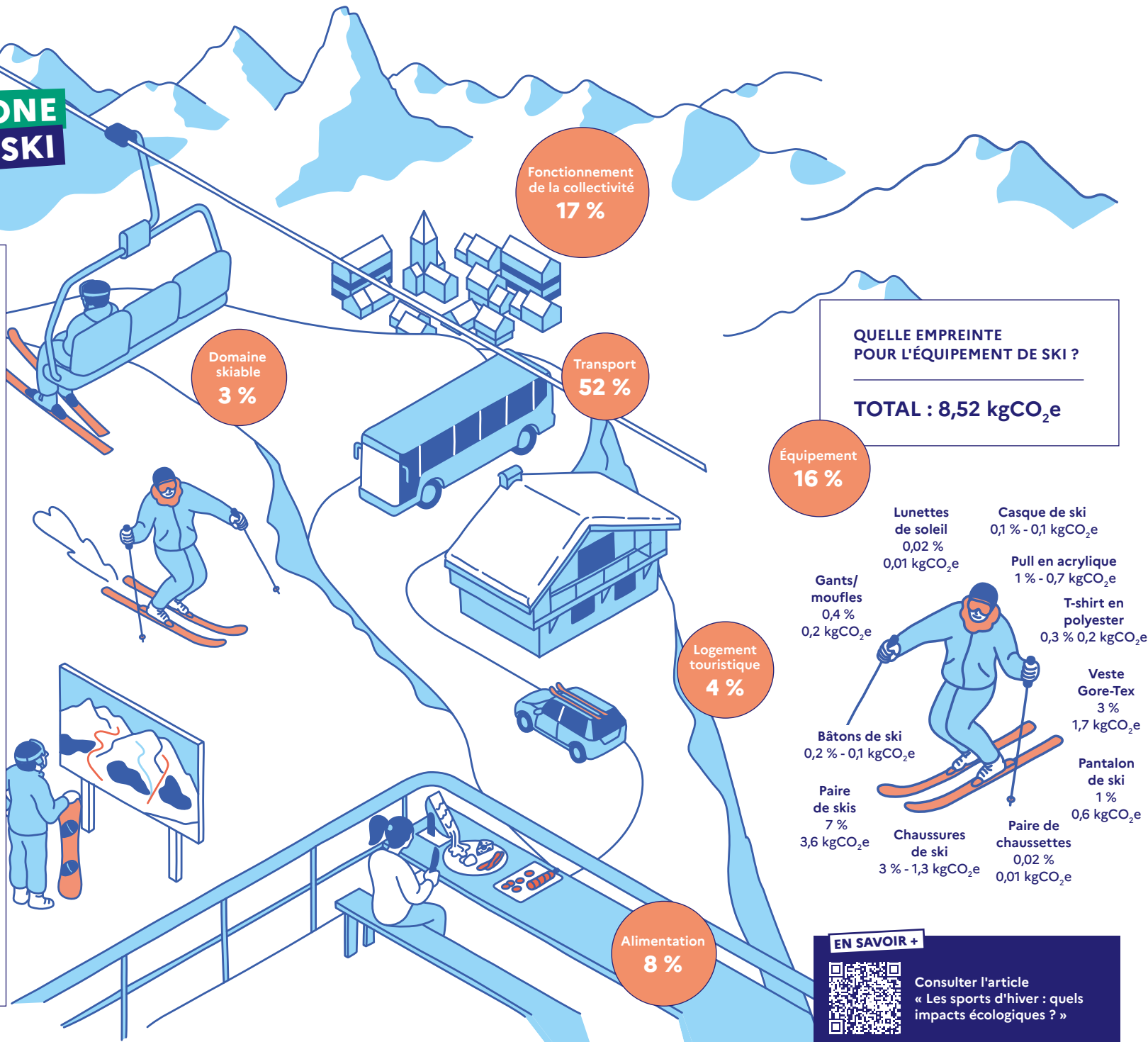
— 1,4 kgCO₂e

Collectivité

— 7,9 kgCO₂e

Infrastructures, équipements et
services en lien avec les activités
touristiques

Source : ADEME, « Réalisation de bilans de gaz à effet
de serre et stratégie climatique associée », 2025.



LES BONNS PLANS POUR LA TENUE, LES SKIS ET LES RAQUETTES

Privilégiez la location à l'achat d'équipements neufs.

L'occasion est aussi une piste à explorer : on trouve facilement sur les sites de vente entre particuliers des vêtements, des skis, des raquettes ou des luges.

Évitez les vêtements qui contiennent des Perfluorocarbures (PFC). Ces composés sont appréciés par les fabricants car ils rendent le tissu imperméable et respirant. Cependant, ils sont particulièrement volatils et de puissants gaz à effet de serre. Enfin, selon l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses), ils ont des effets néfastes sur la santé et agissent, notamment, en qualité de perturbateur endocrinien.

ATTENTION AUX DÉCHETS

Chaque année, lorsque la neige fond, on retrouve des quantités de déchets jetés au sol par les skieurs et les randonneurs. Ces déchets polluent le sol et l'eau et peuvent être dangereux pour les animaux.

50 RAMASSAGES (couvrant seulement 5 % du territoire) organisés par l'association « Montagne Zéro Déchets » ont permis de collecter :

+ DE 11 TONNES DE DÉCHETS SAUVAGES

24 000 MÉGOTS, soit **4 MILLIONS** de mégots si les ramassages avaient eu lieu dans les **288 STATIONS FRANÇAISES**

Source : Bilan 2022 – Montagne Zéro Déchet.

EN SAVOIR +



Découvrez sur notre chaîne YouTube la vidéo « Tout ce qui se cache sous la neige »



[illegible]

L'ADEME À VOS CÔTÉS

À l'ADEME — l'Agence de la transition écologique —, nous sommes résolument engagés dans la lutte contre le réchauffement climatique et la dégradation des ressources.

Sur tous les fronts, nous mobilisons les citoyens, les acteurs économiques et les territoires, leur donnons les moyens de progresser vers une société économe en ressources, plus sobre en carbone, plus juste et harmonieuse.

Dans tous les domaines — énergie, économie circulaire, alimentation, mobilité, qualité de l'air, adaptation au changement climatique, sols... — nous conseillons, facilitons et aidons au financement de nombreux projets, de la recherche jusqu'au partage des solutions.

À tous les niveaux, nous mettons nos capacités d'expertise et de prospective au service des politiques publiques.

L'ADEME est un Établissement public à caractère industriel et commercial (EPIC) placé sous la tutelle du ministère en charge de l'environnement, du ministère en charge de l'énergie et du ministère en charge de la recherche.

agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers

