

Être respectueux de l'environnement, c'est partout, tout le temps, même en faisant du sport !



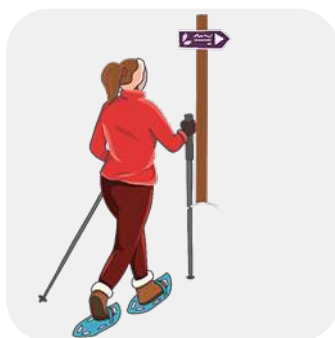
Je privilégie les modes de transports doux

- Pour limiter la pollution, je me déplace le plus possible à vélo, en trottinette, ou encore en transports en commun pour rejoindre et repartir du site d'entraînement ou de compétition.
- Si je dois prendre la voiture, je privilégie le covoiturage.



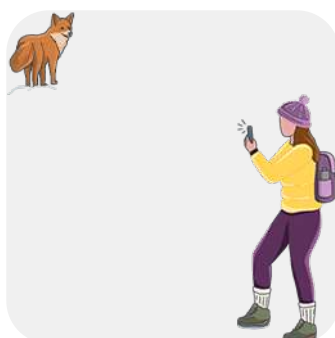
J'évite les produits jetables et je laisse le site propre en partant

- Je ne jette rien dans la nature (ni les mouchoirs, ni le plastique ni les trognons de pomme ou peaux de bananes car ça pollue aussi). Je les ramène avec moi, dans mon sac, et je les jette dans les poubelles appropriées.
- Je m'équipe d'objets réutilisables pour couvrir tous mes besoins lorsque je pratique à l'extérieur, tels qu'une gourde, une assiette et des couverts réutilisables, une serviette en tissu et du papier toilette lavable pour les envies pressantes, etc.



Je respecte les chemins et pistes balisés

- Je respecte la signalétique, je suis les sentiers balisés et je ne dévie pas du chemin. Je ne coupe pas les lacets (virages) tant à la descente qu'à la montée.



Je respecte la faune et la flore

- Je ne cueille pas de plante, de fleur ou autre espèce et je ne m'approche pas des lieux d'habitation, d'hibernation ou de nidification des animaux.
- Je ne caresse pas, ni ne donne à manger, aux animaux que je croise pour ne pas modifier leur comportement naturel.
- Je garde également mes distances lorsque je vois un troupeau.



Je réalise l'impact du réchauffement climatique

- Si nous voulons continuer à pratiquer tous les sports que nous aimons, il est nécessaire de s'engager dans l'action climatique et de préserver l'environnement en étant le plus respectueux possible de la planète.
- Nous avons tous un rôle à jouer ! La réalisation d'un maximum d'écogestes au quotidien permet de contribuer, à son échelle, à la lutte contre le réchauffement climatique et à la préservation de la Terre.

Je privilégie les modes de transports durables

Réduction déchets



LE SAVAIS-TU ?

Les transports sont la première source d'émissions de gaz à effet de serre en France, dont **53% sont dues à la voiture**. Les modes de transport durables permettent de réduire cet impact fort sur l'environnement, mais aussi de profiter des trajets pour être actif et se dépenser !

ACTIONS À MENER

- Pour limiter la pollution, je me déplace le plus possible à vélo, en trottinette, ou encore en transports en commun pour rejoindre et repartir du site d'entraînement ou de compétition.
- Si je dois prendre la voiture, je privilégie le covoiturage.

Je laisse le site propre en partant

Réduction des déchets



LE SAVAIS-TU ?

Les déchets laissés dans la nature mettent énormément de temps à se décomposer... Par exemple, pour une bouteille en plastique, **c'est entre 100 et 1000 ans !** Et lorsqu'elle se dégrade, elle laisse de minuscules particules de plastique dans le sol, ce qui pollue d'autant plus.

ACTIONS À MENER

- Je ne jette rien dans la nature (ni les mouchoirs, ni le plastique ni les trognons de pomme ou peaux de bananes car ça pollue aussi). Je les ramène avec moi, dans mon sac, et je les jette dans les poubelles appropriées.
- Je m'équipe d'objets réutilisables pour couvrir tous mes besoins lorsque je pratique à l'extérieur, tels qu'une gourde, une assiette et des couverts réutilisables, une serviette en tissu et du papier toilette lavable pour les envies pressantes, etc.

Je respecte les chemins et pistes balisés

Bien vivre ensemble



LE SAVAIS-TU ?

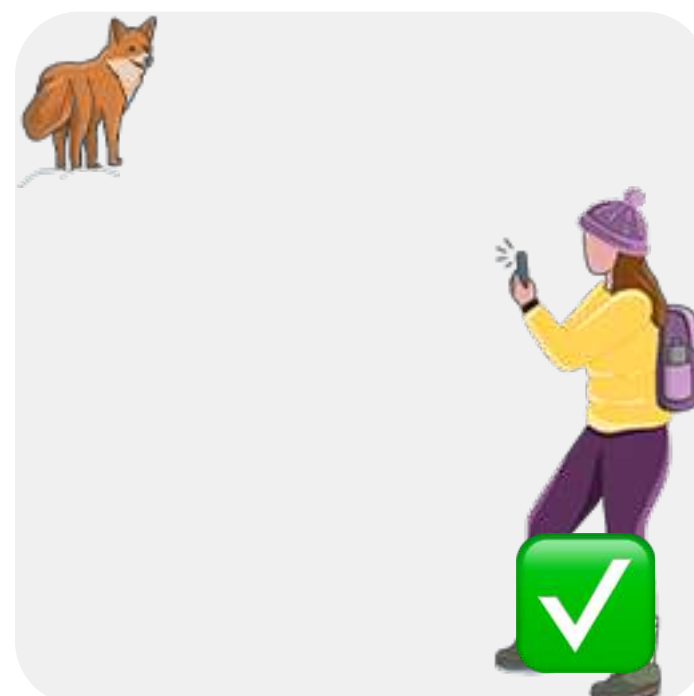
Marcher hors des sentiers, pistes et/ou des chemins balisés peut avoir des impacts importants sur la faune et la flore. Cela entraîne **un piétinement des sols et des plantes** présentes à proximité des itinéraires ainsi qu'un dérangement des animaux et cela peut également mettre en péril certaines espèces parfois fragiles. Plus le sol est pentu, plus les risques s'accroissent et les conséquences peuvent être dramatiques pour la nature.

ACTIONS À MENER

- Je respecte la signalétique, je suis les sentiers balisés et je ne dévie pas du chemin. Je ne coupe pas les lacets (virages) tant à la descente qu'à la montée.
- Je signale si il y a un obstacle sur le sentier, une erreur de balisage ou un autre problème (via l'application Suricate par exemple).

Je respecte la faune et la flore

Bien vivre ensemble



LE SAVAIS-TU ?

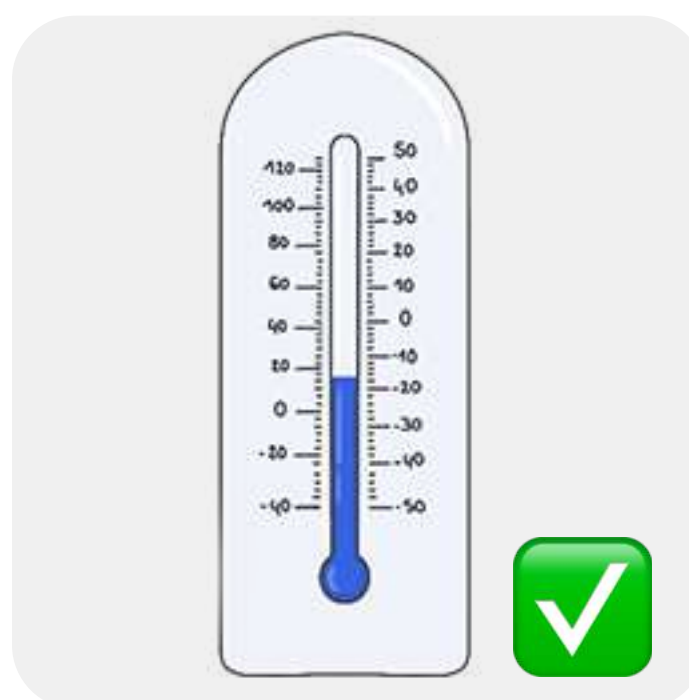
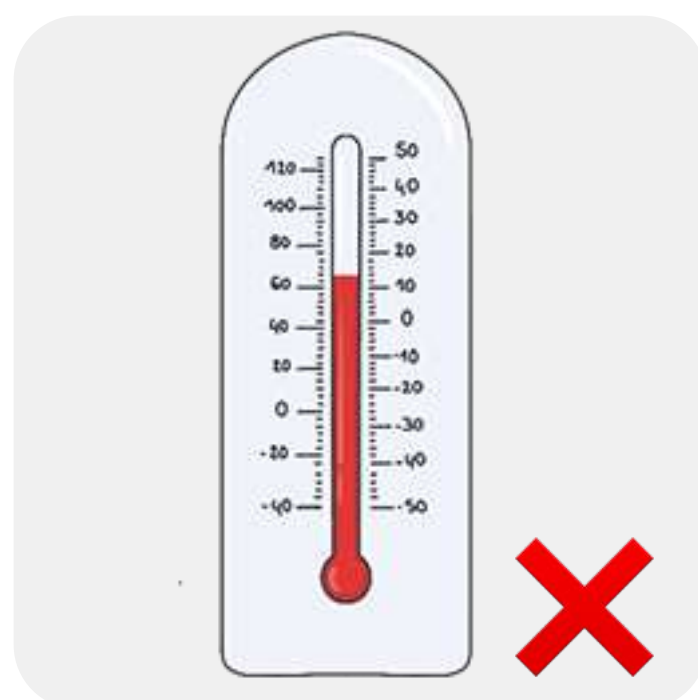
Le tourisme est responsable de 67 % de la mortalité des marmottes. Pour éviter cela, les gestionnaires d'espaces naturels recommandent de **ne pas s'approcher de la faune**, qu'il s'agisse d'animaux sauvages ou de troupeaux de bétail, pour ne pas risquer de les perturber. Il est également important de ne pas prélever de plantes sous toutes ses formes car c'est bien souvent tout un écosystème qui trouve son équilibre par la présence de ces végétaux.

ACTIONS À MENER

- Je ne cueille pas de plante, de fleur ou autre espèce et je ne m'approche pas des lieux d'habitation, d'hibernation ou de nidification des animaux.
- Je ne caresse pas, ni ne donne à manger, aux animaux que je croise pour ne pas modifier leur comportement naturel.
- Je garde également mes distances lorsque je vois un troupeau.

Je réalise l'impact du réchauffement climatique

Réduction des déchets



LE SAVAIS-TU ?

Avec l'augmentation des températures, le dérèglement climatique pourrait faire perdre jusqu'à 2 mois d'activité sportive aux Français par an, d'après WWF France. Canicules, accélération de la fonte des neiges et des glaciers, multiplication des sécheresses... **les conséquences du réchauffement climatique sont nombreuses.** Le sport, comme le reste de la société, est directement impacté et certains sites de pratique vont disparaître.

ACTIONS À MENER

- Si nous voulons continuer à pratiquer tous les sports que nous aimons, il est nécessaire de s'engager dans l'action climatique et de préserver l'environnement en étant le plus respectueux possible de la planète.
- Nous avons tous un rôle à jouer ! La réalisation d'un maximum d'écogestes au quotidien permet de contribuer, à son échelle, à la lutte contre le réchauffement climatique et à la préservation de la Terre.