



COLLINES
NORMANDES



Parc
naturel
régional
des Boucles de
la Seine Normande



le Tourisme par Nature

Un réseau de professionnels investis dans une
démarche de tourisme durable !

Le guide « pratique »

pour les professionnels du tourisme qui
veulent s'engager dans une démarche
de tourisme durable



Sommaire

Le tourisme durable.....	p. 3
Focus sur deux réseaux normands.....	p. 4

 L'EAU	p. 6 à 10
Ça va mieux en le disant !.....	
Les actions	
Focus sur une action	

 LES DÉCHETS	p. 11 à 14
Ça va mieux en le disant !.....	
Les actions	
Focus sur une action	

 L'ÉNERGIE	p. 15 à 24
Ça va mieux en le disant !.....	
Les actions	
Focus sur une action	

 LA NATURE	p. 25 à 29
Ça va mieux en le disant !.....	
Les actions	
Focus sur une action	

 L'INTÉGRATION PAYSAGÈRE	p. 30 à 32
Ça va mieux en le disant !.....	
Les actions	
Focus sur une action	

 L'ALIMENTATION	p. 33 à 35
Ça va mieux en le disant !.....	
Les actions	
Focus sur une action	

 L'ACCUEIL DU PUBLIC	p. 36 à 40
Ça va mieux en le disant !.....	
Les actions	
Focus sur une action	

 LE PATRIMOINE ET LE MATRIMOINE	p. 41 à 44
Ça va mieux en le disant !.....	
Les actions	
Focus sur une action	

Ouvrages et sites internet consultés.....	p. 45
---	-------

Le tourisme durable

Le tourisme durable revêt toute forme de développement, aménagement ou activité touristique qui respecte et préserve à long terme les ressources naturelles, culturelles et sociales et contribue, de manière positive et équitable, au développement économique et à l'épanouissement des individus qui vivent, travaillent et séjournent sur le territoire.

Les 5 finalités d'un développement durable sont :

- L'épanouissement humain et l'accès pour tous à une bonne qualité de vie,
- La lutte contre le changement climatique et la protection de l'atmosphère,
- La préservation de la biodiversité, des milieux et des ressources,
- La cohésion sociale et la solidarité entre les générations,
- Un développement selon des modes de production et de consommation responsables.

Chaque thème a été divisé en plusieurs parties :

- « Ça va mieux en le disant ! » qui précise les enjeux et donne des chiffres
- « Les actions » qui permettent à chacun de faire sa part, comme le colibri*
- « Focus sur une action » qui détaille une action

La rédaction de ce guide a été inspirée par « Le guide des éco-gestes » réalisé par le CPIE Seignanx-Adour. Ce dernier a également mené des actions de sensibilisation auprès des acteurs touristiques de son territoire dans le cadre d'un partenariat avec l'office du tourisme du Seignanx et le Pays Adour Landes océanes. Nous les remercions d'avoir accepté de nous faire bénéficier de leur expérience et de leur travail.

*Le colibri est un petit oiseau qui, voyant sa forêt en feu, allait chercher des gouttes d'eau pour éteindre l'incendie. Les autres animaux se moquèrent de lui en lui disant qu'il n'arriverait jamais à éteindre le feu tout seul. Celui-ci leur répondit « Je sais, mais je fais ma part ! ».



© Pixabay

Focus sur deux réseaux normands

L'objectif d'un réseau de tourisme durable est de se retrouver entre pairs pour échanger, partager et mener des actions en commun répondant à des problématiques économiques, sociales et environnementales. Les acteurs touristiques s'engagent autour de valeurs partagées.

De nombreux territoires s'engagent dans une démarche de tourisme durable. S'il n'existe pas de réseau sur le vôtre, il est possible d'amorcer une réflexion en ce sens avec les offices du tourisme, la collectivité ou une structure d'éducation à l'environnement.

Le réseau « Suisse normande territoire préservé »

Ce réseau est animé par le CPIE Collines normandes.

C'est un réseau de tourisme durable composé :

- D'hébergeurs,
- De restaurateurs,
- De producteurs,
- D'artisans d'art,
- De commerçants de produits du terroir,
- De structures à vocation sportive, culturelle, environnementale et bien-être,
- D'offices du tourisme.

UN RESEAU DE PERSONNES ENGAGEES DANS UNE DEMARCHE DE
TOURISME DURABLE, RESPECTUEUSES DE L'ENVIRONNEMENT ET
DES PERSONNES.

Un réseau de personnes conscientes que leur territoire est magnifique et qu'il permet aux visiteurs de s'y ressourcer, mais conscientes également que ses paysages sont fragiles et qu'il faut les préserver.

Un réseau de personnes conscientes que la coopération, contrairement à la concurrence, permet de mener des actions communes et de donner une image dynamique des acteurs touristiques.

Un réseau de personnes désireuses de faire découvrir la Suisse normande, ses paysages, sa nature, son patrimoine, ses produits et son savoir-faire.

Les membres du réseau « Suisse normande territoire préservé » s'engagent à avoir des pratiques respectueuses de l'environnement et des personnes. Ils signent une charte dans laquelle ils s'engagent concrètement sur les thèmes suivants :

Protéger la ressource en eau

- Gérer les déchets
- Limiter la consommation d'énergie
- Laisser une place à la nature
- Limiter les pollutions environnementales et sanitaires, à l'intérieur et à l'extérieur
- Privilégier l'alimentation locale et/ou bio et/ou équitable et de saison
- Accueillir tous les publics
- Valoriser le patrimoine naturel et culturel de la Suisse normande





PARC NATUREL RÉGIONAL
DES BOUCLES
DE LA SEINE NORMANDE

La marque Valeurs Parc naturel régional

La marque nationale « Valeurs Parc naturel régional » a été créée par la fédération des Parcs naturels régionaux de France, afin de mettre en avant des produits et services proposés par des entreprises engagées dans un développement économique durable.

La marque peut être attribuée à des hébergements touristiques, produits artisanaux, des artisans, des prestations d'accompagnement, des restaurants, sites de visite...

POUR LE CONSOMMATEUR, LA MARQUE GARANTIT UNE PRESTATION ÉCOTOURISTIQUE OÙ LA QUALITÉ DE L'ENVIRONNEMENT ET LE BIEN-ÊTRE HUMAIN SONT RESPECTÉS PAR DES HOMMES ET DES FEMMES ATTACHÉS À LEUR TERRITOIRE.

En obtenant la marque Valeurs Parc naturel régional, les bénéficiaires s'engagent sur une durée de cinq ans autour de trois valeurs :

- L'humain : la marque promeut des prestataires qui se préoccupent du bien-être de leurs salariés, des habitants et des touristes. Ils partagent leur passion et jouent la carte du collectif et de la solidarité au sein du territoire.
- La préservation de l'environnement : la marque met en valeur des activités respectueuses de l'environnement, qui contribuent à la valorisation des paysages, des milieux naturels et de la biodiversité, en lien avec le tourisme de nature.
- L'attachement au territoire : les entreprises bénéficiaires contribuent à l'économie de proximité en recourant à des fournisseurs et producteurs locaux. Elles valorisent les éléments emblématiques du territoire et s'attachent à le faire découvrir.



L'EAU

Ça va mieux en le disant !

Du côté des quantités

Un Français utilise en moyenne 150 à 200 litres d'eau par jour (soit 8 fois plus que nos grands-parents) : 6 % pour l'alimentation et 94 % pour l'hygiène, les toilettes et le nettoyage. En vacances, les comportements peuvent changer et les touristes peuvent consommer 2 fois plus d'eau qu'un habitant.

Attention aux fuites

UN ROBINET QUI SUINTE = 0,1 litre/heure, soit 1 m³/an

UN PETIT GOUTTE-À-GOUTTE = 0,5 litre/heure, soit 5 m³/an

UN ROBINET QUI GOUTTE = 1,5 litre/heure, soit 15 m³/an

UNE FUITE LÉGÈRE DE LA CHASSE D'EAU = 3 litres/heure, soit 30 m³/an

UN FILET D'EAU AU ROBINET = 10 litres/heure, soit 90 m³/an

UNE CHASSE D'EAU QUI COULE = 30 litres/heure, soit 250 m³/an

Les appareils économes en eau sont de plus en plus performants

Exemple de consommation d'une machine à laver

Classe A : 70 à 80 litres par cycle de lavage

Classe A+ : 60 à 70 litres par cycle de lavage

Classe A++ : 50 à 60 litres par cycle de lavage

Classe A+++ : 45 à 55 litres par cycle de lavage

Le prix de l'eau en France est très inégal. Il varie d'environ 3 à 6 € le m³ (après assainissement) selon les collectivités. Chaque année, 1 milliard 500 millions de litres d'eau sont gaspillés à cause de fuites dans les canalisations.





Du côté de la qualité

L'EAU QUE NOUS BUVONS PROVIENT ESSENTIELLEMENT DE CAPTAGES SOUTERRAINS MAIS LES SECTEURS SITUÉS À L'OUEST DE L'ORNE ET DANS LA MANCHE ONT QUELQUES CAPTAGES SUPERFICIELS. L'EAU QUE NOUS REJETONS REPART DANS LES COURS D'EAU, DANS LES SOLS ET DONC DANS LES NAPPES PHRÉATIQUES, APRÈS ÊTRE PASSÉE PAR LES STATIONS D'ÉPURATION.

En 2019, l'eau distribuée en Normandie est de bonne qualité, sauf sur certains secteurs où des dépassements récurrents des normes sont observés. Les paramètres en cause sont majoritairement des pesticides.

97,2 % de la population normande est alimentée par une eau de très bonne qualité microbiologique, 1,3 % de bonne qualité et 1,6 % de qualité insuffisante.

99,8 % de la population est alimentée par une eau conforme à la norme en nitrates de 50mg/l d'eau.

94 % de la population est alimentée par une eau conforme aux limites de qualité pour les pesticides, 4,2 % ont subi une non-conformité ponctuelle et 1,8 % une non-conformité récurrente.

Toutefois, le niveau de risque lié à l'exposition hydrique reste très faible. Celle-ci doit être comparée à d'autres voies d'exposition : celle liée aux usages de ces produits ainsi que celle liée à la consommation d'autres produits alimentaires (fruits et légumes...).

La loi Labbé a permis de mettre en place une interdiction d'usage et une restriction de vente de tous les produits phytosanitaires de synthèse dans les JEVI (jardins et espaces végétalisés et les infrastructures). Les seuls produits qui seront dorénavant utilisables par les jardiniers amateurs seront :

- les produits de biocontrôle,
- les produits utilisés en agriculture biologique,
- les produits à faible risque.

Les trois grandes échéances de la loi ont été les suivantes :

1^{ER} JANVIER 2017 :

- interdiction d'utilisation des produits phytosanitaires de synthèse par l'État, les collectivités territoriales, les établissements publics sur les espaces verts, les forêts, les voiries ou les promenades accessibles ou ouverts au public,
- fin de la vente en libre-service des produits phytosanitaires de synthèse pour les particuliers.

1^{ER} JANVIER 2019 :

- La vente, l'usage et la détention de ces mêmes produits ont été interdits pour les particuliers.



Les actions

Du côté des quantités

A l'intérieur

- 💧 Sensibilisez vos clients à l'importance de la réduction de la consommation d'eau.
- 💧 Comparez vos consommations à la moyenne nationale.
- 💧 Relevez votre compteur un soir et le lendemain matin pour vérifier s'il n'y a pas de fuites.
- 💧 Installez des systèmes destinés à économiser l'eau (voir « Pour aller plus loin »).
- 💧 Utilisez des appareils économes en eau.
- 💧 Réutilisez l'eau des sèche-linges à condensation.
- 💧 Proposez aux clients de conserver leurs serviettes plusieurs jours et de ne vous les donner qu'en cas de besoin.
- 💧 Installez une cuve permettant de récupérer l'eau de pluie pour alimenter les toilettes ou la machine à laver.
- 💧 Installez des toilettes sèches. La réglementation impose une cuve étanche recevant les fèces ou les urines ; une aire étanche conçue de façon à éviter les écoulements et à l'abri des intempéries, sur laquelle est vidée la cuve et une utilisation des sous-produits (compost) valorisés uniquement sur la parcelle et ne générant aucune nuisance.



A l'extérieur

- 💧 Installez un récupérateur d'eau de pluie (arrosage, nettoyage, abreuvement des animaux).
- 💧 Paillez les plantations (les tontes de pelouse étalées en couche fine, chaque semaine, les feuilles mortes, la paille et les paillages du commerce vont permettre au sol de rester humide).





Du côté de la qualité

A l'intérieur

- 💧 Utilisez des produits d'entretien éco-labellisés sans chlore et sans phosphates.
- 💧 Fabriquez vous-même vos produits d'entretien.
- 💧 N'utilisez pas d'eau de javel. Même dans un accueil collectif, la désinfection totale n'est pas obligatoire. Le vinaigre blanc et l'huile essentielle de tea tree permettent également de désinfecter.
- 💧 Utilisez la bonne dose de produit de nettoyage.
- 💧 Utilisez des balles de lavage en caoutchouc naturel (plus résistantes) qui permettent de réduire la quantité de lessive.
- 💧 Utilisez une ventouse ou un hérisson à la place de produits débouchants. Et si un déboucheur est nécessaire, préférez un produit à base d'enzymes. Vous pouvez aussi essayer du bicarbonate et du vinaigre ou des cristaux de soude et de l'eau (laisser agir quelques heures).
- 💧 Utilisez des draps et des serviettes en coton bio (la culture du coton n'aura pas induit une pollution des eaux par les produits chimiques).

A l'extérieur

- 💧 La prévention, les associations de plantes, la préservation du sol, l'espacement entre les plantes, l'apport de compost, le recours aux auxiliaires ou à des préparations organiques permettent de limiter les dégâts liés aux champignons et aux insectes. Quant au désherbage, il peut être limité grâce au paillage et à la plantation de plantes couvre-sol ou à la pose de feutres géotextiles. Sur les surfaces minérales, l'eau chaude, peut être utilisée.
- 💧 Apprenez à changer votre regard : quelques pucerons sur un rosier ou quelques herbes dans une allée montrent simplement que vous hébergez une partie de la vie sauvage.
- 💧 Communiquez sur cet aspect auprès de vos clients : avoir une bonne qualité d'eau passe par la non-utilisation de produits chimiques et une tolérance de la vie sauvage dans votre structure.
- 💧 Réduisez la quantité de chlore dans les piscines en privilégiant les systèmes à dosage électronique. Pour remplacer le chlore, les rayons ultraviolets et l'oxygène actif sont des solutions alternatives.

Focus sur une action

Les équipements économes en eau

Ils permettent de réduire de façon importante la consommation d'eau. Toutefois, pour une question de confort, il est important de respecter les débits en fonction des usages :

- 💧 A l'évier : 6 à 9 litres par minute
- 💧 Au lavabo : 4,5 litres par minute
- 💧 Dans la douche : 9 à 10 litres par minute

Pour les robinets

💧 Les régulateurs de jet (ou robinets mousseurs)

Ce sont des embouts à visser qui aèrent le jet d'eau et qui permettent de diminuer le débit de 12 litres par minute à 6 litres, voire 1,5 litre par minute pour les plus performants. Ils se vissent directement sur le robinet. Ils varient en fonction de la tête du robinet et du filetage.

💧 Les mitigeurs thermostatiques

Ils réduisent le temps d'attente pour obtenir la bonne température de l'eau (économie de 25 à 30 litres d'eau par douche).

💧 Les boutons-poussoirs

Ils évitent que les robinets restent ouverts par oubli. Il est possible de régler le débit lors de la pose.

💧 Les détecteurs de présence

Ils permettent de ne faire couler l'eau qu'en faisant passer les mains sous le robinet.

Pour les douches

💧 Les économiseurs d'eau

Ils s'installent entre le mitigeur et le flexible ou à la base de la douchette. Ils permettent de diminuer le débit de 18 à 10 litres par minute.

💧 Les pommes de douche économiques

Elles sont équipées d'un système à turbulences qui fractionne les gouttes d'eau. Elles multiplient ainsi la surface d'eau en contact avec la peau. Le débit passe alors à 5-7 litres par minute.

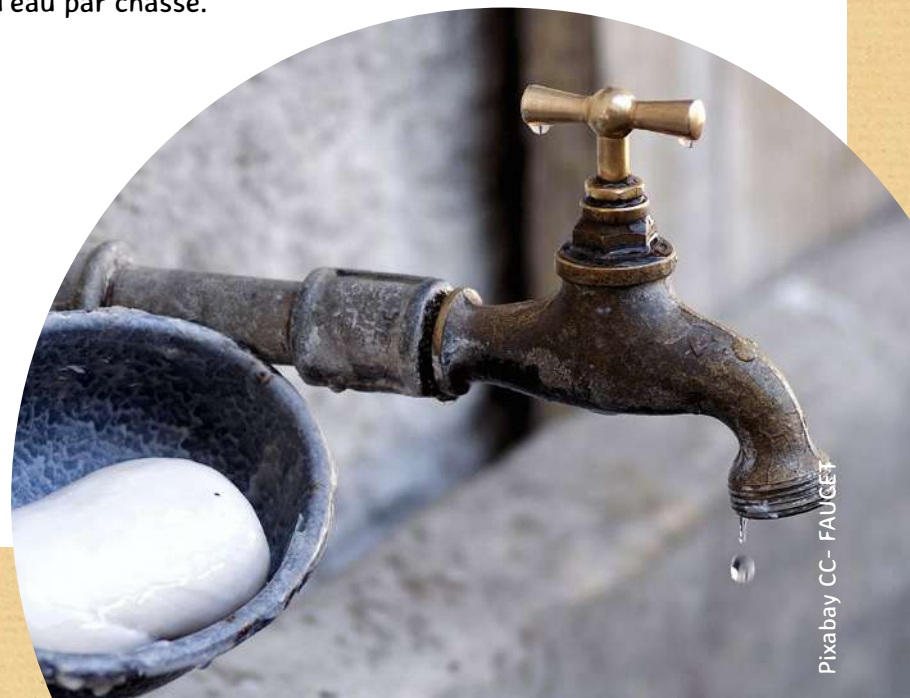
💧 Le stop-douche

Il se place entre la douchette et le flexible. Il laisse couler un mince filet d'eau afin d'éviter que l'eau chaude ne remonte dans l'eau froide. Il permet d'économiser 25 à 30 litres d'eau par douche.

Pour les toilettes

💧 Les écoplaquettes

Elles s'installent dans le réservoir et permettent d'économiser 3 à 4 litres d'eau par chasse.



LES DÉCHETS

Ça va mieux en le disant !

CHACQUE FRANÇAIS PRODUIT, EN MOYENNE, 450 À 550 KG DE DÉCHETS MÉNAGERS PAR AN.

LES DÉCHETS COMPOSTABLES REPRÉSENTENT 31 % DU VOLUME D'UNE POUBELLE.

En 2017, chaque Français a produit 580 kg de déchets ménagers. C'est 2 % de moins en 10 ans.

Les déchets compostables représentent 40 % du volume d'une poubelle.

En ajoutant les déchets liés aux entreprises et à la construction, ce sont 4,9 tonnes de déchets qui ont été produits par chaque habitant. Les entreprises, quant à elles, les ont réduits de 15 % et la construction de 5 %.

66 % d'entre eux sont recyclés (+ 13 % en 10 ans), 28 % sont éliminés (- 15 % en 10 ans) et 6 % valorisés énergétiquement (+ 59 % en 10 ans).

L'extension du tri des plastiques ainsi que des actions de communication devraient permettre de continuer à faire augmenter le taux de recyclage.

Le verre

Le taux de recyclage est actuellement de **85 %**.

Seul le verre d'emballage peut être recyclé en verre car sa composition chimique diffère des autres verres (ampoules, écrans, vaisselle...).

Le recyclage permet de réduire la quantité de déchets enfouis ou brûlés et de préserver les ressources naturelles (pétrole, bois, bauxite).



La porcelaine et la céramique ne sont pas destinées, non plus, à aller dans le conteneur à verres.

Le verre est recyclable à l'infini.

Le papier-carton

Le taux de recyclage est actuellement de **64,5 %**.

Ils vont être recyclés en papier et en carton mais aussi en panneaux d'aggloméré utilisés dans l'ameublement. Le papier-carton peut se recycler une dizaine de fois. Les fibres deviennent ensuite trop courtes pour pouvoir redevenir du papier ou du carton.

Le recyclage d'une tonne de carton permet d'épargner 2,5 tonnes de bois et le rejet de 2,5 tonnes de CO₂.

Le plastique

Le taux de recyclage est actuellement de **54,5 %**, pour les bouteilles et les flacons.

Le recyclage de ces matériaux est en pleine évolution car, à partir de 2022, toutes les collectivités doivent collecter en plus les pots, les barquettes, les sacs et les films plastiques. Le plastique permet de fabriquer de nouveaux objets en plastique ainsi que des tissus en polaire. Mais ce dernier recyclage pose des problèmes car les fibres synthétiques des vêtements en polaire se retrouvent dans les océans, sous forme de micro-particules de plastiques, à travers l'évacuation de nos eaux de lavage.

Les briques alimentaires

Le taux de recyclage est actuellement de **53 %**.

Elles sont composées de carton, de plastique et d'aluminium. Ces 3 matières sont séparées et recyclées en papier toilette, essuie-tout..., en pots de fleurs, en bacs plastiques... et en feuilles d'aluminium.

L'aluminium

Le taux de recyclage est actuellement de **48 %**.

Une tonne d'aluminium recyclé permet d'économiser 4 à 5 tonnes de bauxite (minerai à partir duquel on extrait l'aluminium).

Il est utilisé pour l'équipement automobile, la fabrication d'alliages...

L'aluminium se recycle à l'infini.

Les matières organiques

Elles représentent environ un tiers de nos poubelles et peuvent être **facilement compostées** pour être transformées en engrais naturel pour les plantes, les arbres, les légumes.





Les actions

Sur la réduction des déchets

- 🗑️ Pour vous débarrasser de certains objets ou pour meubler votre établissement, pensez aux ressourceries / recycleries qui récupèrent les objets, les réparent, les relookent et les revendent à bas prix.
- 🗑️ Installez un bac à compost (voir « Pour aller plus loin ») ou donnez vos restes aux poules si vous en avez.
- 🗑️ Broyez les déchets d'entretien des espaces verts, compostez-les, utilisez-les en paillage ou emmenez-les à la déchetterie. Il est interdit par la loi de brûler les déchets verts. En effet, le brûlage des végétaux, à l'air libre, dégage une grande quantité de polluants.
- 🗑️ Achetez des produits en vrac en emmenant vos boîtes et sacs réutilisables pour emballer et transporter vos achats.
- 🗑️ Surveillez les dates de péremption.
- 🗑️ Proposez à vos clients de repartir avec les restes de leurs repas s'ils n'ont pas pu terminer leurs assiettes.
- 🗑️ Evitez de proposer des produits à usage unique (lingettes, couverts jetables, échantillons de savon ou de shampoing, bouteilles d'eau ...) ou en parts individuelles (confiture, beurre, fromage...).
- 🗑️ Fournissez des pique-niques « 0 déchet » à vos clients.
- 🗑️ Mettez à disposition des clients des sacs en tissu pour les courses et une gourde.
- 🗑️ Récupérez les emballages vides pour les réutiliser pour votre production

(pots de confiture, bouteilles...) ou pour les redonner au fournisseur.

- 🗑️ Collez l'autocollant « stop pub » sur votre boîte aux lettres. Cela fera 40 kg de papier en moins à aller porter au conteneur.
- 🗑️ Achetez des produits recyclés (papier imprimante, sacs en tissu recyclé...)

Sur le tri

- 🗑️ Renseignez-vous auprès de votre collectivité sur les consignes de tri. Un mauvais tri coûte cher à la collectivité et aux contribuables car les déchets doivent être transportés 2 fois.
- 🗑️ Traduisez les consignes de tri en anglais pour la clientèle étrangère.
- 🗑️ Sensibilisez et informez vos clients et votre entourage. Il ne peut pas y avoir d'amélioration du tri sans éducation à l'environnement.
- 🗑️ Rendez le tri amusant en installant, par exemple, des filets sous des panneaux de basket pour récupérer les canettes et les bouteilles en plastique.
- 🗑️ Emmenez les déchets toxiques comme les ampoules, les néons, les piles, les déchets électroniques... à la déchetterie ou dans des points de collecte situés chez les revendeurs.

Focus sur une action...

Le compostage

**FAIRE DU COMPOST, C'EST S'INSCRIRE DANS UN CYCLE ET REDONNER
AU SOL CE QUE LA PLANTE Y A PUISÉ.**

Si vous souhaitez pouvoir utiliser votre compost pour apporter de l'engrais à vos plantations, il est important que les matières puissent bien se décomposer.

Le premier principe à respecter est de mélanger environ 1 volume de matière carbonée (feuilles mortes, carton, petit bois, copeaux...) avec 2 volumes de matière azotée (épluchures de fruits, de légumes, tontes de pelouse...). Dans la pratique, l'essentiel est qu'il y ait un apport de matière carbonée et de matière azotée. En observant votre compost, vous pourrez remarquer si la décomposition se fait correctement ou pas. S'il y a trop de matière azotée, cela générera des odeurs nauséabondes et une matière visqueuse. S'il y a trop de matière carbonée, la décomposition sera très lente.

Le deuxième principe est qu'il est plus facile de réussir un compost dans un bac (de préférence en bois) que dans un tas. L'humidité et la chaleur sont plus confinées dans un bac et la vie microbienne y est protégée. Cela permet au compost de monter en température plus facilement et de se décomposer plus rapidement.

Quelques astuces

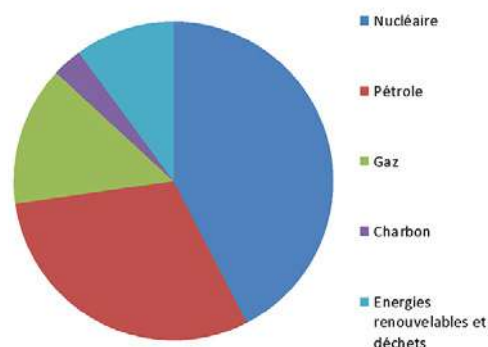
- Si les 2 principes ci-dessus sont respectés, il n'y a pas vraiment besoin de remuer le tas de compost car la matière carbonée laissera des espaces permettant à l'air de circuler. Et les vers, en se déplaçant, laisseront aussi l'air pénétrer dans le compost. Mais pour accélérer la transformation de la matière organique, vous pouvez le remuer au moins une fois par mois.

- Attention aux tontes de pelouse qui, en grande quantité, ne vont pas se décomposer correctement. Il peut être judicieux de l'étaler d'abord pour la faire sécher au soleil durant un ou 2 jours, avant de l'incorporer au compost.
- Plus les éléments à composter sont petits, plus ils se décomposent facilement.
- Certains éléments se décomposent très mal et il vaut mieux éviter de les mettre dans le composteur : les coquilles de fruits de mer, les os et les résidus de conifères.
- Les peaux d'agrumes sont plus lentes à se décomposer car leur peau ne va pas pouvoir être digérée par les bactéries dans un premier temps mais par les champignons. Les bactéries prendront le relais après les champignons. Si vous souhaitez utiliser le compost rapidement, elles sont à éviter.
- Les coquilles d'œufs, de noix et noisettes...peuvent être mises au compost. Elles mettront un peu plus de temps à se dégrader mais elles permettront à l'air de mieux circuler dans le compost en l'empêchant de se tasser.
- Attention aux plastiques dits biodégradables ! Ils ne sont que fragmentables.
- Installez le composteur dans un endroit ombragé, en contact direct avec de l'herbe. Pour plus de durabilité, les pieds peuvent être posés sur des briques.



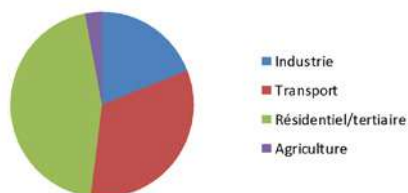
L'ÉNERGIE

L'énergie en France



En 2019, l'énergie produite en France se compose de 77 % de nucléaire, de moins de 1 % de pétrole, de gaz et de charbon et de 22 % d'énergies renouvelables et déchets. Du côté des énergies renouvelables, les principales filières restent le bois-énergie (32,9%), l'hydraulique renouvelable (18,7%), l'éolien (12,3 %), les bio-carburants (10,3 %), les pompes à chaleur (9,8 %), les déchets renouvelables (4,3 %), le solaire photovoltaïque (4,1 %) et le biogaz (3,6 %).

La consommation finale à usage énergétique, corrigée des variations climatiques, a connu un pic en 2001 et a baissé lentement dans les années suivantes. Elle s'élève à 144 Mtep en 2018, en léger rebond depuis 2016. Le résidentiel-tertiaire est de plus en plus prédominant : sa part dans la consommation énergétique est passée de 43 % en 1990 à 46 % en 2017. À l'inverse, celle de l'industrie a diminué de 24 % à 19 %, tandis que celle des transports est passée de 30 % à 32 % et que celle de l'agriculture est restée stable à 3 %.



La crise énergétique mondiale est liée à une pénurie d'énergie, causée par la forte reprise économique après la récession liée à la pandémie de covid, et amplifiée, depuis 2022, par l'invasion de l'Ukraine par la Russie. Les petits gestes comme les grands travaux peuvent donc permettre de réduire la consommation d'énergie.



Les différents types d'éclairage à économie d'énergie

Le comparatif ci-dessous vous aidera à bien choisir votre éclairage :

Types d'ampoules

Avantages

Inconvénients



BASSE CONSOMMATION

Bon rendement lumineux (60 lm/W*)
Durée de vie moyenne (6000 à 15000 h)
Prix modéré

Fragile
Faible résistance aux cycles allumage/extinction
Allumage lent
Présence de mercure
Emission d'UV

LED

Excellent rendement lumineux (100 lm/W)
Durée de vie longue (plus de 15000 h)
Bonne résistance aux cycles allumage/extinction

Prix légèrement plus élevé
Risques pour les yeux (choisir des LED classées GR0 ou GR1 (groupes de risque nul ou faible) qui limitent les risques de lésion de l'œil et ne pas utiliser de spots qui envoient de la lumière directive sans la répartir contrairement aux ampoules de forme classique

NEONS

Bon rendement lumineux (60 à 100 lm/W)
Durée de vie moyenne (7500 à 16000 h)
Mais certains néons dits de longue durée peuvent aller de 30000 à 40000 h

Grésillements
Effet stroboscopique (papillotement) qui peut générer des maux de têtes ou une baisse des performances visuelles
Réduction de la durée de vie lors d'allumages et d'extinctions fréquents

Les LED peuvent produire une lumière chaude identique à celle de l'incandescence ou un blanc froid. On parle de lumière chaude entre 2 700 et 3 200 kelvins, de lumière froide au-delà de 4 000 kelvins. La température de couleur peut être indiquée par :

- ❶ le nombre de kelvins (K),
- ❶ la couleur (jaune pour le chaud, bleu pour le froid),
- ❶ les mots « warm », « warm white » ou « warm light » pour le chaud, « cool white » pour le froid.

* Le nombre de lumens (lm) exprime la quantité de lumière produite par l'ampoule. Plus il y a de lumens, plus elle éclaire.

Nombre de lumens pour remplacer une ampoule à incandescence :

- 1521 lm pour une ampoule de 100 W
- 1055 lm pour une ampoule de 75 W
- 806 lm pour une ampoule de 60 W
- 470 lm pour une ampoule de 40 W
- 249 lm pour une ampoule de 25 W



La veille des appareils

Sur certains appareils, la consommation en veille représente une quantité d'énergie plus importante que lorsque l'appareil est en marche. Par exemple, un téléviseur qui consomme 70W en marche et 4W en veille consommera 0,07 kWh/jour avec 1h de fonctionnement et 0,09 kWh/jour pour 23h de veille, soit près de 30% de plus ! En supprimant la période de veille, on économise ici plus de 50 % des consommations annuelles du téléviseur !

Un Watt consommé représente plus d'un euro. Quand on sait que certains appareils consomment plus de 10 Watt en veille, la facture d'électricité peut baisser de manière sensible en évitant les veilles.



Mais éteindre son ordinateur ou son téléviseur n'est pas toujours suffisant. En effet, la plupart des appareils possède un petit transformateur électrique. Or ils fonctionnent en permanence (mais pas à 100% de leur capacité) dès lors qu'ils sont branchés. Cela fait donc des consommations d'électricité inutiles supplémentaires.



Vous pouvez retrouver des exemples de consommation d'appareils sur le site www.conseils-thermiques.org.

L'isolation

EN 2018, EN FRANCE, IL EXISTE ENVIRON 4,8 MILLIONS DE LOGEMENTS QUI SONT DE VERITABLES PASSOIRES THERMIQUES, SOIT 17 % DU PARC DE LOGEMENTS. CES CHIFFRES SONT EN DIMINUTION ET A COMPARER AUX 7 MILLIONS EN 2017.

Des murs mal isolés sont responsables de 16 % de la déperdition de chaleur. Quant à la toiture, cela peut aller jusqu'à 30 %. L'investissement le plus rentable sera toujours l'isolation intérieure ou extérieure. Il existe 3 grandes catégories d'isolants qui possèdent des avantages et des inconvénients :

Types de matériaux

LAINES MINÉRALES
(laine de verre et laine de roche)
Pour une maison très économe :
20 cm pour les murs et 40 cm
pour le toit

ISOLANTS SYNTHÉTIQUES
(polystyrène, polyuréthane)

ISOLANTS BIO-SOURCÉS
(laine de bois, de chanvre,
de lin, de coton, paille, laine
mouton, plumes d'oies, ouate de
cellulose, métisse...)

Avantages

Bon rapport performance/prix
(8 à 14 € le m², hors pose)
Bonne tenue au feu

Bon rapport performance/prix (22 à 38 € le m²,
hors pose)
Bonne résistance à la compression
Ne craint pas l'humidité

Bonnes performances thermiques
Bon déphasage
Bonne évacuation naturelle de la vapeur d'eau
Bon bilan
Prix peu élevé pour la ouate de cellulose, la métisse
ou la laine de mouton (15 à 30 € le m², hors pose)
Prix très peu élevé des bottes de paille (6 € le m²,
hors pose)

Inconvénients

Bilan environnemental négatif : énergie importante
dépensée pour la fabrication due à la fusion du sable ou
de la roche)
Faible déphasage*
Craint l'humidité
Tassement de la laine de verre avec le temps
Dangereuse pour les voies respiratoires
Non recyclable

Bilan environnemental négatif
Faible déphasage*
Vapeurs mortelles en cas d'incendie

Prix élevé sauf pour la ouate de cellulose ou la métisse,
issues du recyclage du papier et du tissu



*Le déphasage est le temps que va mettre l'isolant à transmettre la chaleur qu'il reçoit. Ce type d'isolant est donc déconseillé sous les combles par exemple.



Les actions

Du côté de la consommation électrique

- ❗ Faites le point sur votre consommation d'électricité en utilisant un consomètre (environ 20 €) qui se branche entre la prise et l'appareil. Cet appareil vous indiquera la consommation des appareils en fonctionnement et en veille ainsi que le coût.
- ❗ Faites le point sur votre consommation d'énergie en regardant, sur vos factures, l'évolution de la consommation chaque année et en la corrélant à vos activités.
- ❗ Equipez-vous d'appareils électriques de classe A +++ (pour les appareils de froid, les lave-linge, les lave-vaisselle, les sèche-linge et les fours, l'économie d'énergie peut aller de 20 à 50 % par rapport à un appareil classé A+).
- ❗ Mettez des coupe-veilles (appareils qui détectent la mise en veille et qui éteignent les appareils) ou des multiprises avec interrupteur.
- ❗ Sensibilisez vos clients sur les éco-gestes, et en leur octroyant un forfait compris dans le prix de la location avec une facturation des dépassements. L'hébergement doit être bien isolé pour que les clients se sentent bien sans devoir trop chauffer.
- ❗ Remplissez bien votre lave-vaisselle ou votre lave-linge et utilisez les programmes éco.
- ❗ Séchez le linge naturellement et bannissez le sèche-linge qui est très énergivore.
- ❗ Lavez le linge à 30°C.

- ❗ Eteignez la box pendant vos absences. Une box allumée 24 h/24 génère une consommation pouvant dépasser 200 kWh/an, soit autant que le lave-linge.
- ❗ Changez de fournisseur d'électricité pour vous approvisionner en électricité provenant d'énergies renouvelables. Seul ENERCOOP fournit de l'électricité provenant à 100 % d'énergies renouvelables, les autres fournisseurs se contentant d'acheter à des producteurs d'énergie renouvelable des certificats « verts » qui garantissent que de l'électricité « verte » a été injectée dans le réseau. Le client n'aura alors réellement acheté que 2 % d'électricité provenant d'énergie renouvelable.
- ❗ Installez des panneaux photovoltaïques pour produire de l'électricité ou pour la renvoyer dans le réseau électrique (voir « Pour aller plus loin »).

Du côté des lumières

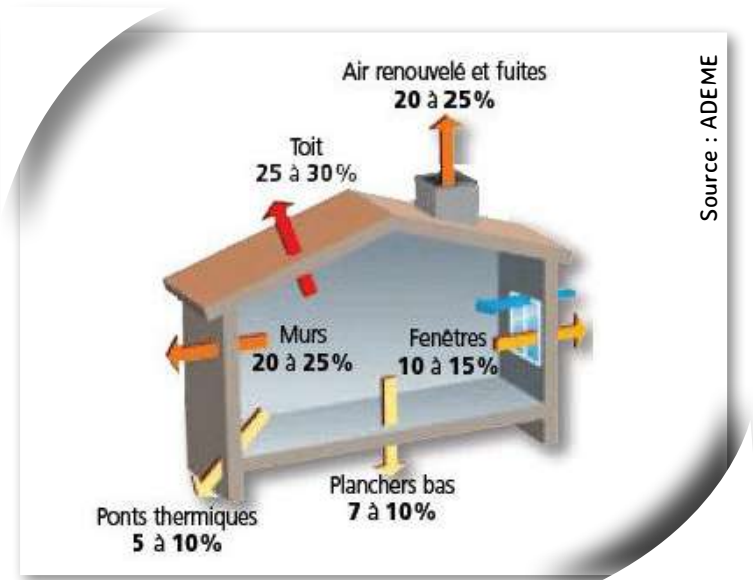
- ❗ Evitez les éclairages inutiles (éclairages qui restent allumés toute la nuit, éclairages en journée, décoration lumineuse).
- ❗ Equipez-vous d'appareils permettant de limiter l'éclairage au strict minimum (détecteurs de présence et de luminosité, programmeurs).
- ❗ Pour optimiser l'utilisation de l'éclairage, vous pouvez peindre les pièces avec des couleurs claires, acheter des rideaux clairs et fins, nettoyer régulièrement les fenêtres, choisir des abat-jours clairs, dépoussiérer les ampoules, bannir les éclairages inutiles, le sur-éclairage pour la décoration, éviter les luminaires à éclairage indirect (contre les murs et vers le plafond) et éteindre la lumière en quittant une pièce.

- ❶ Limitez les impacts de l'éclairage nocturne sur la faune en munissant les lampadaires d'abat-jour permettant de ne pas éclairer le ciel. Les sources lumineuses de nuit sont responsables de façon directe ou indirecte de la mort de nombreuses espèces (insectes, chauves-souris, oiseaux, plantes).

- ❷ Remplacez vos ampoules par des LED.

Du côté de l'isolation

- ❶ En parallèle des gros investissements, des petites améliorations peuvent être apportées : calorifugez le ballon d'eau chaude et les tuyaux d'eau chaude traversant des pièces non chauffées, isolez les coffrets de volets roulants, supprimez les entrées d'air froid sous les portes donnant sur les pièces non chauffées, fermez les cheminées non utilisées pour éviter l'arrivée d'air froid par le conduit, installez des volets et incitez vos clients à les fermer dès la nuit tombée.



- ❶ Faites réaliser un audit énergétique pour déterminer les travaux les plus utiles avec le meilleur retour sur investissement. Avant toute dépense, demandez conseil auprès d'un conseiller France Rénov : france-renov.gouv.fr

- ❷ Isolez en priorité les combles. C'est par le toit que s'en va une grande partie de la chaleur.

- ❸ Privilégiez l'isolation des murs par l'extérieur (plus cher mais plus efficace car les ponts thermiques sont supprimés).

- ❹ Installez des fenêtres double-vitrage.

- ❺ Isolez les planchers.

- ❻ Privilégiez les matériaux bio-sourcés d'origine animale ou végétale (bois, chanvre, paille, liège, lin, laine...).

Du côté du chauffage

- ❶ Diversifiez vos sources d'énergie. Si vous êtes déjà équipé en chauffage électrique ou au fioul, vous pouvez installer un poêle à bois ou un insert qui vous permettront de diminuer votre facture et d'augmenter l'utilisation d'énergies renouvelables.

Installez des équipements plus performants (chaudières à condensation, à micro-cogénération gaz, à bois, à bois déchiqueté, pompe à chaleur géothermique ou aérothermique, système solaire combiné). Les guides ADEME « Se chauffer sans gaspiller », « Aides financières », « Choisir un professionnel pour ses travaux », sont une bonne ressource pour aider à choisir le système de chauffage le plus adapté à ses bâtiments.

- ❷ Installez un chauffe-eau solaire (voir « Pour aller plus loin »).



- ❗ Si vous êtes équipés en radiateurs électriques, privilégiez ceux à inertie.
- ❗ Abaissez la température de l'eau chaude de votre chaudière à 55°C. Le risque de légionellose interdit de descendre en-dessous de cette température.
- ❗ Programmez le chauffage électrique à une température de 19°C. Vous pouvez abaisser la température de 3°C maximum pendant la nuit ou la journée quand il n'y a personne. Cela permet d'économiser 10 à 15 % de chauffage.
- ❗ Privilégiez les lavages à basse température. Un lavage à 30°C consomme 3 fois moins d'électricité qu'un lavage à 90°C, et suffit pour du linge peu sale.
- ❗ Mettez à disposition de vos clients un four à bois ou un four solaire.
- ❗ Dans les hébergements, proposez des plaids, des couettes ou des couvertures supplémentaires pour les personnes frileuses.
- ❗ Mettez en place des navettes pour permettre à vos clients de rejoindre facilement les lieux les plus fréquentés.
- ❗ Mettez à disposition de vos clients des vélos, des trottinettes, des gyropodes, des rollers... (rapprochez-vous d'un loueur qui peut mettre son matériel à disposition chez vous).
- ❗ Faites la promotion des déplacements doux (balades et circuits de randonnée).
- ❗ Regroupez-vous pour vos déplacements (livraisons...) ou covoiturez pour vous rendre à vos réunions.
- ❗ Si votre établissement se situe à moins de 5 km d'un itinéraire cyclable, vous pouvez obtenir la marque « Accueil vélo ».

Du côté des déplacements

- ❗ Proposez la commercialisation d'un séjour avec activités sans voiture. Incitez vos clients à venir en transport collectif ou avec des moyens mobiles doux, en leur proposant des tarifs plus avantageux et des solutions pour rejoindre leur hébergement facilement.
- ❗ Indiquez clairement à vos clients quels sont les moyens de déplacement collectifs possibles sur leur lieu de séjour (bus, train, tram, métro), ou les possibilités d'autopartage.
- ❗ Indiquez à vos clients les activités les plus proches ainsi que les restaurateurs, producteurs et commerces.



Focus sur une action...

Pour financer vos travaux, vous pouvez retrouver la liste des aides sur le site france-renov.gouv.fr. Avant tout investissement important, il est nécessaire de prendre rendez-vous avec un conseiller France rénov.

Les panneaux solaires pour la production d'eau chaude

Ce système de production d'eau chaude permet de réduire sa consommation d'énergie d'au moins 30 %. Différents paramètres entrent en ligne de compte :

- ❗ L'ensoleillement, même en Normandie, est suffisant pour produire de l'eau chaude, une partie de l'année.
- ❗ L'exposition doit être orientée au sud. Mais dans le cas d'une utilisation d'eau chaude importante le matin ou le soir, une exposition à l'est ou à l'ouest peut être privilégiée.
- ❗ Pour un rendement moyen sur toute l'année, une inclinaison de 45° est optimale.

Vous pouvez bénéficier de crédits d'impôts à condition que les capteurs solaires soient certifiés CSTBat ou Solar keymark et que l'installateur soit agréé Qualisol. Les panneaux solaires doivent être posés sur votre résidence principale et vous devez faire une déclaration de travaux en mairie.

L'électricité photovoltaïque

L'électricité photovoltaïque est produite à partir de l'énergie solaire grâce à des panneaux intégrés au bâti ou posés au sol.

La perte d'énergie est plus importante entre les grandes unités de production (centrales) et le consommateur qu'avec des petites unités de production car elles sont plus proches des points de consommation. On estime qu'il y a en permanence un réacteur nucléaire qui tourne pour compenser les pertes sur les lignes. De plus, la présence de petites installations photovoltaïques chez des particuliers améliore l'équilibre du réseau électrique.

L'électricité photovoltaïque peut être rachetée par les fournisseurs d'électricité ou être stockée dans des batteries.

Le renvoi dans le circuit nécessite de s'équiper d'un onduleur qui devra être changé tous les 8 à 12 ans.

Chaque panneau photovoltaïque affiche une puissance exprimée en watts crête (Wc) qui équivaut à la production maximale obtenue avec un ensoleillement maximal de 1000W/m² et une température de 25° C. Il existe plusieurs variétés de panneaux photovoltaïques qui restituent des rendements différents suivant leur nature (7 à 20 % de rendement).

Quelques astuces pour une petite installation

- ❗ Faites une déclaration de travaux auprès de la mairie.
- ❗ Au-delà de 3kWc, le taux de TVA applicable passe de 10 % à 20 %.





- ❗ Le crédit d'impôt n'est octroyé que si les panneaux sont certifiés avec la norme IEC61215.
- ❗ Il ne faut pas confondre la garantie du produit (environ 5 ans) de la garantie en rendement (80 % du rendement initial à 25 ans).
- ❗ La tolérance en puissance doit être la plus faible possible. À puissance égale, une installation photovoltaïque avec des modules ayant une tolérance de +/- 3 % sera plus performante qu'une installation réalisée avec des modules à +/- 10 % de tolérance.*
- ❗ Une installation photovoltaïque se rentabilise de façon différente suivant la position géographique, le taux de TVA (ici 7 %) et le mode de pose (intégré au bâti ou pas).
- ❗ Le temps de retour simple tient compte des crédits d'impôt mais pas des subventions régionales éventuelles ou des éventuels frais bancaires :
 - Au nord de la France : 10,1 ans (intégré à la toiture ou au bâti) à 16,5 ans (posé)
 - Au sud de la France : 8,3 ans (intégré à la toiture ou au bâti) à 13,5 ans (posé)

* Dans une installation photovoltaïque, tous les panneaux sont montés en série. La conséquence est que la production de l'ensemble des panneaux s'effectue par rapport au panneau le plus faible. Lorsque, par exemple, un seul panneau est ombragé, celui-ci fait baisser sa puissance individuelle et pénalise l'ensemble des autres panneaux montés en série. La tolérance en puissance doit être la plus restreinte possible de façon à limiter la possibilité d'un « maillon faible » pénalisant l'ensemble du champ photovoltaïque.

Le bois-énergie

Le poêle, l'insert à pellets, la chaudière à bois-bûches, à bois déchiqueté ou plaquettes, à granulés de bois sont les systèmes de chauffage les plus économiques grâce au combustible le moins cher du marché. Mais c'est une énergie qu'il faut économiser comme toutes les ressources terrestres qui sont en quantité limitée.

Les poêles à bois bûche

Lorsqu'ils sont labellisés flamme verte, les poêles à bois offrent un bon rendement thermique et participent au charme des décors avec la vision de la flamme.

Une ventilation des locaux doit être efficace pour éviter la fumée contenant de nombreux polluants.

Il peut être fabriqué en faïence, en fonte ou en acier (poêle scandinave).

Il faut toutefois noter que comme tout appareil indépendant de chauffage, un poêle à bois ne donnera qu'un confort très localisé et une température ambiante non homogène.

Les poêles à granulés de bois

Les poêles à granulés sont les appareils à bois les plus récents qui bénéficient d'un fonctionnement automatisé pour le chargement du combustible et pour leur régulation électronique (température et temps de fonctionnement).

Leur rendement élevé doit atteindre 85 % pour tous les appareils qui possèdent le label flamme verte.

Il est préférable de choisir un poêle à ventouse à granulés de bois combustion étanche, plus silencieux et plus performant qu'un poêle classique.

Le montage en ventouse consiste à raccorder le poêle à bois à un tuyau chargé à la fois d'alimenter ce dernier en air frais et d'évacuer les fumées de combustion. Ce tuyau concentrique horizontal affleure en façade. Cette solution offre l'avantage de ne pas puiser l'air nécessaire à la combustion à l'intérieur du logement mais à l'extérieur. De plus, l'air entrant se réchauffe au contact des fumées sortantes améliorant ainsi le rendement global du poêle à bois de l'ordre de 4 à 5 %.

Les chaudières à bois bûche

Les chaudières à bois-bûches nécessitent un fonctionnement manuel, car l'alimentation en bûche est effectuée par l'utilisateur.

La recharge s'effectue tous les deux jours ou parfois une fois par jour si le logement n'est pas correctement isolé.

Les chaudières à granulés ou à bois déchiqueté

Le rechargement est automatisé par un silo de stockage et une vis sans fin d'alimentation en combustible.

Le bois déchiqueté est particulièrement économique à l'achat, puisqu'il revient moins cher que les bûches traditionnelles ou les granulés. Les modèles mixtes peuvent fonctionner avec des combustibles très variés : bois déchiqueté, granulés, copeaux, résidus végétaux divers (céréales, miscanthus, noyaux d'olive), charbon et granulats.

Grâce à une exploitation optimale du combustible, elle est très efficace sur le plan énergétique. Les rendements dépassent 90 %.

Le cendrier en bas de l'appareil est d'une grande capacité et n'a besoin d'être vidé qu'une fois par mois maximum.

La production de 15000 kW/h, soit la consommation annuelle moyenne d'une maison de 150 m², nécessite moins de 4 tonnes de bois déchiqueté. Le coût de revient du combustible est inférieur de 22 % au bois bûches, de 117 % par rapport aux granulés de bois et de 235 % comparé au fioul.



LA NATURE

Ça va mieux en le disant !

En France métropolitaine, 14% des mammifères, 24% des reptiles, 23% des amphibiens et 32% des oiseaux nicheurs sont menacés de disparition du territoire, tout comme 19% des poissons d'eau douce et 28% des crustacés d'eau douce. Pour la flore, 15% des espèces d'orchidées sont menacées.

L'HEXAGONE OCCUPE LA PREMIERE PLACE EN EUROPE POUR LA DIVERSITE DES AMPHIBIENS, DES OISEAUX ET DES MAMMIFERES.

Sur l'ensemble du territoire national, environ 180 ha de milieux naturels et terrains agricoles (soit près de 250 terrains de football) sont détruits chaque jour, remplacés par des routes, habitations, zones d'activités. Cela équivaut à environ 70 000 ha par an, soit un département comme la Vendée tous les 10 ans.

Les causes de l'érosion de la biodiversité

Cinq causes majeures d'atteinte à la biodiversité sont identifiées :

- 🦋 la destruction et la fragmentation des milieux naturels liées, notamment, à l'urbanisation et au développement des infrastructures de transport,
- 🦋 la surexploitation d'espèces sauvages : surpêche, déforestation, braconnage...,

Certaines causes naturelles peuvent expliquer la disparition d'espèces ou de milieux naturels, mais le rythme d'érosion actuel est largement attribuable aux activités humaines.





- 🦋 les pollutions de l'eau, des sols et de l'air,
- 🦋 l'introduction d'espèces exotiques envahissantes,
- 🦋 le changement climatique qui peut s'ajouter aux autres causes et les aggraver. Il contribue à modifier les conditions de vie des espèces, les forçant à migrer ou à adapter leur mode de vie, ce que toutes ne sont pas capables de faire.

La Normandie est riche de ses espaces naturels exceptionnels qui hébergent une faune et une flore remarquables. Mais la majorité des espaces sont composés de nature ordinaire. Celle-ci constitue un véritable réservoir de biodiversité, préserve des espaces de liaisons et permet d'atténuer les

risques naturels. Or cette nature ordinaire est en train de se raréfier.

L'arrachage des haies, la dégradation des milieux, l'usage des produits chimiques mais également la notion de « propre » qui incite à tondre ras, à désherber sans relâche et à laisser les sols nus participent à la raréfaction de cette nature plus commune.



Les actions

Du côté du jardin

- ✿ Pour faire évoluer notre regard sur la nature vers plus de considération et de respect, il est important de faire attention au vocabulaire que l'on emploie. Certaines expressions comme « mauvaises herbes », « c'est pas propre », « ça fait sale », ou voire même des termes grossiers ont des connotations très fortes et peuvent être remplacés par des termes plus nuancés comme « herbes sauvages », « entretenu », « sauvage », « plante sauvage » ou « animal sauvage »... Ces nouveaux termes permettent d'avoir un regard positif sur la nature.
- ✿ Ne tondez pas l'intégralité de vos espaces. Laissez pousser quelques carrés d'herbes qui serviront de refuges aux chenilles de papillons et à quantité d'autres insectes dont certains participeront à la pollinisation de vos plantes. Fauchez-les à la fin de l'été et ne laissez pas l'herbe sur place pour éviter un enrichissement trop important du sol qui favoriserait un développement important des orties.
- ✿ Tondez à une hauteur d'environ 10 cm.
- ✿ Arrachez les espèces exotiques envahissantes comme le Buddleia (arbre à papillons), la Renouée du Japon, la Jussie, l'Impatiens de l'Himalaya, l'Herbe de la Pampa pour les plus connues (liste sur www.normandie.developpement-durable.gouv.fr).
- ✿ Plantez des espèces végétales qui vont attirer les insectes et les oiseaux (plantes mellifères, fleurs, arbustes produisant des baies).
- ✿ Paillez le sol. Cela évite l'érosion et le tassement de la terre. Cela permet également de maintenir l'humidité et de ralentir la pousse des herbes sauvages.

- ✿ Préservez votre sol en y incorporant du compost et/ou en semant des engrais verts.
- ✿ Avant d'utiliser des moyens de lutte naturels contre les ravageurs (extraits fermentés, produits naturels...) observez les ravageurs durant quelques jours. Il est très probable que les prédateurs s'installeront très rapidement (oiseaux, coccinelles...).
- ✿ Conservez des blocs de pierre ou installez des murets de pierres sèches. Ils feront le bonheur des lézards et des insectes, mangeurs de limaces.
- ✿ Sensibilisez les personnes que vous accueillez en créant des cheminements permettant de découvrir les différents espaces ainsi que les espèces fréquentant votre jardin.

Sur les espaces gravillonnés

- ✿ Désherbez manuellement si les espaces ne sont pas très importants.
- ✿ Utilisez des moyens naturels (eau chaude) pour limiter la pousse des herbes sauvages.
- ✿ Installez des couvre-sols dans vos allées.
- ✿ Envisagez de végétaliser une partie de ces espaces pour réduire la surface en graviers.
- ✿ Ou alors, laissez les plantes sauvages pousser et passez la tondeuse en position haute.

Du côté de la vie sauvage

- ✚ Ne taillez pas vos haies entre le 15 mars et le 31 juillet pour ne pas déranger les nids d'oiseaux.
- ✚ Installez des mangeoires à oiseaux du mois d'octobre au mois d'avril (période à raccourcir en fonction de la météo).
- ✚ Installez des nichoirs à oiseaux de janvier à septembre.
- ✚ Installez des abris à chauves-souris.
- ✚ Installez des hôtels à insectes (Voir « Pour aller plus loin »).
- ✚ Conservez de vieux bâtiments ouverts. Certains oiseaux comme les hirondelles viendront y nicher.
- ✚ Faites part de vos observations naturalistes aux CPIE ou à d'autres associations environnementales.
- ✚ Devenez refuge GONm (groupe ornithologique normand) ou LPO (ligue pour la protection des oiseaux).

A la campagne

- ✚ Plantez des haies bocagères avec des espèces locales (noisetier, érable, houx, chêne, hêtre, aubépine, frêne, sureau, prunellier, néflier...).
- ✚ Plantez des vergers hautes tiges avec des variétés locales de fruits. Outre, le fait que de nombreux animaux fréquentent les vergers, vous participerez également à la préservation des variétés de fruits locales.
- ✚ Taillez vos arbres et vos arbustes de façon respectueuse (taille douce, coupe franche, taille en hiver...).

- ✚ Faites pâturer vos grands espaces par des animaux (vaches, ânes, moutons...).
- ✚ Créez des corridors biologiques qui permettent aux espèces de se déplacer à couvert (arbres, arbustes, hautes herbes).
- ✚ Conservez des coins sauvages riches en orties et en ronces. Ces deux plantes hébergent de nombreux animaux (mammifères, insectes, oiseaux...).
- ✚ Conservez des zones humides et des mares. Elles sont très riches en insectes et en amphibiens (libellules, grenouilles, tritons...).
- ✚ Conservez les vieux arbres et les arbres morts sur pied. De nombreuses larves d'insectes dépendent du bois mort. Elles attirent quantité d'oiseaux qui vont s'en nourrir et creuser des cavités leur permettant de nicher.
- ✚ Conservez des tas de branchages. Ils hébergeront les hérissons en hiver et quantité d'autres animaux tout au long de l'année (insectes, mammifères...).
- ✚ Ne brûlez pas vos déchets végétaux, c'est interdit par la loi afin de limiter la pollution de l'air. Transformez-les en paillage, compostez-les ou emmenez-les à la déchetterie.
- ✚ Accueillez quelques ruches.
- ✚ Ne détruisez pas les ruches sauvages, les nids de guêpes, de frelons européens, de bourdons... Ils participent à l'équilibre de la biodiversité.
- ✚ Participez à des opérations de ramassage de déchets ou à des chantiers d'arrachage de plantes invasives.



Focus sur une action

Les hôtels à insectes

Outre leur capacité à héberger des insectes, ceux-ci sont surtout un bon support de sensibilisation du public à la préservation de toutes les petites bêtes.

La taille dépend de la place et du matériel dont vous disposez. La forme, la hauteur et l'organisation des étages sont libres. Néanmoins, pour éviter la prolifération des parasites entre les populations animales, il vaut mieux en installer plusieurs petits qu'un seul important.

Choisissez de préférence du châtaignier, du mélèze, du sapin de Douglas, du chêne ou de l'acacia qui sont des bois résistants à l'humidité.

Il doit être orienté au sud, sud-est et être abrité des intempéries par un toit imperméable. Il doit également être isolé du sol d'environ 30 cm.

Il doit se situer à proximité de massifs de fleurs, d'arbustes ou d'espaces naturels et éloignés des lieux de passages de véhicules et de personnes.

Quelques astuces pour l'aménager

- ❖ Une boîte rainurée avec des fentes et remplie de paille pour accueillir les demoiselles aux yeux d'or (chrysopes), grosses consommatrices de pucerons,
- ❖ Des bûches percées de trous de diamètre variable (4 à 10 mm) et des tiges creuses bouchées à une extrémité pour accueillir les abeilles solitaires qui viendront y pondre leurs œufs. Parmi les 1000 espèces d'abeilles sauvages en France, les osmies sont très facilement observables en mars. Les mâles reconnaissables à leur tâche blanche, émergent les premiers de leur galerie et attendent que les femelles sortent pour les féconder. Les femelles vont ensuite s'activer sans relâche pendant 4 à 6 semaines, pour pondre leurs œufs et récupérer



du pollen et du nectar qui nourriront les larves avant leur émergence l'année d'après. Et elles récolteront également de la terre pour cloisonner les espaces où seront pondus les œufs (entre 15 à 25),

- ❖ Des tiges remplies de moelle (ronce, rosier, framboisier, sureau) pour accueillir des guêpes solitaires, consommatrices de pucerons,
- ❖ Des pots de fleurs remplis de paille pour attirer les perce-oreilles, consommateurs de pucerons,
- ❖ Des branches pour les carabes, gros consommateurs de limaces,
- ❖ Du bois mort pour les animaux décomposeurs comme les cloportes,
- ❖ Des briques creuses pour les araignées.

L'INTÉGRATION PAYSAGÈRE

Ça va mieux en le disant !

La géologie distingue fondamentalement l'identité paysagère des deux Normandie : alors que l'ex Basse-Normandie appartient essentiellement au Massif armoricain, granitique et schisteux, l'ex Haute-Normandie compose la séquence nord-ouest du vaste Bassin parisien, dont l'histoire sédimentaire a légué des sols majoritairement calcaires. A gros traits, la première offre des paysages de collines, prairies, bocage, forêts, élevage, eau, tandis que la seconde présente aujourd'hui des paysages marqués par la grandeur : grands plateaux, grandes cultures, grandes vallées.

De même le patrimoine bâti reflète l'Histoire géologique à travers l'utilisation de son sol et de son sous-sol. A l'est, les formations du Bassin parisien ont fourni surtout des craies, du grès et du travertin. A l'ouest, les formations du Massif armoricain ont fourni des granites, des schistes, des poudingues, du grès armoricain ainsi que quelques roches très localisées. A la frontière entre ces deux grandes zones, les calcaires jurassiques fournissent la pierre de Caen.

**Le granite perd son « e » à la fin quand on parle de son utilisation dans le bâti.*

La Normandie est remarquable pour ses paysages mais aussi pour le charme de ses villes et villages composés de maisons traditionnelles.





Les actions

- 🏠 Si vous souhaitez rénover un bâtiment ancien, prenez le temps d'observer attentivement les maisons anciennes aux alentours, puis la maison à l'intérieur comme à l'extérieur.
- 🏠 Avant de penser à démolir certains éléments, regardez s'il n'est pas plutôt possible de réparer.
- 🏠 Essayez de conserver un maximum d'éléments d'origine.
- 🏠 Utilisez des matériaux locaux et des produits sains et respirants.
- 🏠 N'hésitez pas à faire appel à un bon professionnel de l'ancien (maître d'œuvre ou architecte) ou à des associations telles que les CAUE (Conseil d'architecture, d'urbanisme et de l'environnement), Maisons paysannes de France, la Fondation du patrimoine ou à des Parcs naturels régionaux.
- 🏠 Intégrez votre bâtiment dans son environnement en aménageant un jardin à l'anglaise* à proximité.
- 🏠 N'enfermez pas la maison et le jardin derrière des haies denses ou des grillages inesthétiques.
- 🏠 Utilisez des éléments naturels pour aménager votre jardin (bancs en pierres ou en bois, barrières faites avec des branches ou des troncs...).

*Dans un jardin à l'anglaise, on cherche à imiter la nature et à s'inspirer de ses formes courbes et de son côté sauvage. Dans un jardin à la française, l'aspect naturel disparaît pour laisser place à un aspect très organisé et très géométrique.



Pixabay CC - PHIL50

Focus sur une action

Construire un jardin à l'anglaise

- 🏠 Avant d'aménager, dessinez un croquis de votre jardin, à partir du plan de masse.
- 🏠 Intégrez votre jardin à son environnement en laissant des ouvertures sur le paysage environnant.
- 🏠 Construisez votre jardin avec des courbes. Pour délimiter vos massifs et vos allées, utilisez un tuyau d'arrosage posé au sol.
- 🏠 Accompagnez les allées, les murs et les terrasses par des massifs fleuris ou arbustifs sur un tiers de leur longueur.
- 🏠 Aménagez un parking éloigné de la maison et cachez-le derrière une haie arbustive.
- 🏠 Ne dévoilez pas tout votre jardin au premier regard de façon à inviter les personnes à cheminer et à découvrir ce qui va se cacher derrière un massif.
- 🏠 Si vous souhaitez intégrer du mobilier ou de la décoration dans votre jardin, faites-le au sein d'un massif (banc le long d'un massif, statue au sein d'un parterre fleuri...).
- 🏠 Mettez en valeur le petit patrimoine comme les puits ou les pressoirs à pommes, en les intégrant dans un massif.
- 🏠 Construisez vos massifs comme si vous faisiez un puzzle : un massif arrondi fera face à un massif en creux.

- 🏠 Dans les parterres fleuris, c'est comme pour les photos de classe, les petites plantes devant et les grandes derrière.





L'ALIMENTATION

Ça va mieux en le disant !

Les pesticides dans nos assiettes

S'appuyant sur un rapport de la Répression des fraudes, l'association Générations futures a révélé, que sur une étude menée de 2012 à 2016 sur les résidus de pesticides présents sur les fruits et légumes, 72,6 % de fruits et 41,1 % de légumes en présentaient. Pour 2,7% des fruits incriminés et 3,5% des légumes, les résidus de pesticides étaient même supérieurs aux limites autorisées.

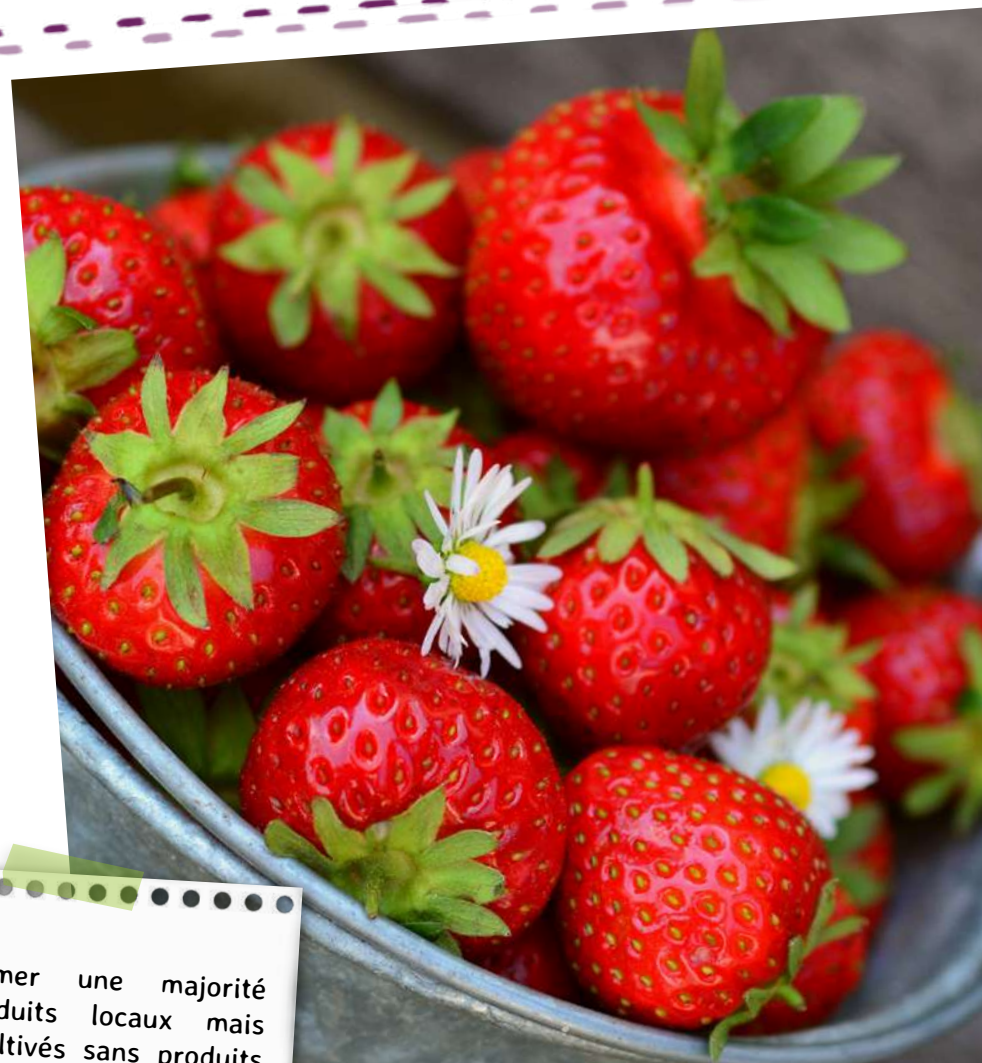
Les pesticides sont présents dans les sols, dans l'eau, dans l'air et engendrent de nombreux problèmes environnementaux (disparition des abeilles, érosion de la biodiversité, pollutions...) mais aussi de santé (cancers, leucémies, maladie de Parkinson, maladie d'Alzheimer, autisme, malformations, troubles de la fertilité...).

Les kilomètres dans nos assiettes

En 1993, une étudiante de Stuttgart a analysé le parcours kilométrique d'un yaourt aux fraises. Cette étude a révélé que sa fabrication (emballage + produit) lui avait fait parcourir plus de 9000 km.

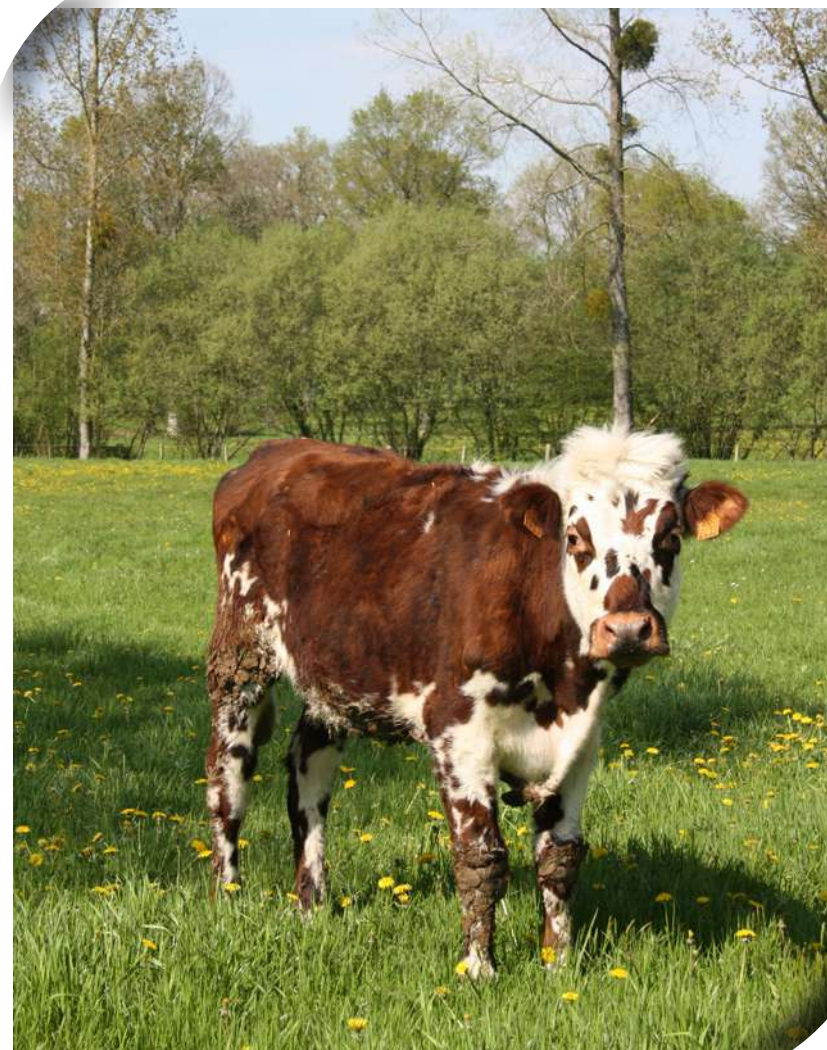
Le transport des marchandises, participe, entre autres, au changement climatique.

Consommer une majorité de produits locaux mais aussi cultivés sans produits chimiques contribue à lutter contre le changement climatique.



Les actions

-  Mettez à disposition de vos clients une liste de producteurs locaux, et horaires des marchés fermiers à proximité.
-  Proposez des produits bio (ou non traités chimiquement) à vos clients.
-  Privilégiez des produits locaux pour les repas que vous pouvez acheter sur les marchés, chez les producteurs, dans les boutiques de produits du terroir ou dans les magasins de producteurs.
-  Si vous avez un jardin, proposez des produits du potager, à la cueillette ou en cuisine.
-  Adaptez une partie de vos plats aux demandes des personnes (végétariens, intolérants au gluten et aux produits laitiers, sportifs...).
-  Si vous êtes producteur, évitez les additifs et les antioxydants.
-  Valorisez le patrimoine animalier en élevant des races locales.





Focus sur une action

Recettes pour un petit-déjeuner local et bio

Pour préserver nos emplois locaux, pour économiser l'énergie et limiter le changement climatique en évitant les transports sur de longues distances et pour la qualité nutritionnelle des aliments, vous pouvez proposer tous ces produits locaux lors d'un petit déjeuner :

-  Du jus de pommes ou du jus de poires,
-  Des tisanes,
-  De la confiture,
-  Du miel,
-  Des fruits,
-  Du pain,
-  Des yaourts,
-  Des œufs.

Des produits non locaux comme le café, le thé, le sucre et le chocolat doivent parfois être ajoutés. Dans ce cas, choisissez-les de préférence bio et équitables, respectueux de l'environnement et des personnes.



L'ACCUEIL POUR TOUTES ET TOUS

Ça va mieux en le disant !

Partir en vacances,
ce n'est pas pour tout le monde

Près des deux tiers des Français déclaraient partir en vacances au milieu des années 1990, selon le CREDOC (Centre de recherches pour l'étude et l'observation des conditions de vie). Le taux de départ en vacances a ensuite diminué petit à petit jusqu'à tomber à quasiment 50 % en 2008. Depuis 2011, il repart à la hausse et a atteint 63 % en 2020.

En 2019, moins de 50 % de personnes aux revenus inférieurs à 1200 € mensuels ont quitté leur domicile pour des congés, contre plus de 80 % pour celles qui disposaient de plus de 2600 €.

Un « budget vacances » pour une famille peut représenter plusieurs milliers d'euros : impossible pour la majorité des bas salaires.

Partir dépend plus largement du milieu social. 81 % des cadres supérieurs partent en congés contre 37 % des ouvriers. Au-delà de l'aspect financier, on part également en vacances parce que cela fait partie de son mode de vie. On a, par exemple, eu l'habitude de voyager avec ses parents (on y a pris goût, on se sent rassuré hors de chez soi) ou on parle une langue étrangère (pour les voyages lointains).

Socialement,
c'est important également
de pouvoir raconter ses
vacances.





Le tourisme étranger

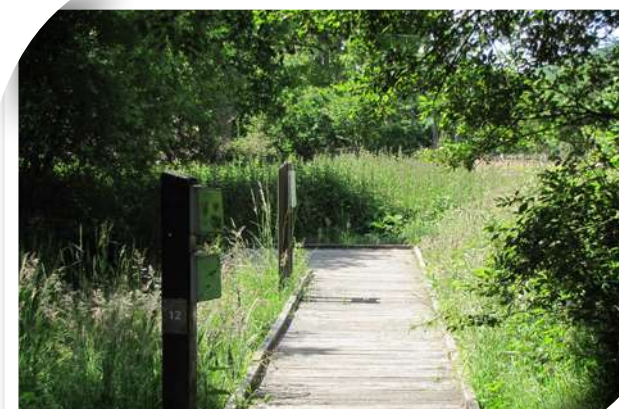
En 2019, en Normandie, 74 % des nuitées ont été consommées par des Français et 26 % par des étrangers. Parmi les touristes étrangers, 22 % sont des Anglais, 22 % sont des Hollandais, 18 % sont des Belges, 15 % sont des Allemands. La langue qui permet de mieux accueillir ces touristes reste bien sûr l'anglais.

Tourisme et handicap

En Normandie, en 2021, 267 sites ont le label « Tourisme et Handicap ». Le label prend en compte les 4 familles de handicap (auditif, mental, moteur et visuel) et vise à développer une offre touristique adaptée et intégrée à l'offre généraliste. Une structure peut être labellisée pour une partie seulement des familles de handicaps.

Le champ de la marque peut s'appliquer à des activités touristiques regroupées en 5 catégories :

-  Hébergement,
-  Information touristique,
-  Loisir,
-  Restauration,
-  Visite.



Les actions

Bien accueillir les touristes, c'est :

- 🐾 Être chaleureux et attentif au bien-être des personnes.
- 🐾 Favoriser la convivialité entre tous les usagers.
- 🐾 Bien renseigner les clients sur le fonctionnement de sa structure mais aussi sur les activités à faire aux alentours.
- 🐾 Leur assurer du confort et de la propreté.
- 🐾 Recueillir leurs attentes et leurs avis.
- 🐾 Proposer des prestations personnalisées aux différents types de clientèles (randonneurs, cyclistes, cavaliers...).
- 🐾 Faire des efforts pour parler anglais et traduire les documents en anglais.
- 🐾 Accueillir tous les publics, selon les capacités de sa structure : familles, personnes retraitées, centres de loisirs, personnes défavorisées, personnes handicapées...
- 🐾 Proposer des tarifs familles, jeunes, personnes au chômage, groupes, comités d'entreprise, en fonction du remplissage...
- 🐾 Proposer des réductions, des bons cadeaux...
- 🐾 Accepter les chèques vacances.
- 🐾 Proposer des tarifs dans la moyenne des tarifs pratiqués dans la région

et dans le respect d'un rapport qualité-prix correct.

Et pour créer une dynamique de territoire où chacun, habitant ou professionnel du tourisme, puisse être un ambassadeur de sa région, vous pouvez :

- 🐾 Organiser des portes ouvertes, des stages, des ateliers, des animations pour faire découvrir votre structure.
- 🐾 Accueillir des manifestations (fêtes, spectacles, marchés...) dans votre structure.
- 🐾 Devenir un lieu de regroupement pour des actions communes (AMAP...).
- 🐾 Participer à la vie locale.
- 🐾 Accueillir des classes, des stagiaires, des woofers...
- 🐾 Prêter des modules tout chemin pour les personnes à mobilité réduite.
- 🐾 Partager les informations du territoire via différents médias (affiches, presse locale, internet, réseaux sociaux...



Focus sur une action

Communiquer sur sa structure, sur son activité ou sur un évènement via les réseaux sociaux tels que Facebook ou Instagram par exemple est devenu incontournable tant l'utilisation est devenue courante. De plus, les réseaux sociaux sont aussi un formidable moyen de mobiliser, d'informer ou de sensibiliser le plus grand nombre aux enjeux sociaux et environnementaux.

Mais il est important d'être vigilant à certains points car le stockage des données a un impact environnemental conséquent, de par la consommation d'énergie nécessaire :

Postez à bon escient et sans excès en choisissant de belles photos, lumineuses et bien cadrées, qui auront plus de chances d'attirer le regard. Au format JPEG, elles seront moins consommatrices d'énergie pour leur stockage.

Evitez de poster des vidéos ou diminuez le poids de celles-ci (en évitant de poster en haute définition par exemple). En effet, plus il y a de contenu à charger, plus le coût environnemental des serveurs est lourd.

Evitez de poster des photos de lieux préservés et fragiles pour ne pas attirer une foule de touristes qui engendrerait une dégradation des milieux.

Communiquez sur la destination plutôt que sur un site pour éviter l'affluence en un seul point (par exemple, pour limiter l'affluence à Etretat, l'office du tourisme communique maintenant sur la Côte d'Albâtre).

Quelques astuces à savoir avant de créer sa page Facebook :

Facebook va servir à se faire connaître. C'est un outil qui permet de travailler son image. L'objectif n'est donc pas purement économique (avoir plus de clients) mais il permet de valoriser sa structure en mettant en avant,



par exemple, sa démarche de développement durable. Par ricochets, le travail sur l'image permettra d'attirer plus de clients mais la publicité n'est pas l'objectif premier.

La création d'une page Facebook pour une entreprise est gratuite.

Les informations publiées sont la propriété de Facebook.

Le mur* Facebook permet également de recueillir les commentaires d'autres personnes. Mais il faut être vigilant à supprimer les propos qui ne sont pas en accord avec la loi (diffamation, racisme...) car c'est la structure qui reçoit le message sur son mur qui est le responsable éditorial. Mais il est possible également de ne pas autoriser les commentaires.

Il faut d'abord créer un compte (profil personnel) avant de créer une page « officielle » pour sa structure. Le compte (personnel) et la page (professionnelle) sont ensuite complètement dissociés. Toutes les actions de gestion de la page sont accessibles avec le bouton « Modifier la page ».

*Sur le mur Facebook sont affichés les notifications et événements publiés par le titulaire du compte ou profil Facebook, ainsi que les commentaires et messages des fans et amis. C'est normalement la page qui apparaît par défaut quand on consulte le compte d'un individu ou d'une entreprise.

Une page Facebook est un outil qui permet aux entreprises, professionnels et organismes de partager du contenu en ligne. Il n'y a pas besoin d'être « ami » avec la page. En revanche, pour que les publications de votre page puissent s'afficher sur son fil d'actualité, l'utilisateur Facebook doit cliquer sur « J'aime », mais peut aussi « s'abonner » afin d'être sûr de voir s'afficher, sur son fil d'actualité et de manière automatique, toutes ses nouvelles publications. Le « J'aime » est un soutien à la page. Si l'utilisateur clique sur « J'aime », il verra peut-être vos publications mais cela n'est pas garanti car tout dépend de ce que Facebook décide de lui présenter. « L'abonnement » permet de recevoir toutes les actualités de façon certaine.

Réfléchissez bien avant de nommer votre page car au-delà de 200 fans, vous ne pourrez plus changer le nom.

Quelques astuces à savoir avant de créer son compte Instagram :

- Il faut d'abord créer son compte et passer à un mode professionnel en cliquant sur l'icône en forme d'engrenage. Vous devez posséder une page Facebook pour passer à un profil professionnel.
- Liez votre compte aux autres sites de partage sur lesquels vous possédez un compte car cela vous permettra de partager rapidement vos actualités sur plusieurs réseaux sociaux à la fois.
- Le compte Facebook professionnel permet d'avoir des données statistiques sur la fréquentation de vos pages par les utilisateurs et donc d'adapter votre contenu en conséquence (tranche d'âge par exemple).



LE PATRIMOINE ET LE MATRIMOINE

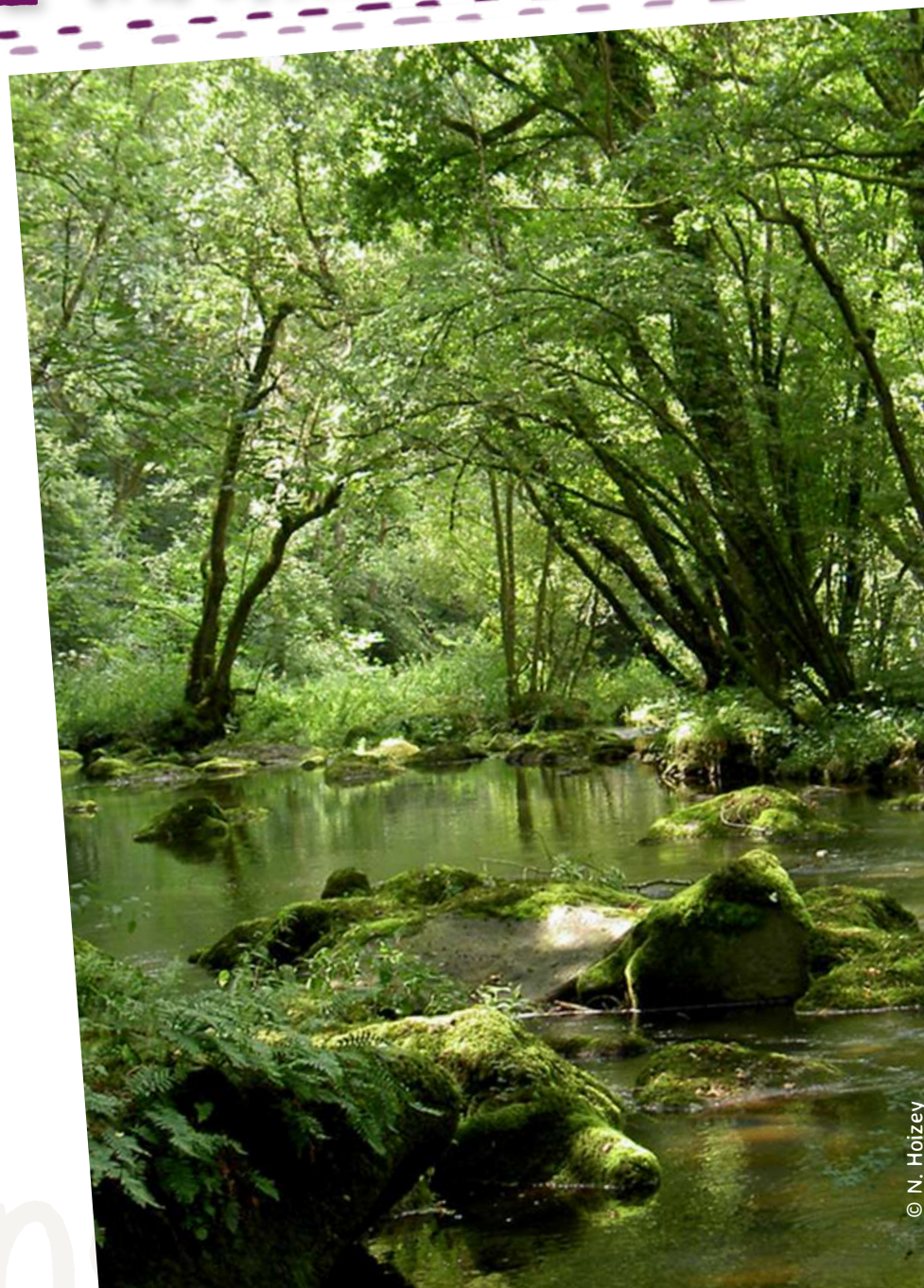
Notre héritage est constitué de notre patrimoine (ce qui vient des pères) et de notre matrimoine (ce qui vient des mères).

Ça va mieux en le disant !

La Normandie, ce sont des plages à perte de vue, la mer qu'on voit danser, des petites criques intimes, des falaises à tomber, des îles sauvages, des rivières torrentueuses, des fleuves en méandres, des gorges sinueuses, des vallées encaissées, des escarpements rocheux, des landes de bruyères et d'ajoncs, des collines verdoyantes, des forêts profondes, des arbres exceptionnels, des chemins creux, des vergers de pommiers et de poiriers, des haies champêtres, des vieilles bâtisses en pierres et en colombages, des villages au charme désuet, des jardins remarquables, des châteaux forts en caractère, des manoirs prestigieux, des œuvres d'art séculaires, des musées prêts à vous embarquer, des cathédrales pas banales, des églises et des basiliques hautes en couleurs, des fromages bien crémeux, du cidre qui pétille et du poiré bien frais...

La Normandie, ce sont près de 3 000 édifices inscrits ou classés au titre des monuments historiques, plus de 90 musées labellisés Musée de France et plus de 30 000 sites archéologiques recensés sur les cinq départements.

Trois biens sont inscrits au patrimoine mondial de l'UNESCO : le Mont Saint-Michel et sa baie, l'ensemble constitué par les remparts et les tours Vauban et les chemins de Saint-Jacques de Compostelle (qui relie 70 monuments dont le Mont Saint-Michel).



UNE NATURE, UNE CULTURE, UN MATRIMOINE ET UN PATRIMOINE FABULEUX !

Mais la Normandie, ce sont aussi des paysages qui évoluent. Elle a perdu 46 % du linéaire bocager entre les années 1970 et 2000. Entre 1995 et 2003, le verger traditionnel haute-tige a perdu 1 million d'arbres pour cause de tempêtes, d'arrachages et surtout de vieillissement. Et 10 % du territoire est en surface artificialisée.

Ambiances normandes



Les actions

Pour aller plus loin

Pour promouvoir le patrimoine et le matrimoine, il est important de bien connaître sa région ainsi que les acteurs touristiques de son territoire.

Pour cela, vous pouvez :

-  Participer à des éductours et visiter votre région avec l'œil d'un touriste,
-  Vous rendre régulièrement dans les offices du tourisme et échanger avec les personnes pour être au fait des demandes des clients et des propositions des offices et des prestataires (Secrets Normands, lieux moins fréquentés pour désengorger les spots...),
-  Mettre de la documentation à disposition des clients en la classant par catégories et en la mettant à jour chaque année (nature, sports, bâti, musées, produits du terroir...),
-  Mettre en place un affichage où toutes les activités programmées de la semaine apparaissent (sorties nature, stages, spectacles, marchés...),
-  Mettre à disposition des livres sur la nature,
-  Lors du séjour ou du passage de vos clients, les interroger sur leurs visites et leur donner de nouvelles idées de visites,
-  Emprunter des expositions pour faire découvrir aux visiteurs les richesses matrimoniales et patrimoniales de la région,
-  Rendre visite à des structures similaires à la vôtre pour échanger sur vos pratiques professionnelles et pour proposer des événements en commun (la coopération est plus constructive que la concurrence).



FOCUS SUR UNE ACTION

Communiquer sur son territoire et pas uniquement sur sa structure donne une image dynamique de la Normandie et donne envie de s'y attarder, à l'heure où la durée moyenne des séjours n'y est que de 2 jours.

Lors de vos opérations de communication (dépliants, site internet, affiches, Facebook, Instagram...) utilisez de belles photos ensoleillées avec des légendes qui marquent l'identité du territoire et qui mettent en scène des personnes :

- 🏰 Made in Normandie,
- 🏰 Montagnes de Normandie,
- 🏰 Sur une plage de sable blanc,
- 🏰 A l'entrée de mon château,
- 🏰 Des gorges sauvages,
- 🏰 Des rivières torrentueuses,
- 🏰 A l'ombre des chemins creux,
- 🏰 Auprès de mon arbre...

Renouvelez régulièrement les photos et publiez des clichés à toutes les saisons pour favoriser la fréquentation hors vacances scolaires.



Pixabay

Ouvrages et sites internet consultés

Ouvrages

L'intégration paysagère

- La Normandie, sous la direction d'Arnaud Guérin, Delachaux et Niestlé

Sites internet

L'eau

- www.planetoscope.com/consommation-eau/243-litres-d-eau-consommes-par-un-francais.html
- www.ecoperl-shop.com
- www.lacgl.fr/-Etudes-.html
- www.normandie.ars.sante.fr/etudes-et-bilans-en-normandie
- www.ebuyclub.com/achetez-malin/maison/linge/achat-lave-linge-consommation

Les déchets

- www.ademe.fr
- www.statistiques.developpement-durable.gouv.fr
- www.planetoscope.com
- www.ecoemballages.fr
- www.paprec.com/fr/comprendre-recyclage-paprec/valorisation-matiere/recyclage-carton
- www.wikipedia.org/wiki/Valorisation_des_d%C3%A9chets_en_papier_et_en_carton
- www.lemontri.fr/le-recyclage-du-carton
- www.curieux.live/2020/03/04/notre-polaire-degage-du-plastique-a-chaque-lavage
- www.cotrep.fr/fileadmin/contribution/mediatheque/actualites/COTREP_Guide-recyclabilite_2016_WEB_01.pdf
- www.senat.fr/questions/base/2016/qSEQ160521558.html
- www.orne.gouv.fr/le-brulage-a-l-air-libre-des-dechets-vegetaux-est-a6453.html

L'énergie

- www.statistiques.developpement-durable.gouv.fr/fileadmin/user_upload/Datalab-13-CC-de_l-energie-edition-2016-fevrier2017.pdf
- www.ecolabels.fr
- www.quelleenergie.fr/questions/ampoules-led-comparatif
- www.quechoisir.org/guide-d-achat-ampoules-basse-consommation-led-n11547/
- www.quechoisir.org/actualite-ampoules-led-une-nouvelle-etude-confirme-leur-dangere-site-n23719/
- www.inrs.fr/risques/rayonnements-optiques/eclairage-led.html
- www.lemonde.fr/vous/article/2010/05/28/le-mirage-de-l-electricite-100-verte_1364441_3238.html
- www.picbleu.fr/page/guide-materiaux-sains-et-isolants-ecologiques-naturels
- www.picbleu.fr/page/solaire-photovoltaïque-questions-sur-le-cout-interet-amortissement
- www.conseils-thermiques.org/contenu/comparatif_isolants.php
- www.conseil.manomano.fr/comment-choisir-son-radiateur-electrique-15
- www.quelleenergie.fr/economies-energie/chauffe-eau-solaire/5-idees-recues
- www.biomasse-normandie.org/IMG/pdf/06_Solaire_thermique.pdf
- www.les-energies-renouvelables.eu/conseils/chauffe-eau-solaire/credit-impot-aides-financieres-projet-chauffe-eau-solaire/
- www.fr.wikipedia.org/wiki/Chauffe-eau_solaire
- www.picbleu.fr/page/comment-faire-une-bonne-installation-chauffage-bois
- www.quelleenergie.fr/economies-energie/le-chauffage/chaudiere-a-bois-dechiquete

La nature

- www.ecologique-solidaire.gouv.fr/biodiversite-presentation-et-enjeux
- www.uicn.fr/liste-rouge-france/
- www.normandie.developpement-durable.gouv.fr/IMG/pdf/Liste_des_plantes_vasculaires_invasives_de_Basse-Normandie_cle54a546.pdf

- www.terraeco.net/Nos-astuces-pour-fabriquer-un,56766.html
- www.terrevivante.org/237-construire-un-hotel-a-inscetes.html

L'intégration paysagère

- www.normandie.developpement-durable.gouv.fr/IMG/pdf/les_paysages_et_le_socle_geologique.pdf
- <https://journals.openedition.org/insitu/2746>

L'alimentation

- www.generations-futures.fr
- www.cdurable.info

L'accueil du public

- www.inegalites.fr/Qui-va-partir-en-vacances
- www.ctn.pro-normandie-tourisme.com/docs/5587-1-chiffrescles2016-web-pdf.pdf
- www.entreprises.gouv.fr/files/files/directions_services/marques-nationales-tourisme/documents%20TH/Communication_TH/CartoT_H-2016.png
- www.dianebourque.com/10-conseils-pour-creer-une-page-facebook-pour-votre-entreprise/
- www.commentcamarche.com/faq/19337-creer-une-page-facebook-pour-son-entreprise
- <https://lebondigital.com/impact-environnemental-reseaux-sociaux/>

Le patrimoine et le patrimoine

- www.donnees.normandie.developpement-durable.gouv.fr/pdf/SITES/Tableau_SITES.htm
- www.inpn.mnhn.fr/collTerr/region/25/tab/natura2000
- <https://www.normandie.fr/le-patrimoine-regional>

Photos libres de droit

- www.pixabay.com
- www.freepik.com
- Flickr creative common
- Médiathèque Normandie tourisme



Inauguration de l'exposition «Suisse normande territoire préservé» avec quelques-uns des membres du réseau et de leurs partenaires techniques et financiers : le CPIE Collines normandes, Flers Agglo, le conseil régional de Normandie et le conseil départemental de l'Orne.



En savoir plus ?

CPIE Collines normandes
Le Moulin Ségrie-Fontaine
61100 Athis-Val-De-Rouvre
02 33 62 34 65
contact@cpie61.fr

www.suisseenormande.fr

Réseau animé par



Maison du Parc naturel régional des
Boucles de la Seine normande
76940 Notre-Dame-de-Bliquetuit
Tél. 02 35 37 23 16
www.pnr-seine-normande.com
contact@pnr-seine-normande.com

Conception : CPIE Collines normandes
Photos : membres du réseau SNTP, B. Gillot, Freepik, Flickr, Pixabay créative commons,
Médiathèque Normandie tourisme.

Impression : Papier 100 % recyclé et encres végétales.

