

En vacances

FICHE PARENTS
N°5



Attention avant de boire

- Dans la nature, même lorsqu'elle paraît très claire, l'eau n'est pas toujours potable. Même en montagne, si vous buvez de l'eau d'une rivière en aval d'un troupeau de bêtes (et cela vous pouvez difficilement le savoir), vous risquez d'avoir une grave infection digestive.

Boire en quantité suffisante : 1,5 litres d'eau par jour et plus s'il fait chaud

- Prévoir d'emporter des gourdes d'eau pour le voyage notamment en voiture ou en train. Faire boire souvent les enfants... ce qui obligera à faire des pauses en voiture.
- Avant de partir en randonnée, il faut prévoir une quantité d'eau suffisante pour chacun des randonneurs et se renseigner auprès des guides locaux sur les points d'eau potable possibles le long de l'itinéraire prévu.

Préserver l'eau

- L'eau potable est parfois très rare dans certains pays : il faut l'utiliser avec modération, notamment pour la toilette.
- Un touriste dans un hôtel en Afrique consomme 7 à 10 fois plus d'eau pour se laver qu'un habitant local pour arroser son champ et nourrir sa famille.



Protéger l'eau

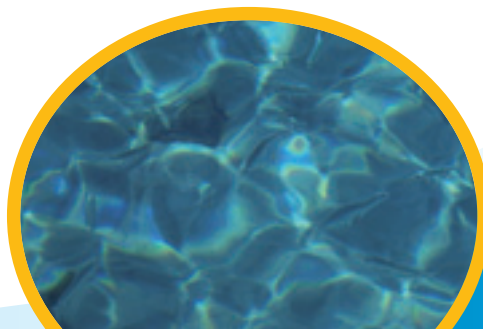
- Il faut limiter au maximum les pollutions car les infrastructures de traitement peuvent être inexistantes ou peu performantes : les lessives sans phosphates, les savons et détergents biodégradables sont à privilégier. Enfin, il faut s'efforcer, dans le cadre d'un voyage "à la dure", de laver son linge ou de faire sa toilette en aval des habitations et à distance des points d'eau potable.

La nature n'est pas une poubelle

- Jeter les déchets dans les poubelles sur la plage ou encore à l'arrivée de votre randonnée de montagne (prévoir d'emporter un sac pour y mettre tous vos déchets... y compris les peaux de banane). C'est simple, rapide et cela vous permettra d'y revenir l'année suivante avec plaisir !

Protéger l'environnement aquatique

- Quel plaisir de se baigner dans un lac ou une rivière en été ! Mais attention, les milieux aquatiques sont fragiles, il faut donc éviter de piétiner le fond ou de remuer la vase, de déplacer des cailloux ou d'arracher les plantes, pour ne pas troubler tout un écosystème.





Laver sa voiture dans une station de lavage

- Laver sa voiture devant la maison, c'est envoyer directement dans les égouts ou dans la nature les hydrocarbures, les graisses et autres solvants. Les centres de lavage spécialisés sont équipés de bacs de décantation qui traitent ces éléments polluants. Cela vous permet aussi d'économiser environ 200 litres d'eau chez vous. Cependant, comme il est facile de se laisser aller à la surconsommation d'eau dans ces centres, il faut rester vigilant.

Pêcher : se faire plaisir de manière raisonnée

- La pêche pratiquée de manière excessive n'est pas recommandée : il faut se limiter à la consommation familiale et respecter les tailles minimales des poissons, crustacés et coquillages, pour assurer le renouvellement des espèces. Certaines d'entre elles sont protégées par la loi et soumises à des restrictions, il est donc bon de s'informer.

Respecter toutes les recommandations de protection de la nature lors des plongées sous-marines

- Se renseigner auparavant auprès d'un centre spécialisé afin d'avoir toutes les informations et les recommandations pour préserver les récifs coralliens (ne pas utiliser d'ancres à proximité des zones coralliennes, maîtriser le mouvement des palmes, ne pas toucher ni ramasser les coraux...).

Éviter les produits chimiques

- Pour se débarrasser des insectes (moustiques, fourmis, punaises...) : dormir sous une moustiquaire, se couvrir la peau à la tombée du soir, entretenir régulièrement le jardin, renouveler l'eau des vases de fleurs, prendre une douche juste avant le coucher, sont autant de moyens simples de protection contre ces insectes.



- www.ecologie.gouv.fr
- www.sante.gouv.fr
- www.diplomatie.gouv.fr
- www.eaufrance.fr
- www.oieau.fr
- www.conso.net/claranoe.htm
- www.planete-eau.org
- www.cieau.com
- www.conso.net
(coordonnées des organisations de consommateurs)