

# Conseils sur les vacances d'été sédentaires

## Pourquoi aller ailleurs lorsque vous pouvez passer de belles vacances chez vous et économiser du même coup?

Cette année, les [vacances sédentaires, ou vacances passées chez soi](#), sont très à la mode. Évitez dépenses et stress associés aux voyages. Les voyageurs futés choisissent de passer leurs vacances à la maison. En ne prenant pas l'avion, vous bénéficiez d'une occasion idéale de redécouvrir votre ville tout en épargnant Dame Nature.

Les voyages aériens représentent de [4 à 9 % de la production de gaz à effet de serre](#). Les avions produisent aussi des traînées de condensation – des gouttelettes d'eau et de glace qui suivent le passage de l'avion. Ces «nuages» blancs ont un [effet de réchauffement net](#) sur la planète et contribuent au réchauffement climatique.

Opter pour des vacances sédentaires ne signifie pas que vous devez passer votre temps à faire la lessive et la vaisselle; il s'agit plutôt d'une occasion de profiter de votre maison et de votre ville.

### Élaborez un plan

Tout comme vous l'auriez fait si vous étiez parti en voyage, planifiez vos vacances à la maison. Achetez des billets de spectacles et d'événements, prévoyez une randonnée, réservez dans des restaurants et pensez d'avance à vos activités quotidiennes. Donnez une saveur écologique à vos vacances en achetant des produits locaux, en remplaçant des plats à emporter par des piqueniques et en vous approvisionnant en aliments biologiques chaque fois que c'est possible.

### Établissez un budget

Calculez le coût des vacances que vous auriez prises ailleurs, puis affectez une partie de ce montant à vos vacances à la maison. Puisque vous ne dépensez rien pour des billets d'avion et des réservations d'hôtel, vous épargnez. Ainsi, vous pourrez vous permettre d'assister à des spectacles ou d'aller au restaurant sans culpabiliser, tout en sachant que vous économisez à long terme.

Repérez les activités gratuites qu'offre votre municipalité, comme l'accès aux piscines et aux parcs publics, ou faites une promenade à vélo sur une piste cyclable et profitez du paysage.

### Agissez comme un touriste

Assistez à un spectacle, faites une randonnée, organisez un pique-nique, visitez un musée : soyez un touriste dans votre propre ville. Visitez des fermes locales, prenez des cours d'artisanat, de peinture ou de cuisine.

Choisissez la marche ou le vélo pour vous rendre aux attractions touristiques locales afin de réduire les émissions de gaz à effet de serre, faire un peu d'exercice et économiser sur l'essence.

Vous ne voulez pas trop vous éloigner de chez vous? Installez-vous confortablement pour regarder des films ou faites du camping dans la cour. Profitez du parc local ou promenez-vous à pied dans votre quartier.

#### Coupez le contact

Vous ne consulteriez pas vos courriels ou vos textos si vous partiez en voyage, alors faites de même durant les vacances sédentaires. Programmez un message d'absence pour les courriels et éteignez votre téléphone. Limitez le temps que les membres de la famille passent devant les écrans. Éteignez tous les appareils inutilisés - même en veille, ils représentent [10 % de votre facture d'électricité](#).

#### Régalez-vous

Mangez dans vos restaurants préférés et essayez-en de nouveaux. Rien de mieux que le service à la chambre, alors tour à tour, préparez le café et le petit-déjeuner pour les déguster au lit le matin.

#### Souvenirs de vacances

Prenez de nombreuses photos de toutes les choses intéressantes que propose votre ville et achetez un souvenir écologique.

---

Source URL (modified on 08/17/2017 - 15:59):

<http://ecovie.banquescotia.com/conseils-sur-les-vacances-d%E2%80%99%C3%A9t%C3%A9-s%C3%A9dentaires/1746>