



Guide du sport écoresponsable, à Monaco



Édito

Chères Sportives,
Chers Sportifs,

En tant qu'Ambassadrice et Ambassadeurs du Pacte National, nous sommes convaincu(e)s qu'il est temps de lutter contre un adversaire plus que jamais préoccupant : le dérèglement climatique. Que vous frappiez dans un ballon ou que vous courriez plus vite que le vent, quelle que soit votre discipline, ce sujet vous concerne, comme nous. Car si nous voulons continuer à profiter de nos terrains d'entraînement, c'est maintenant qu'il nous faut agir.

Le sport est notre meilleur Coach. Il nous apprend la persévérance, le respect, la solidarité et le partage d'énergies positives.

Alors montrons l'exemple avec un but commun : l'adoption de pratiques écoresponsables. Réduisons notre empreinte carbone et misons sur les bons chevaux en privilégiant des options respectueuses de l'environnement. Et pour gagner par KO, inspirons également nos coéquipier(e)s et engageons l'Équipe au grand complet, pour un avenir plus vert...

Que vous soyez Poussin ou Vétéran, devenez vous aussi Champion(ne) de l'Action. Engageons-nous ensemble pour un « demain » durable où sport et nature continueront de coexister en harmonie.

Sportivement,



Kevin Crovetto
Gymnaste



Émilien Puyo
Nageur



Margot Bergesi
Handballeuse



Victor Langellotti
Cycliste

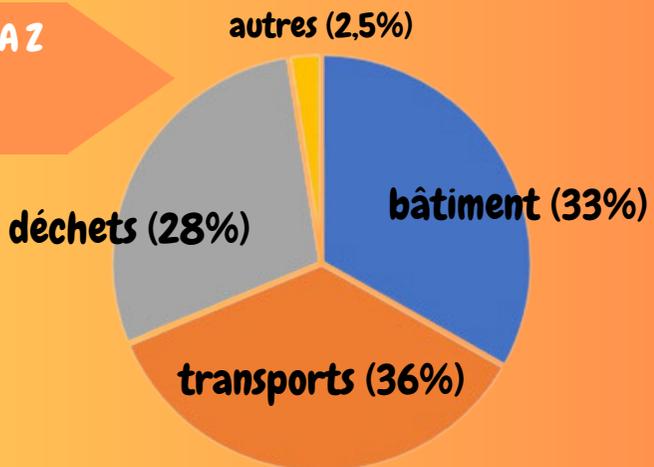
Contexte...

POURQUOI CE GUIDE?

Ce guide vise à sensibiliser les Clubs sportifs de Monaco aux défis environnementaux posés par le dérèglement climatique et à les encourager à adopter des pratiques durables.

Il fournit des informations et des recommandations simples et pratiques pour aider les Clubs sportifs à devenir des acteurs responsables dans la lutte contre le changement climatique. L'objectif de Monaco est de réduire ses émissions de gaz à effet de serre de -55% d'ici 2030 et d'atteindre la neutralité carbone en 2050 et nous ne relèverons ce défi qu'ensemble !

LES ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE À MONACO



LES CONSÉQUENCES SUR LA PRATIQUE DU SPORT

Performance

Équipement

Lieux de pratique

À vos marques...



1

Adhérez au Pacte National et estimez votre bilan carbone

(sportif ou Club)



2

Réalisez un bilan carbone approfondi si vous souhaitez aller plus loin



3

Nommez un écoréférent au sein du Club et créez un "conseil développement durable"



(La Fédération Monégasque d'Athlétisme l'a fait !)

4

Définissez une feuille de route des actions à mener et planifiez-les

5

Procédez à son suivi annuel, avec la Mission pour la Transition Énergétique



...prêts ?

80%

de l'impact carbone des évènements sportifs sont liés aux transports...

Pour vous rendre aux entraînements...

Faites du covoiturage !

Créez un groupe sur les réseaux sociaux (ex: Whatsapp) pour organiser les aller-retours !

Pensez "mobilité douce"...



Vélo avec MonaBike

Marche

Trottinette

Achetez un vélo électrique grâce aux aides du Fonds Vert aux entreprises/ particuliers



Utilisez les transports en commun :



Réseau de bus de la Compagnie des Autobus de Monaco

Bus et trains français

Equipez votre Club de véhicules plus propres :

Bénéficiez du soutien du Gouvernement pour l'acquisition de véhicules écologiques

...PARTEZ !



En début d'année :

Prêtez l'équipement aux équipes contre une caution qui sera rendue en fin d'année



(C'est déjà ce que fait la Fédération Monégasque de Gymnastique !)

Achetez de la seconde main



(chez Barooders, Sporteed, Décathlon...)



Pendant l'entraînement :

Réparez les équipements au lieu de les jeter

Prenez soin du matériel

Favorisez l'utilisation généralisée des gourdes



Consultez la "Carte des réparateurs et de la 2nde main" à Monaco !



Dans les vestiaires :

Économisez l'eau !



1

Installez des douches économes en eau dans les installations sportives

2

Équipez tous les points d'eau de systèmes anti-gaspillage : boutons pressions évitant l'oubli de la fermeture des robinets, des réducteurs de débit etc.

3

Vérifiez régulièrement l'état des tuyaux et procéder immédiatement aux réparations si certains sont endommagés

Économisez l'énergie !



La Fédération Monégasque de Gymnastique a installé des leds et détecteurs de mouvements !

Triez vos déchets !



Mettez en place le tri sélectif

Organisez des compétitions et événements DURABLES

Banissez le plastique à usage unique ! À la place :

- Incitez vos sportifs à apporter leur déjeuner dans des contenants réutilisables
- Utilisez des gourdes et fontaines à eau
- Demandez à vos fournisseurs de ne plus vous livrer avec du plastique !

(La Fédération Monégasque de Gymnastique a mis en place un système d'écocup, avec son logo, pour les événements !)

(La Fédération Monégasque de Cyclisme demande à ce qu'à chaque repas de groupe, les sportifs apportent leurs couverts et contenants réutilisables !)



Sensibilisez les supporters aux écogestes...

- Covoiturage avec Klaxit
- Recyclage de leurs déchets



Proposez une alimentation responsable :

- Privilégiez les produits de saison, locaux et/ou issus de l'agriculture biologique
- Réduisez la consommation de protéines animales (viande et poisson)
- Proposez des alternatives végétariennes ou véganes, lors des repas ou des réceptions



La Vie de Club



1

Désignez un(e) écoréfèrent(e) dans le Club

- Pour relayer les recommandations du guide
- Formé aux bon gestes du tri qu'il apprendra en retour au reste de l'équipe !



2

Réduisez l'empreinte numérique

- "Nettoyez" régulièrement votre boîte mail
- Evitez les pièces jointes (surtout les lourdes)
- Utilisez la wifi au lieu de la 4G/5G





Le Gouvernement Princier vous aide...



**Bénéficiez de subventions
pour l'achat de :**

- Petits équipements, plus efficaces et moins énergivores
- Gourdes
- Vélos électriques ou véhicules hybrides/ électriques
- Autres...



**Contactez la
Mission pour la Transition Énergétique**



**(+377) 98 98 47 59
transition-energetique@gouv.mc**