

คู่มือของ

แบกผู้มี

ความรับผิดชอบ

การดำเนินการง่ายๆ ที่คุณสามารถทำได้เพื่อสนับสนุน
ผู้คนและสถานที่ที่คุณไปเยือน



เราทุกคนเดินทางด้วยเหตุผลที่แตกต่างกัน และพวกเราหลายคนก็เห็นพ้องต้องกันว่าหนึ่งในสิ่งที่ดีที่สุดเกี่ยวกับการเดินทางคือการได้รับประสบการณ์ใหม่ๆ ที่ไม่เหมือนใคร เนื่องจากผู้คน วัฒนธรรม ประวัติศาสตร์ สัตว์ป่า และทิวทัศน์ก็ต่างมีบทบาทสำคัญต่อประสบการณ์การเดินทางของเรา การอนุรักษ์และสนับสนุนสิ่งเหล่านี้ควรเป็นหัวใจสำคัญของทุกๆ องค์กรการท่องเที่ยวและองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการเดินทาง รวมถึงนักเดินทางทุกคนด้วย

ใบรับรองTravelife ช่วยให้ผู้บริการที่พิกให้ความสำคัญกับความยั่งยืนซึ่งเป็นหัวใจหลักของธุรกิจ สถานที่พิกที่มี Travelife Certified ต้องปฏิบัติตามมาตรฐานด้านความยั่งยืน 100% ซึ่งเป็นมาตรฐานที่เข้มงวดที่สุดในโลก เราจะทำการตรวจสอบสถานที่พิกแต่ละแห่งในทุกๆ 2 ปี

เราได้ดำเนินการตรวจสอบสิ่งเหล่านี้มาหลายพันครั้งทั่วโลก และพบว่าผลกระทบที่ยิ่งใหญ่ที่สุดเกิดขึ้นเมื่อผู้คนจำนวนมากได้กระทำการอย่างมักง่าย และไม่ว่าผู้ให้บริการที่พิกจะพยายามปรับปรุงอย่างหนักเพียงใด พวกเขาจะทำได้ก็ต่อเมื่อแขกที่ที่มาพิกเต็มใจร่วมมือทำสิ่งต่างๆ ร่วมกัน เราขอเชิญให้คุณอ่านเอกสารนี้ต่อไปเพื่อหาวิธีที่คุณสามารถช่วยปรับปรุงผลกระทบของการเดินทางของคุณ

การวิจัยการเดินทางของคุณ



จองการเดินทาง: หากคุณมีทางเลือก ให้เลือกบริษัทที่ดำเนินการปรับปรุงผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมและสังคมเสมอ ที่פקที่ดีที่สุดจะเผยแพร่รายงานความยั่งยืนประจำปี และได้รับการรับรองโดยอิสระจากป้ายกำกับความยั่งยืนที่มีชื่อเสียง เช่น Travelife

วัฒนธรรม: การเดินทางจะสนุกมากขึ้นเมื่อคุณมีความรู้เกี่ยวกับการเคารพประเพณีและวัฒนธรรมท้องถิ่น แม้แต่เรื่องง่ายๆ เช่น การให้ทิป การแต่งตัว หรือการกล่าวขอบคุณก็มีประโยชน์ที่ควรรู้ก่อนการมาเยือน

การขนส่งภาคพื้นดิน: คุณสามารถช่วยลดความแออัด มลพิษ และการปล่อยมลพิษได้โดยการเลือกใช้รถแท็กซี่และบริษัทรับส่งที่มียานพาหนะปล่อยมลพิษต่ำ ใช้ระบบขนส่งสาธารณะ และสำรวจจุดหมายปลายทางด้วยการเดินเท้าหรือจักรยานที่สามารถทำได้จริงและเป็นไปด้วยความปลอดภัย

การใส่ใจต่อผู้อื่น: ใช้เวลาในการเรียนรู้วิธีการแสดงสัญญาณว่ามีผู้ที่อยู่ในกระบวนการคำนึงถึง การทูลถาม หรือการแสวงหาผลประโยชน์ จากนั้นหาวิธีรายงานหากคุณพบเห็นสิ่งเหล่านี้ คุณควรสามารถค้นหาข้อมูลและแหล่งข้อมูลการฝึกอบรมที่เชื่อถือได้จากช่องทางออนไลน์ ซึ่งตำรวจหรือองค์กรพัฒนาเอกชนมักจะเป็นผู้จัดหาแหล่งข้อมูลดังกล่าว หรือขอคำแนะนำจากองค์กรการกุศลในท้องถิ่นที่เกี่ยวข้องหรือตรวจสอบกับตัวแทนการท่องเที่ยวของคุณ

การแพ็คกระเป๋า



แพ็คกระเป๋าให้เบาและประหยัด

พื้นที่: ไม่ว่าคุณจะไปทางไหนก็ตาม โดยเครื่องบิน รถไฟ เรือ หรือรถยนต์ ผู้นำหนักของกระเป๋าที่เบาลงหมายความว่าต้องใช้เชื้อเพลิงน้อยลงในการเดินทางให้ถึงที่หมาย ซึ่งส่งผลให้มีการปล่อยมลพิษน้อยลงด้วย

การแพ็คกระเป๋าจากกลับ: สิ่งของที่

ไม่ต้องการที่คุณทิ้งไว้จะเพิ่มมลพิษแก่สถานที่จุดหมายปลายทางของคุณที่ขาดวิธีแก้ปัญหาเกี่ยวกับของเสียและการรีไซเคิลที่ดี และในทุกๆ ที่ที่คุณไป สิ่งเหล่านี้จะเพิ่มภาระให้กับระบบการจัดการขยะในท้องถิ่น

ผลิตภัณฑ์ดูแลส่วนบุคคล: การล้างตัวหรือว่ายน้ำเมื่อมีการใช้แชมพู โลชั่น และเจลที่มี “ไมโครพีดส์” อาจก่อให้เกิดอันตรายร้ายแรงต่อความหลากหลายทางชีวภาพในระยะยาว หลายประเทศได้สั่งห้ามผลิตภัณฑ์ที่มีสารเหล่านี้แล้ว ดังนั้นโปรดอย่าเดินทางพร้อมกับผลิตภัณฑ์เหล่านี้

ครีมกันแดด: ส่วนผสมบางอย่างที่พบในผลิตภัณฑ์ป้องกันแสงแดดบางชนิดสร้างความเสียหายอย่างมากต่อสิ่งมีชีวิตในทะเลและแนวปะการัง แม้ในปริมาณเล็กน้อย และแม้ว่าจะล้างสารกันแดดออกในตอนที่คุณอยู่ห้องพักที่โรงแรมของคุณแล้วก็ตาม มองหาทางเลือกอื่นที่ปลอดภัยต่อทะเลหากครีมกันแดดมีส่วนผสมเหล่านี้: Oxybenzone, Benzophenone-1, Benzophenone-8, OD-PABA, 4-Methylbenzylidene Camphor, 3-Benzylidene Camphor, nano-Titanium Dioxide, nano-Zinc Oxide, Octinoxate, Octocrylene.

พลาสติกแบบใช้ครั้งเดียว: หากคุณนำพลาสติกแบบใช้ครั้งเดียวติดตัวไปด้วย สิ่งเหล่านี้จะต้องถูกกำจัด และในหลายพื้นที่ที่คุณกำลังเดินทางไปนั้น ขาดสิ่งอำนวยความสะดวกในการกำจัดขยะเหล่านี้อย่างปลอดภัย ลองดูว่าคุณสามารถใช้อย่างเลือกอื่นที่สามารถใช้ซ้ำได้หรือจะเป็นผลิตภัณฑ์ที่ทำจากกระดาษรีไซเคิลแทนพลาสติกได้หรือไม่



ณ ที่พักของคุณ

อุณหภูมิ: การรักษาอุณหภูมิห้องของคุณให้รู้สึกสบายนั้นเป็นสิ่งสำคัญ แต่นี่เป็นหนึ่งในตัวการที่ใหญ่ที่สุดในการปล่อยก๊าซเรือนกระจกในที่พัก คุณสามารถช่วยลดมันได้ด้วยการไม่ปรับเครื่องควบคุมอุณหภูมิเกินความจำเป็น และตรวจสอบว่าชุดทำความร้อน/ทำความเย็นปิดอยู่ทุกครั้งที่เปิดประตูหรือหน้าต่าง

น้ำ: มีการปล่อยก๊าซเรือนกระจกจากการจัดหาและกำจัดน้ำเสียอยู่เสมอ และในบางพื้นที่ น้ำเป็นทรัพยากรที่มีค่าอย่างยิ่ง คุณสามารถช่วยลดมันได้ด้วยการอาบน้ำในระยะเวลาที่สั้นลง ปิดก๊อกน้ำขณะแปรงฟันและใช้ตัวเลือกปุ่มฟลัชน้ำน้อยที่ชักโครกเมื่อจำเป็น

การรับประทานและดื่ม: ประมาณหนึ่งในสามของอาหารที่ผลิตทั้งหมดไม่เคยถูกรับประทาน แต่การผลิตอาหารคิดเป็นสัดส่วนหนึ่งในสามของการปล่อยก๊าซเรือนกระจกทั้งหมด คุณสามารถช่วยลดมันได้โดยการสั่งเฉพาะอาหารที่คุณจะรับประทาน เลือกอาหารจากท้องถิ่นแทนอาหารนำเข้า และเลือกอาหารที่ปราศจากเนื้อสัตว์ให้มากขึ้นระหว่างการเข้าพัก

ค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับการรีไซเคิล: สถานที่แต่ละแห่งมีกฎการรีไซเคิลที่แตกต่างกันซึ่งอาจทำให้สับสนได้เมื่อคุณเดินทาง ดังนั้นควรสอบถามพนักงานโรงแรมว่าคุณสามารถรีไซเคิลอะไรได้บ้างและทำอย่างไร

สนับสนุนชุมชนท้องถิ่น



สนับสนุนธุรกิจท้องถิ่น: ลองรับประทานอาหารและซื้อผลิตภัณฑ์ของคนท้องถิ่นที่พวกเขาเป็นผู้ผลิตและจำหน่ายในพื้นที่นั้น หากคุณกำลังซื้อของฝากหรือของที่ระลึก ดูว่าคุณสามารถหาของที่เป็งานงานฝีมือโดยศิลปินท้องถิ่นหรือผลิตโดยธุรกิจขนาดเล็กได้หรือไม่

สำรวจวัฒนธรรมและพื้นที่: แม้ว่าคุณจะไปที่ยิวพักผ่อนที่ชายหาดหรือเป็นการเดินทางเพื่อธุรกิจในระยะสั้น คุณก็ยังมีแนวโน้มที่จะได้รับประโยชน์จากไปเยือนในครั้งนี่มากขึ้น หากคุณหาเวลาเยี่ยมชมสถานที่ วัฒนธรรม และกิจกรรมในท้องถิ่น

เคารพผู้คน: คุณต้องมั่นใจว่าคุณรู้และปฏิบัติตามกฎหมาย ชนบทธรรมเนียมหรือประเพณีในท้องถิ่น ห้ามถ่ายภาพหรือวิดีโอของบุคคลโดยไม่ได้รับอนุญาต โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากคุณตั้งใจจะโพสต์สิ่งเหล่านี้ทางออนไลน์ โปรดจำไว้ว่าพ่อแม่หรือผู้ปกครองตามกฎหมายเท่านั้นที่สามารถให้สิทธิ์แก่เด็กได้

คุ้มครองเด็ก: หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่อาจเป็นอันตรายต่อเด็ก เช่น สถานเลี้ยงเด็กกำพร้าและการไปเยี่ยมชมโรงเรียนที่อาจขัดขวางการศึกษาหรือนำไปสู่การแสวงประโยชน์ วิธีที่ดีที่สุดในการสนับสนุนเด็กคือการบริจาคให้กับองค์กรการกุศลที่มีชื่อเสียง หากคุณสงสัยว่าเด็กคนใดถูกแสวงหาประโยชน์หรือถูกทารุณกรรม ให้รายงานปัญหาดังกล่าวต่อหน่วยงานที่บังคับใช้กฎหมายทันที คุณสามารถพูดคุยกับเจ้าหน้าที่ที่พักหรือตัวแทนท่องเที่ยวของคุณ หาก你不แน่ใจว่าจะทำให้ปลอดภัยได้อย่างไร

ปกป้องความหลากหลายทางชีวภาพ: อย่าสัมผัสขยขยอย่างถูกต้องและปฏิบัติตามคำแนะนำเกี่ยวกับวิธีการปกป้องพื้นที่ที่เปราะบาง เช่น เนินทราย แนวปะการัง หรือป่าไม้ หรือนำสิ่งใดออกจากพื้นที่เหล่านี้ เช่น เปลือกหอยหรือหิน และอย่าทิ้งสิ่งต่างๆ ไว้ในพื้นที่

สนับสนุนความคิดริเริ่มในการปรับปรุงท้องถิ่น: หากคุณมีช่วงเวลาที่ดีที่จดหมายปลายทางที่คุณไป และต้องการตอบแทนผู้คนที่อาศัยอยู่ที่นั่น เราขอแนะนำให้มองหาโครงการริเริ่มในการปรับปรุงท้องถิ่นหรือองค์กรการกุศลเพื่อสนับสนุน คุณสามารถขอไอเดียจากพนักงานของที่พักรักของคุณได้ เนื่องจากพวกเขาอาจมีแนวคิดบางอย่างอยู่แล้ว ตัวอย่างเช่น การระดมทุนเพื่อสร้างศูนย์การแพทย์แห่งใหม่ การปรับปรุงสวนสาธารณะในท้องถิ่น หรือเพื่อปกป้องพื้นที่ทางธรรมชาติที่สำคัญ

คุ้มครองสัตว์

สัตว์เร่ร่อนหรือสัตว์ที่ถูกทารุณ

กรรม: หากคุณกังวลเกี่ยวกับสัตว์เร่ร่อนหรือสัตว์ที่ถูกทารุณกรรม ให้สอบถามพนักงานของที่พักรักของคุณเกี่ยวกับแนวทางปฏิบัติที่ดีที่สุด พวกเขาอาจทำงานร่วมกับองค์กรสวัสดิภาพสัตว์ในท้องถิ่นอยู่แล้วหรือมีคำแนะนำสำหรับคุณ หากไม่เป็นเช่นนั้น คุณสามารถสอบถามผู้นำการท่องเที่ยวของคุณได้ องค์กรระหว่างประเทศ เช่น World Animal Protection และ Born Free มักจะมีคำแนะนำออนไลน์เกี่ยวกับสิ่งที่ควรทำ หากคุณพบเห็นการทารุณกรรมหรือละเลยสัตว์ป่าที่ถูกจับ (เช่น งู เสือ หมู ช้าง)



กิจกรรมร่วมกับสัตว์และแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ: เราขอแนะนำให้คุณหลีกเลี่ยงกิจกรรมใดๆ ที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพจิตและร่างกายของสัตว์ ซึ่งอาจรวมถึงกิจกรรมเกี่ยวกับการให้อาหารหรือสัมผัสสัตว์ป่า และสถานที่ท่องเที่ยวใดๆ ที่สัตว์ถูกบังคับให้มีพฤติกรรมในลักษณะที่ไม่ปกติสำหรับพวกมันในป่า



Accommodation
Sustainability

www.staybetterplaces.com