

**1**  
**SÉ CONSCIENTE DOS RISCOS AO VIAJAR E TOMA AS PRECAUÇÕES NECESSÁRIAS.**

Quando planeares a tua viagem, certifica-te de conhecer as características do destino que queres conhecer e toma as medidas necessárias para teres a documentação atualizada, tal como, seguros e dados de saúde que te possam ser solicitados. Além disso, segue em todos os momentos, as recomendações das autoridades locais, sobretudo em caso de emergência. Comprova a composição dos produtos que consumes para evitar qualquer risco, sobretudo os que possam surgir derivado a reações alérgicas ou intolerâncias.

**2**  
**IMPULSIONA O DESENVOLVIMENTO LOCAL DO DESTINO CONSUMINDO PRODUTOS E SERVIÇOS LOCAIS.**

Apoia o empreendedorismo local consumindo produtos ou serviços que sejam produzidos no destino e cujos benefícios diretos e indiretos sejam repartidos transversalmente e favoreçam os grupos mais vulneráveis. Desta forma, sempre que consumires qualquer bem ou serviço, compra apenas aqueles que realmente necessites e fá-lo a um preço justo para não destabilizar a economia local nem as condições de vida dos proprietários ou colaboradores dos negócios locais.



**3**  
**APRENDE E PARTILHA SOBRE A COMUNIDADE QUE TE RECEBE RESPEITANDO OS SEUS VALORES E TRADIÇÕES.**

Aprende, sempre que possível, sobre os aspetos culturais do destino que visitas (costumes, gastronomia, idiomas ou dialetos, tradições, património). Assegura-te que conheces as normas sociais para evitar comportamentos que possam ser ofensivos ou humilhantes para a comunidade que te recebe. Do mesmo modo, torna-te um exemplo de tolerância criando oportunidades de aprendizagem mútua com os locais e turistas, evitando situações de conflito ou indesejadas.

**4**  
**CONTRIBUI PARA A CONSERVAÇÃO, PROTEÇÃO E REGENERAÇÃO DOS ECOSISTEMAS AQUÁTICOS E TERRESTRES DOS DESTINOS.**

Desfruta apenas de produtos, serviços e experiências que garantam a exploração sustentável dos recursos aquáticos e terrestres do destino e que respeitem o habitat natural da fauna e flora autóctone e não só, evitando os maus tratos a animais ou destruição da envolvente. De igual forma, adota uma conduta responsável, evitando a criação de resíduos e colabora com os programas de recolha e limpeza realizados no destino para evitar a deterioração dos espaços naturais e manter a biodiversidade.



**5**  
**RESPEITA A DIVERSIDADE E NÃO FOMENTES OU PARTICIPES ATIVIDADES DISCRIMINATÓRIAS.**

Favorece a eliminação de barreiras que limitem a integração das pessoas por motivos de género, origem, religião, orientação sexual, situação económica ou outra condição, evitando linguagem sexista, comentários ofensivos ou uso de estereótipos negativos. Igualmente, facilita o acesso à igualdade de oportunidades a aqueles que tenham necessidades especiais no que concerne a mobilidade ou comunicação, respeitando os espaços ou serviços destinados para o uso destes.

**6**  
**CONSUME DE FORMA RESPONSÁVEL E PARTICIPAN A GESTÃO SUSTENTÁVEL DOS RECURSOS.**

Escolhe produtos, serviços ou experiências que garantam a gestão e uso inteligente e eficiente dos recursos hídricos e energéticos, consumindo os que gerem menor impacto no destino e possam ser recicláveis ou reutilizáveis. Evita o consumo excessivo da água e opta, sempre que possível, por transportes com emissões reduzidas ou inexistentes. Igualmente, calcula a tua pegada de carbono e compensa-a na medida do possível.

**7**  
**FAVORECE A SUSTENTABILIDADE DO PATRIMÓNIO E INFRAESTRUTURAS DO DESTINO.**

Presta especial atenção em reconhecer como está a ser gerido o destino e as infraestruturas que o compõem (edifícios, transportes, casas, espaços públicos, etc.) para que a tua visita não suponha uma alteração na vida local. Além disso, contribui para a conservação das atrações turísticas, respeitando as normas e os acessos concebidos para a sua preservação e proteção.



**8**  
**ESCOLHE PRODUTOS, SERVIÇOS OU EXPERIÊNCIAS QUE POTENCIEM A SUSTENTABILIDADE DO DESTINO ATRAVÉS DA I+D+I.**

Dá prioridade aos produtos, serviços ou experiências que, incorporem novas tecnologias e métodos inovadores que contribuam para a sustentabilidade do destino através da poupança ou da melhor utilização dos recursos, da informação ou da capacidade de comunicação.

**9**  
**FOMENTA AS CONDIÇÕES LABORAIS DIGNAS E JUSTAS QUE RESPEITEM OS DIREITOS DOS TRABALHADORES.**

Analisa e verifica se os produtos ou serviços que consumes, são produzidos em condições laborais dignas e justas que integrem a população local ou em risco de exclusão social e que evitem a exploração sexual ou infantil, o mau trato a animais, entre outros. De igual forma, trata de forma respeitosa todos os trabalhadores, tanto os das empresas do destino que viajas como os da tua própria comunidade.



**10**  
**JUNTA-TE AO MANIFESTO DE TURISTA RESPONSÁVEL E PARTILHA-O.**

Apoia iniciativas e programas que fomentem o intercâmbio de experiências e boas práticas e que favoreçam a paz, participando ativamente nas redes, associações, atividades e alianças que promovam o desenvolvimento sustentável. Começa por aderires ao Manifesto de Turista Responsável, realizando as ações sustentáveis identificadas e partilha este teu compromisso com outras pessoas.

