








Rock Climbing & Abseiling

Sustainability Code of Conduct

lalalanka

As part of our commitment to sustainable tourism, we provide activity participants with the sustainability savvy travel tips below.

- ✓ Be **selective** – choose tourism businesses that share how they benefit people & planet
- ✓ Tread **lightly** – choose activities & transport options with a reduced environmental impact
- ✓ Be **informed** – learn a bit about local nature, history & culture beforehand to enrich your experience
- ✓ Be accurate about your level of **fitness** & ability so we can design an enjoyable experience for everyone
- ✓ Respect your guide / host's **instructions** regarding safety, local etiquette & dos & don'ts
- ✓ Remain on **existing paths** to access the base of climbing / abseiling routes
- ✓ Avoid indiscriminate use of **chalk** & fixed equipment (avoid galvanised bolts entirely)
- ✓ Avoid chipping rock & removed **vegetation** from cracks & gullies
- ✓ Avoid climbing near sites of geological, cultural, or other scientific interest
- ✓ Don't collect or disturb **flora or fauna**, or their habitat
- ✓ Don't feed **wildlife**; it can harm their health & encourage problematic behaviour
- ✓ Be respectful of **privacy**; obtain permission before taking photos / videos of people or sensitive sites
- ✓ **Respect others** using the area so that their experience & access are not compromised
- ✓ **Ask questions** – your local guide will happily share their knowledge
- ✓ **Reduce waste** – from food to paper, remember to take only what & as much as you need, & bring **re-usable items**, e.g. water bottle, coffee cup, shopping / carry bag (or buy a locally made one that can be re-used!)
- ✓ **Dispose** of waste responsibly & use local **recycling** facilities where available
- ✓ Be **waterwise** – your participation shouldn't place additional stress on water-scarce environments
- ✓ **Save energy** to reduce your carbon footprint & your impact on local supply challenges
- ✓ Support **climate change** action, e.g. offset or regeneration programmes
- ✓ If you want to **give**, ask us how to do so responsibly; offering sweets or money to individuals, for example, can often do more harm than good
- ✓ **Buy** from local, small &/or community-owned businesses, especially if they feature local nature or culture
- ✓ Be cautious about **buying from children** – you could unknowingly be supporting their exploitation
- ✓ Refuse to buy **souvenirs**, food & beverages that harm the environment, people, or wildlife, especially those that are illegal to buy / sell
- ✓ Respect customary **tipping & trading** practices – such as bartering – & pay fair prices
- ✓ Provide **feedback** about what you liked or how we can do better

switchasia GRANTS PROGRAMME · BHUTAN SUSTOUR · HRAB · Travelife Sustainability in tourism

Visit www.travelife.info for more guidance & 20+ other sustainability codes of conduct.

© photos by Johannes Anderson*, Petr Slovacek*, Brook Anderson*, Scott Osborn*, Patrick Hendry*, Yente van Eynde*, Bradley Dunn* & Nico Smit* (* @ unplash)

Escalade et descente en rappel

OLALALANKA - Français

Dans le cadre de notre engagement pour un tourisme durable, nous remettons aux participants aux activités les conseils de voyage responsable ci-dessous.

- Soyez sélectif : choisissez des entreprises touristiques qui expliquent en quoi elles profitent aux personnes et à la planète.
- Marchez léger : choisissez des activités et des transports à faible impact environnemental.
- Informez-vous : renseignez-vous un peu sur la nature, l'histoire et la culture locales avant votre visite.
- Soyez honnête sur votre niveau de forme et de compétence afin que nous puissions concevoir une expérience agréable pour tous.
- Respectez les consignes de sécurité, d'étiquette locale et les dos and don'ts de votre guide ou hôte.
- Restez sur les chemins existants pour rejoindre le pied des voies d'escalade ou de rappel
- Évitez l'usage excessif de magnésie et de matériel fixe (évitez totalement les broches galvanisées)
- Évitez de casser la roche et d'arracher la végétation des fissures et des ravines
- Évitez d'escalader à proximité de sites d'intérêt géologique, culturel ou scientifique
- Ne prélevez pas et ne dérangez pas la flore, la faune ni leur habitat.
- Ne nourrissez pas la faune sauvage : cela peut nuire à sa santé et encourager des comportements à risque.
- Respectez la vie privée : demandez l'autorisation avant de photographier ou de filmer des personnes ou des sites sensibles.
- Respectez les autres usagers de l'espace afin que leur expérience et leur accès ne soient pas compromis.
- Posez des questions : votre guide local partagera volontiers ses connaissances.
- Réduisez vos déchets, de la nourriture au papier : ne prenez que le nécessaire et emportez des objets réutilisables (gourde, gobelet, sac de courses ou un sac fabriqué localement).
- Jetez vos déchets de manière responsable et utilisez les filières de recyclage locales lorsqu'elles existent.
- Économisez l'eau : votre participation ne doit pas ajouter de pression sur des environnements où l'eau est rare.
- Économisez l'énergie pour réduire votre empreinte carbone et votre impact sur les ressources locales.
- Soutenez l'action climatique, par exemple par des programmes de compensation ou de régénération.
- Si vous souhaitez donner, demandez-nous comment le faire de manière responsable ; offrir des bonbons ou de l'argent à des personnes peut souvent faire plus de mal que de bien.
- Achetez auprès d'entreprises locales, petites ou communautaires, en particulier si elles mettent en valeur la nature ou la culture locales.
- Soyez prudent quant aux achats auprès d'enfants : vous pourriez sans le savoir soutenir leur exploitation.
- Refusez d'acheter des souvenirs, aliments ou boissons qui nuisent à l'environnement, aux personnes ou à la faune, en particulier ceux dont la vente est illégale.
- Respectez les usages locaux en matière de pourboire et de commerce, comme le marchandage, et payez des prix justes.
- Donnez votre avis sur ce que vous avez aimé ou sur ce que nous pouvons améliorer.

Consultez www.travelife.info pour plus de conseils et plus de 20 autres codes de conduite en matière de durabilité.

Klettern und Abseilen

OLALALANKA - Deutsch

Im Rahmen unseres Engagements für nachhaltigen Tourismus geben wir den Teilnehmenden an Aktivitäten die folgenden Tipps für nachhaltiges Reisen mit.

- Wählen Sie gezielt: Bevorzugen Sie Tourismusbetriebe, die zeigen, wie sie Menschen und Natur zugutekommen.
- Treten Sie leicht auf: Wählen Sie Aktivitäten und Verkehrsmittel mit geringer Umweltwirkung.
- Informieren Sie sich vorher über lokale Natur, Geschichte und Kultur.
- Seien Sie ehrlich zu Ihrer Kondition und Ihrem Können, damit wir für alle ein schönes Erlebnis planen können.
- Befolgen Sie die Anweisungen Ihres Reiseleiters oder Gastgebers zu Sicherheit, Etikette und Dos and Don'ts.
- Bleiben Sie auf vorhandenen Wegen zum Einstieg der Kletter- oder Abseilstrecken
- Vermeiden Sie übermäßigen Einsatz von Chalk und fest installierter Ausrüstung (verzichten Sie ganz auf verzinkte Bolts)
- Vermeiden Sie das Abschlagen von Gestein und das Entfernen von Vegetation aus Rissen und Rinnen
- Klettern Sie nicht in der Nähe von geologisch, kulturell oder wissenschaftlich bedeutsamen Stätten
- Sammeln oder stören Sie keine Pflanzen, Tiere oder deren Lebensraum.
- Füttern Sie keine Wildtiere; das kann ihrer Gesundheit schaden und problematisches Verhalten fördern.
- Respektieren Sie die Privatsphäre: Fragen Sie um Erlaubnis, bevor Sie Menschen oder sensible Orte fotografieren oder filmen.
- Respektieren Sie andere Nutzer des Gebiets, damit deren Erlebnis und Zugang nicht beeinträchtigt werden.
- Stellen Sie Fragen: Ihr lokaler Reiseleiter teilt sein Wissen gern.
- Reduzieren Sie Abfall, von Lebensmitteln bis Papier: Nehmen Sie nur mit, was Sie brauchen, und bringen Sie wiederverwendbare Dinge mit (Trinkflasche, Becher, Einkaufstasche).
- Entsorgen Sie Abfälle verantwortungsvoll und nutzen Sie lokale Recyclingmöglichkeiten.
- Sparen Sie Wasser: Ihre Teilnahme sollte wasserarme Regionen nicht zusätzlich belasten.
- Sparen Sie Energie, um Ihren CO2-Fußabdruck und Ihre Wirkung auf lokale Ressourcen zu verringern.
- Unterstützen Sie Klimaschutzmaßnahmen, zum Beispiel Kompensations- oder Regenerationsprogramme.
- Wenn Sie geben möchten, fragen Sie uns, wie es verantwortungsvoll geht; Süßigkeiten oder Geld an Einzelpersonen schaden oft mehr, als sie nützen.
- Kaufen Sie bei lokalen, kleinen oder gemeinschaftlich geführten Unternehmen ein, besonders wenn sie lokale Natur oder Kultur zeigen.
- Seien Sie vorsichtig bei Käufen von Kindern: Sie könnten unwissentlich ihre Ausbeutung unterstützen.
- Kaufen Sie keine Souvenirs, Speisen oder Getränke, die Umwelt, Menschen oder Wildtiere schädigen, besonders wenn der Verkauf illegal ist.
- Respektieren Sie lokale Trinkgeld- und Handelspraktiken wie Feilschen und zahlen Sie faire Preise.
- Geben Sie uns Rückmeldung, was Ihnen gefallen hat oder was wir besser machen können.

Besuchen Sie www.travelife.info für weitere Hinweise und über 20 weitere Nachhaltigkeits-Verhaltenskodizes.