



# PICCOLI, GRANDI GESTI PER UN TURISMO RESPONSABILE E SOSTENIBILE E, SOPRATTUTTO, PER VIVERE LA VOSTRA VACANZA AL MEGLIO!

CI TROVIAMO NEL SUD EST DELLA SARDEGNA, SULLA SPIAGGIA DI COSTA REI, TRA L'AREA MARINA PROTETTA DI CAPO CARBONARA E L'AREA NATURALISTICA DI CAPO FERRATO, UNA DELLE DESTINAZIONI PIÙ BELLE E MEGLIO PRESERVATE AL MONDO.

Da anni Tiliguerta promuove un turismo responsabile ed ecosostenibile, che rispetti l'ambiente, l'economia e la comunità locale, consapevole che questo è ormai diventato una condizione imprescindibile. Ci rivolgiamo ad un turista che ha nel suo DNA una concezione di vacanza improntata al rispetto e alla scoperta dell'ambiente. Un viaggiatore che ha la consapevolezza che la natura vada preservata e che coglie nella vacanza l'opportunità di scoprire l'enogastronomia, l'artigianato, le tradizioni, la flora e la fauna locali.



# L'ENERGIA ELETTRICA

## LA RIDUZIONE DEI CONSUMI

Oggi ridurre il consumo di energia elettrica è indispensabile. A Tiliguerta utilizziamo soprattutto illuminazione a led per garantirvi una luce di qualità che sia più sostenibile per l'ambiente. Gli ospiti dovrebbero fare la loro parte. Il primo e più semplice consiglio è non lasciare in funzione dispositivi che non servono: ad es., spegnere la luce nella camera quando non c'è nessuno, o spegnere il computer se non lo si sta usando.

## IL FRIGORIFERO

Il frigorifero che troverete nella vostra abitazione è a basso consumo, ma va gestito in modo oculato. Lo sportello deve rimanere aperto il meno possibile, per evitare la dispersione del freddo accumulato all'interno.

## I CARICA BATTERIE

Molti ospiti hanno l'abitudine di lasciare inserito il caricatore del telefono nella presa. Ebbene, un caricatore lasciato inutilmente nella presa consuma energia! E non ne consuma poca: circa la metà di quella che consuma quando sta caricando il cellulare. E non ci porta nessuna utilità.

# SENZA TV

## "MA COME... UN CAMPING 4 STELLE E NON C'È NEANCHE LA TV?"

Qualcuno dei nostri ospiti negli anni l'avrà anche pensato. Eh sì, perché del televisore a Tiliguerta non c'è proprio traccia, ad eccezione del ristorante e del bar.

E' stata una scelta che abbiamo fatto sin dall'inizio perché abbiamo voluto creare un luogo ideale nel quale, dopo corse quotidiane e stress accumulato durante l'anno, si potesse "staccare la spina" per rilassarsi ascoltando il continuo cinguettio degli uccellini, o recuperando un rapporto più autentico con il nostro prossimo.

# CONSUMO D'ACQUA

## UNA RISORSA INDISPENSABILE

Fino a qualche decennio fa l'acqua sembrava un bene inesauribile e poco costoso. Oggi, soprattutto in luoghi come la Sardegna, caratterizzati da un clima poco piovoso rispetto alla media italiana, ci si è accorti che l'acqua è una risorsa preziosa, indispensabile e limitata: occorre che tutti concorrano a farne un uso cosciente, evitando qualsiasi spreco.

## CHIUDERE I RUBINETTI

Spesso, per distrazione, si lascia il rubinetto dell'acqua inutilmente aperto durante le pratiche di igiene quotidiana, come lavarsi i denti o le mani o il viso, oppure radersi. E' del tutto inutile e inopportuno lasciare il rubinetto aperto durante queste operazioni. Sembrano consigli ovvi, ma sono poche le persone che li seguono. Il gesto ripetuto di aprire e chiudere il rubinetto forse a qualcuno apparirà noioso, ma il risparmio di un bene prezioso come l'acqua val bene questa piccola attenzione.

## ATTENZIONE ALLA TEMPERATURA

Spesso viene usata acqua a temperatura superiore a quella che effettivamente serve. E' sufficiente usare acqua tiepida, mescolando alla fredda un quantitativo sufficiente, ma non eccessivo di acqua calda.

## IL LAVAGGIO DELLE STOVIGLIE

Lavare i piatti implica un consumo d'acqua necessario, ma lo si può ridurre con particolari accorgimenti. Nel caso del lavaggio a mano, è opportuno ridurre al minimo il tempo in cui si fa scorrere l'acqua nel lavandino. Il lavaggio non deve avvenire sotto un getto continuo d'acqua, ma in una bacinella, dove la stessa acqua può essere benissimo usata per un considerevole numero di stoviglie. Il getto d'acqua corrente verrà usato solo per il risciacquo finale.

## IL LAVAGGIO DEI CIBI

Anche in cucina, oltre che in bagno, è possibile risparmiare acqua: nel lavaggio delle verdure, della frutta e di altri cibi lavare sotto il rubinetto aperto comporta uno spreco considerevole perché vengono erogati in media venti litri d'acqua al minuto! Molto più economico è lavare i cibi in una scodella d'acqua, che contiene solo un litro o due, e permette ugualmente un'adeguata pulizia.

# RAFFREDDAMENTO

## IL RICAMBIO D'ARIA

Cambiare quotidianamente l'aria all'interno della sistemazione è necessario, ma per un ricambio completo basta tenere la finestra aperta per pochi minuti. E conviene farlo la mattina presto, per ridurre il surriscaldamento degli ambienti durante il giorno. Ovviamente, a condizionatore spento.

## UTILIZZO MODERATO DEL CONDIZIONAMENTO

L'aria condizionata è molto dispendiosa, sia in termini economici che ecologici, e andrebbe usata solo in casi di vera necessità, quando la calura è difficile da sopportare. Inoltre, molti medici hanno riscontrato conseguenze negative sulla salute collegate all'uso eccessivo di aria raffreddata artificialmente: una buona sensazione di sollievo dalla calura si può avere riducendo di non più di 5 o 6 gradi la temperatura interna rispetto all'esterno. L'alternarsi delle stagioni è un fenomeno naturale, e avere un po' di caldo d'estate è normale.

## LA REGOLAZIONE DEL CONDIZIONAMENTO

Tiliguerta, quando è stato possibile, ha ubicato le sue sistemazioni in modo da godere di un'ombreggiatura naturale che limita l'utilizzo dell'aria condizionata. I nostri condizionatori sono dotati della funzione deumidificante; e in molte situazioni è la deumidificazione dell'aria, più che un forte raffreddamento, a garantire sollievo dall'afa.

Se utilizzate l'aria condizionata, ricordate di tenere sempre chiuse le porte della vostra sistemazione.

Quando uscite dalla sistemazione, abbiate l'accortezza di spegnere sempre l'aria condizionata, se questo non avviene in automatico con la chiusura della porta.

# I RIFIUTI

## LA RACCOLTA DIFFERENZIATA FA LA DIFFERENZA

A Tiliguerta effettuiamo un'attenta raccolta differenziata nei punti segnalati da grandi pannelli in italiano, inglese, tedesco e francese, nei quali il simbolo di una lucertola, la Tiliguerta Podarcis, appunto, spiega come selezionare i rifiuti per un riciclo ottimale. Raccomandiamo vivamente ai nostri ospiti di differenziare i rifiuti così come prescritto dalla normativa di questo territorio per evitare di incorrere nelle sanzioni di legge, ma, soprattutto per impattare sull'ambiente il meno possibile.



# PET FRIENDLY

## TILIGUERTA È TOTALMENTE PET FRIENDLY ED È SPECIALIZZATA NELL'ACCOGLIENZA AI CANI.

Diamo il benvenuto a tutti coloro che scelgono di trascorrere le vacanze con i propri amici a quattro zampe perché siamo assolutamente contrari all'abbandono dei cani, fenomeno ancora ricorrente all'approssimarsi della stagione estiva.

Il nostro scopo è quello di far sì che un cane trascorra l'intero tempo della vacanza assieme al suo amico umano e che, quindi, non resti chiuso all'interno di una sistemazione, mentre il suo proprietario si diverte in spiaggia.

Ecco perché abbiamo realizzato la Tiliguerta Dog Beach, un'area attrezzata in spiaggia completamente dedicata ai nostri amici a quattro zampe, in cui i cani sono liberi di giocare, socializzare, correre senza guinzaglio e fare il bagno. Ricordiamo che, secondo la legge italiana, non è consentito portare il cane in spiaggia al di fuori dell'area attrezzata per cani.

All'interno dei Bungalow Superior troverete una cuccia e due ciotole a misura della taglia del vostro cane. Nelle altre sistemazioni il set di cuccia e ciotole è su richiesta, così come il set aggiuntivo per l'eventuale 2° cane.

Se il vostro cane avesse l'abitudine di salire sul letto, vi chiediamo l'accortezza di utilizzare la sua copertina personale. Se l'aveste dimenticata, potete richiedere un lenzuolo in reception.

**E' assolutamente vietato lavare il cane - di qualsiasi dimensione - all'interno della sistemazione. Raccomandiamo di utilizzare l'apposita vasca sistemata all'interno della piscina per cani.**

All'interno di Tiliguerta i cani vanno sempre tenuti al guinzaglio e perché possano espletare i loro bisogni, devono essere accompagnati all'esterno della struttura: i sacchetti per la raccolta delle deiezioni sono disponibili alla reception, o in vendita presso il market.

# ARREDI

## INTERNI

Raccomandiamo ai nostri ospiti, soprattutto quelli che hanno scelto di soggiornare all'interno di un Bungalow Superior, di aprire le tende con delicatezza per evitare che si strappino e di non sporcare e/o manomettere oggetti d'arte quali arazzi, decori e sculture poiché si tratta di pezzi unici, inseriti per rendere bella e originale la vostra sistemazione.

## ESTERNI

Laddove sono presenti arredi esterni sulla veranda, raccomandiamo ai nostri ospiti di avere la massima cura delle sedute e, per questioni igieniche, li invitiamo a non stendersi sui divani e sui cuscini con i capi di abbigliamento bagnati (sia che si tratti di acqua di mare che potabile) per evitare di creare macchie irreversibili o altri danni agli arredi.

# MOBILITÀ SOSTENIBILE

## IL PIACERE DI CAMMINARE

Soprattutto in vacanza, bisognerebbe riscoprire il gusto di una bella passeggiata. Questo sia per staccare dal tram tram dell'anno lavorativo, sia per rendersi conto di quanti bei paesaggi e profumi possa raccontare un sentiero in riva al mare, appena fuori Tiliguerta. Una buona camminata fa bene alla nostra salute e ci consente di trascorrere una vacanza più rispettosa dell'ambiente. Per informazioni sulle escursioni attorno a Tiliguerta, chiedete in reception: vi sapranno consigliare i percorsi più adatti ai vostri gusti e alle vostre possibilità.

## LA BICICLETTA

Un mezzo pratico, sportivo, benefico per la salute e, soprattutto, non inquinante è la bicicletta. Attorno a Tiliguerta vi sono percorsi poco trafficati perfetti sia per la mountain bike che per la bici da strada. Vi attendono paesaggi mozzafiato su calette deserte, siti archeologici, montagne, foreste, stagni, lagune. E se non avete la bicicletta, la potrete noleggiare presso di noi.

## AVANTI, C'È POSTO

Quando non è possibile trovare un'alternativa all'automobile, si può farne tuttavia un uso intelligente che riduce di molto il consumo e l'inquinamento. Se siete arrivati a Tiliguerta con la navetta e desiderate noleggiare un'auto presso la nostra reception, potete farlo solo per i giorni in cui la utilizzerete effettivamente, che, probabilmente, non corrispondono all'intero soggiorno.



## IL CICLOMOTORE

Non tutti hanno la voglia o sono nelle condizioni fisiche di andare in bicicletta, anche per via della conformazione del suolo data dalla presenza di molte salite e discese nei bellissimi sentieri che circondano il Tiliguerta. Per questo avete la possibilità di noleggiare uno scooter direttamente in reception. Naturalmente l'uso della motocicletta deve avvenire in condizioni di sicurezza, facendo bene attenzione a ridurre la velocità quando il terreno è accidentato e indossando sempre il casco.

## LA SPESA ALIMENTARE

### GLI SPRECHI ALIMENTARI

Spesso il cibo di qualità viene buttato perché scaduto o andato a male, o perché avanzato in padella o nel piatto. Razionalizzare l'acquisto e la preparazione del cibo può rappresentare una sensibile riduzione della spesa e degli sprechi. E' meglio comprare meno cibo per averlo sempre fresco ed evitare di doverlo buttare via.

### LA SCELTA DEI PRODOTTI

Il ristorante ed il market presenti a Tiliguerta adottano una politica il più possibile a chilometro zero, andando a reperire alimenti freschi prodotti nel territorio sardo e spesso dai produttori locali. Del resto, la ristorazione è uno dei punti di forza di Tiliguerta. L'utilizzo di ingredienti semplici, a km. 0 perché coltivati in loco, permette di scoprire i sapori autentici del territorio. I piatti preparati dai nostri chef si rifanno alla tradizione sarda e alla cucina internazionale per soddisfare ogni palato. Al market potete scegliere di acquistare responsabilmente prodotti genuini e locali.

### L'USO DEI DETERGENTI

A Tiliguerta le pulizie in tutta la struttura vengono effettuate esclusivamente con detersivi biodegradabili entro le 48 ore perché impattino il meno possibile sull'ambiente. Tuttavia, anche se un detersivo risulta biodegradabile all'ottanta per cento (lo possiamo rilevare dalla confezione), non significa che non sia inquinante. Occorre quindi usare la quantità minima necessaria: ci accorgeremo che per un buon lavaggio basta davvero poco detersivo.

All'interno del nostro market sono presenti detersivi e detersivi certificati biologici che sono venduti alla spina proprio per limitare il consumo di plastica. Sì, perché riutilizzare è persino meglio che riciclare.

### IL PIACERE DI CONDIVIDERE

Se scegliete di mangiare al ristorante, chiedete di sedervi al nostro "sharing table", il tavolo della condivisione: è un ottimo modo per fare nuove amicizie in vacanza! E per chi desidera effettuare delle escursioni in giornata, al mare o nell'entroterra, sono disponibili dei pranzi al sacco da prenotare direttamente in Ristorante.

**SE SIETE ARRIVATI A LEGGERE SINO A QUI, VI RINGRAZIAMO DELL'ATTENZIONE E VI AUGURIAMO UN PIACEVOLE SOGGIORNO!**