

## Planung

### Sinn des Reisens

- Hinterfrage den Sinn und Zweck deiner Reise. Worum geht es dir eigentlich?

- Der Weg ist das Ziel! – Beachte Aufwand/Nutzen.

### (digital) Informieren

- Digitale Reiseliteratur, Dokus, Vorträge, ein paar Worte in der Landessprache – Bereite dich vor, wisse Do's & Don'ts, erstelle deine Packliste.
- Vermeide Enttäuschung und lass dich überraschen. Du musst nicht alles von Insta scannen.

### Reiseziel

- Prüfe die Ziele in der Umgebung – Erfüllen sie den gleichen Sinn & Zweck? #naherholung
- Meide Massen und umgehe Trends – stattdessen authentische, lokale Erfahrungen!

### Transport und Route

- Plane deine Route möglichst landgebunden.
- Flieger nötig? Wie möchtest du kompensieren?

### Reisezeit und -dauer

- Versuche länger unterwegs zu sein, insbes. bei Fernreisen mit Flug. Inkl. mehr Erholung für dich!
- Saisonalität: Reise außerhalb der Saison (bessere Auslastung vor Ort & weniger Menschenmassen).

### Reiseanbieter

- Buche direkt bei Vor-Ort-Agenturen oder bei nachhaltigen Reiseveranstaltern mit Siegel, z.B. Earth Check, Green Globe, TourCert, Viabono.
- Meide All-Inclusive-Angebote.

### Unterkünfte

- Plane lokale Unterkünfte anstelle von internationalen Ketten, um Wertschöpfung vor Ort zu erhalten.
- Schau nach nachhaltigen Unterkünften.

## Vor Abreise

### Dein Zuhause

- Vermiete dein Zuhause und weise den Untermieter ein (Energiesparmodus bei Spül- und Waschmaschine, Müllvermeidung, -trennung, Heizung).
- Verbrauche Lebensmittel mit kurzer Haltbarkeit oder gebe sie Freunden.
- Tausche ggf. deinen Kühlschrank ab und drehe das Wasser ab.
- Schalte den Strom ab und / oder ziehe die Stecker.
- Schalte die Heizung auf Sternchen.
- Versorge Haustiere und Pflanzen – bestenfalls Nachbarn (kurze Wege).

### Packliste „weniger ist mehr“

- Packe leicht (du bist mobil & sparst CO<sub>2</sub>).
- Vermeide Müll, CO<sub>2</sub> und Wasserbelastung vor Ort, indem du einpackst:
  - Behältnisse, Stoffbeutel, Wachstum
  - Besteck und Stäbchen
  - Wasserflasche und Filter, Becher
  - Handtuch, Stofftaschentücher
  - Schlafsack

### Second Hand oder Ausleihen statt Kaufen?

- Leihe Technik, wie Kameras & Drohnen
- Kaufe Second Hand Ware, z.B. Kleidung

- Kaufe nachhaltige Produkte, z.B. biologisch abbaubare Kosmetikartikel.

### (digitale) Dokumente und Reiseplaner

- Mache dir digitale Kopien von Tickets und Dokumenten.
- Lade Offline-Karten und -Reiseplaner herunter.

## Anreise

### Attitude

- Dein Weg ist das Ziel! – Slow Travel

### (Hand) Gepäck

- Vermeide Müll, nutze dein eigenes Geschirr und Besteck z.B. Becher (insbes. fürs Flugzeug).
- Pack Zahnbürste und Kopfhörer ein statt Einmal-Wegwerfartikel zu verwenden.
- Packe leicht (du bist mobil und sparst CO<sub>2</sub>).

### Transportmittel

- Wäge Entfernungen und Transportmittel und ihre Umweltwirkung mit deinem Nutzen gegeneinander ab.
  - Fahrrad
  - Trampen
  - ÖPNV
  - Zu Fuß
  - Pferd / Esel
  - Container- / Segelschiff
  - Floß / Boot
  - Fahrgemeinschaften / Sammeltaxis
  - Zug / Nachtzug

### Kompensation

- Wähle eine Kompensation, die dir gefällt oder du sogar persönlich besuchst und beiträgst!

## am Urlaubsort

### Respekt

- Respektiere lokale Kultur und Natur, halte dich an lokale Regeln.
- Frage um Erlaubnis für Fotos & Videos.

### Konsum

- Gehe auf lokale Märkte und kaufe lokale Produkte & Souvenirs (Achtung Herkunft und Artenschutz!)
- Sag nein zu Tüten & Verpackungen.

### Müll

- Nimm Sondermüll, wie Batterien, zurück nach Hause & entsorge sie fachgerecht.
- Vermeide Müll, CO<sub>2</sub> und Wasserbelastung vor Ort und verwende deine eigenen
  - Behältnisse, Stoffbeutel, Wachstum
  - Besteck und Stäbchen
  - Wasserflasche und Filter, Becher
  - Handtuch, Stofftaschentücher
  - Schlafsack

### Aktivitäten vor Ort

- Bewahre eine respektvolle Distanz - kein Füttern, Anfassen und Mitnehmen von Tieren und Pflanzen!
- Vermeide Aktivitäten mit negativen Auswirkungen auf Ökosystem oder sozialer Benachteiligung.

### Engagement

- Engagiere dich in nachhaltigen Projekten, z.B. Clean Ups, Wwoofing.

### Unterkünfte und Verpflegung

- Verzichte auf die Klimaanlage und ausgedehnte Duschen.
- Genieße regionale Speisen statt Importwaren.