

JULIA-MARIA BLESIN



Urlaubsziele  
& Planung  
von A bis Z

# Green TRAVELLING

Einfach nachhaltig reisen



 oekom

# Inhalt

## 7 Nachhaltig reisen - ist das überhaupt möglich?

### **GREEN TRAVEL BASICS: UMWELT- UND KLIMAAUSWIRKUNGEN**

Die Schattenseiten des (Sommer-)Urlaubs • Alles nur schlecht? Positive Nachhaltigkeitseffekte von Tourismus • Green-Travel-101 • Der individuelle Reisefußabdruck



## 22 **PLANUNG: ZIELE, REISEZEIT & BEGLEITUNG**

Reiseziele: Nah reisen, fern fühlen • Reisezeit und -dauer: Wann und wie lange bewusst reisen? • Alleine reisen: fünf nachhaltige Ideen • So gelingt's: Nachhaltig und entspannt reisen mit Kindern • Organisation: Unterkunft, Gepäck und Vorbereitung



## 40 **NACHHALTIG NÄCHTIGEN: GRÜNE UNTERKÜNFTE**

Die Ökobilanz von Urlaubsunterkünften • Shareconomy: Unter fremdem Dach schlafen • Campieren: Heute dort, morgen woanders • Feste Basis: Vom Bauernhof bis zum Biohotel

## 52 **IM GEPÄCK: GRÜNE REISEUTENSILIEN**

Alternativen zum Neukauf • Achtung, Greenwashing?! • Ethische Mode – besser angezogen unterwegs • Der nachhaltige Pflege- und Kosmetikbeutel • Verpflegung: Müll reduziert, lokal, saisonal, bio • Travel Must-haves und was man gerne vergisst

## 83 Auf dem Weg: Nachhaltig reisen ohne Flugzeug

### **STATT FLIEGEN: VOM MIKROABENTEUER ZUR NAHREISE OHNE FLUGZEUG**

Warum ist Fliegen besonders schädlich für das Klima? • Mikroabenteuer – das Ganz-nah-Erlebnis





90 **ZU FUSS: AUF WANDERSCHAFT**

*Gesundheitsboost: Weitwandern und Waldbaden • Reisereport: Annkathrin und Silas von »Wanderfalke« • Tipps für Planung und Reise • Ausrüstung und Packliste • Wandern mit Kindern*

108 **AUF DEM RAD: MIT DEM DRAHTESEL AUF LANGER STRECKE**

*Umweltschutz & Gesundheitsvorsorge auf dem Zweirad • Reisereport: Eddie und Laura von »The OGNC« • Tipps für Planung und Reise • Ausrüstung und Packliste • Radreisen mit Kindern*

124 **IN BUS UND BAHN: MIT ÖFFIS ZU FERNEN ZIELEN**

*Reisereport: Mia von »Hey lila hey« • Tipps für Planung und Reise • Ausrüstung und Packliste • Bus- und Bahnreisen mit Kindern*

\*

138 **AUF VIER RÄDERN: FLEXIBEL MIT VANLIFE UND AUTOCAMPING**

*Camping im Trend • Reisereport: Lisa und Max von »zweidiereisen« • Tipps für Planung und Reise • Ausrüstung und Packliste • Camping mit Kindern*

\*

154 **ZU WASSER: ABENTEUER MIT KANU, HAUS- UND SEGELBOOT**

*Die Deutschen auf dem Kreuzfahrtdampfer • Reisereport: Anna und Malin von »annaundmalin.de« • Tipps für Planung und Reise • Mehrtagestrips zu Wasser: Mit Muskelkraft, Wind oder Motor? • Auf dem Wasser mit Kindern*

\*

*Gruß der Autorin 168 | Links & Lektüre 170 | Schlagwortverzeichnis 174 | Bildnachweis 179 | Quellen 180*

\*

\*



\*



# Nachhaltig REISEN — IST DAS ÜBERHAUPT möglich?

*Ja, ist es! Nachhaltiger zu leben und zu konsumieren – und dazu gehört auch das Reisen – erscheint bisweilen wie eine dröge Auflistung von Verboten und Verzichtübungen. Dabei hält die Reise ohne die Emissionsschleuder Flugzeug für die, die sie wagen, so viel mehr Möglichkeiten, mehr Abenteuer, mehr Erlebnisse bereit. Einfach ist das nachhaltigere Reisen außerdem: Wer näher reist und länger verweilt, ist schon die ersten Schritte gegangen.*

# Green Travel Basics

## UMWELT- UND KLIMAAUSWIRKUNGEN

2019 nahmen sich 56 Prozent der Bevölkerung vor, möglichst nachhaltig Urlaub machen zu wollen. Allerdings: Nur für vier bis acht Prozent der Urlaubsreisen gaben Tourist\*innen an, dass Nachhaltigkeit bei der Entscheidung tatsächlich ein ausschlaggebendes Argument war.<sup>1</sup> Der Schweinehund bellt bei Entscheidungen für einen nachhaltigeren Lebens- und Konsumstil also genauso laut wie bei anderen guten Vorsätzen. Vielleicht aber auch, weil die Negativauswirkungen von Reisen – insbesondere zu fernen Destinationen mit dem Flugzeug und Schiff – zu wenig bewusst sind.

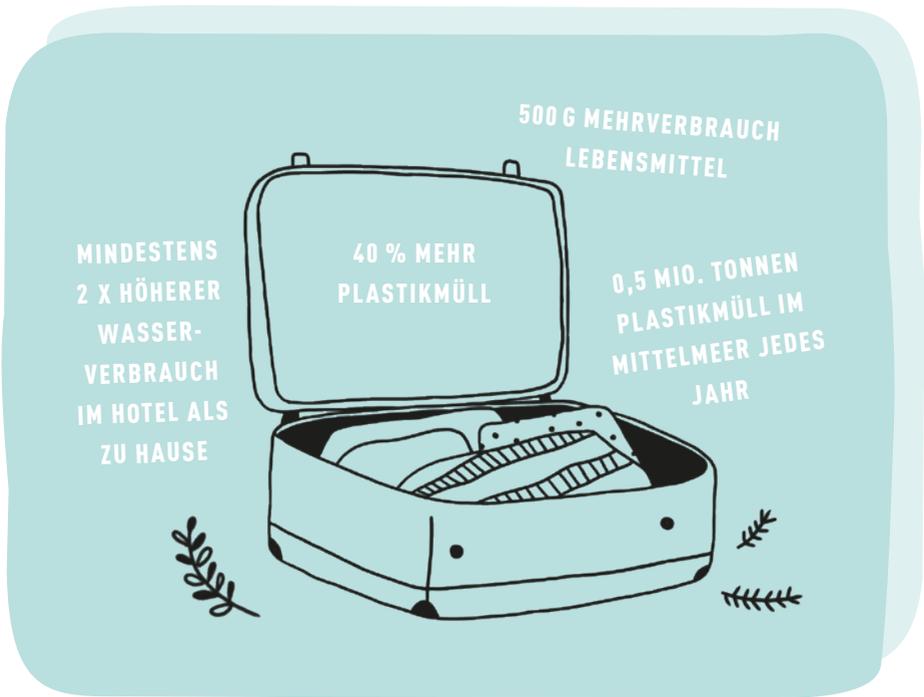
### Die Schattenseiten des (Sommer-)Urlaubs

Entspannen, alltagsflüchten, Abenteuer und Neues erleben, Tapetenwechsel – unsere Reisemotivationen heute sind denen von Urlaubenden vor Jahrzehnten ähnlich. Orte und Aufenthaltsmöglichkeiten hingegen begrenzen nur das Portemonnaie der Reisenden.

Das hat Folgen: Der Tourismus ist für acht Prozent der weltweiten CO<sub>2</sub>-Emissionen verantwortlich, fand eine Studie der Universität Sydney 2019 heraus – und trägt damit deutlich mehr zu Klimawandel und Umweltschäden bei als

lange angenommen.<sup>2</sup> An- und Abreise sowie die Beherbergung, Verpflegung und Aktivitäten am Urlaubsort verursachen klimawirksame Emissionen. Umweltschäden ziehen darüber hinaus auch die Entsorgung von Abfällen und Abwasser, Trinkwasserentnahme und Flächenverbrauch nach sich.<sup>3</sup>





Im Sommer steigt mit der Zahl der Tourist\*innen auch das Aufkommen an Plastikmüll in den meeresnahen Sonnenscheinregionen um bis zu 40 Prozent. So landet jährlich mehr als eine halbe Million Tonnen Plastikmüll im Mittelmeer. Das überfordert die kommunalen Abfallentsorger.<sup>4</sup>

Auch der Wasser- und Energieverbrauch im Hotelurlaub ist immens. Laut dem Deutschen Hotellerie- und Gaststättenverband (DEHOGA) beanspruchen Fünf-Sterne-Hotels hierzulande über 500 Liter Wasser pro Übernachtung und Gast. Schwimmbad, Sauna und andere Wellnessangebote sind für den hohen Konsum an Trinkwasser verantwortlich. Selbst bei der Übernachtung in Hotels mit weniger oder keinen Sternen werden mindestens 250 Liter täglich auf jeden Gast verwendet.<sup>5</sup> Zu Hause hingegen verbrauchen die Deutschen etwa 125 Liter Trinkwasser täglich.<sup>6</sup> Insbesondere in Urlaubsregionen, in denen

Wasser eine knappe Ressource ist, wird der tourismusbedingte Wasserverbrauch zur Konkurrenz zum Trinkwasserbedarf der lokalen Bevölkerung und der Landwirtschaft. Wasseranlieferung durch Tankschiffe und -laster oder die Aufbereitung von Meerwasser führen zu zusätzlichen Emissionen. Neben mehr entnommenem Wasser kann das zusätzliche Abwasser die Entsorgungsinfrastruktur überfordern und zu Gewässerverschmutzung führen.<sup>7</sup>

Sicher führt das Mehr an etwa einem halben Kilo Nahrungsmittel,<sup>8</sup> den Urlaubende gegenüber zu Hause täglich verbrauchen, nicht zu Hunger bei den Locals. Jedoch werden unter den Leckereien auch solche konsumiert, die die Ökosysteme und Biodiversität vor Ort bedrohen. Für die Aufzucht von beliebten Riesengarnelen beispielsweise müssen seit Jahrzehnten Mangrovenwälder in Südostasien weichen. Mit ihnen verschwinden Küstenschutz, Lebensräume für weitere fischereilich genutzte Arten (und damit wichtige Einkommensquellen) sowie hocheffektiv CO<sub>2</sub> bindende Wälder.

Auch der Bau von Hotels führt zur Abholzung von Mangrovenwäldern.<sup>9</sup> Ein Problem, das auch andere Urlaubsregionen in Küstennähe kennen: In Spanien wurden von Mitte der Fünfziger- bis in die 1990er-Jahre etwa 3.500 Kilometer und damit 50 Prozent der Küste für den Tourismus ausgebaut.<sup>10</sup> Hotelkomplexe, Golf- und Freizeitanlagen, Parkplätze, Straßen, Flughäfen und die Errichtung weiterer touristischer Infrastruktur beanspruchen Flächen und versiegeln Böden. Von architektonischen Bausünden und der Verdrängung lokaler Bautraditionen einmal abgesehen, führt die Versiegelung des Bodens zum Verlust seiner natürlichen Funktionen. Auswirkungen auf den Wasserhaushalt und das Kleinklima haben wiederum erhöhte Risiken von Überflutungen und Überhitzung im Sommer zur Folge.

In jedem Fall nimmt die touristische Flächennutzung Lebensräume für Pflanzen und Tiere. So verschwinden in den Küstenregionen Europas zum Beispiel Sanddünen und mit ihnen die Artenvielfalt (Biodiversität). In Italien betrug der Rückgang der Sanddünen im 20. Jahrhundert 80 Prozent; an Spaniens Küsten am Atlantik 30 Prozent und 70 Prozent am Mittelmeer.<sup>11</sup> 65 Prozent der im Rahmen der Naturschutzvorschriften der Europäischen Union geschützten Lebensräume in Küstengebieten sind in ungünstigem bis

schlechtem Erhaltungszustand. Den Sanddünen als separat untersuchte, geschützten Lebensräumen wurde sogar zu über 90 Prozent ein schlechter Zustand zugeschrieben.<sup>12</sup>

### TENDENZ: MEHR REISEN ZU FERNEREN ZIELEN

Zunehmender Tourismus wird die genannten Herausforderungen verstärken: Mit knapp 1,5 Milliarden internationalen Reiseankünften war das weltweite Tourismusaufkommen im Jahr 2019, vor der Coronakrise, so hoch wie nie zuvor. Mit wenigen Ausnahmen ist die Anzahl der grenzüberschreitenden Reisen in jedem Jahr weiter gestiegen – um das Zehnfache in den letzten 50 Jahren.<sup>13</sup>

Dass in den vergangenen Jahrzehnten unser Reiseverhalten globaler geworden ist, ist wenig verwunderlich. Die Zahlen sind dennoch beeindruckend: Für Urlaubsreisen ab fünf Tage Dauer ist die Anreisedistanz innerhalb von 16 Jahren um 34 Prozent gewachsen. Profitiert haben von diesem Zuwachs der Flug- und der (Kreuzfahrt-)Schiffsverkehr und damit besonders umwelt- und klimaschädliche Fortbewegungsmittel.<sup>14</sup>

Der pandemiebedingte Knick, den die Reisebranche erlebt, dürfte in der langfristigen Reiseentwicklung nur eine Ausnahmereischeinung sein: Obwohl kaum absehbar ist, wann und wie die nächsten Jahre verreist werden kann, plant die Hälfte der Bundesbürger\*innen, in den Urlaub zu fahren. Jede\*r Achte träumt sogar von vollständiger Reisefreiheit und der nächsten Fernreise.<sup>15</sup>

Die Simulation einer 2015 im *Journal of Sustainable Tourism* veröffentlichten Studie gleicht jedenfalls eher einem Horrorszenario als einer Zukunftsvision: Zu erwarten sei, dass der Ressourcenverbrauch im globalen Tourismus in den Jahren 2010 bis 2050 im günstigsten Fall zwischen 92 Prozent (Wasser) und 189 Prozent (Flächenverbrauch) steigen werde.<sup>16</sup>



## Alles nur schlecht? Positive Nachhaltigkeitseffekte von Tourismus

Für viele Regionen der Erde ist Tourismus ein wichtiger Wirtschaftsfaktor. Nachhaltigkeit hat neben der viel studierten ökologischen und der bisher noch weniger quantifizierten sozialen Dimension auch noch eine dritte: die wirtschaftliche. Tourismus sichert vielerorts einen Großteil des Bruttoinlandsproduktes. Auf den Seychellen etwa oder den Malediven hingen in 2019 über 40 bzw. über 56 Prozent der Wirtschaftsleistung an der Reisebranche.<sup>17</sup> Zwischen Januar und Mai 2020 gingen aufgrund der Corona-Pandemie weltweit die internationalen Tourismusankünfte um 56 Prozent gegenüber dem Vorjahreszeitraum zurück.<sup>18</sup> Das hat besonders dann Auswirkungen auf die vom Tourismus geprägten Volkswirtschaften – und den dahinter stehenden, ganz individuellen Existenzen, – wenn staatliche Unterstützungspakete fehlen.

Die Krise offenbart außerdem, dass ausbleibende Tourist\*innen zu weniger Umweltschutz führen: Naturschutzgebiete und -parks sind wichtige Tourismusmagneten. Bleiben diese geschlossen, entfallen auch die touristischen Einnahmen. So können Wildhüter\*innen nicht mehr bezahlt werden, und Wilderei nimmt zu, berichtet der World Wildlife Fund (WWF) und muss um Spenden für seine Naturschutzprojekte bitten.<sup>19</sup> Auch beobachtet der WWF explodierende Waldzerstörungen während der Pandemie: »In der Mekong-Region in Asien seien aufgrund sinkender Einnahmen im Tourismus und aus dem Verkauf von Waldprodukten wie Honig, Nüssen oder Beeren viele Menschen in ihre Heimatdörfer zurückgekehrt und nutzen jetzt den Wald verstärkt als Brennholz- und Einkommensressource.«<sup>20</sup>

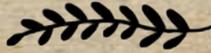
Dass Tourismus Naturschutz fördern kann, zeigen verschiedene Regierungsentscheidungen der vergangenen Jahre und Jahrzehnte: Australien beschloss 2018, zugunsten von Arbeitsplätzen im Tourismussektor über 300 Millionen Euro in den Schutz des Great Barrier Reef zu investieren.<sup>21</sup> Im selben Jahr kündigte die Regierung von Belize an, zum Schutz der Korallenriffe auf die Ölförderung in seinen Gewässern zu verzichten.<sup>22</sup> Und die Dominikanische Republik sicherte sich mit der Einrichtung und Ausweitung des Silver-Bank-Schutzgebiets für Buckelwale wichtige touristische Einnahmen durch Whale-Watching-Angebote.<sup>23</sup>

Neben diesen konkreten Beispielen, in denen Tourismus Umweltschutz befeuert, gibt es auch Effekte, die sich weniger leicht benennen und beziffern lassen. Etwa individuelle Einstellungs- und Verhaltensänderungen bei den Reisenden: Wer die Schönheit von Natur kennenlernt, mag zukünftig eher dazu bereit sein, diese zu schützen und auch einen eigenen Beitrag zu leisten. Und von Toleranz, Offenheit und einem Verbundenheitsgefühl als Wirkung von kulturellem Austausch kann die Bevölkerung einer Reisedestination auch in der sozialen Nachhaltigkeitsdimension profitieren.



Früher als Ossi geneckt und als Wessi sozialisiert, habe ich dem Osten Europas immer seinen Reiz abgesprochen. Umso mehr angetan von der Natur, vor allem von der Gastfreundschaft und der Hilfsbereitschaft der Menschen war ich nach einer unserer Campingbusreisen. Auf einem Bauernhof im Südwesten Sloweniens überließ man uns am Abend den Zugang zum hauseigenen Likörkeller. Abgerechnet wurde am nächsten Morgen auf Vertrauensbasis. Bei Ljubljana empfing man uns auf einem Hof nicht nur mit hausgemachtem Apfelsaft und Wein zur späten Stunde, man kredenzte uns am nächsten Morgen auch ein deftiges Frühstück mit hofeigenen Produkten und entließ uns mit einem »Zahl, was du willst«. Und als wir uns nach einer anstrengenden Wanderung in den Tolmin-Klammern in der sengenden Nachmittagssonne entlang der Straße zum Parkplatz schleppten, hupte es plötzlich neben uns. Eine Parkmitarbeiterin hielt und bot uns an, uns in ihrem Auto auf dem Weg in den Feierabend ein Stück mitzunehmen. Mir ist lange nicht mehr so viel Freundlichkeit von Fremden begegnet!





**Einzigartige Orte, atemberaubende Natur, fremde Küche und Kulturen – das alles macht eine Reise unvergesslich. Aber dafür um die halbe Welt fliegen oder Teil des Massentourismus sein? Das geht auch anders. Für Wanderurlaub, Radtour oder Campingtrip findet man auch in Europa tolle Ferienorte, und wenn es einmal weiter weg gehen soll, sieht man die Welt aus Zug und Boot mit ganz anderen Augen.**

**Der Weg ist das Ziel, lautet die Überzeugung der Nachhaltigkeitsbloggerin Julia-Maria Blesin. Sie hat jede Menge Ideen im Gepäck, die ganz einfach umzusetzen sind und Lust auf nachhaltiges Reisen machen.**



- **Alles, was man für die nächste Reise zu Fuß, mit Rad, Zug, Boot, Zelt oder Campingbus wissen muss**
- **Mit Packlisten, Funfacts, Tipps und Reiseanekdoten**
  - **Geheimtipps für nahe Reiseziele: Neuseelandfeeling am Königssee, Bären beobachten in Slowenien, Riesenwellen reiten in Portugal**
- **Für Trips alleine, als Paar, mit Kindern oder Freunden**