

Christoph Schulz



NACHHALTIG REISEN

FÜR EINSTEIGER



Umweltfreundlich Urlaub machen
und die Welt entdecken



mvgverlag 

Christoph Schulz

NACHHALTIG REISEN
FÜR EINSTEIGER

Christoph Schulz

NACHHALTIG REISEN

FÜR EINSTEIGER

Umweltfreundlich Urlaub machen und die
Welt entdecken

mvgverlag 

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen

info@mvg-verlag.de

Originalausgabe

2. Auflage 2021

© 2020 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Redaktion: Silke Panten

Umschlaggestaltung: Manuela Amode

Umschlagabbildung: shutterstock.com/Molesko Studio, kengrx19, GoodStudio, saravector Illustrationen Innenteil: shutterstock.com, Die Buchmacher – Atelier für Buchgestaltung, Köln

Layout: Ortrud Müller, Die Buchmacher – Atelier für Buchgestaltung, Köln

Satz: Ortrud Müller, Die Buchmacher – Atelier für Buchgestaltung, Köln

Druck und Bindung: COULEURS Print & More GmbH, Köln

eBook: ePubMATIC.com

ISBN Print 978-3-7474-0199-6

ISBN E-Book (PDF) 978-3-96121-559-1

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-96121-558-4

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

www.mvg-verlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter www.m-vg.de

INHALT

VORWORT

WARUM NACHHALTIG REISEN?

Probleme unserer Zeit

Sanfter Tourismus

Nachhaltig einsteigen: Tipps & Tricks

Ich würde ja gern nachhaltig reisen, aber ...

REISEPLANUNG

Reiseart

Reiseziel

Reisevorbereitung

Nachhaltig planen: Tipps & Tricks

Ich würde ja gern nachhaltig reisen, aber ...

IM REISELAND

Mobilität

Ernährung

Souvenirs

Wäsche

Kommunikation

Erlebnisse

Nachhaltig reisen: Tipps & Tricks

Ich würde ja gern nachhaltig reisen, aber ...

ABREISE

Emissionen kompensieren

Feedback geben

Erinnerungen bewahren

Nachhaltig abreisen: Tipps & Tricks

Ich würde ja gern nachhaltig reisen, aber ...

AUSBLICK

Danke!

Informationen

Autor

Bildnachweis

Anmerkungen

»Nimm nur
Erinnerungen mit,
hinterlasse nichts
außer Fußspuren.«

CHIEF SEATTLE

VORWORT

Ich zücke meine Kreditkarte und schiebe sie mit Stolz und Vorfreude über den Tisch der Rezeption. Ein paar Stunden später und 70 Euro ärmer finde ich mich wie in einem Albtraum schnorchelnd in einer Horde kreischender, wild gewordener Touristen im karibischen Meer wieder, die mit ihren Füßen auch noch die letzten Korallen zertrampeln und ausgerechnet dort nach etwas Lebendigem suchen, wo unsere Gier nach Erlebnissen und Profit längst jegliches Leben zerstört hatte. Es gibt keine schutzbietenden Korallen mehr und ich kann nur vereinzelt ein paar verwirrte Fische ausmachen. Unmittelbar frage ich mich: Wofür dann eigentlich die Unterwasserkameras und das ganze Gekreische? Nachdem sich alle Verrückten - inklusive mir - wieder zurück ins Boot gewuchtet haben, geht es an den Strand, wo die Unterhaltungsmaschinerie ununterbrochen weiterlaufen soll. Unser Guide entdeckt schlüpfende Baby-Schildkröten, die sich gerade ins Meer kämpfen. Doch die Touristenhorde denkt gar nicht daran, der Natur ihren freien Lauf zu lassen. Die Schildkröten werden hin- und hergetragen, fotografiert, umgedreht und wieder zum Startpunkt gesetzt. Hunderte Instagram-Bilder der Schaulustigen später sind die meisten Tierchen viel zu schwach, um noch die rettenden Wellen zu erreichen. Sie verenden auf dem heißen Strandsand in der brütenden Sonne. Neben meiner erheben sich nur vereinzelt ein paar Stimmen - doch wir bleiben ungehört. Mir laufen die Tränen

vor Scham und Machtlosigkeit – auch bei dem Gedanken daran, dass so etwas täglich überall auf der Welt passiert. In diesem Moment wird mir etwas klar: Ist das tatsächlich noch Tourismus, der mir selbst gefällt? Oder bereitet er ausschließlich ein paar verlorenen Seelen und den Tourismus-Giganten Freude, die mir auf dem Werbeprospekt »das Eintauchen in eine farbenfrohe Unterwasserwelt« versprochen hatten? Sind wir Menschen wirklich nicht in der Lage, nur einen Fußabdruck im Sandstrand zu hinterlassen, so wie es uns die Schildkröten vormachen? Eine Frage reiht sich in meinem Kopf an die nächste. Über die Antworten muss ich nicht lange nachdenken: Das ist nicht die Art von einzigartigen Erlebnissen, von denen ich meinen Freunden nach einer Reise berichten möchte. Es kann keine schöne Geschichte, keine heitere Urlaubsanekdote sein, wenn ich dabei Teil der Umweltzerstörung war.

Die grundlegende Frage lautet also: Warum reise ich überhaupt? Ich reise, weil ich einzigartige Dinge erleben, Menschen und Kulturen kennenlernen und mich persönlich weiterentwickeln möchte. Ich reise, weil ich aus meinem Alltag ausbrechen und mich in neuen Dingen frei fühlen möchte. Und ich reise, weil ich auch noch an meinem Lebensabend in den Erinnerungen an meine atemberaubenden Erlebnisse schwelgen und nicht mit unerfüllten Träumen oder absurden Albträumen sterben möchte.

Bei all diesen persönlichen Wünschen wird es doch aber möglich sein, die Welt ohne Umweltzerstörung, frei von Hektik und mit Rücksicht auf die Natur und die Menschen vor Ort zu entdecken – oder etwa nicht? Der totale Verzicht auf das Reisen kann zumindest nicht die Antwort sein. Denn ob mit Rucksack, Trolley oder Reisetasche: Tourismus ist für viele Menschen ein Hoffnungsschimmer – für die einen bedeutet er Erholung und für die anderen schafft er Arbeit und ein sicheres Einkommen. Das Reisen ist unglaublich

wichtig für den Austausch fremder Kulturen und die gemeinschaftliche Weiterentwicklung unserer Gesellschaft. Doch klimafreundlich, ökologisch, fair, bewusst, regional, vegan und müllvermeidend, ohne Kunstschnee und ohne Kreuzfahrtschiff - das klingt alles sehr nachhaltig, aber leider auch danach, dass es meiner Reisefreiheit die Grenzen aufzeigt. Und was ist überhaupt, wenn wissbegierige Wissenschaftler in zehn Jahren feststellen, dass unser Reiseverhalten doch gar nicht so umweltschädlich ist? Dann hätten wir völlig umsonst dafür gesorgt, dass unsere An- und Abreisen weniger Treibhausgase in die Atmosphäre blasen, dass weniger Tiere als verstörte Touristenattraktion verenden, dass keine einzigartigen Landschaften mehr für Hotelanlagen weichen müssen und dass sich totgetrampelte Regionen erholen und zu einem Mekka der Artenvielfalt entwickeln können. Oh ja, da würden wir uns ganz schön ärgern. Ironie aus.¹ Spätestens die Corona-Pandemie sollte jedem bewusst gemacht haben, was passiert, wenn wir die Natur mit Füßen treten.

Jetzt ist die Zeit, in der wir Schritt für Schritt lernen müssen, wie nachhaltiges Reisen funktioniert. Da trifft es sich doch gut, dass »öko sein« wieder hip ist und uns bereits so viele Chancen zur Verfügung stehen. Und wir müssen dafür nicht einmal in Birkenstocksandalen, mit Rastalocken und einem bunten Jutebeutel über der Schulter durch die Weltgeschichte schlendern. Nein. Alles, was wir tun müssen, ist, aufzustehen aus der Strandliege, die wir unsere Gewohnheiten nennen, und die Art unseres Reisens zu entschleunigen. Ich weiß zwar mittlerweile, wie das geht, aber auch ich lerne jeden Tag Neues dazu. Nachhaltiges Reisen ist ein persönlicher Entwicklungsprozess und keine Hauruckaktion. Langstrecke - und nicht Kurzstrecke. Dabei muss niemand alles perfekt machen. Wir nehmen uns einfach mehr Zeit für bewusstes, nachhaltiges Reisen mit

einzigartigen Erlebnissen und unvergesslichen Momenten. Mit jeder Zeile dieses Buches möchte ich dir beweisen, dass wirklich jeder nachhaltig reisen, die Natur entdecken und ein aufregendes, bereicherndes Leben führen kann, ohne damit das Klima und das Wohlbefinden anderer Lebewesen auf dieser Erde bewusst oder unbewusst zu gefährden.

WARUM NACHHALTIG REISEN?



»Wir können den Wind nicht ändern – aber die Segel anders setzen.«

Zahlen & Fakten:

- 1950 gab es weltweit etwa 25 Millionen Reiseankünfte. Bis zum Jahr 2019 stieg diese Zahl bereits auf 1,5 Milliarden an.²
- Die durchschnittlichen CO₂-Emissionen von Deutschen lagen im Jahr 2017 bei 8,7 Tonnen. Zum Vergleich: In Indien wurden pro Kopf nur 1,61 Tonnen CO₂ ausgestoßen.³ Maximal 2,3 Tonnen CO₂ pro Person pro Jahr sind laut Wissenschaft klimaverträglich.⁴
- Von 7 Milliarden Menschen auf der Welt macht nur 1 Milliarde Urlaub.⁵
- Pro Jahr gelangt mehr als eine halbe Million Tonnen Plastikmüll ins Mittelmeer. Das sind umgerechnet 33 800 Plastikflaschen in der Minute.⁶
- 70 Prozent der Deutschen würden gern nachhaltiger reisen – aber nur 7 Prozent tun es auch.⁷

Um Dinge anpacken und dauerhaft verbessern zu können, muss man erst einmal verinnerlichen, wofür man das überhaupt macht. Wer sich etwas vornimmt, tut das schließlich nicht ohne Grund. Wir streifen uns die Laufschuhe über, weil wir wissen, dass die Bewegung ein paar überflüssige Pfunde purzeln lässt. Wir legen bei der Arbeit eine Extraschicht ein, weil wir wissen, dass es honoriert wird und die Karrierechancen steigert. Wir sparen unser Geld zusammen, weil wir wissen, dass wir damit an

unseren Urlaubstagen dem Alltag entfliehen können. Der Sonne entgegen. Und wir reisen nachhaltig, weil ... ja, warum reisen wir denn eigentlich nachhaltig? Was genau treibt uns dabei an?

Ich zum Beispiel verbringe meine Urlaubszeit mit einem möglichst geringen ökologischen Fußabdruck, weil ich weiß, dass wir über unsere Verhältnissen leben, weil mir bewusst ist, dass ich unsere wunderschöne Erde und ihre Lebewesen kennenlernen kann, ohne sie zu gefährden – und weil ich durch das nachhaltige Reisen die Chancen darauf erhöhe, dass auch meine Kinder und Enkelkinder diesen Luxus noch genießen können. Zudem sind die meisten Dinge, die wir im Urlaub für unsere Umwelt und unsere Mitmenschen tun können, so unglaublich einfach umsetzbar.

Ökologischer Fußabdruck

Jeder Mensch hinterlässt durch sein Verhalten einen ökologischen Fußabdruck. Dieser Fußabdruck beschreibt die natürlichen Ressourcen, die man persönlich benötigt, um den eigenen Lebensstandard dauerhaft aufrechtzuerhalten. Das gilt natürlich auch für das Reisen. Dabei werden Werte berücksichtigt, die Einfluss auf unsere Umwelt nehmen, etwa der CO₂-Ausstoß von Hin- und Rückflug, die Taxifahrten am Reiseort oder der Wasserbedarf in der Produktion der Lebensmittel, die man vor Ort isst. Auch der Anteil des Mülls, der durch den eigenen Konsum entsteht und recycelt werden kann, ist für den ökologischen Fußabdruck entscheidend. Dieser ist am Ende ein aussagekräftiger Anhaltspunkt dafür, die Nachhaltigkeit unseres Verhaltens grundsätzlich sehr gut miteinander vergleichen und schlussendlich auch verbessern zu können. Deinen persönlichen Fußabdruck kannst du

zum Beispiel hier berechnen:
<https://www.fussabdruck.de>.

Viel Impact und wenig Stress – das klingt doch schon einmal ganz cool, oder? Ich weiß auch, dass bei einem Urlaub meist die eigene Erholung oder Unterhaltung im Vordergrund steht und erst dann an die Umwelt gedacht wird. Dieses Kapitel habe ich deshalb ganz bewusst geschrieben, um dir einen lebenslangen Motivator für die Umsetzung der Ideen und Ratschläge aus diesem Buch an die Hand zu geben.

Wir dürfen nicht glauben, dass jemand anderes unsere Welt retten wird, und wir selbst noch ein Teil des Problems bleiben. Um selbst mit Leib und Seele ein wichtiger und fördernder Teil des globalen, nachhaltigen Reisens zu werden, muss man zunächst die Schattenseiten des Tourismus einmal kennenlernen. Erst wenn man weiß, wo sich Probleme verbergen, kann man sie auch gemeinsam lösen und die Chancen für den Tourismus nutzen.

Nutze diesen Moment, um dir dein persönliches WARUM zu beantworten.



PROBLEME UNSERER ZEIT



Wenn nur ein einziger Mensch durch ein Mohnfeld läuft, zertrampelt er zwar einige der Klatschrosen – ein echtes Problem lässt sich zu diesem Zeitpunkt jedoch erst einmal nicht erkennen. Doch nur ein einzigartiges Instagram-Bild später strömen plötzlich Touristen wie Zombies aus allen Ecken der Welt dorthin, um ebenfalls mit schicken Fotos in der bunten Landschaft unter #poppyfields darzustellen, dass sie auch Naturliebhaber sind.⁸ Erst jetzt zeigt sich das Problem in Form von vollständig platt gewalzten Pflanzen in seiner ganzen Pracht: Wo ein Tourist kaum Schaden anrichtet, sorgen Zehntausende für große Sorgen. Auch der Landwirt hat nun Einkommensverluste oberster Güteklasse am Hals. Probleme wie diese stehen symbolisierend für die

Auswirkungen des Massentourismus auf Umwelt, Soziales und die Wirtschaft - und entwickeln sich in unserer schnelllebigen und vernetzten Welt so rasant wie nie zuvor. Wenn wir auf Reisen sind, dann ist das Trampeln sogar noch eines der kleineren Übel. Zusätzlich fliegen und konsumieren wir - wir verbrauchen natürliche Ressourcen, beanspruchen Platz und benehmen uns an Urlaubsorten oft anders, als es die hiesige Kultur erwartet. So groß das Freizeitangebot und die Einnahmen der Einheimischen durch den Tourismus auch sind, überwiegen bei massenhaftem Pauschalismus leider oft die schwergewichtigen ökologischen, wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Folgen.

Massentourismus

Wenn sich übermäßig viele Reisende an einem Zielort befinden, spricht man grundsätzlich von Massentourismus. Diese Tourismusform wird durch eine gute Verkehrsinfrastruktur, viele Hotels, aber vor allem von den sehr bequemen Angeboten von Reiseanbietern gefördert, die Urlaubern den organisatorischen Aufwand so gut es geht abnehmen.



TREIBHAUSGASEMISSIONEN

Zahlen & Fakten:

- Der Anteil der Tourismusbranche an den globalen Treibhausgasemissionen beträgt 5 Prozent.⁹
- Im Jahr 2019 gab es in der weltweiten Luftfahrt rund 47 Millionen Flüge - Tendenz steigend.¹⁰
- Durch einen All-inclusive-Urlaub in Mexiko kommt es beispielsweise durchschnittlich zu einem Treibhausgasausstoß von 7218 Kilogramm CO₂ pro Person.¹¹ Empfohlen werden allerdings maximal 2300 Kilogramm CO₂ im ganzen Jahr.¹²

Da der Tourismus für etwa 5 Prozent der Treibhausgasemissionen der Menschheit verantwortlich ist, sollte es auch niemanden verwundern, dass die Reiserei massiv zum größten Umweltproblem unserer Zeit beiträgt: dem Klimawandel. Den Löwenanteil der Treibhausgasemissionen durch Urlauber nimmt im Regelfall die An- und Abreise ein. Sowohl die Bahn und das Auto, aber ganz besonders die Flugzeuge stoßen dabei CO₂ aus. Beispielsweise entstehen für die Flüge von Frankfurt nach Cancún in Mexiko und zurück etwa 3,25 Tonnen CO₂ pro Person als direkte Treibhausgasemission. Zum Vergleich: Das entspricht etwa 16 Monaten durchschnittlichen Autofahrens. In großen Höhen haben Treibhausgase zudem eine noch höhere Klimawirkung. So tragen Stickoxide zur Ozon- und Feinstaub und Wasserdampf zur Wolkenbildung bei. An den Kondensstreifen am blauen Himmel lässt sich das sehr gut erkennen.¹³ Es sind jedoch nicht nur die An- und Abreise, die das globale Klima belasten. Auch die gewählte Unterkunft stößt in besonderem Maße CO₂ aus – vor allem, wenn die Verantwortlichen auf Energie aus Kohlestrom setzen und das Gebäude wärmedurchlässige Außenwände hat. Das gilt im Übrigen auch für die Lebensmittel, die wir als Reisende vor Ort zu uns nehmen, und die Aktivitäten, denen wir im Urlaub nachgehen. Ein knusprig gebratenes Rinderfilet, das wir nach einer langen Taxifahrt vom Hotel zum Strandrestaurant zu uns nehmen, trägt also während der Reise ebenfalls zur globalen Erwärmung bei – vor allem indirekt, weil die Kuhhaltung mit Methan und Lachgas noch viel klimaschädlichere Treibhausgase erzeugt.

Luftverschmutzung ist ebenfalls eine Folge des Tourismus, die nicht vergessen werden darf. Neben den Treibhausgasemissionen trägt das Reisen zum Beispiel durch die endlose Anzahl von Personentransporten, aber auch durch die industrielle Produktion von touristischen

Konsumgütern massiv zur Luftverschmutzung bei. Diese macht ja bekanntlich nicht an Ländergrenzen halt und kann schwerwiegende Folgen für die Gesundheit aller Lebewesen (zum Beispiel Atemwegserkrankungen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen), unsere Gesellschaft (zum Beispiel Ernteauffälle, Gebäudeschäden und psychische Belastungen) und unsere Umwelt (zum Beispiel Bodenschäden, saurer Regen und ein zunehmender Treibhauseffekt) bedeuten.

Das große Problem mit den Emissionen ist aber, dass sie entweder gar nicht oder nur schwer sichtbar sind, weil sie sich so schnell aus dem Staub machen. Und gerade das macht es unserem Hirn so schwer, sich die Konsequenzen des eigenen Handelns auszumalen. Doch tatsächlich leiden gerade die Branchen schon heute unter dem Klimawandel, die besonders von beständigen Temperaturen und Niederschlägen abhängig sind. Das sind nicht nur Land- und Forstwirtschaft oder der Energiesektor, nein: Das ist ganz besonders der Tourismusbereich.

Als Reisender können wir dem massiven Ausstoß von Treibhausgasemissionen in der Tourismusbranche beispielsweise durch die Einhaltung des persönlichen Klimabudgets, durch die gezielte Wahl einer ökozertifizierten Unterkunft oder anhand der An- und Abreise mit Bus und Bahn entgegenwirken.

Klimabudget

Das persönliche Klimabudget beschreibt die Summe des CO₂-Ausstoßes einer Person, die als klimaverträglich eingestuft wird. Jeder Mensch auf der Welt darf demnach pro Jahr durch sein eigenes Verhalten maximal 2,3 Tonnen CO₂ ausstoßen. Der Wert wurde anhand des verbleibenden weltweiten

Emissionsbudgets und der mittleren Weltbevölkerung ermittelt, um die globale Erderwärmung bis zum Jahr 2050 nicht über 2 Grad Celsius gegenüber dem vorindustriellen Niveau ansteigen zu lassen.¹⁴ Das persönliche Klimabudget ist also wie ein Bankkonto, auf dem 2300 Euro schlummern. Wer viel ausgibt und überzieht, lebt auf Pump - also auf Kosten des Planeten.



ABFALLAUFKOMMEN

Zahlen & Fakten:

- Achtlos an Land weggeworfener Müll wird über den Wind und die Flüsse letztendlich ins Meer getragen: Etwa 380 Tonnen Plastik schwemmt allein der Rhein Jahr für Jahr in die Nordsee.¹⁵
- Ein Kreuzfahrtschiff mit 1200 Passagieren und Besatzung produziert jeden Tag etwa 4,2 Tonnen Müll - Ölreste, Abwasser und sanitäre Rückstände nicht mitgerechnet.¹⁶
- Eine Plastikflasche benötigt rund 450 Jahre, bis sie sich im Meerwasser vollständig zu kleinerem Mikroplastik zersetzt hat.¹⁷

Während der Ausstoß von Treibhausgasen im Tourismus eher unauffällig daherkommt, ist der Plastikmüll an den weltweiten Stränden mit Sicherheit ein Umweltproblem, das wirklich niemand mehr übersehen kann. Rund 10 Millionen Tonnen Plastikmüll gelangen jährlich ins Meer und kosten im gleichen Zeitraum etwa 1 Million Seevögel und 135 000 Meeressäugern das Leben.¹⁸ Vor allem die Reiseunterkünfte sind vielerorts überfordert mit dem massiven Touristenaufkommen. Als Folge von jährlich 1 Million Touristen produzieren zum Beispiel 101 Urlaubsresorts und 157 Hausboote auf den Malediven 140 Tonnen Müll. Jeden Tag! Der Tourismus hinterlässt damit ein Viertel des gesamten Abfalls, der auf den Malediven produziert wird.¹⁹ Ob auf den Malediven, in Indien, Indonesien oder Italien - ich habe schon oft mit ansehen müssen, wie Hotelmitarbeiter oder Strandbarbesitzer ihren Müll in einer gekonnten Hauruckaktion einfach am Sandstrand verbuddelten. Gemäß dem Motto »aus den Augen, aus dem Sinn«. Bei Strandspaziergängen knistert es heutzutage - anstatt den weichen Sand unter den Füßen zu spüren, tritt