

# Checkliste für einen sanfteren Urlaub:

(Bitte mache bei jeder Frage, die Du mit einem „ja“ beantworten kannst, ein Kreuz = je ein Punkt!)

## 1. Reisevorbereitung

- Informiere ich mich über Leben und Kultur des Reiselandes durch Bücher, Kontakt zu Einheimischen ...?
- Kann ich mich mit den Einheimischen sprachlich verständigen?
- Bereite ich meinen Besuch durch persönlichen Kontakt zu meinen Gastgebern vor?
- Reflektiere ich meine Erwartungen an den Urlaub und mache mir keine überhöhten Illusionen?

## 2. Verkehrsmittel

(Auto, Bahn, Flugzeug, Rad ...)

- Verbraucht mein Verkehrsmittel wenig Energie? Ist es schadstoffarm?
- Erzeugt mein Verkehrsmittel wenig gesellschaftliche Kosten? (Wenn z.B. viele mit dem Auto fahren, muss das Reiseland zusätzlich hohe Investitionen für Straßen und Parkplatzbau usw. ausgeben.)
- Benutze und fördere ich das schon vorhandene Verkehrssystem der Bevölkerung?
- Bringt mich mein Verkehrsmittel näher zu den Einheimischen und baut Distanz ab?
- Ist schon die Fahrt für mich ein Erlebnis und will ich nicht bloß möglichst schnell ans Ziel kommen?

## 3. Unterkunft

- Ist meine Unterkunft landestypisch gebaut und in das Landschaftsbild eingepasst?
- Hat meine Unterkunft wenig Landschaft und Energie verbraucht?
- Ist das Haus energiesparend eingerichtet?
- Ist das Haus in Besitz von Einheimischen und nicht von auswärtigen Tourismusunternehmen?
- Entspricht die Unterkunft dem Komfort der Einheimischen?
- Bringt das Vermieten den Einheimischen eine wirtschaftliche Wertschöpfung (z.B. Pension, Hotel, Jugendherberge)? (Campingplätze, Zweitwohnungen, die keine Steuern kosten usw. belasten dagegen oft nur die Gemeinde, die für die Versorgung mit Wasser und Strom und die Entsorgung von Müll zuständig ist.)
- Ermöglicht die Wahl meiner Unterkunft den Kontakt mit Einheimischen?

## 4. Verpflegung

- Sind die Lebensmittel mit möglichst geringer Umweltbelastung hergestellt und verpackt (Müll!)?
- Sind die Lebensmittel landestypisch und möglichst in der näheren Umgebung hergestellt?
- Sind die Lebensmittel ausreichend vorhanden oder zu knapp für die Einheimischen?

- Fördere ich mit meinem Lebensmitteleinkauf die einheimischen Geschäfte und Gasthäuser und nicht die aus Fremdkapital kommende Supermärkte und Restaurantketten?

## 5. Aktivitäten

- Sind meine Aktivitäten im Urlaub möglichst wenig belastend für die Natur?
- Sind sie wenig störend für die einheimische Bevölkerung?
- Nutze ich das vorhandene einheimische Freizeitangebot, so dass für mich keine aufwändigen, touristischen Einrichtungen nötig sind?
- Nehme ich mir dafür genügend Zeit, um ein begrenztes Gebiet um so intensiver kennenzulernen?

## 6. Verhalten

- Verhalte ich mich gegenüber Einheimischen vorurteilsfrei und rücksichtsvoll und bin bereit mich der gastgebenden Bevölkerung anzupassen und ihre Lebensform selbst einmal auszuprobieren?
- Verzichte ich darauf mich mit Luxusartikeln zumgeben, die sich die Einheimischen nie kaufen könnten und die ihren Neid erzeugen könnten?
- Bin ich im Urlaub aktiv, kreativ und fantasievoll?
- Bilde ich mich beim Reisen weiter und bin offen für neue Erfahrungen?

## 7. Nachbereitung

- Nehme ich die gewonnenen Kontakte mit Einheimischen ernst und pflege sie weiter?
- Reflektiere ich meine neuen Erfahrungen und ziehe daraus Konsequenzen für die nächste Reise?

## Ergebnis

0 bis 10 Punkte:

Sanftes Reisen ist ein hoher Anspruch, wie Du sicher schon gemerkt hast. Dazu gehört viel Geduld mit sich selbst. Denn man muss immer wieder von neuem dazulernen. Versuch doch bei Deiner nächsten Reise zunächst mal mit ein paar Dingen konsequenter zu sein. Am Besten wäre es, wenn du mal an einer organisierten „sanften Jugendfahrt“ teilnehmen würdest, denn in einer Gruppe geht bestimmt alles leichter!

11 bis 21 Punkte:

Du bist auf dem richtigen Weg! Das heißt, eigentlich bist Du schon ein wirklich angenehmer Tourist, denn den optimalen Touristen, wie wir ihn hier gekennzeichnet haben, gibt es wohl in Wirklichkeit selten. Er ist ein Ideal. Wenn Du jedoch diesem Ideal noch ein bisschen näher kommen möchtest, beherzige doch auch die Tipps, die unter 0 bis 10 Punkte stehen!

22 bis 30 Punkte:

Also entweder hast Du geschummelt oder Du bist es wirklich: Der „SUPERANFTE TOURIST“. Dann können wir Dir nur noch viel Spaß bei Deinem nächsten Urlaub wünschen!