

Vi gør Danmark grønnere - et hus ad gangen

Omtale:



GreenMatch / Blog / Bæredygtige rejser tips

Text size Sidst opdateret: 22. februar 2024

50 grønne tips til at rejse bæredygtigt



Skrevet af

Signe Kirk Andersen

Sidst opdateret

22. februar 2024

Vores 50 bedste råd til, hvordan du får en bæredygtig ferie

“At rejse er at leve”, men hvis rejserne og ferierne skader planeten, er det svært at argumentere for, hvorfor det er så god en idé.

Rejser giver dig mulighed for at opleve fantastiske og fremmede naturlandskaber og nyde eksotiske og delikate køkkener, men det kan også være hårdt for moder natur. Både fordi turisme producerer store mængder skrald og affald, og fordi flyrejser udleder så abnormt mange drivhusgasser.

Der er hundredevis af grunde til, hvorfor det gør en vigtig forskel, når du tager samvittighedsfulde rejsebeslutninger.

Heldigvis bliver det mere og mere populært at reducere vores CO2- og økologiske fodaftryk i alle aspekter af livet. Det er ikke anderledes, når det kommer til rejser og ferier. Økoturisme hitter, og der findes bæredygtige alternativer både i forhold til fly, hoteller, aktiviteter og endda mad.



Vidste du?

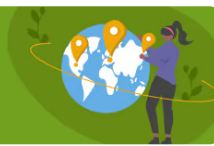
- ✓ En gennemsnitlig bil udleder omkring **192 gram CO2** pr. km, hvis du kører alene, men ved at lave samkørsel kan du sænke alle passageres CO2-aftryk.
- ✓ Flyrejser alene udgør **20 %** af turistindustriens CO2-udledning.
- ✓ Helt op til **50 %** af CO2-udledningen kan komme fra bare flyets start og landing.
- ✓ Krydstogtskibe udleder **3 til 4** gange mere kuldioxid pr. person (pr. kilometer) end kommercielle flyvninger.



- ✓ Togrejser er det mest miljøvenlige valg, udover at gå eller cykle, da tog udleder **55-75 %** mindre CO₂.
- ✓ Turistovernatninger står for **1 %** af de globale emissioner og **20 %** af emissionerne fra turistindustrien alt i alt.
- ✓ En rapport fra Booking.com viser, at antallet af rejsende der gerne vil gøre brug af bæredygtig overnatning er steget med **19 %** (siden 2016) op til **81 %**.
- ✓ Hvis du hver dag køber flaskevand, når du er på ferie, vil det koste dig mindst **250 kr.** og det vil tage **405 år** for hver enkelt flaske at blive nedbrudt.

Når du planlægger din næste rejse, kan du bruge vores bedste 50 råd til at få inspiration til, hvordan du kan reducere din CO₂-udledning og dit økologiske fodaftryk. Hvis du gerne vil undersøge, hvordan du kan gøre din ferie mere bæredygtig for en bestemt del af rejsen, kan du vælge en kategori herunder.

Hvor du skal hen



Hvor du skal sove



Hvad du skal pakke



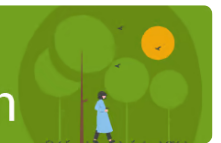
Hvordan du kommer derhen



Hvad du skal lave



Hvordan du respekterer naturen



Hvor du skal hen

Din rejsedestination afgør, hvilke muligheder du har for at vælge miljøvenlige og bæredygtige tilbud. Forskellige lande og byer har forskellige tilbud og regler.

1. Overvej en staycation

En staycation eller "hjemmeferie" er en af de mest bæredygtige ferier, fordi du skærer drastisk ned på den CO₂-udledning, der kommer fra at rejse med fly eller køre lange distancer med bil.

Selve begrebet staycation er en sammentrækning af de to engelske ord: Stay og vacation og betegner dermed en ferie, hvor du bliver derhjemme. Hele idéen er dog, at der absolut ikke skal gå hverdag i den, men at du derimod skal finde på en masse sjove og spændende eventyr i dit nærområde.

Det kunne for eksempel være at opsøge vandrerruter i dit nabolag eller besøge lokale museer.

en god picnicurv i cykelkurven eller i bagagerummet kan du også bare tage ud i det blå og



se, hvor du ender. Du behøver ikke rejse langt for at have en fornøjelig ferie, og du kan endelig få mulighed for at dyrke dit lokalområde, noget som vi ærgerligt nok ofte tager for givet.

2. Vælg en bæredygtig rejsedestination

Når du skal vælge en bæredygtig rejsedestination, skal du kigge efter byer, som har konkrete tiltag der fremmer bæredygtighed og arbejder for at forbedre livskvaliteten for deres indbyggere. Nogle indikatorer, du kan se efter, er, om de har et styrende organ til at styrke bæredygtighed, om de tilskynder til at bruge mindre energi, om de fokuserer på at reducere både deres lokale og globale påvirkning, og om de viser engagement i at beskytte naturressourcer, mennesker og kulturarv.

For at komme med et eksempel kan vi fremhæve øen Palau, som kræver at alle besøgende lover at beskytte den naturlige og kulturelle arv, inden de betræder øen.

Du kan også undersøge officielle certificeringer og priser, der er blevet givet til lande som en prissætning af deres løfte om at være bæredygtig. For eksempel tildeler Europa-Kommissionen Green Capital og Green Leaf Award til en europæisk by hvert år. Til dato er der 14 byer, der har vundet en **Green Capital pris**.

3. Besøg populære destinationer udenfor højsæsonen

De mest velbesøgte byer er ikke altid de mest bæredygtige, så hvis du beslutter dig for at rejse til en meget populær og travl by, kan du overveje at rejse udenfor højsæsonen. Husk på, at en en bys højsæson ofte er bestemt af lokale skoleferier og ikke nødvendigvis, hvornår det er bedst at rejse dertil.

Når du rejser udenfor sæson, betyder det, at du ikke bare får fordel af billigere fly og hoteller, du hjælper også med at stimulere økonomisk vækst. Turistindustrien er meget udfordret af sæsoner, og det udgør en global udfordring især i forhold til jobsikkerhed. Det skyldes, at det ikke er ualmindeligt, at arbejdere bliver afskediget efter højsæsonen og står uden job.

4. Udvalg og find mindre kendte byer

Når du besøger mindre kendte byer, undgår du meget turistede steder og får tanket op på autentiske, lokale oplevelser. På den måde har du stadig mulighed for at besøge berømte områder, men du bidrager ikke til overturisme og forurening.

Mange rejser til Italien for at besøge Rom, men du bør også prøve at opleve, hvad andre italienske byer har at byde på. Overturisme kan, ligesom med overfiskning, udtømme en regions ressourcer og efterlade den mere forurennet, end den var før.

5. Rejs til områder, der har brug for din støtte

Med truslen om global opvarmning og klimaændringer er den ødelæggende virkning af naturkatastrofer ikke fremmed for os. Det er især hårdtslående for lande, der er stærkt afhængige af turisme. I nogle tilfælde kan det være muligt for dig at rejse til nogle af disse destinationer for at støtte og stimulere økonomien.



I Mexico kommer 15,5 % af deres BNP fra turistindustrien. Da et jordskælv med en styrke på 7,1 på richterskalaen ramte lige uden for Mexico Citys centrum, var det derfor vigtigt hurtigt at få den lokale turisme op at stå igen. På den måde kunne turismen hjælpe med at genoprette byen, selv mens dele af byen stadig var under reparation.

Det er også muligt at være frivillig i hjælpeprojekter, ligesom de frivillige ture, der blev organiseret efter orkanen Maria ramte Dominica i 2017. Laurie Meyers, projektlederen for Global Travel and Tourism Resilience Council, sagde, at "Rejsende kan hjælpe yderligere ved at være frivillige i miljømæssige og sociale projekter, der hjælper med at genopbygge ødelagte samfund".

Det er dog vigtigt, at du undersøger, hvad status er for genopretningsindsatsen. Nogle gange kan du gøre mere skade end gavn. Når du skal vælge, om du skal besøge et post-katastrofeområde, skal du tænke på, om det er sikkert, om infrastrukturen er på plads, så du kan komme omkring, og hvordan de lokale vil modtage det. Det er ikke bare en spontan beslutning, du er nødt til grundigt at undersøge, om du rent faktisk kan bidrage og hjælpe ved at rejse.

Hvor du bor og overnatter

Du skal ikke undervurdere miljøpåvirkningen af den måde, du vælger at indkvartere dig på. Hvor du bor står for 1 % af de globale CO2-udledninger og 20 % af CO2-udledningen fra turistindustrien.



Vær opmærksom på Greenwashing: Hvad er det, og hvorfor er det dårligt for miljøet?

Selvom mange af os har gode intentioner og prøver at reducere vores miljømæssige fodaftryk så meget som muligt, skal du være opmærksom på ikke at blive offer for greenwashing.

Greenwashing er, når en virksomhed fremsætter falske miljøvenlige påstande for at skabe en opfattelse af, at de gør mere for at beskytte miljøet i stedet for at gøre det arbejde, det kræver at være bæredygtig og bevare miljøet fra deres påvirkning.

6. Find overnatning der er certificeret

I 2021 udgav Booking.com en rapport om bæredygtige rejser, som viste, at 81 % rejsende sagde, at de gerne ville vælge bæredygtig overnatning, det er stigning på 19 % siden 2016.

Der er mange standarder for, hvordan man kan definere bæredygtig overnatning, som fokuserer på specifikke bæredygtige områder fx energiforbrug. En standard, der skiller sig ud på grund af sin holistiske tilgang, er **Global Sustainable Tourism Council (GSTC)**. Deres kriterier sikrer, at overnatningsstedet overholder miljømæssige og sociale standarder, såsom opretholdelse af naturressourcer.

Næste gang du leder efter overnatning, kan du spørge stedet, om de har grøn certificering og , om denne certificering er godkendt af GSTC. Nogle lande, såsom Costa Rica, har deres

egne certificeringsprogrammer til at vurdere bæredygtighedsinitiativer. Andre programmer omfatter EarthCheck (Australien), Green Globe, Rainforest Alliance (Latinamerika, Caribien) og Green Tourism Business Scheme (UK).

7. Book overnatning igennem en miljøvenlig hjemmeside

Mange af de store bookingsider er ikke så gode til at tilbyde miljøvenlige muligheder. Men der er dog nogen hjemmesider, som har fundet ud af at udfylde dette vigtige tomrum.

For eksempel kan du prøve **Bookitgreen**, hvis du søger bæredygtig overnatning i Europa. De beregner CO₂-udledningen for alle overnatningssteder per nat. Hvis du er på udkig efter en mere global hjemmeside, kan du prøve **Bookdifferent**. Det er en social virksomhed, der er en affiliate af booking.com, hvis formål er at "gøre rejsesektoren grønnere".

8. Vælg energieffektiv overnatning

Ligesom du kan have energieffektive apparater og energikilder derhjemme i dit eget hjem, såsom luft til vand varmepumpe eller jordvarme, kan det overnatningssted du vælger på din ferie også. Du kan reducere dit miljømæssige fodaftryk ved at vælge overnatning, som bruger vedvarende energi.

Disse teknologier tenderer dog til at være mere relevante for større overnatningssteder. Derfor er en anden måde, du kan være miljøvenlig på, at du vælger et sted, som ikke er større, end det du har brug for. Hvis du bare rejser som par, har du højst sandsynligt ikke brug for særlig meget plads. Jo mere plads du har, jo mere energi bruger du på el, opvarmning og nedkøling.

9. Overvej et hostel på din næste rejse

Hvis ordet "hostel" med det samme vækker negative følelser hos dig, så er det måske på tide for dig at genoverveje dig som en overnatningsmulighed på din næste rejse. Hostels er ikke bare et socialt rum som ofte er indlejret i byens kultur, de er også ofte meget grønnere sammenlignet med boligudlejning og hoteller. Dette skyldes de fælles faciliteter, som nedsætter brugen af vand og energi pr. person og dermed have en lavere miljøbelastning.

Hostels er et mere overkommeligt og grønnere overnatningsalternativ og samtidig ofte et økonomisk valg for budgetrejsende.

10. Spørg om dit overnatningssted eller hotel har bæredygtige initiativer

Før du booker overnatning, kan du spørge stedet, om de har bæredygtige projekter eller initiativer. For eksempel kan du spørge, om de har affaldssortering og et genbrugssystem, solceller, energieffektiv belysning eller regnvandsopsamling. Hvis ikke de har det, kan du opfordre dem til at starte med en af initiativerne eller give dem forslag, når du tjekker ud.

11. Undersøg hvordan dit hotel stimulerer og opmuntrer lokal vækst

Hvordan dit overnatningssted interagerer med dets lokale miljø og virksomheder kan være en indikator for, om de er bæredygtige.



Det kan være svært at finde oplysninger om dit specifikke hotel online, så du kan altid spørge dem direkte. Nogle spørgsmål du kan stille er:

12. Undgå at bruge hotellets vaskeri

Hoteller vasker typisk hver enkelt gæsts tøj separat eller sender det til et renseri. Begge muligheder udleder langt mere CO₂, end hvis du vasker derhjemme i dit eget hjem. Hvis du bare har et par overnatninger, er det derfor smartere at tage dit vasketøj med hjem.

Hvis du bare har få ting, der skal vaskes, kan du overveje at vaske tøjet i brusebadet eller håndvasken og derefter hænge det op natten over til tørre.

13. Hæng dine håndklæder op

Det er efterhånden almindelig praksis, når du bor på hotel, at du hænger dine håndklæder op på en knage eller et stativ, hvis du ønsker at genbruge dem. Hvis du smider håndklæderne på gulvet eller på vasken, vil rengøringspersonalet antage, at de er beskidte, og at du ønsker nye, rene håndklæder.

Hvis du ikke vasker dine håndklæder hver dag derhjemme, hvorfor skulle du så have brug for det, når du er på ferie? Vaskemaskiner forbruger en hel del energi og vand, hvilket bidrager til en højere udledning af CO₂.

14. Tag de små åbne hotelsæber, shampoo og tandpasta med hjem

Hoteller har ofte små sæber og shampoo til deres gæster, som en gratis bekvemmelighed, så du ikke selv behøver at tage det med. Disse små flasker sæbe bliver ikke fyldt op, hvis du efterlader dem åbne. I stedet bliver de bare smidt ud. Næste gang du tjekker ud af dit hotelværelse, kan du derfor bare hapse de åbne flasker med dig eller huske at medbringe selv.

15. Vær opmærksom på dit vand- og energiforbrug

Forsøg at tage alle forholdsregler for at undgå overforbrug af vand og energi, når du er på ferie. Udover brugen af energi til selve transporten, især flyrejser, er det især energi til opvarmning, belysning og strøm, som trækker op i CO₂-regnskabet for turistindustrien.

I nogle områder, fx Sydafrika, kan den lokale vand- og energinfrastruktur være alvorligt belastet. Nogle områder kæmper for at kunne imødekomme den store efterspørgsel, når højsæsonen sætter i gang, fordi turister ofte bruger væsentligt mere vand og energi end lokalbefolkningen.

Det problem forværres, efterhånden som den globale temperatur bliver varmere, og befolkningstilvæksten vokser.

Det du kan gøre, er, at slukke lys, TV og andre elektroniske enheder, når de ikke er i brug. Overvej også at tage et hurtigt brusebad i stedet for at fylde et helt badekar op. For at spare på vasketøjet og rengøring kan du vaske dit i hånden og hænge "forstyr ikke"-skiltet op, så du undgår den daglige rengøring. Du kan sætte temperaturen på mellem 20°C og 22°C, som er det mest energieffektive og huske at slukke for varmen, når du forlader dit værelse.



16. Bæredygtig bade

Udover et “truckerbad”, hvor du nødtørftigt vasker dig i ansigtet og under armene, kan du også spare vand ved at slukke for vandet, når du fx skummer dig ind under bruseren. På denne måde kan dit bad være mindre end to minutter, og du sparer en hel masse vand, fordi du kun lader vandet løbe, når du har brug for at vaske dig.

Metoden stammer fra sømænd, hvor rent vand på skibene var en begrænset ressource. Sidenhen kan man dog sige, at det nærmest er blevet en livsstil. Beboere og besøgende i Cape Town, Sydafrika blev stærkt opfordrede til at begrænse deres brusebade til under maksimalt 90 sekunder under den værste vandmangel. Når du først har gjort dig det til en vane at tage korte brusebade, kan det være svært at holde op igen, hvilket jo er meget godt for planeten.

Hvad du skal pakke

Hvert år ender 8 millioner tons plastik i vores have. Det svarer til, at en fuld skraldebil bliver dumbet i havet hvert eneste minut hver eneste dag i et helt år. Det er svimlende mængder plastik. Når du nøje udvælger, hvad du skal pakke med på ferie, kan du undgå at bruge og efterlade engangsplastik, som i sidste ende kan havne på havets bund.

17. Invester i kvalitetsbagage og udskift kun, hvis det går i stykker

Holdbarheden af dit rejseudstyr, og dermed levetiden, afhænger i høj grad af, hvad det er, du køber. Brug lidt flere penge nu, og du kan bruge det om og om igen i mange år fremover. Det er også værd at se på garantien på bagagen, da nogle virksomheder tilbyder livstidsgaranti og andre tilbyder reparationer.

Hvis din bagage virkelig er blevet slidt ned, så er genbrug den bedste måde at komme af den på. Prøv at finde et lokalt afleveringssted, Frelsens Hær, Røde Kors eller en genbrugsboks. Du kan muligvis genbruge enkelte værdifulde dele af den ødelagte bagage.

18. En genanvendelig vandflaske er helt essentielt at tage med sig

Efterhånden har du sikkert mindst én eller flere genanvendelige flasker, som du kan fylde igen og igen. De sparer dig penge, beskytter miljøet og sørger for, at du er hydreret. Det er en væsentlig ting, som bør være fast bestanddel i alles bagage, fordi det fjerner behovet for at købe engangsplastikvandflasker. Det er også blevet mere bekvemt at genopfylde dem, da mange lufthavne har gratis vanddispensere.

Hvis du investerer i en vandflaske af høj kvalitet, rustfrit stål og som er BPA-fri, kan den holde hele livet, og du vil spare penge samtidig med, at du reducerer dit engangsforbrug af plastik. Hvis du skulle købe en engangsvand på flaske hver dag, ville det koste dig mindst 250 kr. om måneden, og det ville tage 405 år for hver flaske at nedbryde. Selvom du genbruger engangsvandflasker, hvilket du ikke bør på grund af bakterier, kommer du stadig til at spare penge i det lange løb med rustfri stålflaske.



Pak shampooer i stedet for en flaske shampoo

Da shampoobarer ofte ikke er pakket ind i plastik, og ofte lavet af mere naturlige ingredienser, anses de for at være bedre for miljøet. Derudover fylder de ikke så meget i din bagage. Du kan nemt finde en smart beholder til din shampoobar, og du har shampoo til mange hårvasker på din rejse. En yderligere fordel er, at du undgår at den flydende shampoo flyder ud i hele din bagage på grund af det høje tryk der er i flyvemaskinen oppe i luften.

20. Undgå at bruge sugerør

Påvirkningen af et enkelt sugerør virker måske ikke så vigtigt, når du har det sjovt med en eksotisk og farverig drink, men i massevis kan sugerør være meget ødelæggende for planen og dyrelivet; især når de ender i havet. Selv papirsugerør er ikke meget bedre end dem af plastik, fordi selve produktionen af papirsugerør kræver meget energi og producerer meget CO₂.

Når du rejser til udlandet, og selv derhjemme, bør du gøre det til en vane at sige nej tak til sugerør. Hvis det ikke er muligt at undgå sugerør, så prøv at anskaffe dig et genanvendeligt et i rustfrit stål, som du kan tage med dig.

21. Medbring din egen stofpose

Det er blevet mere og mere almindeligt selv at medbringe sin egen indkøbspose, når du skal ud og handle ind. Det er også meget smart, når du rejser, fordi sådan en pose eller totebag fylder kun ganske lidt, men kan indeholde en del ting, når den er foldet ud.

Som en bonus kan du jo vælge en pose, der er lavet bæredygtig, organisk bomuld.

22. Brug reef safe solcreme

Når du rejser til solrige steder, især områder nær ækvator, hvor solens stråler er stærkest, må du ikke glemme solcremen. Det er meget almindeligt at bruge solcreme, når du svømmer, dykker, snorkler eller andre udendørsaktiviteter. Der er dog en del solcremer, som indeholder kemikalier og partikler, som er skadelige for miljøet og især koralrev.

Ved at vælge reef safe solcreme kan du undgå at skadelige kemikalier ender i havet. Forskning har vist, at kemikalierne i almindelig kommerciel solcreme kan blege og dermed skade koral-DNA. Dette forstyrrer koralrevenes reproduktion.

23. Sig "nej tak" til høretelefoner på flyet

Mange flyselskaber tilbyder stadig høretelefoner, som du kan bruge til flyets skærme. De er typisk af meget dårlig kvalitet og bliver kun brugt en enkelt gang. Hvis millioner af mennesker rejser med fly hvert år, vil der være virkelig mange engangshøretelefoner, som ender med bare at blive smidt på lossepladsen eller i værste tilfælde ender i havet.

Many airlines still offer complimentary earphones to use the aeroplane's entertainment system. They're typically of cheap quality and get used only once. If millions of people are travelling by plane each year, then there are a lot of single-use airline earphones ending up in landfills and



Problemet forværres også af, at flere og flere bruger trådløse hovedtelefoner, som bliver forbundet via bluetooth. Udfordringen her er, at disse selvfølgelig ikke kan tilkobles underholdningssystemet på flyet, da de typisk har et hovedtelefonstik. Næste gang skal du derfor huske at medbringe dine gamle høretelefoner med kabel, eller huske at medbringe det kabel der hører til dine trådløse høretelefoner, så du slipper for at bruge flyenes dårlige høretelefoner.

24. Flere brugbare og genbrugsvenlige ting du kan tage med

Afhængigt af, hvilken slags rejse du skal på (fx camping, strand, vandre eller kultur m.v.), har du brug for forskellige redskaber. Men det betyder jo ikke, at de ikke også kan være miljøvenlige. Nogle specifikke ting, du kan overveje, at medbringe er:

25. Pakke let

Det er ikke altid let at pakke let, men for hver enkelt stykke bagage og ekstra vægt, som du tager med dig, jo mere bidrager du til bilens eller flyets samlede vægt. Jo tungere et køretøj er, jo mere brændstof forbrænder det for at bevæge sig, hvilket resulterer i større CO2-udledning.

Ikke alene betyder let oppakning, at mindre CO2-udledning; der er også flere andre fordele ved at rejse let. Hvis du kun flyver med håndbagage, kan du springe køen over til bagageindtjekning, du undgår bagagegebyrer, og du kan direkte forbi bagageudleveringen. Derudover er det væsentligt nemmere at bære din bagage og komme rundt på din destination, så du kan nyde din ferie hurtigere.

Hvordan du kommer derhen

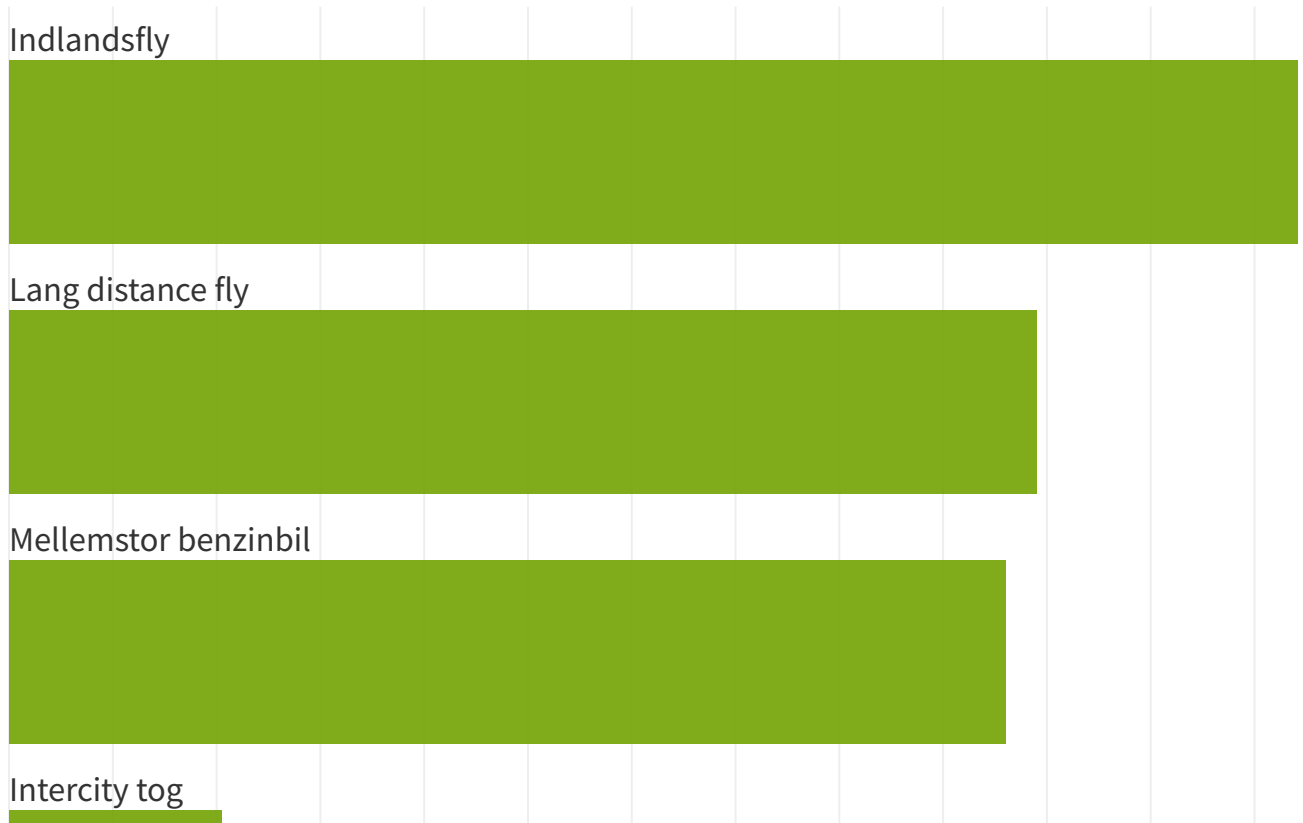
Luftrejsen alene udgør 20 % af turistindustriens kulstofemissioner, men vores afhængig af flyrejser kan afbødes ved at bruge alternative transportformer.

26. Undgå indenrigsflyvninger, hvis du kan

Når du kan så prøv at undgå indenrigsfly til fordel for alternative offentlige transportformer, såsom bus, tog eller samkørsel. Korte flyvninger er ikke effektive, fordi de fleste emissioner kommer fra flyets start og landing. Det er også derfor, at direkte fly er mere miljøvenlige end flyrejser, hvor du skal mellemlande.



Forskellige transportmidlers udledning af drivhusgasser



Source: [GreenMatch](#)

Graf lavet med Flourish

Vil du gerne dele grafen, kan du blot kopiere denne kode:

Få koden

27. Hvis du ikke kan undgå fly, så vælg fly der investerer i biobrændstoffer

Nogle gange kan du slet ikke undgå at flyve. Det næstbedste, du så kan gøre, er at undersøge, hvilke flyselskaber som aktivt investerer i ren biobrændstofsteknologi. Fx blev KLM i 2019 det første flyselskab nogensinde til at tilbyde en kommerciel biobrændstofflyvning fra Amsterdam til Paris.

Biobrændstoffer kan reducere kulstofemissioner med op til 80 % sammenlignet med fossile brændstoffer. De er bedre end det typiske brændstof, fordi de består af planteolier, træflis eller landbrugsaffald.

28. Både og færger er ikke mere miljøvenlige end fly

Krydstogtskibe bringer passagerer over havet på en rejse med stop til flere populære havnedestinationer. Selvom krydstogtskibe kan virke som et smart alternativ til fly, kan de faktisk forurene endnu mere. Forskning tyder på, at selv de mest effektive krydstogtskibe udleder



3 til 4 gange mere kuldioxid pr. person (pr. kilometer) sammenlignet med kommercielle flyvninger.

Og mens du med fly har mulighed for at vælge flyselskaber, der bruger biobrændstof, har krydstogtskibe en tendens til at forbrænde stærkt forurenende fossile brændstoffer. De forårsager dog ikke kun miljøforurening, de er også til gene for de meget populære destinationer, fx Venedig, fordi de indtager byens skyline og overbefolker byen, mens de lægger til kaj.

29. Book altid direkte fly

Vi kan gøre én ting helt klar, direkte fly er eksponentielt bedre for miljøet end fly med mellemlandinger. Men det er ikke kun, fordi du rejser færre kilometer på et direkte fly. Det skyldes, at så meget som 50 % af CO₂-udledningen kan komme fra flyets start og landing, og det gælder især på korte flyvninger.

Flyrejser udgør 20 % af turistindustriens globale CO₂-fodaftryk, derfor er det vigtigt at overveje, om du flyver, og hvordan du flyver. Hvis du har brug for et eksempel, så kan vi fremhæve, at en direkte flyvning på 1.800 km bruger 13 % af sit brændstof på at flyve til startbanen, komme op i luften og landing. Hvis du har en mellemlanding, vil de 13 % stige til hele 23 %. Så næste gang du bestiller en flyrejse, så spørg dig selv, om det er miljøomkostningerne værd at spare 500 kr.

30. Skal du på roadtrip? Vælg en miljøvenlig bil

Roadtrip eller bilferie er en virkelig skøn måde at se mange attraktioner og besøge forskellige byer i dit eget tempo. Det er den perfekte måde at praktisere langsom ferie på. En bonus er, at det udleder 62 gram mindre CO₂ end et indenrigsfly pr. kilometer og 6 gram mindre end en langdistanceflyvning.

Men for at maksimere bæredygtigheden ved at vælge bilferie, er du nødt til at vælge en miljøvenlig bil; og det får du nogle tips til her. For det første kan du overveje at leje en hybrid- eller elbil, hvis du selv ejer en benzin- eller diesebil. For det andet skal du vælge en bil, der kun er så stor, som du har brug for. Jo større bilen er, jo mere brændstof forbruger den, hvilket øger CO₂-udledningen. Tredje og sidste råd er, at du skal rejse med dine venner og din familie, men vi vil gå mere i dybden med dette tip i det næste afsnit.

31. Jo flere passagerer, jo lavere CO₂-aftryk

Bilkørsel udleder mindre CO₂ end fly, og det kan blive endnu bedre, jo flere mennesker du har med i bilen. En mellemstor benzinbil udleder 192 gram CO₂ pr. kilometer, når der bare er en chauffør, men denne udledning kan jo deles op på flere mennesker, hvis bilen fyldes op.

For eksempel hvis du rejser sammen med en person, vil dit CO₂-udslip være omkring 96 gram pr. person pr. kilometer. Tilføjer du to personer mere, vil CO₂-udslippet være 48 gram pr. person for hvert kørt kilometer.

Men hvad hvis du rejser alene og ikke vil flyve? Bare rolig. Der er delebilsplatforme, der har til formål at hjælpe folk med at rejse ved hjælp af samkørsel. Der findes blablacar.com og



carpoolworld.com, hvor både chauffører og passagerer kan arrangere samkørsel. Det er en win-win, fordi begge parter sænker deres CO₂-aftryk.

32. Brug en samkørselsapp, når du gerne vil på ferie

Du er nok allerede bekendt med de smarte samkørselsapps, som kan hjælpe dig med at komme fra A til B med korte og lange distancer. Disse kan du også meget vel bruge, hvis du er i et område, hvor der ellers ikke er så god offentlig transport.

Disse apps fungerer på den måde, at de matcher parter som skal i den samme retning. Det kan ikke bare spare dig mange penge, men det vil også reducere dit CO₂-udslip, og det sørger for, at der er færre biler på vejen især i de travle byer.

33. Toge er en af de mest bæredygtige måder at rejse på

At rejse med tog er det bæredygtige valg udover at vandre eller cykle. Toge udleder 66-75 % mindre CO₂ i forhold til andre former for transport, også selvom de er elektriske. Toge er ikke bare mere bæredygtige, men de er også bedre i forhold til andre typer af transport i forhold til energi, udnyttelse af plads og lydniveau.

Toge tilbyder også en mulighed for langsom ferie, hvor du kan nyde en god bog eller landskabet, der suser forbi. Toge kan samtidig også være bekvemme, fordi de fragter dig direkte fra by til by og ikke ud af byen, som jo er tilfældet for mange lufthavne.

34. Gå eller cykel hvornår du end kan

Når du er nået frem til din destination, skal du finde ud af, hvordan du kommer omkring. Hvis byens centrum er kompakt, anbefaler vi varmt, du tager de praktiske gummisko på og gå byen tynd. Det er en fantastisk måde at fordybe dig i gaderne, og det koster ikke en rød rejse hverken for dig eller i CO₂-regnskabet.

Det er dog ikke altid nemt at komme rundt til fods, fordi de forskellige bydele kan være spredt udover et stort areal. I det tilfælde kan det næstbedste valg være at leje en cykel eller en scooter, som tillader dig at komme nemt og hurtigt omkring.

35. CO₂-kompensation

Selvom det selvfølgelig er ideelt at vælge den rejsemulighed, der involverer den mindste mængde CO₂, er kulstofemissioner nogle gange uundgåelig. Ofte har du mulighed for udligne CO₂-udslippet for din rejse ved at støtte et miljøprojekt, der er med til at reducere mængden af kulstof i atmosfæren. Når du vælger CO₂-kompensation, skal du huske på, at der kan være stor forskel på, hvordan man modregner CO₂-kompensationen. Derfor skal du være meget opmærksom på kvaliteten af de projekter og investeringer, som du kan vælge.

36. Brug en kulstofemissionsberegner

En CO₂-emissionsberegner kan hjælpe dig med at beregne dit CO₂-aftryk fra din rejse. Det kan  hjælpe dig med at identificere, hvor meget kulstof du skal udligne. Der er kulstofberegner, der er specifikke for én transportform, såsom denne **ICAO-kulstofemissionsberegner til fly**, og

andre, der også kan beregne andre transportformer eller endda dit fodaftryk, når du er hjemme igen.

Hvad du skal lave

Når du er på ferie, er der jo uendelige muligheder for, hvad du kan tage dig til. Nøglen her er at finde en måde at fortsætte med at være miljøvenlig, mens du nyder din rejse.

37. Brug “Slow Travel”-metoden

Langsom turisme er en praksis, som blev fornyet i kølvandet af pandemien 2021, der fik mange til at tage tiden til at udforske i et let tempo. I modsætning til masseturisme er langsom turisme en del af den bæredygtige turisme, som understreger vigtigheden af forbindelsen til lokalbefolkningen, kulturen, mad og musik.

I praksis kan det omfatte at tilbringe længere tid på et sted, ikke at have en tjekliste over ting at se, tage fritid til bare at nyde det sted du er og afsætte mere tid til at uddanne dig selv og opnå større bevidsthed om, hvad du gerne vil have ud af denne ferie.

38. Gratis byvandring

Vi har allerede slået fast, at en af de bedste måder af opleve byen på er ved at gå omkring. En byvandring tillader dig at se og opleve en by fra en lokals perspektiv på en bæredygtig måde. Du får historiske og kulturelle indsigter ikke bare om de store attraktioner i byen, men du får også de mindre kendte historier, som du kommer forbi på gåben.

I mange byer kan du finde byvandring helt gratis, fordi lokale så gerne vil vise deres by frem. Det er en fantastisk måde for turister, der rejser på et budget, fordi du selv kan vælge, hvor mange drikkepenge du vil give.

39. Din miniguide til at bæredygtig shopping

Det er selvfølgelig også vigtigt, at vi kommer omkring ferieshopping, som for mange er en vigtig del af at tage på ferie. Her er nogle hurtige tips, som du kan overveje, før du køber spandevise af souvenirs og andre ting, som du tager med hjem i kufferten.

40. Lad pengene cirkulere blandt de lokale

Når vi tager på ferie, tager vi det ofte for givet, at det størstedelen af de penge vi bruger, vil gå til den lokale økonomi i det sted, vi besøger. I mange tilfælde er det dog helt modsat faktisk. Så meget som 90 % er de penge, der bliver brugt på turisme, strømmer ud af den faktiske rejsedestination. I stedet går disse penge til store, globale virksomheder. Denne proces kaldes for turismelækage.

De penge, som du bruger på din ferie, kan strømme ud af den lokale økonomi og i stedet gå til store virksomheder på mange måder. For eksempel hvis du flyver til en destination; hvilket flyselskab fløj du med, og hvor stammer det flyselskab fra?



Du kan arbejde imod dette ved at købe ind fra lokale butikker og bruge lokale tjenester, som vi allerede har været inde på.

41. Vær opmærksom på og respektfuld overfor lokalsamfundet

Når du rejser, er det en god måde at få et glimt af fremmede kulturer, men du skal altid huske, at lige meget hvor du rejser hen, så besøger du nogens hjem. Derfor er det vigtigt, at du behandler det sted, du besøger, som dit eget hjem.

Respekter alle regulationer og love, også dem regulerer sundhed, sikkerhed og trafik. Vær opmærksom på, hvordan du afskaffer dit affald og gør dit bedste for at efterlade områder i samme tilstand, som du fandt dem, så andre besøgende og lokale også kan nyde dem. Når du er respektfuld over for lokalbefolkningen og behandler dem med anstændighed, kommer du langt og du er med til at opbygge et godt forhold mellem turistindustrien og lokalbefolkningen.

42. Vælg den lokale café fremfor takeaway

Når du er på ferie, så skal du selvfølgelig tage dig tiden til virkelig at nyde det. I stedet for at få kaffe to-go og tage den med dig omkring, kan du sætte dig ned og nyde den i ro. Hvis du har travlt, kan du overveje at medbringe din egen termokop, så du kan undgå engangskopperne.

43. Aflever brochurer så andre kan genbruge dem

Når du tager et kort, en brochure eller andre materialer, kan du passe godt på dem, så du kan aflevere dem tilbage, når du er færdige med at bruge dem. På den måde kan andre også få gavn af dem. Et andet tip er at undersøge, om du kan finde de informationer, du har brug for, online, så har du dem altid lige ved hånden, og du undgår at bruge papir.

44. Prøv at lave en lokal ret med lokale ingredienser

En stor del af det at rejse er at få nye madoplevelser. Rejser du på en måde, der tillader dig at have et køkken, kan du prøve at tilberede et måltid med lokale grøntsager og produkter. Når du handler ind, skal du overveje, hvilke varer der er lokale og hvilke der bliver importeret. De lokale varer vil ofte være mere friske og har et mindre CO₂-aftryk, mens importerede varer ofte er dyrere, ikke lige så friske og de har en højere CO₂-udledning.

45. Snak med andre turister om dine bedste tips til bæredygtige ferier

Viden er magt, og selvom du har læst denne guide til, hvordan du kan rejse mere bæredygtigt, er der sikkert meget endnu du kan lære. Hvis du ser nogle turister, der har et godt tip, så husk at skrive dig bag øret, så du kan tage det med dig på din næste rejse. Eller del dine bedste tips med dine medrejsende, så de måske kan blive inspirerede til at tage nogle mere grønne valg.

46. Undersøg rejseselskaber, som markedsfører sig som bæredygtige

Da flere og flere turister prioriterer at rejse bæredygtigt, er den kedelige bagside af medaljen desværre, at nogle rejseselskaber udnytter dette ved at greenwashe deres indsats. Selvfølgelig  ikke alle virksomheder, som gør dette, men som turist, er det vigtigt at være opmærksom på, så du er sikker på, hvor du lægger dine penge.

Undersøg rejseselskaberne og spørg ind til, hvordan virksomheder hjælper det lokale miljø, og hvordan de håndterer både natur og dyreliv. Kig på virksomhedernes hjemmesider og se, hvor åbne og transparente de er om deres engagement i økoturisme. Som regel er gode tegn på økoturisme, når virksomheden opfordrer dig at være særligt opmærksom på dit affald samt enten selv kan tilbyde CO2-kompensation eller henvise dig til andre projekter eller initiativer, som tilbyder CO2-kompensation.

Hvordan du respekterer naturen

Når du tager på ferie, er det en god mulighed for at gå tilbage til det mere simple liv og tilbringe tid i naturen, men naturen kan være sat. Derfor er det vigtigt, at du finder en ansvarlig måde at interagere med naturen, når du er på ferie.

47. Undgå at interagere med det vilde dyreliv

Mens visse interaktioner med vilde dyr, såsom med vilde delfiner med en velrenommeret rejsearrangør, er etiske og kan hjælpe med dyrebeskyttelse, prioriterer de fleste virksomheder, der for eksempel tilbyder ture på elefanter eller tigre, ikke velfærden af dyrene. Ved at ride på elefanter eller kæle med tigre hjælper du uforvarende dyremishandling af dyr.

Selv i naturen bør du undgå at røre ved eller fodre vilde dyr, fordi du gør dem mere vant og afhængige af mennesker. Det kan også føre til farlige situationer, hvis du ikke er forsigtig.

48. Besøg nationalparker og beskyttede områder

Beskyttede områder, som for eksempel nationalparker, spiller en vigtig rolle i at beskytte jordens biodiversitet og naturressourcer. Faktisk er det så vigtigt, at der, under FN-konventionen om biologisk mangfoldighed i 2021, blev aftalt en ny global biodiversitetsramme for at styre tiltag på verdensplan frem til 2030.

Mange af disse beskyttede områder er afhængige af, at turister fortsætter med at støtte og finansiere området. Ved at besøge og betale entré bidrager du til den bevaringsindsats, som er nødvendig for at bevare disse lokale seværdigheder, samtidig med at du genererer indtægter til lokalsamfundene i nærheden.

49. Bliv på stien

Når du er ude og vandre og gå en tur, så skal du være opmærksom på, at de afmærkede stier er der af en årsag. Det kan være, at det virker som en god idé at gå off road, når du er godt på vej og humøret er højt, men du risikerer udover at fare vild, at skade flora, dyr og insekter.

Når du er ude og vandre, bør du mål være at efterlade så få spor som overhovedet muligt. De miljømæssige konsekvenser kan over tid føre til erosion, så der til sidst ikke er flere gangbare stier.

50. Medbring en pose til dit affald



Så simpelt som det end lyder, så kan du virkelig komme langt for at beskytte miljøet bare ved at medbringe en affaldspose. Det er klart, at affald er skadeligt for både natur og by og er til fare for dyr. Det kan også nemt ende i floder og have.

Ved at fjerne affald fra vores miljø kan vi forhindre, at det ender i andre økosystemer og forhindre det i at øge andelen af mikroplastik, der er til stede i vores fødevarer og produkter.

Næste gang du rejser, og du ser affald på jorden, skal du samle det op og sørge for, at det bliver bortskaffet korrekt. Du kan endda gøre det til en venskabelig konkurrence! Ti stykker affald kan lyde som et lille antal, men hvis hver enkel turist begynder at gøre dette, kan det have en monumental positiv effekt. Mange bække små.

Vil du også være mere bæredygtig derhjemme, så kan du få monteret en luft til vand varmepumpe. Den vil gøre opvarmningen af din bolig, mere effektiv og mere bæredygtig. Læs vores artikel: [Luft til vand varmepumpe pris](#), så du ved mere om prisen for den bæredygtige opvarmning.

Skrevet af **Signe Kirk Andersen**, Skribent



Signe har siden 2017 arbejdet med indhold og artikler på GreenMatch.dk. Hun skriver artikler indenfor vedvarende energi, bæredygtighed og generelt en grønnere livsstil. Signe sætter en ære i at formidle grønne energiløsninger på en måde, så alle kan være med. "Ingen kan gøre alt, men alle kan gøre noget" er en talemåde, som hun mener, kan hjælpe Danmark med at blive endnu grønnere.

Så nemt er det

1

Bestil tilbud

Bestil tilbud ved at benytte formularen - angiv dine oplysninger og behov.

2

Match

Vi matcher dine oplysninger med relevante leverandører.

3

Modtag tilbud

Du modtager gratis op til 4 skræddersyede og 100% uforpligtende tilbud.

Bliv samarbejdspartner



Vi prøver altid at forbinde vores kunder med de bedste leverandører i branchen. Er du en af dem?

