

# Nachhaltigkeit im Auslandsaufenthalt

Informationen zur nachhaltigen Gestaltung des Auslandsaufenthalts

International Office, im April 2025



# Nachhaltigkeit im Auslands- aufenthalt

Wie komme ich an mein Zielland?  
Ressourcen-schonende Anreise

- <https://www.greenerasmus.org/before-mobility/travel>
- [Transeuropäische Verbindungen der DB \(Sparpreis Europa\)](#)
- [Interrail Ticket](#)
- Rechercheplattformen: [Omio](#), [Trainline](#), [Rail Planner](#)
- Lokale Bahngesellschaften
- [Nachtzüge](#)
- Busreisen: [Eurolines](#), [Flixbus](#)
- Mitfahrgelegenheiten: [BlaBlaCar](#)



# Nachhaltigkeit im Auslands- aufenthalt

Regelungen

- Unter **Green Travel** fällt z.B. die An-/Abreise per Bahn, Bus, Fahrrad oder im Auto per Fahrgemeinschaft ins Gastland. Dadurch verlängert sich die Reise zwar, man bekommt aber bereits einen Eindruck von Land und Leuten und kann interessante Reiseziele auf dem Weg erkunden.
- **Das Erasmus+ Programm unterstützt nachhaltiges Reisen finanziell!**
- Weitere Infos:
- <https://www.eh-berlin.de/internationales/studium-und-praktikum-im-ausland/finanzierungsmoeglichkeiten#c3082>
- <https://www.eh-berlin.de/internationales/studium-und-praktikum-im-ausland/gruenes-reisen-und-nachhaltigkeit>

# Nachhaltigkeit im Auslands- aufenthalt

Hilfreiche Links zum Thema

Vergleich von Energieverbrauch und Treibhausgasemissionen verschiedener Verkehrsmittel: <https://www.ecopassenger.org/>

Infos zum Thema CO<sub>2</sub>-Kompensationen: <https://www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag/uebergreifende-tipps/kompensation-von-treibhausgasemissionen#gewusst-wie>

Die beste Verbindung nach Reisedauer, Preis und Emissionen ermitteln: [www.routerank.com/de](http://www.routerank.com/de)

Der CO<sub>2</sub>-Rechner des Umweltbundesamtes : <https://uba.co2-rechner.de>

Informationen zu klimaeffizienten Airlines: [https://www.atmosfair.de/de/fliegen\\_und\\_klima/atmosfair\\_airline\\_index/](https://www.atmosfair.de/de/fliegen_und_klima/atmosfair_airline_index/)



# Nachhaltigkeit im Auslands- aufenthalt

Im Auslandssemester vor Ort

Bei Kleidung und  
Haushaltsartikeln:  
Second Hand / Kleinanzeigen /  
Flohmarktgruppen in sozialen  
Medien / Schwarzes Brett der  
Hochschule

Nachhaltige Initiativen und  
lokale Umweltschutzprojekte  
unterstützen,  
z.B. Beach-Clean-Ups

Regionale und saisonale  
Lebensmittel kaufen,  
Foodsharing nutzen

Möglichst plastikfrei einkaufen  
z.B. eigene Einkaufstasche  
mitnehmen

Wiederverwendbare  
Trinkflaschen benutzen

Mülltrennung und Recycling  
(Kreislaufwirtschaft)

Wasser und Strom sparen

Engagement in  
Hochschulgruppen

Mobilität: Studierendentickets,  
Fahrrad, Bus- und Bahnfahrten  
für Reisen innerhalb des  
Ziellandes

Auswahl klimafreundlicher  
Unterkünfte

Erkundung von nachhaltigen  
Attraktionen und  
Sehenswürdigkeiten

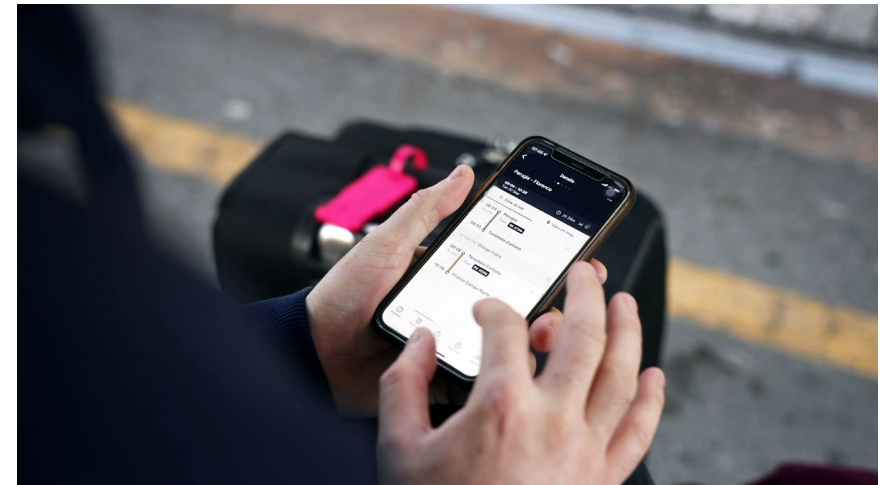
Weitere Informationen:  
[Dossier: Nachhaltigkeit  
\(studieren weltweit\)](#)

# Nachhaltigkeit nach dem Auslands- aufenthalt

Erfahrungsbericht verfassen

## Nachhaltige Erasmus+ Erfahrungsberichte:

- [Erfahrungsberichte zum Auslandsstudium | studieren weltweit \(studieren-weltweit.de\)](#)
- [Mit Erasmus+ nachhaltig unterwegs - Erasmus+ green: Praxisbeispiele](#)
- [Erfahrungsberichte von EHB-Studierenden](#)



# Nachhaltigkeit nach dem Auslands- aufenthalt

Erfahrungsbericht verfassen

Inspiration zum Verfassen eines eigenen Berichts:

- Wie sind Sie an Ihren Erasmus+-Standort gekommen, wenn Sie nicht geflogen sind? Mit welchen Kosten muss man rechnen?
- Was für einfach umzusetzende Tipps haben Sie konkret für Ihren Austauschort?
- Was für Möglichkeiten wurden Ihnen von Seiten der Uni (Heimat- oder Gasthochschule) geboten?
- Wie einfach oder schwer fiel es Ihnen, Nachhaltigkeit in Ihr Erasmus+ Auslandssemester (in der Stadt, an der Uni) zu integrieren?

Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!

[www.eh-berlin.de](http://www.eh-berlin.de)

Fotos. Copyright: Eurail/Interrail unter <https://library.eurail.com/s/Creative-Assets-dz4gKj/?v=6>

