



Charlott Tornow

11 Tipps, wie du im Urlaub Wasser sparen und schützen kannst



© Charlott Tornow

Zwei Drittel der Gesamtfläche der Erde sind mit Wasser bedeckt. Nach dieser Logik müsste eigentlich genug Wasser für alle da sein, oder? Nicht ganz, denn der Großteil davon ist Salzwasser, das für den Menschen nicht nur ungenießbar, sondern auch lebensgefährlich ist. Das Wasser, das wir trinken, zum Anbau von Lebensmitteln, zum Waschen, zur Bewässerung von Grünflächen, zur Herstellung von Produkten und für sonstige Freizeitaktivitäten nutzen, ist Süßwasser. Davon gibt es vergleichsweise wenig, die Ressourcen betragen nämlich gerade einmal 2,5 Prozent der weltweiten Wasservorräte, wovon wiederum nur 0,3 Prozent für den Menschen zugänglich sind. Und diese Vorräte schwinden durch immer längere Dürreperioden und durch den erhöhten Wasserbedarf einer immer schneller wachsenden Bevölkerung. "Weltweit ist ein Drittel der größten Grundwassersysteme bedroht," **schreibt Quarks**. Und als wäre das nicht schon schlimm genug, werden **überall auf der Welt Gewässer verunreinigt** durch Industrieabfälle, Dünger und Pestizide in der Landwirtschaft, Giftstoffe aus Abgasen, Fäkalien, Plastikmüll und chemische Hygiene- und Reinigungsmittel.

Der Zustand unseres Wassers ist ziemlich schlimm und auch Reisen ist ein Faktor in dieser Rechnung. Deshalb kommen hier 11 Tipps, wie du auch im Urlaub Wasser sparen und schützen kannst. Und natürlich

gelten viele der Tipps auch für dein eigenes Zuhause.

1. Achte darauf, dass die Urlaubsregion, die du besuchen willst, nicht unter Wasserknappheit leidet



© Charlott Tornow

Wenn wir an Regionen denken, die unter Wassermangel leiden, fällt uns meistens als erstes die Wüste ein. Aber nicht nur da ist das Wasser knapp, sondern auch an Orten, wo wir es nicht vermuten: Mallorca beispielsweise. **Die Insel im Mittelmeer leidet schon seit Jahren unter Wasserknappheit.** Die Stauseen Gorg Blau und Cúber versorgen die Mallorqiner mit Wasser. Aber nicht nur anhaltende Dürre, sondern auch der Wasserbedarf der gestiegenen Touristenmassen lässt die Seen austrocknen. Auch in Deutschland gab es in den letzten Jahren aufgrund ausfallender Niederschläge und großer Hitze im Sommer immer wieder regionale Wasserknappheit, was zur Folge hat, dass der Grundwasserspiegel langfristig immer weiter sinkt, **wie Quarks ausführt.** Wenn du deinen Urlaub planst, informiere dich also bestenfalls vorher, ob die Region unter akutem Wassermangel leidet und überlege, ob es so sinnvoll ist, weiter zu dem Problem beizutragen.

2. Meide unnötige Luxusangebote wie Wasserparks, Golfplätze mitten in der Wüste oder Hotels mit einem Infinity Pool direkt am Meer

Klar, Wasserparks versprechen jede Menge Spaß, Golf kann ein unterhaltsamer Sport sein und der Ausblick von einem Infinity Pool ist meistens überragend schön. Aber davon mal abgesehen, dass die Drei wahnsinnig viel Wasser in der Nutzung und Instandhaltung verbrauchen, ergeben sie an manchen Orten noch weniger Sinn als sonst schon. Warum benötigt man einen Infinity Pool mit Blick aufs Meer, wenn man doch einen Strandurlaub geplant hat? Ein Golfplatz in Mitteleuropa wiederum benötigt 35.000 Kubikmeter Wasser pro Jahr, um ganzjährig grünen Rasen zu tragen. Dabei sind die Regenperioden schon eingerechnet. Wüstenregionen dagegen leiden von Natur aus unter Wasserknappheit. Trinkwasser muss hier teilweise aus fernen Regionen abgeschöpft werden, was im Umkehrschluss bedeutet, dass woanders Wasser fehlt – ein Teufelskreis. Guten Gewissens kann sich also niemand auf einen Golfplatz stellen oder sich in einer großen Pool-Landschaft tummeln.

3. Nutze nachhaltige Sonnencreme, die im Sommerurlaub nicht die Meere verunreinigt



© Charlott Tornow

Sonnencremes müssen heutzutage echte Multitalente sein. Sie sollen uns vor UVA- und UVB-Strahlung schützen, wasserfest und photostabil sowie chemikalisch und hormonell unbedenklich sein, keine Parabene oder sonstige Zusatzstoffe beinhalten und im besten Fall auch noch vegan und korallenfreundlich sein. Denn Sonnencremes sollen nicht nur gut für die Haut, sondern auch für die Meere und Gewässer sein, in die wir oft mit einer dicken Schicht Sonnenschutz springen. Sage und schreibe 14.000 Tonnen Sonnenschutzmittel gelangen so jährlich in den Ozean, davon treffen 6.000 Tonnen auf die hochsensiblen Ökosysteme der Korallenriffe, **wie Codecheck berichtet**. Und was für uns Menschen nicht gut ist, ist auch für die Korallenriffe nicht besser: Chemische UV-Filter wie Oxybenzon und Octinoxat "können sich im Gewebe von Fischen und sogar in Korallen anreichern und Schäden am Erbgut ihrer Larven verursachen", berichtet Codecheck. Deshalb solltest du unbedingt die Finger von herkömmlichen Sonnencremes lassen. Wir haben mehrere Sonnencremes getestet und eine für richtig gut befunden. **[Hier geht's zum Testergebnis.](#)**

4. Checke in nachhaltige Unterkünfte ein, die Wasser wieder aufbereiten und in wassersparende Technologien investieren

Die Auswahl an nachhaltigen Hotels und Ferienhäusern wird immer größer und auf **nachhaltigen Plattformen** wie *Good Travel* oder *Naturhäuschen* findest du eine riesige Auswahl toller Unterkünfte in ganz Europa. Wenn du in deinem Urlaub extra Wasser sparen willst, dann achte darauf, dass die Unterkünfte nachhaltige Technologien nutzen. Das können zum Beispiel spezielle Wasserhähne oder Duschköpfe sein oder eine Wasseraufbereitungsanlage, mit der genutztes Wasser gereinigt wird und zurück in den Kreislauf fließt.

5. Gehe duschen, anstatt zu baden



© Milena Magerl

Ich muss leider zugeben, dass ich Baden liebe. Nach einem langen stressigen Tag auf der Arbeit, einer anstrengenden Wanderung oder einfach nur, um mich im Winter aufzuwärmen – Baden ist für mich das absolute Entspannungsritual, das ich mir hin und wieder gönne. Baden ist aber auch der absolute Wasserfresser: In eine durchschnittliche Badewanne passen 150 Liter Wasser, aber es gibt auch wesentlich größere, die bis zu 300 Liter fassen. Beim Baden verdrängst du je nach Körpergewicht natürlich Wasser, sodass du nicht die gesamte Wanne mit Wasser füllst. Aber gerade im Vergleich zu einer kurzen Dusche fällt der Wasserverbrauch eines Bads negativ ins Gewicht: Wenn du nur 5 Minuten unter der Dusche stehst, verbrauchst du nur circa 60 Liter Wasser. Noch besser ist es, wenn du beim Einseifen den Wasserhahn abstellst. Also: Hin und wieder baden ist okay, aber nicht jeden Tag!

6. Lass Handtücher nur waschen, wenn sie wirklich dreckig sind

Eine Frage: Wäschst du zuhause auch jeden Tag deine Handtücher? Ich hoffe, die Antwort darauf fällt mit einem klaren Nein aus. Noch vor ein paar Jahren war es Usus, dass Hotels bei der täglichen Reinigung des Zimmers die benutzten Handtücher vom Boden aufsammelten und frische hinlegten. Klar, das ist vielleicht schön fürs Gefühl, aber eine Katastrophe für den Wasserverbrauch, wenn das bei jedem einzelnen Zimmer im Hotel geschieht. Mittlerweile hängt in fast jedem Hotelzimmer der Hinweis, dass aufgehängte Handtücher ein Zeichen dafür sind, dass sie nicht gewaschen werden müssen. Und wenn du dich tagsüber nicht gerade im Dreck gesuhlt und direkt danach mit einem Handtuch gereinigt hast, gibt es auch keinen Grund, ein Handtuch nach einem Tag zu waschen. Wie Zuhause eben.

7. Verzichte auf eine tägliche Reinigung der Unterkunft



© Charlott Tornow

Apropos Zimmerreinigung. Auch Hotelzimmer müssen nicht jeden Tag aufwändig gereinigt werden, wenn du ein Grundmaß an Reinlichkeit an den Tag legst. Gerade bei der Reinigung des Bads wird in jedem Zimmer neues, frisches Wasser genutzt. Wenn eine tägliche Zimmerreinigung in deiner Buchung inkludiert ist, dann weise das Hotelpersonal freundlich darauf hin, dass du das nicht möchtest. Wenn du dagegen in einer eigenen

Ferienwohnung untergebracht bist, kannst du eh selbst über die tägliche Reinigung entscheiden. Im Übrigen: Wenn die Wasserhähne in deinem Zimmer oder der Unterkunft tropfen, dann sprich die Angestellten darauf an, damit sie das Problem beheben können.

8. Nutze ausschließlich nachhaltige Reinigungs- und Hygienemittel

Egal, ob du in einem Hotel schläfst, eine eigene Ferienwohnung hast oder mit dem Camper unterwegs bist – du solltest immer auf die Nutzung von nachhaltigen Reinigungs- und Hygienemitteln achten. Warum das wichtig ist? In vielen konventionellen Shampoos, Seifen und Duschgels befinden sich Mikroplastik, Weichmacher, Farb- oder Duftstoffe, die nicht nur unserem Körper schaden, sondern natürlich auch ins Wasser gelangen und es verunreinigen. Immer mehr Hotels und Ferienunterkünfte stellen mittlerweile auf nachhaltige Alternativen um. Wenn du nicht sicher bist, kannst du aber auch einfach direkt nachfragen.

9. Drehe den Wasserhahn beim Zähneputzen ab

Ich hoffe wirklich, dass niemand, der/die das liest, den Wasserhahn beim Zähneputzen laufen lässt. Unnötiger ist Wasserverbrauch wirklich nicht.

10. In Ländern, wo das Trinkwasser gut ist: Nimm eine nachfüllbare Wasserflasche mit und trinke Leitungswasser



© Doli Bottles, Presse

In Deutschland ist Wasser das am besten kontrollierte Lebensmittel. Du kannst hierzulande also ohne Bedenken Leitungswasser trinken. Auch in vielen anderen Ländern, vor allem in Europa, ist das der Fall, sodass du auf Reisen immer eine wiederverwendbare Trinkflasche, beispielsweise aus Glas oder Edelstahl, dabei haben solltest. Oftmals ist Leitungswasser keine Option, zum Beispiel in Asien oder Südamerika. Vor Ort kannst du aber nachfragen, ob du deine Flaschen an großen Trinkwasserkanistern nachfüllen darfst. So sparst du nämlich jede Menge Plastikmüll, für dessen Produktion auch wieder Wasser verschwendet wird. Außerdem greifst du auf diese Weise nicht auf Wasser zurück, das zum Teil über lange Transportwege in dein Urlaubsland geschifft wurde.

11. Iss saisonale und regionale Produkte, die bei der Herstellung

weniger Wasser verbrauchen

Fischgerichte in Küstennähe, Wildgerichte in Waldregionen und Marktgemüse und -obst, das vor Ort angebaut wird. Eine lokale und saisonale Ernährung ist aus vielen Gründen nachhaltig und besser: Denn für diese Lebensmittel fallen keine langen Transportwege an und gerade Obst und Gemüse, das lokal wächst, benötigt weniger Wasser in der Herstellung, denn es ist auf die klimatischen Bedingungen des jeweiligen Landes angepasst.