

English

Responsible Guest Guide

Simple actions you can take to support the people and places you visit

We all travel for different reasons and many of us would agree that one of the best things about travel is having new and unique experiences. Because people, culture, history, wildlife and scenery play such important roles in our travel experiences, protecting and supporting these things should be at the heart of every tourism and travel organisation, and every traveller.

Travelife certification helps accommodation providers put sustainability at the heart of their business. Travelife Certified properties must achieve 100% compliance with one of the toughest accommodation sustainability standards in the world, something we verify by conducting a full site audit of each property every 2 years.

We have conducted thousands of these audits all over the world and have found that the greatest impact comes when many individuals take simple actions, and that no matter how hard an accommodation provider works to improve, they are only successful if their guests are also willing to take some simple actions too. We invite you to keep reading to find out how you can help to improve the impact of your travel.

Researching your trip

Booking travel: If you have a choice, always opt for the company that is taking action to improve their environmental and social impacts. The best ones will publish annual sustainability reports and be independently certified by a reputable sustainability label like Travelife.

Culture: Travel is more enjoyable when you have some knowledge of how to respect local customs and culture. Even simple things like how to tip, dress or say thank you are useful to know before you arrive.

Ground transport: You can help ease congestion, pollution and emissions by opting for taxi and transfer companies with low-emission fleets, using public transport and exploring the destination on foot or by bike when it is safe and practical to do so.

Caring for others: Spend some time learning how to identify the signs that someone is being trafficked, abused or exploited, then find out how to report it if you ever see it. You should be able to find reputable information and training resources online, often provided by the police or an NGO, otherwise ask for advice from a relevant local charity or check with your travel agent.

Packing

Pack light: Whether you are travelling by plane, train, ship or car, a lighter load means that less fuel is required to complete the journey, leading to lower emissions.

Pack to bring it back: Unwanted items you leave behind add to pollution in destinations that lack good waste and recycling solutions, and in all destinations they add stress to local waste management systems.

Personal care products: Washing or swimming when using shampoos, lotions and gels that contain 'microbeads' can cause serious long-term harm to biodiversity. Many countries have already banned them so please do not travel with these items.

Sunscreens: Certain ingredients found in some sun protection products are very damaging to marine life and reefs, even in tiny amounts and even from showering them off in your hotel room. Look for a marine-safe alternative if a sunscreen contains any of these ingredients: Oxybenzone, Benzophenone-1, Benzophenone-8, OD-PABA, 4-Methylbenzylidene Camphor, 3-Benzylidene Camphor, nano-Titanium Dioxide, nano-Zinc Oxide, Octinoxate, Octocrylene.

Single-use plastics: If you bring them with you then they will have to be disposed of and many destinations lack the facilities to do this safely. See if you can travel with reusable alternatives or ones made from recycled paper products instead of plastic.

At your accommodation

Temperature: Keeping your room at a comfortable temperature is important yet this is one of the biggest contributors to greenhouse gas emissions in accommodation. You can help by not adjusting the thermostat more than necessary and by ensuring that heating/cooling units are turned off whenever doors or windows are open.

Water: There are always greenhouse gas emissions created from sourcing and disposing of water, and in some destinations water is an extremely precious resource. You can help by taking shorter showers, turning off the tap whilst brushing your teeth and making use of any low-flush option on toilets.

Eating & drinking: Around a third of all food produced is never eaten, yet food production accounts for a third of all greenhouse gas emissions. You can help by only ordering what you will eat, choosing local items over imported ones and opting for more meat-free meals during your stay.

Find out about recycling: Every location has different recycling rules that can be confusing when you travel, so ask hotel staff about what you can recycle and how.

Supporting the local community

Support local businesses: Try to dine and shop at locally owned and operated businesses in the area. If you are buying gifts or mementos, see if you can find something that is handcrafted by a local artist or produced by a small business.

Explore the culture and area: Even if you are on a lazy beach holiday or a short business trip, you are likely to get more out of your visit if you find time to take in some of the local sites, culture and activities.

Respecting people: Make sure you know about, and observe, any local laws, customs or traditions. Do not take photos or videos of people without their permission, especially if you intend to post these online. Remember that only parents or legal guardians can give permission for children.

Safeguard children: Avoid activities that could harm children such as orphanage and school visits that can disrupt education or lead to exploitation. The best way to support children is to donate to a reputable charity.

If you suspect that any child is being exploited or abused, immediately report the issue to law enforcement. You can speak with accommodation staff or your travel agent if you are not sure how to do that safely.

Protect biodiversity: Be sure to properly dispose of your waste and follow any guidance about how to protect sensitive areas such as sand dunes, reefs or forests. Do not take anything away from these areas such as shells or stones and likewise, do not leave anything behind.

Support local improvement initiatives: If you have had a great time at your destination and would like to give something back to the people who live there, then we suggest looking for a local improvement initiative or charity to support. You could ask staff at your accommodation for ideas as they may already have something in place. For example, raising funds to build a new medical centre, to improve a local park or to protect an important natural area.

Safeguarding animals

Stray or abused animals: If you are concerned about stray or abused animals, ask staff at your accommodation about the best course of action. They may already be working with a local animal welfare organisation or have some advice for you. If not, you can ask your travel agent. International organisations like [World Animal Protection](#) and [Born Free](#) often have online advice about what to do if you see abuse or neglect of captive wild animals (e.g. snakes, tigers, bears, elephants).

Animal activities & attractions: We suggest that you avoid any activities that could possibly be harmful to the mental or physical wellbeing of animals. This could include activities involving feeding or touching wild animals and any attractions where animals are forced to behave in a way that would not be normal for them in the wild.

Leitfaden für verantwortungsbewusste Gäste

Einfache Maßnahmen, mit denen Sie die Menschen und Orte unterstützen können, die Sie besuchen.

Wir alle reisen aus unterschiedlichen Gründen, und viele von uns würden zustimmen, dass eines der besten Dinge am Reisen darin besteht, neue und einzigartige Erfahrungen zu machen. Da die Menschen, die Kultur, die Geschichte, die Tierwelt und die Landschaft eine so wichtige Rolle bei unseren Reiseerfahrungen spielen, sollte der Schutz und die Unterstützung dieser Dinge das Herzstück jeder Tourismus- und Reiseorganisation und im Interesse jedes Reisenden sein.

Die Travelife-Zertifizierung hilft Beherbergungsbetrieben, Nachhaltigkeit zu ihrem Kerngeschäft zu machen. Travelife-zertifizierte Unterkünfte müssen einen der strengsten Nachhaltigkeitsstandards der Welt zu 100 % erfüllen, was wir alle zwei Jahre durch ein umfassendes Audit jeder Unterkunft vor Ort überprüfen.

Wir haben bereits Tausende solcher Audits auf der ganzen Welt durchgeführt und festgestellt, dass die größte Wirkung erzielt wird, wenn viele Einzelpersonen einfache Maßnahmen ergreifen, und dass ein Beherbergungsbetrieb, egal wie sehr er sich um Verbesserungen bemüht, nur dann erfolgreich sein kann, wenn auch seine Gäste bereit sind, einige einfache Maßnahmen zu ergreifen. Wir laden Sie ein, weiterzulesen und herauszufinden, wie Sie dazu beitragen können, die negativen Auswirkungen Ihrer Reisen zu verringern.

Recherche zu Ihrer Reise

Reisen buchen: Wenn Sie die Wahl haben, entscheiden Sie sich immer für einen Anbieter, der Maßnahmen zur Verbesserung seiner ökologischen und sozialen Auswirkungen ergreift. Die besten Anbieter veröffentlichen jährliche Nachhaltigkeitsberichte und sind von einem renommierten Nachhaltigkeitslabel wie Travelife unabhängig zertifiziert.

Kultur: Reisen macht mehr Spaß, wenn man weiß, wie man die lokalen Bräuche und die Kultur respektiert. Selbst so einfache Dinge z. B. wie man Trinkgeld gibt, wie man sich angemessen kleidet oder wie man Danke sagt, sind nützlich zu wissen, bevor man ankommt.

Transport am Boden: Sie können dazu beitragen, Staus, Umweltverschmutzung und Emissionen zu verringern, indem Sie sich für Taxi- und Transferunternehmen mit emissionsarmen Flotten entscheiden, öffentliche Verkehrsmittel nutzen und das Reiseziel zu Fuß oder mit dem Fahrrad erkunden, sofern dies sicher und praktisch ist.

Fürsorge für andere: Nehmen Sie sich etwas Zeit, um zu lernen, wie Sie die Anzeichen dafür erkennen können, dass jemand Opfer von Menschenhandel, Missbrauch oder Ausbeutung ist. Finden Sie dann heraus, wie Sie dies melden können, wenn Sie es bemerken. Sie sollten in der Lage sein, seriöse Informationen und Schulungsmaterialien im Internet zu finden, die oft von der Polizei oder einer Nichtregierungsorganisation bereitgestellt werden, ansonsten fragen Sie eine einschlägige örtliche Wohltätigkeitsorganisation um Rat oder wenden Sie sich an Ihr Reisebüro.

Packen

Packen Sie leicht: Ganz gleich, ob Sie mit dem Flugzeug, dem Zug, dem Schiff oder dem Auto reisen, eine leichtere Ladung bedeutet, dass weniger Treibstoff für die Reise benötigt wird, was zu geringeren Emissionen führt.

Packen Sie so, dass Sie es wieder mit zurücknehmen können: Nicht benötigte Gegenstände, die Sie zurücklassen, tragen zur Umweltverschmutzung an Reisezielen bei, an denen es keine guten Abfall- und Recyclinglösungen gibt, und belasten an allen Reisezielen die lokalen Abfallentsorgungssysteme.

Körperpflegeprodukte: Wenn Sie beim Waschen oder Schwimmen Shampoos, Lotionen und Gele verwenden, die Mikroplastik enthalten, kann dies der Biodiversität langfristig schweren Schaden zufügen. Viele Länder haben sie bereits verboten. Bitte nehmen Sie diese Produkte nicht mit auf Reisen.

Sonnenschutzmittel: Bestimmte Inhaltsstoffe, die in einigen Sonnenschutzmitteln enthalten sind, sind sehr schädlich für die Tier- und Pflanzenwelt des Meeres und die Riffe, selbst in winzigen Mengen und selbst dann, wenn Sie sie in Ihrem Hotelzimmer abduschen. Suchen Sie nach einer meeresverträglichen Alternative, wenn ein Sonnenschutzmittel einen dieser Inhaltsstoffe enthält: Oxybenzon, Benzophenon-1, Benzophenon-8, OD-PABA, 4-Methylbenzylidenkampfer, 3-Benzylidenkampfer, Nano-Titandioxid, Nano-Zinkoxid, Octinoxat, Octocrylen.

Einweg-Plastik: Wenn Sie es mitnehmen, muss es entsorgt werden, und an vielen Reisezielen gibt es keine geeigneten Einrichtungen, um dies auf sichere Weise zu tun. Versuchen Sie, wiederverwendbare Alternativen oder solche aus recycelten Papierprodukten anstelle von Plastik mitzunehmen.

In Ihrer Unterkunft

Temperatur: Es ist wichtig, dass Ihr Zimmer eine angenehme Temperatur hat, dennoch ist dies einer der größten Verursacher von Treibhausgasemissionen in Unterkünften. Sie können Ihren Beitrag leisten, indem Sie den Thermostat nicht mehr als nötig verstellen und sicherstellen, dass die Heiz- bzw. Kühlgeräte ausgeschaltet sind, wenn Türen oder Fenster geöffnet sind.

Wasser: Bei der Beschaffung und Entsorgung von Wasser entstehen immer Treibhausgasemissionen und an einigen Reisezielen ist Wasser eine äußerst kostbare Ressource. Sie können Ihren Beitrag leisten, indem Sie kürzer duschen, den Wasserhahn beim Zähneputzen abdrehen und bei der Toilettenspülung die Spartaste nutzen.

Essen und Trinken: Etwa ein Drittel aller produzierten Nahrungsmittel wird nie verzehrt, doch die Nahrungsmittelproduktion ist für ein Drittel aller Treibhausgasemissionen verantwortlich. Sie können Ihren Beitrag leisten, indem Sie nur das bestellen, was Sie auch verzehren, lokale Produkte den importierten vorziehen und während Ihres Aufenthalts mehr fleischlose Mahlzeiten zu sich nehmen.

Informieren Sie sich über das Thema Abfallrecycling: Jeder Ort hat andere Recyclingvorschriften, die auf Reisen verwirrend sein können. Fragen Sie also das Hotelpersonal, was und wie Sie recyceln können.

Unterstützung der lokalen Gemeinschaft

Unterstützen Sie lokale Unternehmen: Versuchen Sie bei lokalen Geschäften in der Umgebung einzukaufen und in lokalen Betrieben zu essen. Wenn Sie Geschenke oder Andenken kaufen, schauen Sie, ob Sie etwas finden, das von einem lokalen Künstler handgefertigt oder von einem kleinen Unternehmen hergestellt wurde.

Erkunden Sie die Kultur und die Gegend: Auch wenn Sie einen entspannten Strandurlaub oder eine kurze Geschäftsreise machen, werden Sie wahrscheinlich mehr von Ihrem Besuch haben, wenn Sie sich die Zeit nehmen, einige der örtlichen Sehenswürdigkeiten zu erkunden, die Kultur zu erleben und an lokalen Aktivitäten teilzunehmen.

Menschen respektieren: Stellen Sie sicher, dass Sie alle örtlichen Gesetze, Bräuche und Traditionen kennen und beachten. Machen Sie keine Fotos oder Videos von Menschen ohne deren Erlaubnis, insbesondere wenn Sie diese ins Internet stellen wollen. Denken Sie daran, dass nur Eltern oder Erziehungsberechtigte die Erlaubnis dazu erteilen können, wenn es sich um Kinder handelt.

Schützen Sie Kinder: Vermeiden Sie Aktivitäten, die Kindern schaden könnten, wie z. B. Besuche von Waisenhäusern und Schulen, die den Unterricht stören oder zu Ausbeutung führen können. Der beste Weg, Kinder zu unterstützen, ist, an eine seriöse Wohltätigkeitsorganisation zu spenden. Wenn Sie

den Verdacht haben, dass ein Kind ausgebeutet oder missbraucht wird, melden Sie die Angelegenheit unverzüglich den Strafverfolgungsbehörden. Sie können mit dem Personal der Unterkunft oder Ihrem Reisebüro sprechen, wenn Sie sich nicht sicher sind, ob dies ohne Risiko möglich ist.

Schützen Sie die Biodiversität: Achten Sie darauf, Ihren Abfall ordnungsgemäß zu entsorgen und befolgen Sie alle Hinweise zum Schutz besonders sensibler Gebiete wie Sanddünen, Riffe oder Wälder. Nehmen Sie nichts aus diesen Gebieten mit, wie z. B. Muscheln oder Steine, und lassen Sie auch nichts zurück.

Unterstützen Sie lokale Verbesserungsinitiativen: Wenn Sie an Ihrem Reiseziel eine tolle Zeit verbracht haben und den Menschen, die dort leben, etwas zurückgeben möchten, dann schlagen wir vor, eine lokale Initiative oder Wohltätigkeitsorganisation zu unterstützen. Sie könnten die Mitarbeiter Ihrer Unterkunft nach Ideen fragen, da diese eventuell bereits eine Initiative ins Leben gerufen haben. Zum Beispiel, das Sammeln von Geld für den Bau eines neuen medizinischen Zentrums, für die Erhaltung eines örtlichen Parks oder für den Schutz eines wichtigen Naturraums.

Schutz von Tieren

Streunende oder misshandelte Tiere: Wenn Sie sich Sorgen um streunende oder misshandelte Tiere machen, fragen Sie die Mitarbeiter Ihrer Unterkunft, wie Sie am besten vorgehen sollten. Vielleicht arbeiten sie bereits mit einer örtlichen Tierschutzorganisation zusammen oder haben ein paar Ratschläge für Sie. Wenn nicht, können Sie Ihr Reisebüro fragen. Internationale Organisationen wie World Animal Protection und Born Free bieten häufig Online-Beratungen dazu an, was zu tun ist, wenn Sie Misshandlungen oder Vernachlässigung von in Gefangenschaft lebenden Wildtieren (z. B. Schlangen, Tigern, Bären, Elefanten) beobachten.

Veranstaltungen und Attraktionen mit Tieren: Wir empfehlen Ihnen, alle Aktivitäten zu vermeiden, die dem mentalen oder körperlichen Wohlbefinden von Tieren schaden könnten. Dazu gehören Aktivitäten, bei denen Wildtiere gefüttert oder berührt werden, sowie Attraktionen, bei denen die Tiere gezwungen werden, sich so zu verhalten, wie es in freier Wildbahn nicht üblich wäre.

ΕΛΛΗΝΙΚΑ

Οδηγός Υπεύθυνων Επισκεπτών

Απλές ενέργειες που μπορείτε να κάνετε για να υποστηρίξετε τους ανθρώπους και τα μέρη που επισκέπτεστε.

Όλοι ταξιδεύουμε για διαφορετικούς λόγους και πολλοί από εμάς θα συμφωνήσουμε ότι ένα από τα καλύτερα πράγματα στα ταξίδια είναι οι νέες και μοναδικές εμπειρίες. Επειδή οι άνθρωποι, ο πολιτισμός, η ιστορία, η άγρια ζωή και τα τοπία παίζουν τόσο σημαντικό ρόλο στις ταξιδιωτικές μας εμπειρίες, η στήριξη και προστασία τους θα πρέπει να είναι στο επίκεντρο κάθε τουριστικού και ταξιδιωτικού οργανισμού και κάθε ταξιδιώτη.

Η πιστοποίηση Travelife βοηθά τους παρόχους καταλυμάτων να θέτουν την αειφορία στο επίκεντρο της επιχειρησής τους. Τα καταλύματα με πιστοποίηση Travelife πρέπει να συμμορφώνονται 100% με ένα από τα πιο αυστηρά πρότυπα αειφόρου λειτουργίας καταλυμάτων στον κόσμο, κάτι που επαληθεύουμε πραγματοποιώντας έναν πλήρη επιτόπιο έλεγχο σε κάθε κατάλυμα ανά 2 χρόνια.

Έχουμε πραγματοποιήσει χιλιάδες από αυτούς τους ελέγχους σε όλο τον κόσμο και έχουμε διαπιστώσει ότι τα καλύτερα αποτελέσματα επιτυγχάνονται όταν πολλά άτομα κάνουν κάποιες απλές ενέργειες. Επίσης, ανεξάρτητα από το πόσο προσπαθεί ένας πάροχος καταλυμάτων να βελτιωθεί, θα μπορέσει να επιτύχει μόνο εάν και οι επισκέπτες του είναι επίσης πρόθυμοι να κάνουν μερικές απλές αλλαγές στις επιλογές τους. Επομένως, σας παροτρύνουμε να συνεχίσετε να διαβάζετε για να μάθετε πώς μπορείτε να βοηθήσετε στη βελτίωση του αντίκτυπου του ταξιδιού σας.

Διερευνώντας για το ταξίδι σας

Κράτηση ταξιδιού: Εάν έχετε επιλογή, προτιμήστε πάντα εταιρίες που έχουν αναλάβει δράση για να βελτιώσουν τις περιβαλλοντικές και κοινωνικές επιπτώσεις τους. Οι καλύτερες θα δημοσιεύουν ετήσιες εκθέσεις αειφορίας και θα διαθέτουν μια ανεξάρτητη και αξιόπιστη πιστοποίηση αειφορίας, όπως η Travelife.

Πολιτισμικά στοιχεία: Τα ταξίδια είναι πιο ευχάριστα όταν έχετε κάποια γνώση για το πώς να σέβεστε τα τοπικά έθιμα και τις παραδόσεις. Ακόμη και απλά πράγματα, όπως το πώς να δίνετε ένα φιλοδώρημα, πώς να ντύνεστε ή να λέτε ευχαριστώ, είναι χρήσιμο να τα γνωρίζετε πριν φτάσετε.

Χερσαία μετακίνηση: Μπορείτε να συμβάλετε στη μείωση της κυκλοφοριακής συμφόρησης, της ρύπανσης και των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου επιλέγοντας εταιρίες ταξί ή μεταφοράς προσώπων που διαθέτουν στόλο με οχήματα χαμηλών εκπομπών ρύπων, χρησιμοποιώντας τα μέσα μαζικής μεταφοράς και εξερευνώντας τον προορισμό με τα πόδια ή ποδήλατο, εφόσον κάτι τέτοιο είναι ασφαλές και εφικτό.

Φροντίδα για τους άλλους: Αφιερώστε λίγο χρόνο μαθαίνοντας πώς να αναγνωρίζετε τα σημάδια ότι κάποιος υφίσταται κακοποίηση, εκμετάλλευση ή έχει πέσει θύμα εμπορίας και, σε περίπτωση που εντοπίσετε κάποιο τέτοιο περιστατικό, πώς να το αναφέρετε στις αρμόδιες αρχές. Λογικά μπορείτε να βρείτε αξιόπιστες πληροφορίες και σχετικό εκπαιδευτικό υλικό στο διαδίκτυο (συχνά παρέχονται από την αστυνομία ή κάποια ΜΚΟ), διαφορετικά μπορείτε να ζητήσετε καθοδήγηση από μια αρμόδια τοπική φιλανθρωπική οργάνωση ή να επικοινωνήσετε με τον ταξιδιωτικό σας πράκτορα.

Ετοιμάζοντας βαλίτσες

Αποφύγετε τις περιττές αποσκευές: Είτε ταξιδεύετε με αεροπλάνο, τρένο, πλοίο ή αυτοκίνητο, ένα ελαφρύτερο φορτίο σημαίνει ότι απαιτούνται λιγότερα καύσιμα για την ολοκλήρωση του ταξιδιού σας, με αποτέλεσμα χαμηλότερες εκπομπές ρύπων.

Πάρτε στις αποσκευές σας ότι θα φέρετε πίσω: Τυχόν ανεπιθύμητα αντικείμενα που αφήνετε πίσω στους προορισμούς που επισκέπτεστε αυξάνουν τη ρύπανση εκεί όπου απουσιάζουν οι κατάλληλες υποδομές διαχείρισης και ανακύκλωσης απορριμμάτων, ενώ επιβαρύνουν τα τοπικά συστήματα διαχείρισης αποβλήτων σε όλους τους προορισμούς.

Προϊόντα προσωπικής φροντίδας: Το πλύσιμο ή το κολύμπι όταν χρησιμοποιείτε σαμπουάν, λοσιόν και τζελ που περιέχουν «μικροσφαιρίδια» μπορεί να προκαλέσει σοβαρή μακροπρόθεσμη βλάβη στη

βιοποικιλότητα. Καθώς πολλές χώρες τα έχουν ήδη απαγορεύσει, αποφύγετε να ταξιδεύετε με τέτοια προϊόντα.

Αντηλιακά: Ορισμένα συστατικά που βρίσκονται σε κάποια προϊόντα αντηλιακής προστασίας είναι πολύ επιβλαβή για τη θαλάσσια ζωή και τους υφάλους, ακόμη και σε πολύ μικρές ποσότητες, ακόμη και όταν ξεπλυθούν κατά το ντους στο δωμάτιο του ξενοδοχείου. Αναζητήστε μια ασφαλή για τη θαλάσσια ζωή εναλλακτική λύση εάν το αντηλιακό σας περιέχει οποιοδήποτε από τα παρακάτω συστατικά: Οξυβενζόνη, Βενζοφαινόνη-1, Βενζοφαινόνη-8, OD-PABA, 4-μεθυλο-βενζυλιδένιο-καμφορά, 3-βενζυλιδενιο-καμφορά, διοξείδιο του Νανο-Τιτανίου, Οξείδιο του Νανο-Ψευδάργυρου, Οκτινοξάτη, Οκτοκρυλένιο.

Πλαστικά μιας χρήσης: Αν έχετε μαζί σας τέτοια αντικείμενα, τότε αυτά κάποια στιγμή θα απορριφθούν και πολλοί προορισμοί δεν διαθέτουν κατάλληλες εγκαταστάσεις για να τα διαχειριστούν με ασφάλεια. Προσπαθήστε λοιπόν να ταξιδεύετε με επαναχρησιμοποιούμενα είδη ή όσα είναι κατασκευασμένα από ανακυκλωμένα προϊόντα χαρτιού αντί για πλαστικό.

Στο κατάλυμά σας

Θερμοκρασία: Το να διατηρείτε το δωμάτιό σας σε μια θερμοκρασία άνεσης είναι σημαντικό, ωστόσο ο κλιματισμός αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους παράγοντες που συμβάλλει στις εκπομπές αερίων του θερμοκηπίου στα καταλύματα. Μπορείτε να βοηθήσετε επιλέγοντας πάντα την κατάλληλη ρύθμιση στους θερμοστάτες και διασφαλίζοντας ότι οι μονάδες θέρμανσης/ψύξης απενεργοποιούνται κάθε φορά που οι πόρτες ή τα παράθυρα είναι ανοιχτά.

Νερό: Από την προμήθεια και διάθεση του νερού παράγονται πάντα εκπομπές αερίων του θερμοκηπίου, ενώ σε ορισμένους προορισμούς το νερό είναι ένας εξαιρετικά πολύτιμος φυσικός πόρος. Μπορείτε να βοηθήσετε κάνοντας συντομότερα ντους, κλείνοντας τη βρύση ενώ βουρτσίζετε τα δόντια σας και κάνοντας χρήση της επιλογής χαμηλής ροής στο καζανάκι.

Φαγητό και ποτό: Περίπου το ένα τρίτο όλων των παραγόμενων τροφίμων δεν καταναλώνεται ποτέ, ενώ ταυτόχρονα η παραγωγή τροφίμων ευθύνεται για το ένα τρίτο όλων των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου. Μπορείτε να βοηθήσετε παραγγέλλοντας μόνο την ποσότητα που θα φάτε, προτιμώντας τοπικά προϊόντα έναντι εισαγόμενων και επιλέγοντας περισσότερα γεύματα χωρίς κρέας κατά τη διάρκεια της διαμονής σας.

Μάθετε για την ανακύκλωση: Κάθε προορισμός ενδέχεται να έχει διαφορετικούς κανόνες ανακύκλωσης που μπορεί να δημιουργούν σύγχυση όταν ταξιδεύετε, επομένως ρωτήστε το προσωπικό του ξενοδοχείου για το τι μπορείτε να ανακυκλώσετε και πώς.

Στήριξη της τοπικής κοινωνίας

Υποστήριξη τοπικών επιχειρήσεων: Προσπαθήστε να δειπνήσετε και να ψωνίσετε σε επιχειρήσεις που λειτουργούν στην περιοχή και ανήκουν σε ντόπιους. Εάν αγοράζετε δώρα ή αναμνηστικά, προσπαθήστε να βρείτε κάτι που είναι χειροποίητο από έναν ντόπιο καλλιτέχνη ή που παράγεται από μια τοπική μικρή επιχείρηση.

Εξερευνήστε τον πολιτισμό και την περιοχή: Ακόμα κι αν βρίσκεστε σε χαλαρές διακοπές σε κάποια παραλία ή σε ένα σύντομο επαγγελματικό ταξίδι, είναι πιθανό να απολαύσετε περισσότερο την επίσκεψή σας εάν βρείτε λίγο χρόνο να γνωρίσετε μερικά από τα τοπικά αξιοθέατα, τον πολιτισμό και τις δραστηριότητες που είναι διαθέσιμα στο προορισμό.

Σεβασμός στους ανθρώπους: Βεβαιωθείτε ότι γνωρίζετε και τηρείτε τυχόν τοπικούς νόμους, έθιμα ή παραδόσεις. Μην τραβάτε φωτογραφίες ή βίντεο ανθρώπων χωρίς την άδειά τους, ειδικά αν σκοπεύετε να τις δημοσιεύσετε στο διαδίκτυο, και να θυμάστε ότι αν απεικονίζονται παιδιά πρέπει να ζητάτε την άδεια από τους γονείς ή τους νόμιμους κηδεμόνες τους.

Προστατέψτε τα παιδιά: Αποφύγετε δραστηριότητες που θα μπορούσαν να βλάψουν τα παιδιά, όπως οι επισκέψεις σε ορφανοτροφεία ή σχολεία, οι οποίες μπορεί να διαταράξουν την εκπαίδευσή τους ή να οδηγήσουν στην εκμετάλλευσή τους. Ο καλύτερος τρόπος για να στηρίξετε τα παιδιά είναι να κάνετε κάποια χρηματική δωρεά σε μια αξιόπιστη φιλανθρωπική οργάνωση. Εάν υποψιάζεστε ότι κάποιο παιδί υφίσταται εκμετάλλευση ή κακοποίηση, αναφέρετε αμέσως το ζήτημα στις αρμόδιες αρχές, ενώ σε

περίπτωση που δεν είστε σίγουροι πώς να το κάνετε με ασφάλεια, μπορείτε να μιλήσετε με το προσωπικό του καταλύματος ή τον ταξιδιωτικό σας πράκτορα.

Προστασία της βιοποικιλότητας: Φροντίστε για τη σωστή απόρριψη των αποβλήτων σας και ακολουθήστε πιστά τυχόν οδηγίες σχετικά με τον τρόπο προστασίας ευαίσθητων περιοχών όπως οι αμμόλοφοι, οι ύφαλοι ή τα δάση. Μην παίρνετε τίποτα από αυτές τις περιοχές, όπως κοχύλια ή πέτρες, και ομοίως μην αφήνετε τίποτα πίσω σας.

Υποστήριξη τοπικών πρωτοβουλιών βελτίωσης: Εάν περάσατε όμορφα σε κάποιον προορισμό και θέλετε να το ανταποδώσετε στους ανθρώπους που ζουν εκεί, τότε σας προτείνουμε να αναζητήσετε μια τοπική πρωτοβουλία βελτίωσης ή φιλανθρωπική οργάνωση για να υποστηρίξετε. Μπορείτε να ζητήσετε ιδέες από το προσωπικό του καταλύματός σας καθώς ενδέχεται να έχουν ήδη κάτι υπόψη τους. Για παράδειγμα, τη συγκέντρωση κεφαλαίων για την κατασκευή ενός νέου ιατρικού κέντρου, τη βελτίωση ενός τοπικού πάρκου ή την προστασία μιας σημαντικής φυσικής περιοχής.

Προστασία των ζώων

Αδέσποτα ή κακοποιημένα ζώα: Εάν ενδιαφέρεστε για τα αδέσποτα ή κακοποιημένα ζώα, ρωτήστε το προσωπικό του καταλύματός σας για την καλύτερη μορφή δράσης. Μπορεί να συνεργάζονται ήδη με μια τοπική φιλοζωική οργάνωση ή να έχουν κάποιες συμβουλές για εσάς. Εάν όχι, μπορείτε να ρωτήσετε τον ταξιδιωτικό σας πράκτορα. Επιπλέον, διεθνείς οργανισμοί όπως οι [World Animal Protection](#) και [Born Free](#) παρέχουν συχνά συμβουλές στο διαδίκτυο σχετικά με το τι πρέπει να κάνετε εάν διαπιστώσετε κάποια κακοποίηση ή παραμέληση άγριων ζώων που βρίσκονται σε αιχμαλωσία (π.χ. φίδια, τίγρεις, αρκούδες, ελέφαντες).

Δραστηριότητες και αξιοθέατα με ζώα: Σας προτείνουμε να αποφεύγετε οποιεσδήποτε δραστηριότητες που θα μπορούσαν ενδεχομένως να είναι επιβλαβείς για την ψυχική ή σωματική ευημερία των ζώων. Τέτοιες δραστηριότητες θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν τη σίτιση ή το άγγιγμα άγριων ζώων καθώς και περιπτώσεις, π.χ. επιδείξεις, αξιοθέατα, όπου τα ζώα αναγκάζονται να συμπεριφέρονται με τρόπο που δεν θα ήταν φυσιολογικός για αυτά στο φυσικό τους περιβάλλον.



Costas Michaelides
Group Manager
Blue Lagoon Group