



Tips för ekologisk interrail

Vilma Flyckt



**Hur kan man minska på
utsläppen? Hur kan
man interraila så
ekologiskt som
möjligt?**



Min interrail

- Jag var på interrail fem veckor
28.6-1.8 sommaren 2022
- 10 länder, (åtminstone) 25
städer
- Jag älskar att resa, men
funderar över miljöfrågor ->
därför interrail! <3

Bra förberedelser är halva resan...

... också ur ett ekologiskt perspektiv

- Val av destinationer
- Hur du reser från destination till destination
- Att resa inom destinationen
- Inkvartering på destinationen
- Aktiviteter, måltider m.m.

Hur väljer man destination?

Du kan välja en
destination...

... som intresserar (stad? Strand? Söderut? Österut?
Västerut?

...bekanta destinationer

...som du inte har besökt förut

...som du annars inte skulle besöka

...som ligger vid en green route

...som inte har överturism



Green route

Vad är det?

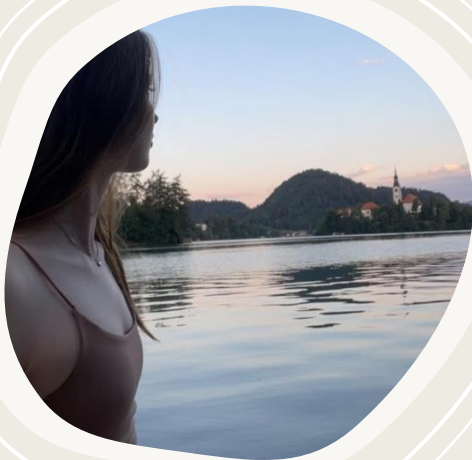
Citat från Europeiska ungdomsportalens webbplats:

”Explore the different sections of this map to learn about amazing places that are both great to visit and environmentally friendly. Some of these cities have been awarded for their efforts when it comes to the environment: the **European Green Capitals** and **Green Leaf** title winners. Others showcase the best green parks and nature reserves in Europe, or are home to projects focused on making their city a greener and more sustainable place.”



Green routes

- Malmö – Strasbourg
- Lissabon – Nuremberg
- Lyon – Znojmo
- Hamburg – Lahtis
- Wien – Tulcea
- Brasov – Thessaloniki



Destinationer jag besökte

Sverige: Stockholm

Danmark: Köpenhamn

Tyskland: Berlin

Tjeckien: Prag

Österrike: Wien

Slovenien: Bled, Ljubljana

Italien: Venedig, Bologna, Rom, Cinque Terre

Vatikanstaten

Schweiz: Bern

Frankrike: Clermont-Ferrand, Arcachon, Cap Ferrat, Bordeaux, Paris

InterRAIL – varför föredra tåg

- Visste ni att tågresor är det mest utsläppsnåla sättet att resa?
- Flygtrafiken producerar ca 13 % av utsläppen medan spårtrafiken endast producerar ca 0,4 % (dieseltåg)
- Förutom spår- och tågtrafiken går det också bussar (t.ex. FlixBus) mellan destinationerna, tågen är dock ett mer ekologiskt alternativ.
- Railplanner-appen visar att min resa producerade upp till 90 % mindre CO2-utsläpp än flygresor



Från Finland och vidare

Från Finland är det ganska svårt/tar länge att resa enbart med tåg (Kemi -> Haparanda) – vilka andra alternativ finns det?

BÅT

Till exempel

Helsingfors-Tallinn

Helsingfors/Åbo-Stockholm

Helsingfors-Travemünde

- Förmånligt
- Övernattning
- Tar längre tid
- Inga direkta tågförbindelser från Tallinn till grannländerna

FLYG

Man kan flyga vart som helst,

var vill du starta ->

sparar tid om man vill

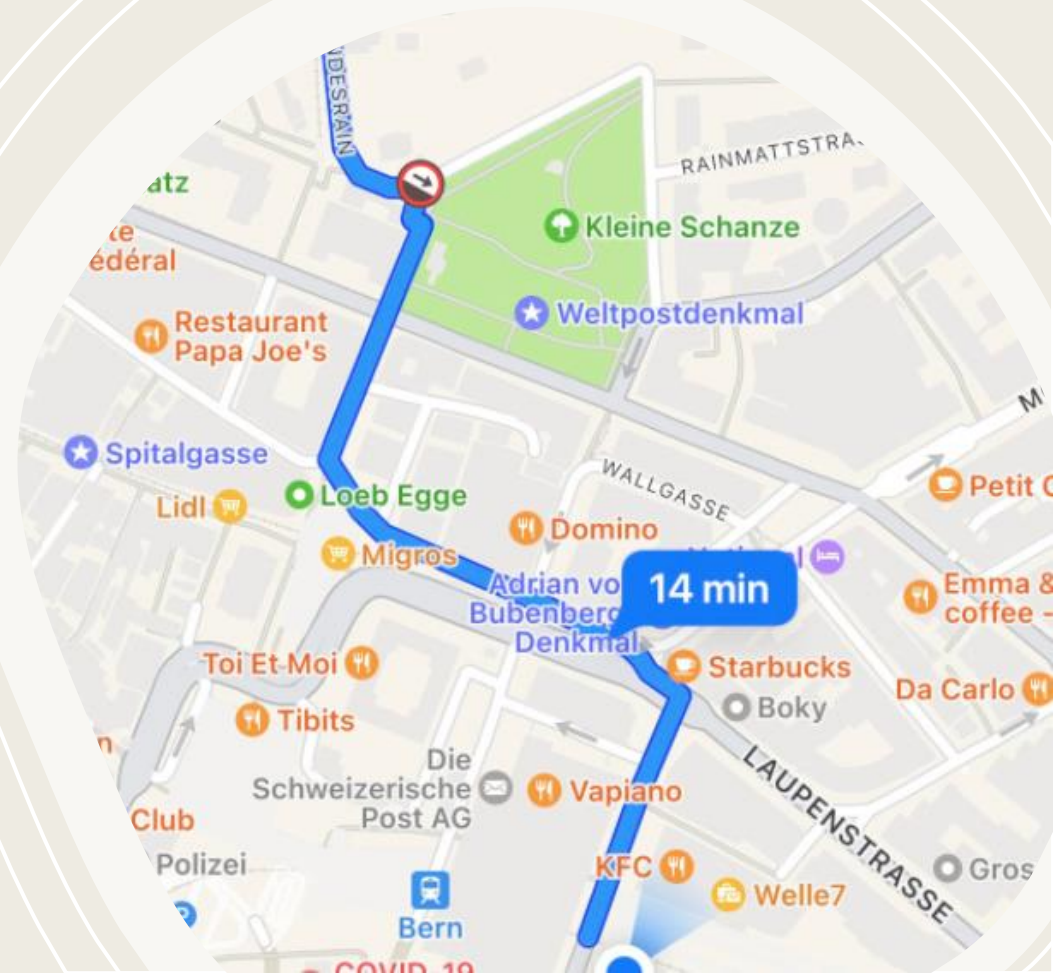
t.ex. bara åka runt i södra Europa

- Erbjudanden och destinationer påverkar priset
- Tar kortare tid
- Oftast betraktas flygresor som ett stort monster – i verkligheten kan båtresor vara mer förorenande



Resa inom destinationen

- Promenader – du bekantar dig väl med destinationen
- Cykling – du kan ofta låna/hyra cykel från vandrarhemmet
- Kollektivtrafik
- (Uber, taxi, biluthyrning)



Inkvartering

- Vandrarhem, hotell, airbnb, couchsurfing, tälta...
- I vandrarhemmen bekantar man sig med andra, aktiviteter, köksredskap...
- Det lönar sig att bo där du vill röra dig -> du kan gå -> du behöver inte använda trafikmedel



Andra tips om ekologiskt tänkande

- Vegansk mat – hittas allt mer överallt – HappyCow-appen
- Ät lokal mat och stöd lokalbefolkningen i övrigt
- Ta med en vattenflaska och använd den istället för plastflaskor, i många europeiska länder går kranvattnet att dricka!
- Fundera hur aktiviteterna påverkar miljön då du väljer ut dem En båttur eller en promenad på destinationen?
- Packa enligt förhållande -> du behöver inte köpa kläder under resan



Frågor

Trevlig interrail!

