

▲ Hochschule Harz

Hochschule für angewandte Wissenschaften

# Erasmus+: Nachhaltigkeit im Auslandsstudium

International Office

▲ Hochschule Harz

Hochschule für angewandte Wissenschaften

International Office: [outgoing@hs-harz.de](mailto:outgoing@hs-harz.de)

# Ihr Erasmus+ Aufenthalt - Mit Zug und Bus zum Ziel!

Wir möchten Sie ermutigen, umweltverträgliche Verkehrsmittel in Betracht zu ziehen. Natürlich sind die Reisezeiten mit Bahn und Bus teilweise deutlich länger als bei einer Flugreise. Dafür benötigen Sie keine Kofferwaage und haben die Möglichkeit, Ihre Reise in Etappen zu gestalten und so auch die Orte zwischen unserer Hochschule und Ihrer Partnerhochschule kennenzulernen!



**Erasmus+**  
Enriching lives, opening minds.

**Higher Education**

# Ihr Erasmus+ Aufenthalt - Mit Zug und Bus zum Ziel!

- **Zusätzliche Fördertage**

Unter bestimmten Voraussetzungen können Sie für Ihre umweltfreundliche Reise zusätzliche Fördertage bei uns beantragen. Weitere Informationen dazu erhalten Sie im Rahmen der Pre-Departure Meetings in Vorbereitung auf Ihr Auslandsstudium.

- **Klimaverträglich unterwegs**

In der Broschüre des DAAD finden Sie Hinweise und Anregungen, wie nachhaltige Mobilität gelingen kann:

["Klimaverträglich unterwegs" \(DAAD\)](#)



Erasmus+  
Enriching lives, opening minds.

Higher Education

# Ihr Erasmus+ Aufenthalt - Mit Zug und Bus zum Ziel!

- **Planen Sie eine Zugreise durch Europa**

Je nach gewählter Hochschule ist die Anreise ohne Flugzeug sehr einfach zu gestalten. Aber auch wenn Sie eine weite Strecke zurücklegen möchten, sollten Sie die Reise über Land in Erwägung ziehen. Websites wie «Erasmus by train» oder «Nachtzugkarte» helfen Ihnen, Ihre Reiseroute zu planen.

- [Erasmus by Train](https://erasmusbytrain.eu/news/) [https://erasmusbytrain.eu/news/]
- [Nachtzugkarte - Nachtzugverbindungen von Aberdeen bis Zagreb](https://nachtzugkarte.de/) [https://nachtzugkarte.de/]

- **Nutzen Sie den Interrail-Pass für Ihre Reise!**

Eine besondere Möglichkeit, Europa zu erkunden, bietet Ihnen der neue Erasmus+ Interrail-Pass. Dieser ermöglicht Ihnen, innerhalb von sechs Monaten an vier oder sechs beliebigen Tagen frei durch Europa zu reisen. Sie sparen nicht nur Geld, sondern können die Vielfalt Europas in der Nähe Ihrer Gastuniversität erkunden – eine gute Chance, Ihre Erasmus-Erfahrung mit zusätzlichen Entdeckungen zu bereichern.

- [Interrail-Pass für Erasmus+](https://www.interrail.eu/de/interrail-passes/erasmus) [https://www.interrail.eu/de/interrail-passes/erasmus]



**Erasmus+**  
Enriching lives, opening minds.

**Higher Education**

# Nachhaltigkeit im Auslandssemester

- **Green Erasmus Portal**

Entdecken Sie auf dem Green Erasmus Portal konkrete Informationen darüber, wie Sie vor, während und nach Ihrem Erasmus-Aufenthalt nachhaltig handeln können. Sie finden Tipps dazu, was Sie einpacken sollten und wie Sie sich im Ausland nachhaltig ausstatten.

Testen Sie außerdem das Green Erasmus Quiz und spielen Sie Simulationsspiele, um herauszufinden, wie Sie Ihren Alltag als Erasmus-Studierende umweltfreundlicher gestalten können.

- [Green Erasmus Portal](https://www.greenerasmus.org) [https://www.greenerasmus.org]

- **Inspiration Nachhaltigkeit**

Was kann ich im Erasmussemester für mehr Nachhaltigkeit tun? Diese Frage beantworten Studierende auf dem Blog von «studieren weltweit».

- [Dossier Nachhaltigkeit](http://www.studieren-weltweit.de/inspirieren-lassen/hashtag/nachhaltigkeit/) [www.studieren-weltweit.de/inspirieren-lassen/hashtag/nachhaltigkeit/]



Erasmus+  
Enriching lives, opening minds.

Higher Education

# Nachhaltigkeit im Auslandssemester

Wie komme ich an mein Zielland? Ressourcenschonende Anreise

- [Transeuropäische Verbindungen der DB \(Sparpreis Europa\)](#)
- [Interrail Ticket](#)
- Rechercheplattformen: [Omio](#), [Trainline](#), [Rail Planner](#)
- Lokale Bahngesellschaften
- [Nachtzüge](#)
- Busreisen: [Eurolines](#), [Flixbus](#)
- Mitfahrgelegenheiten: [BlaBlaCar](#)



Erasmus+  
Enriching lives, opening minds.

Higher Education

# Nachhaltigkeit im Auslandssemester

## 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/klima/atmosfair-airline-index/)



**Erasmus+**  
Enriching lives, opening minds.

**Higher Education**

# Nachhaltigkeit im Auslandssemester

## Im Auslandssemester vor Ort

Über die Reise hinaus möchten wir Sie ermutigen, auch während Ihres Auslandsaufenthalts auf nachhaltige Entscheidungen vor Ort zu achten, z.B. in Hinblick auf Ihren Konsum oder die Mobilität in der Stadt.



**Erasmus+**  
Enriching lives, opening minds.

**Higher Education**

# Nachhaltigkeit im Auslandssemester

## 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 \(studieren weltweit\)](#)



**Erasmus+**  
Enriching lives, opening minds.

**Higher Education**

# Nachhaltigkeit nach dem Auslandssemester

Haben Sie Anregungen, wie wir zukünftig besser auf die Möglichkeiten eines klimaschonenden Auslandssemesters hinweisen können? Melden Sie sich bei uns!

Wir freuen uns auch sehr über Erfahrungsberichte zu Ihrer nachhaltigen Reise.



**Erasmus+**  
Enriching lives, opening minds.

**Higher Education**

# Nachhaltigkeit nach dem Auslandssemester

## 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?



**Erasmus+**  
Enriching lives, opening minds.

**Higher Education**

## ▲ Hochschule Harz

Hochschule für angewandte Wissenschaften

### International Office

Campus Zentrum (4.018/4.020/4.021)

[www.hs-harz.de/auslandsstudium](http://www.hs-harz.de/auslandsstudium)

E-Mail: [outgoing@hs-harz.de](mailto:outgoing@hs-harz.de)

Telefon: 03943 – 659 -153/-156

Friedrichstraße 57 – 59

38855 Wernigerode

