



**BDAE**

*Mit Sicherheit ins Ausland!*

LEBEN UND

ARBEITEN IM

# Ausland

**INTERN**

Wie KI beim BDAE  
die Kostenerstattung  
vereinfacht

**EXPATRIATES**

Workation auf  
den Philippinen:  
Ein Erfahrungsbericht

**INTERVIEW**

„Je mehr man reist, desto  
mehr lernt man über Kultu-  
ren, Länder, Lebensentwürfe  
und über sich selbst!“

Interview mit einer  
leidenschaftlichen Reiseunternehmerin



## Liebe Leserin, lieber Leser,

Valencia ist nicht nur als Workation-Destination in Europa am beliebtesten, sondern außerdem eine sehr lebenswerte Stadt. Das findet auch Stephanie Schulz, die Valencia seit 2011 als ihre Wahlheimat auserkoren hat. Im Interview auf **Seite 10** berichtet sie unter anderem, wie es dazu kam und wie sie ihr gemeinsames Business als Stadtführerin aufgebaut hat.

KI hält in vielen Lebens- und Geschäftsbereichen Einzug, so auch beim BDAE. Zusammen mit dem auf Banken und Versicherungen spezialisierten Start-up-Unternehmen Futurised, einem Partnerunternehmen von Lufthansa Industry Solutions (LHIND), können nun Prozesse bei der Rechnungsverarbeitung effizienter und automatisierter gestaltet werden. Ein spannender Prozess, in den wir ab **Seite 3** tiefe Einblicke geben.

Wer plant, im Sommer zu verreisen, sollte sich spätestens jetzt mit dem Thema befassen, um gute Preise zu ergattern. Dazu bekommen Reisebegeisterte in dieser Ausgabe verschiedene Anregungen – ob Luxus- oder Abenteuerurlaub (**Seiten 39 und 49**), vegan oder für Schwangere – diese Ausgabe hält einige Ideen für Sie bereit.

Warum Eisbaden (**Seite 43**) sich positiv auf die Gesundheit auswirkt, Urlaubende immer häufiger alkoholfreie Getränke bevorzugen: diese und weitere spannende Themen erwarten Sie in dieser Journal-Ausgabe.

Herzlichst, Ihr Philipp Belau

(Geschäftsführer der BDAE-Gruppe)

Folgen Sie uns  
auch auf



## Impressum

### Herausgeber

BDAE Holding GmbH  
Kühnehöfe 3, 22761 Hamburg  
Tel. +49-40-306874-0  
[www.bdae.com](http://www.bdae.com)

### Redaktion

Anne-Katrin Schwanitz (verantwortlich), [akschwanitz@bdae.com](mailto:akschwanitz@bdae.com)  
Christian Kniese, Steffi Hochgraef

### Layout

Elsworth Frobisher, Sven Lewerentz

### Lektorat

Friederike George, Steffi Hochgraef

**Copyright:** Die Beiträge im BDAE-Journal sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nicht ohne schriftliche Genehmigung durch den Herausgeber reproduziert werden. Die Beiträge des BDAE-Journals spiegeln die Meinung der Redaktion und nicht unbedingt die des BDAE wider.

## Inhalt

### INTERN

- 3 Wie KI beim BDAE die Kostenerstattung vereinfacht
- 7 Heißer Wettkampf in kaltem Schnee
- 8 Warum dem BDAE seine Unternehmenswerte so wichtig sind
- 9 Seminare zu mobilem Arbeiten, Workation und zur internationalen Beschäftigung

### INTERVIEW

- 10 „Je mehr man reist, desto mehr lernt man über Kulturen, Länder, Lebensentwürfe und über sich selbst!“

### RECHTLICHES

- 15 Jahresvignetten 2023 sind ab Februar ungültig
- 16 Das sind 2024 die stärksten Pässe weltweit
- 17 Reservierte Liegen am Pool können einen Reisemangel begründen
- 18 Geschäftsreisen: Unternehmen befürworten strenge Richtlinien zur Vorbeugung von Cyber-Angriffen

### EXPATRIATES

- 20 Workation auf den Philippinen: Ein Erfahrungsbericht
- 22 Neues Handbuch zum Thema Workation: So kombinieren Sie Arbeit und Urlaub richtig
- 22 Videotipp: Steuerrecht bei Remote Work im Ausland

### TRAVEL NEWS

- 23 Deutschland ist Spitzenreiter in Europa bei Flugausfällen im Flugjahr 2023
- 26 Eurowings erhöht Angebot an Europastrecken im Sommer 2024
- 27 Air China nimmt Flugverbindung zwischen München und Shanghai auf
- 28 Wintererlebnis: Italien mit dem Zug
- 29 Flugtiefpreise: idealo Flug bietet Niedrigpreisgarantie
- 30 Emirates verzeichnet 40 Prozent mehr vegane Mahlzeiten
- 31 Parken am Flughafen: schlecht geplant, teuer bezahlt

### VERMISCHTES

- 33 Das sind die besten Städte für vegane Feinschmecker\*innen in Deutschland und Europa
- 35 So gelingt ein erholsamer Urlaub für schwangere Reisende
- 36 Das sind die Top-Destinationen für Outdoor-Enthusiast\*innen in Europa
- 37 Gesunkene Mietwagenpreise in der Sommersaison 2024
- 38 Pauschalreisen in 2024 nur wenig teurer als im Vorjahr
- 39 Das sind beliebte Ziele für Luxusreisen
- 40 Buchtipp: „Der Buchladen am Ende der Welt“

### GESUNDHEIT

- 41 Dry Holidays: Viele Urlaubende befürworten alkoholfreie Getränke
- 43 Was Eisbaden so gesund macht
- 44 Schlafmangel ist schlecht für die Stimmung
- 45 Studie: So viele Geflüchtete nehmen zahnmedizinische Behandlungen in Anspruch

### WELTWEIT

- 46 Diese Mitbringsel kommen bei der Reise nach Afrika besonders gut an
- 47 Neuer Reise-Podcast mit Geschichten und Urlaubs-Inspirationen
- 48 Albanien ist das Trend-Reiseziel des Jahres bei Reiseblogs
- 49 Diese Ziele versprechen einen unvergesslichen Abenteuerurlaub



# Wie KI beim BDAE die Kostenerstattung vereinfacht

© BDAE Gruppe

Man merkt ihnen den Spaß an, den die Implementierung der KI für die BDAE-Belegeingabe gemacht hat: Philipp Belau, Geschäftsführer BDAE Gruppe, Max Schlensag CEO und Co-Founder Futurised und Julian Staub, Business Manager AI & Data Analytics Lufthansa Industry Solutions

Wie schön wäre es, wenn die Rechnungen der BDAE-Versicherten blitzschnell und ohne manuelle Eingabe von Personen eingegeben werden könnten? Diesen Traum haben viele beim BDAE lange geträumt. Nun ist er Wirklichkeit geworden. Und zwar dank Künstlicher Intelligenz (KI) und dem Know-how einiger besonders kluger Köpfe.

**G**anz gleich, ob Arztrechnungen oder Krankenhausrechnungen aus aller Welt, in allen möglichen Sprachen, in Papierform oder digital vorliegen, ihre Prüfung auf Relevanz und die Verarbeitung der dort dokumentierten medizinischen Leistungen ist zeitaufwendig und somit auch kostenintensiv. Das größte Problem dabei: Versicherte müssen relativ lange auf die Kostenerstattung warten. Oft war Frust bei den Kundinnen und Kunden vorprogrammiert und auch die Zufriedenheit der Mitarbeitenden beim BDAE litt manchmal darunter.

.....

**„Wir haben dafür gesorgt, dass die beim BDAE eingehenden Rechnungen automatisiert verarbeitet werden.“**

(Max Schlensag, CEO Futurised)

.....

Doch dann hielt die KI-Revolution Einzug und es taten sich neue Möglichkeiten auf. Eine davon bot sich dem BDAE mit dem auf Banken und Versicherungen

spezialisierten Start-up Futurised – ein Partnerunternehmen von Lufthansa Industry Solutions (LHIND). Max Schlensag, CEO und Co-Founder von Futurised erinnert sich an die Problemstellung: „Die Rechnungsverarbeitung lief beim BDAE relativ stupide ab und es hat auch lange gedauert. Mit der Technologie, die heute auf dem Markt ist, kann man diesen Prozess effizienter gestalten beziehungsweise automatisieren. Und genau das haben wir getan, wir haben dafür gesorgt, dass die beim BDAE eingehenden Rechnungen automatisiert verarbeitet werden.“

Dies funktioniert so reibungslos aufgrund von generativer künstlicher Intelligenz, die in den letzten Jahren einen enormen Entwicklungsschub erfahren hat. „Dabei geht es – wie der Name schon sagt – um das Generieren von neuen Inhalten“, erläutert Julian Staub, Business Manager AI & Data Analytics bei Lufthansa Industry Solutions (LHIND). „Diese Inhalte können unter anderem Text und Sprache sein. Inzwischen können sogar Bilder und Videos generiert werden, gar ganze Kinofilme.“

Ein viel diskutiertes Thema bei KI ist ein möglicher Arbeitsplatzverlust, denn viele – vor allem sich regelmäßig wiederholende – Abläufe können wesentlich effizienter und vor allem nahezu fehlerfrei von KI-Entwicklungen umgesetzt werden als von Menschen. Dieser potenziellen Sorge bei

BDAE-Mitarbeitenden war sich auch Geschäftsführer Philipp Belau bewusst: „Wir haben mit dieser neuen Lösung etwas umsetzen können, was Menschen nicht auseinander bringt, sondern vielmehr zusammenführt. Dadurch, dass nun Zeit gespart wird und die stupiden Tätigkeiten von einer Maschine erledigt werden, können unsere Mitarbeitenden den Fokus auf den Menschen legen. Sie haben mehr Zeit, mit unseren Versicherten zu sprechen und das umzusetzen, was uns ausmacht.“

.....

**„Wir haben mit dieser neuen Lösung etwas umsetzen können, was Menschen nicht auseinander bringt, sondern vielmehr zusammenführt.“**

(Philipp Belau, Geschäftsführer

BDAE Gruppe)

.....

Doch wie kam es zu dieser Zusammenarbeit, die sich für alle Beteiligten ▶

als ein besonderer Glücksfall herausstellte? Als junger Gründer, der in der TV-Show „Die Höhle der Löwen“ den Investor Carsten Maschmeyer als Unterstützer gewinnen konnte, hatte Max Schlensag auch Kontakt zu anderen Gründern innovativer Start-ups. So auch zu Davis Zöllner, der mit Taag Solutions Visitenkarten in digitalisierter Form anbietet und als modernes Vertriebsstool etabliert hat. Dieses Angebot nutzte der BDAE bereits und so stellte Davis Zöllner BDAE-Geschäftsführer Philipp Belau seinen guten Freund Max Schlensag vor. Und somit kam auch Lufthansa Industry Solutions mit ins Boot. Doch warum arbeitet ein Unternehmen einer Airline mit einem Start-Up wie Futurised zusammen?

**„Es ist sehr wichtig, dass wir innovativ, agil und schnell sind.“**

*(Julian Staub, Business Manager AI & Data Analytics Lufthansa Industry Solutions)*

„Lufthansa Industry Solutions ist eine IT-Beratung. Es ist sehr wichtig, dass wir innovativ, agil und schnell sind. Wir haben mittlerweile aber auch über 2.500 Mitarbeitende, weswegen wir uns gedacht haben, mit einem Unternehmen zusammenzuarbeiten, das noch agiler, noch schneller ist, tut uns auf jeden Fall gut. Dank Futurised haben wir neue Märkte erschlossen. Beispielsweise den Versicherungsmarkt. Und dass wir heute hier zu dritt zusammensitzen, zeigt: Das hat gut funktioniert“, fasst Julian zusammen.

**„Es ist eine Sache der Führung, KI-Lösungen in Unternehmen zu implementieren.“**

*(Max Schlensag)*

Tatsächlich hat es bei den ersten gemeinsamen Meetings geradezu gefunkt zwischen den drei Parteien. Diese fanden zunächst noch digital statt, bis zum Vorabend der Ausstrahlung derjenigen Folge von „Die Höhle der Löwen“, in der Max Schlensag sein Start-up vorstellte. „An dem Abend haben wir einfach kurz unsere Köpfe zusammengesteckt – und da waren wir schon mitten im Projekt – und besprachen den Zwischenstand. Und wir haben darüber geredet, was sich mit künstlicher Intelligenz in der Versicherungswelt ändern wird“, erinnert sich Max. „Es hat von Anfang an gut gepasst, denn wir haben praktische Lösungen für Probleme gefunden“, bestätigt Philipp.

Dabei beschäftigt sich LHIND bereits seit 2019 mit künstlicher Intelligenz – tatsächlich forschen Expertinnen und Experten bereits seit vielen Jahrzehnten auf diesem Gebiet – und konnte somit auf einen guten Erfahrungsschatz zurückgreifen. „Bei der konkreten Anwendung von KI waren wir sehr, sehr früh dabei. Trotzdem habe ich das Gefühl, dass das Thema KI jetzt erst wirklich in der Mitte der Gesellschaft und auch bei den Unternehmen angekommen ist. Es setzt sich gerade branchenübergreifend durch. Und da wir seit fünf Jahren an diesem Thema dran sind, und viele schwierige Projekte gestemmt haben, auch

teilweise mal gescheitert sind, haben wir einfach aus den Erfahrungen gelernt und wissen, was es braucht, um erfolgreiche Projekte umzusetzen“, berichtet Julian.

Für ein gutes Gelingen bei der Anwendung von KI-Lösungen seien vor allem gute Mitarbeitende wichtig. Gleichzeitig müsse man von Anfang an Kundinnen und Kunden, sowie alle relevanten Stakeholder mit ins Boot holen. „Denn ansonsten setzt sich das Thema KI – so gut wie sie vielleicht auch funktioniert – in den Fachbereichen einfach nicht durch.“

Auch für Max stehen bei KI-Anwendungen die Menschen im Mittelpunkt. „Unser Ziel ist es ja, Mitarbeitende zu unterstützen, sie effizienter zu machen beziehungsweise dafür zu sorgen, dass sie mehr Spaß im Alltag haben. Das hat man mit wiederkehrenden Aufgaben bei Versicherungen eher nicht.“ Aus seiner Sicht besteht vor allem in der Versicherungsbranche viel Potenzial für KI-Anwendungen, die den Mitarbeitenden die Arbeit leichter zu machen. Voraussetzung sei es aber, dass bei den ▶

**„Das Thema KI ist jetzt erst wirklich in der Mitte der Gesellschaft und auch bei den Unternehmen angekommen.“**

*(Julian Staub)*



Beim Video-Dreh mit Anne-Katrin Schwanitz, Unternehmenskommunikation & Marketing BDAE Gruppe



LHIND-Projektmanager Julian Staub (links) mit dem KI-Ingenieur Farid Bonakdar (LHIND)

Verantwortlichen ein gewisses IT-Know-how vorhanden ist. „Es ist eine Sache der Führung, solche Lösungen zu implementieren“, resümiert er. Gefragt nach den besonderen Herausforderungen bei der Einführung der KI-Software beim BDAE, antwortet er: „Ich glaube, die Technologie ist heute gar nicht mehr das Problem, sondern das Verständnis für diese.“

Für den BDAE sei die größte Herausforderung, die KI-Lösung so zu implementieren, dass die Mitarbeitenden diese auch akzeptieren. Denn: „Klar, ich würde erst einmal auch ein schlechtes Bauchgefühl haben, wenn mir jemand von heute auf morgen sagt, du hast jetzt komplett neue Aufgaben oder du beschäftigst dich jetzt mit etwas anderem. Und da ist Verständnis schaffen das A und O.“

Für den BDAE war die Effizienz der KI fast schon ein kleines Wunder. Im Abrechnungsservice ist man es gewohnt, kaum lesbare kassenbon-ähnliche Rechnungen aus Dubai zu erhalten oder Belege auf Chinesisch oder Japanisch. „Da waren wir schon platt, als wir sahen, wie schnell die KI etwas auslesen konnte als irgendein Mensch auf den ersten Blick überhaupt erst erkennen konnte.“

.....

**„Wer sich gerade das Bein gebrochen hat und hohe Gesundheitskosten verauslagen musste, für den zählt jeder Tag, jede Stunde.“**

(Philipp Belau)

.....

Auch Max war geradezu verblüfft, wie gut die KI fremdsprachige Rechnungen auszulesen vermag. Als AI-Engineer Farid Bonakdar die ersten Ergebnisse präsentierte, waren diese besser, als er es sich vorzustellen gewagt hatte. Das schnelle Auslesen von Rechnungen aus dem Ausland ist für BDAE-Versicherte ein großer Mehrwert. „Wer sich gerade das Bein gebrochen hat und hohe Gesundheitskosten verauslagen musste, für den zählt jeder Tag, jede Stunde. Der möchte so schnell wie möglich das Geld dafür von uns erstattet bekommen.“ Dennoch glaubt er nicht daran, dass die KI bei der BDAE Gruppe Menschen in der Schadenregulierung ersetzt: „Wir haben relativ wenig Mitarbeitende, die fließend Arabisch lesen können – somit stellt KI eine enorme Hilfe dar, die dann auch Extrarunden wie beispielsweise Übersetzungen und somit Stress vermeidet.“

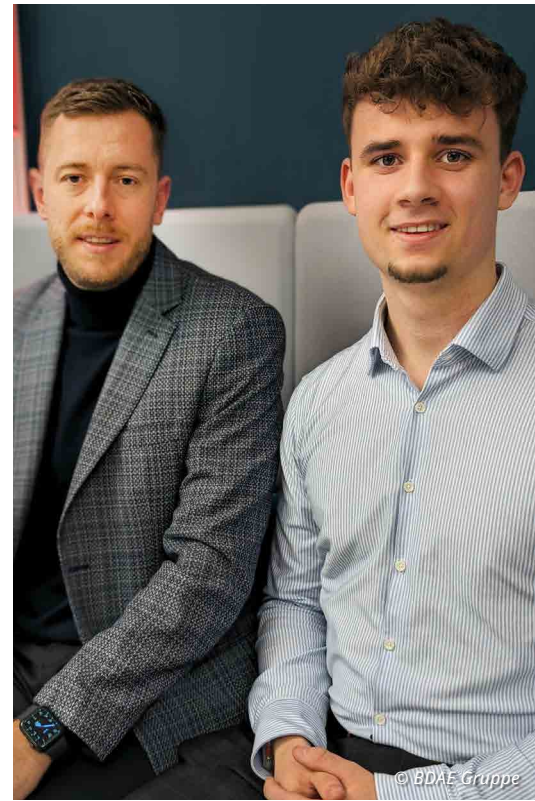
.....

**„Das Thema Datenschutz und Datensicherheit haben wir vom ersten Tag an extrem ernst genommen.“**

(Julian Staub)

.....

Obwohl die Umsetzung des Projektes erstaunlich schnell erfolgte, gab es doch auch neuralgische Punkte. „Das Thema Datenschutz und Datensicherheit haben wir vom ersten Tag an extrem ernst genommen, weil wir in diesem Projekt teilweise sehr sensible Daten von den Kunden verarbeiten.“



Ein eingespieltes Team: Julian Staub (LHIND) (links) und Max Schlensag (Futurised)

Um da absolute Sicherheit zu gewährleisten, haben wir sogar intensive Gespräche mit Microsoft geführt. Dass die Anwendung selbst so schnell einwandfrei funktionierte, hatte mich persönlich nicht überrascht“, sagt Julian.

.....

**„Die Kombination – Speerspitze als Startup – aber im Hintergrund einen Konzern zu haben, das ist unglaublich und mit das Beste, was einem Start-up passieren kann.“**

(Max Schlensag)

.....

Bis zum Proof of Concept habe es nur drei Monate gedauert. „Normalerweise fragt man sich bei der Ankündigung eines großen IT-Projektes ja, wie viele Jahrzehnte wird es wohl dauern?“, merkt Philipp kritisch an. „Genau das schätze ich aber an der Start-up-Mentalität. Weil einfach schnelle Wege ermöglicht werden.“ Und Max bestätigt: „Diese Kombination – Speerspitze als ▶



An seiner Seite: Lukas Mollet (rechts) unterstützt Max Schlensag im Tagesgeschäft



Die Gruppe vom Interview-Termin (von links): Philipp Belau (BDAE), Max Schlensag (Futurised), Farid Bonakdar (Lufthansa Industry Solutions), Julian Staub (Lufthansa Industry Solutions), Lukas Mollet (Futurised)

Startup – aber im Hintergrund – oder auch manchmal im Vordergrund – solch einen Konzern zu haben, das ist unglaublich und mit das Beste, was einem Start-up passieren kann.“

Für Max war eine der besten Erfahrungen in der Zusammenarbeit mit dem BDAE, dass das Unternehmen auf ihn gar nicht wie eine Versicherung wirkte. „Ich kenne es aus einigen Versicherungen und Banken, dass es in den wöchentlichen Meetings doch noch sehr formell, sehr konservativ zugeht und das habe ich hier komplett anders erlebt. Wir konnten ganz entspannt und transparent miteinander

sprechen. So stellt man sich letztendlich eine Zusammenarbeit vor: dass man nicht immer im Anzug vor der Kamera sitzen muss, sondern auch mal etwas entspannter sprechen kann und dann entstehen meistens auch die besten Lösungen.“

Und diese gute Zusammenarbeit soll auch im Jahr 2024 fortbestehen, denn es gibt noch viel zu tun beim BDAE – insbesondere in der Dokumentenverarbeitung. „Wir haben 2023 eine Grundlage geschaffen für die weitere Zusammenarbeit und sehen extrem viel Potenzial auch für 2024“, sagt Julian. ○

### Interview zu KI in der Auslandsversicherung

Das komplette Interview im Wortlaut mit Max Schlensag (Futurised), Julian Staub (Lufthansa Industry Solutions) und Philipp Belau (BDAE) sehen Sie in diesem Interview mit allen drei Akteuren. Die Aufzeichnung fand Ende 2023 statt.



[Zum Video](#)

### Max Schlensag ganz persönlich

Wir haben Max auch noch ganz persönlich interviewt und beispielsweise gefragt, was ihn an KI besonders fasziniert, wo er weiteres Potenzial in der Wirtschaft und bei Behörden sieht und was Deutschland tun muss, um in puncto KI nicht den Anschluss zu verlieren. Aber auch ganz persönliche Fragen rund um die Themen Reisen und Auswandern haben wir mit ihm besprochen. Das Video zeigt den jungen Unternehmer in all seiner Persönlichkeit und mit dem unverwechselbaren Drive, den seine Kooperationspartner von ihm gewohnt sind.



[zum Interview](#)

[LinkedIn-Profil](#)

[futurised.de](#)

### Julian Staub ganz persönlich

Als Business Manager für KI und Data Analytics hat Julian maßgeblich zum Erfolg der Einführung von einer innovativen KI-Lösung beim BDAE beigetragen. Im Einzelinterview beschreibt er, was die besondere Innovationskraft von Lufthansa Industry Solutions ausmacht, was ihn persönlich an KI begeistert und wie sich Deutschland künftig aufstellen muss, um KI-Technik zum Nutzen aller auszuschöpfen. Zudem hat er sich zu möglichen Auswanderungsplänen, Reiseabenteuern und seinem Lebensmotto sowie zu einer gewagten These von uns befragen lassen.



[zum Interview](#)

[LinkedIn-Profil](#)

[lufthansa-industry-solutions.com](#)



# Heißer Wettkampf in kaltem Schnee

© BDAE Gruppe

Die Jahresbeginnfeiern des BDAE sind zwar immer cool, dieses Mal galt das aber besonders: Die Belegschaft zog es nämlich zum Snow Dome in Bisingen.

Los ging es zur Mittagszeit im Büro in Hamburg-Altona. Gewappnet mit heißem Punsch (in unseren Weihnachtsgeschenken, den praktischen Iso-Flaschen mit BDAE-Logo), Gebäck und Getränken für die Fahrt und vor allem mit guter Laune trat das Team BDAE die etwa einstündige Busfahrt nach Bisingen an.

Vor Ort ging es dann direkt zur Umkleide, um sich in Schneehose und Skijacke zu werfen – und anschließend in die eisige Skilandschaft des Snow Dome. Diese verspricht auch in Norddeutschland, wo es weit und breit an Bergen mangelt, den Spaß eines Skigebietes. Auch wenn sich in der Woche zuvor ohnehin eine ordentliche Menge Schnee gesammelt hatte, lockte das Betreten der Halle dennoch das eine oder andere Staunen hervor.

Dort fand das Hauptevent der Jahresbeginnfeier statt: ein Wettkampf im Schnee, bestehend aus drei Disziplinen, der Spaß machen, aber auch den Teamgeist stärken sollte. Wer hier den eigenen Leib etwas schonen wollte, machte es sich am Rande der Halle als Zuschauerin oder Zuschauer gemütlich und jubelte und spornte fleißig an. Alle anderen teilten sich in die zwei Teams „Franzbrötchen“ und „Lappen“ auf und lieferten sich einen spannenden und spaßigen Wettbewerb.

## Rutschiges Kopf-an-Kopf-Rennen

Das erste Spiel war ideal zum Aufwärmen – und um ein Gefühl für das Laufen auf der rutschigen Schneelandschaft zu erhalten. Die beiden Teams mussten um die Wette einen kleinen Parkour durchlaufen: einmal kriechen, einmal springen, einmal um ein Hütchen herum – und dann einen Ball in einen kleinen Eimer werfen. Ging der Ball daneben, drohte leider eine Strafrunde ums Hütchen. Der Ehrgeiz war groß, manchmal etwas zu groß: Ab und an wurde beim Ausrutschen auf dem Schnee und Eis das Hindernis einfach umgeworfen, statt überwunden zu werden.

Beim zweiten Wettkampf mussten die Teams mithilfe von Getränkeboxen einen Pfad über die Schneelandschaft bauen. Der Boden selbst war tabu, niemand durfte ihn direkt berühren. Um vom Start- zum Zielpunkt zu gelangen, waren eine gute Balance und ein richtiges Augenmaß beim Platzieren der nur begrenzten Brückenteile – der Getränkeboxen – wichtig. Am bedeutendsten waren aber Koordination und Teamwork. Denn um die Strecke zu meistern, mussten am Ende alle gleichzeitig auf den Boxen stehen, obwohl es mehr Leute als Boxen gab.

Für die letzte Disziplin ging es mit dem Rodelschlitten bergauf an die Spitze der künstlichen Skilandschaft. Statt selbst zu schleppen, ließen sich die Wettkämpferinnen und -kämpfer bequem vom Lift ziehen. Oben angelangt, sollte es in der dritten Disziplin darum gehen, mühsam die weiten Schneelandschaften des künstlichen Gipfels zu durchqueren. Das Mühsame sollte aber nicht der Schnee sein, sondern die Tatsache, dass sich fünf Leute dabei ein Paar Skier teilen mussten – Tandem-Skier. Das erforderte erneut viel Teamwork, Balance und Koordination.

## Spaß und Entspannung zum Ausklang

Zum Fuß der Piste und zum Ausgang gelangten die Teams selbstverständlich über die mitgebrachten Schlitten. Ein schöner Geschwindigkeitsrausch, den viele gerne ein- oder zweimal wiederholten.

Das Abendessen war zünftig bayrisch im zum Snow Dome gehörigen Hofbräuhaus und bot die Gelegenheit, mit vielen Kolleginnen und Kollegen ins Gespräch zu kommen. Gesättigt und zufrieden mit dem Tag stieg das Team BDAE wieder in den Bus, zur Rückfahrt nach Hamburg.



# Warum dem BDAE seine Unternehmenswerte so wichtig sind

Beim BDAE sind wir überzeugt, dass gewisse Grundwerte einem Unternehmen zu mehr Erfolg verhelfen. Bei einer internen Schulung ging es darum, sich diese einmal ganz bewusst vor Augen zu führen.

Dazu luden Mitte Januar Philipp Belau (Geschäftsführer BDAE), Thorsten Otte (Referent der Geschäftsführung) und Omer Dotou (Leiter der Unternehmensberatung BDAE Consult) in den Konferenzraum des BDAE und sprachen mit den Kolleginnen und Kollegen über die Grundpfeiler unseres unternehmerischen Handelns.

Zwar sind sich alle beim BDAE der Unternehmensgrundsätze bewusst und haben diese sicher oft im Hinterkopf, denn sie sollen dem Arbeitsalltag einen gedanklichen Rahmen geben. Doch gerade im hektischen Büroalltag können diese Grundsätze auch einmal in den Hintergrund geraten. Deswegen tauschte sich das Team BDAE noch einmal ganz bewusst darüber aus, was die drei Werte bedeuten, die schließlich die Grundpfeiler der Unternehmenskultur bilden.

Der zentrale Grundpfeiler unseres Unternehmenserfolges ist **der persönliche Touch**. Die Dienstwege halten wir kurz und die Hierarchien im Unternehmen sind recht flach. Und Versicherte können mitunter auch noch nach zehn Jahren auf die gleiche Kontaktperson zählen, statt wieder und wieder an eine fremde Call-Center-Stimme zu geraten.

Unser zweiter zentraler Pfeiler ist **das hohe Maß an Transparenz**. Bei uns legen wir großen Wert darauf, dass alle Informationen für unsere Kunden leicht zugänglich sind und auch unsere Vertriebspartner sich gut abgeholt fühlen, wenn sie für uns tätig werden. Das Kleingedruckte wird bei uns großgeschrieben und ist von Anfang an online einsehbar. Denn Vertrauen ist die Basis für eine langfristige Kunden- und Partnerschaftsbeziehung.

Der dritte Grundpfeiler ist unser **Selbstverständnis als Spezialist auf unserem Gebiet**. Seit fast 30 Jahren versichern wir Menschen, die im Ausland leben und arbeiten, und bieten ihnen die Sicherheit, die sie benötigen. Daher haben wir eine hervorragende Expertise auf dem Gebiet der Absicherung im Ausland. Während andere Versicherungsunternehmen dies oft nur als Nebengeschäft betrachten, ist es für uns unser „täglich Brot“.

Philipp Belau zeigt sich **auf LinkedIn** begeistert von dem internen Event. Es sei immer wieder inspirierend, das (nahezu) gesamte BDAE-Team versammelt zu sehen. Sich zu vergegenwärtigen, was das eigene Team auszeichnet und besonders macht, ist wichtig.

Und gerade bei den eigenen Unternehmensgrundsätzen ist die Anwesenheit wichtig. Denn viele Unternehmen mögen eigene Handlungsgrundsätze haben, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter „im Hinterkopf“ tragen. Doch ein Unternehmensleitbild aktiv zu pflegen – und auch im Arbeitsalltag bewusst zu leben – ist keine Selbstverständlichkeit. So sei es für Belau noch einmal etwas ganz anderes, sich als Team zusammensetzen und gemeinsam bewusst über die drei Säulen des BDAE zu sprechen.

Diese drei Säulen stellen die Basis für unsere große Team-Arbeit. Anne-Katrin Schwanitz, Leiterin der Unternehmenskommunikation beim BDAE, hebt **auf LinkedIn** hervor, dass es diese Werte brauche, um eine Basis für gutes Team-Work zu haben.

Vertriebsdirektor Torben Roß zeigt sich **in dem Business-Netzwerk** erfreut darüber, dass das Team BDAE stetig eine Chance erhält, sich sich fachlich und unternehmensspezifisch weiterzubilden. Denn das ist die Grundlage, um Kundinnen und Kunden, aber auch Partnerinnen und Partnern den bestmöglichen Service bieten zu können.



# Seminare zu mobilem Arbeiten, Workation und zur internationalen Beschäftigung

Die Rufe der Mitarbeitenden nach Flexibilität des Arbeitsplatzes und des Arbeitsortes werden in vielen Unternehmen immer lauter. In Anbetracht dieses – inzwischen oft als selbstverständlich angesehenen – Anspruches sehen sich viele Chefetagen mit der Herausforderung konfrontiert, bestehende Mitarbeitende zu halten und neue dazu zu gewinnen.

Um bei diesem „war for talents“ mitzuhalten, müssen sich Unternehmen mit der Möglichkeit des mobilen Arbeitens auseinandersetzen – und dies nicht nur bezogen auf Deutschland, sondern auch über die Landesgrenzen hinweg.

Das Online-Seminar „Mobiles Arbeiten und Workation: Rechtliche Möglichkeiten und Grenzen“ der BDAE Consult am 28. Februar bietet die Gelegenheit, sich auf diesem Gebiet wertvolle Expertise zu sichern.

Beleuchtet werden steuerrechtliche Rahmenbedingungen in Staaten mit und ohne Doppelbesteuerungsabkommen und die Anwendung der 183-Tage-Regelung wird erläutert. Darüber wird auf arbeitsrechtliche Anforderungen eingegangen und möglicher vertraglicher Handlungsbedarf geprüft. Zudem wird aufgezeigt, welche Anträge zwingend gestellt werden sollten und wie sich Unternehmen optimal darauf vorbereiten können.

Im Rahmen des Seminars wird gemeinsam eine Checkliste erarbeitet, die einen praxisnahen, umfassenden Überblick über die maßgeblichen Aspekte des mobilen Arbeitens im Ausland gibt. Die Checkliste und die Seminarpräsentation werden am Ende des Seminars zur Verfügung gestellt – ebenso wie ein Teilnahmezertifikat. [Melden Sie sich jetzt an](#) und gestalten Sie die Zukunft der Arbeit in Ihrem Unternehmen aktiv mit!

## Rechtssicher das Arbeiten im Ausland gestalten

Die Möglichkeiten, im Ausland beruflich tätig zu werden, sind zahlreich und sehr verschieden – dies gilt umso mehr für die zugehörige organisatorische und rechtliche Vorbereitung. Auch in diesem Jahr bieten wir für Personalverantwortliche sowie Fachkräfte im Travel-Management eine ganze Reihe von Fortbildungsseminaren mit unterschiedlichen Schwerpunkten an. Der Großteil findet online statt, zwei Termine finden in Präsenz, zum persönlichen Austausch, in Hamburg statt.

## Infos und Anmeldung

Eine Übersicht zu allen Seminaren sind unter [diesem Link](#) zu finden. Die Anmeldung zu einer Veranstaltung erfolgt per E-Mail an [consult@bdae.com](mailto:consult@bdae.com) oder telefonisch unter der +49-40-30 68 74-0.

Bei Anmeldung zu einem Online-Seminar erhalten Sie im Vorfeld des Ter-



mins einen Web-Link zur Teilnahme. Die Installation einer Software ist für die Online-Seminare nicht notwendig.



## Dem Seminar am 28. Februar folgen

20. März: Arbeitsrechtliche Anforderungen und Meldepflichten bei Geschäftsreisen innerhalb der EU, dem EWR und der Schweiz ([zur Website](#))

4. April: Update im deutschen Zuwanderungsrecht: Welche Neuerungen ergeben sich im Jahr 2024 durch das neue Fachkräfteeinwanderungsgesetz? ([zur Website](#))

23. April: Grundlagenseminar: Entgeltabrechnung bei Mitarbeiter-einsätzen im Ausland ([zur Website](#))

7. Mai: Vertiefungsseminar: Entgeltabrechnung bei Mitarbeiter-einsätzen im Ausland ([zur Website](#))

15. Mai: Grundlagenseminar: Planung und Umsetzung von Mitarbeiter-einsätzen im Ausland (Präsenztermin) ([zur Website](#))

21. und 22. Mai: Grundlagenseminar: Planung und Umsetzung von Mitarbeiter-einsätzen im Ausland (zwei-tägige Veranstaltung) ([zur Website](#))

28. Mai und 29. Mai: Remote Work, Recruiting und Wohnsitzverlegung ins Ausland: Rechtliche Rahmenbedingungen bei Homeoffice im Ausland (zwei-tägige Veranstaltung) ([zur Website](#))



„Je mehr man reist, desto mehr lernt man über Kulturen, Länder, Lebensentwürfe und über sich selbst!“

© Stephanie Schulz

Vor dem „Valencia“-Zeichen in der futuristischen Stadt der Künste und Wissenschaften, im Hintergrund die Oper

Stephanie Schulz ist eine Weltenbummlerin. Reisen ist ihre Leidenschaft. 2011 hat sie in Valencia ihre Wahlheimat gefunden und führt seit 2016 gemeinschaftlich ein Reiseunternehmen. Im Interview berichtet sie von ihrer Entscheidung für die Stadt, was das Leben dort lebenswert macht und wie der Weg zur Selbständigkeit war.

**Wie kam es dazu, dass du dich 2011 entschieden hast, nach Valencia zu ziehen?**

**Stephanie:** Nach dem Abi 2000 habe ich in Leipzig Germanistik und Kulturwissenschaften studiert. Da ich nie viel Geld hatte, war ein Erasmus-Programm einfach zu teuer für mich und ich entschied mich, ein Urlaubssemester einzulegen und nach Paris zu gehen. Dort arbeitete ich im Disneyland Paris. Nach dem Studium und bereits schon währenddessen zog es mich immer in die Ferne. Reisen stand immer ganz oben auf meiner Liste und so lebte ich am Ende meines Studiums noch einige Jahre in Paris und auch ein Jahr in Orlando, Florida. Auch dort war ich als Reiseleiterin bei Adventures by Disney, einer amerikanischen Reiseagentur der Disney-Gruppe, tätig. In der Nebensaison reiste ich viel. Ich hatte ein absolutes Traumleben, war viel unterwegs, habe viel gesehen und viele Menschen

kennengelernt. Mit dreißig kam dann aber bei mir das Gefühl auf, irgendwo ankommen zu müssen.

.....

**„Dass ich nicht wieder nach Deutschland zurückkehre, war auf jeden Fall klar. Alleine wegen des Wetters konnte ich mir das gar nicht mehr vorstellen.“**

.....

Dass ich nicht wieder nach Deutschland zurückkehre, war auf jeden Fall klar. Alleine wegen des Wetters konnte ich mir

das gar nicht mehr vorstellen. Spanien lag nahe und ich wollte eine Verbindung zwischen Reiseleiterin und meinem neuen Zuhause schaffen, um als Stadtführerin tätig zu werden. Mein neuer Wohnort sollte auf jeden Fall am Mittelmeer liegen. Bestimmte Dinge mussten also erfüllt sein: Es musste eine Touristenstadt sein und dazu noch, in Bezug auf meine Lebenshaltungskosten, bezahlbar für mich. Ich hatte zehn spanische Städte auf meiner Liste und meinen eigenen Fragenkatalog mit Punktesystem. Nachdem ich einen Spaziergang durch Valencia gemacht hatte, war ziemlich schnell klar für mich, dass es diese Stadt werden wird. Hier kam alles zusammen, was ich mir für mich wünschte.

**Und was magst du besonders an Valencia?**

**Stephanie:** Valencia hat einfach alles: Meer, Berge, Kultur, Natur, nette Menschen, gutes Essen, Sonnenschein. Und ich wohne perfekt zwischen Meer und Altstadt. ▶

**Du hast in verschiedenen Ländern und Städten, darunter Paris und Orlando, gelebt. Was führte dich an diese Orte und was waren die prägendsten Erfahrungen während deiner Zeit dort?**

**Stephanie:** Bis 2003 habe ich in Leipzig studiert. Dann traf ich die Entscheidung für das Urlaubssemester in Paris. Das war ein großer Schritt für mich, denn ich hatte ja noch nie im Ausland gelebt. Im Winter- und Sommersemester 2004/05 unterstützte ich als Fremdsprachenassistentin Lehrkräfte im Deutschunterricht an zwei Lycées in der Region Paris und entschied mich dann in 2005/06, ein Jahr an der Sorbonne zu studieren. Im Sommersemester 2006 machte ich dort dann meinen Bachelor in Germanistik und arbeitete erstmalig fulltime für Disney Paris. Mit der Entscheidung damals für Paris wuchs meine Begeisterung, Sprachen zu lernen, zu vertiefen und vor allem zu reisen.

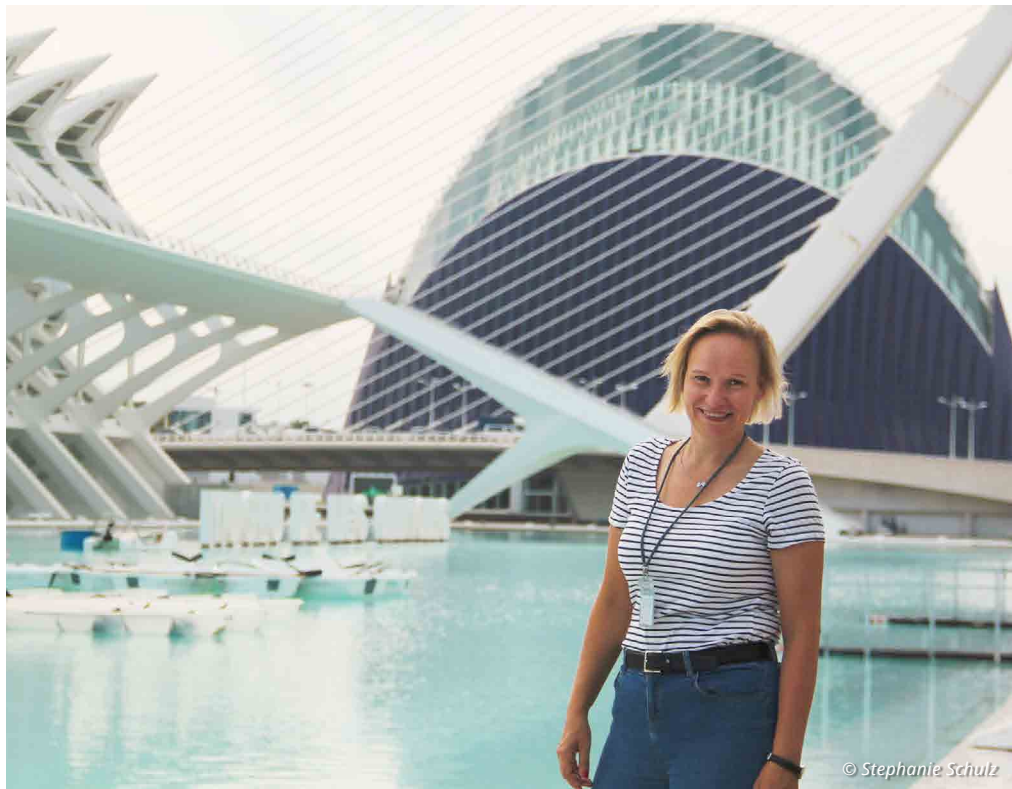
.....

**„Ab dann wollte ich nur noch reisen und neue Kulturen und neues Essen entdecken!“**

.....

Von 2007 bis Januar 2008 ging ich für Disney nach Orlando und arbeitete dort bei Disneyworld. Von dort aus konnte ich meine Reiselust weiter ausleben. Ich reiste viel in der Nebensaison. In Florida zu leben, hatte zudem den Vorteil, dass ich einige nahe liegende Länder bereisen konnte, unter anderem Puerto Rico. Was ich während dieser Reise erlebt habe, hat mich nachhaltig geprägt. Ich war auf einem Lagunensee und bei Dunkelheit fing dieser plötzlich an zu leuchten. Es handelte sich hierbei um die berühmten biolumineszenten Buchten Puerto Ricos: Hier leben unzählige mikroskopisch kleine Organismen, die leuchten, wenn sie mechanisch angeregt werden, also beispielsweise, wenn man mit der Hand durch das Wasser gleitet. Das war mein, wenn man so sagen will, erleuchtender Moment: Ich fühlte mich in dem warmen Wasser umgeben von tausenden Sternen. Ab dann wollte ich nur noch reisen und neue Kulturen und neues Essen entdecken! Vielleicht lag es mir auch ein wenig durch meinen Opa im Blut, der war nämlich immer auf dem Schiff unterwegs in der Welt.

**Vor deinem Umzug nach Valencia hast du mehrere Jahre lang als Reiseleiterin für Adventures by Disney gearbeitet. Wie kam es dazu und was hat dich an dieser Tätigkeit besonders gereizt?**



© Stephanie Schulz

In der Stadt der Künste und Wissenschaften



© Stephanie Schulz

Stadttor Torres de Serranos und das beste Transportmittel in Valencia: Fahrrad

**Stephanie:** Mein Einstieg bei Disney begann ja bereits während des Urlaubssemesters in Paris. Zu Adventures by Disney kam ich gewissermaßen wie die Jungfrau zum Kinde. Nachdem ich schon mehrere Jahre für Disney gearbeitet habe, hatte ich eigentlich vor, nach Japan zu gehen um dort Deutsch zu unterrichten. Eine Freundin mach-

te mich dann aufmerksam auf eine Vorstellungsrunde für „Adventures by Disney“. Das war alles mega kurzfristig. Den Tag danach hatte ich um zehn Uhr meine Vorstellung und konnte mich sehr professionell darstellen, sodass meine spätere Chefin begeistert von mir war. Es war auch eine Tour in Deutschland geplant, worauf ich mich ▶

dann gezielt beworben habe. Es gab sehr viele Bewerberinnen und Bewerber und ich konnte mich mit meiner Bewerbung behaupten. Ich hatte auch einen großen sprachlichen Vorteil mit Deutsch. Ab Mai 2008 hatte ich dann meine ersten Reise als „Adventures by Disney Guide“. Der Job führte mich nach Deutschland, Österreich, in die Schweiz, Italien, nach Prag, Budapest, entlang der Donau sowie auf den Rhein. Wenn man leidenschaftlich gerne reist, ist das der perfekte Job: Ich wollte nie wieder was anderes machen zu dem Zeitpunkt.

Generell war es für mich wirklich toll, bei Disney zu arbeiten. Daher war ich wohl auch so viele Jahre für sie tätig. Die Jobs sind einfach qualitativ sehr gut gewesen.

**Heute arbeitest du als Stadtführerin in Valencia. Wie kommt man dazu, diese Arbeit offiziell ausüben zu dürfen?**

**Stephanie:** Nachdem klar war, dass Valencia meine neue Wahlheimat wird, habe ich Kontakt mit der Tourismusbehörde aufgenommen, um herauszufinden, was ich benötige, um Stadtführerin zu werden. Sprachlich bin ich sehr begabt, daher waren neben meiner Muttersprache Deutsch, Englisch und Französisch bereits in meinem Repertoire. In Malaga und auf Lanzarote hatte ich bereits erste Spanisch-Kenntnisse erworben. Für die Abschlussprüfung zur staatlich anerkannten Fremdenführerin musste ich die Sprache jedoch intensiv lernen und habe einen Sprachkurs belegt sowie einen Tourismuskurs, eine Art Vorbereitungskurs auf die offizielle Prüfung, um im Tourismus tätig werden zu können.

Der Vorteil an Valencia war auch, dass es schon immer deutschen Tourismus gab, nur leider wenige Personen mit deutschen Sprachkenntnissen. Das war natürlich sehr vorteilhaft für mich. Ab 2011 war ich dann als Stadtführerin hier tätig, habe jedoch noch bis 2017 im Sommer sowie zu Weihnachten zusätzlich für Disney gearbeitet.

**Seit über sieben Jahren hast du mit Valencia Inside dein eigenes Business aufgebaut. Wie kam es dazu?**

**Stephanie:** 2016 ergab sich auf Nachfrage einer damaligen Freundin, für die ich und meine jetzige Mitstreiterin Eline van den Heuvel bereits arbeiteten, die Option, die Firma zu übernehmen. Zusammen mit Eline sind wir seitdem mit „Valencia Inside“ tätig und bieten klassische Stadtführungen zu Fuß, mit dem Fahrrad oder Reisebus an sowie Ausflüge in die Region oder maßgeschneiderte Touren und Ereignisse für Familien, Freundinnen und Freunde oder Firmen an.

**Wie läuft es überhaupt ab, mit der Anmeldung, Versicherung und so weiter, wenn man erstens sich entscheidet nach Spanien auszuwandern und zweitens auch noch selbstständig tätig wird? War es ein bürokratischer Aufwand, die Firma zu übernehmen?**

**Stephanie:** Es war nicht so kompliziert, da ich eine Europäische Staatsbürgerschaft habe. Ich musste mich überall anmelden – Sozial- und Krankenversicherung, Rathaus, Bank und so weiter – und eine ‚Ausländernummer‘ beantragen, die

NIE (Número de Identidad de Extranjero). Die Firma zu übernehmen war auch ok, zwar mit Kosten verbunden, aber alles im Rahmen. Ich finde Spanien nicht bürokratischer als Deutschland, man muss nur eben etwas Geduld haben.

.....

*„Ich finde Spanien nicht bürokratischer als Deutschland, man muss nur eben etwas Geduld haben.“*

.....

**Du hast sogar einen Reiseführer für Valencia geschrieben, der 2018 erschienen ist. Wie kam es dazu und welche Herausforderungen gab es dabei für dich?**

**Stephanie:** Eine Freundin hatte vor vielen Jahren mal bei einem Verlag angefragt, ob sie nicht einen Reiseführer für Valencia schreiben könnte. Das Interesse bei den Verlagen war da, aber nicht so groß, und Valencia scheinbar nicht so attraktiv, dass es sich gelohnt hätte. Irgendwann wurde die Stadt touristisch und immer attraktiver und der Reise Know How Verlag kam dann auf meine Freundin zu, ob nicht doch noch Interesse besteht, einen Reiseführer zu schreiben. Da meine Freundin aber nicht mehr in Valencia lebte, kam diese auf mich zu. Ich musste dann Schriftproben einreichen und mich beweisen und als dann das „Go“ kam, musste ich also richtig loslegen mit dem Schreiben. Ich war schon sehr naiv am Anfang und unterschätzte völlig, was für Arbeit auf mich zukam. Was auch daran lag, dass ich sehr perfektionistisch bin und einen hohen Anspruch an mich und meine Arbeit selbst habe. Ich wollte, dass das Buch top ist und ich auch gute Resonanzen erzielen konnte. Da sollte nicht irgendwas hingeschrieben werden, sondern es war mein „valencianisches Baby“. Hinzu kam, dass ich ungerne lange Zeit am Schreibtisch sitze, was ja nicht ausbleibt, wenn man sich ans Schreiben eines Buches macht. Das war auf jeden Fall herausfordernd und forderte große Disziplin.

**Wie war es dann für dich, als dein „valencianisches Baby“ in Deutschland, Österreich und der Schweiz erschien?**

**Stephanie:** Ganz klar: Ich war mega stolz! Als ich das erste Mal Leute auf der Straße in Valencia mit meinem Reiseführer habe rumlaufen sehen, war das so ein tolles Gefühl. Ich bin dann auch gleich auf



© Stephanie Schulz

Im Umbracle-Schattengang in der Stadt der Künste und Wissenschaften

die Leute zugegangen und habe ihnen erzählt, dass ich das bin, die dieses Buch geschrieben hat. Ich bekam durchweg ein positives Feedback. Stolz zu sein auf das, was man geleistet hat und dann auch noch eine gute Resonanz zu erhalten, mehr kann man sich eigentlich nicht wünschen. Das macht alle Arbeit vorher wert.

.....

*„Wir wissen genau, wovon wir sprechen, wenn wir Menschen bei Touren durch die Stadt oder die Umgebung führen.“*

.....

**Und für euer Reiseunternehmen ist das sicherlich auch förderlich?**

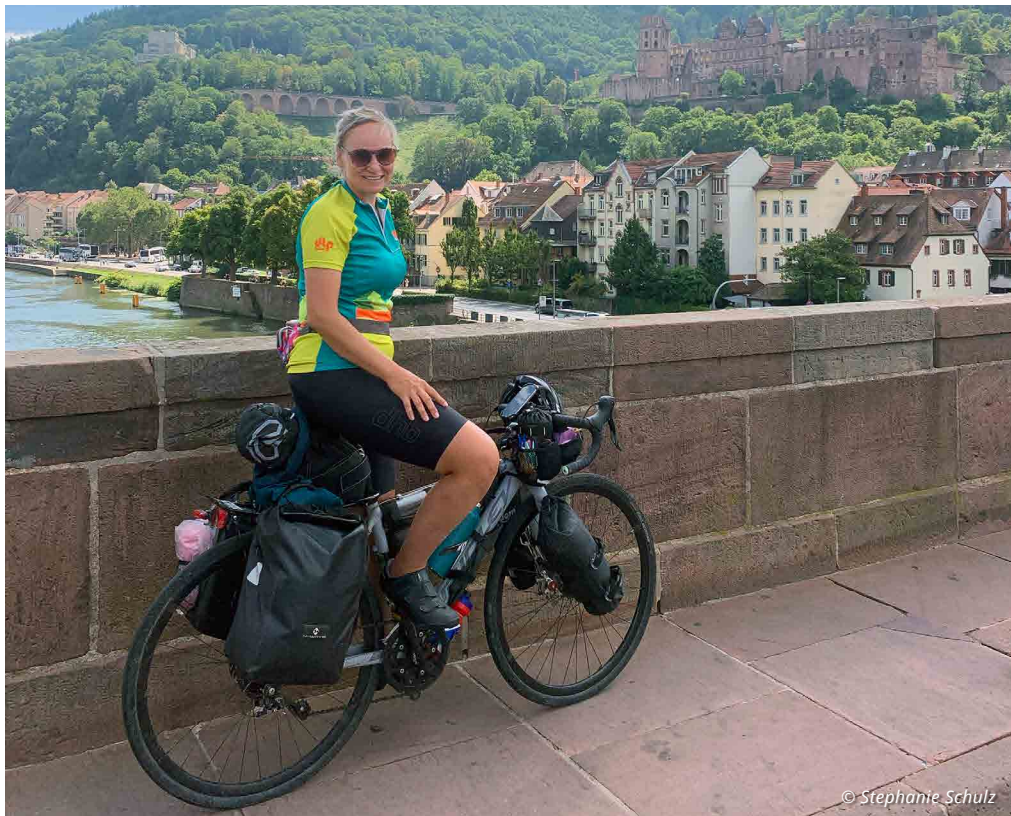
**Stephanie:** Auf jeden Fall. Eine Agentur zu haben, deren Mit-Eigentümerin auch noch einen Reiseführer geschrieben hat, ist eine super Werbung für uns. Hinzu kommt, dass wir seit mehreren Jahren in Valencia leben. Wir wissen genau, wovon wir sprechen, wenn wir Menschen bei Touren durch die Stadt oder die Umgebung führen. Und wir lieben die Stadt, kennen sie in- und auswendig, das macht uns als Stadtführerinnen umso authentischer.

**Wie schaffst du es, die kulturelle Vielfalt und Geschichte Valencias in deinen Stadtführungen lebendig und interessant zu vermitteln?**

**Stephanie:** Ich bin leidenschaftlich gerne Stadtführerin. Die Themen Reisen, Kulturen, Essen und so weiter begeistern mich. Durch meine Zeit bei Disney habe ich immer mit verschiedensten Menschen zu tun gehabt. Was den Customer Service angeht, war das wohl mit eines der wichtigsten Dinge, die ich daraus mitgenommen habe, sowie das Storytelling. Das ist ja ein wichtiger Aspekt bei Disney gewesen und daher total förderlich für meine Arbeit als Stadtführerin.

Ich liebe es, mit anderen Menschen zusammen zu sein. Das kann auch mal anstrengen, da man ja auch selber privat ab und an Themen hat, die einen umtreiben, aber bisher hatte ich immer sehr tolle Touristinnen und Touristen und viel Spaß mit meinen Reisegruppen.

Ich denke auch, dass es wichtig ist, professionell zu sein in meinem Beruf. Daher mache ich ständig Fortbildungen. Die Menschen mitzunehmen auf eine Reise



© Stephanie Schulz

Von Valencia nach Lüneburg: Stop auf der Alten Brücke in Heidelberg

durch die Stadt und ihre Schönheiten, darin liegt meine Stärke. Ich glaube, ich bin sehr authentisch, ich weiß, wovon ich spreche, möchte unterhalten und das Interesse der Menschen für meine Wahlheimat wecken. Ich kann natürlich auch irgendwelche geschichtlichen Daten runterratern, aber das ist nicht die Intention bei den Touren, die wir anbieten. Ich verpacke das lieber in kleine Geschichten oder kleine Anekdoten aus dem alltäglichen Leben der Menschen in Valencia oder erzähle spannende Legenden, die sich um die Stadt ranken.

**Wie hat sich dein Leben seit deinem Umzug nach Valencia verändert, sowohl persönlich als auch beruflich?**

**Stephanie:** Beruflich habe ich genau das gefunden, wofür mein Herz schlägt. Ich habe immer Menschen um mich, liebe das Leben in Valencia und vor allem das Wetter und das Essen. Valencia ist einfach toll! Ich mag die Atmosphäre in der Stadt. Und der Tourismus hat auch angezogen, was für mich ja durchaus positiv ist.

Meiner Reiseleidenschaft gehe ich weiterhin nach. Ich reise viel in der Nebensaison und, da ich nun schon seit 13 Jahren hier lebe, habe ich auch Freundinnen und Freunde, die ich, wenn ich will, jeden Tag sehen kann. Außer meiner Familie zieht es mich nicht groß nach Deutschland, aber da es ja nicht so weit ist, besuche ich natürlich auch regelmäßig meine Familie, die umgekehrt auch mich besuchen kommt.

Ich brauche eine Community, eine Basis, und die habe ich hier gefunden. Ich hatte den Wunsch, öfters die gleichen Leute zu sehen, und wenn der Moment kommt, in dem du auf der Straße, im Café oder Supermarkt einem guten Freund oder einer guten Freundin begegnest, verstärkt es das Gefühl nochmal, angekommen zu sein und es fühlt sich dann auch wie Heimat an.

.....

*„Ich brauche eine Community, eine Basis und die habe ich hier gefunden.“*

.....

Grundsätzlich ist es ja so, dass du dir erst einmal einen Freundeskreis aufbauen musst, wenn du neu irgendwo hinziehst. Und ab einem gewissen Alter macht man das dann auch bewusster und selektierter. Mein hiesiger Freundeskreis besteht zum größten Teil aus anderen Expats und Leuten, die auch sehr viel gereist sind in ihrem Leben.

Das Thema Familie spielt in Spanien eine wichtige Rolle. Daher verbringen die Valencianerinnen und Valencianer besonders an den Wochenenden viel Zeit mit ihren Familien. Da bin ich dann natürlich raus, habe aber auch andere Freundinnen und Freunde, die ich dann treffen kann. ▶

## Welche Orte oder Aktivitäten in Valencia empfehlst du besonders in deinem Reiseführer?

**Stephanie:** Oh, das ist ein weites Thema! Ich denke, das Beste ist, mit dem Fahrrad oder zu Fuß die Stadt in ihrer Vielfalt zu entdecken, von der historischen Altstadt mit dem tollen Zentralmarkt über den Turia-Park, der früher ein Fluss war, zur futuristischen Stadt der Künste und Wissenschaften und dann natürlich noch ans Meer. Die Wege sind hier nicht weit und trotzdem ist es eine Großstadt, in der man viel erleben kann.

## Nach all den Reisen und den Menschen, die dir begegnet sind und den Orten, an denen du gelebt hast: Was hast du daraus am meisten mitgenommen fürs Leben? Was ist dir wichtig geworden?

**Stephanie:** Je mehr man reist, umso mehr lernt man – über verschiedene Kulturen, Länder, Lebensentwürfe, aber eben auch über sich selbst! Wichtig ist mir der absolute Respekt für andere – aber auch für die Natur und andere Lebewesen – sowie wahre und tiefe Freundschaften, egal, ob man im gleichen Land oder der gleichen Zeitzone lebt, und die Neugier aufs Leben, die man nie verlieren sollte.

Ich habe immer viel gearbeitet, zu viel manchmal. Mit der Corona-Pandemie kam dann die Pause. Ich habe viel verändert für mich und mein Leben, ernähre mich vegan und habe das Radfahren für mich entdeckt.

## Sommer 2023 hast du dich alleine mit dem Fahrrad von Valencia aus bis zu deinen Eltern nach Lüneburg in Niedersachsen auf den Weg gemacht. Über 2000 Kilometer bei sehr wechselhaftem Wetter. Da kommt man sicherlich oft an seine Grenzen. Wie war es für dich?

**Stephanie:** Es war eine einmalige und wirklich herausfordernde, schöne Erfahrung. Am Anfang war es schwierig, es war heiß und ich habe sehr an mir, meinen Fähigkeiten und der Verwirklichung dieses Projekts gezweifelt. Ich war alleine unterwegs und musste ALLES mit mir selbst ausmachen. Das hat Vor- und Nachteile. Aber mit den Tagen wurde es immer besser, bis ich es dann voll genossen habe. Die Bewegung, die Natur, die Menschen. Die einfachen Dinge des Lebens. Pure Lebensfreude. Nie werde ich den Moment vergessen, als ich bei meinen Eltern angekommen bin. Ich habe schon eine Stunde vorher angefangen zu weinen, es war so ergreifend, dann auch für meine Eltern. Was für eine Leistung. Ich würde es wieder machen!

## Was sind deine Pläne und Ziele für die Zukunft, sowohl in Bezug auf deine Arbeit als auch persönliche sowie für weitere schriftstellerische Projekte?

**Stephanie:** Momentan sehe ich keinen Grund, Valencia den Rücken zu kehren. Ich fühle mich sehr wohl hier und bin zufrieden mit meinem Leben. Ich freue mich immer sehr auf die kleinen Gruppen, denen ich Valencia und Umgebung zeigen kann.

Ein wichtiges Projekt für mich ist weniger zu arbeiten. Seit der Corona-Pandemie 2020 habe ich das schon bewusster reduziert. Die Zeit hat mir eine Ruhepause gebracht, in der ich viel verändert habe für mich. Ich möchte immer noch viel von der Welt sehen, habe aber keine konkreten Ziele vor Augen.

Gerade sitze ich an einer Neuauflage zum Reiseführer und es wird noch einen Reiseführer zur Costa Blanca geben, der 2025 erscheinen soll. Langweilig wird mir also mit Sicherheit nicht werden. ◉



Mit Lieblings-Disney-Figuren Chip und Chap

## Über Stephanie Schulz

Stephanie Schulz hat in Leipzig Germanistik und Kulturwissenschaften studiert und ist schon seit 2003 im Tourismus tätig. Nach vielen Jahren, in denen die gebürtige Schwerinerin weltweit unterwegs war als Backpackerin und Reiseleiterin, hat sich Valencia im Wettbewerb mit neun weiteren spanischen Städten als ihre Wahlheimat durchgesetzt. Ihre Leidenschaft für die Stadt und für das Reisen teilt sie mit Besuchenden vor Ort: Sie arbeitet als lizenzierte Stadtführerin, hat ein eigenes Unternehmen und organisiert Touren, Ausflüge und Erlebnisse aller Art.



Sie liebt es, mit dem Rad durch das ausgetrocknete Flussbett der Turia zu radeln, testet gerne Restaurants und lernt immer wieder Neues über die Stadt. Auf [valenciainside.com](http://valenciainside.com) können Interessierte mehr über ihre Führungen, Radtouren und Ausflüge erfahren.

 [Webseite/Blog](#)

## CityTrip Valencia

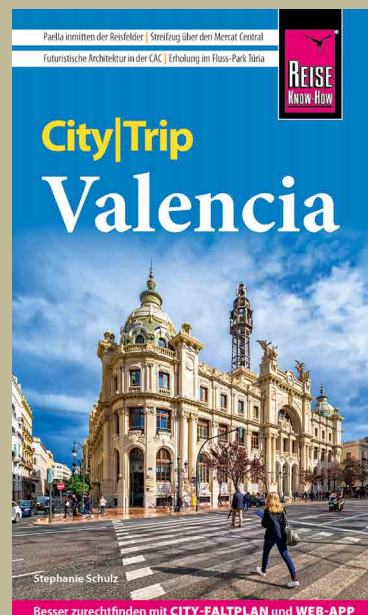
Reiseführer mit Stadtplan und kostenloser Web-App

Stephanie Schulz

Verlag: Reise Know-How

ISBN: 978-3-8317-3561-7

3. Auflage 2022 (die neue wird gerade aktualisiert und erscheint dann in 2024), 144 Seiten, 14,00 Euro



# Jahresvignetten 2023 sind ab Februar ungültig

Die Wintersaison ist in vollem Gange und viele Urlauberinnen und Urlauber sowie Tagestouristen freuen sich auf Skiurlaub oder Ferien im benachbarten Ausland.

Die Regelungen zur Vignettenpflicht bleiben unverändert, wichtig zu wissen ist jedoch: Die Jahresvignetten 2023 für Österreich und die Schweiz sind nur noch bis Mittwoch, 31. Januar 2024 gültig. Dies gilt auch für die digitalen Jahresvignetten für Österreich. Ab 1. Februar werden nur noch die neuen Vignetten für 2024 akzeptiert.

Anders sieht es bei den slowenischen Jahresvignetten aus: Diese sind zwölf Monate ab dem gewünschten Beginn gültig (zum Beispiel 1.5.2023 bis einschließlich 1.5.2024). Die slowenischen Vignetten sind nur digital erhältlich, ebenso die Ende 2023 neu eingeführte 1-Tages-Vignette, die 10-Tages-Vignette und die Streckenvignetten für Österreich – auch kurzfristig mit sofortiger Gültigkeit im [ADAC-Mautportal](#).

## Hohe Bußgelder bei fehlender Vignette

Wer nicht im Besitz einer gültigen Vignette ist, muss mit hohen Bußgeldern rechnen. Am teuersten ist es in Slowenien, wo bis zu 600 Euro fällig werden. In Österreich kostet ein solcher [Mautverstoß](#) mindestens 120 Euro – bei Manipulation der Vignette das Doppelte. In der Schweiz werden 200 Franken zusätzlich zum Vignettenpreis fällig.

In Österreich wurden die Vignettenpreise für das Jahr 2024 nur zum Teil erhöht. Der Preis für die Pkw-Jahresvignette bleibt bei 96,40 Euro, für zwei Monate bei 28,90 Euro. Nur die 10-Tages-Vignette kostet jetzt 11,50 Euro statt vorher 1,60 Euro. Die neue 1-Tages-Vignette kostet 8,60 Euro. Informationen zur Buchung und Bezahlung österreichischer Mautprodukte sind [hier](#) zusammengestellt.

Wer für die Schweiz eine Jahresvignette benötigt, muss aufgrund des Wechselkurses 44 Euro bezahlen. In der Schweiz kostet sie weiterhin 40 Franken. In Slowenien bleiben die Preise bis 2024 stabil. So kostet eine Jahresvignette für Pkw weiterhin 117 Euro, für sieben Tage werden 16 Euro fällig.

Vorsicht ist bei [unseriösen Online-Anbietern](#) geboten: Sie verlangen teilweise mehr als das Doppelte, warnt der ADAC.

## Ausnahmen von der Vignettenpflicht

Auf folgenden Autobahnabschnitten in Österreich wird keine Maut erhoben. Diese Strecken sind vor allem für Reisende aus Deutschland von Bedeutung:

- Tirol: Inntalautobahn A12 (zwischen der Staatsgrenze bei Kufstein und der Anschlussstelle Kufstein-Süd)
- Land Salzburg: Westautobahn A1 (zwischen der Staatsgrenze bei Walsertal und der Anschlussstelle Salzburg-Nord)
- Vorarlberg: Rheintal/Walgau-Autobahn A14 (zwischen der Staatsgrenze bei Hörbranz und der Anschlussstelle Hohenems)

Informationen zur digitalen Vignette, zur Sondermaut und zu Bußgeldern gibt es [hier](#).

Vignetten in digitaler und selbstklebender Ausführung für Österreich, die Schweiz und Slowenien (nur digital) sind in allen ADAC-Geschäftsstellen erhältlich, österreichische Streckenmauttickets sowie 10-

und 1-Tages-Vignetten im ADAC Mautportal am PC und mobil auf dem Handy. Sowohl vor Ort in der ADAC Geschäftsstelle als auch online im ADAC Mautportal sind sie sofort nach dem Kauf gültig.



## Rechtsschutz für Autofahrer\*innen im Ausland

Wer im Ausland mobil unterwegs ist, vielleicht sogar für längere Zeit und mit dem eigenen Auto, ist mit einem umfassenden Rechtsschutz generell gut beraten. Denn nicht nur im Straßenverkehr gilt: Andere Länder, andere Regeln. Wer die Rechtslage nicht kennt, wird im Ausland erhebliche Schwierigkeiten haben, das eigene Recht durchzusetzen. Zudem kann der Prozess langwierig und teuer werden. Kompetente Hilfe in allen Rechtsfragen rund um den privaten Lebens- und Verkehrsbe- reich bietet zum Beispiel die Rechtsschutzversicherung [EXPAT LEGAL](#), die der BDAE gemeinsam mit der ARAG entwickelt hat. Sie haben Fragen? Dann kontaktieren Sie gerne unser Privatkunden-Team:

 [privatkunden@bdae.com](mailto:privatkunden@bdae.com)

 +49-40-306874-23

# Das sind 2024 die stärksten Pässe weltweit

Reisepässe ermöglichen das Reisen rund um die Welt und das Überschreiten von Grenzen – zum Teil sogar ohne Visum. Diese Reisefreiheit variiert jedoch von Land zu Land, denn je nach Nationalität können unterschiedlich viele Länder ohne Visum besucht werden.

Das Unternehmen Henley & Partners veröffentlicht jährlich einen Passport Index zu den „mächtigsten“ und „schwächsten“ Reisepässen der Welt. Der Index basiert auf offiziellen Daten der International Air Transport Association (IATA) und bewertet alle Reisepässe weltweit nach der Anzahl der Reiseziele, die ihre Inhaberinnen und Inhaber ohne Visum bereisen können.

Im Henley Passport Index 2024 teilen sich zum ersten Mal sechs Länder den ersten Platz unter den stärksten Reisepässen der Welt. Bürgerinnen und Bürger mit diesen Pässen haben visafreien Zugang zu einer Rekordzahl von Reisezielen.

Vier Mitgliedstaaten der Europäischen Union – Frankreich, Deutschland, Italien und Spanien – führen zusammen mit [Japan und Singapur](#) die Rangliste der Länder mit den stärksten Pässen an. 194 von 227 Reisezielen weltweit können von den Inhaberinnen und Inhabern dieser Pässe ohne Visum besucht werden. Die beiden asiatischen Staaten Japan und Singapur stehen seit fünf Jahren an der Spitze des Indexes.

## Die globale Mobilitätsschere ist breiter als je zuvor

Dr. Christian H. Kaelin, Vorsitzender von Henley & Partners und Initiator des Reisepassindex, kommentiert, dass der allgemeine Trend, der sich in den fast zwanzig Jahren des Rankings ablesen lässt, zwar in Richtung größerer Reisefreiheit geht. Allerdings ist die Kluft in der globalen Mobilität zwischen den Spitzenreitern und den Schlusslichtern des Index größer denn je. „Die durchschnittliche Anzahl der Reiseziele, die Reisende ohne Visum erreichen können, hat sich von 58 im Jahr 2006 auf 111 im Jahr 2024 fast verdoppelt. Dennoch können die Länder an der Spitze der Rangliste nun zu Beginn des neuen Jahres erstaunliche 166 Reiseziele mehr ohne Visum besuchen als Afghanistan, das am Ende der Rangliste steht und nur Zugang zu 28 Ländern ohne Visum hat“, so Dr. Kaelin.



## Asiatische Länder und EU-Staaten teilen sich die Spitzenplätze

Südkorea teilt sich den zweiten Platz mit Finnland und Schweden. Bürgerinnen und Bürger dieser Länder können ohne Visum in 193 Länder reisen. Vier weitere EU-Länder – Österreich, Dänemark, Irland und die Niederlande – teilen sich mit 192 Reisezielen den dritten Platz.

Die Top Ten wird weitgehend von europäischen Ländern dominiert, wobei das Vereinigte Königreich um zwei Plätze auf den vierten Rang vorrückte und nun visumfreien Zugang zu 191 Reisezielen hat, gegenüber 188 im Vorjahr. Reisende mit australischen und neuseeländischen Reisepässen rücken mit 189 visumfreien Reisezielen auf den sechsten Platz vor, während die USA mit 188 visumfreien Reisezielen ihren siebten Platz halten. Es ist nun ein Jahrzehnt her, dass das Vereinigte Königreich und die USA 2014 gemeinsam den ersten Platz im Index belegten.

## Vereinigte Arabische Emirate sind das Land mit dem größten Aufwärtstrend

Die Vereinigten Arabischen Emirate (VAE) halten weiterhin den Rekord als das Land mit dem stärksten Aufstieg im Henley Passport Index in den letzten zehn Jahren und haben ihre beeindruckende Anzahl an visumfreien Reise-

zielen seit 2014 um 106 Destinationen erweitert. Dies führte zu einem beeindruckenden Aufstieg um 44 Plätze im Ranking von Platz 55 auf Platz 11.

Die Ukraine und China gehören ebenfalls zu den fünf Ländern, die sich in den letzten zehn Jahren am stärksten verbessert haben, mit einem Nettogewinn von jeweils 21 Plätzen. Die Ukraine liegt nun auf Platz 32 mit 148 visafreien Reisezielen, während China auf Platz 62 steht und Zugang zu 85 visafreien Reisezielen hat, verglichen mit nur 44 im Jahr 2014. Trotz eines Nettogewinns von 24 Reisezielen in den letzten zehn Jahren hat sich Russlands visafreies Ergebnis und Ranking seit 2017 kaum verändert und liegt derzeit auf Platz 51 mit Zugang zu 119 Reisezielen.

Frédéric Léger, Senior Vice President der IATA, weist darauf hin, dass angesichts der erwarteten Verdoppelung des Passagieraufkommens bis 2040 die Optimierung und Verbesserung der Flughafenprozesse weiter vorangetrieben werden muss. „Die Überprüfung und Bestätigung von Reisedokumenten muss in vielen Fällen noch manuell erfolgen. Mit dem zu erwartenden weiteren Wachstum des Luftverkehrs muss diese Aufgabe viel stärker automatisiert werden“.

Auf der [Website des Henley Passport Index](#) können Interessierte herausfinden, in wie vielen Ländern ihnen ihr Reisepass die Türen öffnet.





# Reservierte Liegen am Pool können einen Reisemangel begründen

© Paul Vinten, AdobeStock

Wer kennt nicht diese Situation am Pool während des Urlaubs: Alle Liegen sind mit Handtüchern belegt, obwohl der Großteil der Urlaubenden noch beim Frühstück sitzt. Das ging einem Urlauber in Griechenland zu weit.

**E**r verlangte eine Minderung des Reisepreises und zog vor das Amtsgericht in Hannover – mit Erfolg.

## Mangelhaftigkeit der Pauschalreise

Mit Urteil vom 20.12.2023 (Aktenzeichen 553 C 5141/23) hat das Amtsgericht Hannover entschieden, dass eine Pauschalreise auch dann mangelhaft sein kann, wenn der Reiseveranstalter in einer Hotelanlage entweder nur wenige Poolliegen zur Verfügung stellt oder aber nicht einschreitet, wenn andere Reisegäste Poolliegen etwa mittels eines Handtuchs längere Zeit reservieren, ohne sie tatsächlich zu nutzen.

## Wie es zu der Klage kam

Der Kläger buchte für sich und seine Familie eine Pauschalreise nach Rhodos zum Gesamtpreis von 5.260 Euro. Das gebuchte Hotel verfügte über sechs Swimmingpools und circa 500 Poolliegen. Nach den ausgehängten Verhaltensregeln war es den Badegästen untersagt, Poolliegen länger als 30 Minuten zu reservieren, ohne sie in Anspruch zu nehmen. Tatsächlich aber reservierten die Badegäste die Liegen mit ihren Handtüchern länger. Die Hotelleitung und das Personal unternahmen nichts dagegen.

Der Beschwerdeführer und seine Familie hielten sich dagegen an die vorgegebenen Verhaltensregeln. Der Kläger rügte mehrfach, dass ihm und seiner Familie deshalb keine Liegen zur Verfügung gestanden hätten und sah darin einen Reisemangel. Daraufhin verlangte er von der Beklagten unter anderem einen Teil des Reisepreises (798 Euro) zurück.

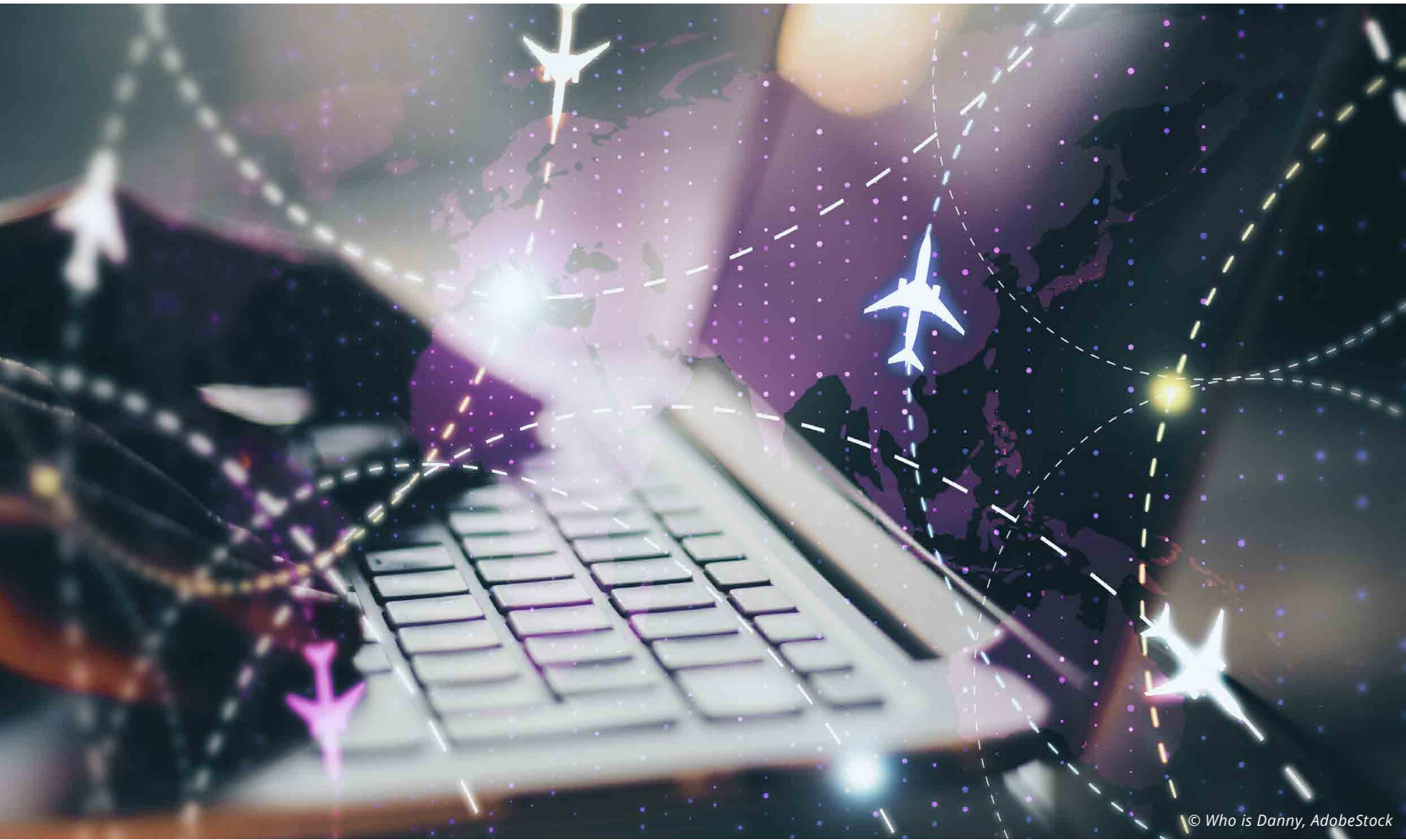
Die Beklagte war der Ansicht, dass es sich um einen friedlichen Wettstreit um die begehrten Plätze am Pool mit dem besseren Ende für den sprichwörtlichen „frühen Vogel“ gehandelt habe, aber nicht um einen Reisemangel. Es sei möglich, dass sich nur der Kläger und seine Familie an die Regeln des Pools gehalten hätten, auch wenn sie nicht mit Sanktionen hätten rechnen müssen, wenn der Kläger am Abend oder seine Lebensgefährtin am Morgen bei Sonnenaufgang ihr Handtuch auf einen Liegestuhl gelegt hätten.

## Die Entscheidung: Minderung des Reisepreises

Das Amtsgericht gab der Klage teilweise statt und sprach dem Kläger einen Betrag von 322,77 Euro zu. Dabei ging das Gericht davon aus, dass der Reiseveranstalter nicht verpflichtet sei, jedem Hotelgast eine Liege zur Verfügung zu

stellen. Vielmehr müsse die Anzahl der Liegen in einem angemessenen Verhältnis zur Auslastung des Hotels und damit zur Anzahl der Hotelgäste stehen. Stehen zwar ausreichend Liegen zur Verfügung, sind aber für den Reisenden faktisch nicht nutzbar, weil andere Hotelgäste entgegen der Verhaltensregeln Poolliegen mit eigenen Handtüchern reservieren, ohne diese zu nutzen, ist der Reiseveranstalter zum Einschreiten verpflichtet. Dabei sei es nicht Sache des Reisenden, selbst für Abhilfe zu sorgen, indem er entweder eigenmächtig fremde Handtücher entferne oder seinerseits entgegen der Verhaltensregeln Liegen reserviere. Dies sei unzumutbar, da Streitigkeiten mit anderen Hotelgästen zu befürchten seien, auf die sich kein Reisender einlassen müsse.

Das Gericht war aufgrund der durchgeführten Beweisaufnahme davon überzeugt, dass dem Kläger und seiner Familie nach dem Frühstück ab etwa 9.00 Uhr keine Liege zur Verfügung stand, weil diese entweder besetzt, mit Badetüchern anderer Badegäste „belegt“ oder defekt waren. Das Gericht hat insoweit eine Minderung des Reisepreises in Höhe von 15 Prozent des Tagesreisepreises für die betroffenen Tage ab der ersten Rüge des Klägers angenommen. Das Urteil ist rechtskräftig und eine Berufung wurde nicht zugelassen.



© Who is Danny, AdobeStock

# Geschäftsreisen: Unternehmen befürworten strenge Richtlinien zur Vorbeugung von Cyber-Angriffen

In mehr als der Hälfte der Unternehmen werden Laptops und mobile Geräte mit erhöhten Sicherheitsstandards zur Verfügung gestellt.

Das ergab die Kurzumfrage „Cybersecurity“ des Deutschen Reiseverbands (DRV). Laptop, Smartphone und Tablet gehören zur Standardausrüstung, wenn es darum geht, in der heutigen digitalisierten Welt auch unterwegs effizient zu arbeiten. Dies birgt jedoch auch erhebliche Risiken, denn unzureichend geschützte Systeme bieten Cyberkriminellen zahlreiche Möglichkeiten, an sensible Daten und Informationen zu gelangen und die Geräte zu sabotieren. Gerade auf Dienstreisen sind Unternehmen dieser Gefahr besonders ausgesetzt. Unternehmen wissen um die Bedrohung: Rund zwei Drittel schätzen die Gefahr, während einer Geschäftsreise Opfer eines Cyber-Angriffs zu werden, als hoch ein. Um sich davor zu schützen, werden strenge

Richtlinien und Maßnahmen erlassen, wenn Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf Dienstreise gehen.

## Die Hälfte der Unternehmen setzt auf eine Zwei-Faktor-Authentifizierung

Mehr als jedes zweite befragte Unternehmen befürwortet eine Zwei-Faktor-Authentifizierung. Damit verbunden sind auch ein Verbot der Nutzung öffentlicher Netzwerke und frei zugänglicher WLANs sowie strenge Anforderungen an die Passwortgenerierung. Darüber hinaus ist es knapp einem Drittel der befragten Dienstreisenden erlaubt, sich ausschließlich über eine VPN-Verbindung einzuwählen, wenn sie beruflich unterwegs sind. Fast ebenso viele geben an, für bestimm-

te Länder spezielle Geräte mit erhöhten Sicherheitsstandards mitnehmen zu müssen. Als weitere Schutzmaßnahmen gegen Cybergefahren auf Geschäftsreisen nannten die Befragten die Deaktivierung von Bluetooth (31 Prozent) sowie die Verwendung von Bildschirmschutzfiltern (26 Prozent). Lediglich fünf Prozent der Befragten geben an, keine Verhaltensregeln vorgegeben zu bekommen.

## Unternehmen stellen Laptops & Co. zum Schutz vor Cyberangriffen zur Verfügung

Mehr als die Hälfte der Unternehmen stellt ihren Mitarbeitenden Laptops und mobile Geräte mit erweiterten Sicherheitsstandards zur Verfügung oder ermöglicht den Zugriff über eine VPN-Verbindung, die ▶

von Unbefugten nicht eingesehen werden kann. Zur Standardausrüstung für Geschäftsreisen gehören bei knapp der Hälfte der befragten Unternehmen verschließbare Transporttaschen für Laptops sowie Abdeckungen für Kameras und Mikrofone (43 Prozent), Laptops mit eingeschränktem Blickwinkel und Sichtschutzfolien (jeweils 31 Prozent). Auffällig ist, dass vor allem Unternehmen mit mehr als 500 Mitarbeitenden (70 Prozent) ihren Geschäftsreisenden firmeneigene Laptops und mobile Geräte mit entsprechenden Sicherheitsmerkmalen zur Verfügung stellen. Bei den kleineren Unternehmen macht dies nur knapp die Hälfte (48 Prozent).

### So schützen sich Geschäftsreisende vor Cyber-Attacks

Mehr als die Hälfte der Befragten ergreift konkrete Maßnahmen, um ihre Privatsphäre und Daten zu schützen. Dazu gehören das regelmäßige Abschirmen des Bildschirms vor neugierigen Blicken in der Öffentlichkeit (59 Prozent), die konsequente Vergabe komplexer Passwörter (55 Prozent) oder das konsequente Meiden öffentlicher Netzwerke (52 Prozent). Ein beträchtlicher Anteil (41 Prozent) arbeitet deshalb lieber im privaten Raum. ●

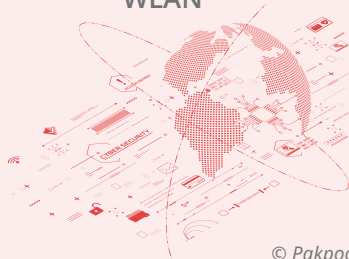
## Cybersecurity auf Geschäftsreisen

Zum Schutz vor Cyberrisiken auf Geschäftsreisen ergreifen Unternehmen strenge Maßnahmen

**53%** setzen auf eine Zwei-Faktor Authentifizierung.

**50%** verbieten die Nutzung öffentlicher Netzwerke und von frei zugänglichem WLAN

**31%** erlauben eine Einwahl in das Firmennetzwerk ausschließlich per VPN- Verbindung



© Pakpoom, AdobeStock

Quelle: DRV-Kurzbefragung Cybersecurity 2023, chefsache-businesstravel.de

### Videotipp: Was bei mobilem Arbeiten im Ausland erlaubt ist und was nicht

Viele Unternehmen ermöglichen ihren Mitarbeitenden mobiles Arbeiten im Ausland. Dabei müssen jedoch einige Dinge beachtet werden. Was beim mobilen Arbeiten erlaubt ist und was nicht erklärt unsere Auslandsexpertin und Unternehmensberaterin Lea Fiebelkorn [in diesem Video](#).



Mobiles Arbeiten im Ausland: Was erlaubt ist und was nicht  
434 Aufrufe • 30.08.2023

BDAE Gruppe  
491 Abonnenten

Abonnieren



### Als Expat im Ausland optimal versichert

Mit der Auslandskrankenversicherung **EXPAT BUSINESS** bietet der BDAE eine leistungsstarke Versicherung für Personen an, die für ihr Unternehmen ins Ausland gehen beziehungsweise entsandt werden und weltweit abgesichert sein sollen.

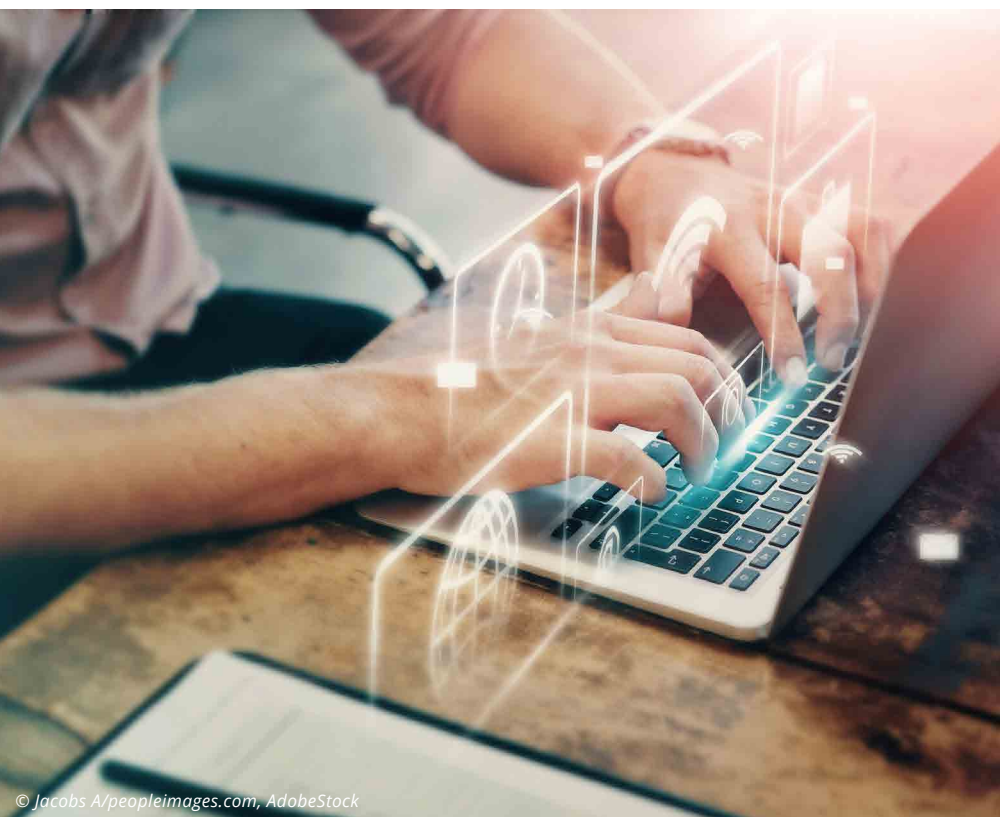
Das Produkt schließt Vorerkrankungen ein (also Krankheiten, die bereits vor Abschluss der Versicherung bestanden haben) und ermöglicht auch Arzt- und Krankenhausbesuche im Heimatland.

Bei Fragen dazu wenden Sie sich gerne an unser Firmenkunden-Team.

[bdae.com/geschaefstkunden/auslands-krankenversicherungen](https://bdae.com/geschaefstkunden/auslands-krankenversicherungen)

+49-40-306874-72

[firmenkunden@bdae.com](mailto:firmenkunden@bdae.com)



© Jacobs A/peopleimages.com, AdobeStock



© Sonja Schlenker

# Workation auf den Philippinen: Ein Erfahrungsbericht

Gastbeitrag von Sonja Schlenker

Camiguin Insel, Philippinen

Workation ist ein Trend, der gerade voll durchstartet. Doch wie kann sie konkret umgesetzt werden? Ich habe mein Domizil auf den Philippinen für eine Workation zur Verfügung gestellt. In diesem Beitrag teile ich meine Erfahrungen.

**A**ber von Anfang an: Was genau ist eigentlich eine Workation? Der Begriff setzt sich zusammen aus „Work“ (Arbeit) und „Vacation“ (Urlaub) und beschreibt das Arbeiten an einem meist schönen, entspannten Ort weit weg vom Büroalltag.

Ich bin Mitglied einer Online-Community von ortsunabhängigen, meist selbstständigen Unternehmerinnen und Unternehmern namens [Citizen Circle](#). Das Thema Workation ist dort das „tägliche Brot“ – ich würde gar sagen, dort ist diese Arbeitsweise die Norm. Für andere Menschen, die im DACH-Raum arbeiten, bedeutet Workation eher noch etwas „abseits vom Trampelpfad“, eine exotische Variante des Arbeitens für eine kleine Gruppe von Leuten, die mit dem Laptop im Ausland arbeiten.

Viele können sich eigentlich erst seit den Corona-Homeoffice-Zeiten vorstellen, remote – sprich anderswo als

im heimischen Office oder Geschäft – ihrer Arbeit nachzugehen. Klar ist: Eine Workation bietet sowohl Vorteile als auch Nachteile. Ich habe dazu eine Liste mit den Pros und Contras zusammengestellt:

## Was spricht dafür?

**Neue Umgebung, neue Inspiration:** Ein Tapetenwechsel bringt frischen Wind in deine Gedanken.

**Work-Life-Balance:** Nach der Arbeit gleich entspannen, ohne lange Heimwege.

**Flexibilität:** Arbeit, wie es dir passt – morgens am Pool, abends am Strand.

**Netzwerken:** Du triffst Gleichgesinnte aus aller Welt.

**Abenteuer:** Nach Feierabend eine neue Kultur und Natur entdecken.

## Was spricht dagegen?

**Ablenkungen:** Neue Orte können auch mal ablenken.

**Zeitzone-Dilemma:** Meetings in unterschiedlichen Zeitzone können tricky sein.

**Internetprobleme:** Nicht überall gibt's schnelles und zuverlässiges WLAN. (Außer in der ArtVilla, da haben wir STARLINK & SOLAR Back-up)

**Arbeit-Urlaub-Balance:** Manchmal ist es schwer, nicht ständig zu arbeiten.

**Heimweh:** Man vermisst Freunde und Familie.

Zu meiner eigenen Erfahrung als Host einer solchen Workation kann ich Folgendes berichten: Im November und Dezember 2023 habe ich eine Workation in der ArtVilla auf Camiguin organisiert, die über einen gesamten ▶

Monat angedauert hat. Es war außerordentlich interessant. Die Mitglieder unserer Citizen-Circle-Community haben morgens mit Blick aufs Meer gearbeitet und nachmittags die Insel erkundet (manchmal auch umgekehrt, je nach Fassung und Terminlage) – weit mehr als nur ein gewöhnlicher Arbeitsplatz.

Als Gastgeberin war es mir wichtig, dass in der ArtVilla alles reibungslos ablief (soweit es eben mit gewissen Abstrichen auf einer kleinen Tropeninsel in einem Schwellenland machbar ist). Auch habe ich mich als „Botschafterin“ der Insel Camiguin betrachtet, um meinen Gästen und Freunden die wunderbaren Naturschönheiten

und die herzliche Gastfreundschaft der Einheimischen näherzubringen. Manchmal fällt es einem als „Neuling“ in der Fremde nicht so leicht, spontan auf die Leute zuzugehen, da baue ich dann Brücken. Wir haben viel gemeinsam gelacht und intensiv diskutiert.

Auf jeden Fall hat jeder seine wertvollen Erinnerungen mitgenommen. Auch war das Arbeiten mit Blick aufs Meer, den Vulkan, die tropische Pflanzenwelt oft eine ganz besondere Augenweide. Mittlerweile sind die digitalen Nomaden und reiselustigen Onlineunternehmerinnen weitergezogen: ins nächste Land, in ein neues Abenteuer und das Büro im Rucksack dabei. ●



**Über die Autorin**

Sonja Schlenther ist Speakerin, Unternehmerin, Autorin und Lifestyle-Mentorin, aber auch Weltenbummlerin und Lebensplanerin. Sie lebt auf Camiguin, einer Insel der Philippinen, wo sie unter anderem Ferienhäuser vermietet.

Ihre persönliche Geschichte hat sie in dem Buch „Abseits vom Trampelpfad“ beschrieben. Dieses kann [hier bestellt werden](#).

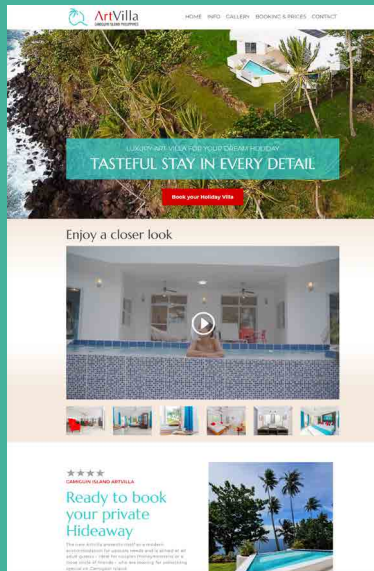
Sonja hält Workshops und Vorträge für Institutionen und Firmen – beispielsweise zu den Themen Resilienz, Führung von Mitarbeitenden und Teams und coacht Unternehmerinnen und Unternehmen. Im Sommer 2023 war sie auch zu Gast beim BDAE und hat einen Workshop für das Team geleitet.

-  [Interview mit Sonja](#)
-  [Webseite](#) (mit Möglichkeit zur Newsletter-Anmeldung)
-  [Sonjas LinkedIn-Profil](#)

**Workation in Sonjas ArtVilla**

Die perfekte Workation und ein unvergesslich schöner Urlaub ist in Sonjas ArtVilla so gut wie sicher. Das private Ferienhaus befindet sich auf einer beeindruckenden Klippe mit Blick aufs Meer. Es hat einen Pool mit gemütlichen Sitzcken und einem tropischen Garten. Die Inneneinrichtung dieses Ferienhauses ist eine liebevolle architektonische Mischung aus zeitgenössischem Stil und sorgfältig ausgewählten Kunstwerken von den Philippinen und aus aller Welt. Das schafft eine entspannende und harmonische Atmosphäre.

 [Zur ArtVilla](#)



© Sonja Schlenther

ArtVilla, Camiguin Insel, Philippinen

## Neues Handbuch zum Thema Workation: So kombinieren Sie Arbeit und Urlaub richtig

Die clevere Kombination von Urlaub und Arbeit ist mehr als nur ein Trend. Die Idee, den Urlaub zu verlängern und einige Arbeitstage anzufügen, selbst wenn der Jahresurlaub bereits aufgebraucht ist, erscheint verlockend und ist dank der fortschreitenden Digitalisierung realisierbar.

Die Workation, die es Arbeitnehmenden ermöglicht, Arbeit und Urlaub miteinander zu verbinden, erfordert jedoch eine sorgfältige Vorbereitung, insbesondere bei Aufenthalten im Ausland.

In dem neuen Haufe TaschenGuide „Workation: Arbeiten, wo andere Urlaub machen“ beschreiben Omer Dotou, Leiter der Unternehmensberatung BDAE Consult, Anne-Katrin Schwanitz (BDAE Gruppe) und Steffi Hochgraef (BDAE Gruppe), wer von diesem Arbeitsmodell profitieren kann. Das Autorenteam nennt sowohl die Chancen als auch die Herausforderungen für Beschäftigte und Unternehmen und bietet Antworten auf zentrale Fragen zur Sozialversicherung. Darüber hinaus klärt der Guide steuerliche und rechtliche Aspekte und liefert nützliche Checklisten, hilfreiche Tipps und Mustervorlagen, um

einen gelungenen Workation-Aufenthalt sicherzustellen.

Im TaschenGuide werden unter anderem folgende Aspekte aufgegriffen:

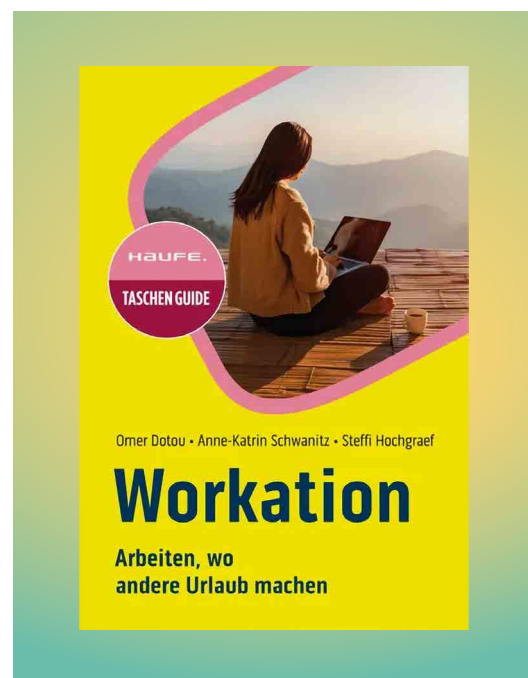
- Erläuterung des Workation-Konzepts und der damit verbundenen Vorteile.
- Aufenthaltsrechtliche und arbeitsrechtliche Aspekte, sowohl innerhalb der EU und des EWR als auch in Drittstaaten.
- Anforderungen für den Verbleib in der deutschen Kranken-, Pflege-, Renten- und Arbeitslosenversicherung im Zusammenhang mit der Sozialversicherung.
- Steuerrechtliche Überlegungen, einschließlich der 183-Tage-Regelung und Doppelbesteuerungsabkommen.

Die aktuelle Auflage des Guides stammt aus dem Jahr 2024 und umfasst 128 Seiten. Sie kann als Taschenbuch ab dem 16.2. überall im Buchhandel erworben werden.

Als E-Book ist es [ab sofort im Haufe-Online-Shop erhältlich](#).



© BullRun, AdobeStock



## Videotipp: Steuerrecht bei Remote Work im Ausland

Wer bei einer deutschen Firma angestellt ist und die Möglichkeit hat, Homeoffice im Ausland zu machen, sollte sich in Sachen Steuerrecht informieren und mit der Personalabteilung abstimmen.

Das ist eine der Kernbotschaften von Michael Yönden, BDAE-Kooperationspartner, Auslandsexperte und auf internationales Steuerrecht spezialisiert. [Im neuen Video](#) der Serie „Die Auslandsexperten“ vom BDAE erläutert Yönden, unter welchen Voraussetzungen Arbeitnehmende weiterhin in Deutschland steuerpflichtig bleiben, was Doppelbesteuerungsabkommen zwischen Deutschland und dem Land, in dem man remote arbeitet für Konsequenzen haben und wann es unter Umständen sinnvoll ist, Anträge auf Steuerbefreiung zu stellen. Auch über die Bedeutung der sogenannten 183-Tage-Regelung spricht der Steuerexperte.



Das neue Video reiht sich ein in eine Serie von BDAE-Filmbeiträgen zum Thema Arbeiten im Ausland. So hat BDAE-Unternehmensberaterin Lea Fiebelkorn bereits erläutert, was Freelancerinnen und Freelancer [im Ausland rechtlich beachten](#) sollten und wie [Homeoffice im Ausland](#) generell erfolgreich umgesetzt werden kann. Unternehmensberater Omer Dotou er-

läutert, welche Vorschriften bei [Workation im Ausland](#) zu beachten sind und BDAE Geschäftsführer Philipp Belau erklärt ausführlich, wann eine [Anwartschaftsversicherung bei Erwerbstätigkeit](#) außerhalb Deutschlands empfehlenswert ist.

[Zum Video „Homeoffice im Ausland: Das ist in puncto Steuern wichtig“](#)

# Deutschland ist Spitzenreiter in Europa bei Flugausfällen im Flugjahr 2023

© Ekaterina Pokrovsky, AdobeStock

In Deutschland wurden 2023 prozentual die meisten Abflüge in Europa gestrichen. Damit ist das Land Spitzenreiter innerhalb Europas. Besonders Lufthansa und Eurowings haben überdurchschnittlich viele Flüge gestrichen.

**S**ogar vier deutsche Flughäfen sind unter den sieben Flughäfen mit den meisten Annullierungen vertreten. Hinzu kommt noch, dass viele Fluggesellschaften Entschädigungen nur schleppend auszahlen. Das ergab eine Untersuchung von Flightright, dem Verbraucherportal für die Durchsetzung von Fluggastrechten.

Nach dem Flugchaos-Jahr 2022 haben viele Flugreisende in 2023 auf Besserung gehofft. Zwar blieb ein ähnliches Chaos wie im Sommer 2022 aus, doch die aktuelle interne Datenauswertung von Flightright zeigt, dass lange Wartezeiten und Flugausfälle vor allem in Deutschland auch 2023 an der Tagesordnung waren. Bereits in den Auswertungen von Flightright im ersten Halbjahr 2023 lag Deutschland auf dem ersten Platz bei der Anzahl der Flugannullierungen. Dies hat sich, bezogen auf das gesamte Jahr, nicht geändert. Prozentual wurden über das gesamte Jahr mehr Flüge gestrichen als im Vorjahr. Dr. Jan-Frederik Arnold, Geschäftsführer von Flightright, erklärt, woran das liegt und wie es 2024 weitergehen könnte.

## In Deutschland werden europaweit die meisten Flüge storniert

Unangefochtener Spitzenreiter mit 1,91 Prozent stornierter Abflüge ist Deutschland, gefolgt von Frankreich (1,75 Prozent) und den Niederlanden (1,64 Prozent). Im Zeitraum vom 1. Januar 2023 bis zum 6. Dezember 2023 lag die Quote der annullierten Abflüge aus Deutschland sogar etwas höher als im gleichen Zeitraum des Jahres 2022 (1,84 Prozent), in dem vor allem im Sommer in vielen Ländern Europas aufgrund von Personalmangel ein Flugchaos herrschte. Bei den Verspätungen ist der Unterschied zum Vorjahr zwar geringer, die Verspätungsquote bleibt aber hoch.

Im Vergleichszeitraum 2022 hatten 22,42 Prozent der Abflüge aus Deutschland eine Mindestverspätung von 15 Minuten. Im Jahr 2023 waren es 23,21 Prozent.

„Dass Deutschland bei den stornierten Abflügen die Spitzenposition einnimmt, kommt für mich wenig überraschend. Schuld daran ist zum einen der weiter-

hin gravierende Personalmangel bei Flughäfen und Airlines, zum anderen kam es über das Jahr verteilt zu vielen Streiks in der Luftfahrt und zuletzt zu wetterbedingten Einflüssen. Überraschend ist jedoch, dass im Vergleich zum Chaosflugjahr 2022 in diesem Jahr noch mehr Abflüge storniert wurden, und das, obwohl Flughäfen und Airlines Verbesserung gelobt haben. Die fälligen Entschädigungszahlungen an Flugreisende zahlen viele Airlines oft stark verspätet oder gar nicht und das ist mit sehr großem Aufwand und gerichtlichen Klagen verbunden“, so Dr. Arnold.

## Deutsche Fluggesellschaften schneiden schlecht ab

Die Analyse der Fluggesellschaften zeigt, dass zwei der fünf Fluggesellschaften mit den prozentual meisten Stornierungen aus Deutschland kommen. Mit Lufthansa (1,96 Prozent) und Eurowings (1,93 Prozent) gehören beide zur Lufthansa Group. Bei den Verspätungen sticht vor allem Lufthansa hervor: 28,19 Prozent aller Abflüge und damit fast ▶

jeder dritte Flug hatte eine Verspätung von mindestens 15 Minuten. Low-Cost-Carrier (LCC) wie Ryanair oder auch Wizz Air schnitten damit besser ab als Premium-Airlines wie Lufthansa, KLM oder British Airways. Die Gründe für das schlechte Abschneiden der Airlines der Lufthansa Group sieht Dr. Arnold unter anderem „in den offensichtlichen internen Problemen und dem fortwährenden Mangel an Personal, was ein enttäuschendes Serviceerlebnis für die Reisenden mit sich bringt. Es scheint, als hätten die Airlines der Lufthansa Group Probleme, die grundlegende Qualität des Services zu liefern, die Flugreisende verdient hätten. An Drehkreuzen wie Frankfurt oder München kommt es zudem schneller zu Folgeproblemen bei Umsteigeverbindungen als bei den Punkt-zu-Punkt-Verbindungen der meisten Low-Cost-Anbieter. In Anbetracht der Rekordgewinne in diesem Jahr sollte die Lufthansa Group dringend Anpassungen vornehmen und in die Kundenzufriedenheit investieren.“

Durch überzogene Sporbemühungen und die Unzufriedenheit vieler Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter habe sich die einstige Vorzeige-Airline Deutschlands in eine Schiefelage manövriert und viel Vertrauen bei den Fluggästen verspielt, meint Dr. Arnold.

### Viel Chaos an deutschen Flughäfen

Vier der sieben europäischen Flughäfen, an denen im Jahr 2023 prozentual gesehen die meisten Flüge gestrichen wurden, befinden sich in Deutschland. Der Flughafen Düsseldorf schafft es mit 2,14 Prozent ausgefallener Flüge auf den unrühmlichen zweiten Platz, der Flughafen Berlin-Brandenburg verpasst mit 2,02 Prozent nur knapp das Treppchen und landet auf Platz vier. Bei rund einem Prozent Flugausfällen spricht man von einem normalen Verhältnis. Die Flughäfen Düsseldorf und Berlin-Brandenburg haben im Jahr 2023 also mehr als doppelt so viele Annullierungen wie üblich. Auch die Flughäfen München (1,97 Prozent) und Frankfurt (1,93 Prozent) weisen alles andere als zufriedenstellende Zahlen auf. Mit 3.645 Flugannullierungen im Jahr 2023 weist der Flughafen Frankfurt zudem in absoluten Zahlen nach den Flughäfen London (Heathrow) und Amsterdam die drittmeisten Annullierungen in Europa auf. Neben dem Passagier\*innen Missmanagement vieler Airlines und Flughäfen sind vor allem die vielen Streiks unzufriedener Arbeitnehmender in der Luftfahrtbranche und der weiterhin scheinbar nicht in den Griff zu bekommende Personalmangel an allen Ecken und Enden mitverantwortlich für die vielen Stornierungen und Verspätungen an den Flughäfen.

## Stornierungen und Verspätungen nach Ländern 2023

Rang	Land	Stornierungen prozentual	Stornierungen	Verspätungen prozentual	Verspätungen	Flüge
1	Deutschland	1,91%	12.218	23,21%	148.757	640.921
2	Frankreich	1,75%	10.566	24,31%	147.096	605.195
3	Niederlande	1,64%	3.788	26,71%	61.622	230.674
4	UK	1,54%	13.018	25,39%	214.629	845.463
5	Schweiz	1,28%	2.002	28,91%	45.087	155.965
6	Portugal	1,25%	2.662	30,42%	64.924	213.432
7	Norwegen	1,21%	3.191	13,56%	35.672	263.103
8	Dänemark	1,17%	1.487	22,14%	28.108	126.983
9	Italien	1,10%	6.742	22,97%	140.872	613.326
10	Österreich	0,96%	1.077	16,64%	18.599	111.777

Europaweite Abflüge der 20 Länder mit den meisten Abflügen (Zeitraum: 01.01.2023 bis 06.12.2023, Verspätungen ab 15 Minuten Verspätungszeit am Zielort)  
Quelle: Flightright

### Unterschiedliche Entschädigungsleistungen deutscher Fluggesellschaften

Wissen, was Recht ist: Nach EU-Recht steht Passagieren eine Entschädigung zwischen 250 und 600 Euro zu, wenn sie mehr als drei Stunden verspätet an ihrem Reiseziel ankommen oder ihr Flug weniger als 14 Tage vor Abflug annulliert wurde. Dr. Arnold dazu: „Die Höhe der Entschädigung ist unabhängig vom Ticketpreis und basiert auf der Fluggastreueverordnung. Durch die Geltendmachung entstehen Passagier\*innen keinerlei Nachteile. Leider wissen viele Passagier:innen noch immer nichts von ihrem Recht auf Entschädigung. Genau hier setzt Flightright an und macht Betroffene auf ihr gutes Recht aufmerksam, setzen die Zahlungen für unsere Kund:innen durch – und ziehen dafür notfalls auch bis vor den Europäischen Gerichtshof.“

Die folgende Grafik zeigt das Zahlungsverhalten der europäischen Fluggesellschaften, die im Jahr 2023 Entschädigungszahlungen an Flightright zu entrichten hatten. Dabei lässt sich das Zahlungsverhalten der Airlines in drei Kategorien einteilen: vertretbare Zahler, langsame Zahler und Zahlungsverweigerer.

Auffällig ist, dass das Zahlungsverhalten der deutschen Fluggesellschaften stark variiert. Während Eurowings ein gutes Zahlungsverhalten aufweist, liegen Lufthansa und Condor nur im Mittelfeld. Damit liegen die deutschen Fluggesellschaften fast gleichauf mit Billigfliegern wie Ryanair, die prozentual in mehr Fällen, aber langsamer als Lufthansa zahlen.

„Extreme Verspätungen oder Flugannullierungen können die gesamte Reiseorganisation der Passagier\*innen ins Wanken bringen. Daher ist es von entscheidender Bedeutung, dass Fluggesellschaften die gesetzlich vorgeschriebenen Entschädigungen zügig und verlässlich leisten. Die Lufthansa muss sich in diesem Bereich weiterhin verbessern. Im vergangenen Jahr war sie unter den Zahlungsverweigerern gelistet und hat es in diesem Jahr gerade so in die Kategorie der langsamen Zahler geschafft“, so Dr. Arnold.

### Flugprobleme sind auch im Jahr 2024 zu erwarten

Die Aussichten für die Nachfrage nach privaten und geschäftlichen Flügen im kommenden Jahr sind derzeit vieler- ▶



Zahlungsverweigerer



langsame Zahler



vertretbare Zahler

Quelle: © flightright.de





© Chalabala, AdobeStock

sprechend. „Ob sich der Flugverkehr tatsächlich weiterhin positiv entwickelt, hängt meiner Meinung nach stark von der allgemeinen wirtschaftlichen Situation und den zukünftigen Belastungen für die Verbraucher\*innen ab. Ich gehe jedoch davon aus, dass Flugreisende auch im Jahr 2024 Geduld bei Flugreisen mitbringen müssen. Obwohl von einer Verbesserung der Personalsituation auszugehen ist, wird der Betrieb dennoch nicht reibungslos verlaufen. Darüber hinaus werden aufgrund der Inflation und der allgemeinen Unzufriedenheit der Arbeitnehmer:innen in der Luftfahrtbranche sehr wahrscheinlich weitere Streiks erfolgen. Es bleibt zu hoffen, dass Fluggesellschaften und Flughäfen aus den zahlreichen Fehlern der letzten Jahre gelernt haben, um den Flugverkehr im Jahr 2024 besser bewältigen zu können“, so Dr. Arnold abschließend. ○

**Videotipp:  
Flug verpasst wegen zu langer Wartezeit – diese Rechte haben Betroffene**

Wenn die Sicherheitskontrolle am Flughafen zu lange dauert und dadurch der Flug verpasst wird, haben Fluggäste Anspruch auf Schadensersatz. Auslandsexpertin Anne erklärt [in diesem Video](#), was es dabei zu beachten gilt.



Flug wegen zu langer Wartezeiten verpasst: Das sind deine Rechte  
39 Aufrufe • 02.10.2023  
BDAE Gruppe 491 Abonnenten

[Zum Video](#)

**Stornierungen und Verspätungen nach Fluggesellschaften 2023**

	Fluggesellschaft	Stornierungen prozentual	Stornierungen	Verspätungen prozentual	Verspätungen	Flüge
	KLM Cityhopper	3,23%	3.435	19,99%	21.240	106.234
	British Airways	3,10%	6.990	37,20%	84.017	225.830
844	Lufthansa	1,96%	5.565	28,19%	80.088	284.080
4.	Eurowings	1,93%	2.043	3,89%	4.120	105.878
5.	KLM	1,87%	2.074	23,26%	25.810	110.943
6.	easyJet	1,79%	8.790	35,19%	172.746	490.884
7.	Air France	1,73%	3.485	29,28%	58.890	201.148
8.	Wideroe's Flyveselskap	1,61%	1.609	5,08%	5.076	99.888
9.	SAS	1,29%	1.736	27,08%	36.523	134.888
10.	Aer Lingus	1,18%	1.136	18,76%	18.133	96.642
11.	Austrian	1,06%	1.090	10,73%	11.082	103.262
12.	Turkish Airlines	0,97%	1.276	38,22%	50.037	130.933
13.	Wizz Air Malta	0,86%	844	13,53%	13.254	97.957
14.	ITA Airways	0,80%	919	27,25%	31.442	115.395
15.	Wizz Air	0,53%	672	17,46%	22.334	127.938
16.	Ryanair	0,49%	4.016	19,05%	156.066	819.139
17.	Vueling	0,42%	821	16,44%	32.427	197.221
18.	Finnair	0,34%	319	18,80%	17.389	92.507
19.	Jet2	0,09%	80	29,59%	27.345	92.404
20.	Iberia	0,07%	109	12,87%	20.917	162.498

Europaweite Abflüge der 20 Fluggesellschaften mit den meisten Abflügen (Zeitraum: 01.01.2023 bis 06.12.2023, Verspätungen ab 15 Minuten Verspätungszeit am Zielort) Quelle: Flightright

**Stornierungen und Verspätungen nach Flughäfen 2023**

Rang	Flughafen	Stornierungen prozentual	Stornierungen	Verspätungen prozentual	Verspätungen	Flüge
1.	Paris (Orly)	2,36%	2.188	17,06%	15.846	92.868
2.	Düsseldorf	2,14%	1.337	15,93%	9.957	62.514
3.	London (Heathrow)	2,08%	4.381	30,99%	65.308	210.720
4.	Berlin (Brandenburg)	2,02%	1.417	24,68%	17.353	70.310
5.	München	1,97%	2.515	24,86%	31.661	127.355
6.	Frankfurt	1,93%	3.645	29,06%	54.939	189.058
7.	Amsterdam	1,81%	3.701	27,39%	55.899	204.066
8.	Mailand	1,64%	1.256	27,48%	21.064	76.646
9.	Nizza	1,59%	1.016	24,68%	15.725	63.703
10.	London (Gatwick)	1,39%	1.606	33,98%	39.133	115.166
11.	Kopenhagen	1,20%	1.165	23,79%	23.124	97.201
12.	Paris (Charles de Gaulle)	1,19%	2.273	33,26%	63.300	190.335
13.	Zürich	1,09%	1.062	29,39%	28.526	97.074
14.	Lissabon	0,97%	969	40,59%	40.479	99.737
15.	Stockholm	0,94%	863	19,13%	17.650	92.242
16.	Brüssel	0,93%	671	21,51%	15.476	71.948
17.	Manchester	0,86%	670	25,69%	19.997	77.854
18.	Wien	0,82%	796	16,49%	16.007	97.074
19.	Istanbul (Atatürk Int.)	0,82%	497	30,23%	18.346	60.691
20.	Oslo Airport - Gardermoen	0,80%	721	18,25%	16.397	89.855
21.	Dublin	0,76%	773	21,42%	21.806	101.783
22.	Rom	0,64%	837	25,29%	32.971	130.384
23.	Athen	0,58%	541	23,71%	22.023	92.874
24.	Helsinki	0,56%	333	17,77%	10.647	59.922
25.	Warschau	0,53%	333	16,55%	10.328	62.392
26.	Palma de Mallorca	0,51%	487	20,48%	19.586	95.628
27.	Barcelona (El Prat)	0,40%	541	19,22%	25.907	134.759
28.	London (Stansted)	0,37%	276	18,66%	14.022	75.131
29.	Malaga	0,37%	231	23,00%	14.448	62.812
30.	Madrid	0,24%	393	17,29%	28.821	166.660

Europaweite Abflüge der 30 Flughäfen mit den meisten Abflügen (Zeitraum: 01.01.2023 bis 06.12.2023, Verspätungen ab 15 Minuten Verspätungszeit am Zielort) Quelle: Flightright



© frank peters, AdobeStock

# Eurowings erhöht Angebot an Europastrecken im Sommer 2024

Deutschlands größter Ferienflieger hat das Angebot an seinen großen Basen für den Sommer deutlich ausgebaut und bringt Reisende zu über 150 Zielen in 39 Ländern. Ob Strandurlaub, Sightseeing in europäischen Metropolen oder Business-Meetings mit Geschäftspartnerinnen und Geschäftspartnern – für jeden Reiseanlass gibt es 2024 beste Verbindungen.

Im Mallorca-Verkehr ist Eurowings die klare Nummer eins mit bis zu 400 Flügen pro Woche ab 26 Flughäfen. Zudem baut die Fluggesellschaft Ferienziele und Städteverbindungen weiter aus. Dank des neuen A321neos bestehen mehr Kapazitäten zu stark nachgefragten Sommerzielen.

Mit erstmals mehr als 440 verschiedenen Strecken verspricht der neue Eurowings Sommerflugplan 2024 also: mehr Europa für alle.

Diese Ziele sind ab den Eurowings Basen in Deutschland neu im Programm:

## Ab Berlin

Insgesamt 32 Direktziele gibt es ab Berlin. Neu sind elf Flüge pro Woche nach Wien und Zürich, zwei Flüge pro Woche nach Erbil (Irak) und ein Flug

pro Woche nach Eriwan (Armenien). Rund 21 Mal wöchentlich gehen Flieger nach Mallorca.

## Ab Düsseldorf

Insgesamt 112 Direktziele werden ab Düsseldorf angefliegen. Neu sind dreimal wöchentliche Flüge nach Florenz (Italien), zweimal wöchentliche nach Iasi (Rumänien), Tel Aviv (Israel) und Tanger (Marokko) sowie einmal wöchentlich nach Marrakesch (Marokko). Nach Mallorca gehen bis zu 64 Mal wöchentliche Flüge.

## Ab Hamburg

Von Hamburg aus werden insgesamt 60 Direktziele angefliegen. Flüge, viermal wöchentlich nach Manchester (England), zweimal wöchentlich nach

Jerez de la Frontera (Spanien) und Erbil (Irak) sowie einmal wöchentlich nach Zakynthos (Griechenland) sind neu im Streckenangebot. Von Hamburg aus kann man bis zu 42 Mal wöchentlich nach Mallorca fliegen.

## Ab Hannover

Vom hannoveraner Flughafen aus haben Reisende die Möglichkeit, insgesamt 14 Direktziele anzufliegen. Neu ist ein starker Italien-Schwerpunkt mit Rom (viermal wöchentlich), Catania und Neapel (dreimal wöchentlich) sowie Bari, Olbia und Lamezia Terme (zweimal wöchentlich).

Außerdem gehen viermal wöchentlich Flüge nach Malaga (Spanien) und zweimal wöchentlich nach Faro (Portugal). Nach Mallorca gehen bis zu 18 Mal wöchentlich Flüge. ▶

## Ab Köln

Eurowings bietet insgesamt 71 Direktziele vom Kölner Flughafen aus. Jeweils zweimal wöchentlich gibt es neue Verbindungen nach Chişinău in Moldawien und nach Santiago de Compostela in Spanien. Bis zu 47 Mal wöchentlich starten Flieger nach Mallorca.

## Ab Nürnberg

Von Nürnberg aus gibt es insgesamt sieben Direktziele. Neu ist hier der Griechenland-Schwerpunkt mit Heraklion auf Kreta (dreimal wöchentlich) und Rhodos (zweimal wöchentlich).



Porte de Soller, Palma Mallorca, Spanien

Nach Mallorca kann man von Nürnberg aus bis zu 14 Mal wöchentlich fliegen.


## Ab Stuttgart

Vom Stuttgarter Flughafen aus haben Fluggäste die Möglichkeit, insgesamt 73 Direktziele anzufliegen. Dreimal wöchentliche Flüge nach Edinburgh (Schottland) und Manchester, je zweimal wöchentlich nach Iasi und Chişinău (Moldawien) und einmal wöchentlich ein Flug nach Reykjavík in Island sind hier neu im Angebot.

Nach Mallorca starten bis zu 42 Mal wöchentlich Flieger.

## Wachstum auch an den internationalen Eurowings-Basen

Nicht nur Eurowings-Fluggäste aus Deutschland können sich über ein vielfältiges Angebot freuen. Auch Reisende aus Tschechien (Prag) profitieren im Sommer 2024 von den neuen Zielen Nizza, Tallinn und Valencia. Ab Stockholm sind Hannover, Salzburg und Beirut neu im Programm.

Ab Palma de Mallorca gibt es künftig auch Direktverbindungen nach Erfurt. 

## Wie man einer Reisetrombose vorbeugen kann

Fast jede Reise ist mit einer längeren Zeit des Sitzens verbunden. Ob im Auto, im Flugzeug oder im Zug - wir sitzen die meiste Zeit. Doch das kann Folgen für unsere Venen haben. Sie mögen das lange Sitzen nicht und im schlimmsten Fall kann es zu einer Reisetrombose kommen. Wie man dies vermeiden kann, erklärt unsere Auslandsexpertin Britta [in diesem Video](#).



[Zum Video](#)

## Air China nimmt Flugverbindung zwischen München und Shanghai auf

Nach fast vierjähriger pandemiebedingter Unterbrechung fliegt die chinesische Fluggesellschaft Air China wieder zwischen dem Münchner Flughafen und der chinesischen Wirtschaftsmetropole Shanghai. Zum Einsatz kommen dreimal wöchentlich moderne und effiziente Langstreckenflugzeuge vom Typ Airbus A350-900. Die Flüge finden jeweils mittwochs, freitags und sonntags statt. Die Landung in München erfolgt jeweils um 06.50 Uhr, der Abflug in Richtung Shanghai ist für 12.50 Uhr geplant.

### Vereinfachte Einreisebestimmungen

Die Einreisebestimmungen für Reisen von Deutschland nach China wurden kürzlich vereinfacht: Deutsche Reisende benötigen ab Dezember 2023 kein Vi-



Air China startet Flugverbindung zwischen München und Shanghai

sum mehr. Diese Regelung ist zunächst auf ein Jahr befristet und gilt für Reisen von bis zu 15 Tagen. Seit August 2023 sind zudem Gruppenreisen von Chinesinnen und Chinesen nach Deutschland wieder uneingeschränkt möglich. Daher ist in diesem Jahr mit einem Anstieg der Passagierzahlen zwischen Deutschland und China zu rechnen.

Der letzte Passagierflug von Air China zwischen München und Shanghai fand am 6. März 2020 statt. Anlässlich der Wiederaufnahme der Flugverbindung freuten sich Vertreterinnen und Vertreter von Air China und des Münchner Flughafens gemeinsam mit der Crew über den Neustart der Verbindung.



# Wintererlebnis: Italien mit dem Zug

© theartofphoto, AdobeStock

Kunststädte, Skigebiete, Weihnachtsmärkte, malerische kleine Dörfer, Kurorte: Der italienische Tourismus hat auch im Winter einiges zu bieten und lockt jedes Jahr Millionen von Reisenden aus aller Welt an.

**E**s steht außer Frage: Italien ist eines der beliebtesten Reiseziele der Welt. Doch der Massentourismus ist nicht nur den Sommermonaten vorbehalten. Das Land des Dolce Vita ist auch im Winter bereit, Touristinnen und Touristen zu empfangen. Dabei sprechen die Zahlen der letzten Wintersaison, mit 25 Millionen Besucherinnen und Besuchern und knapp 72,2 Millionen Übernachtungen, für sich. Immer mehr ausländische Reisende lassen sich von den Skigebieten und bezaubernden Dörfern des Landes in den Bann ziehen. In diesem Jahr wird eine neue Rekordzahl an Touristinnen und Touristen aus anderen Ländern erwartet.

## Sehr empfehlenswerte Winterziele

Die Skigebiete stehen ganz oben auf der Liste der begehrtesten Urlaubsziele in Italien. Dazu gehören Cortina d'Ampezzo, Livigno, Bormio, Courmayeur und Bardonecchia. Orte, die Liebhaberinnen und Liebhabern aller Wintersportarten etwas zu bieten haben, wie Skifahren und Langlaufen, Snowboarden, Schlittschuhlaufen, Schneeschuhwandern und vieles mehr. Aber das ist noch nicht alles, denn die Berge sind nicht nur den Sportlerinnen und Sportlern vorbehalten. In diesen kleinen Juwelen auf den höchsten Gipfeln der italienischen Alpen gibt es unzählige Möglichkeiten, sich zu vergnügen. Besonders hervorzuheben ist

die wunderbare italienische Küche, die sowohl Feinschmeckerinnen und Feinschmecker, die auf der Suche nach herzhaften, traditionellen Gerichten sind, als auch diejenigen, die auf der Suche nach Delikatessen sind, überraschen kann.

Mit True Italian Experience, einem Kulturzentrum, das seinen Besuchenden die Möglichkeit bietet, authentisch italienisch zu reisen, können eine Vielzahl von Erlebnissen genossen werden. Das Zentrum organisiert Reisen, die nicht nur die Umwelt und die lokalen Traditionen respektieren, sondern auch die Bedürfnisse und Wünsche der Reisenden selbst berücksichtigen.

Für alle, die in den weihnachtlichen Zauber Italiens eintauchen möchten, bietet True Italian Experience umfassende Lösungen, bequeme Reisen und auserlesene Geschmackserlebnisse, die jedem die Wärme der italienischen Urlaubszeit vermitteln. Und das immer mit dem Fokus auf Nachhaltigkeit, auch dank des Hauptpartners Trenitalia, einer italienischen Eisenbahngesellschaft.

## Winter Experience: hervorragende Angebote vom Passenger Hub

Die beliebtesten Urlaubsziele sind immer leichter mit der Bahn zu erreichen. Das bestätigt der Passenger Hub der FS-Gruppe – bestehend aus Trenitalia,

Busitalia, Ferrovie del Sud Est und FS Treni Turistici Italiani – der in Mailand seine Winter Experience 2023 vorgestellt hat.

Neue Verbindungen zu Skigebieten und touristischen Zielen in den Bergen, mehr Reiselösungen, die sich nahtlos in Zug-, Bus- und Flugverbindungen einfügen, und maßgeschneiderte Angebote für Familien und junge Leute.

Für Bergliebhabende bietet Trenitalia von Freitag bis Sonntag neue Verbindungen nach Oulx und Bardonecchia von Neapel, Rom, Florenz, Bologna und Mailand aus an. Zwei neue Frecciarossa-Züge pro Tag werden auch Trient, Rovereto und Bozen mit Abfahrten von Rom, Florenz und Bologna bedienen, sodass insgesamt zwölf Freccia-Züge pro Tag zur Verfügung stehen, plus zwei neue Frecciarossa-Züge, die an den Wochenenden von Mailand aus fahren. Bis zu 32 Züge pro Tag werden Turin und Bardonecchia verbinden, 18 Züge bringen Besuchende vom Bahnhof Tende aus auf die Pisten von Limone. Bis zu 32 Regionalzüge werden zwischen Turin und Oulx verkehren.

Skifahrerinnen und Skifahrer können die Gipfel der Dolomiten auch mit Alleghe Link erreichen, einem regionalen intermodalen Dienst, der Busse von Belluno nach Agordo, Alleghe, Caprile und Arabba umfasst.

Cortina Link, Trenitalia Regional und Dolomiti Bus ermöglichen es Reisenden, Corti- ▶

na d'Ampezzo mit einer einzigen Fahrkarte zu erreichen, indem sie mit dem Zug im Bahnhof Calalzo ankommen und dann mit dem Bus weiter ins Stadtzentrum fahren.

Die FrecciaLink-Züge runden das Angebot ab, indem sie an den Wochenenden Zugang zu einigen der beliebtesten Bergziele Italiens bieten: Aosta, Cortina D'Ampezzo, Courmayeur, Madonna Di Campiglio, Gröden, Fassatal und Fleimstal.

Am Wochenende verkehren wieder zwei direkte IntercityNotte-Verbindungen nach Innichen und zu den anderen wichtigen touristischen Zielen in Trentino-Südtirol auf der Strecke Rom-Bozen, die auch bis zu den Bahnhöfen Brixen, Fortezza, Bruneck und Toblach verlängert wird. Mit dem Intercity Giorno – der ebenfalls am Wochenende verkehrt – wird der Zug von Genua nach Turin wei-

terfahren und die Bahnhöfe Bussoleno, Sestriere und Bardonecchia bedienen.

Reisende aus Mailand können nun in einen Eurocity einsteigen, um auch die Schweiz mit ihren charakteristischen Weihnachtsmärkten in Zürich, Bern, Basel, Montreux, Lausanne und Genf bequem zu erreichen.

### Treni Turistici Italiani: Der „Espresso Cadore“ nach Cortina

Entspannung und Luxus pur bietet der neue „Espresso Cadore“ der neu gegründeten FS-Gesellschaft Treni Turistici Italiani und seit dem 15. Dezember Rom mit Cortina d'Ampezzo verbindet. Der erste Nachtzug des Unternehmens bietet den Reisenden einen außergewöhnlichen Komfort: Sie haben die Wahl

zwischen Einzel- und Doppelkabinen, wobei Abendessen und Frühstück im Fahrpreis inbegriffen sind, sowie Liegewagen für vier und sechs Personen, die sogar zur exklusiven Nutzung gebucht werden können, mit Sonderrabatten für organisierte Gruppen. Die Reisenden können sich auch mit einem luxuriösen Abendessen im Speisewagen verwöhnen lassen, der auf Vorbestellung zugänglich ist, sowie mit einer Bar, die die ganze Nacht geöffnet hat. Gepäck und Sportausrüstung werden in einem sicher überwachten Gepäckwagen transportiert und stehen bei der Ankunft an jedem Bahnhof zur Abholung bereit.

Für Reisende, die einen Platz im Schlafwagen gebucht haben, beinhaltet das Ticket den nahtlosen Transfer des Gepäcks vom Zug in den dafür vorgesehenen Bus am Bahnhof Calalzo. ●

## Flugtiefpreise: idealo Flug bietet Niedrigpreisgarantie

Damit Urlaubsreisende auch in Zeiten steigender Flugpreise immer den besten Preis finden, bietet der Flugpreisvergleich idealo seinen Kundinnen und Kunden ab sofort eine Tiefpreisgarantie. So können sie sicher sein, immer den günstigsten Flug zu buchen.

Die idealo Flugtiefpreisgarantie gilt am Buchungstag für die jeweils günstigste Flugverbindung. Stößt eine Kundin oder ein Kunde am selben Tag auf einen niedrigeren Preis für genau die gleiche Reise, erstattet idealo Flug den Differenzbetrag.

### Einfache Abwicklung, um den Tiefpreis zu bekommen

Für die Inanspruchnahme der Garantie müssen Kundinnen und Kunden lediglich ihre Buchungsbestätigung

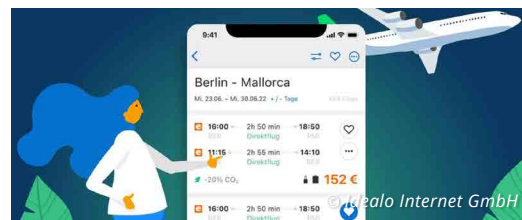
sowie einen Screenshot des günstigeren Angebots einreichen. Die Unterlagen sollten am Tag der Buchung oder spätestens am Folgetag beim Kundenservice von idealo Flug eingehen und alle notwendigen Details zum Flug enthalten. Beträgt die Preisdifferenz mehr als fünf Euro pro Ticket, erstattet idealo Flug den zu viel gezahlten Betrag.

### Jederzeit günstige Flugpreise

Damit unterstreicht idealo Flug seinen Anspruch, auch in Hochpreis-Phasen ein verlässlicher Partner zu sein. „Bei idealo Flug können Kundinnen und Kunden zu jeder Jahreszeit günstige Flugpreise finden – und sollte dies einmal nicht so sein, greift ab jetzt unsere Tiefpreisgarantie“, erklärt Björn-Hendrik Fuhlberg, Leiter des idealo Reisebereichs.

### Über idealo Flug


idealo Flug ist aufgrund seiner Preistransparenz und Kundenfreundlichkeit eines der führenden Flugpreisvergleichsportale in Deutschland. Im Web auf [flug.idealode.de](http://flug.idealode.de) und in der dazugehörigen App können Kundinnen und Kunden zahlreiche Flugangebote von Fluggesellschaften und Online-Reiseportalen in Echtzeit vergleichen. Die Fluggesellschaft ist seit 2005 neben Deutschland unter anderem auch in Österreich, Frankreich, Spanien und Großbritannien vertreten.




### Mit Sicherheit ins Ausland mit dem EXPAT VISIT

Ob alleine, mit der Familie oder Freundinnen und Freunden unterwegs: Auf Reisen ist es wichtig, einen hochwertigen Krankenversicherungsschutz zu haben, der Sie umfassend schützt. Die Auslands-Krankenversicherung **EXPAT VISIT** bietet einen idealen Schutz bei Kurz- und Langzeitreisen bis zu einem Jahr. Die Versicherung ist bis zu 365 Tage im Jahr gültig und ist tagesaktuell kündbar, wodurch die Dauer exakt auf die tatsächliche Reiselänge abgestimmt werden kann, ohne dass Mehrkosten entstehen. Unser Beratungs-Team des BDAE steht bei Fragen gerne zur Verfügung:

 [beratung@bdae.com](mailto:beratung@bdae.com)

 +49-40-306874-23

 [per Chat](#)



# Emirates verzeichnet 40 Prozent mehr vegane Mahlzeiten

Veganuary, die einmonatige Initiative zur Förderung [vegane Ernährung](#) im Januar, erfreut sich seit zehn Jahren weltweit stetig wachsender Beliebtheit. Emirates verzeichnete im Jahr 2023 einen Anstieg der Nachfrage nach pflanzlichen Gerichten bei ihren Passagieren um vierzig Prozent.

Die größte internationale Fluggesellschaft der Welt serviert seit den 1990er Jahren vegane Mahlzeiten und hat insgesamt mehr als 300 vegane Gerichte im wechselnden Angebot. In den kommenden Monaten wird Emirates eine Reihe neuer veganer Gerichte auf [ihren Flügen](#) und in ihren Flughafen-Lounges einführen.

Im Jahr 2023 servierte Emirates über 450.000 vegane Mahlzeiten an Bord, eine deutliche Steigerung gegenüber 280.000 veganen Speisen im Vorjahr. Die Nachfrage nach veganen Gerichten ist 2023 im Vergleich zum Vorjahr um vierzig Prozent gestiegen, entsprechend dem Passagieraufkommen. In einigen Regionen übertraf der Konsum das Passagierwachstum, darunter Afrika mit einem Plus von vier Prozent, Südostasien mit einem Plus von fünf Prozent sowie der Nahe und Mittlere Osten mit einem deutlichen Plus von 34 Prozent. Vor allem auf Flügen nach China, Japan und auf die Philippinen wurde deutlich mehr veganes Essen nachgefragt. Der größte Zuwachs an veganem Essen an Bord war in der Economy Class zu verzeichnen.

## Vegane Küche in jeder Klasse bei Emirates

In der Economy Class können Passagiere zwischen Gerichten wie Kichererbsen-Pfannkuchen gefüllt mit Karotten, Paprika, Champignons und Tomaten-Concasse, Kürbis-Frittata, Tofu-Tikka-Masala oder einem herzhaften Kichererbsen-Kohl-Eintopf mit Petersilien-Pilaw-Reis und Babyspinat wählen. Zu den veganen Desserts zählen Kokos-Mousse mit Mango-Kompott, saftiger Bananenkuchen mit Schokostreuseln oder Schokopudding mit Kakaoboden.

In der Premium Economy Class stehen Menüs wie Jackfrucht-Curry mit Basmati-Reis oder ein herzhaftes Kürbis-Esskastanien-Ragout auf der Speisekarte, gefolgt von einem Schokoladen-Tofu-Käsekuchen oder einem süßen Himbeerparfait mit Orangenkompott.

In der Business Class werden kreative Gerichte wie gebratener Blumenkohl mit Urkorn, Liebstöckel-Pesto mit karamellierter Birne oder asiatisches Tofu-Shitake-Ragout mit Glasnudeln serviert. Wer dann noch Platz für ein Dessert hat, kann sich für einen tropischen Kokos-Ananas-Kuchen oder einen Schokoladen-Käsekuchen mit Zartbitterschokolade und Erdbeerkompott entscheiden.

First-Class-Passagiere werden mit gehobener veganer Küche verwöhnt, darunter cremiger Polenta-Kuchen mit Thymian-Champignon-Ragout und sautiertem Spinat, serviert mit reichhaltigem Wurzelgemüse-Jus. Zu den aromatischen Gerichten gehört Auberginen-Curry mit gebratenem Reis und Kurkuma-Kartoffeln, verfeinert mit einem Kokos-Minz-Chutney. Die Desserts zeichnen sich durch raffinierte Kontraste aus, wie die fein-herbe Rhabarber-Erdbeer-Charlotte, die Chantilly-Creme mit Himbeerplätzchen oder der warme Schokoladenkuchen mit gesalzener Karamellsauce und geschlagener Cashewcreme.

Im Laufe des Jahres wird Emirates eine Auswahl neuer veganer Hauptgerichte und Snacks wie Fruchtmuffins und vegane Pizza sowie eine Reihe köstlicher Desserts wie Schokoladen-Pekannuss-Torte, Pistazien-Himbeer-Torte und Himbeer-Tonka-Torte in die Speisekarte aufnehmen. Vegane Optionen können an Bord vorbestellt und direkt in der First Class sowie in den Emirates Lounges bestellt werden. Passagiere können auf allen Emirates-Flügen und in allen Reiseklassen bis 24 Stunden vor Abflug vegane Mahlzeiten bestellen.

## Beste vegane Zutaten aus der ganzen Welt

Emirates setzt weiterhin auf eine gehobene Bordküche mit hochwertigen Produkten aus aller Welt. Dazu gehören pflanzliche Proteine von Beyond Meat aus Kalifornien, Sojaproteine von Arlene aus Singapur und den Vereinigten Arabischen Emiraten, gepresster

Tofu von Qian Ye aus Japan, vegane Bio-Bitterschokolade von Linnolat aus Frankreich, vegane Margarine von MeisterMarken aus Deutschland, vegane Currypaste von Pantai aus Thailand und Mandelmilch von Koita aus Italien. Emirates verwendet auch frischen, lokal angebauten Grünkohl und Salat von Bustanica in Dubai, der weltweit größten vertikalen Hydrokultur-Farm und einem Joint Venture von Emirates Flight Catering. Die Produkte von Bustanica werden ohne Pestizide, Herbizide oder andere Chemikalien angebaut, und die Passagiere der First und Business Class können bei einigen Gerichten frisches Blattgemüse wie Blattsalate, Rucola, gemischte Salate und Spinat genießen.

## Die Geschichte der veganen Küche und Emirates

Emirates bietet seit den 1990er Jahren vegane Mahlzeiten an. Ursprünglich beschränkte sich die Nachfrage nach veganem Essen auf bestimmte Strecken wie nach Addis Abeba, wo Anhängerrinnen und Anhänger des äthiopisch-orthodoxen Glaubens zu bestimmten Jahreszeiten ausschließlich vegane Mahlzeiten zu sich nehmen, oder auf Regionen, in denen mehrere Religionen eine pflanzliche Ernährung praktizieren. In den letzten Jahren haben vegane Gerichte auch auf Strecken nach Europa, in die USA, nach Australien und Großbritannien an Beliebtheit gewonnen.



© Kristina Blokhin, AdobeStock

# Parken am Flughafen: schlecht geplant, teuer bezahlt

© skyNext, AdobeStock

Parken am Flughafen geht manchmal ganz schön ins Geld. Der ADAC hat daher die anfallenden Kosten untersucht und nicht nur große [Unterschiede bei den Parkgebühren](#) festgestellt, sondern auch, dass die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln die günstigste Anreisemöglichkeit ist.

**B**ei Reisen mit dem Flugzeug stellt sich oft die Frage: Wie komme ich am besten zum Flughafen? Mit der richtigen Planung lässt sich bei der Anreise viel Geld sparen. Ein aktueller [Kostencheck](#) des ADAC zeigt große Preisunterschiede zwischen verschiedenen Parkmöglichkeiten am Flughafen. Außerdem hat der Mobilitätsclub die Kosten für die An- und Abreise mit dem Taxi oder taxiähnlichen Anbietern wie Uber, mit Carsharing-Fahrzeugen und mit dem Öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV) untersucht.

Allen, die mit dem eigenen Auto zum Flughafen anreisen, rät der ADAC, sich so früh wie möglich online einen Parkplatz zu reservieren. Der Stellplatz ist dann nicht nur garantiert verfügbar, sondern in den meisten Fällen auch deutlich günstiger als zum so genannten Schranktarif, also ohne vorherige Reservierung.

## Kostenvergleich mit und ohne Ferienzeit

Für den Kosten-Check an den zehn größten Flughäfen in Deutschland hat der ADAC zwei Beispiel-Rechnun-

gen durchgeführt: Zum einen für zwei Erwachsene, die einen dreitägigen Wochenendtrip außerhalb der Ferienzeit unternehmen und sich drei Wochen vor Reisebeginn um die Anreise zum Flughafen kümmern.

Zum anderen für eine Familie mit zwei Kindern, die in der ersten Woche der Sommerferien des jeweiligen Bundeslandes für zwei Wochen verreist und sechs Wochen vor Reiseantritt die Anreise organisiert. Für die Anreise mit dem eigenen Pkw wurden jeweils die Preise in Parkhäusern direkt am Terminal und weiter entfernt mit Shuttle zum Terminal untersucht.

Die Kosten für terminalnahes Parken liegen für Kurzurlauberinnen und Kurzurlauber zwischen 49 Euro in München und 129 Euro in Düsseldorf. Die günstigsten Parkplätze, die Shuttle-Parkplätze, kosten zwischen 35 Euro in Köln/Bonn und 66 Euro in Stuttgart. Zwei Wochen Parken in der Ferienzeit direkt am Terminal kosten zwischen 108 Euro (Hannover) und 561 Euro (Hamburg). Der hohe Tarif in der Hansestadt ist darauf zurückzuführen, dass es dort keinen Frühbucherrabatt für das Parkhaus am Terminal gibt. Gleich

nebenan kann man aber für 199 Euro 14 Tage parken. Shuttle-Parken kostet für diesen Zeitraum zwischen 72 Euro (Dortmund) und 138 Euro (Hamburg).

Die günstigste Alternative ist fast immer die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln. In Nürnberg können zwei Personen schon für zwölf Euro hin- und zurückfahren, Familien zahlen dort nur 18 Euro. Überraschend: In München kostete die Anreise mit dem ÖPNV zum Zeitpunkt der Befragung mit knapp 46 Euro für zwei Personen mehr als das Parken für einen Kurztrip. Die Anreise mit einem Carsharing-Fahrzeug ist in der Regel die zweitgünstigste Variante. Auch Taxis und ähnliche Fahrdienste sind meist günstiger als das Parken am Flughafen.

## Weitere Tipps vom ADAC

Wer sich von Freundinnen und Freunden zum Flughafen bringen und wieder abholen lässt, sollte bei der Kostenberechnung die vierfache Strecke (Faustformel: 0,30 Euro/km) zugrunde legen und auch eventuelle Parkgebühren für die Wartezeit (beispielsweise auf Kiss and Fly-Parkplätzen) einkalkulieren. ▶

In Flughafennähe bieten unabhängige Parkdienstleister oft günstige, vorab buchbare Parkplätze inklusive Hol- und Bringservice an. Wichtig vor allem bei Reisen mit Kindern: Vorher klären, ob Kindersitze im Shuttle vorhanden sind.

Carsharing-Fahrzeuge können oft bequem in Terminalnähe auf für sie reservierten Flächen geparkt werden. Je nach Ankunftszeit kann jedoch nicht garantiert werden, dass bei der Rückfahrt ein Fahrzeug zur Verfügung steht. Auch Sitzerrhöhungen für Kinder sind meist nicht an Bord.

Taxi-Alternativen wie Freenow oder Uber bieten oft vergünstigte Sonderangebote. Aber auch hier sollten sich Familien mit Kindern vorher erkundigen, ob Sitzerrhöhungen an Bord sind.

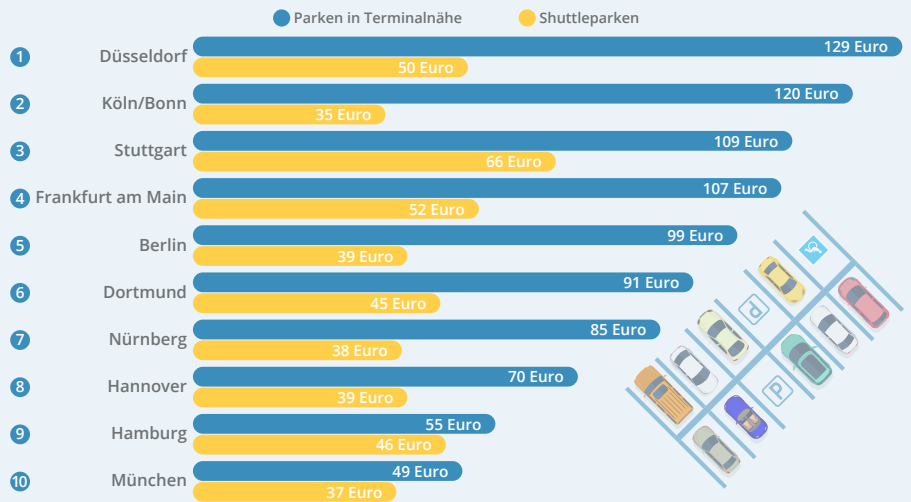
Für die Anreise mit der Bahn bieten viele Reiseveranstalter günstige Zug-zum-Flug-Angebote an, bei denen das Ticket für den öffentlichen Nahverkehr vom Bahnhof zum Flughafen in der Regel im Preis enthalten ist.

„Unsere Auswertung zeigt: Gute Planung lohnt sich. Wer mit dem eigenen Auto anreist, sollte die Tarife in den einzelnen Parkhäusern vergleichen und auf Frühbucher-Rabatte achten. ÖPNV-Nutzer reisen in der Regel günstiger, sollten sich aber auf längere Wartezeiten und etwaige Verspätungen oder Ausfälle einstellen. Außerdem kann häufiges Umsteigen mit viel Gepäck mühsam sein“, sagt Melanie Mikulla, ADAC-Unternehmenssprecherin.

Dargestellt sind jeweils die Preise für die Anreise mit dem eigenen PKW in terminalnahen Parkhäusern und weiter entfernten Parkhäusern mit Terminalshuttle. Da Preise und Angebote teilweise Schwankungen und Anpassungen unterliegen, können sich zwischenzeitlich Änderungen gegenüber den genannten Angaben ergeben haben. ○

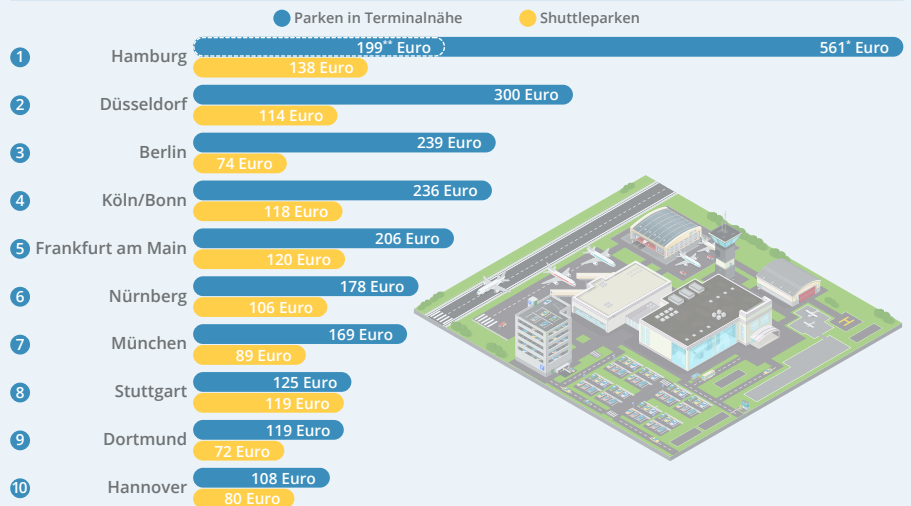


### 3 Tage Parken an deutschen Flughäfen



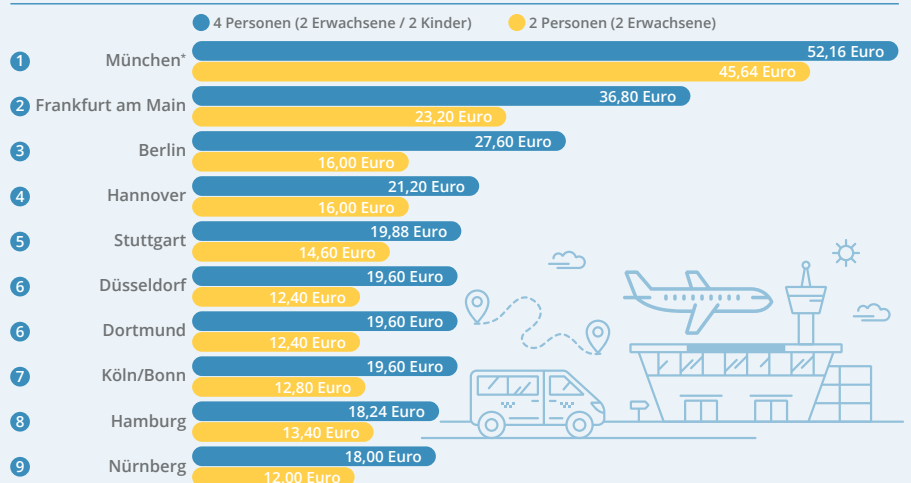
Quelle: ADAC e.V., Stand: Juni 2023 © drogatnev, freepik.com

### 14 Tage Parken an deutschen Flughäfen



\*Keine Rabattmöglichkeit; \*\*Nächstgelegenes Parkhaus mit Vorausbuchungsrabatt. Quelle: ADAC e.V., Stand: Juni 2023 © grimgram, AdobeStock

### ÖPNV-Preise für den Flughafenstransfer Hauptbahnhof - Flughafen - Hauptbahnhof



\*28 Streifen beziehungsweise 32 Streifen Quelle: ADAC e.V., Stand: Juni 2023 © drogatnev, freepik.com



# Das sind die besten Städte für vegane Feinschmecker\*innen in Deutschland und Europa

© rh2010, AdobeStock

Für immer mehr Menschen in Deutschland ist es selbstverständlich vegan zu leben, also auf tierische Produkte in der Ernährung und im Konsum zu verzichten. Mindestens 1,5 Millionen Veganerinnen und Veganer leben in Deutschland. Zum diesjährigen Veganuary hat das Online-Reisebüro weloveholidays mehr als zwanzig deutsche und europäische Städte mit einer veganen Speisekarte verglichen.

**D**er Trend zum veganen Kochen ist auch in der Gastronomie angekommen. Zur Freude vieler experimentierfreudiger Veganerinnen und Veganer wagen sich immer mehr Restaurants an vegane Menüs. Auch wirtschaftlich ist der Trend beeindruckend: Im Jahr 2020 wurden mit Milch- und Fleischersatzprodukten weltweit über 29 Milliarden US-Dollar umgesetzt. Diese Zahl soll bis 2030 auf beeindruckende 162 Milliarden US-Dollar steigen.

Das sind die besten europäischen Städte für Veganerinnen und Veganer:

## 1. London

Das multikulturelle London ist zweifellos der vegane Hotspot Europas. In der britischen Hauptstadt gibt es drei große vegane Festivals, fast 200 vegane Restaurants – darunter drei mit dem begehrten grünen Michelin-Stern: Silo in Stratford, Oxo Tower Brasserie und Petersham Nurseries Café. Silo zeichnet sich nicht nur durch eine überwiegend vegane Speisekarte aus, sondern wurde

auch als erstes Zero-Waste-Restaurant der Welt ausgezeichnet. Von den Tellern bis zu den Möbeln besteht alles aus recycelten Materialien.

Zu den hoch bewerteten Restaurants gehören Gauthier Soho mit feinsten französischer veganer Küche und Holy Carrot in Knightsbridge mit einer pflanzlichen Speisekarte voller unkonventioneller, aber köstlicher Häppchen.

## 2. Paris

Paris, das für seinen kulinarischen Einfluss auf die französische und internationale Küche bekannt ist, hat sich nicht zufällig an die Spitze der Erkundung der Möglichkeiten pflanzlicher Ernährung gesetzt. In der französischen Metropole gibt es sechs Restaurants mit einem grünen Michelin-Stern – doppelt so viele wie in London! All diese Restaurants sind auch mit einem traditionellen Michelin-Stern ausgezeichnet, so dass es sich empfiehlt, rechtzeitig zu reservieren, um Enttäuschungen zu vermeiden. Es lohnt sich, einen Tisch im Arpège zu

ergattern, Alain Passards brillantem Restaurant mit drei Michelin-Sternen, das seit 2001 mit einer rein vegetarischen Speisekarte begeistert.

In Paris können Einheimische wie Touristinnen und Touristen die Vielfalt von drei veganen Festivals erleben, darunter das SMMILE-Festival im Parc de la Villette, das als größtes veganes Festival Europas gilt.

## 3. Berlin

Berlin ist die drittbeste Stadt Europas für Veganerinnen und Veganer. Von der Vegetarian Times zur veganen Hauptstadt Europas gekürt, beeindruckt Berlin mit den meisten Restaurants mit einem grünen Michelin-Stern. Insgesamt sind es sieben in der ganzen Stadt, die von moderner, gehobener Küche bis hin zu kreativer, veganer Gastronomie reichen. Das mit drei Michelin-Sternen und einem grünen Stern ausgezeichnete Rutz in der Chausseestraße ist auf jeden Fall einen Besuch wert – wenn man einen Tisch ergattert, egal ob vegan oder nicht! ▶

In diesen deutschen Städten kommen vegane Gourmets voll auf ihren Geschmack:

# 1. Berlin

Wie bereits im Ranking der besten europäischen Städte für Veganerinnen und Veganer erwähnt, ist Berlin ein wahres Paradies für die pflanzenbasierte Küche. Mit einer beeindruckenden Vielfalt von 105 veganen Restaurants, 26 Läden und zwei großen Plant-based Festivals gibt es viel zu entdecken und zu probieren. Eines davon ist das Vegane Sommerfest Berlin, ein lebendiges Festival auf dem Alexanderplatz mit Modenschauen, Vorträgen, Workshops, Tattoo-Zelten und vielem mehr.

# 2. Hamburg

Hamburg belegt deutschlandweit den zweiten Platz. Mit 56 veganen Restaurants bietet die Hansestadt eine große Auswahl an veganen Kreationen, sechs davon sind mit einem grünen Michelin-Stern ausgezeichnet. Außerdem ist Hamburg Schauplatz zweier veganer Festivals. Das vegane Straßenfest findet jedes Jahr im Sommer auf der Reeperbahn statt und lässt die Herzen veganer Gourmets höher schlagen.

# 3. München

München schafft es auf Platz drei der besten Städte für veganen Genuss in Deutschland. Die bayerische Landeshauptstadt bietet neben traditionellen Würstchen auch vegane Menüoptionen. Insgesamt gibt es 35 vegane Restaurants, von denen acht mit dem Michelin Green Star ausgezeichnet sind, und 15 vegane Geschäfte. 🍌

## Dies sind die 10 besten Plant-based Hotspots Europas

Rang	Stadt	Land	Anzahl Plant-based Geschäfte	Anzahl Plant-based Restaurants	Anzahl Großer Plant-based Festivals	Restaurants mit Grünem Michelin Stern	Gesamtpunktzahl*
1	London	UK	194	81	3	3	3,429
2	Paris	Frankreich	95	17	3	8	2,557
3	Berlin	Deutschland	105	26	2	7	2,529
4	Barcelona	Spanien	64	27	1	2	1,282
5	Amsterdam	Niederlande	78	10	1	3	1,236
6	Oslo	Norwegen	17	4	1	5	1,185
7	Kopenhagen	Dänemark	21	2	0	6	0,990
8	Bristol	UK	23	4	1	3	0,930
9	Athen	Griechenland	29	6	1	2	0,843
10	Madrid	Spanien	60	20	0	2	0,790

\*Um die Gesamtpunktzahl zu erhalten, wurden die vier in der Tabelle genannten Faktoren verwendet. Die dafür gesammelten Daten wurden normalisiert und den einzelnen Faktoren jeweils eine Punktzahl zwischen null und eins zugeteilt. Die Werte wurden dann addiert, um so den Städten eine Gesamtpunktzahl von bis zu vier Punkten zu verleihen. Die Städte wurden dann basierend auf den Gesamtpunktzahlen von der höchsten Anzahl bis zur niedrigsten eingestuft. Quelle: *weloveholidays*



© sketched-graphics, AdobeStock

## Das sind die Top-10 der veganen Hotspots in Deutschland

Rang	Stadt	Anzahl Vegane Restaurants*	Anzahl Vegane/Plant-based Geschäfte*	Anzahl Plant-based Festivals	Restaurants mit Grünem Michelin Stern	Gesamtpunktzahl*
1	Berlin	128	36	2	7	2,94
2	Hamburg	56	16	2	6	1,76
3	München	35	15	1	8	1,44
4	Dresden	8	3	2	0	0,65
5	Leipzig	25	3	1	1	0,59
6	Mannheim	11	2	1	3	0,58
7	Köln	34	2	1	0	0,57
8	Frankfurt	17	2	1	2	0,56
9	Hannover	10	5	1	0	0,47
10	Düsseldorf	12	2	1	1	0,46

\*Die Anzahl der veganen Restaurants und Geschäfte wurde im Ranking doppelt gewichtet. Quelle: *weloveholidays*



© mizina, AdobeStock

# So gelingt ein erholsamer Urlaub für schwangere Reisende

Viele werdende Mütter hegen den Wunsch, noch ein letztes Mal in den Urlaub zu fahren, bevor ihr Baby zur Welt kommt. Birgit Dreyer, Reiseexpertin der ERGO Reiseversicherung, gibt Tipps für die Wahl des Reiseziels, der Reisezeit und des Verkehrsmittels. So können auch Schwangere mit Babybauch einen entspannten und beschwerdefreien Urlaub erleben.

**G**rundsätzlich ist eine Urlaubsreise für Schwangere möglich, wenn die Schwangerschaft ohne Beschwerden und Probleme verläuft. Es ist jedoch ratsam, vorher mit der Gynäkologin oder dem Gynäkologen des Vertrauens zu sprechen, um sicher zu gehen, dass die Reise unbedenklich ist. Gibt der Arzt grünes Licht, kann die Reiseplanung beginnen.

## Was Schwangere bei der Wahl des Reiseziels beachten sollten

Expertin Dreyer empfiehlt, ein Reiseziel zu wählen, an dem die Temperaturen angenehm sind und nicht über 28 Grad Celsius liegen. Von exotischen Ländern mit tropischem, feucht-schwülem Klima rät sie ab, da in der Schwangerschaft häufig Kreislaufprobleme auftreten können. Auch die Gefahr von Infektionen wie Malaria oder Gelbfieber ist in solchen Regionen oft erhöht. Rundreisen, Abenteuerurlaube oder Aufenthalte in Höhenlagen über 2.500 Meter sollten vermieden werden, da sie den Körper der schwangeren Person überfordern können.

Bei Risiko- oder Mehrlingsschwangerschaften sollte auf Reisen verzichtet werden. Die medizinische Versorgung vor Ort sollte in die Planung einfließen und im Reisegepäck dürfen der Mutterpass, wichtige Dokumente, Medikamente und eine umfangreiche Reisekrankenversicherung nicht fehlen.

## Die ideale Reisezeit mit Babybauch

Wann der ideale Zeitpunkt gekommen ist, um während der Schwangerschaft zu verreisen, ist von einer werdenden Mutter zur anderen unterschiedlich. Viele Frauen fühlen sich jedoch im zweiten Drittel der Schwangerschaft, also zwischen dem fünften und siebten Monat, am wohlsten.

„In dieser Zeit ist nicht nur das Risiko für Fehl- und Frühgeburten sowie Blutungen am geringsten, sondern auch

die Phase der Übelkeit ist oft überwunden“, sagt Dreyer. Ein weiterer Vorteil: Der Babybauch ist noch nicht so groß, dass die Bewegungsfreiheit massiv eingeschränkt wäre.

## So wird die An- und Abreise für Schwangere angenehm

Egal ob Flugzeug, Auto oder Zug: Werdende Mütter sollten sich während der Reise regelmäßig bewegen, um die Venen zu entlasten und das Thromboserisiko zu senken. Empfehlenswert ist es, alle zwei Stunden aufzustehen und die Beine zu strecken oder leichte Gymnastikübungen zu machen. „Das fördert außerdem den Kreislauf“, betont die Reiseexpertin. Unter Umständen können auch Stützstrümpfe oder Thrombosestrümpfe hilfreich sein. Wichtig ist auch, während der Reise ausreichend zu trinken und weite Kleidung zu tragen.

Bei Autofahrten sollten Schwangere darauf achten, dass der Sicherheitsgurt nicht zu locker sitzt und unter dem Bauch verläuft. Ist das gewünschte Reiseziel nur mit dem Flugzeug zu erreichen, empfiehlt die




Reiseexpertin, einen Sitzplatz am Gang zu reservieren. Manche Fluggesellschaften haben Einschränkungen für Schwangere, wie zum Beispiel eine bestimmte Schwangerschaftswoche oder ein ärztliches Attest. Es ist daher ratsam, sich vor der Buchung bei der Fluggesellschaft nach den geltenden Bestimmungen zu erkundigen. Eine Bahnfahrt hat dagegen den Vorteil, dass Schwangere sich in der Regel problemlos bewegen können und sich nicht anschnallen müssen.

## Videotipp: So schützt man sich vor Tropenkrankheiten

Infektionen mit Tropenkrankheiten wie Malaria und Denguefieber sind teilweise deutlich angestiegen. Vor allem bei Reisen in Länder Asiens, Afrikas oder Süd- und Mittelamerikas sollte man sich mit dem Thema Tropenkrankheiten auseinandersetzen. In diesem Video informiert unsere Auslandsexpertin Anne-Katrin Schwanitz über die Symptome von Tropenkrankheiten, Behandlungsmöglichkeiten und gegen welche Tropenkrankheiten es bereits einen Impfschutz gibt.



 [Zum Video](#)

# Das sind die Top-Destinationen für Outdoor-Enthusiast\*innen in Europa

Bewegung an der frischen Luft steht bei vielen Neujahrsvorsätzen ganz oben auf der Liste. Zeit also, den Bewegungsdrang auch in die Urlaubsplanung zu integrieren! Der Online-Reiseanbieter weloveholidays hat herausgefunden, welche europäischen Länder sich besonders gut für einen Outdoor-Urlaub eignen.

Um die zehn besten Länder für einen Urlaub voller Naturerlebnisse zu ermitteln, wurden verschiedene Kriterien herangezogen. Dazu zählen die Gesamtzahl der Nationalparks, der Skigebiete, der offiziellen Mountainbike- und Kletterrouten und – für alle, die ein bisschen Nervenkitzel suchen – die Anzahl der Achterbahnen in den jeweiligen Ländern. Zusätzlich wurden die höchsten Berge und die Fläche der größten Seen in jedem Land berücksichtigt, um eine umfassende Top-Ten-Liste zu erstellen.



© XtravaganT, AdobeStock

## Deutschland hat für Outdoor-Fans am meisten zu bieten

Die Auswertung ergab, dass Deutschland mit beeindruckenden 680 Skizentren, 100.313 Kletterrouten und mehr als 60.000 Mountainbikestrecken die Spitzenposition einnimmt – eine perfekte Mischung für den ultimativen Abenteuerurlaub.

Darüber hinaus bietet das Land zahlreiche Wassersportmöglichkeiten wie zum Beispiel am Bodensee, dem größten See Deutschlands. Für Kletterbegeisterte ist Deutschland ein wahres Kletterparadies: Mehr als 100.000 ausgewiesene Klettergebiete stehen zur Verfügung – mehr als in jedem anderen Land der Top Ten. Wer gerne wandert oder klettert, kommt in den Alpen voll auf seine Kosten. Für diejenigen, die einen Adrenalinkick suchen, Deutschland bietet stolze 268 Achterbahnen – allein 13 davon sind im Europa Park Rust, einem der beliebtesten Freizeitparks Europas.

## Frankreich und Italien folgen auf den Plätzen zwei und drei

Auf Platz zwei der Top-Outdoor-Destinationen folgt Frankreich. Denn obwohl das Nachbarland Deutschlands eher für seine idyllischen Mohnfelder und stilvollen Städtereisen bekannt ist, beeindruckt auch hier das Alpenpanorama, überragt vom Mont Blanc, dem höchsten Berg Europas. Zudem glänzt Frankreich mit einer fast 5.000 Kilometer langen Küste, an der man surfen, paddeln, tauchen und vieles mehr erleben kann.

An dritter Stelle folgt Italien. Auch Italien hat Zugang zum Mont Blanc und bietet hervorragende Möglichkeiten zum Skifahren. Abenteuerlustige finden in Italien 287 Skizentren, 12.162 Mountainbike-Routen und 65.224 Kletterrouten, die zum Austoben einladen. Der wunderschöne Gardasee lockt Wassersportlerinnen und -sportler an, die hier Windsurfen, Segeln und Kitesurfen können.

## Skandinavische Länder beeindruckten mit einer Vielzahl an Nationalparks

Norwegen folgt auf Platz vier der Top-Destinationen und besticht mit fast fünfzig Nationalparks, in denen man im Einklang mit der Natur sein kann. Die nordische Kulisse mit Fjorden, Bergen, Inseln und der längsten Küstenlinie des Rankings von über 25.000 Kilometern macht Norwegen zum perfekten Urlaubsziel für Abenteuerlustige. Besonders bekannt ist das Land für Angelurlaub, Wandern und Skifahren.

Das Nachbarland Schweden liegt gleich hinter Norwegen auf Platz fünf. Zahlreiche Flüsse und Seen mit unberührten Wäldern an den Ufern, viele kleine Inseln und dreißig Nationalparks gibt es hier zu entdecken. Der Vänernsee, der größte See der Europäischen Union, ist vor allem für Wassersportlerinnen und Wassersportler einen Besuch wert. Er eignet sich hervorragend für gemütliche Bootsfahrten, zum Schwimmen und für Radtouren rund um den See.




## Die richtige Auslands-Krankenversicherung für Abenteuerlustige

In vielen Ländern ist eine soziale Absicherung, wie wir sie kennen, keine Selbstverständlichkeit und die lokalen Versicherungen entsprechen nicht immer den gewohnten Standards. Gerade bei Aktivurlaube im Ausland ist eine Auslands-Krankenversicherung sinnvoll.

Mit dem **EXPAT FLEXIBLE** bietet der BDAE einen weltweit gültigen Schutz für Weltreisende und Berufstätige im Ausland von bis zu fünf Jahren. Die Versicherung kann individuell und je nach Budget ausgewählt und angepasst werden.

Um die für Sie richtige Versicherungswahl zu treffen, steht unser kompetentes Beratungs-Team gerne zur Verfügung:

 [beratung@bdae.com](mailto:beratung@bdae.com)

 +49-40-306874-23

 [Per Chat](#)

# Gesunkene Mietwagenpreise in der Sommersaison 2024

Die Frühbuchersaison für Mietwagen für den Sommerurlaub 2024 erreicht bald ihren Höhepunkt. Urlauberinnen und Urlauber, die für den Sommerurlaub ein Auto mieten möchten, können laut CHECK24 mit deutlich günstigeren Mietwagenpreisen als im Vorjahr rechnen. Das Vergleichsportal hat ermittelt, wie die Mietwagenpreise aussehen und welche Reiseziele besonders gefragt sind. Mit Blick auf die aktuelle Frühbuchersaison sind die Kosten für einen Mietwagen pro Tag im Schnitt um 15 Prozent günstiger als noch im vergangenen Jahr.

Verglichen wurden alle Mietwagenbuchungen über CHECK24 im Januar 2023 mit Mietzeitraum in den Sommerferien 2023 mit allen Mietwagenbuchungen im Dezember 2023 mit Mietzeitraum in den kommenden Sommerferien. Im Sommer 2024 zahlen Reisende durchschnittlich 54 Euro pro Tag für einen Mietwagen, im Sommer 2023 waren es durchschnittlich 64 Euro pro Tag.

## Mietwagenpreise im Sommer 2024 günstiger als im Vorjahr

Am meisten sparen Kundinnen und Kunden beim Mietwagen in Portugal. Der durchschnittliche Tagesmietpreis für Ferienautos liegt dort bei 44 Euro. Für einen Mietwagen in Großbritannien zahlen Reisende durchschnittlich 65 Euro pro Tag. Wer vor einem Jahr für

die Sommerferien 2023 gebucht hatte, zahlte durchschnittlich 87 Euro. Ein Mietwagen in Spanien ist im Schnitt 22 Prozent günstiger als im Vorjahr. Trotz eines Preisanstiegs von sieben Prozent finden Urlauberinnen und Urlauber in der Türkei mit durchschnittlich 41 Euro den günstigsten Mietwagen. Auch in Spanien sind Mietwagen für Reisende vergleichsweise günstig. Dort kostet ein Mietwagen durchschnittlich 42 Euro pro Tag.

Andreas Schiffelholz, Geschäftsführer bei CHECK24, dazu: „2024 liegen die Preise aufgrund größerer Fahrzeugflotten bei den Vermietern wieder deutlich unter 2023. Erfahrungsgemäß steigen die Preise jedoch an, je näher die Sommerferien rücken. Wer jetzt bucht, profitiert von einem großen Angebot und niedrigen Preisen.“

## Die beliebtesten Reiseziele im Sommer 2024: Spanien, USA, Portugal

Spanien ist das Land, in dem die meisten Mietwagen für den Sommerurlaub gebucht werden. Das war auch im vergangenen Jahr so. Im Gegensatz zum Vorjahr sind jedoch die USA und Portugal vor Deutschland auf die Plätze zwei und drei vorgerückt. Auch die nord-europäischen Länder Großbritannien, Island und Norwegen sind im Vergleich zum Sommer 2023 beliebter geworden und haben unter anderem die Türkei auf Platz 15 verdrängt.

### Früh buchen: Durchschnittskosten pro Tag für die Sommerferien in ausgewählten Ländern

	Land	Durchschnittliche Mietwagenkosten pro Tag		Veränderung
		2023	2024	
1.	Portugal	61 Euro	44 Euro	-27%
2.	UK	87 Euro	65 Euro	-26%
3.	Spanien	54 Euro	42 Euro	-22%
4.	Irland	91 Euro	75 Euro	-18%
5.	Kanada	96 Euro	79 Euro	-17%
6.	USA	92 Euro	77 Euro	-17%
7.	Italien	65 Euro	55 Euro	-16%
8.	Griechenland	50 Euro	45 Euro	-11%
9.	Kroatien	52 Euro	47 Euro	-10%
10.	Deutschland	58 Euro	53 Euro	-7%
11.	Schweden	48 Euro	44 Euro	-7%
12.	Island	127 Euro	120 Euro	-6%
13.	Frankreich	58 Euro	55 Euro	-6%
14.	Norwegen	76 Euro	75 Euro	-1%
15.	Türkei	39 Euro	41 Euro	+7%
<b>Durchschnittliche Mietwagenkosten</b>		<b>64 Euro</b>	<b>54 Euro</b>	<b>-15%</b>

Datenbasis: alle Mietwagenbuchungen über CHECK24 im Dezember 2023 (Abholung 20.06.24 - 9.09.24) im Vergleich zu Buchungen im Januar 2023 (Abholung 22.06.23 - 11.09.23); Auswahl der 15 meistgebuchten Destinationen; Stand der Berechnungen: 27.12.2023, Angaben ohne Gewähr. Quelle: CHECK24 Vergleichsportal Pauschalreise GmbH

## Verrückte Verkehrsregeln im Ausland

Wer mit dem Mietwagen im Ausland unterwegs ist, sollte die dortigen Verkehrsregeln kennen. In einigen Ländern sind diese ganz besonders kurios. Auslandsexperte Torben Roß stellt in diesem Video eine kleine Auswahl an verrückten Verboten weltweit vor.



[Zum Video](#)



© Davide Angelini, AdobeStock



## Verkehrsrechtsschutz im Ausland

Andere Länder, andere Gesetze. Wer die Gesetzeslage nicht kennt, riskiert erhebliche Probleme im Ausland, sein Recht durchzusetzen. Zudem kann der Prozess langwierig und teuer werden. Die vom BDAE gemeinsam mit der ARAG entwickelten Rechtsschutzversicherung fürs Ausland – **EXPAT LEGAL** – bietet kompetente Hilfe in allen Rechtsfragen rund um den privaten Lebens- und Verkehrsbereich. Bei Fragen steht unser Team beratend zur Seite:

[beratung@bdae.com](mailto:beratung@bdae.com)

+49-40-306874-23

[Per chat](#)



# Pauschalreisen in 2024 nur wenig teurer als im Vorjahr

© Patryk Kosmider, AdobeStock

Derzeit erreicht die Frühbuchersaison für *Pauschalreisen* ihren Höhepunkt. Urlauberinnen und Urlauber zahlen in diesem Jahr nur etwas mehr als 2023: Im Durchschnitt der dreißig beliebtesten Urlaubsländer 2024 steigt der Preis im Vergleich zum Vorjahr um rund sechs Prozent.

**2023** zahlten Reisende durchschnittlich 116 Euro pro Tag, nun liegt der Durchschnittspreis pro Person und Tag bei 123 Euro. Das ergab eine Untersuchung des Vergleichsportals CHECK24.

## Ägypten und Vereinigte Arabische Emirate nur minimal teurer als 2023

Die geringste Preissteigerung unter den zehn am häufigsten gebuchten Pauschalreisezielen in diesem Jahr ist in Ägypten zu verzeichnen. Für Flug und Übernachtung zahlen Urlauber in diesem Jahr im Schnitt 106 Euro pro Tag. Damit sind Reisen in das nordafrikanische Land zwei Prozent teurer als 2023.

Mit einem Plus von drei Prozent ist auch Urlaub in den Vereinigten Arabischen Emiraten kaum teurer geworden als 2023. Pauschalurlauberinnen und -urlauber zahlen in den Emiraten dieses Jahr durchschnittlich 179 Euro pro Tag, 173 Euro waren es im Vorjahr.

In der Türkei sind Pauschalreisen im Vergleich zum Vorjahr um sieben Prozent teurer geworden. Auch Italien verzeichnet eine Teuerung von sieben Prozent im Vergleich zu 2023. Ein Pauschalurlaub in Spanien kostet

im Schnitt acht Prozent mehr, Reisen nach Griechenland sind in diesem Jahr neun Prozent teurer als 2023. Mit zehn Prozent steigen die Preise in Portugal am stärksten. Dort zahlen Reisende in diesem Jahr durchschnittlich 128 Euro pro Tag, 2023 lag der durchschnittliche Tagespreis bei 116 Euro.

„Je früher Kund\*innen sich für ein Reiseziel für 2024 entscheiden und den Urlaub buchen, desto mehr können sie von günstigen Frühbucherkonditionen profitieren“, sagt Martin Zier, Geschäftsführer Pauschalreise bei CHECK24. „Wer frühzeitig bucht, hat die größte Auswahl an verfügbaren Hotels, Zimmern und den gewünschten Flugverbindungen.“

## Top-Urlaubsziele 2024: Türkei, Spanien, Ägypten und Griechenland

Die Türkei, Spanien, Ägypten und Griechenland werden von CHECK24-Kundinnen und Kunden in diesem Jahr am meisten gebucht. Auch Portugal, die Vereinigten Arabischen Emirate, Thailand, Tunesien sowie die Dominikanische Republik und Italien liegen im Trend.

Bei den meistgebuchten Pauschalreisezielen handle es sich größtenteils um klassische Destinationen im sonnigen Mittelmeerraum sowie Südeuropa, sagt

### Pauschalreisen: Durchschnittlich Personentagpreis in den zehn meistgebuchten Ländern

	Land	Durchschnittlich Personentagpreis		Veränderung
		2023	2024	
1.	Ägypten	104 Euro	106 Euro	+2%
2.	VAE	173 Euro	179 Euro	+3%
3.	Thailand	129 Euro	136 Euro	-22%
4.	Tunesien	81 Euro	85 Euro	+5%
5.	Dominikanische Republik	168 Euro	178 Euro	+6%
6.	Türkei	101 Euro	108 Euro	+6%
7.	Italien	128 Euro	137 Euro	+7%
8.	Spanien	116 Euro	126 Euro	+7%
9.	Griechenland	117 Euro	127 Euro	+8%
10.	Portugal	116 Euro	128 Euro	+9%
<b>Durchschnittlich-Personentagpreis</b>		<b>116 Euro</b>	<b>123 Euro</b>	<b>+10%</b>

Datenbasis: Pauschalreisen mit Abreise vom 01.01.24. bis 31.12.24 (Buchung bis 08.01.24) im Vergleich zu Abreisen vom 01.01.23 bis 31.12.23 (Buchung bis 08.01.23); Auswahl der zehn meistgebuchten Destinationen; Stand der Berechnungen: 12.01.24, Angaben ohne Gewähr.  
Quelle: CHECK24 Vergleichsportale Pauschalreise GmbH

Martin Zier. „In diesem Jahr überholt Italien im Beliebtheitsranking Mexiko und erreicht den zehnten Platz. Ein möglicher Grund dafür ist die Mischung aus Strand, Kulturgeschichte und der guten Küche. Auch die relativ kurze Anreise macht Italien als Pauschalreiseziel attraktiv.“



# Das sind beliebte Ziele für Luxusreisen

© J. J. cz. AdobeStock

Luxusreisen liegen voll im Trend. Seit einigen Jahren verzeichnet *Feinreisen*, der Spezialist für Urlaub im Premiumsegment, eine stetig steigende Nachfrage. Waren es früher vor allem luxuriös ausgestattete Hotels und Ferienhäuser sowie gehobener Flugkomfort – Business oder First Class statt Economy – so hat sich das Verständnis von Luxus gewandelt.

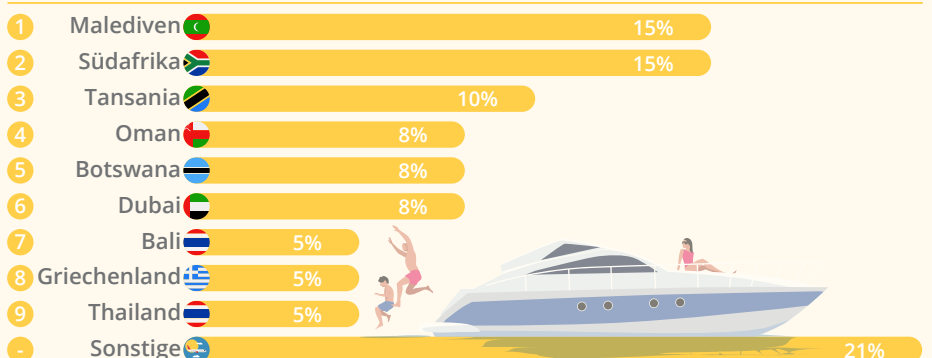
**T**imo Kohlenberg, der geschäftsführende Gesellschafter der America Unlimited GmbH, zu der Feinreisen gehört, erklärt, dass für Luxusreisende heute das Erlebnis vor Ort und eine gewisse Exklusivität besonders wichtig seien. Er betont, dass die Experience neben der Unterkunft und dem Transport eine entscheidende Komponente sei, sei es durch einen privaten Helikopter-Transfer, eine Kuratoren-Führung durch ein Museum oder eine private Shopping-Begleitung.

Die Ansprüche der Kundinnen und Kunden würden auch in Bezug auf die Anzahl der Reisenden komplexer. Früher waren es vor allem Paare und Eltern mit ihren Kindern, die bei Feinreisen Luxusurlaub buchten. „Heute wird der Urlaub auch gerne gemeinsam mit den Großeltern verbracht. Das wiederum stellt uns vor die Herausforderung, Aktivitäten für unterschiedliche Generationen anzubieten“, so Kohlenberg.

Die beliebtesten Luxusreiseziele im Jahr 2024 sind laut aktuellem Buchungsstand von Feinreisen *Südafrika* und die

## Ranking der Luxusreiseziele in 2024 im Überblick

Prozentualer Anteil an allen Buchungen von Feinreisen mit Stand vom 22.01.2024



© Aidas, AdobeStock

Malediven (jeweils 15 Prozent), gefolgt von Tansania mit zehn Prozent. Auf Oman, Botswana und Dubai in den Vereinigten Arabischen Emiraten entfallen jeweils acht Prozent der Urlaubsbuchungen des Veranstalters. Jeweils

fünf Prozent der Gäste von Feinreisen werden in diesem Jahr ihren Urlaub auf der indonesischen Insel Bali, in Griechenland oder in *Thailand* verbringen. Die restlichen 21 Prozent verteilen sich auf andere Reiseziele in aller Welt.



**Buchtipp:**  
**„Der Buchladen am Ende der Welt“**

© sangkhom, AdobeStock

Luftaufnahme des Stadtzentrums von Queenstown in der Abenddämmerung, Südinsel, Neuseeland

Am Ende der Welt, weit im Süden Neuseelands, gibt es einen kleinen Buchladen. Dieser gehört Ruth Shaw, einer beeindruckenden Frau mit einer bewegenden Lebensgeschichte.

**D**iese hat sie in einem Roman festgehalten, der auf ihrer wahren Lebensgeschichte beruht und Lesenden einen Blick in ihr abenteuerliches Leben gibt und ihre Liebe zum Lesen betont.

Das Buch „Der Buchladen am Ende der Welt“ erzählt von Trauer und Verlust, aber auch über die Liebe zum Leben, zum Ozean und zur Welt der Bücher.

.....  
**„Das Leben ist eine wilde Reise.“**  
 .....

Die in Christchurch, Neuseeland, geborene Ruth Shaw hat ein abenteuerliches Leben hinter sich. Sie verlor ihr Kind sowie ihre große Liebe, segelte viele Jahre über den Pazifik, wurde verhaftet wegen Glücksspiels und hatte unzählige Jobs, unter anderem als Köchin für einen Erzbischof oder als Streetworkerin. Während andere sich im Alter zur Ruhe setzen, hat Ruth mit ihrem Mann den kleinsten Buchladen unweit des Lake Manapouri in der Region Southland im Süden Neuseelands, gegründet.

Die lebendige Erzählung ihrer Lebensgeschichte, die einige dunkle Kapitel schildert, wird dennoch durch kleine

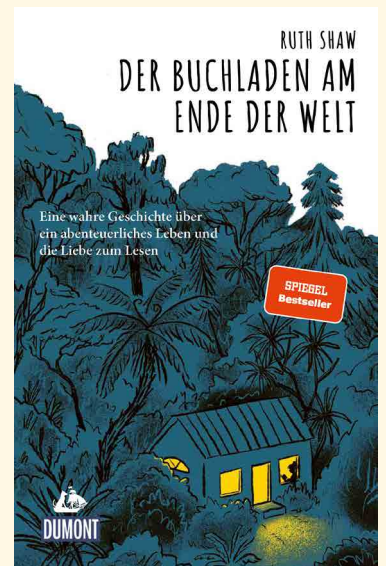
Anekdoten über ihren Buchladen und die Menschen, die sie dort besuchen, sowie zu ihrer Liebe zu den Büchern aufgelockert. Ihre positive Lebenseinstellung zieht sich durch das gesamte Buch, wodurch auch die traurigen Passagen keinesfalls bedrückend beim Lesen wirken.

.....  
**„Manchmal dauert es sehr lange bis man sein Zuhause findet, aber wenn man Glück hat, kommt man irgendwann dort an. So wie ich.“**  
 .....

Im Buch zeugen Fotos von ihren Erlebnissen und geben dem Ganzen einen noch persönlicheren Aspekt. Wen es also irgendwann mal ans Ende der Welt, an den Lake Manapouri zieht, sollte unbedingt mal bei Ruth und ihrem Mann vorbeischaun oder einfach ihr Buch lesen um festzustellen, dass es sicherlich eine Bereicherung sein kann, ihr irgendwann mal persönlich zu begegnen.

**Das Buch**

**Der Buchladen am Ende der Welt – Eine wahre Geschichte über ein abenteuerliches Leben und die Liebe zum Lesen**



Ruth Shaw

DuMont Reiseverlag  
 ISBN: 978-3-616-03235-1  
 17,95 Euro; 300 Seiten  
 Erschienen im Oktober 2023.



© Ruth Shaw

**Über die Autorin**

Ruth Shaw kam im Jahr 1941 zur Welt und verbrachte ihre Kindheit in Christchurch. Zu dieser Zeit war ihr Vater als Feuerwehrmann bei der neuseeländischen Eisenbahn tätig. In ihrer frühen Kindheit konnte sie wahrscheinlich noch nicht ahnen, dass sie einmal ein so rastloses Leben führen und ständig unterwegs sein würde. „Ich denke, ich habe die Liebe meines Vaters zu Zügen geerbt. Ein Großteil meines Lebens habe ich entweder auf einem Boot oder in einem Zug verbracht“, bemerkt sie heute. Inzwischen hat sie jedoch ihre Wurzeln geschlagen und betreibt zusammen mit ihrem Mann Lance eine kleine Buchhandlung, bestehend aus drei winzigen Häuschen, ganz im Süden Neuseelands.





# Dry Holidays: Viele Urlaubende befürworten alkoholfreie Getränke

© Davide Angelini, AdobeStock

Alkoholfreie Getränke wie alkoholfreies Bier, Virgin Mojito und Zero Spritz gewinnen bei deutschen Reisenden an Beliebtheit. Laut einer aktuellen Umfrage im Auftrag des Online-Reisebüros Expedia befürwortet knapp die Hälfte der deutschen Urlaubenden ein vielfältiges Angebot an alkoholfreien Getränken in Hotels.

**D**abei fällt auf: Mehr als jeder dritte Mann (36 Prozent) und sogar jede zweite Frau haben Interesse an Unterkünften, die auf ihren Getränkekarten kreative Mocktails, alkoholfreie Weine und eine Auswahl gesunder alkoholfreier Getränke wie Smoothies oder Limonaden anbieten.

## Trend zu „Soberness“ wird Lebensstil

„Sober Curiosity“ oder „Mindful Drinking“ sind nicht mehr nur ein Trend-Phänomen, sondern auch zum Lebensstil vieler geworden. Der Alkoholkonsum in Deutschland ist seit etwa vierzig Jahren langsam, aber kontinuierlich rückläufig. Im Jahr 1980 betrug der durchschnittliche Alkoholkonsum pro Person ab 15 Jahren noch 15 Liter, während dieser Wert im Jahr 2020 auf durchschnittlich nur noch zehn Liter Reinalkohol pro Jahr gesunken ist. Trotz dieses positiven Trends bleibt Deutschland [im internationalen Vergleich ein Hochkonsumland](#).

Diese Einschätzung stützt sich auf Daten der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Nach diesen Daten konsumierten Bürgerinnen und Bürger (ab 15 Jahren) weltweit im Jahr 2019 durchschnittlich 5,8 Liter Reinalkohol. Im Vergleich dazu liegt der Konsum in Deutschland also fast doppelt so hoch.

Nun scheint der Trend zu alkoholfreiem Genuss auch im Tourismus angekommen zu sein. Vor allem die Gen Z zeigt sich überaus reisebegeistert und wird die Reisebranche in Zukunft immer stärker beeinflussen. Schon jetzt stellen sich Hotels auf Gäste ein, die während ihres Aufenthalts bewusst auf Alkohol verzichten oder den Konsum gering halten möchten, stellen die Reiseexpertinnen von Expedia fest. Und auch eine Umfrage von Opodo unter mehr als 10.000 Teilnehmenden ergab, dass etwa 13 Prozent der Deutschen Lust hätten einen Detox-Urlaub zu machen, bei dem sie auf Alkohol verzichten.

**Ältere Reisende weniger offen für Alkoholverzicht im Urlaub**

Insbesondere bei Millennials und der Gen Z besteht laut der Expedia-Umfrage besonders großes Interesse an ▶

alkoholfreiem Urlaub: Sechzig Prozent würden sich von einer Hotelbar, die alkoholfreie Alternativen anbietet, angesprochen fühlen. Die Bereitschaft, auch auf Getränke ohne Alkohol auszuweichen, nimmt jedoch bei den älteren Befragten ab. Besonders auffallend ist dies bei der Boomer-Generation: Nur ungefähr ein Viertel der Befragten im Alter zwischen 55 und 64 Jahren haben Interesse an alkoholfreien Getränken während ihres Hotelurlaubs. Bei den über 65-Jährigen sinkt diese Offenheit sogar auf nur noch 21 Prozent.

### Ein Viertel bleibt komplett nüchtern während des Urlaubs

Knapp ein Viertel aller Befragten gibt an, während ihres Urlaubs komplett nüchtern zu bleiben. Mehr als jede oder jeder Zehnte plant, den eigenen Alkoholkonsum in zukünftigen Reisen zu reduzieren. Für knapp ein Drittel der Reisenden ist der Hauptgrund für den Verzicht auf Alkohol die eigene Gesundheit. Jede vierte befragte Person hat schlicht und einfach keine Lust auf den Konsum von Alkohol. Etwa jeder oder jede Fünfte sieht sich in einer Vorbildfunktion für Kinder und möchte potenzielle Kater am nächsten Tag vermeiden, um den Urlaub in vollen Zügen genießen zu können. Für 19 Prozent ist es wichtig, die Kontrolle über ihren Konsum zu behalten. ●



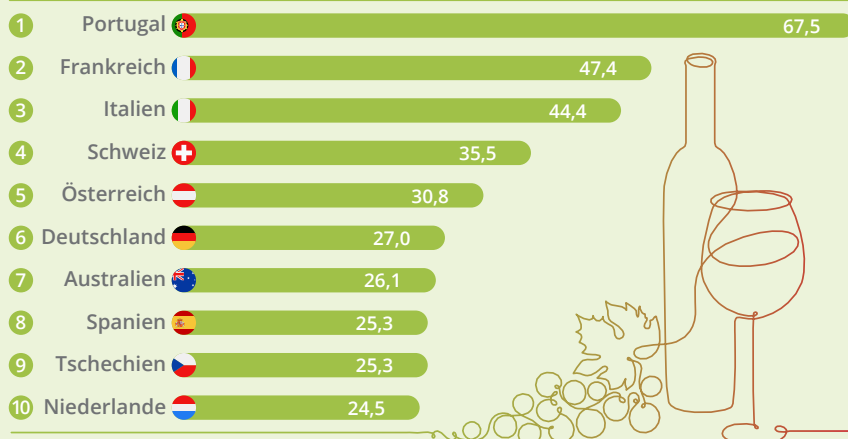
### In Portugal wird am meisten Wein konsumiert

Besonders schwer könnte vielleicht der Alkoholverzicht in Portugal sein – vor allem dann, wenn man gerne Wein trinkt. Denn in Portugal wird von dem Rebsaft unter den Einheimischen am meisten konsumiert. Etwa 67,5 Liter Wein trinken diese im Schnitt pro Jahr. Das zeigen die Schätzungen der International Organisation of Vine and Wine (OIV). Demnach sind die Portugiesinnen und Portugiesen weltweit

die größten Weintrinkenden – und das mit deutlichem Abstand, wie die Statista-Grafik zeigt. Französinnen und Franzosen sowie Italienerinnen und Italiener sind zwar allgemein für ihren Weingenuss bekannt, dennoch konsumieren sie mit 47,4 beziehungsweise 44,4 Litern pro Kopf etwa 20 Liter weniger im Jahr. Deutsche Wein-Fans haben 2022 im Schnitt etwa 27 Liter des edlen Rebsaftes getrunken.

### Wo leben die größten Weintrinker\*innen?

Durchschnittlicher Pro-Kopf-Konsum von Wein 2022 (in Liter)



Quelle: International Organisation of Vine and Wine (OIV)  
© HANNA, AdobeStock



### Streit um Alkohol-Klausel: Verbraucherschützer\*innen mahnen Anbieter von Auslandsreisekrankenversicherungen ab

Der Bund der Versicherten hat drei Anbieter von Auslandsreisekrankenversicherungen wegen ihrer Klauseln zum Missbrauch von Alkohol, Medikamenten oder Drogen abgemahnt. Nach Informationen, die dem Tagespiegel vorab vorlagen, handelt es sich um den ADAC, Europ Assistance und Die Bayerische. Diese verwenden Klauseln, wonach sie ihre Leistung ausschließen können, falls eine im Urlaub aufgetretene Krankheit oder eine Verletzung in Folge eines Missbrauchs von Drogen, Medikamenten oder Alkohol eingetreten ist. Für Versicherungsnehmer sei nicht erkennbar, was genau mit „Missbrauch“ gemeint ist, kritisieren die Verbraucherschützer. Zudem sei Verbrauchern nicht klar, wann die Schwelle zwischen konsequenzlosem Konsum und Missbrauch überschritten ist.



„Eine Auslandsreisekrankenversicherung ist sehr wichtig“, sagte Stephen Rehmké, Vorstandsmitglied des Bundes der Versicherten, dem Tagespiegel. „Die Versicherten müssen sich durch klare Ansagen darauf verlassen können, dass die Versicherung im Ernstfall leistet.“ Es dürfe nicht im Belieben des Versicherers stehen, ob jemand beim Feiern im Urlaub über die Stränge geschlagen hat.

# Was Eisbaden so gesund macht

Winterliches Baden erfreut sich zunehmender Beliebtheit. Es soll positive Auswirkungen auf die Stimmung und das emotionale Wohlbefinden haben.

**T**atsächlich werden beim Eintauchen in eisiges Wasser verschiedene Glückshormone wie Adrenalin, Dopamin, Serotonin und Endorphine freigesetzt, die ein Gefühl von Glück, Wohlbefinden und sogar Euphorie auslösen können, so das „HausArzt-PatientenMagazin“.

Für das Eisbaden sind nur wenige Utensilien erforderlich, wie beispielsweise eine Kopfbedeckung, da über den Kopf mehr als 30 Prozent der Körperwärme verloren gehen. Ein tiefer Atemzug begleitet den langsamen Einstieg ins Wasser. Besonders für Anfängerinnen und Anfänger ist es ratsam, das Eisbad zu Beginn auf wenige Sekunden zu begrenzen und es später nur allmählich zu verlängern. Ein gesunder Kreislauf ist entscheidend, um den Kältereiz sicher zu erleben. Personen mit Bluthochdruck, Diabetes, Herz- und Gefäßerkrankungen sollten jedoch auf das Eisbaden verzichten.

Dennoch sollten die Risiken des Eisbadens nicht unterschätzt werden, da Unterkühlung und Herz-Kreislauf-Probleme ernsthafte Gefahren darstellen. Das Eintauchen ins kalte Wasser kann zu einem Anstieg des Blutdrucks und sogar zu Atemschwierigkeiten führen, insbesondere bei Panik und dem daraus resultierenden Schutzreflex des Atemstillstands. Fachleute empfehlen, dass insbesondere Neulinge nicht alleine Eisbaden und nur Personen, die sich fit und gesund fühlen, Winterbaden ausprobieren sollten. Im Zweifelsfall ist eine ärztliche Abklärung ratsam.

## Eisbaden stärkt das Immunsystem

Ferner belegen Studien, dass regelmäßiges Eisbaden positive Effekte auf das Immunsystem und die Hautgesundheit haben kann. Eine verbesserte Durchblutung und gesteigerte Stoffwechselaktivität werden ebenfalls als positive Ergebnisse des Winterbadens beschrieben. Mehrere Studien haben die gesundheitlichen Vorteile von Eisbaden untersucht.

Eine Studie des National Institute of Health in den USA ergab zudem, dass der Kältereiz des Eisbadens die Fettverbrennung ankurbeln kann, indem er das braune Fettgewebe aktiviert,



© Dudarev Mikhail, AdobeStock

das Energie, Zucker und Fett fast ausschließlich in Wärme umwandelt. Die Studie diskutiert auch den zusätzlichen Kalorienverbrauch, der durch das Eisbaden verursacht wird, wobei einige

Studien einen zusätzlichen Verbrauch von 500 Kilokalorien pro Tag ergaben, während andere nur einen zusätzlichen Verbrauch von 30 Kilokalorien pro Tag feststellten.

# Schlafmangel ist schlecht für die Stimmung

© deagreez, AdobeStock

Was die wenigsten Menschen überraschen dürfte, ist nun wissenschaftlich belegt: Schlafmangel beeinträchtigt nicht nur die körperliche Ermüdung, sondern hat auch nachweislich negative Auswirkungen auf die emotionale Gesundheit, wie von Candice Alfano von der University of Houston *im Rahmen einer Studie* festgestellt wurde.

**E**motionen spielen eine entscheidende Rolle in unserem täglichen Leben, und Schlafentzug scheint einen sicheren Weg zu bieten, sich selbst emotional zu schädigen. Selbst bei geringem Schlafmangel wurden messbare negative Veränderungen in der Reaktion auf alltägliche Ereignisse beobachtet, betont die Expertin.

## Gefährdung der psychischen Gesundheit durch Schlafmangel

„Die Quantifizierung der Auswirkungen von Schlafmangel auf Emotionen ist von entscheidender Bedeutung für die Förderung der psychischen Gesundheit in unserer von Schlafmangel geprägten Gesellschaft“, hebt Schlafforscherin Cara Palmer von der Montana State University hervor. Die vorliegende Studie liefert überzeugende Belege dafür, dass längere Wachphasen, verkürzte Schlafdauer und nächtliches Erwachen die emotionalen Funktionen des Menschen nachhaltig beeinträchtigen.

## Ergebnisse von zwei weiteren Studien

Zusätzlich zu den genannten Erkenntnissen stützen zwei weitere Studien die schädlichen Auswirkungen von Schlafmangel auf die emotionale Gesundheit. Eine Studie, durchgeführt an der Stanford University, zeigte, dass Schlafentzug zu einer Verringerung der emotionalen

Stabilität führt und die Fähigkeit zur Stressbewältigung beeinträchtigt. Eine weitere Untersuchung an der Harvard Medical School ergab, dass Schlafmangel mit einem Anstieg von depressiven Symptomen und einer gesteigerten Anfälligkeit für Angstzustände verbunden ist.

## Umfassende Analyse von 154 Studien

Die veröffentlichten Erkenntnisse basieren auf einer umfassenden Analyse von 154 Studien über fünf Jahrzehnte, an denen insgesamt 5.715 Teilnehmende beteiligt waren. In diesen Studien wurde der Schlaf der Teilnehmenden für eine oder mehrere Nächte gestört, indem sie entweder über einen längeren Zeitraum wachgehalten oder zu ungewöhnlichen Zeiten geweckt wurden. Die Forschenden erfassten nach jeder Schlafmanipulation mindestens eine emotionsbezogene Variable, wie selbstberichtete Stimmung, Reaktion auf emotionale Reize sowie Messungen von Depressions- und Angstsymptomen.

## Verringerte Freude und Glück, gesteigerte Ängstlichkeit

Insgesamt ergab die umfassende Analyse, dass sämtliche Formen von Schlafverlust zu einer Verringerung positiver Emotionen wie Freude, Glück und Zufriedenheit führten. Gleichzeitig wurden erhöhte Angstsymptome, wie eine beschleunigte

Herzfrequenz und verstärkte Sorgen, festgestellt. Diese Effekte traten bereits nach kurzen Phasen des Schlafverlusts auf, beispielsweise nach einer um ein oder zwei Stunden verlängerten Wachphase oder bei einem Verlust von nur wenigen Stunden Schlaf, wie Palmer erläutert.

## Handlungsbedarf für individuelle und öffentliche Gesundheit

Mit Blick auf die Tatsache, dass mehr als 30 Prozent der Erwachsenen und bis zu 90 Prozent der Jugendlichen nicht ausreichend Schlaf bekommen, betont Palmer die erheblichen Auswirkungen auf die individuelle und öffentliche Gesundheit. Branchen und Berufe, die besonders anfällig für Schlafmangel sind, sollten Richtlinien entwickeln und umsetzen, um dem Schlaf Priorität einzuräumen. Dadurch könnten die Risiken für die Funktionsfähigkeit und das Wohlbefinden am Tag minimiert werden.

Eine weitere Studie der University of California in San Francisco zeigt, dass bereits ein geringfügiger Schlafmangel negative Auswirkungen auf das Immunsystem hat. Menschen, die jede Nacht nur sechs Stunden oder weniger schlafen, haben ein viermal höheres Risiko, von einer Erkältung betroffen zu sein, im Vergleich zu Menschen, die länger schlafen. Die Studie zeigt auch, dass Schlafmangel die Funktion der T-Lymphozyten beeinträchtigt, die eine wichtige Rolle bei der zellulären Immunantwort spielen.



# Studie: So viele Geflüchtete nehmen zahnmedizinische Behandlungen in Anspruch

© Drazen, AdobeStock

Nehmen Geflüchtete in Deutschland gehäuft zahnmedizinische Leistungen in Anspruch? Gesundheitswissenschaftlerinnen und -wissenschaftler der Universität Bielefeld haben sich intensiv mit dieser Frage befasst.

Die Diskussion über die abgelehnten Asylbewerberinnen und ihre Nutzung zahnärztlicher Leistungen im letzten Herbst führte zu Fragen über die Häufigkeit dieser Inanspruchnahme.

Die nun *vorliegende Studie* zeigt, dass Geflüchtete im Vergleich zur Gesamtbevölkerung deutlich seltener zahnärztliche Behandlungen erhalten.

Professor Dr. med. Kayvan Bozorgmehr, Leiter der Arbeitsgruppe Bevölkerungsmedizin und Versorgungsforschung an der Fakultät für Gesundheitswissenschaften, erklärt, dass die Studie untersuchte, wie oft Asylbewerberinnen und -bewerber in Deutschland innerhalb eines Jahres einen Zahnarzt aufsuchten. Die Daten stammen aus der Querschnittstudie RESPOND von 2018, bei der 863 Geflüchtete in Baden-Württemberg und Berlin befragt wurden. 38,2 Prozent gaben an, in den letzten zwölf Monaten zahnmedizinisch behandelt worden zu sein, während 41,4 Prozent sagten, noch nie beim Zahnarzt in Deutschland gewesen zu sein.

## 82 Prozent der Deutschen wurden zahnmedizinisch behandelt

Im Vergleich dazu gaben laut der Studie „Gesundheit in Deutschland

aktuell“ des Robert Koch-Instituts 82,2 Prozent der Gesamtbevölkerung an, in den letzten zwölf Monaten eine zahnärztliche Untersuchung gehabt zu haben. Die Daten zeigen einen erheblichen Unterschied zwischen Geflüchteten und der Gesamtbevölkerung auf.

Die Studie weist auf strukturelle Ungleichbehandlungen aufgrund des Asylbewerberleistungsgesetzes hin, das Zahnbehandlungen nur bei unaufschiebbaren medizinischen Gründen zulässt. Diese Beschränkungen stehen im Widerspruch zu Grundsätzen der Nicht-Diskriminierung und Menschenwürde. Die Forschenden betonen, dass die niedrige Inanspruchnahme zahnärztlicher Leistungen bei Geflüchteten möglicherweise zu einem höheren Bedarf und Folgeerkrankungen führt, was langfristig zu höheren Gesundheitskosten führen könnte.

Um diese Fragen genauer zu klären, fordern die Forschenden eine verbesserte Datengrundlage zur Gesundheitsversorgung von Geflüchteten, um Ungleichheiten aufzudecken und eine faktenbasierte Diskussion zu fördern. Die Studie trägt zu aktuellen Forschungen im Bereich Unsicherheitsforschung bei und betont die Bedeutung einer sachlichen Auseinandersetzung mit Migration und Gesundheit.




## Auslandskrankenversicherungen für ausländische Gäste in Deutschland

Für ausländische Gäste in Deutschland, die sich temporär im Land aufhalten (und keinen Asylstatus haben) bietet der BDAE mit dem **EXPAT VISIT** und dem **EXPAT GERMANY** eine internationale Krankenversicherung an, die ihnen medizinische Behandlungen in Deutschland (und auch Europa) ermöglicht.

Für Fragen dazu steht das Service-Team des BDAE gerne zur Verfügung:

 [Chat](#)

 +49-40-306874-43

 [privatkunden@bdae.com](mailto:privatkunden@bdae.com)

 zum **EXPAT VISIT**

 zum **EXPAT GERMANY**

# Diese Mitbringsel kommen bei der Reise nach Afrika besonders gut an

© shintartanya, AdobeStock

Viele Reisende fragen sich bei der Planung ihrer Afrikareise, ob sie Geschenke mit in den Koffer für die lokale Bevölkerung packen sollen oder lieber nicht.

**D**ie Lebensbedingungen können für die lokale Bevölkerung durchaus sehr herausfordernd sein. Armut und der Mangel an Elektrizität, fehlendes sauberes Trinkwasser, keine angemessene Gesundheitsversorgung und wenige gute Schulen machen das Leben schwer. Viele Reisende haben den Wunsch mit Geschenken oder Spenden zu helfen, um so die Probleme zu mildern. Dies führt häufig zur Frage: Was könnte man mitbringen?

Eins vorweg: Natürlich sind die Probleme nicht einfach mal so mit Geschenken zu lösen – trotzdem können Reisende mit kleinen Geschenken der lokalen Bevölkerung eine kleine Freude bereiten. Oft gibt es vor Ort lokale Organisationen, die genauer wissen, welche konkreten Bedürfnisse bestehen. Eine entsprechende Online-Recherche nach diesen Organisationen könnte also bereits verraten, was vor Ort wirklich nötig ist.

## Geschenke mitbringen oder Geld geben?

Man sollte auch mit sich selbst ausmachen, was genau man sich von der eigenen Großzügigkeit erhofft: Will ich die Menschen vor Ort kennenlernen und proaktiv an sie herantreten? Oder ist mir lieber, das Geld an eine Organisation zu geben, die vielleicht besser weiß, was mit der Spende anzufangen ist?

Das ist die Einschätzung des Reiseveranstalters [Afrika Safari Urlaub in Kenia](#), der zu dem Thema befragt wurde. Manche bevorzugen es, wenn Reisende an vertrauenswürdige Organisationen Geld spenden, da diese NGOs genauer darüber informiert sind, welche Bedürfnisse die Menschen haben.

James von Afrika Safari Urlaub räumt dagegen ein, dass es auch Vorteile hat, Geschenke mitzubringen und sie in den Dörfern rund um die Nationalparks zu verteilen. Auf diese Weise erkennt die lokale Bevölkerung die Vorzüge, in der Nähe eines Reservats zu leben. Der volkswirtschaftliche Nutzen des Tourismus wird so für die lokale Bevölkerung ganz konkret erlebbar. Und so gelingt auch interkultureller Austausch. Außerdem kommen Touristinnen und Touristen und die einheimische Bevölkerung so in Kontakt. Denn, dies sei eine traurige Realität, ist es oft nur so, dass die Safari-Autos durch die Dörfer brausen, ohne dass die Bewohnerinnen und Bewohner eigentlich genau wissen, wer da im Auto sitzt oder wozu. Da kann ein nachvollziehbarer Groll aufkommen, gerade wenn man vielleicht nicht weiß, was man seinen Kindern zum Abendessen auftischen kann. Deshalb sei es wichtig, in Kontakt zu treten, Geschichten und kleine Aufmerksamkeiten mit den Menschen vor Ort zu teilen, so der Tourguide James von Afrika Safari Urlaub.

Manche Reisende überlegen, nach der Ankunft in Afrika etwas zu kaufen und so zusätzlich die lokale Wirtschaft zu unterstützen. Tourguide Anthony rät jedoch davon ab. Geschenke aus Europa oder Amerika seien in der Regel von besserer Qualität, und die Beschenkten würden sich möglicherweise geehrt fühlen.

## Lokale Initiativen unterstützen

Lokale Initiativen leisten vor Ort erhebliche Beiträge, indem sie beispielsweise lokale Schulen und Gesundheitseinrichtungen unterstützen oder einen Beitrag zu den Schulgebühren für Privatschulen leisten. Eine finanzielle Spende an eine solche Organisation ist natürlich anders als das Verteilen von Geschenken, aber sorgt ebenso für das Wohlergehen der lokalen Bevölkerung.

## “Pack for a Purpose” bringt lokale Organisationen und Tourismus zusammen

Auf der Website von „Pack for a Purpose“ können Afrikareisende herausfinden, was sich lohnt, mitzubringen. Die Initiative bringt lokale Organisationen, Hotels und Touristinnen und Touristen zusammen, indem sie auflistet, welche Bedarfe bestehen. ▶

Zudem hat Afrika Safari Urlaub ebenfalls eine Liste von Geschenkideen zusammengestellt, die sicher gebraucht werden:

Schulsachen wie Hefte, Bleistifte, Kugelschreiber, Radiergummis, Lineale und Anspitzer werden immer benötigt. Viele Kinder haben noch nie Buntstifte, Filzstifte, Malbücher oder Knete in der Hand gehabt. Diese Dinge werden zwar nicht in der Schule verwendet, können aber Gemeindezentren oder kleinen NGOs zugute kommen, die mit Kindern arbeiten. Zudem sind schwarze Schulschuhe und Rucksäcke besonders gefragt.

Spielzeug wie Bälle in allen Formen und Größen sind ebenfalls ein schönes Geschenk. Springseile sind in den Dörfern sehr gefragt, ebenso wie Malbücher, Farb- und Buntstifte. Von Luftballons raten die Tourguides allerdings ab, denn der hinterlassene Plastikmüll schadet nicht nur der Umwelt, Tiere könnten daran ersticken.

Praktische Geschenke wie Solarleuchten, einfache Handys oder Smartphones und (solarbetriebene) Bluetooth-Radios oder Lautsprecher sind praktisch. Da diese Dinge sehr beliebt sind, kann es schwierig werden, sie gerecht zu verteilen. Daher ist es ratsam,

mit den lokalen Tourguides zu sprechen. Sie sorgen für eine gleichmäßige Verteilung und dafür, dass die Geschenke in den richtigen Händen landen.

### Spenden an kleine lokale Organisationen

Afrika Safari Urlaub betont zudem, dass Reisende oft am besten mit Spenden an kleine lokale Organisationen, die das tägliche Leben von bedürftigen Menschen verbessern, helfen können. Dabei gehe es weniger um Geschenke, sondern um das Weitergeben von Wissen und Fertigkeiten. ●

## Neuer Reise-Podcast mit Geschichten und Urlaubs-Inspirationen

Wer Fernweh zu Hause auf der Couch hat, sollte einmal, in den Podcast des Reisebloggers Sebastian Canaves reinhören. Der „Off the Path Daily Podcast“ konnte im ersten Monat über 15.000 Downloads verzeichnen und ist so direkt auf Platz eins der Reise-Podcast-Charts gelandet.

Mit einem innovativen Format hebt sich dieser Podcast von anderen Reise-Podcasts ab. Montag bis Freitag bietet er täglich fesselnde Geschichten in prägnanten zehnminütigen Episoden. Auf dem Plan stehen dabei Themenbereiche wie Kultur, die Tierwelt, Natur und Geschichte weltweit. Der Podcast ist auf Podcast-Plattformen, zum Beispiel Spotify und Apple Podcasts, verfügbar.

„Die Welt hat so unglaublich viel zu bieten. Mit dem Podcast möchte ich vor allem den kleinen, noch nicht so bekannten Reisetemen, wie etwa den vielen faszinierenden Tierarten und

den vielfältigen Kulturen, eine Bühne geben,“ so Sebastian Canaves. Seit 2011 bereist er die Welt und hat bereits über hundert Länder erkundet. Mit seiner Ausbildung als Safari-Guide und seiner Erfahrung als Veranstalter von Abenteuerreisen verfügt der 35-Jährige über ein umfassendes Wissen, das er gerne teilt. Canaves fügt hinzu: „Es ist ein bunter Mix aus spannenden Fakten und Inspirationen für den nächsten Urlaub. Perfekt für morgens beim Fertigmachen im Bad, beim ersten Kaffee zum Wachwerden, auf dem Weg ins Büro, zum Kindergarten oder bei der Gassi-Runde mit dem Hund.“

Der Podcast ist nicht das erste Projekt von „Off The Path“. Sebastian Canaves hat unter diesem Namen seit 2011 einen der erfolgreichsten Abenteuer-Reiseblogs in Deutschland aufgebaut. Seit 2018 veranstaltet der passionierte Reisende auch eigene Gruppenreisen, zum Beispiel nach Finnland und Afrika.



© Nina Lawrenson/peopleimages.com, AdobeStock




### Die passende Auslandsrankenversicherung für Reisende und digital nomads

Die Auslandsrankenversicherungen der BDAE Gruppe sind für alle Menschen entwickelt worden, die einen sicheren Auslandsaufenthalt anstreben: ob kurz oder langfristig. Daher sind unsere Produkte so aufgebaut, dass sie die Bedürfnisse jeder einzelnen Personengruppe berücksichtigt – auch speziell für Freelancer oder digitale Nomadinnen und Nomaden. Eine Übersicht zu den Auslandsrankenversicherungen finden Interessierte [hier](#).

Sie haben Fragen oder sind unsicher, welches Produkt das Richtige ist? Unser Beratungsteam steht ihnen gerne zur Verfügung:

 [beratung@bdae.com](mailto:beratung@bdae.com)

 +49-40-306874-23

 [Chat](#)

### Videotipp: Langzeitreisen im Ausland

„Es wird schon nichts passieren“, denken die meisten, wenn sie eine Langzeitreise oder einen längeren Urlaub im Ausland planen. Wenn dann doch der „worst case“ eintritt, ist der Schaden oft immens. Ohne eine adäquate Versicherung können Kosten von mehreren tausend Euro anfallen. Unser Auslandsexperte Torben Roß informiert [in diesem Video](#), warum die Kosten im Ausland so hoch sein können.



 [Zum Video](#)

# Albanien ist das Trend-Reiseziel des Jahres bei Reiseblogs

Albanien kursiert unter führenden Reiseblogs als eines der attraktivsten Reiseziele für 2024. Das ergab eine Umfrage unter 137 reichweitenstarken Reiseblogs und -accounts, welche gemeinsam monatlich über 5,2 Millionen Seitenbesuche haben sowie über 3,5 Millionen Followerinnen und Follower in den sozialen Medien verfügen.

Die Umfrage hat der blog worldonabudget durchgeführt. Die Ergebnisse basieren auf vier Fragen zu den Trendreisezielen weltweit, innerhalb Europas, innerhalb Deutschlands und für Städtrips. Dabei identifizierte das Autorenpaar den vielleicht überraschenden Trend, dass Albanien bei den Trendreisezielen aktuell führend ist.

Für das weltweite Trendreiseziel wurden die Teilnehmenden nach einem Ranking ihrer Top-Drei-Ziele befragt. Die Antworten erhielten einen bis drei Punkte. Mit 69 Punkten führt Albanien unangefochten die Liste an, gefolgt von Japan (57 Punkte) und Portugal (50 Punkte).

## Deutschland eines der Top 5 Länder bei Trend-Reisezielen

Bemerkenswert ist, dass auch langjährig beliebte Reiseziele wie Portugal, Italien, Griechenland und Spanien in den Top Ten vertreten sind. Deutschland teilt sich sogar den fünften Platz. Dies unterscheidet sich stark von der Best-in-Travel-Liste des Lonely Planet für 2024, in der kein deutsches Ziel vertreten war.

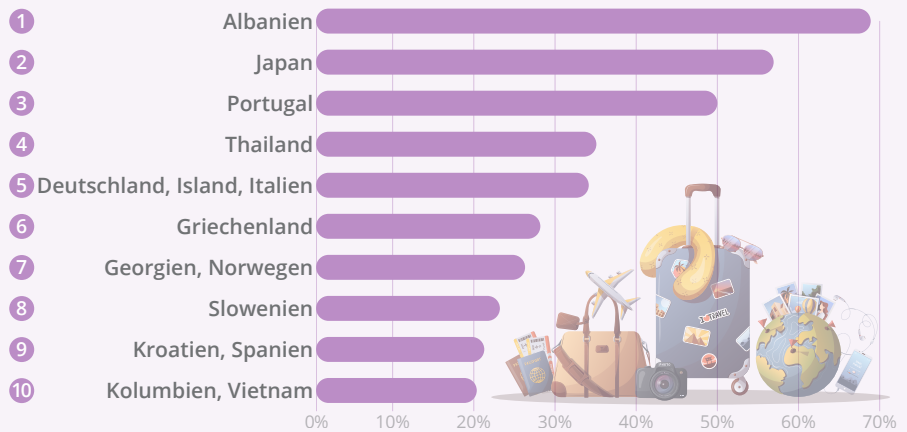
## Trend-Reiseziele 2024

Albanien dominiert auch die Top Ten der Trend-Reiseziele innerhalb des europäischen Kontinents mit 88 Punkten. Portugal ist nicht nur als Land (Platz 2, 56 Punkte) vertreten, sondern auch mit der autonomen Region Madeira (Platz 8, 27 Punkte).



Theth-Nationalpark, Albanien

## Das sind die Trendreiseziele 2024\*



\*Umfrage unter 137 deutschsprachigen Reiseblogs & Reiseaccounts

Quelle: WORLDONABUDGET

© TatyanaYagudina, AdobeStock

Im Bereich Städtrips liegen europäische Ziele weit vorne: Lissabon und Porto belegen die ersten beiden Plätze. Interessant: Hamburg ist die einzige deutsche Stadt in den Top Ten, noch vor Berlin (Platz 11) und Leipzig (Platz 18). Österreichs Hauptstadt Wien überrascht dagegen mit Platz vier – sogar vor internationalen Metropolen wie New York und Barcelona.

Insbesondere Reiseziele in Europa tummeln sich unter den zehn Top-Trendreisezielen für 2024. Drei Länder in Asien sind auch darunter: Japan, Thailand und Vietnam. Mit Kolumbien nur ein Land in Südamerika vertreten und kein Land des afrikanischen Kontinents.

## Die besten Reiseziele innerhalb Europas 2024

Bei der Frage nach den Trendreisezielen 2024 innerhalb Europas haben die Blogger von WorldOnABudget Antworten sowohl zu einzelnen Ländern als auch Regionen zugelassen. Auch dort ist Albanien mit 88 Punkten und einem großen Abstand auf dem ersten Platz. Weitere Länder in Südosteuropa wie Slowenien (Platz 5, 36 Punkte), Kroatien (Platz 9, 24 Punkte) und Montenegro (Platz 10, 23 Punkte) sind ebenfalls in den Top 10 zu finden.

Portugal ist auch in dieser Kategorie weit vorne und direkt zweimal vertreten. Als Land (Platz 2, 56 Punkte) und als autonome Region Madeira (Platz 8, 27 Punkte). Madeira ist zudem die einzige Region, welche unter den zehn

### Weitersagen lohnt sich

Wie viele andere Content-Creators sind auch Marie und Chris von [worldonabudget](https://worldonabudget.com) vom BDAE überzeugt und geben diese Begeisterung als Medienpartner gerne auf ihren Kanälen weiter.

Auch alle anderen Kundinnen und Kunden des BDAE können andere von unseren Leistungen überzeugen – und dabei sogar Geld verdienen! Wer uns im Rahmen unseres Tippgeber-Programms weiterempfiehlt, wird für jede abgeschlossene Versicherung vergütet – solange diese Bestand hat! Mehr Infos gibt es hier:

[bdae.com/vertriebspartner-werden](https://bdae.com/vertriebspartner-werden)

beliebtesten Reisezielen zu finden ist. Die nächste Region im Ranking ist die Toskana auf Platz elf. Norwegen ist das einzige skandinavische Land in den Top Ten. Schweden folgt auf Platz 12.



# Diese Ziele versprechen einen unvergesslichen Abenteuerurlaub

Ein Abenteuerurlaub als das große Ziel für 2024? Kaum hat das neue Jahr begonnen, setzen viele bereits ihre ersten Neujahrsvorsätze in die Tat um. Sportlicher werden oder gesünder leben – diese Pläne werden jedoch oft genauso schnell ausgesprochen wie vergessen. Doch wer wirklich Großes plant, nimmt sich für 2024 vor, die Reise des Lebens zu unternehmen.

**S**tatt sich auf die üblichen Aktivitäten wie Strandurlaub oder Skifahren zu beschränken, könnte man in diesem Jahr ein wirklich unvergessliches Abenteuer erleben.

Skylum, der Entwickler von KI-gestützter Bildbearbeitungssoftware, bietet für Fotobegeisterte, die nach etwas Besonderem suchen, die „Luminar Adventures“ an. Hierbei handelt es sich um geführte Fotoreisen mit Workshops, bei denen die Experten von Skylum nicht nur beeindruckende Fotomotive liefern, sondern auch wertvolle Tipps teilen. Die Teilnahme steht Fotografinnen und Fotografen aller Niveaus offen.

Willkommen sind alle, die ihre Liebe zur Fotografie mit einem unvergesslichen Erlebnis verbinden möchten. Skylum präsentiert für 2024 sieben Reiseziele, die nicht nur für atemberaubende Aufnahmen sorgen, sondern auch das Abenteuer des Lebens versprechen.

## Auf Madeira mit dem Korbschlitten zum Guinness-Weltrekord-Feuwerk rasen

Für die nächste Silvesterfeier lohnt es sich, bereits jetzt mit der Planung zu beginnen und ein Ticket nach Madeira zu buchen. Die portugiesische Insel mit ihrer

markanten Bergküste zieht nicht nur durch Levada-Wanderungen entlang von Bewässerungskanälen durch Höhlen und wilde Wälder in ihren Bann. Auf Höhe des afrikanischen Kontinents gelegen, bietet sie im Winter angenehme Durchschnittstemperaturen um die 19 Grad.

Besonders beeindruckend ist das prachtvolle achtminütige Silvesterfeuerwerk in der Hafenstadt Funchal, das einen Eintrag im Guinness-Buch der Rekorde erhalten hat. Es wird von bis zu 15 Kreuzfahrtschiffen und dem Hupen ihrer Signalhörner begleitet. Tagsüber kann man mit der Seilbahn in gläsernen Gondeln 800 Meter hoch ins Bergdorf Monte fahren und dabei einen atemberaubenden Panoramablick über den Atlantik genießen. Von der Bergstation aus führen Wanderwege direkt zu den Levadas. Alternativ kann man in nur zehn Minuten mit einer traditionellen Korbschlittenfahrt die steilen Hänge hinunter nach Funchal sausen.

## Panama: Einsamkeit auf einer abgelegenen Pazifik-Insel erleben

Wie wäre es, sich einmal wie Robinson Crusoe zu fühlen? Panama bietet die Möglichkeit, im Rahmen eines Abenteuerurlaubs auf einer entlegenen Pazifik-Insel ausgesetzt zu werden. Dort erwarten einen einsame Strände, üppige Palmenwälder und keinerlei Infrastruktur. Ein Helikopter bringt die Gruppe von Gleichgesinnten bis vor die Insel, und nach einem erfrischenden Sprung ins Meer muss man den restlichen Weg ans Ufer selbst schwimmen. Am Strand stehen bereits Survival-Expertinnen und -Experten bereit, um zu zeigen, wie man Kokosnüsse öffnet, welche Insekten man meiden sollte und wie man Feuer macht, um den bescheidenen Essensvorrat aus dem Starterpack zu kochen.

Nach einer kurzen Eingewöhnungsphase bleibt die Gruppe für ganze zehn Tage allein zurück. Hier kann man sich im Bau einer Hütte aus Palmenblättern üben, Meerestiere fangen oder alles ▶



© Elsworth Frobisher, TheWorldPhotoTour.com  
Madeira-Küste, Portugal

lernen, was nötig ist, um in der wilden Natur zu überleben. Diese einzigartige Erfahrung bietet die Gelegenheit, die eigenen Grenzen zu erfahren und gleichzeitig die Schönheit und Herausforderungen der unberührten Natur Panamas zu erleben.

### Schlafen in Bergwand-Kapseln über dem heiligen Tal der Inkas in Peru

Für Reisende, die nach etwas Abenteuerlichem suchen und herkömmliche Hotelurlaube als zu gewöhnlich empfinden, bietet die „Skylodge“ nahe der Stadt Cusco in den peruanischen Anden eine außergewöhnliche Erfahrung. Die Schlafzimmer dieser einzigartigen Unterkunft sind definitiv nichts für schwache Nerven: transparente Raumfahrt-Kapseln, gefertigt aus einer Kombination von Polycarbonat und weltraumtauglichem Aluminium, hängen nur von Drahtseilen gesichert in 400 Metern Höhe an den steilen Wänden eines Felsens im Urubamba-Tal.

Das Einchecken in dieses scheinbar schwerelose Hotel erfordert eine gewisse Fitness. Über einen Klettersteig und Hängebrücken erklimmt man die Felswand, um zu den Kapseln der Lodge zu gelangen. Für diejenigen, denen das zu anstrengend erscheint, besteht die Möglichkeit, die An- und Abfahrt per Zipline zu bewältigen, eine ebenso spektakuläre Alternative.

Die Skylodge bietet nicht nur atemberaubende Ausblicke auf das heilige Tal der Inkas, sondern auch ein unvergessliches Abenteuer hoch über den peruanischen Anden. Diejenigen, die sich auf dieses einzigartige Erlebnis einlassen, erleben nicht nur eine komfortable Übernachtung in schwebenden Kapseln, sondern auch die Natur und Kultur Perus auf eine völlig neue Art und Weise.

### In Nicaragua auf einem aktiven Vulkan surfen

Es klingt ungewöhnlich, aber es ist wahr: Beim „Vulcano-Boarding“ steigt man auf den Cerro Negro, den jüngsten und aktivsten Vulkan Nicaraguas, der Teil der Vulkankette der Cordillera de los Maribios ist. Nach einem etwa 45-minütigen Aufstieg über die 41 Grad steile, aschige Außenwand erreicht man den Gipfel in 728 Metern Höhe und wird mit einer beeindruckenden Aussicht über die Vulkankette belohnt. Bei gutem Wetter reicht der Blick sogar bis zum Pazifik.

Ausgerüstet mit einem Schutzanzug und einer robusten Holzplatte als Board startet dann die aufregende Abfahrt



Cusco, Peru: Ausblicke auf das Heilige Tal von den Vertical Sky-Kapseln bei Ollantaytambo

über die Aschehänge, bei der Geschwindigkeiten von bis zu 80 Stundenkilometern erreicht werden können. Es ist eine einzigartige Möglichkeit, den Nervenkitzel des Abenteuers mit spektakulären Ausblicken zu verbinden.

### In Neuseeland über einem Canyon schaukeln

Für Adrenalinjunkies ein absolutes Muss! Queenstown hat sich als Abenteuer-Hauptstadt des Inselstaates Neuseeland einen Namen gemacht. Die Stadt liegt am Fuße der sogenannten Südalpen (auch Tiritiri-o-te-moana genannt) und am Ufer des Lake Wakatipu. Die rasanten Jetbootfahrten auf den Flüssen „Shotover River“ (Kimiakau) und „Dart River“ (Te Awa Whakatipu) sind dabei noch die sanfteren Gangarten. Vielmehr dreht sich hier alles um Klettern, Bungee-Jumping und Drachenfliegen in allen erdenklichen Varianten. Besonderes Highlight ist eine Canyon-Schaukel in 200 Metern Höhe – hier kommen alle, die den Kick in luftiger Höhe umgeben von atemberaubender Landschaft und Natur erleben wollen, voll auf ihre Kosten.

### Costa Rica: Die längste Zipline Lateinamerikas durch den Regenwald erleben

Während Costa Rica für seine traumhaften Strände und Surfspots bei Aktivurlauberinnen und Aktivurlaubern hoch im Kurs steht, bietet auch der Regenwald unvergessliche Abenteuer. In der Nähe von Monteverde im Nebelwald erwartet Reisende zwischen

anspruchsvollen Hochseilgärten und schwindelerregenden Brücken das ultimative Must-do: die längste Zipline Mittelamerikas. Beim Ziplining, auch bekannt als Canopying, gleitet man mit einem Karabinerhaken über gespannte Seile durch wilde Schluchten. Die längste Zipline-Route erstreckt sich über beeindruckende 1.590 Meter bei fast 70 Metern Höhe.

### Gipfelsturm auf dem Fuji-san

Die idealen Monate für eine Wanderung auf dem Wahrzeichen Japans, dem Fuji-san, sind von Juli bis September. Der Yoshida Wanderweg erfreut sich besonderer Beliebtheit, allerdings empfiehlt es sich, ihn an Wochentagen zu besuchen, um Warteschlangen zu vermeiden. Als weniger frequentierte Alternative bietet die Fuji-Five-Lakes-Region mit ihren fünf Seen nicht nur traumhafte Ausblicke auf den Fuji, sondern auch vielfältige Wassersport- und Trekking-Möglichkeiten.

Für einen größeren Adrenalinrausch können Reisende den nahegelegenen Freizeitpark Fuji-Q-Highland besuchen, dessen Achterbahnen regelmäßig Guinness-Buch-Rekorde für Höhen und Geschwindigkeiten brechen. Dieser Park verspricht Nervenkitzel und Spaß für Abenteuerlustige, die sich nach einer atemberaubenden Aussicht auf den Fuji-san sehnen und gleichzeitig das Tempo und die Aufregung der modernen Unterhaltung suchen. Japan bleibt somit ein faszinierendes Land, das eine perfekte Balance zwischen Naturwundern, traditionellen Schätzen und modernem Nervenkitzel bietet. ●