

# Ein Trend erobert die Reisewelt

**Jomo-Travel:** Diese Länder passen zum neuen Reisetrend

**E**in Trend erobert die Reisewelt: Bei Jomo-Travel, kurz für „Joy of missing out“, steht Abschalten statt Abhetzen im Vordergrund. Wir verraten dir, wie der perfekte Jomo-Urlaub aussieht und in welchen Ländern das Abschalten besonders leicht gelingt.

Einfach mal nichts tun, ausschlafen, herunterfahren: So sieht der perfekte Jomo-Urlaub aus. Jomo ist die Abkürzung für „Joy of missing out“, also „die Freude, etwas zu verpassen“. Damit ist Jomo der Gegenentwurf zu „Fear of missing out“ (Fomo), die ständige Angst, etwas zu verpassen. Gerade im Zeitalter der digitalen Medien ist diese Angst bei vielen Menschen immer präsenter geworden. Denn wir neigen dazu, uns auf Social Media mit anderen zu vergleichen, und entwickeln das Gefühl, „mithalten zu müssen“.

Dass sich Jomo nun auch beim Reisen gegen Fomo durchsetzt, zeigt der neue Reisetrendreport Unpack'25 der Reiseanbieter „FeWo direkt“ und „Expedia“. Demnach wünschen sich 88 Prozent der deutschen Reisenden einen Jomo-Urlaub. Bei den jüngeren Befragten bis 34 Jahre sind es sogar 90 Prozent.

Bei einem Jomo-Urlaub wird der Druck, möglichst viel erleben zu müssen oder das perfekte Bild für Social Media zu schießen, bewusst zu Hause gelassen. Stattdessen geht es darum, auf die eigenen Bedürfnisse zu hören, sich zu entspannen und das



La Dolce Vita trifft auf Jomo: Espresso trinken und entspannen.

FOTO: IMAGO IMAGES/WESTEND61

Handy auch mal wegzulegen. Höchste Zeit also, den Trend einmal auszuprobieren und im Urlaub einen Gang herunterzufahren. In diesen fünf Ländern klappt das besonders gut:

## 1. Niederlande

„Niksen“ bedeutet Nichtstun auf Niederländisch – und hat sich seit einem viralen „New York Times“-Artikel der in den Niederlanden lebenden Polin Olga Mecking zu einem Lifestyle-Trend entwickelt. Beim Niksen geht es darum, ganz bewusst für sich zu sein und rein gar nichts zu tun. Wer das regelmäßig praktiziert, soll entspannter und im Anschluss sogar produktiver werden.

Da das Wort Niksen aus der niederländischen Sprache stammt, ist es nur logisch, dass sich die Niederlande optimal für

einen Jomo-Urlaub mit viel Zeit zum Niksen eignen. Gerade Unterkünfte entlang des Nordseestrands laden zum Abschalten ein. Da stört es auch nicht, wenn das Wetter mal nicht mitspielt, im Gegenteil – dann wird es nur noch gemütlicher!

## 2. Dänemark

Auch die dänische Kultur hat einen Lifestyle-Trend hervorgebracht: „Hygge“ bedeutet übersetzt so viel wie Gemütlichkeit und beschreibt ein Gefühl der Geborgenheit und der Entspannung. Hygge heißt im Kern, sich um sich selbst zu kümmern und es sich bei gemütlicher Atmosphäre allein oder mit den Liebsten gemütlich zu machen.

In Dänemark ist Hygge fest im Lebensstil und im Alltag der Einheimischen verankert. Das Hygge-Land eignet sich somit

perfekt für einen Jomo-Urlaub – nicht zuletzt auch wegen der vielen gemütlichen Kleinstädte, die zum Schlendern und Abschalten einladen. Besonders hyggelig ist Skagen, eine Kleinstadt am nördlichsten Zipfel Jütlands. Das idyllische Städtchen ist bekannt für seine langen Sandstrände und die gelb gekalkten Häuser.

## 3. Italien

„Il dolce fa niente“ ist ein bekanntes italienisches Sprichwort, das übersetzt so viel wie „das süße Nichtstun“ bedeutet. Ausspannen und Ausruhen sind feste Bestandteile der italienischen Lebensart Dolce Vita, das süße Leben. Das bedeutet: mehr Gemütlichkeit im Alltag, langsamer leben und den Moment genießen. Bei einem Urlaub in Italien kommt die Freude am Verpassen also ganz von allein auf – bei einem ausgedehnten Abendessen, einem guten Buch in der Sonnenliege oder einer gemütlichen Tasse Espresso am Morgen.

## 4. Österreich

Aus der Umfrage von „Expedia“ und „FeWo direkt“ geht hervor, dass 22 Prozent der Befragten für den Jomo-Urlaub ein Ferienhaus in den Bergen bevorzugen würden. Damit darf Österreich mit seinen vielen Chalets und Bergdörfern nicht auf dieser Liste fehlen.

Ein Urlaub in den Bergen ist eine wunderbare Möglichkeit, um einen Gang herunterzuschalten, die Natur zu genießen

und die Gedanken bei einer Wanderung schweifen zu lassen – um dann am nächsten Morgen entspannt auszuschlafen, nachdem die Bergluft dich am Abend zuvor müde ins Bett hat fallen lassen.

## 5. Finnland

Es gibt kaum etwas Entspannenderes als einen Gang in die Sauna – weshalb sich Finnland optimal für einen Jomo-Urlaub eignet. Denn dort hat das Saunieren eine lange Tradition, die Sauna ist aus der finnischen Kultur nicht wegzudenken. Fast jeder finnische Haushalt besitzt eine Sauna, aber auch in den meisten Schwimmbädern, Fitnessstudios und Hotels befinden sich die Schwitzstuben.

Die Sauna gilt in Finnland als Begegnungsort, anders als in Deutschland wird während des Schwitzens geredet und gelacht, zwischen den Saunagängen wird gegrillt, gegessen und getrunken. Wer sich ein Ferienhaus am See mietet, kann zur Abkühlung in das kalte Wasser springen, den Kreislauf anregen und Kraft mitten in der Natur tanken. Die Finnen und Finnen scheinen jedenfalls zu wissen, wie ein entspanntes und zufriedenes Leben funktioniert: Im diesjährigen World Happiness Report wurde Finnland zum siebten Mal in Folge zum glücklichsten Land der Welt gewählt.

Weitere Informationen findest du unter:  
[www.reisereporter.de/reisetrend-jomo-travel](http://www.reisereporter.de/reisetrend-jomo-travel)



ZEITUNG, WO DU WILLST.

Unser E-Paper direkt im Web oder als App.  
[abo.WAZ-online.de/vorteile](http://abo.WAZ-online.de/vorteile)



Aller-Zeitung  
Wolfsburger Allgemeine

