



WISSENSWERTES ÜBER MOSAMBIK

GESCHICHTE

Ursprung des menschlichen Lebens	12
Araber gründen Handelsposten an der afrikanischen Ostküste	13
Großreiche im Inneren Afrikas	14
Die Portugiesen tauchen auf	16
Jesuiten stoßen ins Landesinnere vor	19
Portugals Rachefeldzug scheitert kläglich	20
Langsamer Niedergang von Mwene Mutapa	21
Bedrohung durch neue Seemächte	23
Das 17. Jh.: Epoche der Glücksritter & Prazos	23
Das 18. Jh.: Das Jahrhundert der Sklaverei	25
Das 19. Jh.: Europa teilt Afrika wie einen Kuchen unter sich auf	28
Das 20. Jh.: Der lange Weg zur Unabhängigkeit	32

BEVÖLKERUNG

Die Bevölkerung Mosambiks	42
Sprachen, Religion	44
Gesundheitswesen	45
Traditionelles Heilwesen	46
Bildung & Schulwesen	47

TRADITIONEN

Die Großfamilie	48
Die Rolle des Regulos	48
Der Alltag der Menschen	48
Frauen in Mosambik	50

KULTURELLES LEBEN

Kunsthandwerk und Malerei	52
Musik und Tanz	53
Literatur, Sport	55
Mosambik im Überblick	55

WIRTSCHAFT

Allgemeine Situation	56
Erwerbstätigkeit	57
Landwirtschaft	58
Viehwirtschaft, Fischerei	59
Bergbau und Industrie	59
Wasser und Energie	60
Verkehr und Transport	61
Tourismus	62
Flüchtlings- und Entwicklungshilfe	63
Ökologie	64
Landminen	66

EIN VIELFÄLTIGER NATURRAUM

Topographie des Landes	68
Vegetationsformen	69
Aktuell vorgestellt: Wunderwelt Mangroven	75

DAS REICH DER TIERE

Pflanzenfresser	78
Raubtiere	88
Primaten	94
Kaltblüter und Reptilien	96
Leben im Meer	100
Faszinierend: Leben im Mangrovensumpf	102

DIE VOGELWELT MOSAMBIKS

Von Greifvögeln und anderen Fleischfressern	104
Wasservogel, Watvögel und Vögel im Uferbereich	105
Hühnervogel, Baumvögel	108
Weitere typische Vögel	109

UNTERWEGS IN MOSAMBIK

SÜD-MOSAMBIK

DIE PROVINZ MAPUTO

MAPUTO 112

Stadtgeschichte	112
Erste Orientierung	116
Sehenswertes	119
Tour 1: Altstadtspaziergang in der Baixa	119
Tour 2: Der elegante Teil Maputos: Bairro Polana	122
Tour 3: Entlang der Uferpromenade Avenida da Marginal	123
Hotels, Pensionen und Camping	128
Restaurants & Nachtleben	130
Wichtige Adressen von A bis Z	132
Einkaufen in Maputo	133
An- und Weiterreise	134
Verkehrsmittel innerhalb der Stadt	136
Ausreise: Von Maputo nach Südafrika und Swaziland	137
Ausflug zur Insel Inhaca	138
Ausflug nach Macaneta	139

MAPUTALAND: VON MAPUTO NACH SÜDEN 140

Ponta do Ouro	142
Ponta Malongane	144

MAPUTO ELEPHANT RESERVE 145

Naturschützer verhindern gigantisches Wirtschaftsprojekt	149
--	-----



DIE PROVINZ GAZA

Streckenbeschreibung: Von Maputo nach Xai-Xai 150

XAI-XAI 151

Rückblick: Die Flutkatastrophe vom Februar 2000 152
 Bilene, Praia do 152
 Streckenbeschreibung: Von Macai nach Massingir 154

GREAT LIMPOPO TRANSFRONTIER PARK 155

Streckenbeschreibung: Von Chidenguele nach Mapai 159

BANHINE NATIONALPARK 160**FARBIGES KALEIDOSKOP 161****DIE PROVINZ INHAMBANE**

Streckenbeschreibung: Von Xai-Xai nach Maxixe und Inhambane 177

MAXIXE 178**INHAMBANE 179**

Sehenswertes 181
 Strände in der Umgebung: Tofo und Barra 183
 Streckenbeschreibung: Von Maxixe zum Rio Save 186
 Massinga, Morrungulo und Pomene 186

VILANKULO 187

Inhassoro 190

BAZARUTO ARCHIPEL 191

Bazaruto, Benguerra 193
 Magaruque 194

ZINAVE NATIONALPARK 195

Streckenbeschreibung: Von der Save-Brücke nach Beira 198

ZENTRAL-MOSAMBIK**DIE PROVINZ SOFALA****BEIRA 200**

Hotels und Pensionen 203
 Sehenswertes 203
 Die Umgebung von Beira 208
 Streckenbeschreibung: Von Beira nach Caia 208

DAS SAMBESITIEFLAND 210

Marromeu 213
 Das Sambesidelta 214

Streckenbeschreibung: Von Beira nach Chimoio 216
 Streckenbeschreibung: Von Inchope nach Caia via EN 1 216

GORONGOSA NATIONALPARK 217**DIE PROVINZ MANICA****CHIMOIO 222**

Streckenbeschreibung: Von Chimoio nach Mutare 223
 Streckenbeschreibung: Von Chimoio nach Dombe und Espungabera 225

Peace Park Project: Nationalpark in den Chimanimani-Bergen 229
 Streckenbeschreibung: Von Chimoio nach Tete 230

DIE PROVINZ TETE**TETE 231**

Streckenbeschreibung: Von Tete nach Songo 235

CAHORA BASSA STAUSEE 236

Streckenbeschreibung: Von Tete nach Cassacatiza 240
 Streckenbeschreibung: Von Tete nach Zóbuè und Calómuè 241
 Blick in die Geschichte: David Livingstones Expedition 242

NORD-MOSAMBIK**DIE PROVINZ ZAMBÉZIA**

Streckenbeschreibung: Von Caia nach Quelimane 244

QUELIMANE 244

Praia do Zalala 248
 Streckenbeschreibung: Von Quelimane nach Alto Molócuè 249
 Tour an die Küste: Praia de Pebane und Gilé Reserve 250
 Tour ins Landesinnere: Milange und Gurué 253

DIE PROVINZ NAMPULA

Streckenbeschreibung: Von Alto Molócuè nach Nampula 256

NAMPULA 256

Abstecher: Angoche 261
 Streckenbeschreibung: Von Nampula nach Cuamba 262
 Streckenbeschreibung: Von Nampula nach Nacala 263



NACALA 264

Mossuril, Cabaceira und Chocas Mar 265

ILHA DE MOÇAMBIQUE 266

Eine spannende Geschichte 267
Besuch der Insel 270
Unterkunft 277
Streckenbeschreibung: Von Namialo nach Pemba 279

DIE PROVINZ CABO DELGADO**PEMBA 281**

Stadtgeschichte und Sehenswertes 281
Unterkunft 284
Wimbe Beach 286

IBO ISLAND UND QUIRIMBA ARCHIPEL 288

Ibo Island 288
Streckenbeschreibung: Von Pemba nach Mocimboa da Praia 293
Mocimboa da Praia 294
Streckenbeschreibung: Von Mocimboa da Praia zur Grenze 295

IM HINTERLAND: MUEDA UND MAKONDE PLATEAU 296

Die Makonde 298
Streckenbeschreibung: Von Mueda nach Montepuez 299

DIE PROVINZ NIASA

Streckenbeschreibung: Von Mandimba nach Lichinga 300

LICHINGA 301

Unterkunft und Restaurants 302

LAGO NIASA 304

Streckenbeschreibung: Von Lichinga nach Cóbue 306
Cóbue, Abstecher: Likoma Island 308
Streckenbeschreibung: Von Lichinga nach Tansania 312
Streckenbeschreibung: Von Mandimba nach Cuamba 313

CUAMBA 313

Streckenbeschreibung: Von Lichinga nach Marrupa 314
Streckenbeschreibung: Von Marrupa zum Niassa Wildreservat 317

NIASSA RESERVE 318**WERTVOLLE REISEINFORMATIONEN****PLANUNG VOR DER REISE**

Klima S. 324, Reisezeit S. 325, Reiseart / Verkehrsmittel: Mietwagen S. 327, Motorrad/Fahrrad S. 330, Öffentliche Verkehrsmittel S. 330, Europäische Reiseveranstalter und örtliche Reiseanbieter S. 331, Unterkünfte: Hotels, Pension oder Camping S. 332, Reiseroutenplanung S. 333, Reisen mit Kindern S. 334, Frauen allein unterwegs S. 334, Touristen-Informationenstellen S. 334, Ausrüstung: Dokumente, Kleidung, Sonstiges S. 335

GESUNDHEITSVORSORGE

Malaria und andere tropische Krankheiten S. 336, Schlangenbisse S. 339, Wie man auf Reisen gesund bleibt S. 340, Notfall-Vorsorge S. 341, Reiseapotheke S. 341, Tropeninstitute S. 341

RUND UMS GELD

Reisekosten und Preisgefüge S. 342, Landeswährung, Devisen und Zahlungsmittel S. 343, Geldwechsel in Mosambik S. 344, Handeln: die Kunst des Feilschens S. 345

WICHTIGE HINWEISE UND ADRESSEN

Einreisebestimmungen S. 346, Diplomatische Vertretungen S. 347
Gefahren auf Reisen – die persönliche Sicherheit S. 348

ANREISE NACH MOSAMBIK

Internationale Flugverbindungen S. 350, Anreise auf dem Landweg S. 351
Öffnungszeiten der Grenzübergänge S. 352
Anreise per Mietwagen S. 353, Anreise auf dem Seeweg S. 354

TRANSPORT VOR ORT

Inlandflugnetz S. 355, Bahn, Bus und Mietwagen S. 355

REISETIPPS FÜR DEN ALLTAG IN AFRIKA

Begegnung mit den Menschen S. 356, Sprachliche Verständigung & Glossar S. 358, Die kulinarische Versorgung & Buschküche S. 360, Tipps & Infos für Autofahrer S. 364, Wie gefährlich sind die Landminen in Mosambik? S. 369, Auf Safari: Wie verhält man sich in der Wildnis? Begegnung mit Wildtieren S. 370, Mosambiks Strände im Direktvergleich S. 371

INFORMATIONEN VON A BIS Z 372

Ärzte & Apotheken, Airporttax, Betteln, Camping & Wildcamping, Eintrittspreise der Nationalparks, Feiertage, Ferienzeiten, Fotografieren, GPS-Daten, Grenzen, Hotels, Internet, Kleidung, Kulturelles Leben, Landkarten, Mahlzeiten, Maße & Gewichte, Notruf, Öffnungszeiten, Post, Preise, Sicherheit & Gefahren, Souvenirs, Strände, Stromversorgung, Tauchen, Taxi, Telefon, Toiletten & Sanitäreinrichtungen, Touristeninformation, Trampen, Trinkgeld, Wasser, Wassersport, Zeitungen, Zeitverschiebung & Tageslicht, Zoll

LITERATURVERZEICHNIS 378**INDEX 379****EIN OFFENES WORT 384**