

# **Inhalt**

|            |    |
|------------|----|
| Vorwort    | 7  |
| Einleitung | 11 |

## **Praktische Tipps A-Z**

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Als Gast in Cabo Verde      | 16 |
| Anreise                     | 21 |
| Auskünfte und Adressen      | 26 |
| Ausrüstung                  | 27 |
| Diplomatische Vertretungen  | 29 |
| Einkaufen                   | 31 |
| Einreiseformalitäten        | 32 |
| Essen und Trinken           | 33 |
| Feiertage und Feste         | 41 |
| Finanzen und Geld           | 42 |
| Fotografieren               | 44 |
| Gesundheit                  | 46 |
| Norfall                     | 54 |
| Öffnungszeiten              | 55 |
| Reisen im Land              | 56 |
| Reiseplanung                | 62 |
| Reisezeit                   | 63 |
| Reiseveranstalter           | 63 |
| Reiseversicherungen         | 66 |
| Sicherheit und Kriminalität | 67 |
| Sport und Freizeit          | 70 |
| Strom                       | 85 |
| Telefon und Post            | 85 |
| Trinkgeld                   | 87 |
| Unterkunft                  | 88 |
| Zeitunterschied             | 90 |
| Zoll                        | 90 |

## **Land und Leute**

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| Geografie                  | 94  |
| Klima                      | 99  |
| Flora                      | 103 |
| Fauna                      | 111 |
| Naturschutz                | 121 |
| Geschichte                 | 123 |
| Politik                    | 168 |
| Wirtschaft                 | 172 |
| Entwicklungszusammenarbeit | 191 |
| Bevölkerung                | 199 |
| Gesellschaft und Familie   | 219 |
| Gesundheitswesen           | 223 |

|                  |     |
|------------------|-----|
| Bildungswesen    | 227 |
| Medien           | 230 |
| Religion         | 232 |
| Kunst und Kultur | 235 |

## **Sal**

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| Einleitung                     | 260 |
| Geschichte                     | 262 |
| Informationen zur Insel        | 264 |
| Vila dos Espargos              | 265 |
| Pedra de Lume                  | 267 |
| Palmeira                       | 269 |
| Santa Maria                    | 270 |
| Strände und Wasserverhältnisse | 274 |
| Sport und Aktivitäten          | 274 |
| Praktische Infos               | 275 |

## **Boa Vista**

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| Einleitung                     | 284 |
| Geschichte                     | 287 |
| Informationen zur Insel        | 291 |
| Sal Rei                        | 293 |
| Inselrundfahrten               | 296 |
| Spaziergänge und Wanderungen   | 298 |
| Strände und Wasserverhältnisse | 301 |
| Sport und Aktivitäten          | 302 |
| Praktische Infos               | 303 |

## **Maio**

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| Einleitung                     | 312 |
| Geschichte                     | 314 |
| Vila do Maio                   | 319 |
| Inselrundfahrt                 | 319 |
| Strände und Wasserverhältnisse | 321 |
| Praktische Infos               | 323 |

## **Santiago**

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| Einleitung                                 | 328 |
| Geschichte                                 | 331 |
| Praia                                      | 332 |
| Cidade Velha                               | 342 |
| Von Praia nach Tarrafal                    | 352 |
| Vila Tarrafal                              | 362 |
| Von Tarrafal an<br>der Ostküste nach Praia | 364 |

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| Strände und Wasserverhältnisse | 365 |
| Reiseplanung Santiago          | 365 |
| Praktische Infos               | 365 |

## **Fogo**

|                                                   |     |
|---------------------------------------------------|-----|
| Einleitung                                        | 378 |
| Geschichte                                        | 380 |
| Informationen zur Insel                           | 383 |
| São Filipe                                        | 386 |
| Rund um die Insel                                 | 389 |
| Die oberen Ringstraßen                            | 392 |
| Ausflüge in die Chã das Caldeiras<br>und zum Pico | 392 |
| Strände und Wasserverhältnisse                    | 403 |
| Praktische Infos                                  | 403 |

## **Brava**

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| Einleitung               | 410 |
| Geschichte               | 410 |
| Informationen zur Insel  | 415 |
| Furna                    | 417 |
| Vila Nova Sintra         | 417 |
| Ausflüge und Wanderungen | 418 |
| Strände                  | 420 |
| Praktische Infos         | 421 |
| Ilhéus Secos ou do Rombo | 423 |

## **São Vicente**

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| Einleitung              | 426 |
| Geschichte              | 426 |
| Informationen zur Insel | 431 |
| Mindelo                 | 434 |
| Calhau                  | 443 |
| São Pedro               | 444 |
| Strände                 | 445 |
| Sport und Aktivitäten   | 445 |
| Praktische Infos        | 446 |

## **Santo Antão**

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| Einleitung              | 456 |
| Geschichte              | 458 |
| Informationen zur Insel | 459 |
| Porto Novo              | 464 |

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| Porto Novo –                              |     |
| Cova – Ribeira Grande                     | 465 |
| Vila da Ribeira Grande                    | 467 |
| Ponta do Sol                              | 469 |
| Ausflug nach Fontainhas                   | 471 |
| Durch die Ribeira<br>Grande nach Garça    | 472 |
| Ribeira da Torre                          | 475 |
| Die Küste entlang<br>nach Paúl und Janela | 476 |
| Von Janela nach Porto Novo                | 481 |
| Zentrales Hochland, Lagoa                 | 482 |
| Der Westen und Süden                      | 482 |
| Wanderungen                               | 488 |
| Strände und Wasserverhältnisse            | 491 |
| Praktische Infos                          | 491 |

## **São Nicolau**

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| Einleitung                    | 500 |
| Geschichte                    | 500 |
| Informationen zur Insel       | 504 |
| Vila da Ribeira Brava         | 506 |
| Der Osten                     | 508 |
| Vila Ribeira Brava – Preguiça | 508 |
| Der Westen                    | 509 |
| Tarrafal de São Nicolau       | 510 |
| Wanderungen                   | 511 |
| Strände                       | 512 |
| Praktische Infos              | 513 |

## **Ilhas Desertas**

|              |     |
|--------------|-----|
| Santa Luzia  | 516 |
| Ilhéu Branco | 517 |
| Ilhéu Razo   | 517 |

## **Anhang**

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| Reise-Gesundheitsinformationen | 520 |
| Sprache                        | 522 |
| Literatur                      | 529 |
| Wanderführer und Karten        | 531 |
| GPS-Daten auf CD-ROM           | 532 |
| Videos                         | 532 |
| Internet-Adressen              | 533 |
| Register                       | 540 |
| Die Autoren                    | 552 |
| Danksagung                     | 552 |