

WISSENSWERTES ÜBER SAMBIA UND MALAWI

SAMBIA

GESCHICHTE

Geschichte vor Ankunft der Weißen	12
Sambia und die Europäer	15
Die Kolonialzeit	16
Zentralafrikanische Föderation	22
Das unabhängige Sambia	24

BEVÖLKERUNG

Sprachen	32
Traditionelle Zeremonien und Feste	33
Religion, Bildung und Schulwesen	35
Gesundheitswesen	37

WIRTSCHAFT

Allgemeine Situation, Landwirtschaft	38
Forstwirtschaft, Fischerei, Viehwirtschaft, Bergbau	41
Industrie & Handel, Wasser & Energie	43
Verkehr & Transport	44
Naturschutz & Wildlife Management	44
Tourismus	47

MALAWI

GESCHICHTE

Vor Ankunft der Weißen; die Araber und Portugiesen	48
Die Briten: Missionare und Forscher	49
Die Kolonialzeit	53
Das unabhängige Malawi	55

BEVÖLKERUNG

Ethnien	58
Traditionelle Feste	60
Bildung & Schulwesen, Gesundheitswesen	61

WIRTSCHAFT

Allgemeine Situation, Landwirtschaft	62
Naturschutz & Ökologie	66

SAMBIA UND MALAWI

KULTURELLES LEBEN UND GESELLSCHAFTLICHE TRADITIONEN

Musik und Tanz, Kunsthandwerk	69
Felsbildkunst, Literatur	71
Die Großfamilie, Initiationsriten	72
Die Rolle der Frau	73
Die Rolle des Chiefs	75
Traditionelles Heilwesen	76

DER NATURRAUM IN SAMBIA UND MALAWI

Topographie	78
Miombowald, Mopanewald	80
An Flussufern, In den Niedrigzonen	82
Akazien, Albizia und Combretum	83
Besondere Spezies	84
Sukkulanten, Palmen	85
Zierpflanzen, Landwirtschaftliche Nutzpflanzen	86

DAS REICH DER TIERE

Pflanzenfresser	90
Raubtiere	103
Fährten von Wildtieren	107
Nagetiere	108
Primateen	109
Kaltblüter und Reptilien	110

DIE VOGELWELT IN SAMBIA UND MALAWI

Greifvögel	112
Wasservögel	113
Hühnervögel und Waldvögel	115
Nachtaktive Vögel	117

UNTERWEGS IN SAMBIA

DIE HAUPTSTADT SAMBIAS: LUSAKA UND UMGEBUNG

Stadtgeschichte	120
Sehenswertes in der Hauptstadt	122
Hotels, Lodges und Camping	128
Wichtige Adressen von A bis Z	130

SAMBIAS SÜDEN – VIKTORIAFÄLLE UND SAMBESI

Kafue, Chirundu und Siavonga	133
Der Karibasee	137

LOWER ZAMBEZI NATIONALPARK 139

Unterkünfte: Lodges, Camping	141
Von Lusaka zu den Viktoriafällen: Mazabuka und Kalomo	145

LOCHINVAR NATIONALPARK 146

Streckenbeschreibung: Von Lusaka nach Livingstone	150
---	-----

LIVINGSTONE 152

Sehenswertes	154
Wichtige Adressen von A bis Z	156
Hotels, Lodges und Camping in Livingstone	158

DIE VIKTORIAFÄLLE 161

Besuch der Fälle	163
Abstecher nach Zimbabwe: Victoria Falls	167

SAMBIAS WILDER WEITER WESTEN

Streckenbeschreibung: Von Lusaka nach Mongu

169

BLUE LAGOON NATIONALPARK 171

KAFUE NATIONALPARK 172

Camps und Lodges

178

Mongu, die Haupstadt der Lozi

180

JENSEITS DES SAMBESI: LIUWA PLAIN NATIONALPARK 182

Senanga, Sioma Falls, Sesheke

185

Sioma Ngwezi Nationalpark

187

Zambezi und die Chinyingi-Hängebrücke

189

West Lunga Nationalpark

193

SAMBIAS NORDEN – DER COPPERBELT

Streckenbeschreibung: Von Lusaka in den Copperbelt: Kabwe, Ndola

195

Kitwe, Chingola, Chembe Bird Sanctuary, Kongo-Transit, Chimfunshi

197

Mwinilunga und die Quelle des Sambesi

200

SAMBIAS NORDOSTEN – IM LAND DER WASSERFÄLLE

Streckenbeschreibung: Die Great North Road

207

Kundalila Falls und Mutinondo Wilderness

208

Mpika und Shiwa Ngandu

210

KASANKA NATIONALPARK 212

Livingstone Memorial

215

DIE BANGWEULUSÜMPFE 216

Streckenbeschreibung: Von Kapiri Mposhi zum Mwerusee

220

Mansa, Samfya, Nchelenge

220

Kawambwa, Mporokoso

223

Lumangwe Falls, Lusenga Plain Nationalpark

225

Streckenbeschreibung: Von Mpika zum Tanganjikasee

227

Kasama, Isangano Nationalpark

227

Mbala, Kalambo Falls

228

Mpulungu am Tanganjikasee

230

SUMBU NATIONALPARK 232

SAMBIAS OSTEN – IM LUANGWA VALLEY

Streckenbeschreibung: Die Great East Road

237

Chipata, Lundazi, Lukusuzi Nationalpark

239

Das Luangwa Valley

241

SOUTH LUANGWA NATIONALPARK 242

Camps und Lodges

248

Streckenbeschreibung: Die Fahrt durch das Luangwatal

252

LUAMBE NATIONALPARK 253

NORTH LUANGWA NATIONALPARK 254

UNTERWEGS IN MALAWI**MALAWI VON LILONGWE IN DEN NORDEN****LILONGWE 274**

Hotels, Lodges und Camping	277
Wichtige Adressen von A bis Z	278
Streckenbeschreibung: Von Lilongwe nach Mchinji und nach Kasungu	280

KASUNGU NATIONALPARK 281

Streckenbeschreibung: Von Kasungu nach Nkhotakota	284
Nkhotakota Wildlife Reserve	285
Streckenbeschreibung: Von Kasungu nach Mzuzu: Viphya Berge	286
Mzuzu	287
Streckenbeschreibung: Von Mzuzu nach Ekwendeni und Rumphi	288
Vwaza Game Reserve	289

NYIKA NATIONALPARK 290

Streckenbeschreibung: Von Rumphi nach Livingstonia	294
Livingstonia Mission	295
Streckenbeschreibung: Von Livingstonia nach Karonga, Chitipa, Chilumba	296
Streckenbeschreibung: Von Mzuzu nach Nkhata Bay, Chinteché und Salima	298
Ferienresorts am Malawisee: Zwischen Nkhata Bay und Salima	300

MALAWIS LEBHAFTER SÜDEN

Salima und Senga Bay	303
Thuma Forest Reserve, Mua Mission	304
Streckenbeschreibung: Von Salima nach Mangochi	305

LAKE MALAWI NATIONALPARK 306

Insel-Absteiger: Likoma Island	310
Streckenbeschreibung: Von Mangochi nach Blantyre	311

LIWONDE NATIONALPARK 312**ZOMBA UND DAS ZOMBA PLATEAU 315****BLANTYRE UND LIMBE 320**

Wichtige Adressen von A bis Z	322
Hotels und Pensionen	325
Streckenbeschreibung: Von Blantyre über Dedza nach Lilongwe	326
Streckenbeschreibung: Von Blantyre nach Nsanje	327

LENGWE NATIONALPARK 328

Majete Wildlife Reserve	330
Illovo: Nyala Park	331
Mwabvi Game Reserve, Elephant Marsh	332
Streckenbeschreibung: Von Limbe nach Mulanje	333

MULANJE BERGMASSIV 334

WERTVOLLE REISEINFORMATIONEN

SAMBIA UND MALAWI IM ÜBERBLICK

"In Kürze", Größenangaben, Oberflächengestalt S. 340

PLANUNG VOR DER REISE

Klima und Klimatabellen S. 341, Reisezeit S. 343, Reiseart / Verkehrsmittel: Mietwagen S. 346, Motorrad/Fahrrad S. 348, Öffentliche Verkehrsmittel S. 349, Europäische Reiseveranstalter und örtliche Reiseanbieter S. 350, Unterkünfte: Hotels, Pension oder Camping S. 355, Reisen mit Kindern S. 356, Frauen allein unterwegs S. 356, Touristen-Informationsstellen S. 356, Ausrüstung: Dokumente, Kleidung, Sonstiges S. 357

GESUNDHEITSVORSORGE

Malaria und andere tropische Krankheiten S. 358, Schlangenbisse S. 361, Notfall-Vorsorge S. 362, Reiseapotheke S. 362, Tropeninstitute S. 362, Wie man auf Reisen gesund bleibt S. 363

RUND UMS GELD

Reisekosten und Preisgefüge S. 364, Landeswährung und Zahlungsmittel S. 365, Geldwechsel vor Ort S. 366, Handeln: die Kunst des Feilschens S. 367

WICHTIGE HINWEISE UND ADRESSEN

Einreisebestimmungen S. 368, Diplomatische Vertretungen S. 370
Gefahren auf Reisen – die persönliche Sicherheit S. 371

ANREISE NACH SAMBIA UND MALAWI

Internationale Flugverbindungen S. 374, Anreise auf dem Landweg S. 375
Anreise per Mietwagen S. 377, Öffnungszeiten der Grenzübergänge S. 377

TRANSPORT VOR ORT

Inlandflugnetz S. 378, Bahn, Bus und Mietwagen S. 379, Malawisee S. 380

REISETIPPS FÜR DEN ALLTAG IN AFRIKA

Begegnung mit den Menschen S. 382, Sprachliche Verständigung & Glossar S. 384, Die kulinarische Versorgung S. 386, Tipps und Hinweise für Autofahrer S. 389, Auf Safari: Wie verhält man sich in der Wildnis? Begegnung mit Wildtieren S. 394

INFORMATIONEN VON A BIS Z 372

Ärzte & Apotheken, Airporttax, Betteln, Eintrittspreise der Nationalparks, Entfernungstabellen, Fähren, Feiertage, Ferienzeiten, Fotografieren, GPS-Daten, Grenzen, Hotels, Internet, Jagdsafaris, Kleidung, Landkarten, Mahlzeiten, Maße & Gewichte, Öffnungszeiten, Post, Preise, Geld und Währung, Reiten, Sicherheit und Gefahren, Souvenirs, Stromversorgung, Taxi, Telefon, Trampen, Trinkgeld, Touristeninformation, Wandern, Wasser, Zeitungen, Zeitverschiebung und Tageslicht, Zoll

Literaturverzeichnis S. 402

Überblick der Nationalparks in Sambia S. 404

Entfernungstabellen S. 405

Index S. 406 (Index der Landkarten S. 413)

Ein Offenes Wort S. 414

Sambia-Offroad-CD mit GPS-Daten S. 415