

Inhalt

Im Frühjahr 2010
Dr. Christoph Lübbert

Hinweise zur Benutzung des Reiseführers

Der Schwerpunkt des vorliegenden Reiseführers liegt auf **Uganda**. Das Land wird im Rahmen dreier großer Kapitel vorgestellt: Die „**Praktischen Tipps A-Z**“ enthalten alle wichtigen reisepraktischen Empfehlungen für Reisevorbereitung und -durchführung (vieles gilt dabei auch für Ruanda); in „**Land und Leute**“ erfolgt eine kurze Landeskunde mit allen wichtigen Fakten zu Natur, Geschichte, Bevölkerung etc.; im Kapitel „**Unterwegs in Uganda**“ schließlich werden in fünf Unterkapiteln Landschaften, Regionen, Dörfer und Städte des Landes ausgehend von der Hauptstadt Kampala vorgestellt (im Uhrzeigersinn von Westen nach Osten). Ein eigenes Kapitel ist **Ruanda** gewidmet. Am Ende des Buches finden sich der **Anhang** (Literatur, Karten, Reise-Ge-

Ein ganz persönliches Vorwort 7

Praktische Reisetipps A-Z 14

An-, Ein- und Ausreise	16
Ausrüstung und Kleidung	21
Diplomatische Vertretungen	24
Dokumente und Papiere	25
Essen und Trinken	26
Feste und Feiertage	28
Fotografieren und Filmen	28
Frauen allein unterwegs	31
Geld und Finanzen	34
Geschäfts- und Öffnungszeiten	35
Gesundheit und medizinische Versorgung	36
Grenzen und Grenzverkehr	58
Handeln	61
Informationsstellen	61
Maße und Gewichte	63
Medien	63
Nationalparks und Wildreservate	64
Notfälle	71
Post und Telekommunikation	73
Preise	76
Reiseagenturen und Safariveranstalter	77

Reisen in		Der Südwesten	
Uganda und Ruanda	78	und die Virunga-Vulkane	168
Reisezeit	83	Mpanga Forest Reserve	170
Sicherheit und Kriminalität	84	Masaka	170
Stromversorgung	85	Ssesse-Inseln	172
Trinkgeld	85	<i>Bugala Island</i>	173
Unterhaltung und Nachtleben	85	<i>Sonstige Inseln</i>	175
Unterkünfte und Camping	85	Lake Mburo National Park	175
Verhalten im Gastland	89	Mbarara	179
Versicherungen	91	Kabale	182
Zeit-verschiebung)	92	Lake Bunyonyi	185
Zollbestimmungen	93	Bwindi Impenetrable	
		National Park	186
Uganda: Land und Leute	94	Kisoro	195
		Mgahinga Gorilla National Park	199
Geografie und		Der Westen	
Landschaftsformen	98	und das Ruwenzori-Gebirge	204
Klima	99	Kalinzu und Kasyoha	
Tier- und Pflanzenwelt	101	Kitomi Forest Reserves	205
Ökologie und Naturschutz	104	<i>Kalinzu Forest Reserve</i>	205
Geschichte	107	<i>Kasyoha Kitomi Forest Reserve</i>	206
Staat und Politik	117	Queen Elizabeth National Park	206
Wirtschaft	122	<i>Fahrt nach Ishasha über Kihikihi</i>	214
Tourismus	126	Kasese	215
Bevölkerung	129	Ruwenzori Mountains	
Sprache,		National Park	219
Kultur und Religion	130	<i>Zwischen Kampala</i>	
Bildung und Gesundheit	130	<i>und Fort Portal</i>	230
Unterwegs in Uganda	132	Katonga Wildlife Reserve	231
Kampala und Umgebung	134	Fort Portal	233
Kampala	134	<i>Fahrt zum Kibale</i>	
Mabamba Wetlands	159	<i>Forest National Park</i>	239
Entebbe	160	Kasenda Crater Lakes	239
<i>Entebbe Botanical Gardens</i>	160	Kibale Forest National Park	242
<i>Uganda Wildlife</i>		<i>Die Straße nach Bundibugyo</i>	
<i>Education Centre (UWEC)</i>	161	<i>und zum Semliki National Park</i>	246
Kasenyi	166	Semliki Valley Wildlife Reserve	247
Ngamba Island		Semliki National Park	252
Chimpanzee Sanctuary	167	Bundibugyo	255
		Hoima	255

Verzeichnis der Karten und Stadtpläne

In den Kopfzeilen der Buchseiten steht ein Verweis auf die jeweiligen in den Kontext passenden Karten bzw. Stadtpläne.

Atlas: Bei den jeweiligen Orten und Nationalparks erfolgt ein Verweis auf die entsprechende Karte bzw. genaue Positionierung in der Karte, z.B. Kampala ↗ XIV, B2.

Umschlagklappen:

- Länderübersicht
- Uganda und Ruanda ... vorn
- Kampala Zentrum ... hinten

Karten und Stadtpläne zu Uganda:

- Bwindi Impenetrable National Park ... 189
- Entebbe ... 163
- Fort Portal ... 234
- Fort Portal Ortskern ... 235
- Jinja ... 300
- Kabale ... 183
- Kampala Übersicht ... 136
- Kasenda Crater Lakes ... 240
- Kasese ... 217
- Kisoro ... 196
- Lake Mburo National Park ... 177
- Masindi ... 263
- Mbale ... 312
- Mbarara ... 181
- Mgahinga Gorilla National Park ... 200
- Mt. Elgon National Park ... 317
- Murchison Falls National Park ... 270
- Nationalparks und Reservate ... 65
- Ölförderung im Albertgraben ... 257
- Queen Elizabeth National Park ... 211
- Ssesse-Inseln ... 173
- Uganda Community Tourism Association (UCOTA) ... 127

Karten und Stadtpläne zu Ruanda:

- Gisenyi ... 377
- Huye (Butare) ... 384
- Kigali ... 352
- Kigali Umgebung ... 355
- Musanze (Ruhengeri) ... 365
- Parc National de l'Akagera ... 393
- Parc National de Nyungwe ... 388
- Parc National des Volcans ... 369

Atlas am Ende des Buches:

- I: Blattschnitt
- II bis XVIII: Uganda und Ruanda
im Maßstab 1:1.250.000
- XX: Ruwenzori Main Peaks
- XXI: Ruwenzori Road Map
- XXII/XXIII: Central Ruwenzori

12 INHALT

Kabwoya Wildlife Reserve	259	Gisenyi	374
Masindi	262	Der Westen und der Lac Kivu	379
Ziwa Rhino Sanctuary	264	Kibuye	380
Budongo Forest Reserve	265	Der Südwesten	381
Murchison Falls National Park	266	Huye (Butare)	381
Der Norden und Nordosten	276	Parc National de Nyungwe	387
Gulu	279	Kamembe/Cyangugu	390
Arua	282	Der Osten	392
Pakwach	283	Parc National de l'Akagera	392
Moyo und Adjumani	284	Ostkongo	397
Lira	285	Praktische Informationen	405
Soroti	286	Anhang	406
Moroto	288	Literatur	408
Matany	290	Karten	412
Kotido und Kaabong	290	Reise-Gesundheits-	
<i>Zwischen Kotido und Kidepo</i>	291	information Uganda	414
Kidepo Valley National Park	292	Reise-Gesundheits-	
Der Osten und Mt. Elgon	296	information Ruanda	416
Mabira Forest Reserve	297	Tiernamensliste	418
Jinja	299	Register	432
Bujagali Falls	304	Danksagung des Autors	443
Tororo	309	Über den Autor	444
Busia und Malaha	310	Tierwelt des	
Mbale	310	östlichen Afrika	445
Mount Elgon National Park	313	Atlas	nach Seite 492
Sipi Falls	325		
Ruanda	328		
Einführung	330		
Praktische Reisetipps A–Z	330		
Land und Leute	336		
Kigali – die Hauptstadt	351		
Besuch der Genozid-Gedenk-			
stätten Ntarama und Nyamata	361		
Gitarama	363		
Der Nordwesten	363		
Musanze (Ruhengeri)	364		
Parc National des Volcans	366		

Die **Internet- und E-Mail-Adressen** in diesem Buch können – bedingt durch den Zeilenumbruch – so getrennt werden, dass ein Trennstrich erscheint, der nicht zur Adresse gehören muss!

Exkurse

Uganda

- Ugandas AIDS-Waisen – Hypothek für die Zukunft ... 42
- Busfahren in Ostafrika – ein Erlebnisbericht ... 79
- Ebola bedroht Gorillas ... 102
- Idi Amin – der „Schlächter von Kampala“ ... 110
- Die Rückkehr der Könige ... 114
- Berggorillas ... 190
- Informationen zum Gorilla-Tracking und Verhaltenshinweise ... 191
- Milzbrand – tödliche Gefahr ... 208
- Die kopflosen Krieger / von *Dominic Johnson* ... 250
- Schwarzes Gold unter dem Albertsee –
Fluch oder Segen für Uganda? ... 256
- Hemingway an den Murchison Falls ... 272
- Ebola – tödliches Fieber ... 280
- Die Karamojong – kriegerische Herren Karamojas ... 289
- Alt werden in Afrika ... 298
- Powercut – wie Uganda seine Stromprobleme lösen will ... 307

Ruanda

- Umuganda Day – der Staat ruft zu wohlthätiger Gemeinschaftsarbeit auf /
von *Arlette-Louise Ndakoze* ... 333
- Meinungs- und Pressefreiheit in Ruanda /
Interview von *Arlette-Louise Ndakoze* ... 340
- Ruanda – fremde Heimat / von *Arlette-Louise Ndakoze* ... 346
- „Nyiramachabelli“ – die alte Frau, die allein im Wald lebt ... 370
- Huye (Butare) – Ruandas Wissenschafts- und Kulturstadt /
von *Arlette-Louise Ndakoze* ... 382
- Demokratische Republik Kongo – kein Staat zu machen /
von *Dominic Johnson* ... 400