

Inhaltsverzeichnis

I. EINLEITUNG

14

Uganda auf einen Blick 16 • Die Regionen und Distrikte Ugandas 17 • Ruanda auf einen Blick 19 • Die Provinzen Ruandas 20

2. LAND UND LEUTE	22
Die Geschichte Ugandas	22
Zeittafel Uganda	22
Frühgeschichte Ugandas	25
Die ersten Hominiden 25 • Völkerwanderungen 25	
Zeit der Königreiche	26
Die Herausbildung von Königreichen 26 • Bugandas Blütezeit 28	
Arabische Händler, Sklavenjäger und die ersten Europäer	30
Ägypten und die Nilquellen	30
Die Zeit der neuen Religionen	31
Die Kolonialzeit	32
Tauziehen zwischen Deutschland und England 32 • British East Africa 32 • Das britische Protektorat Uganda 33	
Das unabhängige Uganda	35
Der lange Weg zur Unabhängigkeit 35 • Das erste Regime Obote 36	
Das Land unter Idi Amin	37
Staatsstreich 37 • Konflikt mit den Asiaten 37 • Amins Innen- und Außenpolitik 38 • Krieg mit Tansania 39	
Das zweite Obote-Regime	39
Obotes Rückkehr 39 • Der Terror bleibt 40	
Das neue Uganda	40
Musevenis NRA und NRM 40 • Vom Einparteienstaat und Demokratie 41 • Die aktuelle politische Lage 43	
Die Geschichte Ruandas	44
Schnell-Überblick Geschichte	44
Frühgeschichte Ruandas	46
Völkerwanderungen 46 • Etablierung der drei ethnischen Gruppen 46	
Königreich Ruanda	47
Kolonialzeit	47
Die ersten Europäer 47 • Die deutsche Phase 48 • Turbulenzen durch den I. Weltkrieg 49 • Verwaltungsanschluss an Belgisch-Kongo 50 • Die Jahre vor der Unabhängigkeit 51	
Das unabhängige Ruanda	51
Die Erste Republik 51 • Erste Batutsi-Vertreibungen 52 • Die Zeit unter Präsident Habyarimana 52	
Der Völkermord	54
Flugzeugabsturz – der Beginn 54 • Die UN und der Völkermord 55 • Nach dem Genozid 55	
Das heutige Ruanda	57
Die Regierung Paul Kagame 57 • Sieg der RPF 57	

Landschaftlicher Überblick Uganda und Ruanda	59
Klima	59
Übersicht 59 • Temperaturen 59 • Luftfeuchtigkeit 60 • Niederschläge 60	
Landschaften	60
Uganda 60 • Ruanda 62	
Gewässer	63
Die Flüsse 63 • Die Seen 64	
Die Nationalparks Ugandas	65
Bwindi-Impenetrable-N.P. 65 • Kibale-N.P. 65 • Kidepo-Valley-N.P. 66 • Lake-Mburo-N.P. 66 • Mgahinga-Gorilla-N.P. 66 • Mount-Egon-N.P. 66 • Murchison-Falls-N.P. 68 • Queen-Elizabeth-N.P. 69 • Ruwenzori-N.P. 69 • Semliki-N.P. 69	
Die Nationalparks Ruandas	70
Akagera-N.P. 70 • Nyungwe-Forest-N.P. 70 • Volcanoes-N.P. 71	
Pflanzenwelt	71
Tierwelt	73
Überblick 73 • Säugetiere 74 • Vögel 75 • Reptilien und Amphibien 75 • Fische 75 • Insekten und Gliedertiere 76 • Kleines Kaleidoskop ostafrikanischer Säugetiere 76	
Die Wirtschaft Ugandas	90
Überblick	90
Landwirtschaft	90
Außenhandel und Industrie	91
Tourismus und Infrastruktur	92
Ausblick	93
Die Wirtschaft Ruandas	94
Überblick	94
Landwirtschaft	95
Außenhandel und Industrie	96
Tourismus und Infrastruktur	97
Ausblick	99
Die Gesellschaft Ugandas	100
Bevölkerung	100
Uganda – ein Vielvölkerstaat 100 • Bevölkerungsstruktur 100 • Die ethnischen Gruppen und Völker 101 • Die Pygmäen 101 • Die Bantu-Völker 102 • Die nilotischen Völker 106 • Die sudanischen Völker 107	
Die Sprachen	108
Die Religionen	110
Die christlichen Kirchen 110 • Der Islam in Uganda 111 • Naturreligionen 111	
Das Bildungssystem	112
Der moderne Staat	114
Die Gesellschaft Ruandas	115
Bevölkerung	115
Eine Nation und drei Völker? 115 • Batutsi 115 • Bahutu 115 • Batwa – die Vergessenen 115 • Die Entwicklung der Gesellschaft 116 • Die	

Begriffe Bahutu und Batutsi 118 • Die Begriffe Batwa, Bahutu und Batutsi in vorkolonialer Zeit 118 • Die Bevölkerung heute 119	
Die Sprachen	119
Kinyarwanda 119 • Europäische Sprachen 120 • Kisuheli 120	
Die Religionen	121
Christentum und andere Religionen in Ruanda 121 • Ursprünglicher Glaube 121	
Das heutige politische System	122
Das Bildungssystem	123
Gesundheitssystem	124
Entwicklungszusammenarbeit	124
3. UGANDA ALS REISELAND	141
Uganda: Allgemeine Reisetipps A-Z	141
Uganda: Regionale Reisetipps A-Z	194
4. RUANDA ALS REISELAND	295
Ruanda: Allgemeine Reisetipps A-Z	295
Ruanda: Regionale Reisetipps A-Z	319
Die Grünen Seiten: Das kosten Sie Uganda und Ruanda	
5. REISEN IN UGANDA UND RUANDA	349
Routenvorschläge	349
UGANDA	
6. KAMPALA UND DER VIKTORIA-SEE	358
Kampala	358
 Überblick	358
Redaktions-Tipps 359	
 Lage und Klima	359
 Geschichte	359
 Stadtrundgang	361
 Sehenswürdigkeiten	365
Uganda Nationalmuseum 365 • Namirembe-Kathedrale 366 • Rubaga-Kathedrale 366 • Mengo-Palast 366 • Buganda Parliament & Supreme Court 366 • Kibuli-Moschee 367 • Baha'i-Tempel 367	
 Das Ufer nahe Kampala	369
 Ausflüge in die Umgebung von Kampala	369
Kasubi-Gräber 369 • Wamala-Gräber 370	
Entebbe	371
 Überblick	371
 Lage und Klima	371
 Geschichte	371

Ausflugsziele

Wildlife Education Centre 372 • Botanischer Garten 374 • Ngamba Island 374 • Mabamba Swamp 376

Der Viktoria-See	377
Überblick	377
Das Westufer des Viktoria-Sees	380
Überblick	380
Mpigi	380
Mpanga Forest Reserve	380
Masaka	382
Überblick 382 • Geschichte 382 • Stadtrundgang 383	
Ssese-Inselarchipel	383
Ausflug zum Kijanebalola-See	384
Strecke von Masaka zum Viktoria-See und nach Tansania	384
Das Nordufer des Viktoria-Sees	386
Die Strecke von Kampala nach Jinja	386
Absteiger Namugongo-Schrein 386	
Mabira Forest	388
Jinja	389
Überblick 389 • Lage und Klima 389 • Geschichte 389 • Sehenswertes 391 • Bell Weißer Nil und Viktoria-See 392	
Bujagali Falls	392
7. DER OSTEN UGANDAS	394
Redaktions-Tipps	394
Unterwegs zwischen Nil und kenianischer Grenze	394
Fahrt von Jinja über Iganga nach Tororo	394
Iganga	394
Busia	395
Malaba	397
Tororo	397
Mbale	398
Überblick 398 • Geschichte 398 • Aktivitäten/Sehenswürdigkeiten 399 • Kakoro-Felsmalereien 399	
Mount-Egon-Nationalpark	400
Überblick	400
Lage und Klima	400
Entstehungsgeschichte	400
Geschichte	402
Tierarten im Nationalpark	402
Wanderrouten	402
Sipi Falls	404
Moroto-Region	405
Pian Upe Wildlife Reserve	405
Überblick 405 • Lage und Klima 406 • Tiere in Pian Upe 407	

Moroto	407
Überblick 407 • Die Wildschutz-Reservate (Wildlife Reserves) 408 • Aktivitäten/Sehenswürdigkeiten 408	
Kidepo-Valley-Nationalpark	409
Überblick	409
Lage und Klima	410
Die Tierwelt im Kidepo Valley	410
8. DER NORDEN UGANDAS	413
Um den Kyoga-See	413
Der Kyoga-See	413
Überblick 413	
Im Osten und Norden des Kyoga-Sees	414
Soroti 417 • Lira 420	
Karuma Falls	421
Karuma Wildlife Reserve 422	
Nordwest-Uganda	423
Gulu	423
Überblick 423 • Lage und Klima 423 • Geschichte 423	
Pakwach	427
Arua	427
Der äußerste Norden	428
Überblick 428 • Kitgum 428	
9. DER WESTEN UGANDAS	429
Redaktions-Tipps 431	
Strecke von Kampala nach Masindi	429
Überblick	429
Masindi	429
Überblick 429 • Geschichte 430 • Ausflüge von Masindi 431 • Ziwa Rhino Sanctuary 432	
Von Masindi zum Albert-See	435
Überblick	435
Der Albert-See	435
Der Ost- und Zentralafrikanische Grabenbruch 437	
Murchison-Falls-Nationalpark	438
Überblick	438
Lage und Klima	438
Geschichte	438
Tiere im Nationalpark	439
Aktivitäten im Park	440
In der Umgebung des Murchison-Falls-Nationalparks	445
Budongo Forest Reserve 445 • Überblick 445 • Geschichte 446 • Tiere und Pflanzen im Reservat 446 • Aktivitäten 446	

Strecke zum Ruwenzori-Gebirge	448
Hoima	448
Überblick 448 • Geschichte 448	
Fort Portal	449
Überblick 449 • Geschichte 450 • Sehenswertes 450 • Karambi-Gräber 450 • Amabeere-Höhlen 450	
Ausflüge von Fort Portal	456
Zum Katonga Wildlife Reserve 456	
Katonga Wildlife Reserve	456
Überblick 456 • Geschichte 456 • Aktivitäten 457	
Kibale-Forest-Nationalpark	457
Überblick 457 • Lage und Klima 457 • Geschichte 458 • Tiere im Kibale-Forest-Nationalpark 458 • Aktivitäten 458 • Bigodi Wetland Sanctuary 460 • Bunyuruguru-Kraterseen 460	
Semliki Wildlife Reserve (früher: Toro Game Reserve)	461
Überblick 461 • Lage und Klima 461 • Geschichte 461 • Tierwelt im Semliki W. R. 462 • Aktivitäten 462	
Semliki-Nationalpark	463
Überblick 463 • Lage und Klima 463 • Geschichte 463 • Tier- und Pflanzenwelt im Semliki-Nationalpark 463 • Aktivitäten 464	
Kasese	465
Ruwenzori-Mountain-Nationalpark	466
Überblick	466
Geschichte	466
Lage und Klima	470
Wander- und Trekkingrouten	470
10. DER SÜDWESTEN UGANDAS	475
Überblick	475
Redaktions-Tipps 475	
Queen-Elizabeth-Nationalpark	475
Überblick	475
Lage und Klima	478
Geschichte	480
Tierleben im Queen-Elizabeth-Nationalpark	480
Aktivitäten	480
In der Umgebung des Q.E.N.P.	484
Chambura Wildlife Reserve	484
Kigezi Wildlife Reserve	484
Kalinzu Forest Reserve	484
Kasyoha-Kitomi Forest Reserve	485
George- und Edward-See	485
Mbarara und Umgebung	487
Überblick 487	
Nkokonjeru-Gräber	488
Ausflug ins Dreiländereck	488

Lake-Mburo-Nationalpark	490
Überblick	490
Lage und Klima	490
Geschichte	490
Die Tierwelt am Mburo-See	492
Aktivitäten im Lake-Mburo-Nationalpark	493
In den äußersten Südwesten Ugandas	494
Kabale	494
Überblick 494 • Geschichte 494 • Aktivitäten 494	
Gatuna (Grenze zu Ruanda)	495
Bwindi-Impenetrable-Nationalpark	495
Überblick 495 • Aktivitäten 495 • Lage und Klima 496 • Geschichte 496 • Gorillas 498 • Tierarten 499 • Pflanzen 500 • Aktivitäten 500	
Grenzregion zu Ruanda	503
Überblick	503
Kisoro	503
Umgebung von Kisoro	505
Aktivitäten / Sehenswürdigkeiten 505	
Mgahinga-Gorilla-Nationalpark	506
Überblick 506 • Geschichte 506 • Lage und Klima 508 • Die Tierwelt des Mgahinga-Gorilla-N. P. 508 • Probleme und Lösungen des Nationalparks 509 • Besuch der Berg-Gorillas 510 • Aktivitäten 510	

RUANDA

II. KIGALI UND DER OSTEN	512
Überblick	512
Redaktions-Tipps 514	
Kigali und Umgebung	512
Überblick	512
Geschichte	514
Lage und Klima	515
Stadtrundgang	518
Kigali-Museum 519 • Kulturzentren 520 • Deutsch-Ruandisches Denkmal 521 • Gedenkstätten 521	
Byumba (Gicumbi) und die Grenzregion zu Uganda	522
Überblick 522 • Grenzregion zu Uganda 523	
Der Osten	524
Überblick	524
Akagera-Nationalpark	526
Überblick 526 • Lage und Klima 527 • Geschichte 527 • Tiere im Akagera-Nationalpark 528 • Aktivitäten im Park 528	
Kibungo (Ngoma)	530
Überblick 530	
Grenzregion zu Tansania	530
Rusumu-Fälle 531 • Nyagatare 531	

12. DAS GEBIET DER VULKANE	532
Überblick	532
Redaktions-Tipps 534	
Ruhengeri (Musanze)	532
Überblick _____	532
Geschichte _____	534
Stadtrundgang _____	534
Die Umgebung von Ruhengeri _____	535
Virunga-Vulkane	536
Überblick _____	536
Lage und Klima _____	536
Volcanoes-Nationalpark (Parc National des Volcans) _____	536
Überblick 536 • Geschichte 537 • Geschichte der Berg-Gorillas 540 • Besuch der Berg-Gorillas 546 • Weitere Tierarten im Vulkan- Nationalpark 548 • Aktivitäten im Park 548	
Lake Ruhondo und Burera _____	550
Überblick 550 • Geschichte 550	
13. UM DEN KIVU-SEE	552
Überblick	552
Redaktions-Tipps 554	
Der Kivu-See	552
Überblick _____	552
Gisenyi (Rubavu)	554
Überblick _____	554
Geschichte _____	555
Lage und Klima _____	556
Stadtrundgang _____	557
Abstecher nach Goma (D. R. Kongo)	558
Am Ostufer des Kivu-Sees	559
Überblick _____	559
Kibuye (Karongi) _____	559
Überblick 559 • Geschichte 560	
Cyangugu (Rusizi) _____	560
Überblick 560 • Geschichte 561 • Die Umgebung von Cyangugu 561 • Der Cyamudongo-Wald 562 • Die heißen Quellen von Bugarama 562	
Westufer des Kivu-Sees (D. R. Kongo)	562
Überblick _____	562
Bukavu (D. R. Kongo) _____	563

Überblick

Redaktions-Tipps 566

Gitarama (Muhanga)**Überblick****Geschichte****Die Kathedrale von Kabgayi****Der Fels von Kabgayi & Museum****Nyanza (Nyabisindu)****565****565****565****566****567****567****Butare (Huye)****568****Überblick****Geschichte****Sehenswürdigkeiten**

Nationalmuseum 569 • Arboretum der Universität 570

568**568****568****569****Gikongoro (Nyamagabe)****571****Genozid-Denkmal Murambi****571****Nyungwe-Forest-Nationalpark****571****Überblick****571****Lage und Klima****572****Geschichte****572****Tiere und Pflanzen****576****Wander-Routen****581****Gisakura-Teeplantage****582****Tiere Ugandas & Ruandas****583****Ausgesuchte Buchtipps****586****Stichwortverzeichnis****592**