

Inhalt

Vorwort	4
Exkurse	6
Karten	8
Die Inseln im Überblick	9
Inselhüpfen? Weniger ist mehr!	12

1 Sal 15

Einleitung	17
Geschichte	18
Informationen zur Insel	20
Cidade dos Espargos	21
Pedra de Lume	23
Palmeira	26
Buracona	26
Santa Maria	26
Strände & Wasserverhältnisse	29
Sport & Aktivitäten	30
Praktische Infos	31

2 Boa Vista 41

Einleitung	42
Geschichte	44
Informationen zur Insel	51
Sal Rei	53
Inselrundfahrten	56
Spaziergänge & Wanderungen	59
Strände & Wasserverhältnisse	62
Sport & Aktivitäten	63
Praktische Infos	64

3 Maio 73

Einleitung	75
Geschichte	75
Vila do Maio	81

Exkurse

Boa Vista

Tückische Riffe	46
Barraca	48

Santiago

Luís Vaz de Camões	102
1585: Sir Francis Drake in S. Jacobs	114
Tabanka	120

Fogo

Museen in São Filipe	156
Wein aus Fogo	162
Vulkanhöhlen in der Chã das Caldeiras	164
Pico de Fogo	166
Bordeira do Fogo	168

Brava

Eugénio da Paula Tavares	186
--------------------------	-----

São Vicente

Die Leute von São Vicente	204
Elug über den Atlantik	212
Museu de Arte Tradicional	214

Santo Antão

Pedra da Nossa Senhora	246
Grogue aus Santo Antão	254
Puzzolana	258

São Nicolau

Ilhas Desertas	296
----------------	-----

Praktische Tipps A–Z

Rezepte aus Cabo Verde	322
Kleine Kunstwerke	382

Land und Leute

Aloe Vera	399
Große Entdeckungs- und Forschungsreisende	422
Eine kurze Geschichte des Zuckers	430
Relation Journalière – Duplessis 1699	434
Amilcar Cabral	446
Mais und Bohnen – eine intelligente Symbiose	470
Das Museumsschiff „Ernestina“	506
Panos aus Baumwolle	527
Baltasar Lopes da Silva	546
Jorge Barbosa	546

Inselrundfahrt	81	Praktische Infos	191
Strände & Wasserverhältnisse	84	Ilhéus Secos ou do Rombo	195
Praktische Infos	85		
4 Santiago	89	São Vicente	197
Einleitung	91	Einleitung	198
Geschichte	93	Geschichte	199
Praia	94	Informationen zur Insel	203
Cidade Velha	105	Mindelo	207
Von Praia nach Tarrafal	113	Calhau	216
Tarrafal	127	São Pedro	217
Von Tarrafal an der Ostküste nach Praia	129	Strände	218
Strände & Wasserverhältnisse	132	Sport & Aktivitäten	218
Reiseplanung Santiago	132	Praktische Infos	219
Praktische Infos	132		
5 Fogo	145	Santo Antão	229
Einleitung	230	Einleitung	230
Geschichte	231	Geschichte	231
Informationen zur Insel	234	Informationen zur Insel	234
São Filipe	239	Porto Novo	239
Rund um die Insel	241	Porto Novo – Ribeira Grande	241
Die oberen Ringstraßen	247	Cidade da Ribeira Grande	247
Ausflüge in die Chã das Caldeiras und zum Pico	249	Ponta do Sol	249
Strände & Wasserverhältnisse	251	Ausflug nach Fontainhas	251
Praktische Infos	252	Durch die Ribeira Grande	251
	252	nach Garça	252
	256	Ribeira da Torre	256
	257	Zentrales Hochland, Lagoa	257
	257	Der Westen und Süden	257
	263	Wanderungen	263
	266	Strände & Wasserverhältnisse	266
	267	Praktische Infos	267
6 Brava	179	São Nicolau	279
Einleitung	181	Einleitung	280
Geschichte	181	Geschichte	281
Informationen zur Insel	182	Informationen zur Insel	285
Furna	184		
Vila Nova Sintra	184		
Ausflüge & Wanderungen	185		
Strände	191		

Karten

Kapverdische Inseln

Umschlag vorn

Santa Maria (Sal)

Umschlag hinten

Sal

Cidade dos Espargos

Santa Maria

16

22

Umschlag hinten

Boa Vista

Sal Rei

Maio

Vila do Maio (Porto Inglês)

Santiago

Cidade Velha

Praia Übersicht

Praia Zentrum/Plateau

Tarrafal de Santiago

Fogo

São Filipe

Brava

São Vicente

Mindelo

Santo Antão

Porto Novo

Cidade da Ra Grande

São Nicolau

Vila da Ra Brava

42

54

74

80

90

106

96

97

128

146

155

180

208

198

238

248

280

286

Vila da Ribeira Brava

Der Osten

Vila Ribeira Brava – Preguiça

Der Westen

Tarrafal de São Nicolau

Wanderungen

Strände

Praktische Infos

287

288

288

289

291

292

292

10 Praktische Tipps A–Z

301

Als Guest in Cabo Verde

302

Anreise

307

Auskünfte und Adressen

313

Ausrüstung

314

Diplomatische Vertretungen

316

Einkaufen

318

Einreiseformalitäten

319

Essen und Trinken

320

Feiertage und Feste

327

Finanzen und Geld

328

Fotografieren

330

Gesundheit

333

Notfall

342

Öffnungszeiten

343

Reisen im Land

343

Reiseplanung

350

Reisezeit

352

Reiseveranstalter in Cabo Verde

352

Reiseversicherungen

354

Sicherheit und Kriminalität

355

Sport und Freizeit

357

Strom

381

Telefon und Post

381

Trinkgeld

383

Unterkunft

383

Zeitunterschied

386

Zoll

386

Hinweise: In den Kopfzeilen wird auf die jeweils passende Karte verwiesen.

R^a steht für Ribeira.

11 Land und Leute 389

Geografie	390
Klima	395
Flora	399
Fauna	407
Naturschutz	416
Geschichte	419
Politik	459
Wirtschaft	464
Entwicklungszusammenarbeit	485
Bevölkerung	492
Gesellschaft und Familie	511
Gesundheitswesen	515
Bildungswesen	519
Medien	521
Religion	524
Kunst und Kultur	527

12 Anhang 553

Reise-Gesundheitsinformationen	554
Sprache	555
Literatur	563
Wanderführer & Karten	566
Video	567
Register	575
Die Autoren	588