

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

Türkische 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
Flug 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
Amílcar 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

Einleitung	91
Geschichte	93
Praia	94
Cidade Velha	105
Von Praia nach Tarrafal	113
Tarrafal	127
Von Tarrafal an der Ostküste nach Praia	129
Strände & Wasserverhältnisse	132
Reiseplanung Santiago	132
Praktische Infos	132

5 Fogo

Einleitung	147
Geschichte	147
Informationen zur Insel	152
São Filipe	154
Rund um die Insel	157
Die oberen Ringstraßen	160
Ausflüge in die Chã das Caldeiras und zum Pico	160
Strände & Wasserverhältnisse	171
Praktische Infos	172

6 Brava

Einleitung	181
Geschichte	181
Informationen zur Insel	182
Furna	184
Vila Nova Sintra	184
Ausflüge & Wanderungen	185
Strände	191

89

? São Vicente

197

Einleitung	198
Geschichte	199
Informationen zur Insel	203
Mindelo	207
Calhau	216
São Pedro	217
Strände	218
Sport & Aktivitäten	218
Praktische Infos	219

8 Santo Antão

229

145

Einleitung	230
Geschichte	231
Informationen zur Insel	234
Porto Novo	239
Porto Novo – Ribeira Grande	241
Cidade da Ribeira Grande	247
Ponta do Sol	249
Ausflug nach Fontainhas	251
Durch die Ribeira Grande nach Garça	252
Ribeira da Torre	256
Zentrales Hochland, Lagoa	257
Der Westen und Süden	257
Wanderungen	263
Strände & Wasserverhältnisse	266
Praktische Infos	267

179

? São Nicolau

279

Einleitung	280
Geschichte	281
Informationen zur Insel	285

Karten

Kapverdische Inseln

Umschlag vorn

Santa Maria (Sal)

Umschlag hinten

Sal 16

Cidade dos Espargos 22

Santa Maria Umschlag hinten

Boa Vista 42

Sal Rei 54

Maio 74

Vila do Maio (Porto Inglês) 80

Santiago 90

Cidade Velha 106

Praia Übersicht 96

Praia Zentrum/Plateau 97

Tarrafal de Santiago 128

Fogo 146

São Filipe 155

Brava 180

São Vicente 198

Mindelo 208

Santo Antão 230

Porto Novo 238

Cidade da Ra Grande 248

São Nicolau 280

Vila da Ra Brava 286

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

R^a steht für Ribeira.

Vila da Ribeira Brava 287

Der Osten 288

Vila Ribeira Brava – Preguiça 288

Der Westen 289

Tarrafal de São Nicolau 289

Wanderungen 291

Strände 292

Praktische Infos 292

10 Praktische Tipps A–Z 301

Als Gast 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

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