

Inhalt

Ein ganz persönliches Vorwort	4
Verzeichnis der Exkurse	8
Verzeichnis der Karten	10
Die Regionen im Überblick	12
Steckbrief Uganda	16

1 Uganda: Kampala und Umgebung

Kampala – die Hauptstadt	
<i>Stadtbesichtigung</i>	
<i>Praktische Tipps zu Kampala</i>	
<i>Tagesausflüge von Kampala</i>	
Entebbe	
<i>Entebbe Botanical Gardens</i>	
<i>Uganda Wildlife</i>	
· <i>Education Centre (UWEC)</i>	
<i>Ausflüge von Entebbe</i>	

2 Uganda: Der Südwesten und die Virunga-Vulkane

Mpanga Forest Reserve	
Masaka	
Ssese-Inseln	
<i>Bugala Island</i>	
<i>Sonstige Inseln</i>	
Lake Mburo National Park	
Mbarara	
Kabale	
Lake Bunyonyi	
Bwindi Impenetrable National Park	
Kisoro	
Mgahinga Gorilla National Park	

3 Uganda: Der Westen und das Ruwenzori-Gebirge

10	Kalinzu und Kasyoha	115
12	Kitomi Forest Reserves	120
16	<i>Kalinzu Forest Reserve</i>	120
	<i>Kasyoha Kitomi Forest Reserve</i>	121
	Queen Elizabeth National Park	121
19	<i>Fahrt nach Ishasha über Kihiihi</i>	130
	Kasese	131
	Rwenzori Mountains National Park	135
21	<i>Central Circuit Trail</i>	145
26	<i>Kilembe Trail</i>	151
29	<i>Zwischen Kampala und Fort Portal</i>	167
51	Katonga Wildlife Reserve	167
52	Fort Portal	169
53	<i>Fahrt zum Kibale Forest National Park</i>	175
	Ndali-Kasenda Crater Lakes	175
55	Kibale Forest National Park	178
60	Die Straße nach Bundibugyo und zum Semliki NP	182
	Toro-Semliki Wildlife Reserve	183
	Semliki National Park	185
	Bundibugyo	188
	Hoima	189
	Kabwoya Wildlife Reserve	193
63	Masindi	199
	Ziwa Rhino Sanctuary	201
67	Budongo Forest Reserve	202
68	Murchison Falls National Park	203
71		
72		
73		
76		
81		
85		
88		
90	Gulu	223
103	Arua	229
107	Pakwach	230

4 Uganda: Der Norden und Nordosten

215

Moyo und Adjumani	231	Der Osten	357
Kitgum	233	<i>Akagera National Park</i>	357
Kalongo	235	Praktische Reisetipps A–Z	362
Lira	237	Land und Leute	370
Soroti	239		
Moroto	241		
Matany	244		
Kotido und Kaabong	245		
Kidepo Valley National Park	246	Der Bürgerkrieg	388
		Die Nationalparks	390
		Praktische Informationen	391

5 Uganda: Der Osten und Mt. Elgon

Mabira Forest Reserve	258		
Jinja	259		
Bujagali	268	An-, Ein- und Ausreise	396
Tororo	275	Ausrüstung und Kleidung	401
Busia und Malaba	276	Diplomatische Vertretungen	404
Mbale	276	Dokumente und Papiere	405
Mount Elgon National Park	279	Essen und Trinken	406
Sipi Falls	289	Feste und Feiertage	408
		Fotografieren und Filmen	409
		Frauen allein unterwegs	411
		Geld und Finanzen	413
		Geschäfts- und Öffnungszeiten	415
		Gesundheit und	
		medizinische Versorgung	416
Kigali – die Hauptstadt	298		
<i>Besuch der Genozid-Gedenk-</i>			
<i>stätten Ntarama und Nyamata</i>	312	Grenzen und Grenzverkehr	438
Muhanga (Gitarama)	313	Handeln	441
Der Nordwesten	315	Informationsstellen	441
<i>Musanze (Ruhengeri)</i>	316	Maße und Gewichte	443
<i>Volcanoes National Park</i>	318	Medien	443
<i>Rubavu (Gisenyi)</i>	327	Nationalparks und Wildreservate	444
Der Westen und der Lake Kivu	339	Notfälle	453
<i>Karongi (Kibuye)</i>	339	Post und Telekommunikation	454
Der Südwesten	342	Preise	457
<i>Huye (Butare)</i>	342	Reiseagenturen	
<i>Nyungwe National Park</i>	348	und Safariveranstalter	458
<i>Rusizi (Cyangugu)</i>		Reisen in Uganda und Ruanda	459
<i>und Bukavu/DR Kongo</i>	353	Reisezeit	465

7 Ostkongo **387**

8 Uganda: Praktische Reisetipps A–Z **395**

Sicherheit und Kriminalität	466	Geschichte	493
Stromversorgung	466	Staat und Politik	503
Trinkgeld	467	Wirtschaft	509
Unterhaltung und Nachtleben	467	Tourismus	513
Unterkünfte und Camping	467	Bevölkerung	515
Verhalten im Gastland	471	Bildung und Gesundheit	519
Versicherungen	472		
Zeit(-verschiebung)	474		
Zollbestimmungen	475		

10 Die Tierwelt des östlichen Afrika

521

9 Uganda: Land und Leute

477	Säugetiere	522
	Affen	522
	Nagetiere	527
478	Schuppentiere	528
481	Raubtiere	528
481	Katzen	528
488	Hunde	532
Geografie und Landschaftsformen		
Klima		
Tier- und Pflanzenwelt		
Ökologie und Naturschutz		

<i>Hyänen</i>	534	Vögel	554
<i>Schleichkatzen</i>	535	Strauß	554
<i>Marder</i>	535	Pelikane und Kormorane	554
<i>Erdferkel</i>	536	Reiher	555
<i>Rüsseltiere</i>	536	Störche und Ibis	557
<i>Schliefer</i>	538	Flamingos	559
<i>Unpaarhufer</i>	539	Enten und Gänse	559
<i>Zebras</i>	539	Greifvögel	560
<i>Nashörner</i>	540	Geier	561
<i>Paarhufer</i>	542	Adler	562
<i>Flusspferde und Schweine</i>	542	Sonstige Greifvögel	562
<i>Giraffen</i>	544	Hühnervögel	563
<i>Hornträger</i>	546	Kraniche, Rallen und Trappen	563
<i>Ducker</i>	546	Watvögel	565
<i>Böckchen</i>	546	Tauben	565
<i>Waldböcke</i>	547	Papageien	566
<i>Rinder</i>	549	Eulen und Nachtschwalben	566
<i>Kuhantilopen</i>	550	Rackenvögel	567
<i>Pferdeböcke</i>	550	Spechte und Bartvögel	568
<i>Ried- und Wasserböcke</i>	551	Sperlingsvögel	568
<i>Schwarzfersenantilope</i>	551		
<i>Gazellen</i>	552	Reptilien	569
		Krokodile	569
		Schlangen	569
		Echsen	570
		Schildkröten	570

11 Anhang

Reise-Gesundheitsinformationen	574
Literatur	576
Karten	582
Kleines Tier-Wörterbuch	583
Register	595
Fotonachweis	611
Der Autor	611