



## WISSENSWERTES ÜBER MOSAMBIK

### GESCHICHTE

Ursprung des menschlichen Lebens	12
Araber gründen Handelsposten an der afrikanischen Ostküste	13
Großreiche im Inneren Afrikas	14
Die Portugiesen tauchen auf	16
Jesuiten stoßen ins Landesinnere vor	19
Portugals Rachefeldzug scheitert kläglich	20
Langsamer Niedergang von Mwene Mutapa	21
Bedrohung durch neue Seemächte	23
Das 17. Jh.: Epoche der Glücksritter & Prazos	23
Das 18. Jh.: Das Jahrhundert der Sklaverei	25
Das 19. Jh.: Europa teilt Afrika wie einen Kuchen unter sich auf	28
Das 20. Jh.: Der lange Weg zur Unabhängigkeit	32

### BEVÖLKERUNG

Die Bevölkerung Mosambiks	42
Sprachen, Religion	44
Gesundheitswesen	45
Traditionelles Heilwesen	46
Bildung & Schulwesen	47

### TRADITIONEN

Die Großfamilie	48
Die Rolle des Regulos	48
Der Alltag der Menschen	48
Frauen in Mosambik	50

### KULTURELLES LEBEN

Kunsthandwerk und Malerei	52
Musik und Tanz	53
Literatur, Sport	55
Mosambik im Überblick	55

### WIRTSCHAFT

Allgemeine Situation	56
Erwerbstätigkeit	57
Landwirtschaft	58
Viehwirtschaft, Fischerei	59
Bergbau und Industrie	59
Wasser und Energie	60
Verkehr und Transport	61
Tourismus	62
Flüchtlings- und Entwicklungshilfe	63
Ökologie	64
Landminen	66



### EIN VIELFÄLTIGER NATURRAUM

Topographie des Landes	68
Vegetationsformen	69
Aktuell vorgestellt: Wunderwelt Mangroven	75

### DAS REICH DER TIERE

Pflanzenfresser	78
Raubtiere	88
Primaten	94
Kaltblüter und Reptilien	96
Leben im Meer	100
Faszinierend: Leben im Mangrovensumpf	102

### DIE VOGELWELT MOSAMBIKS

Von Greifvögeln und anderen Fleischfressern	104
Wasservogel, Watvögel und Vögel im Uferbereich	105
Hühnervogel, Baumvögel	108
Weitere typische Vögel	109

## UNTERWEGS IN MOSAMBIK

### SÜD-MOSAMBIK

### DIE PROVINZ MAPUTO

#### MAPUTO 112

Stadtgeschichte	112
Erste Orientierung	116
Sehenswertes	119
Tour 1: Altstadtspaziergang in der Baixa	119
Tour 2: Der elegante Teil Maputos: Bairro Polana	122
Tour 3: Entlang der Uferpromenade Avenida da Marginal	123
Hotels, Pensionen und Camping	128
Restaurants & Nachtleben	130
Wichtige Adressen von A bis Z	132
Einkaufen in Maputo	133
An- und Weiterreise	134
Verkehrsmittel innerhalb der Stadt	136
Ausreise: Von Maputo nach Südafrika und Swaziland	137
Ausflug zur Insel Inhaca	138
Ausflug nach Macaneta	139

#### MAPUTALAND: VON MAPUTO NACH SÜDEN 140

Ponta do Ouro	142
Ponta Malongane	144

#### MAPUTO ELEPHANT RESERVE 145

Naturschützer verhindern gigantisches Wirtschaftsprojekt	149
--	-----



**DIE PROVINZ GAZA**

Streckenbeschreibung: Von Maputo nach Xai-Xai 150  
 Bilene, Praia do 151

**XAI-XAI 152**

Von Macai nach Chicualacuala / Massingir 154

**GREAT LIMPOPO TRANSFRONTIER PARK 156**

**BANHINE NATIONALPARK 159**

Rückblick: Die Flutkatastrophe vom Februar 2000 160

**FARBIGES KALEIDOSKOP 161**

**DIE PROVINZ INHAMBANE**

Streckenbeschreibung: Von Xai-Xai nach Maxixe und Inhambane 177

**MAXIXE 178**

**INHAMBANE 179**

Sehenswertes 181  
 Strände in der Umgebung: Barra und Tofo 183  
 Streckenbeschreibung: Von Maxixe zum Rio Save 185  
 Massinga, Morrungulo und Pomene 186

**VILANKULO 187**

Inhassoro 190

**BAZARUTO ARCHIPEL 191**

Bazaruto, Benguerra 193  
 Magaruque 194

**ZINAVE NATIONALPARK 195**

Streckenbeschreibung: Von der Save-Brücke nach Beira 198

**ZENTRAL-MOSAMBIK**

**DIE PROVINZ SOFALA**

**BEIRA 200**

Hotels und Pensionen 203  
 Sehenswertes 203  
 Die Umgebung von Beira 208  
 Streckenbeschreibung: Von Beira nach Caia 208



**DAS SAMBESITIEFLAND 210**

Marromeu 213  
 Das Sambesidelta 214

Streckenbeschreibung: Von Beira nach Chimoio 216  
 Streckenbeschreibung: Von Inchope nach Caia via EN 1 216

**GORONGOSA NATIONALPARK 217**

**DIE PROVINZ MANICA**

**CHIMOIO 222**

Streckenbeschreibung: Von Chimoio nach Mutare 223  
 Streckenbeschreibung: Von Chimoio nach Dombe und Espungabera 225  
 Peace Park Project: Nationalpark in den Chimanimani-Bergen 229  
 Streckenbeschreibung: Von Chimoio nach Tete 230

**DIE PROVINZ TETE**

**TETE 231**

Streckenbeschreibung: Von Tete nach Songo 235

**CAHORA BASSA STAUSEE 236**

Streckenbeschreibung: Von Tete nach Cassacatiza 240  
 Streckenbeschreibung: Von Tete nach Zóbuè und Calómuè 241  
 Blick in die Geschichte: David Livingstones Expedition 242

**NORD-MOSAMBIK**

**DIE PROVINZ ZAMBÉZIA**

Streckenbeschreibung: Von Caia nach Quelimane 244

**QUELIMANE 244**

Praia do Zalala 248  
 Streckenbeschreibung: Von Quelimane nach Alto Molócuè 249  
 Tour an die Küste: Praia de Pebane und Gilé Reserve 250  
 Tour ins Landesinnere: Milange und Gurué 253

**DIE PROVINZ NAMPULA**

Streckenbeschreibung: Von Alto Molócuè nach Nampula 256

**NAMPULA 256**

Abstecher: Angoche 261  
 Streckenbeschreibung: Von Nampula nach Cuamba 262  
 Streckenbeschreibung: Von Nampula nach Nacala 263

**NACALA 264**

Mossuril, Cabaceira und Chocas Mar 265

**ILHA DE MOÇAMBIQUE 266**

Eine spannende Geschichte 267  
Besuch der Insel 270  
Unterkunft 277  
Streckenbeschreibung: Von Namialo nach Pemba 279

**DIE PROVINZ CABO DELGADO****PEMBA 281**

Stadtgeschichte und Sehenswertes 281  
Unterkunft 284  
Wimbe Beach 286

**IBO ISLAND UND QUIRIMBA ARCHIPEL 288**

Ibo Island 288  
Streckenbeschreibung: Von Pemba nach Moçimboa da Praia 293  
Moçimboa da Praia 294  
Streckenbeschreibung: Von Moçimboa da Praia zur Grenze 295

**IM HINTERLAND: MUEDA UND MAKONDE PLATEAU 296**

Die Makonde 298  
Streckenbeschreibung: Von Mueda nach Montepuez 299

**DIE PROVINZ NIASA**

Streckenbeschreibung: Von Mandimba nach Lichinga 300

**LICHINGA 301**

Unterkunft und Restaurants 302

**LAKE NIASA 304**

Streckenbeschreibung: Von Lichinga nach Cóbue 306  
Cóbue, Abstecher: Likoma Island 308  
Streckenbeschreibung: Von Lichinga nach Tansania 312  
Streckenbeschreibung: Von Mandimba nach Cuamba 313

**CUAMBA 313**

Streckenbeschreibung: Von Lichinga nach Marrupa 314  
Streckenbeschreibung: Von Marrupa zum Niassa Wildreservat 317

**NIASSA RESERVE 318****WERTVOLLE REISEINFORMATIONEN****PLANUNG VOR DER REISE**

Klima S. 324, Reisezeit S. 325, Reiseart / Verkehrsmittel: Mietwagen S. 327, Motorrad/Fahrrad S. 330, Öffentliche Verkehrsmittel S. 330, Europäische Reiseveranstalter und örtliche Reiseanbieter S. 331, Unterkünfte: Hotels, Pension oder Camping S. 332, Reiseroutenplanung S. 333, Reisen mit Kindern S. 334, Frauen allein unterwegs S. 334, Touristen-Informationsstellen S. 334, Ausrüstung: Dokumente, Kleidung, Sonstiges S. 335

**GESUNDHEITSVORSORGE**

Malaria und andere tropische Krankheiten S. 336, Schlangenbisse S. 339, Wie man auf Reisen gesund bleibt S. 340, Notfall-Vorsorge S. 341, Reiseapotheke S. 341, Tropeninstitute S. 341

**RUND UMS GELD**

Reisekosten und Preisgefüge S. 342, Landeswährung, Devisen und Zahlungsmittel S. 343, Geldwechsel in Mosambik S. 344, Handeln: die Kunst des Feilschens S. 345

**WICHTIGE HINWEISE UND ADRESSEN**

Einreisebestimmungen S. 346, Diplomatische Vertretungen S. 347  
Gefahren auf Reisen – die persönliche Sicherheit S. 348

**ANREISE NACH MOSAMBIK**

Internationale Flugverbindungen S. 350, Anreise auf dem Landweg S. 351  
Öffnungszeiten der Grenzübergänge S. 352  
Anreise per Mietwagen S. 353, Anreise auf dem Seeweg S. 353

**TRANSPORT VOR ORT**

Inlandflugnetz S. 355, Bahn, Bus und Mietwagen S. 355

**REISETIPPS FÜR DEN ALLTAG IN AFRIKA**

Begegnung mit den Menschen S. 356, Sprachliche Verständigung & Glossar S. 358, Die kulinarische Versorgung & Buschküche S. 360, Tipps & Infos für Autofahrer S. 364, Wie gefährlich sind die Landminen in Mosambik? S. 369, Auf Safari: Wie verhält man sich in der Wildnis? Begegnung mit Wildtieren S. 370, Mosambiks Strände im Direktvergleich S. 371

**INFORMATIONEN VON A BIS Z 372**

Ärzte & Apotheken, Airporttax, Betteln, Camping & Wildcamping, Eintrittspreise der Nationalparks, Feiertage, Ferienzeiten, Fotografieren, GPS-Daten, Grenzen, Hotels, Internet, Kleidung, Kulturelles Leben, Landkarten, Mahlzeiten, Maße & Gewichte, Notruf, Öffnungszeiten, Post, Preise, Sicherheit & Gefahren, Souvenirs, Strände, Stromversorgung, Tauchen, Taxi, Telefon, Toiletten & Sanitäreinrichtungen, Touristeninformation, Trampen, Trinkgeld, Wasser, Wassersport, Zeitungen, Zeitverschiebung & Tageslicht, Zoll

**LITERATURVERZEICHNIS 378****INDEX 379****EIN OFFENES WORT 384**