



# Newsletter

reisen-ist-erleben



{TITLE} {LASTNAME}

## NEUES JAHR - NEUE REISEABENTEUER

### Kapverdische Inseln - NO STRESS

Kapverden, oder Cabo Verde, ist ein Staat auf einer vulkanischen Inselgruppe vor der Nordwestküste Afrikas. Er ist für seine kreolische portugiesisch-afrikanische Kultur, die traditionelle Morna-Musik und die zahlreichen Strände bekannt. Von den 10 Inseln (und weiteren kleinen Eilanden) sind 9 bewohnt. Die größte Insel heißt Santiago. Hier befindet sich die Hauptstadt Praia.



Die Kapverden waren vor **Entdeckung** und Besiedlung durch Portugiesen unbewohnt. Aus der Durchmischung der Kulturen europäischer Siedler und afrikanischer Sklaven bildete sich eine neue kreolische Kultur.

Die **Vegetation** der Kapverdischen Inseln ist aufgrund der Trockenheit halbwüstenähnlich, 90% der Nahrungsmittel werden importiert. Das Nationalgericht heisst Capucha, ein Eintopf aus Kichererbsen, Mais, Wursträdchen und Spiegelei – gesund, sättigend, eiweisshaltig.

Die ursprüngliche **Tierwelt** auf den Inseln ist vergleichsweise artenarm: lediglich Echsen und Fledermäuse. Die neuen Siedler haben Katzen und Hunde mitgebracht, die man versucht, mittels Kastration unter Kontrolle zu halten. Auf dem kargen Boden lassen sich nur Geissen, Esel und Hühner halten.

Die **Einheimischen** leben sehr ärmlich, besitzen vielleicht ein paar Ziegen. Hochzeit wird erst im reiferen Alter gefeiert (falls Einkommen vorhanden ist). Das ganze Dorf müsste über Tage eingeladen und gepflegt werden, was den Ruin für junge Leute bedeutet. Daher werden Beziehungen offen gelebt und Kinder von der ganzen Sippe aufgezogen.



Auf den Kapverden herrscht eine 6-jährige allgemeine **Schulpflicht**. Alle Inseln haben mindestens ein Gymnasium (Liceu). Das Gymnasium wird von der 7. bis zur 12. Klasse absolviert und berechtigt zum Hochschulstudium. Die ersten Universitäten sind in Praia und Mindelo entstanden. Die Zahl der Analphabeten liegt bei den Teenagern deutlich unter 5 %.



Vor allem auf Sal legen **Meeresschildkröten** ihre Eier ab, pro Gelege ca. 60 – 90 Stück. Die kleinen Schildkrötchen schlüpfen ca. von Juli – Oktober. Nach 15 Jahren kehren sie an den exakt gleichen Ort zurück, um ihre eigenen Eier im Sand zu vergraben.

### Beste Reisezeit

Das Klima auf den Kapverdischen Inseln ist dank der Lage mitten im Atlantik sehr ausgeglichen. Trotz der tropischen Breitengrade sind die Temperaturen meist mild (Winter 20 – 25°C, Sommer 27 – 32°C) Regen fällt eher selten. Die Wassertemperatur liegt das ganze Jahr zwischen 22 und 27°C.

### Besonderheiten

Die Kapverden sind die Karibik Afrikas mit kilometerlangen Sandstränden, türkisblauem, kristallklarem Wasser – und das nur 6 Flugstunden von der Schweiz entfernt.

**Das Motto lautet - No Stress!**



### Die Kapverden als Reisedestination

Auf den Kapverden geht alles etwas langsamer, unter dem Motto - NO STRESS! Im Moment gibt es eine direkte Flugverbindung ab Basel oder mit Umsteigen via Lissabon. Inlandflüge werden momentan durch die spanische Fluggesellschaft Binter durchgeführt. Fähren verkehren meist nur unregelmäßig. Nur die Inseln São Vicente und Santo Antão bzw. Fogo und Brava sind mit einem täglichen regelmäßigen Fährverkehr verbunden, da sie keine Flughäfen mehr besitzen.

Touristisch erschlossen und für Badeferien geeignet sind vor allem die Inseln **Sal** und **Boa Vista**. Verschiedene Hotelketten sind auf diesen Inseln mit grossen Hotels im 4- und 5-Sterne Bereich vertreten. Die Gäste kommen hauptsächlich aus den Nordischen Staaten, England, Holland und Deutschland. Es gibt aber auch kleine und feine Boutique-Hotels oder Appartementanlagen. Beide Inseln bieten diverse Ausflugsmöglichkeiten. Taxis sind günstig.

**Sal** ist die touristisch am besten erschlossene Insel. Die Hauptstrassen sind gepflastert. Vom

**São** ist die touristisch am besten erschlossene Insel. Die Hauptstrassen sind gepflastert, vom Flughafen in den touristischen Süden gibt es eine autobahnähnliche Verbindung, sogar mit Strassenlampen. Die ärztliche Versorgung ist mit 6 Ärzten und einem sehr guten Chirurgen gewährleistet. Im Süden, bei Santa Maria, sind die meisten Hotels angesiedelt. Hier gibt es kilometerlange Sandstrände. Beliebt ist die Insel auch bei Kite-Surfern. Von Jan - April sind die Wellen perfekt.

**Boa Vista** ist immer noch sehr ursprünglich, mit wenig Infrastruktur. Geldwechsel ist am Flughafen möglich, Euros gegen Escudos. Euros werden als Zahlung akzeptiert, in den Hotels Kreditkarte. Jedoch sollte man sich nicht auf Geldautomaten verlassen. Es gibt erst drei gepflasterte Strassen auf der Insel. Die letzten Kilometer zum Flughafen sind immer noch mit Steinen gebaut, wie alte Römerwege aus dem Mittelalter. Die ärztliche Versorgung auf Boavista ist schlecht. Ein Arzt und eine Krankenschwester. Operationen können nicht durchgeführt werden (Flug nach Gran Canaria oder Dakar). Mit dem wachsenden Tourismus werden sich voraussichtlich bald Änderungen ergeben. Die Buchten von Sal Rei im Norden sind durch vorgelagerte Inseln geschützt und daher zum Baden geeignet. Das Baden am paradiesischen Strand im Süden Boa Vistas, Praia de Lacacao, ist wegen starker Brandung und Unterströmung meist nicht erlaubt. Dieser Strand eignet sich für ausgedehnte Spaziergänge.

**Wer es ursprünglicher mag, gerne auf Entdeckungsreise geht, neugierig auf touristisch weniger erschlossene Inseln ist, sehen möchte, wo sich das Leben der Einheimischen abspielt, sollte sich Zeit für die anderen Inseln nehmen.  
Eine gute Vorbereitung ist unbedingt nötig.**

**Santiago** ist Dreh- und Angelpunkt des Archipels. Es gibt dort lebendige Städte, historische Monumente, grandiose Naturparks und eine üppige tropische Vegetation zu entdecken.

Ein Abstecher führt zur kleinen **Insel Maio**. Herrliche Strände sind hier vorhanden. Touristen finden jedoch selten den Weg zur Insel Maio, da sie nicht per Flug erreichbar ist.

**Santo Antão** ist mit der Fähre von **São Vicente** zu erreichen. Sie gilt als Wanderparadies. Es gibt diverse Anbieter für professionell geführte Touren in Kleingruppen. Wir beraten Sie gerne.

Die Insel **Fogo** punktet mit ihrem zentralen Vulkan. Die letzte verheerende Eruption war Anfang 2015. Fogo ist auch die Insel der Kaffeeplantagen und der schönen Stadt São Filipe.

Auch die Blumeninsel **Brava** mit ihren von einem Pflanzenteppich überzogenen Bergen und dem Kokospalmental von Fajã de Água ist ein Besuch wert.

**São Nicolau** punktet mit grossartigen Landschaften. Der Ort Ribeira Brava liegt zentral für abwechslungsreiche Wanderungen und Ausflugsziele.

**Rufen Sie an - wir beraten Sie gerne!**

#### **Büro Baar:**

Therese Spillmann Imfeld  
Neufeldweg 6, CH-6340 Baar

**Tel: +41 (0)41 763 63 77**  
Fax: +41 (0)41 763 63 70

therese.spillmann@acapa.ch  
www.reisen-ist-erleben.ch



Wenn Sie diese E-Mail (an: {EMAIL}) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese **hier** kostenlos abbestellen.