

# Mal!

1994, als dieser Reiseführer zum ersten Mal erschien, war Kamerun geprägt von einer schweren Wirtschaftskrise, der Abwertung des CFA und den Anlaufschwierigkeiten eines Mehrparteiensystems. Dieser Reiseführer hat schon damals gezeigt, dass sich ein Land nicht auf Negativschlagzeilen reduzieren lässt. Auch wenn heute, zehn Jahre später, Kamerun wegen seiner positiven wirtschaftlichen und politischen Entwicklung häufig als „Leuchtturm“ West- und Zentralafrikas dargestellt wird, trifft dies die Erfahrungen und Lebenssituationen der Menschen oft nicht. Ich kann jede Besucherin und jeden Besucher Kameruns nur ermutigen, hinter die Klischees zu schauen und in persönlichen Gesprächen und Begegnungen vielleicht ein neues Bild zu entwerfen, das mehr ist als nur ein exotisches Erinnerungsfoto.

Stefanie Michels,  
im Mai 2004

Als Gast in Kamerun	14
Adressen und Informationen	19
<i>Dipl. Vertretungen von Kamerun</i>	19
<i>Dipl. Vertretungen in Kamerun</i>	19
<i>Offizielle Auskunftsstellen</i>	20
<i>Weitere Anschriften</i>	20
<i>Auswärtiges Amt</i>	20
<i>Centrum für Reisemedizin</i>	21
An- und Weiterreise	21
Ausrüstung	32
Einreiseformalitäten	34
Essen und Trinken	36
Feiertage und Feste	38
Fotografieren	40
Frauen allein unterwegs	41
Geld	44
Gesundheit	46
Kleidung	51
Notfall	52
Öffnungszeiten	54
Post und Telekommunikation	54
Preise	57
Reisen im Land	59
<i>Flugverbindungen in Kamerun</i>	59
<i>Sammel-/Buschtaxis und Busse</i>	60
<i>Eisenbahn</i>	64
<i>Mietwagen</i>	71
<i>Fahrrad und Moped</i>	72
<i>Tipps für Selbstfahrer</i>	72
<i>Straßen</i>	75
<i>Stadtverkehr/Taxis</i>	78
<i>Orientierung</i>	78
Reiseplanung	79
Reiseveranstalter	80
Reiseversicherungen	82
Sicherheit und Kriminalität	84

Souvenirs/Einkaufen/Märkte	88	Bafang - Bafoussam	325
Strom	93	<i>Bana</i>	326
Unterkunft	93	<i>Bangangte</i>	326
Uhrzeit	96	<i>Chefferie von Bandjoun</i>	328
Zoll	97	Bafoussam	330
		Bafoussam - Foumban	335
		<i>Foumbot</i>	335
		<i>Lac de Mfou</i>	335
		Foumban	336
		Bafoussam - Bamenda	342
		<i>Mbouda</i>	342
		<i>Dschang</i>	343
		Bamenda	345
		Bamenda - Mamfe	350
		<i>Bali</i>	350
		Die Ringroad	351
		<i>Chefferie von Laikom</i>	352
		<i>Bambalang</i>	352
		<i>Jakiri</i>	353
		<i>Kumbo</i>	353
		<i>Lake Oku</i>	353
		<i>Ndu</i>	354
		<i>Nkambe</i>	356
		<i>Kimbi River Reserve</i>	356
		<i>Nyos</i>	357
		<i>Wum</i>	357
		<i>Chefferie von Bafut</i>	358
		Foumban - Ngaoundere	359
		Douala - Edea	361
		<i>Lac Ossa und Dizangue</i>	361
		Edea	361
		Edea - Kribi	363
		<i>Londji (Plage)</i>	364
		Kribi	364
		Kribi - Ebolowa (über Lolodorf)	374
		Lolodorf	376
		Kribi - Ebolowa (über Akom II)	378
		Ebolowa	378
		Ebolowa - Grenze Kongo	381
<b>landund Leute</b>			
Geographie	100		
Klima	110		
Pflanzen- und Tierwelt	115		
Geschichte	122		
Staat und Politik	153		
Wirtschaft	163		
Bevölkerung und Sozialwesen	177		
Religionen	207		
Kunst und Kultur	214		
<b>Uflteüß'P88JL ^n1(WJ<sup>11</sup></b>			
	250		
ßfILWgätßn . . . . .	270		
Douala - Limbe	273		
Limbe	274		
Limbe - Buea	283		
Buea	284		
Mount Cameroon	287		
Buea (Limbe) - Kumba	301		
Kumba	301		
Kumba - Mundemba (Korup-Nationalpark)	305		
Mudemba	305		
Korup-Nationalpark	307		
Kumba - Mamfe	312		
Mamfe	313		
Douala - Loum	316		
Kumba - Loum - Nkongsamba	317		
Nkongsamba	318		
Nkongsamba - Bafang	323		
Bafang	324		

# QH!NHALT

<i>Sangmelima</i>	381	Benoue-Nationalpark - Garoua	434
Ebolowa - Mbalmayo - Yaounde	382	<i>Lagdo-Stausee</i>	434
Mbalmayo	382	Garoua	435
		Garoua - Maroua	440
		<i>Peske Bori</i>	440
		<i>Corges de Kola</i>	442
		<i>Cuider</i>	442
Yaounde - Douala	403	Maroua	442
Yaounde - Bangangte	403	Die Logone-Ebene	453
Yaounde - Bertoua	404	<i>Maga-See und Maga</i>	453
Bertoua	405	Pouss	455
Bertoua - Abong Mbang - Lomie	406	<i>Yagoua</i>	456
<i>Doume</i>	406	Maroua - Mokolo	457
<i>Abong Mbang</i>	406	Mokolo	459
Bertoua - Batouri - Berberati	408	Mokolo - Rhumsiki	463
<i>Batouri</i>	408	Rhumsiki	464
<i>Kenzou</i>	409	Mokolo - Mora	469
<i>Yokadouma</i>	409	<i>Col de Koza</i>	470
Yaounde - Ngaoundere	410	<i>Djingliya</i>	470
<i>Route 1</i>	410	<i>Oudjilla</i>	472
<i>Route 2</i>	410	Mora	473
<i>Route 3</i>	413	Maroua - Waza-Nationalpark	475
Lokoti - Garoua Boulat	413	Parc National de Waza	475
<i>Garoua Boulai</i>	413	Waza - Kousseri	479
Ngaoundere	414	<i>Kalamaloue-Nationalpark</i>	479
		Kousseri	480
		<i>Logone Birni und Zina</i>	481
Ngaoundere -		Maltam - Tschad-See	482
Benoue-Nationalpark	423	<i>Blangoua</i>	484
Benoue-Nationalpark	425	<i>Auf dem Tschad-See zur Insel Kofia</i>	485
Benoue-Nationalpark -			
Bouba-Ndjida-Nationalpark	427		
<i>Tchollire</i>	428		
Bouba-Ndjida-Nationalpark	429	Sprache	488
Tchollire - Garoua	430	Glossar	493
<i>Rey Bouba</i>	430	Reise-Gesundheitsinformationen	494
Benoue-Nationalpark -		Literatur, Karten und	
Monts Alantika	432	Hintergrundinformationen	497
<i>Faro-Nationalpark</i>	433	Register	500
<i>Wanderungen in</i>		Fotonachweis	504
<i>die Alantika-Berge</i>	434	Die Autorinnen	504