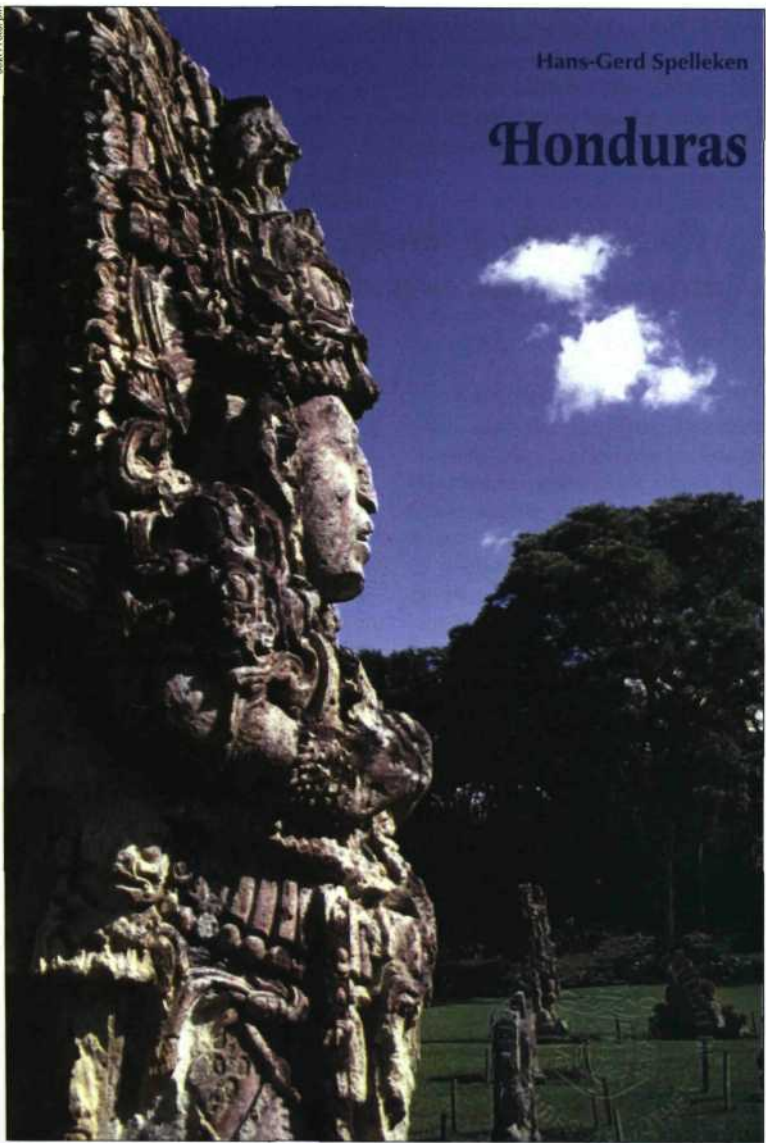


Hans-Gerd Spelleken

# Honduras



## Inhalt

Vorwort	7
Hinweise zur Benutzung	12

### Vor der Reise

Informationsstellen	17
Internet	17
Reisezeit	18
Anreise	18
Reiseveranstalter	22
Ein- und Ausreisebestimmungen	24
Diplomatische Vertretungen	26
Geld	26
Gesundheitsvorsorge	30
Mit Kindern unterwegs	33
Ausrüstung und Reisegepäck	34
Versicherungen	37

### Praktische Reisetipps A-Z

Austauschprogramme und Entwicklungszusammenarbeit	42
Autofahren	45
Einkaufen	48
Elektrizität	49
Essen und Trinken	50
Fahrradfahren	54
Feste und Feiertage	55
Frauen allein unterwegs	58
Informationsstellen in Honduras	59
Internetcafés	59
Maße und Gewichte	60
Medizinische Versorgung	60
Nachtleben	61
Öffnungszeiten	61
Orientierung	62
Post	63
Reise in die Nachbarländer	64
Sicherheit	68

Sport	71
Sprache	74
Telefonieren	76
Unterkunft	78
Verhaltenstipps	80
Verkehrsmittel	82
Zeitungen und Zeitschriften	85
Zeitunterschied	85

### Land und Natur

Klima und Geografie	88
Natur und Ökosysteme	93
Flora	98
Fauna	100

### Staat und Gesellschaft

Staatssymbole	118
Geschichte	119
Staat und Verwaltung	139
Medien	144
Wirtschaft	146
Tourismus	157

### Die Menschen

Bevölkerung	164
Religion	177
Sitten und Bräuche	181
Frauen in Honduras	182
Architektur	185
Literatur	189
Kunsthandwerk	193
Malerei	194
Musik und Tanz	195
Theater	198
Film	200
Bildungswesen	201
Gesundheitswesen	203

## **Tegucigalpa und Umgebung**

Tegucigalpa	208
Umgebung von Tegucigalpa	235

## **El Paraíso bis Las Manos**

Route und Überblick	244
Zamorano, Escuela Agrícola Panamericana	245
Yuscarán	248
Danlí	251
El Paraíso	252
Grenze zu Nicaragua in Las Manos	253

## **Pazifikküste am Golf von Fonseca**

Route, Überblick	254
Von Tegucigalpa zur Panamericana	257
Zur Grenze mit El Salvador	260
San Lorenzo und der Golf von Fonseca	261
Amapala und die Isla del Tigre	262
Pazifikstrand in Cedeño und Punta Ratón	267
Choluteca	268
San Marcos de Colón	272
Grenze nach Nicaragua: El Espino und Guasaule	273

## **Von Tegucigalpa zur Karibikküste**

Route und Überblick	275
Comayagua	277
Siguatopeque	284
Taulabé	286
Lago de Yojoa	286

Wasserkraftwerk El Cajón, Stausee Francisco Morazán	292
Pulhapanzak	292
Santa Bárbara	293
San Pedro Sula	295
Nationalpark Cusuco	311
Puerto Cortés	311

## **El Occidente: von Copán bis Marcala**

Überblick und Route	319
La Entrada	320
El Puente	322
Copán Ruinas	322
Zur Grenze mit Guatemala	345
Santa Rosá de Copán	345
Zur Grenze mit El Salvador und Guatemala	349
Gracias Lempira	351
La Esperanza	359
Marcala	363
Durch den Westen	365

## **Die Karibikküste zwischen Tela und Trujillo**

Überblick und Route	368
El Progreso	369
Tela	372
La Ceiba	380
Trujillo	396

## **Islas de la Bahía: Die Karibikinseln**

Überblick	404
Roatán	409
Guanaja	427
Utila	432
Cayos Cochinos	443

## Die Moskitia: von Palacios bis Puerto Lempira

Überblick	445
Palacios	450
Biosphärenreservat Río Plátano	456
Brus Laguna	459
Wampusirpi	461
Nationalpark Patuca, Tawahka-Reservat	468
Puerto Lempira	471

## Olancho: der wilde Osten

Überblick	473
Von Trujillo über Gualaco nach Tegucigalpa (Ostroute)	478

Von Trujillo, Tocoa oder La Ceiba nach Tegucigalpa (Westroute)	479
Juticalpa	480
Catacamas	481

## Anhang

Literaturhinweise	494
Glossar	496
<i>Kleine Sprachhilfe</i>	498
Pflanzen- und Tiernamen	503
Gesundheits-Informationen	
Honduras	508
Register	522
Kartenverzeichnis	527
Der Autor	528
Danksagung	528
Bildnachweis	528

## Abkürzungen

<b>AFE</b>	Forstbehörde	<b>IHAH</b>	Honduranisches Institut für Anthropologie und Geschichte
<b>Apdo. Postal</b>	Apartado Postal, Postfach	<b>IHT</b>	Tourismus-Institut
<b>Ave.</b>	Avenida, Straße	<b>Lps.</b>	Lempiras (Währung)
<b>Blvd.</b>	Boulevard	<b>N.</b>	Norden
<b>Bo.</b>	Barrio, Stadtviertel	<b>N. E.</b>	Nordosten
<b>C.</b>	Calle, Straße	<b>N. O.</b>	Nordwesten
<b>COHDEFOR</b>	Forstbehörde (auch AFE)	<b>NGO</b>	Non Government Organisation (Nicht-staatliche Organis.)
<b>Col.</b>	Colonia, Siedlung	<b>Res.</b>	Residencia (Siedlung)
<b>DZ</b>	Doppelzimmer	<b>S.</b>	Süden
<b>Ed.</b>	Edificio, Gebäude	<b>S. E.</b>	Südosten
<b>EZ</b>	Einzelzimmer	<b>S. O.</b>	Südwesten
<b>HONDUTEL</b>	Honduranische Telefongesellschaft		

## Exkurse

- Geografischer Überblick 16
  - HIV/Aids in Honduras -
    - eine Herausforderung für die Entwicklung 32
    - Die staatliche Entwicklungszusammenarbeit
      - der deutschen Bundesregierung mit Honduras 42
      - Fußball in Honduras 72
      - Das Spanisch in Honduras 75
        - Colectivos 84
        - Ameisenbären 106
        - Der „Fußballkrieg“ 132
      - Mit Menschenrechten gegen den Hunger -
        - Menschenrechtsorganisation FIAS in Honduras 136
        - Strandkoks 155
      - Honduras' Zukunft: Die Kinder 164
        - Hinein ins 21. Jahrhundert -
  - Indianische Bürgerrechtsbewegung auch in Honduras 167
    - Maras/Jugendbanden 178
    - Honduranische Musikinstrumente 196
      - Wächter des Kulturerbes -
    - das Instituto Hondureño de Antropología e Historia 218
      - Archäologischer Park Los Naranjos 288
    - Aufstieg und Fall der Maya von Copán 326
      - Die Verfluchung von Gracias 355
      - Die Töpferinnen von La Campa 358
        - Manatí - die Seekuh 396
    - Gefahren beim Baden, Schnorcheln und Tauchen 407
      - Tauchgründe vor Utila 435
  - Inselnaturschutz - Deutsche Hilfe für den Utila-Schwarzleguan 439
  - Ciudad Blanca - Weiße Stadt inmitten des Dschungels 452
    - Umweltschutz in Honduras:
      - ein gefährliches „Geschäft“ 464
    - Die Höhle der leuchtenden Schädel 488