Wissen zu Kamerun

Eine Reisewebseite lebt von Wissen. Im Fall von Kamerun sind die Quellen in deutscher Sprache knapp, obwohl Kamerun viele geschichtlichen Beziehungen zu Deutschland besitzt.

Desweiteren schreiben wir aktiv an Beiträgen. Kamerun ist ein Land, welches im Tourismus eine grosse Zukunft hat. Zum einen wollen wir aktiv die Projekte fördern, zum andern immer wieder Beiträge veröffentlichen
zu unserer Seite mit Beiträgen

Die GIZ hatte einst ein Länderinformationsportal zu Kamerun. Wir haben die Texte uns als PDF gesichert und teilweise auf der Webseite übernommen mit Urhebervermerk. Die Worddatei können Sie hier herunterladen

Länderportal KamerunHerunterladen
Hier die wesentlichen Informationen zum Alltag von Gudrun Riedel, mit acht Jahren Erfahrung in der Entwicklungsarbeit in Kamerun und Ruanda. Die Veröffentlichung der Länderinformationen auf unseren touristischen Seiten wurde mit der GIZ besprochen, weil das Länderportal abgeschaltet wurde.

Währung F CFA BEAC (XAF)

Wechselkurs 656 pro € (fester Wechselkurs)

Zeitzone UTC+1

Landesvorwahl (Telefon) 00237

Klima (für Hauptstadt) tropisches Höhenklima

Einreise- und Aufenthaltsbestimmungen

Das Auswärtige Amt hält Informationen zu den

Einreisebestimmungen Kameruns für die Einreise aus Deutschland bereit. Die Botschaft der Republik Kamerun bietet, im Falle der Fälle, Dokumente (Visaantrag) zum Herunterladen und aktuelle Visa- Informationen.

Wohnen und Versorgung

Preiswerte und qualitativ akzeptable Wohngelegenheiten in den Großstädten sind rar. Selbst in den Provinzstädten ist Wohnraum nicht sonderlich günstig zu bekommen, allerdings sind dort Häuser mit Hof bzw. Garten einfacher zu mieten.

Immobilien Yaoundé Immobilien Douala

Liste von staatlich anerkannten Immobilienmaklern

In Städten wie Douala oder Yaoundé ist die Versorgung vergleichbar mit europäischen Standards. Das Einkaufsangebot reicht vom Straßenverkauf fliegender Händler über den kleinen Stadtviertelmarkt bis zur großen Supermarktkette. Es gibt so gut wie alles! In kleineren Städten ist das Angebot beschränkter, auf dem Land gibt es, vor allem in den Nordprovinzen, nur auf den Wochenmärkten Güter des täglichen Bedarfs. Im Norden sind viele Produkte wegen des längeren Transportweges teurer, dies gilt für Importgüter, soweit diese nicht aus Nigeria stammen, aber auch für Obst- und Gemüsesorten, die aus dem Süden herantransportiert werden müssen. Von daher sind Angaben über Lebenshaltungskosten von vielen Faktoren abhängig.

Bei Strom und Wasser besteht nicht die gleiche Versorgungssicherheit wie in Deutschland, allerdings ist die Versorgungssicherheit regional sehr unterschiedlich ausgeprägt und auch jahreszeitabhängig.

Freizeitsportangebote reichen in den großen Städten von Kart-Sport über Reiten bis zum Golfen. Ansonsten verfügen viele Hotels oder Sportclubs über Swimming Pools oder Tennisplätze.

Mannschaftssportarten wie Handball oder selbstverständlich Fußball, werden allerorts betrieben und auch Jogger sind, vor allem in urbanen Gegenden, fast überall anzutre□en. Sportarten mit regionalen Schwerpunkten sind Wassersport an der Küste und Reiten im Norden Kameruns. Viele Gegenden Kameruns bieten sich für Wanderungen und Radfahren an. Generell ist Sport auch in Kamerun einer der besten Wege soziale Kontakte aufzubauen.

Kulinarisches

Die regionale Vielfalt des Landes spiegelt sich auf dem Teller bzw. in der Schüssel wieder. Jeder Kameruner,- und erst recht jede Kamerunerin, ist stolz auf die Besonderheiten der eigenen Küche. Nord und Süd, Küste und Binnenland, Bergland, Regenwaldregion und Savannengebiet, aber auch Stadt und Land, unterschiedliche Ethnien… – alle diese verschiedenen Einflüsse prägen Zutaten und Zubereitung der mannigfaltigen Gerichte, von denen hier nur eine kleine Auswahl genannt werden kann:

♦ «Beignets oder Ça va se savoir«, «Porc braisé avec Frites de Plantains«, «Poulet DG (Directeur Général)«,- charakterisieren die urbane Küche.

♦ «Kono Ngond (Mets de pistache)»«, «Ndole» (= kamerunischer «Klassiker»), «Poisson braisé à la camerounaise«,- haben ihre Heimat im Süden/Littoral.

♦ «Ndomba«, «Bobolo (Bâton de manioc)«, «Nnam Owondo (Pâte d'arachide)«,- stammen aus dem Zentrum.

♦ «Koki (Gâteau de haricot)«, «Nah Poh (Sauce jaune)», «Nkui» («Il faut aimer la personne qui l'a préparé pour le consommer»; Zitat H. Fotso),- stehen für die Westküche.

♦ «Bouillie de mil», «Kilichi«, «Brochettes de Soya«,- repräsentieren die Nordregion.

♦ «Waterfoufou, «Njama-Njama«, «Eru«,- sind unverkennbar anglophone Gerichte.

Und obwohl üppige Fleisch- oder Fischbeilagen in der Regel hochwillkommen sind, gibt es auch jede Menge Auswahl an rein vegetarischen Gerichten wie Sanga (Süden und Zentrum), Ekomba (Zentrum), Folong aux arachides (landesweit), ja sogar original kamerunisches «Fast Food» (vegetarisch!), bestehend aus Beignets, Bohnen («le Jaz[z]«) und Bouillie, ist inzwischen zu haben.

Auch hinsichtlich der Getränke muss sich niemand auf industrielle Softdrinks oder die zahlreichen kamerunischen Biersorten beschränken. Die Palette einheimischer Erfrischungsgetränke reicht von Kokosmilch über verschiedenste Fruchtsäfte (Orange, Mango, Ananas, Papaya, Guave, Stachelannone, Tamarinde) bis zu Hoyoro (Bissap), Kossam und Njinja. Und man kann über den Konsum von «Mangues sauvages«-Produkten, Früchte, Saft, Samen, zum Erhalt der Biodiversität beitragen.

Wer traditionelle alkoholische Getränke genießen möchte, kann zu Matango (Palmwein) oder Bilbil (Hirsebier) greifen. Videos und Audiobeiträge zum Thema:

Ndole

Die Kunst Nkui zuzubereiten und zu essen

Nah Poh (Sauce jaune) Matango (Palmwein) Bilbil (Hirsebier)

kamerunische Spezialitäten mit geschützten Herkunftsbezeichnungen: Oku White Honey und Poivre de Penja

Geld und Geldtransfer

Kameruns Währung ist der F(ranc) CFA BEAC (XAF) (Umrechnungstabelle), 1 Euro entspricht ca. 656 F CFA, 1000 F CFA entsprechen 1,52 Euro. Inzwischen gibt es in allen größeren Städten die Möglichkeit, Geld am Automaten abzuheben; dies ist in der Regel nur mit einer Kreditkarte möglich und hier ist Visa zu empfehlen. Geldtransfer ist oft teuer,

fehleranfällig und dauert u.U. auch einige Zeit. Hier lohnt sich der Vergleich.

Reisen, Transport und Verkehr

Grundsätzliches vorweg: Trotz staatlicher Bemühungen die touristische Infrastruktur des Landes auszubauen, ist Kamerun touristisch noch wenig entwickelt. Zwar verfügt Kamerun über viele kulturelle und landschaftliche Sehenswürdigkeiten, Tier- und Pflanzenwelt bergen zahlreiche Schätze, aber touristisches Reisen ist nicht einfach und wird, insbesondere wenn gewisse Komfort- und Bequemlichkeitsstandards vorausgesetzt werden, schnell auch sehr teuer. Hinzu kommen Schikanen durch Polizei und Zoll, Fotografierverbote, mangelnde Zuverlässigkeit bei Transportunternehmen, begrenzte Unterkunftsmöglichkeiten und mangelnder Service in der Hotellerie etc. In jedem Fall tragen Geduld, Verständnis, Stresstoleranz, Improvisationsvermögen und nicht zuletzt ein e□ektives Sicherheitsmanagement zum Gelingen der Reise bei.

Reisen mit dem Auto/Bus

Die Hauptverbindungen zwischen den Provinzhauptstädten sind asphaltiert, eine Ausnahme bildet (noch) die Süd-Nordverbindung nach Ngaoundéré. Die Straßenverbindungen zwischen kleineren Städten sind häufig unbefestigt, die Passierbarkeit ist damit stark witterungsabhängig.

Größere und kleinere Überlandbusse verkehren auf fast allen Strecken. Man findet sie in jeglicher Ausführung: vom Luxusliner über das verbreitete Taxi-brousse bis zum umgewidmeten PKW. Allerdings sollte bei der Auswahl des Transportunternehmens auf die Verkehrssicherheit der Fahrzeuge geachtet werden.

Der Straßenverkehr in Kamerun birgt viele Risiken: schlechter Straßenzustand, Fahrzeuge mit technischen Mängeln, unvorhersehbare Hindernisse auf und an den Straßen,

unberechenbare Reaktionen von Verkehrsteilnehmern, – um nur einige zu nennen. Schwere Verkehrsunfälle sind an der Tagesordnung, die Zahl der Verkehrstoten konnte aber in den letzten Jahren gesenkt werden, auch mit Hilfe staatlicher Maßnahmen.

Reisen mit dem Zug

Die wichtigste Zugverbindung führt von Douala über Yaoundé nach Ngaoundéré und stellt damit die einzige, mehr oder weniger zuverlässige Verkehrsverbindung von Süd nach Nord dar. Allerdings gibt es auch bei CAMRAIL immer wieder Schwierigkeiten mit unterspülten Gleisen oder Zugentgleisungen. Ein sehr schweres Eisenbahnunglück ereignete sich im Oktober 2016 bei Eseka, wodurch die Strecke Douala-Yaoundé für die (schnelleren) Inter City Züge für fast 4 Jahre lahm gelegt wurde.

Reisen mit dem Flugzeug

Binnenflüge werden momentan von der seit März 2011 wieder fliegenden staatlichen Gesellschaft, Cameroon Airlines Corporation bedient. Die notorisch klamme Fluggesellschaft hat 2016 ihre Europaverbindungen ausgesetzt und auch sonst ist der Flugplan schwer vorhersehbar. Flughäfen gibt es in Douala, Yaoundé, Ngaoundéré, Garoua, Maroua und seit neuestem auch in Bamenda. Allgemein sind Binnenflüge teuer und werden es mit Sicherheit bleiben.

Vor allem zu Beginn und am Ende der großen Ferien sind die Bus- und Zugverbindungen stark ausgebucht.

Sicherheit

Die Sicherheitslage in Kamerun hat sich innerhalb der letzten Jahre immer mehr verschlechtert. Die Zunahme der Gewaltbereitschaft, selbst bei Bagatelldiebstählen, ist erschreckend. Opfer sind auch Ausländer, vor allem aber die

einheimische Bevölkerung. Raubüberfälle auf Reisende durch «Coupeurs de routes» sind in vielen Regionen verbreitet. Überfälle bei Taxifahrten, in Restaurants oder Hotels kommen ebenfalls immer wieder vor. Vorsicht, vor allem bei nächtlichem Ausgang, ist selbst in kleineren Städten empfehlenswert.

Eine Zuspitzung der Sicherheitslage ist seit 2013 zu beobachten. In der Region Extrême Nord wurden mehrfach ausländische Staatsbürger durch Anhänger der nigerianischen Boko Haram entführt. Im Februar 2013 kam es auf der Strecke zwischen dem Waza-Nationalpark und N'Djaména zur Entführung von sieben französischen Touristen. Nachdem sie nach Nigeria verschleppt wurden, kamen sie im April 2013 wieder frei. Ein weiteres Entführungsopfer gab es im November 2013, diesmal ein französischer Priester, der in den Mandarabergen zwischen Mokolo und Mora arbeitete. Er wurde Ende 2013 freigelassen.

Anfang April 2014 wurden zwei italienische Priester und eine kanadische Nonne aus einer Kirchengemeinde ca. 20 km nordwestlich von Maroua entführt. Diese Fälle hatten zur Folge, dass die gesamte Region Extrême Nord zur «Zone rouge» erklärt wurde, westliche Staatsangehörige wurden aufgefordert, das Gebiet zu verlassen.

Auch vor Reisen in die anglophone Nordwest-Region wird auf Grund der aktuellen Lage massiv abgeraten. In etwas abgeschwächter Form gilt dies auch für die Regionen Südwest, Nord und Teile Adamaouas.

In letzter Zeit nahmen auch wieder Piratenüberfälle in der Bucht von Bonny zu. Mitte August 2019 war auch ein deutsches Frachtschi von Entführungen betro en. Deutschen Reisenden wird nahe gelegt sich bei der Krisenvorsorgeliste (Elektronische Erfassung von Deutschen im Ausland – Elefand) zu registrieren.

Zu den allgemeinen, landesweit durchgeführten

Sicherheitsvorkehrungen gehören Taschen- und Gepäckkontrollen bei Veranstaltungen oder bei Reisen mit ö□entlichen Verkehrsmitteln und Ausweiskontrollen auf den Überlandstraßen. In den anglophonen Krisenregionen sowie im Extrême- Nord wurde ein nächtliches Fahrverbot für Mototaxis eingeführt.

Weitere Hinweise bieten die:

Reise- und Sicherheitshinweise des Auswärtigen Amts

Reiseinformationen des US-State-Departments mit Kriminalität- und Sicherheitshinweisen Sicherheitshinweise des französischen Außenministeriums für Kamerun.

Gesund bleiben

Malaria ist in ganz Kamerun ein wichtiges Gesundheitsthema: in Nord und Süd, Tiefland und Hochland, Stadt und Land. Cholera tritt regelmäßig auf, meist im Norden des Landes. Ein Problem ist diese Krankheit für Menschen, die keinen Zugang zu sauberem Wasser haben. Polio flackert zwar immer wieder auf, wird aber aufgrund von Impfkampagnen seltener, Meningokokken-Meningitis tritt epidemisch im Norden während der Trockenzeit auf.

Im August 2014 wurden die Grenzen zu Nigeria geschlossen, um ein Übergreifen von Ebola auf Kamerun zu verhindern. Das Vorkommen des Virus in den Regenwäldern Kameruns ist schon seit längerem gesichert. Hinsichtlich des Infektionsschutzes gegen das Coronavirus SARS-CoV-2 gelten die inzwischen allgemein bekannten AHA-Regeln.

Eine medizinische Beratung im Vorfeld der Reise durch eine tropenmedizinische Beratungsstelle, insbesondere zu Impfungen und Malariaprophylaxe, ist zu empfehlen. Zumindest sollte man die aktuellen reisemedizinischen Informationen einholen, die aus unterschiedlichen Quellen zu bescha□en sind. Wichtig ist auch eine zweckmäßige Zusammenstellung der Reiseapotheke. Das

Einhalten allgemeiner gesundheitsförderlicher Verhaltensregeln ist angebracht und erspart Unannehmlichkeiten…

Interaktive Travel Risk Map

Telekommunikation, Internet

Die Landesvorwahl für Kamerun lautet 00237. Das Festnetztelefon (CAMTEL) verliert zunehmend an Bedeutung gegenüber den Mobiltelefonbetreibern (Orange, MTN, Nexttel, CAMTEL; GSM 900).

Öffentliche Telefone werden immer von Privat betrieben. Es gibt sie in verschiedensten Ausführungen: Téléboutique/Taxiphones (Festnetz und Mobil) oder auch die ganz einfache call box (Mobil). Die Kosten belaufen sich für Inlandsgespräche auf ca. 250 F CFA/min, für internationale Gespräche auf ca. 500 F CFA. Einerseits nimmt die Bedeutung des Internets ständig zu, andererseits ist das Internet in ländlichen Gegenden «fast» unerreichbar, der individuelle Internetzugang für die meisten Kameruner unerschwinglich und Frauen sind hinsichtlich der Nutzung dieser Technologie marginalisiert.

Internetverbindungen funktionieren in den Städten (meistens) recht gut, wenn auch langsam. Größere Städte verfügen über Internetcafés und auch die großen Hotels bieten Internetanschlüsse. Mobiles Internet ist auch in Kamerun ein Tarif-Dschungel.

Liste der Internet-Provider in Kamerun

Kurzübersicht zu Mobilfunk- und Festnetzbetreibern in Kamerun.

Adressen

Aktuelle Informationen zu Reise und Aufenthalt, kamerunischer Etikette:

YouTube Video des kamerunischen Tourismusministeriums Lonely Planet

Der Reiseführer Voyage Forum

Reiseforum «Le Routard» Expatblog

Kulturprofil Kamerun

Botschaft der Bundesrepublik Deutschland:

Nouvelle Route Bastos, Bastos Usine

B.P. 1160, Yaoundé

Telefon: (00237) 2221 0056 oder 2220 0566

Telefax: (00237) 2220 7313

In Notfällen: Telefon: (00237) 7770 0705 oder 9950 0766

Telefonnummern Garoua, Yaoundé, Douala:

Polizei: 17

Gendarmerie: 13 für Festnetz; 113 für Mobiltelefon

Rund um Kultur, Geschäftliches u.a.:

Goethe-Institut Kamerun – Yaoundé; Seite mit vielen Künstler-Projekten u.a. Corona Chroniken AfroPort, Portal für Kunst, Kultur und Business

DAFRIG, Kamerunseite der Deutsch-Afrikanischen Gesellschaft

Club des Amis d'Allemagne (Verein zur Förderung der deutsch-kamerunischen Wirtschaftsbeziehungen) – Douala

Koordinationsbüro Kamerun-Deutschland (Dachverband der in Kamerun aktiven Alumni- Organisationen)

Challenge Camerounais (Deutsch-Kamerunische Plattform) – Hamburg

Mont Cameroun (Zeitschrift zu Deutsch-Afrikanischen interkulturellen Studien) – Université de Dschang

Verein der Kameruner im Rheinland