

hans-gerd spelleken

REISE
Know-How

honduras

handbuch für individuelles entdecken

empfohlen von



Das komplette Handbuch für individuelles Reisen und Entdecken auch abseits

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
Kunsth Handwerk	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 Paraiso 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
Siguatepeque	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

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

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
Kleine Sprachhilfe	498
Pflanzen- und Tiernamen	503
Gesundheits-Informationen	
Honduras	508
Register	522
Kartenverzeichnis	527
Der Autor	528
Danksagung	528
Bildnachweis	528

Abkürzungen

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

Praktische Reisetipps A-Z



Austauschprogramme und Entwicklungszusammenarbeit

In Landwirtschaft, Gewerbe und Dienstleistung erreichen honduranische Unternehmen nur gut 50% der durch-

schnittlichen Produktivität ihrer zentralamerikanischen Nachbarn. Organisationsverhalten und Umwelt bremsen in Honduras häufig den Erfolg von engagierten Initiativen.

Dies bedeutet einerseits, dass die Arbeit und Unterstützung von freiwillig in Honduras tätigen Ausländern sehr

Die staatliche Entwicklungszusammenarbeit der deutschen Bundesregierung mit Honduras

Seit der sogenannten Millenniumserklärung – einer im Jahre 2000 von 189 Entwicklungs- und Industrieländern geschlossenen Vereinbarung – orientiert sich die internationale Zusammenarbeit an acht definierten **Millenniumsentwicklungszielen**. Diese behandeln Bereiche wie Gesundheit, Bildung, Gleichberechtigung und Umwelt und sollen bis zum Jahr 2015 gemeinsam erreicht werden.

Übergeordnetes Ziel aller Entwicklungsmaßnahmen ist die **Armutsreduzierung**. Entwicklung wird als ein nachhaltiger Prozess gesehen, wobei „nachhaltig“ in erster Linie den Ausgleich ökologischer, ökonomischer und sozialer Interessen meint.

Als eines der ärmsten Länder Lateinamerikas mit einer erheblichen Schuldenlast, nahm Honduras an der „**Initiative zur Reduzierung der Schuldenlast der hoch verschuldeten armen Länder**“ (HIPC) teil. Im April 2005 wurde der so genannte Vollendungszeitpunkt erreicht, was einen Schuldenerlass von ca. einer Milliarde US-Dollar bedeutete. Die nationale Armutsminderungsstrategie wurde im September 2001 fertiggestellt.

Seit 2001 ist Honduras **Schwerpunktland der deutschen Entwicklungszusammenarbeit (EZ)**. Bei den Regierungsverhandlungen zwischen Honduras und Deutschland wurden im November 2006 von deutscher Seite aus 26 Mio. Euro für fi-

nanzielle und technische Zusammenarbeit zugesichert (es wird alle 2 Jahre verhandelt). Das *Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (BMZ)* verhandelt mit der honduranischen Regierung über Inhalte, Ziele und gegenseitige Verpflichtungen der Zusammenarbeit und (ko)finanziert die fünf Durchführungsorganisationen der deutschen staatlichen EZ (*KfW, GTZ, DED, InWEnt* und *CIM*). Diese arbeiten auf Grundlage der nationalen Armutsminderungsstrategie in den Bereichen Bildung, „Schutz und nachhaltige Nutzung natürlicher Ressourcen“ und „Nachhaltige Wirtschaftsentwicklung“. Querschnittsaufgaben sind „Gender“, womit in diesem Fall die Gleichberechtigung der Geschlechter gemeint ist, sowie „Dezentralisierung“.

Kurz nach Hurrikan *Mitch* wurde mit deutscher Beteiligung die **Gebergruppe G 16** gegründet, welche mittlerweile die honduranische Regierung bei der Umsetzung der nationalen Armutsminderungsstrategie berät.

Die **Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW)** ist für die finanzielle Zusammenarbeit zuständig und beteiligt sich aktuell gemeinsam mit anderen Geberorganisationen an der *Education For All/Fast Track Initiative* und an der allgemeinen Budgetfinanzierung, welche die honduranische Regierung bei der Umsetzung der nationalen Armutsbekämpfungsstrategie unterstützt.

sinnvoll ist, wenn diese eine gute Ausbildung und einschlägige praktische Erfahrungen mitbringen. Es heißt zugleich aber, dass die Fähigkeiten und Fertigkeiten Freiwilliger nur eingebracht werden können, wenn diese zunächst das Umfeld in Honduras eingehend kennen lernen und dann noch genü-

gend Zeit haben, ihr Know-how allmählich zu übertragen. Dies erfordert eine Aufenthaltsdauer von zwei bis drei Jahren. Absolutes Minimum ist ein Jahr, darunter hat ein Einsatz in Honduras für niemanden einen Sinn.

● **Internationaler Christlicher Jugendaustausch (ICJA)**, Stralauer Allee 20E, 10245

Die technische Zusammenarbeit wird von der **Deutschen Gesellschaft für technische Zusammenarbeit (GTZ)** durchgeführt, welche vor allem auf nationaler Ebene berät und aktuell ihre Programme „Stärkung der Bildungs- und Sozialpolitik“, „Förderung nachhaltiger Ressourcennutzung und lokale wirtschaftliche Entwicklung“ sowie „Einkommens- und Beschäftigungsförderung“ umsetzt.

Für die personelle Zusammenarbeit sind der **Deutsche Entwicklungsdienst (DED)** und das **Zentrum für Internationale Migration (CIM)** zuständig. *CIM* vermittelt in Zusammenarbeit mit der *GTZ* und der *Agentur für Arbeit* deutsche Expert/inn/en an honduranische, meist staatliche Organisationen. Der *DED* arbeitet hauptsächlich auf lokaler Ebene, in den Schwerpunktbereichen „Umwelt, Lokale Wirtschaftsentwicklung inklusive Wertschöpfungsketten und *Public Private Partnership*“ sowie „Umsetzung der nationalen Armutsminderungsstrategie/Förderung der Zivilgesellschaft“. Die letztgenannte Maßnahme befindet sich außerhalb der Schwerpunktsbereiche. Im Schnitt beraten 12–14 Fachkräfte plus 2–4 *Young Professionals* honduranische Partnerorganisationen in Tegucigalpa, sowie im Osten und Westen (ärmste Region) des Landes. Darüber hinaus finanziert der *DED* zehn einheimische Fachkräfte bei nationalen Partnerorganisationen.

InWEnt – Internationale Weiterbildung und Entwicklung GmbH betätigt sich mit länderübergreifenden Programmen vor allem auf dem Gebiet des *Capacity Building*. Durch strategische Personalentwicklung, Dialogmaßnahmen sowie Netzwerkarbeit (insbesondere *Alumni*) und Fortbildungen wird in Honduras im Erfahrungsaustausch mit den anderen zentralamerikanischen Ländern z.B. die Qualifizierung kommunaler Autoritäten im Umweltmanagement unterstützt sowie im Schwerpunkt Bildung werden regionale Programme zur Lehrerfortbildung und Friedenspädagogik angeboten.

Weiterführende Informationen unter:

- **Millenniumsziele:** www.bmz.de
- **Zusammenarbeit zwischen Deutschland und Honduras:** www.bmz.de/de/laender/partnerlaender/honduras/
- **GTZ in Honduras:** www.gtz.de/de/weltweit/lateinamerika-karibik/634.htm
- **DED – Zentralamerika:** <http://centroamerica.ded.de>
- **InWEnt – Zentralamerika:** www.inwent.org/themen_reg/regionen/mittelamerika/index.de.php
- **Autorin:** *Jana Rauch*, Geografin M.A., ist von 2006–2007 für den *DED* in Honduras tätig gewesen.

Berlin, Tel. 030-2123-8252, Fax 030-2123-8253, www.icja.de.

Bietet besonders sinnvolle Austauschprogramme mit Lern- und Arbeitscharakter sowie professioneller Partnerwahl; die Aufenthaltsdauer beträgt ein Jahr. Vermitteln auch Stellen für Zivildienstleistende.

● **InWEnt – Internationale Weiterbildung und Entwicklung gGmbH**, Friedrich-Ebert-Allee 40, 53113 Bonn, Tel. 228-44600, Fax 228-44601766 (Hauptsitz).

InWEnt ist ein weltweit tätiges Unternehmen für Personalentwicklung, Weiterbildung und Dialog. *InWEnt's* „Capacity Building“-Programme richten sich an Fach- und Führungskräfte aus Politik, Verwaltung, Wirtschaft und Zivilgesellschaft und werden zum großen Teil im Auftrag des *Bundesministeriums für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (BMZ)* durchgeführt. Darüber hinaus bietet *InWEnt* für deutsche Auszubildende und junge Berufstätige, Studenten und Absolventen sowie Fachkräfte der Berufs- und Erwachsenenbildung vielfältige Austausch- und Stipendienprogramme.

● **Carl-Duisberg-Gesellschaft e.V.**, Lützowufer 6–9, 10785 Berlin, Tel. 030-254820, Fax 030-25482204, www.asa-programm.de.

● **Deutscher Entwicklungsdienst (DED)**, Tulpenfeld 7, 53113 Bonn, Tel. 0228-2434-0, Fax 2434-111, www.ded.de.

Bietet langfristige Verträge für Honduras, und zwar für geeignete Personen mit soliden Fachkenntnissen sowie Berufserfahrung in Bereichen der Selbsthilfeorganisation, des Ressourcenmanagements, der Betriebswirtschaft, Organisationsentwicklung und Dezentralisierung und anderen, siehe Stellenausschreibungen auf der Website

● **AHEXA**, Kontakt über *Estela Dominguez*, ahexa_honduras@yahoo.com.

Der deutsch-honduranische Verein ehemaliger *InWEnt*-Stipendiaten, die in Deutschland studiert haben.

Parallel zur Vereinigung *AHEXA*, existiert das *InWEnt Alumni Netzwerk RE@L*, mit Ansprechpartnern in Honduras. Information über: www.red-latinalemana.net.

● **KfW Bankengruppe**, Palmengartenstraße 5–9, 60325 Frankfurt am Main, Tel. 069-74310, Fax 069-74312944.

● **KfW Entwicklungsbank**, Tel. 069-74314260, Fax 069-74313363, www.kfw-entwicklungsbank.de.

Die *KfW Entwicklungsbank* ist eine Durchführungsorganisation der Bundesregierung im Bereich der Finanziellen Zusammenarbeit (FZ). Die *KfW* finanziert Vorhaben mit einer bedarfsgerechten Mischung aus Zuschüssen, zinsgünstigen Krediten mit langer Laufzeit, Darlehen zu marktnahen Konditionen oder Beteiligungen. Generell werden Darlehen zur Finanzierung von Entwicklungsprojekten zu besonderen, international vereinbarten Konditionen vergeben. Schwach entwickelte Länder, die *Least Developed Countries (LDC)*, erhalten Gelder, die nicht zurückgezahlt werden müssen. Aber auch Länder, die besser dastehen, können für besondere Vorhaben Zuschüsse bekommen. Das gilt vor allem für Projekte, die dem Umweltschutz oder dem Kampf gegen Armut dienen.

● **DEG – Deutsche Investitions- und Entwicklungsgesellschaft mbH**, Belvederestraße 40, 50933 Köln, Postfach 45 03 40, Tel. 0221-4986-0, Fax 0221 49861290, www.deginvest.de.

Die *DEG*, ein Unternehmen der *KfW Bankengruppe*, finanziert und strukturiert Investitionen privater Unternehmen in Entwicklungs- und Schwellenländern. Sie ist eines der größten Entwicklungsfinanzierungsinstitute für die Förderung der Privatwirtschaft.

● Seit Mai 2008 gibt es in Honduras ein so genanntes „**Deutsches Haus**“, Residencial La Cumbre, Bloque D, Casa No. 1, Tegucigalpa, in dem die deutschen Durchführungsorganisationen der Entwicklungszusammenarbeit, die *GTZ*, *KfW* und der *DED* untergebracht sind. Postanschrift: *GTZ*-Büro Tegucigalpa, Apartado Postal No. 3739, Tegucigalpa, Tel. 504-2355251, Fax 504-2355253, gtz-honduras@hn.gtz.de.

DED-Büro Tegucigalpa, Apartado Postal No. 6536, Tegucigalpa, Tel. 232-0789, Fax 232-0723, hnd@ded.de.

KfW Büro Honduras, Tegucigalpa, Tel. 231-1998/-1466, kfw.tegucigalpa@kfw.de.

● **Deutsche Gesellschaft für Technische Zusammenarbeit (GTZ) GmbH**, Dag-Hammarskjöld-Weg 1–5, 65760 Eschborn, Tel. 06196-79-0, Fax 79-1115, www.gtz.de.

Berät in Honduras verschiedene Partnerinstitutionen oder unterstützt diese bei der Durchführung von Projekten und Aktivitäten.

● Ebenfalls aktiv in Honduras ist das **Centrum für internationale Migration und Entwicklung (CIM)**, Mendelssohnstr. 75-77, 60325 Frankfurt am Main, Tel. 069-719121-0, Fax 069-719121-19, cim@gtz.de.

CIM vermittelt erfahrene, hochqualifizierte Fach- und Führungskräfte an Arbeitgeber in den Partnerländern sowie auch hochqualifizierte Nachwuchsfachkräfte. Aufgrund der schwierigen institutionellen Rahmenbedingungen ist CIM in Honduras nur mit einem kleinen Programm aktiv.

● **Friedrich-Ebert Stiftung (FES)**, Referat Lateinamerika und Karibik, Godesberger Allee 149, 53175 Bonn, Tel. 0228-883533, Fax 0228-883404, www.fes.de.

Leistet vor allem im sozialen und politischen Bereich Unterstützung.

In Honduras: Residencial El Trapiche, 2da. Etapa, Calle Principal, Bl. „I“, Casa no. 6, Tegucigalpa, Tel. 235-2002/235-2471, Fax 235-247, www.fesamericacentral.org.

● **Cuerpo de Paz (Peace Corps)**, www.peacecorps.gov

Die US-amerikanische Organisation schickt weltweit Freiwillige in Entwicklungsländer, wo sie in sozialen Bereichen Unterstützung leisten. In Honduras befindet sich die größte Anzahl von Freiwilligen dieser Organisation überhaupt. Es handelt sich vorwiegend um junge Menschen, die gerade ihr Universitätsstudium beenden haben. Sie leben zwei Jahre in kleinen, armen Dörfern und sind vollständig in die Dorfgemeinschaften integriert. Da sie über das ganze Land verteilt sind, und die jeweiligen Regionen gut kennen, lohnt es sich, nach den Peace-Corps-Freiwilligen zu fragen, denn sie haben sicherlich auch ein paar gute Touristen-Tipps (Touren, Sehenswertes etc.) parat.

● **Honduranisch-Deutsche Industrie- und Handelskammer (Cámara de Comercio e Industria Hondureño-Alemana)**, Ave. La Paz, Ed. Plaza del Sol, 2 piso, Tegucigalpa, Tel. 238-5363, Fax 238-5371, www.deinternational.com.hn.

Ansprechpartner, um sich nach einem Praktikum in Honduras zu erkundigen.

● **Speleken Association**, Zum Simmig 13, 63755 Alzenau, Tel. 06023-503288, Fax 503289, www.spelekenassociates.de.

Betreut deutsche Firmengründer und Investoren in Entwicklungsländern und ist auf Honduras spezialisiert.

● **Centro de Negocios Hondureño-Alemán**, Ed. Huezco González, 3 piso, gegenüber *Droguería Mandofer*, Col. Alameda, Tegucigalpa, Tel. 228-1452, 987-5609, Fax 230-6044, www.centrodenegocioshonduras.com.

Unterstützt die Kooperation zwischen honduranischen und europäischen Unternehmen.

● Darüber hinaus sind viele Nichtregierungsorganisationen und kirchliche Organisationen in Honduras tätig. Einen Überblick über wichtige deutsche Organisationen gibt z.B. die Website von **VENRO**. **VENRO** ist ein freiwilliger Zusammenschluss von rund 100 deutschen Nichtregierungsorganisationen (*NRO*), www.venro.de. Unter Mitgliedschaft kann man die Organisationen nach ihrem Engagement in den verschiedenen Ländern, so auch Honduras, auswählen.

● Des Weiteren sind auch viele **kirchliche Organisationen** in Honduras tätig, wie z.B. *Misereor* (www.misereor.de), der Evangelische Entwicklungsdienst (www.eed.de) oder *Brot für die Welt* (www.brot-fuer-die-welt.de), um nur ein paar zu nennen.

● Interessante Projekte in Honduras macht auch die Umweltorganisation **atmosfair**, die CO²-Emissionenzertifikate weltweit in Projekte umwandelt (www.atmosfair.de).

Autofahren

Ein Auto ist in Honduras so teuer wie in Europa, also im Verhältnis zum Einkommen um ein Vielfaches wertvoller. Entsprechend unfallvermeidend fährt die motorisierte Bevölkerung. Nicht das Vorrecht zählt, sondern die Furcht vor dem größeren und stärkeren Verkehrsteilnehmer. Der Mensch ist leider zweitrangig. Erst im letzten Moment –

Register

A

Abkürzungen 11
 Adapter 49
 Adressen 62
 Agua Caliente 342
 Ahuas 460
 Aids 32
 Air Pass 22
 Amapala 262
 Ameisenbären 106
 Amphibien 102
 Analphabeten 164
 Anreise 18
 Apotheken 61
 Arbeitslosenquote 146
 Archäologischer Park Los Naranjos 288
 Architektur 185
 Ärzte 60
 Ausgrabungen von Copán 323
 Ausrüstung 34
 Austauschprogramme 42
 Autofahren 45
 Automobilclub 48
 Autovermietung 232

B

Bajamar 315
 Balneario El Manzanal 365
 Balneario Las 3 Jotas 358
 Balneario Villas de Ada 358
 Balnearios 489
 Bananenrepublik 130
 Banken 61
 Bargeld 27
 Baronessa 82
 Batiltuk 456
 Bekleidung 34
 Belén 456
 Belize 65
 Benutzung 12
 Bergnebelwald 95
 Besiedlung 124, 165
 Bestechlichkeit 140
 Bevölkerung 164
 Bier 52
 Bildungswesen 201
 Biosphärenreservate 112
 Botschaften 26
 Bräuche 181

Briefe 63
 Briten 127
 Brus Laguna 459
 Buchung, Flug 22
 Busse 82
 Busverbindungen 65

C

Callejas, Rafael Leonardo 137
 Canopy 394
 Capiro y Calentura 402
 Catacamas 481
 Cayos Cochinos 443
 Cedeño 67
 Celaque-Nationalpark 356
 Centro Cultural Alemán 222
 Cholera 31
 Choluteca 268
 Chortí 166
 Ciudad Blanca 452
 Cocobila 456
 Colectivos 84
 Comayagua 277, 365
 Comayagüela 209
 Comedor 53
 Copán Ruinas 322
 Corquín 349
 Costa Rica 65
 Coxen Hole 422
 Cuero y Salado 395
 Cusuco-Nationalpark 311

D

Danlí 251
 Demokratie 132
 Dengue-Fieber 31
 Departamentos 140
 Deutsches Kulturzentrum 222
 Diptherie 510
 Diplomatische Vertretungen 26
 Dokumente 24, 69
 Drogen 155

E

EC-Karte 27
 Einkaufen 48
 Einreisebestimmungen 24
 Einwohner 164
 El Boquerón 489
 El Cajón 292
 El Espino 273

El Florido 345
 El Hatillo 241
 El Occidente 319
 El Paraíso 244, 252
 El Picacho 215
 El Progreso 369
 El Puente 322
 El Rosario 239
 El Salvador 66, 260, 349
 El Triunfo 274
 Elektrizität 49
 Energie 153
 Entwicklungszusammenarbeit 42
 Eroberung 124
 Escuela Agrícola 245
 Essen 50
 Euro 27
 Exkurse 10
 Export 147

F

Fahrradfahren 54
 Familienfeste 182
 Fauna 100
 Fax 77
 Feiertage 55
 Fernsehen 145
 Feste 55
 Feuer 77
 Film 200
 Fische 101
 Flagge 118
 Fledermäuse 112
 Flora 98
 Flores, Carlos 138
 Flower Bay 421
 Flug 20
 Flug, Inland 82
 Flug, Nachbarländer 64
 Flug-Know-how 19
 Forstwirtschaft 156
 Fotoausrüstung 36
 Fotografieren 81
 Francisco-Morazán-Stausee 292
 Frauen unterwegs 58
 Frauen, honduranische 182
 Fremdenverkehrsamt 17
 French Harbour 422
 Führerschein 47
 Fußball 72
 Fußballkrieg 132

G

Garífuna 171
 Garífuna-Museum 376
 Gastronomie 52
 Geld 26, 70
 Geografie 88
 Geografischer Überblick 16
 Gepäck 19, 34, 70
 Gerichte 50
 Geschäfte 49, 62
 Geschichte 119
 Geschützte Gebiete 112
 Gesundheits-Informationen 508
 Gesundheitssystem 60
 Gesundheitsvorsorge 30
 Gesundheitswesen 203
 Getränke 52
 Gewichte 60
 Glossar 496
 Golf 73
 Golf von Fonseca 254, 261
 Gracias Lempira 351
 Gualaco 478
 Gualala 295
 Guanaja 427
 Guasaule 274
 Guatemala 65, 345
 Guerrillakrieg 144
 Güinope 248

H

Hahnenkampf 74
 Handeln 49
 Handy 78
 Hepatitis 510
 HIV 32
 Höhle der leuchtenden Schädel 488
 Höhlen von Talgua 489
 Honduras im Überblick 88
 Hostales 79
 Hotels 78
 Hotels, Tegucigalpa 223
 Hunger 147
 Hygiene 32
 Hymne 118

I, J

IHT 59
 Ilima 295
 Impfungen 30, 508
 Indianische Bürgerrechtsbewegung 167

Indianische Verbände 177
 Indianischer Widerstand 127
 Industrie 149
 Informationsstellen 17, 59
 Inlandsflüge 82
 Inseln, Karibik 404
 Internet 17
 Internetcafés 59
 Isla del Tigre 262
 Islas de la Bahía 404
 Jugendbanden 178
 Junco-Genossenschaften 295
 Jutiapa 241
 Juticalpa 480

K

Kaffee-Ernte 343
 Karibikinseln 404
 Karibikküste 275, 368, 445
 Karneval 55
 Karten 35
 Keramik 193
 Kinder 33, 164
 Kindermuseum „El Pequeño Sula“ 301
 Kindermuseum Chiminike 221
 Kirche 180
 Kleidung 34
 Klima 88
 Kokain 155
 Kolonialisierung 123
 Kolonialstil 185
 Kolumbus 124
 Kongress 139
 Konsulate 26
 Korallenriff 98, 158, 406
 Krankenhäuser 60
 Krankenversicherung 204
 Krankenwagen 60
 Krankheiten 30, 508
 Krausirpe 470
 Kreditkarte 27, 70
 Kreuzfahrtschiffe 267
 Krokodile 102
 Kultur 221
 Kulturerbe 218
 Kulturzentrum, Deutsches 222
 Kunst 194
 Kunstgalerien 222
 Kunstgewerbemarkt Guamilito 301
 Kunsthandwerk 193

L

La Campa 359
 La Ceiba 380
 La Entrada 320
 La Esperanza 359
 La Merced 216
 La Muralla Nationalpark 479
 La Nueva Esperanza 486
 La Paz 365
 La Pintada 344
 La Tigra 239
 La Unión 479
 Lago de Yojoa 286
 Laguna de Cacao 395
 Laguna de Caratasca 471
 Laguna de Ibans 453
 Lagune Guaimoreto 403
 Lancetilla 376
 Landkarten 35
 Landverbindungen 65
 Landwirtschaft 154
 Las Manos 253
 Las Marias 456
 Las Sepulturas 338
 Lebenserwartung 164
 Lederschildkröten 455
 Leguane 102
 Lempira 28
 Lenca 170
 Literatur 189
 Literaturhinweise 494
 Los Naranjos 288

M

Macaw Mountain Naturpark 343
 Mahlzeiten 53
 Malaria 30, 509
 Malerei 194
 Manatí 396
 Mangroven 97
 Maras 178
 Marcala 363, 365
 Marimba 195
 Maße 60
 Maya 123, 166, 322, 326
 Medien 144
 Medizinische Versorgung 60
 Meeresschildkröten 102
 Menschenrechte 136
 Mentalität 80, 181
 Mercado San Isidro 215

Mestizen 166
 Mexiko 128
 Miami 378
 Mietwagen 232
 Militär 142
 Miskito 173
 Mobiltelefon 78
 Montaña de Yoro 371
 Morazán 371
 Moskitia 445
 Motels 79
 Mountainbikes 55
 Museen 217
 Museo del Hombre 220
 Museo La Casa Galeano 351
 Museo para la Identidad Nacional 220
 Museum der Militärgeschichte 220
 Museum der Republik 218
 Musik 195
 Musikinstrumente 196

N

Nachbarländer 64
 Nachtleben 61
 Nationalflagge 118
 Nationalgalerie 217
 Nationalhymne 118
 Nationalmuseum 219
 Nationalpark Montaña de Yoro 370
 Nationalpark Celaque 356
 Nationalpark Cusuco 311
 Nationalpark La Muralla 479
 Nationalpark La Tigra 239, 241
 Nationalpark Monte Cristo 350
 Nationalpark Patuca 468
 Nationalpark Pico Bonito 391
 Nationalpark Pico Pijol 371
 Nationalpark Santa Bárbara 295
 Nationalpark Sierra de Agalta 490
 Nationalparks 80, 112
 Nationalsymbole 119
 Natur 93
 Naturmedizin 203
 Naturschutzgebiete 108, 112
 Notrufnummern 77
 Nueva Ocotepeque 349

O

Oak Ridge 424
 Occidente 319
 Öffnungszeiten 61

Ojojona 257
 Ökosysteme 93
 Olancho 473
 Omoa 315
 Orchideen 98
 Orchideenpark 343
 Orientierung 62

P, Q

Pakete 64
 Palacios 450
 Panamericana 208, 245
 Papageien 104
 Parlament 139
 Parque La Leona 215
 Parteien 143
 Patronatsfeste 56
 Patuca-Nationalpark 468
 Pazifikküste 254
 Pesch 172
 Pespire 258
 Pferde-Rodeo 74
 Pflanzen 98
 Pflanzennamen 503
 Pico-Bonito-Nationalpark 391
 Pico-Pijol-Nationalpark 371
 Pimienta 466
 Pinakothek 220
 Playa Negra 264
 Plaza La Merced 214
 Polizei 71, 77
 Port Royal Park and Wildlife Refuge 425
 Post 63
 Präsident 139
 Preise 29
 Puerto Cortés 311
 Puerto Lempira 471
 Pulhapanzak 292
 Pulperías 62
 Punta Ratón 267
 Quetzal 103

R

Radio 145
 Rafting 344
 Raistá 455
 Regenwald 93, 156, 445
 Regenzeit 18, 89
 Reina, Carlos Roberto 137
 Reisebüros 22
 Reisekasse 27

Reisepass 24
 Reiseplanung 18
 Reiseschecks 27
 Reiseveranstalter 22
 Reisezeit 18
 Reiten 73
 Religion 177
 Reptilien 102
 Reservate 112
 Restaurants 52
 Río Cangrejal 393
 Río Cuyamel 459, 475
 Río Plátano 456, 459
 Roatán 409
 Romane 190

S

Sabanagrande 258
 Sala Bancatlán 220
 Sambo Creek 394
 Sammeltaxis 84
 San Antonio 246
 San Esteban 478
 San José de Colinas 295
 San Juan 378
 San Juancito 239
 San Lorenzo 261
 San Marcos de Colón 272
 San Pedro Sula 295
 Sandy Bay 411
 Santa Bárbara 293
 Santa Lucía 235
 Santa Rosá de Copán 345
 Schiffsverbindungen 67
 Schildkröten 102
 Schlangen 102
 Schmetterlingshaus 343
 Schulen 201
 Seekuh 396
 Sicherheit 68
 Sicherheitslage 71
 Sierra de Agalta Nationalpark 490
 Siguatopeque 284
 SINAP 112
 Sitten 181
 Snaps 251
 Souvenirs 48
 Spanier 123
 Spanisch 75, 498
 Speisen 50
 Spirituosen 52

Sport 71
 Sprache 74
 Sprachhilfe Spanisch 498
 Sprachhilfe, Moskitia 448
 Staat 139
 Staatssymbole 118
 Stadtverkehr 83
 Stausee Francisco Morazán 292
 Strandkoks 155
 Straßen 48, 62
 Strom 49
 Sumu Tawahka 175
 Supermärkte 62
 Swinford Park 394

T

Tanken 47
 Tanz 195
 Tauchen 72, 406, 434
 Tauchgründe 435
 Tauchschulen 408
 Taulabé 286
 Tawahka 176, 468
 Taxis 84
 Tegucigalpa 208
 Tela 372
 Telefonieren 76
 Tennis 73
 Theater 198
 Tiernamen 504
 Tierwelt 100
 Toiletten 32
 Tollwut 510
 Töpferwaren 193
 Tornabé 378
 Touren 36
 Tourismus 157
 Tourismus-Institut 59
 Trans-Fair 156
 Travesia 315
 Trekking 36, 71, 266
 Triunfo de la Cruz 378
 Trockenzeit 18, 92
 Tropfsteinhöhlen 286
 Trujillo 396
 Tukane 104
 Typhus 510

U

Überlandbusse 82
 Uhrzeit 85

Umweltschutz 464
 Unabhängigkeit 128
 Unfälle 47
 Universitäten 203
 Unterkunft 78
 US-Dollar 27
 Utila 432, 439

V

Valle de Angeles 237
 Verhalten 80, 181
 Verkehrsmittel 82
 Verkehrsschilder 46
 Versicherungen 37
 Verwaltung 139
 Virgen de los Dolores 216
 Vögel 103
 Vorwahl 76

W

Währung 26
 Walb Ulban Tara 458

Walp Ulban Sirpi 458
 Wampusirpi 461
 Wanderungen 71
 Wappen 118
 Wasserkraftwerk El Cajón 292
 Weiße Stadt 452
 Weiterreise 64
 West Bay 419
 West End 413
 Widerstand, indianischer 127
 Wildreservat Punta Izopo 378
 Wirtschaft 146

Y, Z

Yojoa-See 286
 Yoro 370
 Yuscarán 248
 Zamorano 245
 Zeitungen 85, 145
 Zeitverschiebung 85
 Zollbestimmungen 24
 Zeitunterschied 85

Kartenverzeichnis

Catacamas482
 Comayagua278
 Copán331
 Copán, Osten um321
 Copán Ruinas325
 Departamentos140
 East Harbour
 (Utila Town)436
 El Paraíso245
 Gracias Lempira352
 Guanaja428
 Juticalpa480
 Karibikküste370
 La Ceiba381
 Los Naranjos NP289
 Moskitia446
 Naturschutzgebiete108
 Ökosystem 92
 Olancho474
 Omoa317

Palacios451
 Patuca-Nationalpark469
 Pazifikküste255
 Puerto Cortés312
 Roatán408
 Roatán, West End414
 San Pedro Sula296
 Santa Bárbara294
 Santa Rosá de Copán346
 TegucigalpaUmschlag vorn
 Tegucigalpa,
 Umgebung236
 Tegucigalpa –
 Karibikküste276
 Tela373
 Trujillo399
 Utila433
 Utila Town
 (East Harbour)436
 Yojoa-See287