



Vorwort	13
Reisehöhepunkte	14
Das Wichtigste in Kürze	16

LAND UND LEUTE 18

Kenia: Zahlen und Fakten	20
--------------------------	----

Geographie und Umwelt	21
Der Große Grabenbruch	21
Berge und Täler	22
Küste	24
Klima und Reisezeit	24
Vegetation und Tierwelt	27
Naturschutzgebiete	29

KWS-Nationalparks und Safari	34
Nützliche Informationen	37
Guides und Ranger	37
Zelten und Bandas	37
Der Kenia-Safari-Kodex	38
Auf Safari	38
Kartenmaterial	39

Geschichte	40
Paläontologie und Frühgeschichte	41
Frühe Besiedlung und Migrationsbewegungen	43
Geschichte der Swahili-Küste	44
Die Kolonisierung Kenias	50
Erster Weltkrieg	52
Zweiter Weltkrieg	52
Unabhängigkeit	53
Die Republik Kenia	54

Politik und Wirtschaft	55
Bevölkerung	55
Staatsform	58
Innenpolitische Konflikte	58
Wirtschaft heute	59
Landwirtschaft	59
Energiesektor	61
Tourismus	62
Jua Kali – der informelle Sektor	63

Religion und Gesellschaft	64
Christliche Kirchen	
und Glaubensrichtungen	65
Ethnische Religionen	66
Islam	67
Hinduismus und andere	
indische Religionen	68
Die Ethnien Kenias	69
Die Sprachen Kenias	74

Kultur und Kunst	76
Literatur	76
Musik und Tanz	78
Festivalkalender	81
Sport	85

Speisen und Getränke	88
Swahili-Küche, Indische Küche	89
Getränke	90

NAIROBI UND UMGEBUNG

Nairobi	94
Geschichte der Stadt	95
Orientierung	100
Sicherheit	101
Stadtzentrum	101
Langata und Karen	104
Kunstgalerien und Kulturzentren	108
Stadtbesichtigungs-Tipps	109

Nairobi-Informationen	112
Allgemeine Informationen	112
An- und Abreise	113
Unterwegs in Nairobi	116
Unterkünfte	118
Gastronomie	119
Sehenswürdigkeiten	124
Nairobi am Abend	125
Nairobi bei Nacht	126
Veranstaltungen und Feste	127
Einkaufen	128
Für Kinder, Sport und Freizeit	130
Ärztliche Hilfe	131

