

Kenia

Hauptstadt: Nairobi

Bevölkerung: ca. 35,1 Millionen

Einreise für Deutsche: Ein Visum ist notwendig. Zur Visumbeantragung sind u.a. der bei Ankunft mindestens noch 6 Monate gültige Reisepass sowie eine Reisebestätigung vorzulegen. Antragsdauer ca. 5 Werktage. Visum bei Ankunft auf den Flughäfen Nairobi und Mombasa möglich, die *vorherige* Visum-besorgung wird aber generell empfohlen.

Sprache: Die Nationalsprache Kenias ist Kisuaheli, daneben werden noch über 30 weitere Sprachen gesprochen (z.B. Kikuyu, Luo und Massai). Englisch ist Amts- und Geschäftssprache.

Zeit: Mitteleuropäische Zeit (MEZ) +2 Stunden. Während der europäischen Sommerzeit beträgt der Zeitunterschied +1 Stunde.

Netzspannung: 240 Volt Wechselstrom, 50 Hertz. Einige Hotels haben auch Stecker für Rasierapparate mit 110 Volt.

Die Mitnahme eines Adapters ist zu empfehlen (dreipolige Stecker).

Post: Keine Hauszustellung; grundsätzlich ist das Postfach zu benutzen. Für Briefe nach Europa sind Briefmarken in den Postämtern oder auch in größeren Hotels zu erhalten. Die Beförderung ist im Allgemeinen zuverlässig, Luftpost ist bis zu 4 Tage nach Europa unterwegs.

Telefon: Die Vorwahl von Deutschland, Österreich und der Schweiz nach Kenia ist 00254. Anschließend muss die Führungs-Null der Vorwahl weggelassen werden. Internationale Gespräche von Kenia werden mit der Vorwahl 000 eingeleitet, gefolgt vom Länder-Code (nach Deutschland wählt man dann 00049, nach Österreich 00043 und in die Schweiz 00041).

Zu den großen Städten ist Selbstwählferndienst möglich. Telefongespräche ins In- und Ausland sind von öffentlichen Telefonzellen aus möglich. Allerdings gibt es relativ wenige Fernsprecher. Sie funktionieren mit Münz- und

Telefonkarten, die man in Postämtern oder an Kiosken kaufen kann. Telefonieren kann man auch vom Postamt oder vom Hotel aus. Beim Telefonieren vom Hotelzimmer aus kann ein Zuschlag von 50-100 Prozent verlangt werden.

Notrufnummern: Polizei, Ambulanz und Feuerwehr 999; in Nairobi (sogenannte "Helpline" für Touristen) (020) 82 50 67.

Mobilfunk: Netztechnik: GSM 900/1800. Die Mobilfunknetze werden ständig ausgebaut, aber auch sie sind auf dem Land nicht flächendeckend. Derzeit gibt es Roamingverträge mit Anbietern in Kenia von E-Plus, O2, T-Mobile und Vodafone.

Internet: Länderkürzel: .ke Internetcafés gibt es in Nairobi und Mombasa, daneben gibt es auch in größeren Hotels Internetzugang. Auf dem Land gibt es wegen schwieriger Stromversorgung nur schlechte Internetanbindung.

Währung: 1 Kenia-Schilling = 100 Cents. Währungskürzel:

KSh, KES, 1 EUR = 110,08 KES (Stand: Okt.09)

Geldwechsel: In allen größeren Banken, in Geldwechselstuben und in autorisierten Hotels möglich. Vorsicht vor Schwarzhändlern. Geldumtausch muss jedesmal auf dem Devisenformular bestätigt werden; Devisenvergehen werden empfindlich bestraft.

Öffnungszeiten: Banken: Mo bis Fr 9-15 Uhr, die Flughafenbanken sind täglich bis 24 Uhr geöffnet; Post: Mo bis Fr 8-17 Uhr, Sa 8-13 Uhr; Geschäfte: Mo bis Sa 8.30-12.30, 14-17.30 Uhr; Büros: Mo bis Fr 8.30-12.30, 14-17.30 Uhr, in Mombasa öffnen und schließen die Büros im Allgemeinen eine Stunde früher.

Gesundheit: Allen Reisenden nach Kenia, besonders Besuchern von ländlichen Gegenden, wird eine Gelbfieberimpfung dringend empfohlen, da Kenia selbst

Infektionsgebiet ist. Eine Impfbescheinigung gegen Cholera ist keine Einreisebedingung, das Risiko einer Infektion besteht jedoch. Da die Wirksamkeit der Schutzimpfung umstritten ist, empfiehlt es sich, rechtzeitig vor Antritt der Reise ärztlichen Rat einzuholen. Die Infektionsgefahr von Touristen gilt als sehr gering. Eine Impfung ist in der Regel nicht erforderlich. Die sorgfältige Nahrungsmittel- und Trinkwasser-Hygiene ist stets empfohlen. Malariaschutz ist ganzjährig im gesamten Land erforderlich. Hohes Malariarisiko besteht im ganzen Land unterhalb von 2.500 m Höhe, in den Regenwaldgebieten, einschließlich der Touristenresorts an der Küste sowie während der Regenzeit von März bis Juni und von Oktober bis Dezember. Größtes Infektionsrisiko stellen Darminfektionen dar. Die für alle tropischen Länder geltenden Hygieneregeln (z. B. Vorsicht bei Genuss von Nahrungsmitteln und Leitungswasser) sollten sorgfältig beachtet werden. Wasser sollte generell vor der Benutzung zum Trinken, Zähneputzen und zur

Eiswürfelbereitung entweder abgekocht oder anderweitig sterilisiert werden oder abgepackt gekauft werden. Beim Kauf von abgepacktem Wasser sollte darauf geachtet werden, dass die Original-Verpackung nicht angebrochen ist. Unpasteurisierte Milch sollte abgekocht werden. Trocken- und Dosenmilch nur mit keimfreiem Wasser anrühren. Milchprodukte aus ungekochter Milch sollten nicht konsumiert werden. Fleisch- und Fischgerichte nur gut durchgekocht und heiß serviert essen. Der Genuss von rohen Salaten und Mayonnaise sollte vermieden werden. Gemüse sollte gekocht und Obst geschält werden. Vor dem Verzehr von Lebensmitteln aus billigen Straßenrestaurants und von Märkten wird gewarnt. Nach Verzehr größerer Mengen von Mais sind in der Zentralprovinz zahlreiche Einwohner erkrankt, einige verstorben. Das Gift Aflatoxin, das beim Erhitzen nicht zerstört wird, stammt aus Schimmelpilzen, die sich unter ungünstigen Bedingungen auf dem Getreide bilden. In der Region, in der sich mehrere Nationalparks befinden, sollte

vorübergehend auf Maisgerichte verzichtet werden. Auch auf einen konsequenten Insektenschutz sollte geachtet werden, um Infektionskrankheiten und Durchfälle zu vermeiden. Landesweit besteht das Übertragungsrisiko von Borreliose/ Lymekrankheit durch Zecken v.a. in Gräsern, Sträuchern und im Unterholz. Schutz bieten hautbedeckende Kleidung und insektenabweisende Mittel. Das durch Stechmücken übertragene Dengue-Fieber kommt landesweit vor. Es empfiehlt sich ein wirksamer Insektenschutz. Ebenfalls landesweit tritt die durch Insekten verursachte Filariose auf. Reisende reduzieren die Übertragungsgefahr, wenn sie einen wirksamen Insektenschutz benutzen. Fleckfieber tritt landesweit auf. Das Fieber wird durch Kleiderläuse ausgelöst. Um sich zu schützen sollte man regelmäßige Körper- und Kleiderhygiene betreiben. Nur in seltenen Fällen sollte eine Impfung erwogen werden. Hepatitis A und Hepatitis B kommen landesweit vor. Eine Hepatitis A-Schutzimpfung wird generell empfohlen. Die

medizinische Versorgung im Lande ist mit Europa nicht zu vergleichen und vielfach technisch, apparativ und/ oder hygienisch hoch problematisch. Vielfach fehlen auch europäisch ausgebildete Fachärzte. Die ärztliche Versorgung in Nairobi ist gut. Die Stadt ist Sitz eines Regionalarztes des Auswärtigen Amtes und verfügt auch über einige deutsch sprechende Ärzte. Außerdem sind englisch sprechende Fachärzte aller Fachrichtungen vorhanden.

Kleidung: Im Hochland ist in der Regel Sommerkleidung angebracht. Einen Pullover sollte man jedoch für den Morgen und die Abende sowie die kalten Monate unbedingt dabei haben. An der Küste benötigt man leichte Sommerkleidung. Für klimatisierte Räume und die Abende auch leichte Pullover. In den Hotels wird zur Abendmahlzeit auf korrekte Kleidung Wert gelegt. Außerhalb der Städte ist die Kleidung ungezwungen. FKK und Oben-ohne-Sonnenbaden ist gesetzlich verboten. Für Foto-Safaris sollte man festes Schuhwerk und bequeme

Kleidung in gedeckten Farben
dabeihaben.

Botschaft der Republik Kenia
Markgrafenstraße 63, D-10969
Berlin

Tel: (030) 259 26 60.

Internet: www.embassy-of-kenya.de

Mo -Fr 09.00-13.00 Uhr und
14.00-17.00 Uhr. Konsularabt.:

Mo-Fr 09.00-13.00 Uhr.