

DIE MIT DEM OOOH & AAAH

REISENMIT  
SINNEN

REISEN MIT SINNEN  
Pardon/Heider Touristik GmbH  
Erfurter Straße 23  
D- 44143 Dortmund  
Fon 0049 (0)231 589792-0  
Fax 0049 (0)231 164470  
[info@reisenmitsinnen.de](mailto:info@reisenmitsinnen.de)  
[www.reisenmitsinnen.de](http://www.reisenmitsinnen.de)  
[www.kapverdischeinsel.de](http://www.kapverdischeinsel.de)

# SRI LANKA

## Länderinformation



Ihre Asien-Spezialisten: ☎ 0049 (0)231 589792-30, ✉ [asien@reisenmitsinnen.de](mailto:asien@reisenmitsinnen.de)

# Inhaltsverzeichnis

<b>Informationen zum Reiseland: .....</b>	<b>3</b>
Politische, wirtschaftliche und soziale Situation .....	3
Infrastruktur und Tourismus.....	4
Geographie und ökologische Situation im Land .....	5
Sicherheit.....	6
Religion .....	7
Sprache und Verständigung.....	8
Klima und Reisezeit .....	8
<b>Erleben und Genießen: .....</b>	<b>8</b>
Besondere Verhaltensweisen und Geschenke .....	8
Fotografieren .....	9
Einkaufen und Souvenirs.....	9
Essen und Trinken .....	9
<b>Praktische Reiseinformationen: .....</b>	<b>11</b>
Visum und sonstige Einreisebestimmungen.....	11
Gesundheit .....	11
Verlust von Dokumenten.....	12
Währung und Geldumtausch .....	12
Zeitverschiebung .....	13
Post und Telekommunikation.....	13
Stromspannung .....	13
Reiseliteratur.....	14
Wichtige Adressen .....	14
Weitere Informationen im Internet.....	15

# Informationen zum Reiseland:

## Politische, wirtschaftliche und soziale Situation



Sri Lanka, das frühere Ceylon, blickt auf eine lange Geschichte zurück. Erste historische Erwähnung fand die Insel etwa im 6. Jhd. v. Chr., als ein verstoßener Prinz aus Indien mit seinem Tross hier anlandete. Zuvor war Sri Lanka lediglich von den Vedda, den Ureinwohnern des Landes, besiedelt. Etwa ein Jahrhundert später setzte eine verstärkte Besiedlung arischer Siedler aus Nordindien, Vorfahren der heutigen Singhalesen, ein und wahrscheinlich zur gleichen Zeit kamen auch die ersten dravidischen Migranten, Vorfahren der heutigen Tamilen, auf der Insel an. Besonders der Handel mit Perlen, Elfenbein, Edelsteinen und Gewürzen führte zu Wohlstand auf der Insel. Zudem war Sri Lanka wohl schon vor der Zeiten-

wende ein wichtiger Seehafen. Im Lauf der Zeit unterhielten Inder, Römer und Perser hier Handelsstationen. Die Kolonialzeit auf Sri Lanka begann im Jahr 1505 mit Ankunft der Portugiesen, die später von den Niederländern und schließlich den Engländern abgelöst wurden. Bis 1948 war die Insel Teil des British Empire, bis der Union Jack am 04. Februar schließlich eingezogen wurde. In den darauffolgenden Jahren begannen die ethnischen Unruhen und Angriffe der Singhalesen auf die Tamilen. Im Jahr 1983 mündeten diese in einem schrecklichen Bürgerkrieg, der bis ins Jahr 2009 andauerte und dem allein in letzten Kriegsmonaten 40.000 Zivilisten zum Opfer fielen.

Sri Lanka ist eine unitarische Präsidialrepublik mit parlamentarisch-demokratischer Ordnung und heißt seit 1972 Demokratische Sozialistische Republik Sri Lanka. Derzeit rangiert das Land auf Platz 71 von insgesamt 189 Ländern des Human Development Index des United Nations Development Program ([www.lk.undp.org](http://www.lk.undp.org)). Zwischen 1990 und 2004 ist das BIP pro Kopf trotz Bürgerkrieg und den verheerenden Tsunami-Folgen um jährlich etwa 4% gewachsen und steigt seitdem kontinuierlich an. Die Insel gilt laut OECD als Schwellenland. Im Jahr 2019 lag das durchschnittliche Pro-Kopf-BIP bei 12.900 USD pro Jahr. 6,7% der Einwohner lebten 2013 unter der nationalen Armutsgrenze, das Gefälle zwischen Land- und Stadtbevölkerung ist allerdings groß. Die Arbeitslosenquote lag 2017 bei nur 4,5%, jedoch bereitet die hohe Jugendarbeitslosigkeit Sorge.

Wichtigster Wirtschaftsfaktor des Landes ist Bergbau/Industrie direkt gefolgt von Handel/Gaststätten/Hotels.

Obwohl Sri Lanka 1960 das weltweite erste Land mit einer weiblichen Staatsoberhaupt war, kann von Gleichberechtigung der Geschlechter heute kaum die Rede sein. Nur etwa 34% der Frauen sind berufstätig, ein Großteil davon im informellen Sektor wo die Frauen „verstärkt Ausbeutung und Übergriffen am Arbeitsplatz ausgesetzt sind. Frauen können zudem nur eingeschränkt erwerbstätig sein, weil sie die Hauptverantwortung für die Betreuung der Familienangehörigen tragen“ erklärt die für Kinder zuständige Ministerin Rosy Senanayake ([www.international-press-syndicate.de](http://www.international-press-syndicate.de)).

Insgesamt hat Sri Lanka gute Aussichten auf eine weiterhin positive Entwicklung: Das Land hat eine günstige geographische Lage, die Bevölkerung ist relativ gut ausgebildet und Regierung, Wirtschaft und Teile der Bevölkerung sind bereit, sich dem internationalen Wettbewerb zu stellen. Grundvoraussetzung für eine nachhaltige Entwicklung ist ein Aussöhnungsprozess, der ein friedliches Zusammenleben aller religiösen und ethnischen Gruppen ermöglicht ([www.bmz.de](http://www.bmz.de)).

## Infrastruktur und Tourismus

Die Infrastruktur in Sri Lanka ist sehr gut ausgebaut. Das Schienennetz umfasst etwa 11.000 km und verbindet die meisten Städte des Landes miteinander. In naher Zukunft sind Hochgeschwindigkeitsstrecken geplant. Dazu existiert ein staatliches Busnetz, das auch kleinere Städte bedient. Große Hafenanlagen befinden sich in Colombo, Galle und Trincomalee. Durch die günstige Lage und die modernen Hafenanlagen ist der Inselstaat ein wichtiger Verkehrsknotenpunkt für den Export der angebotenen und produzierten Waren. 2013 wurde mit dem Mattala Rajapaksa International Airport im Süden der Insel ein zweiter internationaler Flughafen eröffnet; eine Schnellstraße hat den Weg zu den Strandorten an der West- und Südwestküste deutlich verkürzt. Weitere Straßenbauprojekte sind in Arbeit und allein rund um die Hauptstadt Colombo werden bis 2020 rund 280 Kilometer Schnellstraßen gebaut.



Vorangetrieben wird weiterhin der Ausbau der Hotelkapazitäten bzw. die Modernisierung vorhandener Anlagen auf der gesamten Insel. So nahmen bis 2013 350 Hotels

am Projekt "Greening Sri Lankan Hotels" teil, das von der Europäischen Kommission gefördert wurde. Ziel war es, durch eine rationellere Abfallwirtschaft, Minimierung des Wasser- und Energieverbrauchs sowie des CO<sub>2</sub>-Fußabdrucks um jeweils bis zu 20 Prozent die Ökobilanz sri-lankischer Hotels deutlich zu verbessern und ihr Image zu stärken ([www.srilanka-botschaft.de](http://www.srilanka-botschaft.de)).

Der Tourismus verbucht weiterhin steigende Zahlen und bleibt einer der wichtigsten Wirtschaftsfaktoren des Landes. Aus Deutschland kamen 2018 rund 157.000 Touristen nach Sri Lanka. Im Vorjahr waren es noch 130.300.

## **Geographie und ökologische Situation im Land**

Sri Lanka liegt in Südasien, südlich von Indien im indischen Ozean. Zum Staatsterritorium zählen zusätzlich zur Hauptinsel Ceylon noch 23 kleinere Inseln. Mit einer Gesamtfläche von 65.640 km<sup>2</sup> ist Sri Lanka kleiner als das deutsche Bundesland Bayern. Die Landfläche Sri Lankas lässt sich in drei geographische Zonen einteilen: dem zentralen Hochland, den Tieflandebenen und dem Küstengürtel. Im südlichen Teil erhebt sich ein Gebirgsmassiv mit dem höchsten Berg des Landes, dem 2.524 m hohen Pidurutalagala, sowie dem Adam's Peak mit 2.243 m.

Aufgrund der verschiedenen Höhenlagen und Niederschlagswerte sind Flora und Fauna Sri Lankas sehr vielfältig. Die Insel beheimatet 3.350 Arten blühender Pflanzen, davon ist fast ein Viertel endemisch. Die Insel wartet allein mit 170 Orchideenarten auf. Im Hochland und den Bergen herrscht baumloses Grasland vor, in höheren Lagen dann Rhododendrenwälder und der einzigartige Nebelwald in den Knuckles Mountain Range. Der Sinharaja Forest ist der letzte urzeitliche Tieflandregenwald der Insel, der wegen seiner biologischen Vielfalt seit 1988 zum UNESCO-Weltnaturerbe gehört.

Die Tierwelt in den naturbelassenen Gebieten, allen voran in den Nationalparks, weist eine hohe Vielfalt auf, wobei durch die Einschränkung des natürlichen Lebensraumes viele Arten vom Aussterben bedroht sind. An großen Säugetieren finden sich z.B. Indische Elefanten, Leoparden, Büffel, Bären und verschiedene Hirsch- und Affenarten. Vereinzelt finden sich auch noch die bis zu 5 m langen Sumpfkrokodile. Zu den endemischen Arten gehören z.B. die zu den Schlankaffen zählenden Weißbartlanguren und die Leierkopfgagamen, eine Echsenart. An den Küsten bieten mächtige Blau- und Pottwale sowie Delfine, darunter die seltenen indopazifischen Buckeldelfine mit pinker Flossenfärbung, vor allem zwischen Dezember und April einen einzigartigen Anblick.

Es gibt insgesamt 77 Naturschutzgebiete auf der Insel, 14 davon sind Nationalparks. Alle Nationalparks sind täglich von 06.30 Uhr bis 18.30 Uhr geöffnet und dürfen grundsätzlich nur per Jeep-Safari besucht werden. Eine Ausnahme ist der Horton Plains Nationalpark, der zu Fuß erkundet werden kann.

Das Umweltbewusstsein der Bevölkerung ist leider wenig ausgeprägt, was vor allem an den Abfällen entlang der Straßen und Bahnlinien und zum Teil an den Stränden zu erkennen ist. Vor allem im Bereich der Fischerei werden internationale Abkommen umgangen und illegal, zum Teil auch in Meeresschutzgebieten, gefischt ([www.greenpeace.org](http://www.greenpeace.org)).

Positiv zu erwähnen ist, dass sich gerade im Tourismus vieles auf der Insel tut. Zahlreiche Anbieter haben sich inzwischen auf Eco-Tourismus spezialisiert und auch die Regierung unterstützt die Entwicklung hin zum nachhaltigen Tourismus.



## Sicherheit

Sri Lanka gilt als sicheres Reiseland. Die gesamte Insel kann bereist werden, die früher nötigen Ausnahmegenehmigungen für Reisen in bestimmte Gebiete wurden abgeschafft.

Seit Ende des Bürgerkriegs im Mai 2009 haben in Sri Lanka bis April 2019 keine Terroranschläge mehr stattgefunden.

Am 21. April 2019 wurden in Colombo, Negombo sowie in Batticaloa Terroranschläge mit islamistischen Hintergründen verübt, die Todesopfer und Verletzte forderten. Die Sicherheitsvorkehrungen wurden seitdem deutlich und erkennbar verschärft, die Präsenz der Sicherheitskräfte landesweit verstärkt. Ausnahmezustandsregelungen wurden zur Erweiterung der Befugnisse der Sicherheitsbehörden in Kraft gesetzt. Danach können Ausgangssperren verhängt und soziale Medien blockiert werden. Trotz der nunmehr wieder hergestellten öffentlichen Ordnung wird bei Reisen nach Sri Lanka weiterhin zu erhöhter Vorsicht geraten.

Reisende werden gebeten, öffentliche Plätze weiträumig zu meiden, die lokalen Medien zu verfolgen, engen Kontakt zu Reiseveranstaltern und Fluggesellschaften zu halten und Anweisungen von Sicherheitskräften Folge zu leisten.

Aufgrund der verstärkten Sicherheitsvorkehrungen, auch im Bereich der Flughäfen, sollten Flugreisende spätestens vier Stunden vor Abflug am Flughafen eintreffen. Nach Auskunft der Flughafenbehörde sind Fahrten zum Flughafen mit gültigem Reisepass und Flugticket auch während Ausgangssperren erlaubt.

In der Nordprovinz finden noch vereinzelt Entminungsaktionen statt. In der Nähe von Militärcamps und in verminten Gebieten gelten teilweise Zutrittsbeschränkungen. Es wird zu genereller Vorsicht geraten. Touristische Infrastruktur ist vor allem in Jaffna vorhanden und entwickelt sich in angrenzenden Regionen. Entlang des Küstenstreifens im Osten entwickelt sich wieder eine touristische Infrastruktur. Reisen in das Hinterland im Osten sind mitunter beschwerlich. Hier kann ein erhöhtes Minenrisiko nicht ausgeschlossen werden.

Durch die steigende Anzahl an Touristen nehmen Kleindelikte und Bagatelldiebstähle in letzter Zeit zu. Bitte tragen Sie Ihre Wertsachen daher immer am Körper oder deponieren Sie sie sicher im Hotelsafe. Es gibt häufig Fälle von Kreditkartenbetrug, daher verwenden Sie Ihre Kreditkarte bitte nur an vertrauenswürdigen Stellen (z.B. Banken) und zahlen Sie sonst eher mit Bargeld.

Äußerste Vorsicht ist beim Schwimmen im offenen Meer, je nach Stärke der Brandung, angezeigt. Sri Lankas Küsten weisen starke, sich ständig verändernde Strömungen auf, die der Ortsunkundige nicht erkennt.

Alleine oder in kleinen Gruppen reisenden Frauen wird zu besonderer Vorsicht geraten, da es in der letzten Zeit vermehrt zu Berichten über sexuelle Belästigung und Übergriffe auch in Touristenzentren gekommen ist. Zudem gibt es Berichte von Frauen, denen Drogen oder K.O.-Tropfen über Getränke verabreicht wurden. Verhalten, das als religiöse Missachtung gedeutet werden könnte, wird von der Polizei geahndet, u.a. durch mehrtägige Inhaftierungen.

Detaillierte Informationen zur aktuellen Sicherheitslage im Land erfahren Sie in den [Reise- und Sicherheitshinweisen auf der Webseite des Auswärtigen Amtes](#) bzw. auf Nachfrage direkt bei uns.

## Religion

Die Mehrheit der Bevölkerung sind Buddhisten (70%), etwa 12% Hinduisten und 10% Moslems. Etwa 8% gehören christlichen Glaubensrichtungen an. In der Verteilung der Religionen spiegelt sich die ethnische Aufteilung der Bevölkerung Sri Lankas wider: Die Singhalesen sind größtenteils Buddhisten, die Tamilen mehrheitlich Hindus und die Moors ausschließlich Muslime.

## **Sprache und Verständigung**

Amtssprachen in Sri Lanka sind Singhalesisch und Tamil, Englisch ist Verkehrssprache. Die meisten Sri-Lanker sprechen gut Englisch, da der Schul- und Universitätsunterricht in Englischer Sprache abgehalten wird.

## **Klima und Reisezeit**

Auf Sri Lanka herrscht tropisches Monsunklima. Die Temperaturen auf Sri Lanka sind hoch und variieren ganzjährig nur wenig. Im trockenen Nordosten sind sie höher als im feuchten Südwesten. Die höchsten Temperaturen werden von März bis Juni erreicht, die kühlfte Zeit ist von November bis Januar.

Das Klima ist von den beiden Monsunen geprägt. Zwischen Mitte Mai und Ende September bringt der Südwestmonsun der West- und Südwestküste starke Niederschläge, während von Oktober bis Mitte April der Nordostmonsun für Niederschläge im Norden und Osten der Insel sorgt.

Das zentrale Bergland wirkt als Klimascheide. Hier ist das Klima angenehmer; die Temperatur schwankt zwischen 20 und 24 °C in über 1.000 m und zwischen 12 bis 16 °C in über 2.000 m Höhe. Im Winter kann es sogar Schnee und leichten Frost geben. Die Luftfeuchtigkeit ist hier deutlich geringer als im Tiefland.

Die beste Reisezeit ist ganzjährig, da die Monsunregen in den einzelnen Regionen zu genau entgegengesetzten Zeiten auftreten.

# Erleben und Genießen:

## **Besondere Verhaltensweisen und Geschenke**

Andere Länder, andere Sitten! Dieser viel zitierte Satz hat seine Gültigkeit nicht verloren. Viele unserer Verhaltensmuster lassen sich kaum innerhalb weniger Flugstunden ändern, doch durch Offenheit, die Einhaltung der üblichen Höflichkeitsregeln und ein wenig Humor, haben wir als Reisende die Chance, nicht nur wegen der Devisen ein gern-gesehener Gast zu sein.

Um nicht die religiösen Gefühle der buddhistischen Bevölkerung zu verletzen, sollte religiösen Stätten, Objekten und Symbolen mit Zurückhaltung und Respekt begegnet werden, insbesondere wenn eine Ablichtung beabsichtigt wird. So ist beispielsweise Besuchern untersagt worden, sich mit dem Rücken zu einer Buddha-Statue fotografieren zu lassen oder auf eine Buddha-Statue zu klettern. Beim Betreten von buddhistischen Tempeln ist auf eine angemessene Kleidung zu achten. Kleidungsstücke oder Tätowierungen mit buddhistischen Motiven sollten keinesfalls sichtbar gezeigt



werden, da sie als Verunglimpfung des Buddhismus empfunden werden können. In letzter Zeit kam es mehrfach zur Verweigerung der Einreise bzw. zu Inhaftierungen und Abschiebungen von Touristen mit derartigen Tätowierungen.

## Fotografieren

Achten Sie bei der Reisevorbereitung darauf ein Ladegerät, einen Ersatzakku und ggf. ein USB-Kabel mitzunehmen. Vor Ort können Sie Ihre Bilder vielerorts auf DVDs brennen oder auch ausdrucken lassen.



Das Fotografieren von militärischen Einrichtungen, Regierungsgebäuden, Staudämmen, Straßensperren, Flughäfen und uniformierten Personen ist streng verboten und wird kontrolliert. Bitte fotografieren Sie niemals Personen neben (oder gar auf) Buddha-Bildnissen.

Die lokalen Behörden erheben oftmals Gebühren für Fotografien und Videoaufnahmen bei historischen Plätzen und Kulturdenkmälern.

Wenn Sie Menschen fotografieren wollen, fragen Sie vorher bitte um Erlaubnis. Viele Menschen werden es erlauben und für Sie posieren. Respektieren Sie aber auch eine Absage. Von versteckten Aufnahmen raten wir dringend ab.

## Einkaufen und Souvenirs

Die beste Möglichkeit zum Shopping und zur Schnäppchenjagd haben Sie in Colombo, das sich immer mehr zu einem vielfältigen und preiswerten Einkaufsparadies entwickelt. Die Geschäfte sind in der Regel werktags von 09.00 Uhr – 19.00 Uhr, zum Teil auch samstags bis 13.00 Uhr geöffnet.

Als Souvenirs und Mitbringsel eignen sich Kunsthandwerk wie Schnitzereien, Lackarbeiten oder Messingwaren, Edelsteine (bitte nur mit Quittung und Echtheitszertifikat kaufen), Ayurveda-Produkte, Tee und Gewürze. Die zollfreie Ausfuhr von Tee ist auf 3 kg beschränkt.

## Essen und Trinken

Die Küche Sri Lankas gilt als die schärfste Asiens – an Gewürzen aller Art wird hier nicht gespart. Die Schärfe kann jedoch durch die Zugabe geraspelter Kokosnuss gemildert werden.

Die Spezialität ist ein einfaches Curry-Gericht, das mit Kokosnussmilch, Zwiebelscheiben, Chilis, aromatischen Gewürzen wie Gewürznelken, Muskatnuss, Zimt und Safran zubereitet wird. Hoppers ähneln einem halben, getoasteten Brötchen mit einem weichen Spiegelei. Stringhoppers sind gedünstete Nudeln aus Reismehl, etwas dünner als Spaghetti. Zwischenmahlzeiten werden gerne an den Garküchen auf der Straße eingenommen und bestehen häufig aus mit Joghurt gefüllten Teigtaschen (Thairu Vadai) und süßen oder scharfen Pfannkuchen (Roti). Freunde von Süßspeisen kommen in Sri Lanka ebenfalls auf ihre Kosten. Kokosnuss und Palmzucker bildet die Grundlage vieler dieser klebrig süßen Köstlichkeiten. Tropische Früchte wie Bananen, Guave, Papaya, Mango oder Jackfruit sind ebenfalls eine leckere und vitaminreiche Zwischenmahlzeit oder Nachspeise.

Grundsätzlich ist das Essen sehr gemüseorientiert, weshalb Vegetarier auf der Insel keine Schwierigkeiten haben werden. An einheimischem Gemüse gibt es z.B. Jak, Brotfrucht, Murunga, Brinjals (Auberginen) und Bandakka (Okra).

Das Nationalgetränk ist Tee, der zu den besten der Welt gehört. Allerdings werden die besten Blätter fast ausnahmslos exportiert, weshalb man in Sri Lanka außerhalb der Plantagen eher die zweite Wahl angeboten bekommt. An vielen Straßenständen wird die Milch der orangenen Königs-Kokosnuss angeboten, die sehr vitaminreich und schmackhaft ist. Toddy (Palmensaft) ist ein beliebtes Getränk. Wird dieser fermentiert, erhält man Arrak, den es in unterschiedlichen Alkoholstärken gibt.

An Poya-Feiertagen (an jedem Vollmond) und an Wahltagen wird kein Alkohol ausgeschenkt.



# Praktische Reiseinformationen:

## Visum und sonstige Einreisebestimmungen

Deutsche, Österreichische und Schweizer Staatsangehörige benötigen für die touristische Einreise nach Sri Lanka einen Reisepass, der sechs Monate über das Reiseende hinaus gültig ist.

Darüber hinaus benötigen Sie ein gültiges Visum. Wir empfehlen dieses vorab als „Electronic Travel Authorization“ (ETA) im Online Verfahren unter [www.eta.gov.lk](http://www.eta.gov.lk) zu beantragen. Die Visumsgebühr für einen Aufenthalt bis zu 30 Tagen beträgt dann 35 US\$, die online ausschließlich per Kreditkarte zu bezahlen sind. Es ist auch möglich ein Visum bei Einreise am Flughafen in Colombo zu beantragen. Die Visumsgebühr beträgt bei diesem Verfahren 40 US\$. Es kommt häufig zu langen Wartezeiten am Schalter.

Einreisebestimmungen für Bürger anderer Nationalitäten auf Anfrage.

Besondere Impfungen sind für Sri Lanka aktuell nicht vorgeschrieben. Bitte beachten Sie, dass jeder Reisende grundsätzlich für die Einhaltung der Einreisebestimmungen selbst verantwortlich ist.

## Gesundheit

Unter Umständen sind Vorsorgemaßnahmen wie Impfungen gegen Tetanus, Polio oder Diphtherie ratsam. Tropenmediziner raten auch zu einer Impfung gegen Hepatitis A. Bitte lassen Sie sich von Ihrem Hausarzt oder Tropeninstitut über für Sie eventuell sinnvolle Impfungen/Auffrischungen und Prophylaxemaßnahmen beraten.

Die Deutsche Gesellschaft für Tropenmedizin und Gesundheit zählt Sri Lanka zu den Gebieten mit sehr beschränktem Malaria-Risiko und seltener Malaria-Übertragung. Am stärksten betroffen, jedoch immer noch mit minimalem Risiko, sind die Regionen Anuradhapura, Polonnaruwa, Hambantota, Ampara, so wie die nördlichen und östlichen Provinzen.

Es gibt keinen absolut sicheren Schutz vor einer Malariaerkrankung. Ein ausreichender Schutz vor Stechmücken (Expositionsprophylaxe), insbesondere während der Dämmerung und nachts, ist der wichtigste Schutz vor einer Übertragung. Die vorbeugende Einnahme von Medikamenten (Chemoprophylaxe) wird nicht empfohlen ([www.dtg.org](http://www.dtg.org)) und ist nur in Ausnahmefällen zu erwägen. Das Mitführen eines verschreibungspflichtigen Malariamittels zur sogenannten Notfalltherapie kann in Betracht gezogen werden. Bitte wenden Sie sich hierzu an Ihren Hausarzt oder einen Reisemediziner.

Denguefieber kommt in allen Landesteilen vor (mit Häufung während der Regenzeit), auch die Stadtgebiete sind betroffen. Chikungunya-Fieber ist eine dem Denguefieber

ähnliche Viruserkrankung mit Fieber und manchmal lange anhaltenden Gelenkschmerzen, die in Sri Lanka ebenfalls immer wieder auftreten kann ([www.bnitm.de](http://www.bnitm.de)).

## **Verlust von Dokumenten**

Nehmen Sie eine Fotokopie Ihres Reisepasses und der Flugtickets mit. Bei Verlust der Reisedokumente ist es dann leichter, Ersatz zu beschaffen. Bewahren Sie diese Kopien in Ihrem Gepäck, getrennt von den Originalen, auf.

Bei Verlust Ihrer Mobilfunk-, EC- oder Kreditkarte können Sie diese unter der folgenden Telefonnummer sperren lassen: +49 116 116 und +49 30 4050 4050 (Detaillierte Informationen unter [www.sperr-notruf.de](http://www.sperr-notruf.de)).

## **Währung und Geldumtausch**

Die lokale Währung in Sri Lanka ist die Sri Lanka Rupie (LKR). Der Kurs beträgt zurzeit 1 Euro = 199,12 LKR (Mai 2019). Die Ein- und Ausfuhr der Landeswährung ist auf 1.000 LKR beschränkt. Grundsätzlich empfiehlt es sich einen Mix aus Bargeld (Euro) und Kreditkarten mitzunehmen. American Express, Visa, MasterCard und Eurocard werden allgemein akzeptiert, Diners Club ist weniger gebräuchlich. Einzelheiten vom Aussteller der betreffenden Kreditkarte. An vielen Orten können Sie bereits Geld mit der Kreditkarte abheben. Geld tauschen können Sie bei Banken, in großen Hotels oder bei privaten Geldwechslern („Money Changer“), wobei die Kurse in den Hotels am schlechtesten sind. Geld sollte nicht auf der Straße auf dem Schwarzmarkt getauscht werden, die Kurse sind oftmals nicht besser als anderswo und die Gefahr betrogen zu werden ist groß. Der Euro ist allgemein akzeptiert und kann auch mal als Zahlungsmittel dienen, daher lohnt ein vorheriger Umtausch in Dollar in Deutschland nicht. Über die jeweils aktuellen Kurse können Sie sich auch unter [www.oanda.com](http://www.oanda.com) informieren.

In Sri Lanka treten häufig Fälle von Kreditkartenbetrug auf. Es ist daher ratsam, einen Großteil der Ausgaben mit Bargeld zu bestreiten. Es empfiehlt sich vor Abreise die Bank zu informieren, damit die Kreditkarte nicht aus Sicherheitsgründen gesperrt wird.

Banken sind in der Regel Mo bis Fr 09:00 – 15:00 Uhr geöffnet. Die Bank im Flughafen in Colombo hat zu allen Abflug- und Ankunftszeiten geöffnet. Außerdem halten einige Banken spezielle Wechselkursschalter offen, z.B. die Bank of Ceylon, York Street, Colombo (Mo bis Fr 09:00 – 18:00 Uhr und an Wochenenden und Feiertagen 09:00 – 16:00 Uhr).

## **Zeitverschiebung**

Sri Lanka ist der mitteleuropäischen Zeit um 5 Stunden voraus. Während unserer Sommerzeit beträgt der Unterschied 4 Stunden. Ist es in Deutschland 12 Uhr, dann ist es in Indien 16.00 bzw. 17.00 Uhr.

## **Post und Telekommunikation**

Telefon: Die Landesvorwahl für Sri Lanka ist +94. Telefonieren können Sie aus den Hotels oder mit Telefonkarten aus Telefonzellen, die in den größeren Städten zu finden sind.

Mobiltelefon: Netzabdeckung ist inzwischen sehr flächendeckend gewährleistet. Bitte informieren Sie sich über die Kosten vorab bei Ihrem Betreiber. Eine sehr preiswerte Möglichkeit sind Sri Lanka Pre-Paid Karten, die in jedes Mobiltelefon eingelegt werden können.

Internet: Im ganzen Land sind Internetcafés in den Städten zu finden. Roaming mit Ihrem deutschen Handy kann sehr teuer sein, informieren Sie sich vorab hierzu bei Ihrem Mobilfunkbetreiber.

Post: Luftpost nach Europa dauert ca. 10 Tage.

## **Stromspannung**

230/240 Volt, 50 Hertz. Auf jeden Fall empfiehlt es sich, einen Adapter mitzunehmen, da britische dreipolige Steckdosen in Gebrauch sind. Teilweise sind diese auch an der Hotelrezeption erhältlich.



## Reiseliteratur

- Anils Geist, Michael Ondaatje, dtv (2001)
- Lesereise Sri Lanka: Am Teich der roten Lotusblüten, Bernd Schiller, Picus Verlag (2011)
- Der Tourist, Ranjith Henayaka, agenda Münster (2017)
- Der Himmel über Ceylon, Linda Cuir, Weltbild (2016)
- In einem leuchtend schönen Land - Abenteuer Alltag in Sri Lanka, Minouche Moser, Dryas Verlag (2010)
- Unterwegs in Sri Lanka: Menschen - Orte – Erlebnisse, Rüdiger Neukäter, Wiesenburg Verlag, 5. Aufl. (2013)
- Wildes Sri Lanka (DVD oder Blu-ray), Regisseure Joe Loncraine, Mike Birkhead (2015)

## Wichtige Adressen

### Deutschland:

Botschaft Sri Lanka

Niklasstrasse 19, 14163 Berlin

Tel: (030) 80 90 97 49// Fax: (030) 80 90 97 57

<http://www.srilanka-botschaft.de>

Mo - Fr: 08.30 - 16.30 Uhr

### Österreich:

Botschaft Sri Lanka

Weyringergasse 33-35, 4. Stock, 1040 Wien

Tel: (0043) 1 503 79 88 (0)// Fax: (0043) 1-503 79 93

E-Mail: [embassy@srilanka.at](mailto:embassy@srilanka.at), [www.srilankaembassy.at](http://www.srilankaembassy.at)

Mo-Fr 9-17 Uhr

### Schweiz:

Generalkonsulat von Sri Lanka

Rue de Moillebeau 56, 1211 Genf 19

Tel: (0041) 22 9 19 12 50// Fax: (0041) 22 - 7 88 31 92

E-Mail: [consulate@lankamission.org](mailto:consulate@lankamission.org), [www.lankamission.org](http://www.lankamission.org)

### In Sri Lanka:

Botschaft der Bundesrepublik Deutschland

40 Alfred House Avenue, LK-Colombo 3

Postanschrift: PO Box 658, LK-Colombo 3

Tel: +94 – (0)11 – 2580431 / Fax: +94 – (0)11 – 2580440

Email: [info@colombo.diplo.de](mailto:info@colombo.diplo.de), [www.colombo.diplo.de](http://www.colombo.diplo.de)

Mo-Fr 08.00-11.30 Uhr

Österreichisches Honorarkonsulat Colombo  
P.O. Box 903, 424, Car Mart Building, Union Place, Colombo 2  
Tel: + 94 – (0)11 - 269 63 11// Fax: +94 – (0)11 269 83 82  
E-Mail: general\_austria@sltnet.lk, [www.bmaa.gv.at](http://www.bmaa.gv.at)  
Mo - Fr 09.30 – 12.30 Uhr

Botschaft der Schweiz  
63, Gregory's Road, Colombo 7, Sri Lanka  
Tel: +94 – (0)11 - 2695117 // Fax: +94 – (0)11 269.5176  
E-mail: ndh.vertretung@eda.admin.ch, [www.eda.admin.ch/colombo](http://www.eda.admin.ch/colombo)  
Mo-Fr 08.30 - 11.30 Uhr

### Weitere Informationen im Internet

Allgemeines: [www.srilankatourism.org](http://www.srilankatourism.org)  
[www.srilanka.travel](http://www.srilanka.travel)  
Sicherheit: [www.auswaertiges-amt.de](http://www.auswaertiges-amt.de)  
Klima / Wetter: [www.wetteronline.de](http://www.wetteronline.de)  
[www.wetter.net](http://www.wetter.net)  
[www.dwd.de](http://www.dwd.de) (Deutscher Wetterdienst)  
Gesundheit: [www.die-reisemedizin.de](http://www.die-reisemedizin.de)  
[www.fit-for-travel.de](http://www.fit-for-travel.de)  
[www.reisevorsorge.de](http://www.reisevorsorge.de)  
[www.reiseapotheke.de](http://www.reiseapotheke.de)  
[www.gesundesreisen.de](http://www.gesundesreisen.de)  
Wechselkurse: [www.oanda.com/convert/classic](http://www.oanda.com/convert/classic)  
Telefonieren: [www.billiger-telefonieren.de](http://www.billiger-telefonieren.de)



## REISEN MIT SINNEN

Pardon/Heider Touristik GmbH  
Erfurter Straße 23  
D- 44143 Dortmund

Unsere Website  
Kapverden-Wander-Erlebnisreisen

Fon 0049 (0)231 589792-0  
Fax 0049 (0)231 164470  
[info@reisenmitsinnen.de](mailto:info@reisenmitsinnen.de)

[www.reisenmitsinnen.de](http://www.reisenmitsinnen.de)  
[www.kapverdischeinseln.de](http://www.kapverdischeinseln.de)

Sie erreichen uns montags bis freitags  
sowie samstags

08.00 - 19.00 Uhr  
10.00 - 13.00 Uhr

Das Team Asien erreichen Sie direkt:

Fon 0231-589792-30  
[asien@reisenmitsinnen.de](mailto:asien@reisenmitsinnen.de)

Aktueller Stand: Dezember 2019

Diese Broschüre wurde auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.