

ALLGEMEINE INFORMATIONEN PANAMA

- Einreisebestimmungen:** Deutsche Staatsangehörige können mit dem Reisepass einreisen und benötigen für einen Aufenthalt unter drei Monaten kein Visum. Der deutsche Kinderausweis muss mit einem Lichtbild versehen sein. Beträgt die Aufenthaltsdauer jedoch mehr als 30 Tage, muss rechtzeitig vor Ablauf dieser Frist eine Ausreisegenehmigung bei der Ausländerbehörde (Dirección de Migración) beantragt werden, die in der Regel anstandslos bis zu einem Gesamtaufenthalt von drei Monaten erteilt wird.
- Devisen:** Öffentliches Zahlungsmittel in Panama ist der Balboa (1 US\$=1,01 Balboa). Der Balboa existiert nur in Form von Münzen; ansonsten wird mit Dollar-Noten gezahlt. In Hotels und Geschäften von Panama City und den größeren Städten im Landesinnern kann meist mit internationalen Kreditkarten, darunter auch Mastercard und vor allem VISA, bezahlt werden. Euro (bar) können kaum getauscht werden. Es empfiehlt sich daher, US-Dollar in Bargeld mit sich zu führen.
- Gesundheit:** Der Nachweis einer Gelbfieberimpfung ist erforderlich für alle Reisenden, die aus Gelbfieber-Infektionsgebieten (Endemiegebieten) kommen. Abweichend von den offiziellen Bestimmungen kann gelegentlich ein Choleraimpfzertifikat bei der Einreise verlangt werden, wenn die Einreise aus einem Land, in dem Cholera vorkommt, erfolgt bzw. außerhalb des internationalen Flughafens der Hauptstadt eingereist wird. Für einen Kurzaufenthalt empfiehlt sich ein Impfschutz gegen Hepatitis A, Tetanus und Polio, bei Reisen ins Landesinnere sollte ebenfalls eine Gelbfieberimpfung vorliegen. Bei einem Langzeitaufenthalt können noch zusätzliche Impfungen gegen Hepatitis B, Typhus, gegebenenfalls auch gegen Tollwut empfohlen sein.
In tiefer gelegenen Regionen des Hinterlandes besteht ein mittleres Malaria- und Denguerisiko. In den letzten Jahren hat es keine Malaria und Denguevorfälle bei Touristen gegeben. Dennoch ist es empfehlenswert sich gegen Moskitos mit Moskitonetzen/langärmeliger Kleidung und Mückenabwehrmittel zu schützen. Bitte holen Sie zu Impfvorschriften und -empfehlungen, sowie der Malariaphylaxe die aktuellen Informationen des örtlichen Gesundheitsamtes ein.
- Geographie:** Die Republik Panama ist das Bindeglied zwischen Mittel- und Lateinamerika und grenzt an die karibische See im Norden, den Pazifischen Ozean im Süden, an Kolumbien im Osten und an Costa Rica im Westen. Panama ist an der schmalsten Stelle nur 80 km breit. Als achttes Weltwunder gilt der 81,3 km lange Panama Kanal, der die Karibische See und den Pazifischen Ozean verbindet. Das Land selber hat nur eine Größe von 75.517 km². Panamas Topographie reicht von den Bergen in der nördlichen Region bis zu den kleinen Hügelketten und Savannen in Richtung der pazifischen Seite.
- Bevölkerung:** Die panamesische Bevölkerung wird derzeit auf ca. 3,3 Millionen Einwohner geschätzt, die sich aus 70 % Mestizen, 10 % Weißen, 13 % Farbigen, 6 % indianische und 1% sonstige Bevölkerung zusammen setzt. Ca. 50 % der Bevölkerung leben in den Städten, allein in der Hauptstadt Panama City leben über 1,5 Mio. Menschen. Es gibt drei größere indianische Stämme in Panama: Die Kunass auf dem San Blas Archipel, die Emberá in der Provinz Darinen und die Guaymies in Chiriquí, Bocas del Toro und der Provinz Veraguas.
- Zeitzone:** Panama hat nur eine Zeitzone und liegt 6 Stunden hinter der Mitteleuropäischen Zeit. Während unserer Sommerzeit beträgt der Zeitunterschied 7 Stunden.
- Klima:** Panama hat ein tropisch-feuchtes Klima und eine Durchschnittstemperatur von 27 Grad Celsius während des ganzen Jahres. Nachts wird es hingegen meistens frisch. Man unterscheidet zudem in Regen- und Trockenzeit. Die Regenzeit geht von Mai bis Dezember, allerdings scheint - trotz der teils heftigen Regenschauer - auch fast immer die Sonne.
- Stromspannung:** Die Stromspannung beträgt in ganz Panama 220 Volt. Es gibt allerdings z.T. unterschiedliche Steckdosen, so dass man einen Multi-Adapter mit verschiedenen Polsystemen mitnehmen sollte.
- Öffnungszeiten:** Im Allgemeinen sind die Geschäfte von Montag bis Samstag zwischen 9 und 18 Uhr geöffnet. Die Banken haben kürzere Öffnungszeiten. Manche Geschäfte sind auch sonntags geöffnet.
- Post, Telefon und Fax:** Panama verfügt über ein gutes Telefonsystem, das meistens einen guten Service bringt und internationale Gespräche überall ermöglicht. Die Vorwahl für Deutschland ist 0049, für die Schweiz 0041 und für Österreich 0043. Es empfiehlt sich die Post per "airmail" zu versenden.
- Essen & Trinken:** Panama City bietet eine große Anzahl an Restaurants, deren Spezialitäten von typisch lokaler Kost über asiatische, europäische oder auch arabische Gerichte reichen. Zudem gibt es natürlich auch in der Esskultur einen starken nordamerikanischen Einfluss.