

## Länder-Information

### Zielland

### Litauen - Ärztliche Versorgung

Die medizinische Versorgung in den größeren Städten des Landes ist gut und mit deutschen, österreichischen und schweizerischen Standards zu vergleichen. Außerhalb der Städte fehlt es jedoch oftmals an technischen und apparativen Möglichkeiten. Für EU-Bürger und solche der EFTA-Länder gilt die europäische Krankenversicherungskarte EHIC, die die ärztliche Versorgung und Kostenübernahme regelt, jedoch keine Rücktransporte übernimmt. Daher sollte vor Abreise bei der eigenen Krankenkasse überprüft werden, ob diese mit inbegriffen sind.

### Litauen - Diplomatische Vertretungen

**Deutsche Botschaft** Z. Sierakausko g. 24 03105 Vilnius Tel.: +370-5-2106400 Fax: +370-5-2106446 E-Mail: info@wilna.diplo.de Web: <https://wilna.diplo.de> **Österreichisches Honorarkonsulat** Jogailos g. 9 01116 Vilnius Tel.: +370-5-2666682 Fax: +370-5-2125591 E-Mail: consul@austrianconsulate.lt Web: [www.austrianconsulate.lt](http://www.austrianconsulate.lt) **Schweizerisches Generalkonsulat** Lvovo 25 09320 Vilnius Tel.: +370-5-2032969 Fax: +370-5-2032944 E-Mail: vilnius@honrep.ch Web: <https://www.eda.admin.ch> Die zuständige Botschaft befindet sich in Riga/Lettland.

### Litauen - Elektrizität

Die Netzspannung beträgt 220 Volt Wechselstrom (50 Hertz). In der Regel werden die Steckertypen C (Eurostecker) und F (Schuko-Stecker) wie in Deutschland und Österreich verwendet. Für Schweizer Stecker des Typs J (dreipoliger Rundstecker) wird daher ein Adapter benötigt.

### Litauen - Essen & Trinken

Hoch im Kurs stehen in Litauen vor allem Kartoffelgerichte, wie z.B. Cepelinai, mit Hackfleisch gefüllte Kartoffelklöße, Kugelis, ein Kartoffelaufguss mit Speck und Zwiebeln, oder Bulviniai Blynai, Kartoffelpuffer. Eine typisch litauische Vorspeise ist Šaltibarščiai, eine kalte Rote-Beete-Suppe. Für den kleinen Hunger zwischendurch bietet sich eine Scheibe Roggenbrot mit Skilandis an, einer geräucherten Wurst. Hauptspeisen sind meist sehr deftig wie z.B. Kohlrouladen oder Rinderbraten. Unbedingt probieren sollte man litauisches Bier, Met, einen Honigwein, oder Trejos Devyneros, einen Bitterbranntwein, hergestellt aus 26 Kräutern. Auf vielen Dessertkarten findet man verschiedene Pfannkuchenvarianten sowie mit Quark oder Beeren gefüllte Mehklöße. Vorzüglich schmeckt auch Šakotis, litauischer Baumkuchen. Dazu trinkt man in der Regel einen starken, ungesüßten Espresso.

### Litauen - Feiertage

Neujahr (1. Januar); Unabhängigkeitstag von 1918 (16. Februar); Tag der Wiedererlangung der Unabhängigkeit 1990 (11. März); Ostern (März/April); Tag der Arbeit (1. Mai); Johannistag (24. Juni); Staatstag (6. Juli); Mariä Himmelfahrt (15. August); Allerheiligen (1. November); Weihnachten (25. & 26. Dezember).

### Litauen - Feste & Veranstaltungen

**Februar** Die karnevalistischen Umzüge an Užgavėnės sind in der Altstadt von Vilnius zu bestaunen. **21. März** Der Frühlingsanfang wird in ganz Vilnius mit Gesang, Tanz und großen Feuern begangen. **Mai** Anlässlich des internationalen Folklorefestes Skamba Skamba Kankliai werden in der Altstadt von Vilnius Volkstänze und -lieder zum Besten gegeben. An den zahlreichen Ständen werden litauische Köstlichkeiten und Kunsthandwerk angeboten. **Juni** Die Sommersonnenwende wird im ganzen Land mit Tänzen und Johannisfeuern gefeiert. **Juli** Klaipėda ist bekannt für seine tollen Festivals. Ende Juli findet stets das Seefest mit vielen kleinen Angel- und Segelwettbewerben und bunten Lichtspielen statt. **Juli/August** Lesungen und Konzerte sind Teil des Thomas-Mann-Festivals im einstigen Sommerhaus Thomas Manns in Nida (<http://www.thomas-mann-festival.de>). Das Sommerfestival von Christophor punktet mit zahlreichen Theaterperformances vor der Kulisse der historischen Altstadt. **September** Der Tag des Herbstäquinoktium, auch Herbstkarneval genannt, wird jedes Jahr fröhlich und farbenprächtig begangen. Rund um die Hauptstadt finden zahlreiche Veranstaltungen statt und eine Feuerskulpturenparade fährt durch das Zentrum. Besonders ausgelassen feiert man in diesem Monat das Erntefest in Dzūkija.

### Litauen - Frauen allein unterwegs

Allein reisende Frauen können sich in Litauen frei bewegen und auf eigene Faust das Land erkunden. Nachts sind einsame Gegenden zu meiden. In Bars und Diskos sollte auf Grund der Gefahr von K.o.-Tropfen das Glas auf keinen Fall aus den Augen gelassen werden, auch bei unverlangt angebotenen Drinks sollte Vorsicht geboten sein. In Großstädten, vor allem in Touristenhochburgen, sind Diebstähle oftmals das größte Problem. Wertsachen sollten daher immer eng am Körper und nicht offensichtlich getragen werden.

### Litauen - Homosexualität

Homosexualität ist zwar seit Jahren straffrei und es existiert ein Antidiskriminierungsgesetz, doch steht man dem Thema nicht überall offen gegenüber. In vielen konservativen, religiös geprägten Teilen des Landes stößt die gleichgeschlechtliche Liebe immer noch derart auf Ablehnung, dass sogar ein Gesetz verabschiedet wurde, welches die Thematisierung von Homosexualität an Schulen und öffentlichen Einrichtungen für Kinder und Jugendliche verbietet. In der Hauptstadt und in Kaunas sowie Klaipėda gibt es kleine LGBT-Communities.

### Litauen - Klima & Reisezeit

In Litauen herrscht ein gemäßigtes Kontinentalklima. In den Wintermonaten sinken die Temperaturen auf bis zu -5 °C. Die schneereichen und stabilen Winter locken jedes Jahr zahlreiche Touristen in die litauischen Skigebiete. Die Sommer sind relativ mild mit Höchsttemperaturen um die 22 °C. Für die warmen Sommermonate empfiehlt sich die Mitnahme von leichter, atmungsaktiver Kleidung. Für kühle Abende sollte stets etwas Langärmeliges mitgenommen werden, auch Regenschutz ist empfehlenswert.

## Litauen - Menschen mit Behinderung

Viele Hotels, Ferienhäuser und öffentliche Einrichtungen wurden in den größeren Städten bereits behindertengerecht ausgebaut. Auch Gehwege befinden sich dort zumeist in einem guten Zustand, so dass sich Stolperfallen für Rollstuhlfahrer und blinde Menschen in Grenzen halten.

## Litauen - Notruf

In Litauen gilt die EU-Notrufnummer 112.

## Litauen - Öffnungszeiten

Geschäfte öffnen montags bis freitags von etwa 10-19 Uhr und samstags von 10-18 Uhr. Supermärkte haben dagegen oftmals 7 Tage die Woche von 8-22 Uhr auf. Postämter arbeiten montags bis freitags von 8/9-16 Uhr. In der Hauptstadt hat die Post bis etwa 19 Uhr geöffnet und samstags 9-16 Uhr. Banken kann man in der Regel montags bis freitags von 8-17/18 Uhr und teilweise auch samstags erreichen.

## Litauen - Reisen im Land

Das Straßennetz ist noch im Ausbau, befindet sich aber bereits in einem vergleichsweise guten Zustand. Dennoch gilt Litauen auf Grund der sehr hohen Anzahl an Verkehrstoten als das gefährlichste Land für Autofahrer. Grund dafür sind hier aber nicht unbedingt die Straßen, sondern die teilweise höchst riskante Fahrweise der Einheimischen. Wer mit dem eigenen Auto anreist oder sich einen Mietwagen leistet, der sollte daher unbedingt besonders umsichtig fahren. Hinweis: Autofahrer sind verpflichtet, das ganze Jahr auch tagsüber mit Abblendlicht zu fahren; zudem muss ein kleiner Feuerlöscher im Auto sein. Für den öffentlichen Nahverkehr sind vor allem Busse zuständig. Litauische Sprachkenntnisse sind für die Entschlüsselung der Fahrpläne durchaus hilfreich. Kurioserweise befinden sich manche Haltestellen direkt an den litauischen Autobahnen, hier ist beim Ein- und Aussteigen besondere Vorsicht geboten.

## Litauen - Steckbrief

**Amtssprache:** Litauisch **Bevölkerung:** rund 3 Mio. Einwohner **Fläche:** 65.300 km<sup>2</sup> **Hauptstadt:** Vilnius (rund 530.000 Einwohner) **Landesvorwahl:** +370 **Währung:** Euro (Abk.: €; ISO-4217-Code: EUR) **Zeitzone:** Eastern European Time (EET). Mitteleuropäische Zeit (MEZ) +1 Std.

## Litauen - Telefon

Für Telefonate ins Ausland gelten die jeweiligen Ländervorwahlen. Für Deutschland gilt die 0049, für die Schweiz die 0041 und für Österreich die 0043. Litauen hat die Landesvorwahl 00370. Mit dem Wegfall der Roaminggebühren innerhalb der EU ist auch mobiles Telefonieren in Litauen günstig geworden. Öffentliche Münz- und Kartentelefone sind vorhanden, die dazugehörigen Karten bekommt man an vielen Kiosken, Postämtern oder in den Läden der Telecom (Lietuvos telekomas). Die günstigste Kommunikationsmöglichkeit bietet das Internet, z.B. in Hotels und Internetcafés oder über W-LAN an öffentlichen Plätzen.

## Litauen - Trinkgeld

Hotels, Restaurants und Taxis erheben oftmals bereits einen Servicezuschlag auf den Rechnungspreis. Bei besonderer Zufriedenheit freut sich das Personal aber über ein kleines finanzielles Extra in Höhe von etwa 10 %.

## Litauen - Zollbestimmungen

Waren für den persönlichen Gebrauch, die in einem EU-Land mit allen Abgaben gekauft wurden, können ohne Beschränkungen innerhalb der EU mitgeführt werden. Als Richtmengen gelten: 800 Zigaretten, 400 Zigarillos, 200 Zigarren, 1 kg Tabak, 10 l Spirituosen bzw. alkoholhaltige Süßgetränke (Alkopops), 20 l Zwischenerzeugnisse, 90 l Wein, wovon maximal 60 l Schaumwein sein dürfen, und 110 l Bier. Kaffee und kaffeehaltige Erzeugnisse sind bis 10 kg ebenfalls zollfrei. Für Parfüm gelten keine Mengenbegrenzungen. Bargeld und gleichgestellte Zahlungsmittel (z.B. Sparbücher, Schecks/Reiseschecks) dürfen unbeschränkt ein- und ausgeführt werden, müssen aber bei Befragen ab 10.000 EUR angemeldet werden. Aus Nicht-EU-Ländern dürfen 200 Zigaretten oder 100 Zigarillos oder 50 Zigarren oder 250 g Tabak sowie 1 l Spirituosen oder 2 l Zwischenerzeugnisse oder 4 l nicht schäumender Wein und 16 l Bier eingeführt werden. Geldmittel ab einem Wert von 10.000 EUR müssen angemeldet werden. Bei der Wiedereinreise in die Schweiz dürfen über 17-jährige 250 Zigaretten oder Zigarren oder 250 g anderer Tabakfabrikate sowie 5 l alkoholische Getränke mit einem Alkoholgehalt bis 18 Vol.-% und 1 l alkoholische Getränke mit einem Alkoholgehalt über 18 Vol.-% zollfrei einführen. Die Wertfreigrenze aller eingekauften Waren beträgt 300 CHF (inkl. Geschenke, Alkohol und Tabakerzeugnisse). Bestimmte Waren wie Arznei- und Betäubungsmittel, jugendgefährdende und verfassungswidrige Medien, Fälschungen oder Produkte aus der Tier- und Pflanzenwelt (z. B. Elfenbein oder Krokodilleder) unterliegen Genehmigungspflichten oder Verboten. Da sich Zollbestimmungen kurzfristig ändern können, ist es ratsam, die aktuellen Vorschriften kurz vor der Reise direkt bei der jeweiligen Botschaft zu erfragen.

## Letland - Ärztliche Versorgung

Die medizinische Versorgung durch Ärzte und Apotheken ist flächendeckend. In Letland wird auf die Europäische Krankenversicherungskarte (European Health Insurance Card - EHIC) behandelt. Man muss die Behandlung im Voraus bezahlen. Die Krankenkasse erstattet dann gegen Vorlage der Quittung die Kosten. Für eventuell anfallende Rücktransport- und Mehrkosten ist eine private Auslandskrankenversicherung sinnvoll.

## Letland - Diplomatische Vertretungen

**Deutsche Botschaft** Raina bulvaris 13 1050 Riga Tel.: +371-67085100 Fax: +371-67085148 Web: <http://www.riga.diplo.de>  
**Österreichische Botschaft** Elizabetes iela 15-4° 1010 Riga Tel.: +371-67216125 E-Mail: [riga-ob@bmeia.gv.at](mailto:riga-ob@bmeia.gv.at)  
**Schweizerische Botschaft** Elizabetes 2 1340 Riga Tel.: +371-67338351 Fax: +371-67338354 Web: <http://www.eda.admin.ch/riga>

## Letland - Elektrizität

Die Netzspannung beträgt 230 Volt/50 Hertz. Wie in Deutschland und Österreich werden die Steckertypen C (Eurostecker) und F (Schukostecker) verwendet. Für die in der Schweiz verwendeten Stecker des Typs J (dreipolige Rundstecker) wird ein Adapter benötigt.

## Letland - Essen & Trinken

Die Küche Letlands ist von der russischen, deutschen sowie polnischen Küche beeinflusst. Das lettische Nationalgericht ist Pelmeni, mit Schweinefleisch gefüllte Teigtaschen. Weitere Spezialitäten sind graue Bohnen oder Erbsen mit Speck und Zwiebeln, Kartoffeln mit Hüttenkäse, geräucherte Wurst und eingelegter Hering. Borschtsch, eine Rote-Beete-Suppe wird hierzulande auch sehr gern gegessen. Die auf Speisekarten am häufigsten zu findenden Fische sind Lachs, Hering, Hecht, Forelle und Aal. In den Wintermonaten sind hauptsächlich Fleisch, Gemüse und Kartoffeln die Grundzutaten eines jeden Gerichtes. Im Sommer werden die verschiedenen Beeren zu Marmelade oder Obstkuchen verarbeitet. Honigkuchen und Hefezöpfe sind ebenfalls beliebte Nachspeisen. Für den kleinen Hunger zwischendurch bieten sich Pasteten mit Kohl und hartgekochten Eiern oder Pfannkuchen mit Fleisch und Käse an. Zum Essen trinkt man in der Regel Bier oder lettischen Champagner und als Digestif einen russischen oder lettischen Wodka.

## Letland - Feiertage

Neujahr (1. Januar); Karfreitag & Ostern (März/April); Tag der Arbeit (1. Mai); Wiederherstellung der Unabhängigkeit der Republik Letland (4. Mai); Mittsommerfest (23. Juni); Johannistag (24. Juni); Ausrufung der Republik Letland (18. November); Weihnachten (25./26. Dezember); Silvester (31. Dezember).

## Letland - Feste & Veranstaltungen

**Januar** Das erste wichtige Ereignis des Jahres ist das Weltcuprennen auf der Bobbahn in Sigulda. **April-Mai** Verzaubern lassen darf man sich auf dem International Baltic Ballet Festival in Riga (<http://www.ballet-festival.lv>). **Juni** In den Burgruinen von Cesis wird das Mittelalter-Festival mit Ritterspielen und Theateraufführungen veranstaltet. Das wichtigste Fest für jeden Letten ist das Sonnenwendfest in der Nacht vom 23. zum 24. Juni. **Juli** In Liepaja trifft man sich zum Stadtfest. In diesem Monat empfiehlt sich ebenfalls das Internationale Opernfestival in Sigulda. In Ventspils lohnt sich ein Besuch auf dem jährlichen Meeresfest, das mit einer feierlichen Prozession und einer rauschenden Party gefeiert wird. Teil des Stadtfestes von Kuldīga ist ein mittelalterlicher Markt. **November-Februar** Das Winterfest in Riga ist ein Musikfestival, das sich über den Zeitraum von vier Monaten erstreckt (<http://www.hbf.lv>).

## Letland - Frauen allein unterwegs

Alleinreisende Frauen werden in Letland nicht mit besonderen Problemen konfrontiert. Mit den üblichen Vorsichtsmaßnahmen kann man sich sehr gut in Letland bewegen. Dazu gehört - wie fast überall - dass Frauen nicht allein per Anhalter reisen sollten.

## Letland - Homosexualität

Homosexualität wird in Letland von der Bevölkerung eher weniger toleriert. In der Lettischen Verfassung ist die Ehe für Schwule und Lesben explizit verboten. In Riga gibt es eine kleine Schwulenszene. Den offenen Austausch von Zärtlichkeiten sollte man aus Sicherheitsgründen jedoch vermeiden, da es in der Vergangenheit zu Gewalthandlungen gegenüber Lesben und Schwulen gekommen ist.

## Letland - Klima & Reisezeit

Letland hat ein gemäßigtes Klima mit angenehmen Sommern und kalten Wintern. Wärmster Monat ist der Juli mit durchschnittlichen Temperaturen von ca. 16-18 °C. Der kälteste Monat an der Ostsee ist der Januar mit Temperaturen von bis zu -20 °C. Im Osten des Landes ist es im Februar mit -10 °C am kältesten. Der Niederschlag ist relativ gleichmäßig über das Jahr verteilt. Die beste Reisezeit ist von Mai bis September. Das Baden in der Ostsee ist eigentlich nur im Sommer empfehlenswert mit Wassertemperaturen von bis zu 17 °C.

## Letland - Menschen mit Behinderung

Gebäude und öffentliche Verkehrsmittel sind in der Regel noch nicht behindertengerecht ausgestattet.

## Letland - Notruf

Feuerwehr: 01, Polizei: 02, Ambulanz: 03 (Festnetz und mobil)

## Letland - Öffnungszeiten

Die Geschäfte in den Städten sind in der Regel Mo-Fr 10-21, Sa/So 10-20 Uhr geöffnet. In ländlichen Gebieten schließen die Geschäfte früher und oft auch zur Mittagszeit. Banken öffnen werktags zwischen 9 und 10 Uhr und schließen zwischen 16 und 18 Uhr. Wechselstuben haben oft sieben Tage pro Woche geöffnet.

## Letland - Reisen im Land

In Lettland ist das öffentliche Verkehrsnetz gut ausgebaut. Busse sind das wichtigste Verkehrsmittel. In jeder größeren Stadt gibt es einen Busbahnhof. Auch kleinere Ortschaften werden mindestens einmal pro Tag angefahren (<http://www.autoosta.lv>). Das Bahnstreckennetz wird erst allmählich wieder aufgebaut. Es ist nicht sehr weit verzweigt und nur auf den Hauptstrecken fahren die Züge in einer guten Taktfrequenz. Autos kann man in größeren Städten und an den Flughäfen mieten. Die Hauptverkehrsstraßen sind in einem guten Zustand. Bei Nebenstraßen ist dies nicht immer der Fall. In Lettland fährt man immer mit Abblendlicht. Die Promillegrenze liegt bei 0,5.

## Lettland - Steckbrief

**Amtssprache:** Lettisch **Bevölkerung:** rund 2,3 Mio. Einwohner **Fläche:** 64.589 km<sup>2</sup> **Hauptstadt:** Riga (rund 720.000 Einwohner) **Landesvorwahl:** +371 **Währung:** Euro (Abk.: €; ISO-4217-Code: EUR) **Zeitzone:** Eastern European Time (EET); Mitteleuropäische Zeit (MEZ) & Mitteleuropäische Sommerzeit (MESZ) +1 Std.

## Lettland - Telefon

Telefonzellen funktionieren mit Telefonkarten, die in Tankstellen, größeren Geschäften und Kiosken verkauft werden. In Lettland wurde das Telefonsystem digitalisiert. Von einem Anschluss mit 8-stelliger digitaler Nummer kann man jede andere 8-stellige Nummer anwählen, das Wählen der Vorwahl entfällt. Wenn man eine Nummer nicht erreicht, lässt man die 6 (Festnetz) oder 2 (Mobilnetz) am Anfang der Nummer weg. Noch sind nicht alle Telefonnummern umgestellt. Für Mobiltelefone bieten sich wieder aufladbare Prepaid-Karten im Wert von ca. 20 EUR an, die man in größeren Geschäften und an Kiosken erhält. Die Landesvorwahl von Lettland lautet: 00371.

## Lettland - Trinkgeld

Trinkgelder waren in Lettland früher nicht üblich, werden in den Städten mittlerweile jedoch erwartet. Im Restaurant und im Hotel sind 10 % des Rechnungsbetrages normal. Auf dem Lande trifft man gelegentlich noch auf Unverständnis, wenn man Trinkgeld gibt.

## Lettland - Zollbestimmungen

Waren für den persönlichen Gebrauch, die in einem EU-Land mit allen Abgaben gekauft wurden, können ohne Beschränkungen innerhalb der EU mitgeführt werden. Es gelten folgende Richtmengen: 800 Zigaretten oder 400 Zigarillos mit einem Höchstgewicht von 3 g pro Stück oder 200 Zigarren oder 1 kg Tabak und 10 l Spirituosen, 20 l Zwischenerzeugnisse, 90 l Wein, davon max. 60 l Schaumwein, und 110 l Bier. Aus Nicht-EU-Ländern dürfen 200 Zigaretten oder 100 Zigarillos oder 50 Zigarren oder 250 g Tabak sowie 1 l Spirituosen, 2 l Zwischenerzeugnisse, 4 l nicht schäumender Wein und 16 l Bier eingeführt werden. Bargeld im Wert von über 10.000 EUR muss bei Ein- und Ausreise innerhalb der EU auf Befragen angegeben werden. Die Einfuhr von Waffen ist verboten. Für die Ausfuhr von Antiquitäten wird ein Ausfuhrzertifikat benötigt. Bei der Wiedereinreise in die Schweiz dürfen über 17-jährige 250 Zigaretten oder Zigarren oder 250 g anderer Tabakfabrikate sowie 5 l alkoholische Getränke mit einem Alkoholgehalt bis 18 Vol.-% und 1 l alkoholische Getränke mit einem Alkoholgehalt über 18 Vol.-% zollfrei einführen. Die Wertfreigrenze aller eingekauften Waren beträgt 300 CHF (inkl. Geschenke, Alkohol und Tabakerzeugnisse). Da sich Zollbestimmungen kurzfristig ändern können, ist es ratsam, die aktuellen Vorschriften kurz vor der Reise direkt bei der jeweiligen Botschaft zu erfragen. Weitere Infos auch unter <http://www.zoll.de>.

## Estland - Ärztliche Versorgung

Die medizinische Versorgung durch Ärzte und Apotheken ist flächendeckend. In Estland wird auf die Europäische Krankenversicherungskarte (European Health Insurance Card, kurz „EHIC“) behandelt. Man muss die Behandlung im Voraus bezahlen. Die Krankenkasse erstattet dann gegen Vorlage der Quittung die Kosten. Rücktransport- und Mehrkosten deckt eine private Auslandskrankenversicherung ab.

## Estland - Diplomatische Vertretungen

**Deutsche Botschaft** Toom-Kuninga 11 15048 Tallinn Tel.: +372-627-5300 Fax: +372-627-5304 E-Mail: info@tallinn.diplo.de Web: <https://tallinn.diplo.de> Öffnungszeiten: Mo, Di, Do, Fr 9.30-11.30 Uhr, Mi 14-16 Uhr **Österreichische Botschaft** Vambola 6, 5. Stock 10114 Tallinn Tel.: +372-627-8740 Fax: +372-631-4365 E-Mail: tallinn-ob@bmeia.gv.at Web: <https://www.bmeia.gv.at/oeb-tallinn> Öffnungszeiten: Mo-Fr 10-12.30 Uhr **Schweizerisches Generalkonsulat** Lehmann & Partner OÜ F.R. Faehlmanni 37 - 6 10125 Tallinn Tel.: +372-52-36329 E-Mail: tallinn@honrep.ch Web: <https://www.eda.admin.ch/riga> Die zuständige Botschaft befindet sich in Riga/Lettland.

## Estland - Elektrizität

Die Netzspannung beträgt 230 Volt/50 Hertz. In der Regel passen Stecker des Typs C und F. In ländlichen Gebieten ist ein Reiseadapter trotzdem sinnvoll.

## Estland - Essen & Trinken

Während des langen Winters isst man in Estland gerne Blutwurst mit Sauerkraut. Weitere estnische Nationalgerichte sind Sult, Kalb- oder Schweinefleisch in Aspik, Rossolye, eingelegter Hering mit Rüben, und Taidetud Basikarind, gefüllter Kalbsbraten. Typische Fischgerichte sind Milchsuppe mit Fisch oder Salzhering mit gekochten Kartoffeln, saurer Sahne und Zwiebelringen. Aal oder Scholle verspeist der Este am liebsten geräuchert. Gern gegessen werden auch in Öl eingelegte Sprotten. Zum Hinunterspülen wird hauptsächlich Bier getrunken. Platz eins der beliebtesten hochprozentigen Drinks belegen Viru Valge oder Saaremaa, regionale Wodka-Sorten, und Vana Tallinn, ein Kräuterschnaps. Naschkatzen sollten unbedingt Kohuke probieren, eine mit Hüttenkäse gefüllte aromatische Schokolade. "Kama" aus geröstetem Gersten-, Roggen-, Hafer-, Erbsen- und Bohnenmehl kann, angemacht mit Milch und Honig, ebenso als Nachspeise wie als süßes Frühstück serviert werden.

## Estland - Feiertage

Neujahr (1. Januar); Unabhängigkeitstag (24. Februar); Karfreitag (März/April); Ostersonntag (März/April); Maifeiertag (1. Mai); Pfingsten (Mai/Juni); Tag des Sieges (23. Juni); Johannisfest (24. Juni); Tag der wiedererlangten Unabhängigkeit (20. August); Weihnachten (24./25./26. Dezember).

## Estland - Feste & Veranstaltungen

**April-Mai** In Tallinn, Tartu, Pärnu, Viljandi und Otepää feiert man das Jazzkaar Festival. Die Konzerte werden von internationalen sowie einheimischen Stars dargeboten (<https://www.jazzkaar.ee>). **Juni** In ganz Estland feiert man die Johannisnacht bzw. das Mittsommernfest mit Musik, Tanz und Lagerfeuern. **Juli** Das Biersommer Festival Ollesummer in Tallinn ist das größte baltische Freiluft-Fest. An insgesamt fünf Tagen treten nationale und internationale Bands auf (<https://www.facebook.com/Ollesummer>). **August** In diesem Monat findet in Tartu das Love Film Festival Tartuff statt (<https://www.tartuff.ee>). **November-Dezember** Ein besonderes Highlight ist das in Tallinn, Tartu und Pärnu veranstaltete Black Nights Festival. Das Filmfest zeigt weltweite Kinohits (<https://www.poff.ee>).

## Estland - Frauen allein unterwegs

Allein reisende Frauen werden in Estland nicht mit besonderen Problemen konfrontiert. Mit den üblichen Vorsichtsmaßnahmen kann man sich sehr gut in Estland bewegen. Dazu gehört - wie fast überall - dass Frauen nicht allein per Anhalter reisen sollten.

## Estland - Homosexualität

Homosexualität wird in Estland im zunehmenden Maße akzeptiert, lange Zeit war die gleichgeschlechtliche Liebe jedoch eher tabuisiert. Seit 1992 ist Homosexualität in Estland legal, seit 2004 besteht ein Antidiskriminierungsgesetz. Eingetragene Partnerschaften sind seit 2014 möglich, die Homo-Ehe nicht. Eine LGBT-Szene gibt es in Tallinn und in Tartu.

## Estland - Klima & Reisezeit

Estland hat ein gemäßigtes Klima mit langen, kalten Wintern und kurzen, relativ warmen Sommern. Im Winter betragen die Temperaturen im Durchschnitt zwischen -3 °C und -7 °C. Tiefsttemperaturen von -25 bis -30 °C sind durchaus möglich. Im Sommer liegen die durchschnittlichen Temperaturen zwischen 13 und 17 °C. Die meisten Niederschläge fallen in den Sommermonaten, die sich dennoch als beste Reisezeit empfehlen.

## Estland - Menschen mit Behinderung

Seit dem Beitritt des Landes zur EU im Jahr 2004 sind v.a. im Bereich der Hotellerie und Gastronomie (insbesondere mit drei oder mehr Sternen) vermehrt Bemühungen festzustellen, den Bedürfnissen behinderter Menschen gerecht zu werden. Rechtlich gesehen ist Barrierefreiheit für alle Bedienungseinrichtungen vorgeschrieben, in denen dies baulich möglich ist. In Privatunterkünften und in ländlichen Gebieten kann sich die Suche nach einer passenden Unterkunft allerdings noch schwierig gestalten. In einigen Teilen der Altstadt von Tallinn sind Rollstuhlfahrer auf fremde Hilfe angewiesen, da die Wege manchmal sehr steil sind; Kopfsteinpflaster und hohe Bordsteinkanten erschweren die Fortbewegung zusätzlich. Museen, Spa- und Wellnesseinrichtungen sowie Naturparks sind inzwischen meist mit behindertengerechten Zugängen ausgestattet. Weitere Auskünfte erteilt: **Procap Reisen & Sport** Frobürgstraße 4 4601 Olten Tel.: +41-62-2068830 E-Mail: info@procap.ch Web: <https://www.procap.ch> Öffnungszeiten: Do 9-12 und 13.30-16.30 Uhr, Mi 13.30-16.30 Uhr, Fr 9-12 und 13.30-15.30 Uhr Informationen im Internet auch unter <https://www.wato.de> oder <https://www.behindertenreisen.de>.

## Estland - Notruf

Feuerwehr und Ambulanz: 112, Polizei: 110

## Estland - Öffnungszeiten

Im Baltikum gibt es keine Ladenschlussgesetze. Die Geschäfte in den Städten sind in der Regel Mo-Fr 9-19/20 Uhr, Sa/So bis 17/18 Uhr geöffnet. In ländlichen Gebieten schließen die Geschäfte früher und oft auch zur Mittagszeit. Große Einkaufszentren bleiben dagegen oft bis 22 Uhr geöffnet. Banken können werktags zwischen 9 und 16 Uhr aufgesucht werden; Wechselstuben oft auch am Wochenende. Die Hauptpost in Tallinn öffnet Mo-Fr 8-20 Uhr und Sa 8-17 Uhr (<https://www.omniva.ee>). Büros sind Mo-Fr 8.30-17.30/18.30 Uhr besetzt.

## Estland - Reisen im Land

Busse sind das wichtigste öffentliche Verkehrsmittel in Estland. Das Land verfügt über zahlreiche Verbindungen, die mindestens einmal pro Tag auch kleinere Ortschaften anfahren (<https://www.tpilet.ee>). In Tallinn starten Busse in die Region am Busbahnhof direkt neben dem Hauptbahnhof. Die Bahnverbindungen sind im Vergleich seltener und oft langsamer, werden aber in jüngerer Zeit verbessert (<https://edel.ee>). Die Vororte von Tallinn erreicht man mit einer Elektrobahn (<https://elron.ee>). Der Schiffsverkehr funktioniert gut; die wichtigsten Inseln können in relativ kurzen Abständen mit Fähren erreicht werden. Informationen über Kreuzfahrten finden sich unter <http://www.baltikuminfo.de>. Mietwagen erhält man in größeren Städten und an den Flughäfen. Neben den Fahrzeugpapieren und einer Unfallversicherung benötigt man zum Selbstfahren auch einen internationalen Führerschein. Die Hauptverkehrsstraßen sind in einem guten Zustand. Bei Nebenstraßen ist dies nicht immer der Fall. In Estland fährt man immer mit Abblendlicht und es herrscht Rechtsverkehr. Die Promillegrenze liegt bei 0,0. Die Geschwindigkeitsbegrenzung beträgt 50 km/h innerhalb geschlossener Ortschaften, 90 km/h außerhalb und bis zu 120 km/h auf Schnellstraßen. Estland ist relativ flach und daher auch zum Fahrradfahren gut geeignet. Allerdings haben es Radfahrer schwer, sich im Straßenverkehr gegenüber den Autofahrern zu behaupten. Immerhin gibt es bislang rund 4.000 km ausgewiesene Radwege. Radkarten für die Gegend rund um Tallinn können z.B. unter <https://www.tallinn.ee> heruntergeladen werden.

## Estland - Steckbrief

**Amtssprache:** Estnisch **Bevölkerung:** rund 1,3 Mio. Einwohner **Fläche:** 45.227 km<sup>2</sup> **Hauptstadt:** Tallinn (rund 430.000 Einwohner) **Landesvorwahl:** +372 **Währung:** Euro (Abk.: €; ISO-4217-Code: EUR) **Zeitzone:** Eastern European Time (EET); Mitteleuropäische Zeit (MEZ) & Mitteleuropäische Sommerzeit (MESZ): +1 Std.

## Estland - Telefon

Telefonzellen funktionieren mit Telefonkarten, die in Tankstellen, größeren Geschäften und Kiosks verkauft werden. Telefonnummern aus Estland sind meist siebenstellig und haben keine gesonderte Vorwahl. Für die Nutzung von Mobiltelefonen bieten sich wiederaufladbare Prepaid-Karten an, die man in größeren Geschäften und Kiosks erhält. Um nach Deutschland zu telefonieren wählt man 0049 vor, nach Österreich 0043 und für Gespräche in die Schweiz 0041. Estland hat die Landesvorwahl 00372.

## Estland - Trinkgeld

Trinkgelder waren in Estland früher nicht üblich, werden in den Städten mittlerweile jedoch erwartet. In Restaurants und Hotels sind 10 % des Rechnungsbetrages üblich.

## Estland - Zollbestimmungen

Waren für den persönlichen Gebrauch, die in einem EU-Land mit allen Abgaben gekauft wurden, können ohne Beschränkungen innerhalb der EU mitgeführt werden. Es gelten folgende Richtmengen: 800 Zigaretten, 400 Zigarillos mit einem Höchstgewicht von 3 g pro Stück, 200 Zigarren, 1 kg Tabak sowie 10 l Spirituosen, 20 l Zwischenerzeugnisse, 90 l Wein, davon max. 60 l Schaumwein, und 110 l Bier. Aus Nicht-EU-Ländern dürfen 200 Zigaretten oder 100 Zigarillos oder 50 Zigarren oder 250 g Tabak sowie 1 l Spirituosen oder 2 l Zwischenerzeugnisse oder 4 l nicht schäumender Wein und 16 l Bier eingeführt werden. Andere Waren sind bis zu einem Wert von 300 EUR bzw. 430 EUR bei Anreise per Schiff oder Flugzeug von Abgaben befreit (Jugendliche unter 15 Jahre: 175 EUR). Bei der Wiedereinreise in die Schweiz dürfen über 17-jährige 250 Zigaretten oder Zigarren oder 250 g anderer Tabakfabrikate sowie 5 l alkoholische Getränke mit einem Alkoholgehalt bis 18 Vol.-% und 1 l alkoholische Getränke mit einem Alkoholgehalt über 18 Vol.-% zollfrei einführen. Die Wertfreigrenze aller eingekauften Waren beträgt 300 CHF (inkl. Geschenke, Alkohol und Tabakerzeugnisse). Da sich Zollbestimmungen kurzfristig ändern können, ist es ratsam, die aktuellen Vorschriften kurz vor der Reise direkt bei der jeweiligen Botschaft zu erfragen. Weitere Infos auch unter <http://www.zoll.de>.