

So aber versuchten es die Bauern mit dem unempfindlicheren süßen Großgras, um Rum herzustellen. Als das verboten wurde, bauten sie Destillieren zu Zuckerfabriken um.

Heute ist beides erlaubt, und jede Familie hat ihr eigenes Rezept zum Ansetzen des Hochprozentigen mit fast allem, was die üppige tropische Pflanzenwelt so hergibt. Je nach Belieben vor oder nach dem allgegenwärtigen Caridem Nationalgericht mit Fisch, Fleisch oder Geflügel zu genießen. Kulinarisches Muss ist auch die Ente mit Vanille, Canard à la vanille. Natürlich mit der einheimischen Bourbon-Vanille, die vielen als die beste der Welt gilt.

Für Louis Leichnig gibt es daran keinen Zweifel. Genauso wenig wie an seiner Abstammung. Der Vanillepflanzer und Ururnachfahre des Weltenbummlers Wilhelm Leichnig, den es um das Jahr 1700 herum aus Köln auf die Tropeninsel verschlug, kann seine Wurzeln nicht verleugnen: blaue Augen, blondes Haar, weiße Haut. Trotzdem lässt er keine Zweifel an seiner Identität aufkommen. „Mi koz kréol“ steht unübersehbar auf einem Schild an seinem Vanillestand auf dem exotischen Wochenmarkt in Saint Paul – „Ich spreche Kreolisch“. Eine Botschaft, die sich weniger an deutsche als an französische Touristen richtet, deren Sprache



Die Natur lebt: Vulkanausbruch

FOTO: AFP

sonders geschätzt. Die bedienen sich nur im Unterricht der offiziellen Amtssprache Französisch. Kreol ist die Sprache der früheren Sklaven und heute Umgangssprache, die inzwischen auch gesellschaftsfähig und kulturell anerkannt ist. Oder, wie Kreolen es sagen: „La Réunion ist reich. Die Insel hat eine Sprache, um sich untereinander zu unterhalten und eine Sprache, um mit anderen zu sprechen – oté, La Réunion!“

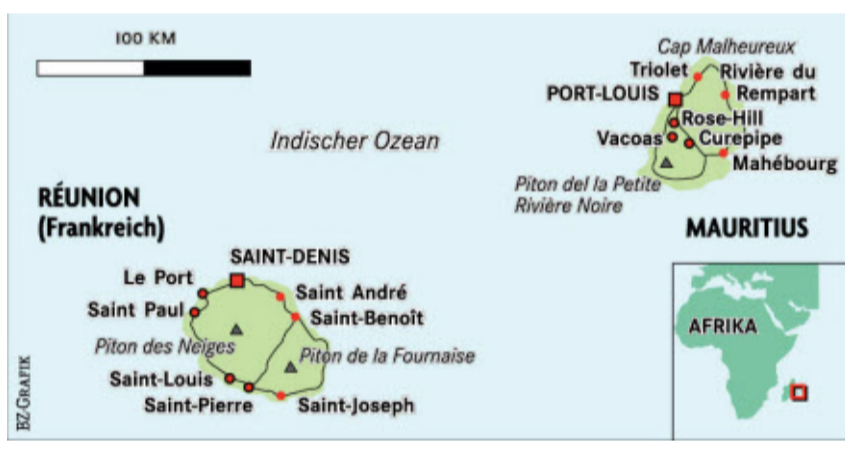
Was alle begeistert, sind die imposanten Auftritte der Buckelwale, die von Juli bis Oktober aus den eisigen Antarktischgewässern zur Paarung in den warmen Indischen Ozean kommen. An fast allen Stränden kommt es dann spontan zu Standing Ovationen für das Ballett der Meeresriesen in nächster Nähe.

Keine Sehenswürdigkeit im Prospekt-Jargon, aber nicht zu übersehen bei einer Inseltour: Altäre zu Ehren von Saint Expédit. Der Heilige, den es nur hier gibt, aber nie wirklich gab, ist ein Übersetzungsfehler, aber das ist lange her – und es interessiert auch keinen wirklich. Der Verehrte im römischen Waffenrock ziert unzählige der blutroten Straßenaltäre und hilft in jeder Lebenslage. Vorausgesetzt, man lässt ihm Kerzen,

Blumen Zigaretten, Rumflachmänner ... Möglich, dass er es auch gegen Chikungunya, „le chik“, richtet. Was deutschen Réunion-Touristen aber wohl egal zu sein scheint. Didier, Taxifahrer am Flughafen Gillot: „Die Franzosen haben Angst und bleiben weg, aber die Deutschen kommen nach wie vor – sie fürchten sich allenfalls vor unserer Sprache.“

auch die offizielle Landessprache des südlichsten Stück Europas ist, 10 000 Kilometer von Paris entfernt.

So bunt wie die Küche der ehemaligen Sklavengesellschaft ist die religiöse Mischkultur aus Hinduismus, Buddhismus, Christentum und Islam. Alle Feste werden von allen gefeiert und als schulfreie Zeit von Lehrern und Schülern be-



INFOBOX

LA RÉUNION/MAURITIUS

**Anreise:** Air Mauritius fliegt ab Winter 2006 bis zu dreimal wöchentlich ab Frankfurt und München.

**Gesundheit:** Mückenschutz gegen Chikungunya wird empfohlen.

**Angebote:** Kombinationsreisen zum Beispiel mit der achttägigen Selbstfahrer-Rundreise „Alizée“ auf Reunion und fünf Tagen Hotelaufenthalt im Hotel „Sakoa“ (3 Sterne) auf Mauritius gibt es ab 1890 Euro pro Person. Einen 14-tägigen Mauritius-Aufenthalt für zwei Erwachsene und ein Kind (unter 12 Jahren) im Ferienhaus direkt am feinsandigen Strand von Trou aux Biches kostet ab 3360 Euro.

**Info:** www.indischerozean.de

BZ - GEWINNSPIEL



Pool, Meer, Sonne: das Hotel „Cannonier“ auf Mauritius

FOTO: PROMO

Ab auf die Insel

Mit der BZ und dem Reiseveranstalter Alizée nach La Réunion

Sie sind reif für die Insel? Na, dann, nichts wie hin: Die Badische Zeitung und der Reiseveranstalter Alizée aus Mühlheim, der sich auf individuelle Reisen in den Indischen Ozean spezialisiert hat, verlosen eine absolute Traumreise für zwei Personen im September.

Los geht's ab Flughafen Frankfurt: Dort können Sie Ihr Fahrzeug 14 Tage gratis parken. Nach den üblichen Formalitäten fliegen Sie mit Air Mauritius nach La Réunion. Dort starten Sie eine achttägige Selbstfahrer-Rundreise. Übernachten werden Sie in den beliebten Charming-Hotels der „Kleinen Hotellerie“ an den attraktivsten Standorten der Insel im Südwesten, Cilaos und im Cirque Salazie. Inklusiv ist selbstverständlich der Mietwagen ab Flughafen Saint Denis, al-

le Übernachtungen im Doppelzimmer mit Frühstück, sowie eine persönliche Beratung durch den Reiseveranstalter.

Anschließend fliegen Sie nach Mauritius, wo Sie fünf Tage im Beachcomber-Hotel „Cannonier“ (4,5 Sterne) im Doppelzimmer mit Halbpension relaxen können. Zusätzliches Bonbon: zwei Inseltouren im privaten Taxi. Viel Glück! stz

Rufen Sie bis Freitag, 23. Juni, 14 Uhr, an unter ☎ 0137/85501534 (49 Cent aus dem Festnetz), nennen Sie Namen, Adresse sowie das Stichwort „Traumurlaub“. Der glückliche Gewinner wird samt Foto in unserer Beilage Reise & Freizeit vorgestellt.

Kühle Wickel oder Eiswürfel – oder gar keine Sonne

Die meisten Menschen unterschätzen immer noch die Kraft der Sonne – was tun bei einem Sonnenbrand?

Es passiert trotz besseren Wissens und der einen oder anderen Vorkehrung: Nach einem Strandtag, einer Radtour oder einem ausgedehnten Besuch im Straßencafé sind Nase, Schultern oder Oberarme krebssrot. „Die meisten unterschätzen die Sonne und haben sich oft gar nicht oder unzureichend eingecremt“, sagt die Hautärztin Gertraud Kremer aus Berlin. „Es kann natürlich nicht gutgehen, wenn ein Mitteleuropäer im Februar in die Karibik fliegt und sich da voll in die Sonne legt.“

Ist der Sonnenbrand erst da, tut schnelle Linderung Not: „Kühlen ist das erste und beste Mittel, um die Haut zu beruhigen“, sagt der Dermatologe Johannes Müller-Steinmann aus Kiel. Dazu empfiehlt er kühle Wickel mit Teebeuteln, Quark oder Eichenrinde. Die gibt es in Reformhäusern und Drogerien zu kaufen.

Gertraud Kremer, die auch Vorstandsmitglied des Berufsverbandes der Deutschen Dermatologen (BVDD) ist, setzt auf kühlende Gelpacks. „Die dürfen natürlich nicht direkt aus dem Gefrierschrank auf die Haut, sondern man sollte sie in ein Handtuch einschlagen.“ Wer keine Gelpacks zur Hand hat, kann auch Eiswürfel oder ganz einfach ein feuchtes Tuch nehmen.

Nach der Kühlung sollte die geschundene Haut mit einer Feuchtigkeitscreme gepflegt werden. „Das kann die ganz normale Lotion sein, die man sonst auch benutzt oder ein handelsübliches After-Sun-Produkt, das leicht kühlt und Feuchtigkeit spendet“, erklärt die Kosmetikerin Rena-

te Donath aus Hamburg. Auf keinen Fall sollte man fetthaltige Cremes benutzen. „Das Fett verhindert die Atmung der Haut und verhindert, dass sie abkühlt“, warnt Dermatologe Müller-Steinmann. Wer allerdings grundsätzlich trockene Haut hat und nicht allzu verbrannt ist, kann nach den Worten von Kremer nach der After-Sun-Lotion zusätzlich die normale Pflege auftragen, die in der Regel fettend ist.

Parfümierte Produkte sollten ebenso wie ausgiebiges Duschen und Baden vermieden werden. „Das strapaziert die Haut zusätzlich“, sagt Dermatologin Kremer. Gleiches gilt für alle anderen Kosmetika. „Bei leichter Rötung kann man zum Abdecken eventuell noch ein Puder verwenden“, sagt Kosmetikerin Donath. Schwere Puder-Make-ups allerdings sollten tabu sein. Verursacht die Rötung Schmerzen, verschaffen Schmerzmittel wie Aspirin oder Paracetamol Linderung. Für die geschundenen Hautstellen empfehlen sich leichte Kortisonpräparate.

Richtig gefährlich allerdings wird der Sonnenbrand, wenn mehr als 20 Prozent der Körperoberfläche verbrannt sind, was gerade am Rücken schnell passieren kann. „Dann bekommen die meisten Kreislaufprobleme, verlieren viel Flüssigkeit, und die Infekti-



Sonne tut gut, in Maßen.

FOTO: DPA

onsgefahr steigt“, warnt Müller-Steinmann. Fieber und Schüttelfrost sind mögliche Folgen. „Das Schlimmste ist, dass zu dem extremen Sonnenbrand oft ein Sonnenstich hinzukommt“, sagt Dermatolo-

gin Kremer. Dann hilft nur noch der Gang zum Arzt.

Bei schwereren Verbrennungen mit Pusteln und Bläschen tun es nämlich Hausmittelchen und leichte Präparate nicht mehr. „Bei Pickeln helfen so genannte Antihistaminika, die man häufig zur Behandlung von Heuschnupfen einsetzt“, sagt der Dermatologe Johannes Müller-Steinmann aus Kiel. Diese Mittel hemmen auch die Entzündung.

Die Haut sollte langsam an die Sonne gewöhnt werden

„Das oberste Gebot ist natürlich, so schnell wie möglich aus der Sonne zu gehen, sobald man merkt, dass die Haut spannt“, sagt Kremer. Der nächste Tag sollte weitestgehend sonnenfrei sein. Das gilt auch für indirekte Sonnenbäder, beispielsweise beim Spaziergang.

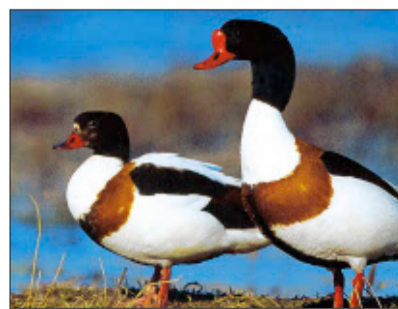
Zwar können auch leichte Sonnenbrände Pigmentflecken, schnellere Faltenbildung und im schlimmsten Fall Hautkrebs verursachen. Panikmache und „Sonnephobie“ hält Hautärztin Gertraud Kremer allerdings für unangebracht. Die Haut sollte einfach nur langsam an die Sonne gewöhnt werden. gms

LESETIPP

Urlaub mit Verstand

Wenn der Südbadener ans Meer fährt, befindet er sich in einer anderen Welt: atmosphärisch, klimatisch, kulturell. Und dann die Natur: Diese unterscheidet sich offensichtlich von der bekannten. Wer kennt schon die vielen Muscheln? Woher kommt der Kalkschulp, der oft zu finden ist? Solche Fragen stellen sich schnell. Christian Pott begegnet diesen mit seinem Naturführer „Pflanzen und Tiere der Küste“. Dort werden die typischen Tiere und Pflanzen in Wort und Bild porträtiert. Zwar bezieht er sich im Wesentlichen auf den Lebensraum der deutschen Nordseeküste, viele Arten sind jedoch auch weit darüber hinaus vertreten. Fazit: Ein nützliches Buch, das der interessierte Südbadener beim Urlaub am Meer immer dabei haben sollte. Dann versteht er, was er sieht. hu

– Christian Pott: Pflanzen und Tiere der Küste, Ulmer-Verlag, Stuttgart 2006, 256 Seiten, 15,90 Euro.



Zwei Badegäste

FOTO: PROMO