

Inhalt

Vorwort	
Hinweise zur Benutzung des Buches	7
Kartenverzeichnis	11

Vor der Reise

Alles auf einen Blick	
Kurze Vorstellung der Regionen	

Praktische Reisetipps A-Z

Ausrüstung	26	Feste und Feiertage	41
Auto fahren	27	Feilschen	42
Autoverkauf	29	Fliegende Händler	43
Begrüßung	30	Fotografieren	44
Bekleidung	31	Frauen allein unterwegs	45
Betteln	32	Führer	45
Drogen und andere Laster	33	Geldfragen	46
Ein- und Ausreisebestimmungen	34	Gesundheit	48
Elektrizität	38	Hin- und Rückreise	52
Essen und Trinken	39	Maße und Gewichte	57
		Mietwagen	57
	14	Motorrad fahren	59
	19	Nachtleben	59
		Notfall	60
		Öffnungszeiten	61
		Post	62
		Preise und Reisekasse	62
		Prostitution	62
		Rad fahren	64
		Reiseveranstalter	64
		Reisezeit	65
		Schmiergeld	65
		Sextourismus	66
		Sicherheit und Kriminalität	67
		Sport und Erholung	69
		Telefonieren, Faxen, Internet	70
		Uhrzeit	71
		Unterkunft	72
		Verhaltenstipps	72
		Verkehrsmittel	73
		Versicherungen	79

10 INHALT

Land und Natur

Geografie	82	La Somone	192
Klima	84	Reserve de Bandia	192
Flora	84	Saly Portudal	195
Fauna	86	Mbour	195
Nationalparks	88	Nianing	197
		Mbodiene	198
		Joal-Fadiouth	198

Staat und Gesellschaft

Geschichte	94	Das Sine-Saloum-Delta	200
Staat und Verwaltung	102	Ndangane/Mar Lodj	202
Aktuelle Politik	102	Palmarin/Djifér (Differ)	203
Bildungswesen	106	Foundiougne	205
Gesundheitswesen	106	Kaolack	206
Medien	107	Toubakouta	207
Wirtschaft	108	Missirah	207
Tourismus	110	Rundfahrten zu den Megalithen des Sine-Saloum	208

Menschen und Kultur

Die Völker Senegambias	114	Der Senegal-Fluss	226
Religion	118	Rosso	228
Alltagsleben	124	Richard Toll	229
Die Frau in Senegambia	125	Dagana	230
Musik	127	Podor	230
Kunsthandwerk	131	Matam	232
Malerei	131	Bakel	232
Mode	133	Kidira	233
Literatur	133		
Film	136		
Architektur	137		

Senegal

Dakar	140	Der Südosten	234
Ausflüge	171	Tambacounda	236
		Nationalpark Niokolo Koba	237
		Kédougou	241
		Das Bassari-Land	242
		Salémata	243
Das Zentrum	180	Die Casamance	244
Thiès	180	Ziguinchor	254
Tivaouane	183	Basse Casamance	259
Diourbel	184	Nord-Casamance	268
Touba	185	Haute Casamance	273

Die Petite Côte

Toubab Dialaw	190	Gambia	
Popenguine	191	Banjul	276
		Ausflüge	288

Die Südküste	290	Unterkunft	331
Kombo-St. Mary Area	290	Sicherheit	331
Serekunda	299	Verständigung	331
Brikama	302	Geld	332
Ghanatown/Brufut Beach	303	Von Bissau auf die Bijagos	332
Tanji/Tanji Bird Reserve	303	Weiterreise	335
Saniang/Saniang Point	304	Auf dem Bijagos-Archipel	336
Gunjur/Gunjur Beach	304		
Kartung	305		
Anhang			
Der Gambia River	306	Sprachen	346
Das Südufer	307	Kleine Sprachhilfe	347
Das Nordufer	319	Glossar	348
		Reise-Gesundheits-	
		Informationen	350
		Literatur und Karten	353
		Register	354
Einführung	326	Der Autor	359
Anreise	327	Legende Umschlagkarte	
Formalitäten	330	Dakar Zentrum	360
Exkurse			
Malaria prophylaxe: „Wir halluzinieren ...“			49
Eine Fähre für den Senegal			68
Eine Fahrt im „Express“ von Dakar in die Hauptstadt Malis/ von P. Cissek			74
Sufis im Senegal			120
„Die Dakar“ – ein Mythos mit ungewisser Zukunft			156
Die Île de Gorée – Mahnmal gegen Sklaverei			172
Touba, Senegals Mekka			184
Der Baobab – Afrikas Wunderbaum			193
Das Beschneidungsfest von Mbour			196
Ein tragischer Held aus St. Louis			220
Als Frau auf dem Drahtesel durch die Casamance			250
Sanfter Tourismus – das Projekt „Campements villageois“			260
Der M.F.D.C., die Diola und ihr Freiheitswillie			268
Millionen in den Sand gesetzt – die „Smiling Coast“ kann wieder lächeln			291
Im Reich des „Ninki Nanka“ – 400 km mit einer Piroge auf dem Gambia River			314
Mutterrecht auf Bijagos			340
Kartenverzeichnis			
Banjul (Gambia)	282	Halbinsel Cap Vert	141
Basse Casamance	262	Kombo-St. Mary Area	292
Bijagos-Archipel	328	Megalithen-Rundfahrt 1	208
Bubaque (Bijagos)	338	Megalithen-Rundfahrt 2	210
Dakar City	148	Nationalpark Niokolo Koba	238
Dakar Zentrum		Petite Côte	189
		Senegal, Gambia	
Umschlag hinten			Umschlag vorn
Gambia	276	St. Louis	217
		Ziguinchor	255