

# Inhalt

## Praktische Reisetipps A-Z

Als Gast in Westafrika	20
Anreise	28
Ausrüstung	37
Diplomatische Vertretungen und Informationsstellen	44
Einreisebestimmungen	47
Essen und Trinken	47
Fotografieren	57
Geld	58
Kriminalität, Sicherheit und Verhalten im Notfall	61
Medien	64
Post, Telefon, Internet	65
Reisen in Westafrika	66
Reisepartner	78
Reisezeit	78
Unterkunft	79
Versicherungen	80

## Länder und Leute Westafrikas

Geografie und Geologie	84
Klima	95
Geschichte Westafrikas	98
Bevölkerung	114
Religion	148
Kunst und Kultur	167

## Guinea-Bissau

### Landeskundliche Informationen

Geografie	220
Klima	221
Fauna und Flora	221
Bevölkerung	224
Sprachen	224
Religionen	225

Geschichte und Politik	225	Bubaque	259
Wirtschaft	231	Ilha das Galinas	266
Gesundheitswesen	232	Orango	266
Bildungswesen	233	Bolama	267
Kultur	233		
Die Frau in Guinea-Bissau	234	<b>Guinea</b>	
Medien	234		

### **Praktische Reisetipps A-Z**

An- und Weiterreise	235
Botschaften/Konsulate	237
Einreisebestimmungen/Visum	238
Feiertage und Feste	238
Geld/Währung	238
Gesundheit	239
Informationen	239
Kriminalität/Sicherheit	239
Post und Telefon	239
Reise-Gesundheits-Information	240
Reisen in Guinea-Bissau	242
Strom	244
Trinkwasser	244
Unterkunft	244
Verpflegung	244

### **Unterwegs in Guinea-Bissau**

<b>Das Festland</b>	<b>246</b>
Bissau	246
Bafata	256
Buba	256
Bula	256
Cacheu	256
Canchungo	257
Catió	257
Gabú	257
Jemberem	257
Quinhamel	258
Saltinho-Wasserfälle	258
São Domingos	258
Varela	258
<b>Der Bijagos-Archipel</b>	<b>259</b>

### **Landeskundliche Informationen**

Geografie	272
Klima	276
Fauna und Flora	277
Bevölkerung	278
Sprachen	281
Religionen	281
Geschichte und Politik	284
Wirtschaft	292
Gesundheitswesen	295
Bildungswesen	297
Kultur	298
Medien	300

### **Praktische Reisetipps A-Z**

An- und Weiterreise	302
Botschaften/Konsulate	311
Einreisebestimmungen/Visum	313
Feiertage und Feste	315
Fotografieren	315
Geld, Währung, Banken und Reisebudget	315
Gesundheit	317
Reise-Gesundheits-Information	318
Informationen	320
Karten	320
Kriminalität/Sicherheit	321
Nachtleben	323
Öffnungszeiten	324
Post und Telekommunikation	324
Reisen in Guinea	325
Strom	332
Trinkwasser	332
Uhrzeit	333

Unterkunft	333	<b>Kissidougou – Nzérékoré</b>	<b>404</b>
Verpflegung	335	Guékédou	405
		Macenta	407
<b>Unterwegs in Guinea</b>		Sérédou	408
<b>Conakry</b>	<b>336</b>	Nzérékoré	410
<i>Routenvorschläge</i>	337	<b>Kissidougou –</b>	
Ausflug zu den Los-Inseln	351	<b>Faranah – Mamou</b>	<b>415</b>
<b>Conakry – Kamsar– Boké</b>	<b>358</b>	Banian und Nigerquelle	415
Chien qui Fume	358	Faranah	415
Dubréka	358		
Boffa	360	<b>Côte d'Ivoire</b>	
Plage Bel-Air	360		
Kamsar	361	<b>Landeskundliche Informationen</b>	
Boké	362	Geografie	420
<b>Conakry – Kindia</b>	<b>363</b>	Klima	422
Coyah	364	Bevölkerung	424
Kindia	365	Sprachen	425
<b>Kindia – Mamou</b>	<b>370</b>	Religionen	425
Konkouré-Fall	370	Geschichte und Politik	426
Mamou	372	Wirtschaft	434
<b>Koundara – Labé</b>	<b>374</b>	Gesundheitswesen	435
Koundara	374	Bildungswesen	436
Labé	375	Medien	437
<b>Labé – Mamou</b>	<b>382</b>		
Pita	382	<b>Praktische Reisetipps A–Z</b>	
Dalaba	386	An- und Weiterreise	438
Bafing-Stausee und -Quelle	389	Botschaften/Konsulate	440
<b>Labé – Mali – Yambering</b>	<b>390</b>	Einreisebestimmungen/Visum	441
Mali	390	Essen und Trinken	442
<b>Mamou – Dabola – Kankan</b>	<b>392</b>	Feiertage und Feste	444
Timbo	392	<i>Reise-Gesundheits-Information</i>	446
Dabola	393	Geld/Währung/Banken	448
Kouroussa	395	Öffnungszeiten	448
Kankan	395	Post und Telekommunikation	448
<b>Kouroussa –</b>		Reisen in der Côte d'Ivoire	449
<b>Siguiro – Bamako (Mali)</b>	<b>400</b>	Strom	452
Kouroussa – Siguiro	400	Uhrzeit	452
Siguiro – Bamako (Mali)	401		
<b>Kankan – Kissidougou</b>	<b>402</b>	<b>Unterwegs in der Côte d'Ivoire</b>	
Tokounou	402	<b>Abidjan</b>	<b>453</b>
Kissidougou	403	<b>Die Küste östlich von Abidjan</b>	<b>469</b>

Abidjan – Grand-Bassam – Assini	469	Bondoukou	507
Grand-Bassam	469	Bondoukou –	
Moundoukon	473	Comoé-Nationalpark	509
Assini, Assouindé	473	Bouna	509
<b>Die Küste westlich von Abidjan</b>	<b>474</b>	Der Comoé-Nationalpark	509
Abidjan – Grand Lahou –		<b>Der Norden und Nordwesten</b>	<b>515</b>
Sassandra – San Pédro – Tabou	474	Ferkéssédougou – Odienné	515
Île de Tiegba	475	Ferkéssédougou	515
Grand Lahou	476	Korhogo	519
Gaoulou	476	Boundiali	524
Sassandra	476	Odienné	524
Monogaga	479		
San Pédro	480		
Tabou	484		
Tai-Nationalpark	484		
<b>Das Zentrum –</b>		<b>Ghana</b>	
<b>Land der Baule</b>	<b>486</b>	<b>Landeskundliche Informationen</b>	
San Pédro – Soubré – Daloa	486	Geografie	528
Soubré	486	Klima	530
Daloa	487	Bevölkerung	531
Abidjan – Divo – Gagnoa	488	Sprachen	531
Divo	488	Religionen	535
Variante Sassandra –		Geschichte und Politik	535
Lakota – Gagnoa	488	Wirtschaft	536
Gagnoa	488	Gesundheitswesen	537
Abidjan – Yamoussoukro –		Bildungswesen	537
Bouaké – Katiola	489	Medien	538
Yamoussoukro	489		
Bouaké	493	<b>Praktische Reisetipps A–Z</b>	
Katiola	495	An- und Weiterreise	539
Yamoussoukro – Bouaflé –		Botschaften/Konsulate	542
Daloa – Man – Touba	496	Einreisebestimmungen/Visum	543
Bouaflé	496	Essen und Trinken	545
Man	497	Feiertage und Feste	546
Touba	503	Fotografieren	546
<b>Der Osten und Nordosten</b>	<b>504</b>	Geld/Währung/Banken	546
Abidjan – Abengourou	504	Öffnungszeiten	547
Aboisso	504	Reise-Gesundheits-Information	548
Ayamé	505	Post und Telekommunikation	550
Abengourou	506	Reisen in Ghana	550
Abengourou – Bondoukou	507	Strom	554
		Uhrzeit	554
		Unterkunft	555

## Unterwegs in Ghana

<b>Accra</b>	<b>556</b>	<i>Sekondi-Takoradi</i>	596
<b>Nordosten von Accra</b>		<i>Princess Town</i>	599
<b>und Volta-Region</b>	<b>572</b>	<i>Axim</i>	600
Accra – Koforidua	572	<i>Ankobra Beach</i>	600
Aburi	572	<i>Beyin und Half Assini</i>	601
Ahwereas	572	<b>Das Zentrum –</b>	
Akropong	572	<b>die Ashanti-Region</b>	<b>601</b>
Boti-Falls	573	Accra – Kumasi	601
Koforidua	574	Nkawkaw	601
Accra – Akosombo – Hohoe	574	Kumasi	601
Larteh	574	Kumasi – Obuasi – Tarkwa	610
Shai Game Reserve	574	Lake Bosumtwi	610
Akosombo	575	Obuasi	611
Ho	576	Dunkwa	612
Kpandu	577	Tarkwa	613
Hohoe und Wli Falls	577	Kumasi – Sunyani	613
Tafi-Atome-Affenreservat	579	Owabi Wildlife Sanctuary	613
Amedzofe	579	Sunyani	613
<b>Die ghanaische Küste</b>	<b>580</b>	<b>Der Norden Ghanas</b>	<b>614</b>
Östliche Küste		Kumasi – Bolgatanga	614
von Accra bis Aflao	580	Techiman	615
Téma	580	Kintampo und Mighty	
Ada	581	Kintampo Falls (Fuller Falls)	615
Sogakofé	581	Tamale	616
Keta	583	Bolgatanga	619
Aflao	583	Bolgatanga –	
Westliche Küste		Navrongo – Paga	620
von Accra bis Half Assini	586	Navrongo	620
Kokrobite und Botianor	586	Paga	621
Nyanyano	587	Larabanga – Wa – Hamale	621
Gomoa Fetteh	587	Larabanga	621
Senya Beraku	587	Mole National Park	622
Winneba	587	Wa	623
Apam	588	Hamale	623
Saltpond	588		
Biriwa	588	<b>Togo</b>	
Cape Coast	588	<b>Landeskundliche Informationen</b>	
Elmina	593	Geografie	626
Brenu-Akyinim	595	Klima	626
Ampyeni	596	Bevölkerung	628

Sprachen	628	Blitta	667
Religionen	629	<b>Der Norden</b>	<b>668</b>
Geschichte und Politik	632	Atakpamé – Sokodé – Kara	668
Wirtschaft	634	Sokodé	669
Gesundheitswesen	635	Aledjo	671
Bildungswesen	635	Bafilo	671
Medien	636	Kara	671
		Niamtougou	673
<b>Praktische Reisetipps A-Z</b>		Kandé	674
An- und Weiterreise	637	Kandé – Sansanné-	
Botschaften/		Mango – Dapaong	675
Konsulate/Informationen	638	Parc National de la Kéran	675
Einreisebestimmungen/Visum	639	Sansanné-Mango	678
Essen und Trinken	640	Dapaong (Dapango)	679
Reise-Gesundheits-Information	642	Cinkassé	679
Feiertage und Feste	644		
Geld/Währung/Banken	644	<b>Benin</b>	
Öffnungszeiten	644		
Post und Telekommunikation	644	<b>Landeskundliche Informationen</b>	
Reisen in Togo	645	Geografie	682
Strom	646	Klima	682
Uhrzeit	646	Bevölkerung	684
		Sprachen	684
<b>Unterwegs in Togo</b>		Religionen	684
<b>Lomé</b>	<b>647</b>	Geschichte und Politik	689
<b>Die Küste und der Lac Togo</b>	<b>658</b>	Wirtschaft	693
Lomé – Lac Togo –		Gesundheitswesen	694
Aného – Vogan	658	Bildungswesen	694
Lac Togo	658	Medien	695
Togoville	658		
Aného	658	<b>Praktische Reisetipps A-Z</b>	
Glidji	659	An- und Weiterreise	696
Vogan	659	Botschaften/Konsulate	697
<b>Der Süden und das Zentrum</b>	<b>660</b>	Einreisebestimmungen/Visum	698
Lomé – Kpalimé –		Essen und Trinken	699
Atakpamé – Blitta	660	Feiertage und Feste	699
Tsévié	660	Reise-Gesundheits-Information	700
Kpalimé	661	Fotografieren	702
Adéta	665	Geld/Währung/Banken	702
Badou	665	Informationen	702
Atakpamé	666	Öffnungszeiten	702

Post und Telekommunikation	703	Parakou – Natitingou	725
Reisen in Benin	703	<i>Variante über Kouandé</i>	725
Strom	704	<i>Natitingou</i>	725
Uhrzeit	704	Natitingou – Porga	727
Unterkunft	704	Cascades de Tanougou	727
		<i>Pendjari-Nationalpark</i>	727
<b>Unterwegs in Benin</b>		Parakou – Guessou Sud –	
<b>Cotonou</b>	<b>705</b>	Malanville	729
<b>Die Küstenregion</b>	<b>713</b>	<i>Malanville</i>	729
Ganvié	713	<i>Parc National du W</i>	729
Porto Novo	714		
Cotonou – Grand-Popo	717	<b>Anhang</b>	
Ouidah	717		
Grand-Popo	719	Sprachen	732
<b>Das Zentrum</b>		Gesundheit	734
<b>und der Norden</b>	<b>720</b>	Orientierung und Navigation	737
Cotonou – Abomey – Parakou	720	Glossar	740
Abomey	720	Literatur	746
Dassa	722	Landkarten	748
<i>Streckenvariante Dassa –</i>		Register	754
<i>Savalou – Djougou</i>	722	Danksagung	767
Savé	722	Fotonachweis	767
Parakou	722	Die Autoren	768