

Wie alles begann	9
<i>Wieso Afrika?</i>	9
<i>Erste Reisen</i>	11
<i>Am Anfang war der Jeep</i>	14
<i>Reisevorbereitungen</i>	15
Europa	18
<i>Supermärkte und Tankstellen in Frankreich: Fehlanzeige!</i>	18
<i>Andorra - Das Skifahrerparadies schlechthin</i>	20
<i>Gemütlichkeit im trockenen Spanien</i>	20
Trockenheit und Arbeitslosigkeit	20
20 Stundenkilometer erlaubt – 40 empfohlen!	21
Auf der Suche nach Schlafplätzen	22
Endlich ausschlafen!	23
Nordwestafrika	25
<i>Marokko</i>	25
Einreisen auf Marokkanisch	25
Auf dem Campingplatz zu Tee und Fleisch geladen	26
Das Leben in einer marokkanischen Familie: Viel Geben	28
Ein goldener Käfig für die Braut	31
Ein Visum für Mauretanien: Alles andere als relaxt	33
Unruhen in Rabat	35
Marokkanische »Push-ups«	36
Lebensmittelvergiftung	36
Schwanger in Casablanca	39
Touristenhochburg Essaouira	42
Das Drogenhotel	43
Auf der Suche nach Gas in der Westsahara	44
<i>Mauretanien</i>	47
Der steinige Weg über die Grenze	47

Wasser oder Strom?	50
Mangelware Kondom	51
»Habt ihr <i>Fisch?</i> «	53
Geiler Polizist	54
Westafrika	56
<i>Senegal</i>	56
Die schwierigste Grenze Westafrikas	56
Das »echte« afrikanische Leben	58
Ein Scheidenpilzmedikament gegen Malaria	60
»Es gibt hier nichts, was mir nicht gefällt!«	61
Spende für das Tabaski-Fest	62
Visa-Formalitäten: Drei Tage Stress pur	63
Der Süden Senegals – die Casamance	68
Alle wollen ständig unsere Handynummer	69
<i>Guinea-Bissau</i>	70
Misslungener Putsch	70
Sprachbarriere	70
Patschnass und mit Ohrstöpseln	71
Tabaski – das große Fest	72
Auf den Hund gekommen	78
Essen im Kreise der guineischen Frauen	82
Leere Regale in Bissau	83
Beschwerliche Reise nach Guinea	85
<i>Guinea</i>	90
Wir sind die Attraktion	90
Der Norden Guineas	92
Ein Besuch in der Dorfdisko	95
Geldwechsel in Guinea	97
Schulbesuch in Kindia	98
Afrikanische Läufer	103

Reis zweimal täglich	104
Hähnchen aus Europa	105
Kinder in Westafrika	106
Maßnahmen gegen Extremisten	108
Kochen unter afrikanischen Bedingungen	109
Öffentliche Verkehrsmittel: Auf Kuschelkurs	113
Auf dem Markt	114
Abgezockt und am Tiefpunkt	117
»Hubbel« in Guinea und Spanien	120
Money Gram und Co.	122
 Sierra Leone	 123
Auf dem Weg nach Sierra Leone	123
Wahlen oder Fußball-Weltmeisterschaft in Freetown?	127
WaMaGriSo – ein Schulprojekt in Freetown	130
Die Entwicklung in Sierra Leone	132
Ein Visum für Liberia	134
 Liberia	 135
Ankunft in Liberia	135
In der Deutschen Botschaft in Monrovia	136
Zu großzügige Gastfreundschaft?	139
Bei Sozialpädagoge Sebastian in Totota	142
Wie es mir so geht (I)	142
In Liberia herrscht der US-Dollar	144
UN-Soldaten und amerikanische Hähnchen	146
Angst vor ivorischen Rebellen	147
Mission Tourismus	149
Übernachtung bei einer Prophetin	151
Sehnsucht nach einer Dusche	153
Das liberianische Sicherheitsdokument	154
 Elfenbeinküste	 156
Ärger beim ivorischen Zoll	156

Gefährlicher Osten?	157
Die Gefahr scheint noch nicht vorüber	158
Der Traum von Europa	160
Weisse Einheimische	162
Ghana	164
Ankunft in Ghana	164
Der dritte Advent auf Ghanaisch	165
Ghanaisches Klopapier	168
Andere Overlander	169
Fleißige Ghanaer	170
Ghanaische Korruption	171
Wäsche waschen	173
Der Stern von Keta – Weihnachten in Ghana	175
Moskitonetze	178
Togo	179
Selbsternannte Helfer	179
Weihnachten in Togo	182
Ein Tag mit Sani – afrikanisches Leben pur	183
Bettler vor der Moschee	186
Silvester in Lomé	187
Arztbesuch in Lomé	189
Muslime versus Christen	192
»Sugarmamas«	193
Paule verhindert Überfall	195
Benin	195
Zu Gast bei Voodoo-Priestern	195
Alkohol für Kinder	198
Erste Hilfe im Dorf	198
Müll zum Essen	202

<i>Nigeria</i>	203
Nigeria: Was steht uns wohl bevor?	203
Umwerfende Gastfreundschaft in Abeokuta	209
Autofahren in Nigeria – kein Vergleich!	210
Bewaffneter Überfall	212
Großzügiges Abschiedsgeschenk	213
Nigeria versucht noch einmal, seinem Ruf treu zu bleiben	216
Zentralafrika	218
<i>Kamerun</i>	218
Ankunft in Kamerun: »Money! Money!«	218
»Was kostet eurer Hund?«	219
Straßenbau auf Chinesisch	219
Missionare in Kumba	221
CFA ist nicht gleich CFA	222
Wiedersehen in Douala	223
Missverständnisse in Yaoundé – unser »Zusammenbruch«	225
Am Strand von Kribi: Angriff der Killerinsekten (I)	228
<i>Äquatorialguinea – ein Versuch einzureisen</i>	229
<i>Gabun</i>	231
Wie es mir so geht (II)	231
Zentralafrikanisches Straßenparadies	235
Am Äquator	236
Angriff der Killerinsekten (II)	236
Libreville – die »weiße« Stadt	237
Das wichtigste im Leben: das Handy!	240
Besuch des Albert-Schweitzer-Museums in Lambaréne	243
Winken	243
Touristen – Staatlich geprüft!	243

Republik Kongo	245
Ankunft in der Republik Kongo	245
Das Visadrama: Demokratische Republik Kongo und Angola	247
Runterkommen in Brazzaville	250
Werkstatt auf Kongolesisch	251
Verfolgt!	252
Durch die »grüne Hölle«	254
Demokratische Republik Kongo	261
Die Strapazen nehmen kein Ende	261
»Christliche« Gastfreundschaft	262
Medikamenten-Schnorrerei	266
Positiv enttäuschte Erwartungen	267
Angola	268
Wunderschönes Angola	268
Andere Prioritäten	270
Drama um unser Kameraobjektiv	271
Auf dem Parkplatz des Luxushotels	272
»Straßenfunde«	275
Horrende Preise	276
Quo vadis Angola?	277
Südliches Afrika	280
Namibia	280
Ankunft in Namibia	280
»Überflutungsgefahr« am Hippo-Pool	283
Ruacana-Wasserfall ohne Wasser	285
Traveller-Bekanntschaften	285
Paule unterm Messer	288
Deutsches Namibia	289
Besuch im staatlichen Krankenhaus:	
Ohrenarzt – Klappe die zweite	290
Wildes Camping	291

Wiedersehen in Swakopmund	292
Kein Handynet	293
Angriff der Bienen	294
Südafrika	295
Ankunft in Südafrika	295
Budget-Probleme	297
Gesperre Kreditkarte	298
Einheimische kennenlernen ist schwierig	299
Immer nordwärts – gen Heimat	300
Langwieriger Geldwechsel in Plettenberg	302
Masifunde in Port Elizabeth – Gelingende Entwicklungshilfe	304
Homepage-Katastrophe	306
In den 60ern stehengeblieben	307
Kinder unerwünscht!	307
Miniröcke	308
Abtreibungen in Südafrika	309
Swasiland – Kleines, kaltes Land mit Mülltrennung	310
Die westafrikanische Küste – eine Bilanz	311
Gedanken zu Westafrika	311
Straßenbau in West- und Zentralafrika	312
Die afrikanische Eifersucht	313
Die afrikanische »Sozialversicherung«	314
Religionen in Westafrika	316
Natürliche Grenzen?	318
Kommunikation hat Priorität	319
Was ist Hilfe?	321
Ostafrika, wir kommen!	322