

Inhalt

Vorwort	7
Hinweise zur Benutzung	8
Exkurse und Karten	11

Vor der Reise

Alles auf einen Blick	14
Kurze Vorstellung der Regionen	19

Praktische Reisetipps A-Z

Ausrüstung	26
Auto fahren	27
Autoverkauf	29
Begrüßung	30
Bekleidung	31
Betteln	32
Drogen und andere Laster	33
Ein- und Ausreisebestimmungen	34
Elektrizität	39
Essen und Trinken	39
Feste und Feiertage	41
Feilschen	44
Fliegende Händler	44
Fotografieren	45
Frauen allein unterwegs	46
Führer	46
Geldfragen	47
Gesundheit	49
Hin- und Rückreise	53
Homosexualität	57
Maße und Gewichte	58
Mietwagen	58
Motorrad fahren	58
Nachtleben	59
Notfall	59
Öffnungszeiten	61
Post	62
Preise und Reisekasse	62
Prostitution	63
Rad fahren	64
Reisezeit	64
Schmiergeld	64
Sextourismus	65

Sicherheit und Kriminalität	66
Sport und Erholung	67
Telefon und Internet	68
Uhrzeit	69
Unterkunft	69
Verhaltenstipps	70
Verkehrsmittel	71
Versicherungen	78

Land und Natur

Geografie	82
Klima	84
Flora	84
Fauna	86
Nationalparks	88

Staat und Gesellschaft

Geschichte	94
Staat und Verwaltung	103
Aktuelle Politik	104
Bildungswesen	107
Gesundheitswesen	108
Medien	109
Wirtschaft	110
Tourismus	113

Menschen und Kultur

Die Völker Senegambias	116
Religion	120
Alltagsleben	126
Die Frau in Senegambia	127
Musik	129
Kunsthandwerk	133
Malerei	133
Mode	135
Literatur	135
Film	138
Architektur	139

Senegal

Dakar	142
Insel Gorée	175
Ngor	179
Die Insel Ngor	179
Yoff-Tonghor	180

INHALT

Lac Rose	180	Der Südosten	240
Kayar	182	Tambacounda	242
Kloster Keur Moussa	182	Nationalpark Niokolo-Koba	243
Rufisque	183	Kédougou	247
Das Zentrum	184	Das Bassari-Land	248
Thiès	184	Salémata	249
Tivaouane	187	Die Casamance	250
Diourbel	188	Ziguinchor	259
Touba	189	Basse Casamance	264
Die Petite Côte	192	Nord-Casamance	274
Toubab Dialaw	194	Haute Casamance	279
Popenguine	195	Gambia	
La Somone	196	Banjul	282
Réserve de Bandia	196	Oyster Creek	295
Saly Portudal	199	Abuko Nature Reserve	295
Mbour	199	Lamin Lodge	296
Nianing	201	Kachikaly Crocodile Pool	297
Mbodiene	202	Alter Friedhof am Strand	297
Joal-Fadiouth	202	Die Südküste	298
Das Sine-Saloum-Delta	204	Kombo-St. Mary Area	298
Ndangane/Mar Lodj	206	Serekunda	308
Palmarin/Djifër (Differ)	207	Brikama	311
Foundiougne	209	Ghanatown/Brufut Beach	312
Kaolack	210	Tanji/Tanji Bird Reserve	312
Toubakouta	211	Sanyang/Sanyang Point	313
Missirah	211	Gunjur/Gunjur Beach	314
Rundfahrten zu den		Kartung	315
Megalithen des Sine-Saloum	212	Der Gambia River	316
St. Louis	216	Das Südufer	317
Nationalpark von Djoudji	227	Das Nordufer	323
Nationalpark		Guinea-Bissau	
Langue de Barbarie	230	Einführung	336
Gandioli und Ndiébène	230	Sicherheit	336
Reservat von Guembeul	231	Formalitäten	338
Louga	231	Geld	340
Désert de Lompoul	231	Verständigung	340
Der Senegal-Fluss	232	Anreise	342
Rosso	234	Von São Domingos	
Richard Toll	235	nach Varela	344
Dagana	236	Bissau	346
Podor	236	Von Bissau auf	
Matam	238	den Bijagos-Archipel	353
Bakel	238		
Kidira	239		

EXKURSE, KARTEN

Der Bijagos-Archipel	356
Von Bissau zum	
Nationalpark Cantanhez	366
Nationalpark	
Lagoas de Cufada	368
Bafata	368
Gabu	369
Von Bissau	
nach Guinea-Conakry	369

Anhang

Sprachen	372
Kleine Sprachhilfe	373
Glossar	374
Reise-Gesundheits-Infos	376
Literatur und Karten	378
Register	379
Der Autor	383