

Inhalt

Vorwort	7	Sicherheit und Kriminalität	66
Hinweise zur Benutzung	8	Sport und Erholung	67
Exkurse und Karten	11	Telefon und Internet	68
		Uhrzeit	69
		Unterkunft	69
		Verhaltenstipps	70
		Verkehrsmittel	71
		Versicherungen	78
Vor der Reise			
Alles auf einen Blick	14	Land und Natur	
Kurze Vorstellung der Regionen	19	Geografie	82
Praktische Reisetipps A-Z			
Ausrüstung	26	Klima	84
Auto fahren	27	Flora	84
Autoverkauf	29	Fauna	86
Begrüßung	30	Nationalparks	88
Bekleidung	31	Staat und Gesellschaft	
Betteln	32	Geschichte	94
Drogen und andere Laster	33	Staat und Verwaltung	103
Ein- und Ausreisebestimmungen	34	Aktuelle Politik	104
Elektrizität	39	Bildungswesen	107
Essen und Trinken	39	Gesundheitswesen	108
Feste und Feiertage	41	Medien	109
Feilschen	44	Wirtschaft	110
Fliegende Händler	44	Tourismus	113
Fotografieren	45	Menschen und Kultur	
Frauen allein unterwegs	46	Die Völker Senegambias	116
Führer	46	Religion	120
Geldfragen	47	Alltagsleben	126
Gesundheit	49	Die Frau in Senegambia	127
Hin- und Rückreise	53	Musik	129
Homosexualität	57	Kunsthandwerk	133
Maße und Gewichte	58	Malerei	133
Mietwagen	58	Mode	135
Motorrad fahren	58	Literatur	135
Nachtleben	59	Film	138
Notfall	59	Architektur	139
Öffnungszeiten	61	Senegal	
Post	62	Dakar	142
Preise und Reisekasse	62	Insel Gorée	175
Prostitution	63	Ngor	179
Rad fahren	64	Die Insel Ngor	179
Reisezeit	64	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
Mbodiène	202	Alter Friedhof am Strand	297
Joal-Fadiouth	202		
Das Sine-Saloum-Delta	204	Die Südküste	298
Ndangane/Mar Lodj	206	Kombo-St. Mary Area	298
Palmarin/Djifér (Differ)	207	Serekunda	308
Foundiougne	209	Brikama	311
Kaolack	210	Ghanatown/Brufut Beach	312
Toubakouta	211	Tanji/Tanji Bird Reserve	312
Missirah	211	Sanyang/Sanyang Point	313
Rundfahrten zu den Megalithen des Sine-Saloum	212	Gunjur/Gunjur Beach	314
		Kartung	315
St. Louis	216	Der Gambia River	316
Nationalpark von Djoudji	227	Das Südufer	317
Nationalpark Langue de Barbarie	230	Das Nordufer	323
Gandiol und Ndiébène	230		
Reservat von Guembeul	231	Guinea-Bissau	
Louga	231	Einführung	336
Désert de Lompoul	231	Sicherheit	336
		Formalitäten	338
Der Senegal-Fluss	232	Geld	340
Rosso	234	Verständigung	340
Richard Toll	235	Anreise	342
Dagana	236	Von São Domingos nach Varela	344
Podor	236	Bissau	346
Matam	238	Von Bissau auf den Bijagos-Archipel	353
Bakel	238		
Kidira	239		

EXKURSE, KARTEN

Der Bijagos-Archipel	356	Anhang
Von Bissau zum Nationalpark Cantanhez	366	Sprachen
Nationalpark Lagoas de Cufada	368	Kleine Sprachhilfe
Bafata	368	Glossar
Gabu	369	Reise-Gesundheits-Infos
Von Bissau nach Guinea-Conakry	369	Literatur und Karten
		Register
		Der Autor