

sen_xsz Foto: fhh

Praktische Reisetipps A-Z





Ausrüstung

Hier nur einige Tipps, denn was jeder mitnehmen will, muss er oder sie schon selbst entscheiden. Am besten packen Sie alles ein, was sie persönlich benötigen, vor allem spezielle Medikamente und Kosmetika. Die einzige Stadt in Senegal und Gambia mit einem Warenangebot, das dem in Europa vergleichbar ist, ist Dakar, mit Abstrichen vielleicht noch Serekunda in Gambia. Andererseits: Ein paar Schuhe, eine Jeans oder ein halbwegs modisches Hemd bekommt man zur Not in jedem größeren Ort, egal ob im Senegal oder in Gambia.

Nützlich

Absolut nützlich sind **Taschenlampe**, **Taschenmesser** und ein **Moskitonetz**, über das nur wenige Hotels verfügen. Denken Sie auch an ein paar Meter **Schnur**, um das Netz zu befestigen. Bewährt hat sich auch ein **Geldgürtel**, der groß genug für Pass und Ticket ist. Ebenso ein großer **Bettbezug**, für den Fall, dass Sie in einer wirklichen Absteige landen oder der örtliche Polizeichef Ihnen freundlicherweise sein Sofa zur Verfügung stellt, weil es im Dorf partout keine Übernachtungsmöglichkeit gibt ...

Noch ein Tipp: **Kopieren** Sie für den Fall eines Diebstahls **alle wichtigen Papiere** und bewahren Sie diese getrennt auf.

Medikamente

Nützliche Medikamente sind Kopfschmerztabletten, ein Breitband-Antibiotikum, Jod oder besser gleich eine Cortison-Salbe, da selbst kleine Verletzungen in den Tropen oft nur schwer verheilen, etwas Verbandszeug, Mittel gegen Durchfall und Verdauungsbeschwerden, reichlich Insekten-

Buchtipps – Praxis-Ratgeber:

- *Roland Hanewald*, **Tropenreisen**
- *Rainer Höh*, **Wildnis-Ausrüstung**

Beide Bände REISE KNOW-HOW Verlag, Bielefeld

spray wie Autan und natürlich Sonnenschutzmittel (mit hohem Schutzfaktor).

Mitbringsel Nicht verkehrt sind kleine Mitbringsel wie Kugelschreiber, Einwegfeuerzeuge, Schlüsselanhänger, Taschenkalender etc. Darüber freuen sich die Menschen mehr, als über ein paar Münzen.

Last but not least: Nehmen Sie, wenn möglich, etwas von Ihrer kostbaren **Zeit** mit, dem einzigen Gut, über das der Afrikaner im Überfluss verfügt.

Auto fahren

Gefährlich Vergessen Sie alles, was sie je über die Straßenverkehrsordnung gelernt haben, und rechnen Sie jederzeit mit dem Schlimmsten! Denn auch hinterm Steuer lebt der Afrikaner seinen grenzenlosen Optimismus aus. Das gilt besonders für jugendliche Mofafahrer. Potenzielle Gefahrenquellen stellen weniger die hochbetagten, langsamen Schrottkisten dar, als vielmehr die meist völlig überladenen Lastwagen sowie Chauffeure, die ihre Neuwagen unter- und die eigenen Fähigkeiten überschätzen. Das belegen unzählige Wracks, die bis zum Jüngsten Tag an den Nationalstraßen vor sich hin rosten. Nicht selten hat man den Fahrer gleich neben seinem Wagen bestattet. Die meisten Unfälle passieren übrigens nachts, was angesichts der oft desolaten Beleuchtung der Fahrzeuge nicht verwundert.

Keine Wegweiser Ein weiteres Problem für westliche Automobilisten stellt das völlige Fehlen von Wegweisern dar. Oft hilft nur noch Durchfragen, nachts ein aussichtsloses Unterfangen. In manchen Fällen kann nur ein Führer helfen.

Polizei-kontrollen Ein Kapitel für sich sind die unzähligen Polizeikontrollen. Besonders schlimm ist diese moderne Form der Wegelagerei im Großraum Dakar, wobei

im Süden des Senegals noch das Militär hinzukommt. Es trifft alle, aber besonders die mit ausländischem Kennzeichen. Was tun, wenn die Papiere ausgehändigt sind und dubiose Beschuldigungen erhoben werden? Stoppschild überfahren, Lampen schmutzig, Feuerlöscher vergessen, nicht angeschnallt oder viel zu schnell – es gibt tausend Gründe für ein Strafmandat. Manchmal reicht es schon, wenn man nicht haargenau an der Stelle hält, wo der Gesetzeshüter es will. Genauso gut kann der unplanmäßige Stopp zur veritablen TÜV-Prüfung ausarten. **Seien Sie freundlich, kooperativ und respektvoll**, auch wenn Sie sich hundertprozentig im Recht fühlen. Machen Sie deutlich, dass Sie die Angelegenheit an Ort und Stelle regeln wollen, entweder mit Geld oder guten Worten – viele Polizisten haben einfach nur Spaß am Diskutieren. Ansonsten kostet der Standardstrafzettel 3000 CFA, umgerechnet 5 Euro, in Gambia etwas mehr, egal ob mit oder ohne Quittung. Verhindern Sie unbedingt, dass man die Papiere ein-kassiert, oder noch schlimmer, der Wagen konfisziert wird – dann wird es richtig teuer. Der deutschen Botschaft sind Fälle bekannt, wo allein für die Auslösung des Wagens 50.000 CFA zu berapen waren!

Fairerweise muss aber gesagt werden, dass gerade auf dem Land die Kontrollen in meist freundlicher Atmosphäre stattfinden.

Camping- mobil

Seit der Fertigstellung der Mauretaniens-Transversalen im Jahre 2005 ist die Region südlich des Senegal-Flusses auch für handelsübliche Campingmobile machbar. Das heißt: Durchgehend Teerbelag von Tanger bis Dakar mit Ausnahme einer rund 4 km langen Passage im Niemandsland zwischen Marokko und Mauretaniens (die aber mit Hilfe eines Führers problemlos bewältigt werden dürfte). Doch für einen Massenansturm, wie etwa in Marokko, fehlen (noch) die Voraussetzungen. In Senegal und Gambia existieren derzeit gerade

mal **vier Campingplätze**, die diese Bezeichnung überhaupt verdienen: einer in St. Louis, die *Zebra-Bar* in Gandiol, einer in Palmarin (Sine-Saloum-Delta) sowie der mittlerweile schon legendäre *Sukuta-Camping* in Gambia. Einen Campingplatz in oder um Dakar sucht man vergebens, seit der berühmte Platz bei Rufisque geschlossen ist.

In ländlichen Regionen ist **Wild-Campen** nahezu überall möglich, es ist aber bei einem Aufenthalt von mehr als einer Nacht dringend angeraten, Kontakt zum Dorfchef oder anderen relevanten Personen aufzunehmen und um Erlaubnis zu bitten. Ein kleines Gastgeschenk wirkt da manchmal Wunder. Wer speziell an der Küste auf Nummer sicher gehen will, sollte ein Campement/Lodge ansteuern, wo Camper willkommen sind und mit dem Betreiber ein Arrangement treffen. Oft reicht es bereits, wenn man dort eine Mahlzeit oder ein, zwei Biere einnimmt. Wir haben das in 2006 u.a. in der Casamance (Abené, Cap Skirring) und im südlichen Gambia (Kartung, Saniang Point) so gehandhabt, und es hat immer gut funktioniert.

Im Gegensatz zu dünn besiedelten Gegenden sollte man in größeren Städten, speziell Dakar, größte **Vorsicht** bei einem Stellplatz walten lassen. Erkundigen Sie sich nach der Sicherheitslage im Viertel. Vor allem: Sparen Sie nicht an den paar CFA für den Wächter.

Autoverkauf

Schwierig Die Zeiten, als man mit dem Verkauf einer alten Kiste in Westafrika noch satte Gewinne machen konnte, sind Vergangenheit. Längst haben Großexporteure den Markt für Gebrauchtwagen fest im Griff. Hinzu kommen die hohen gesetzlichen Hürden. Im Senegal legal ein Auto zu verkaufen, wäre ein bürokratischer Hindernislauf sondergleichen. Anders in Gambia, das in dieser Hinsicht sehr liberal ist. Hier logieren Aufkäufer aus der

ganzen Region auf der Suche nach Schnäppchen. Doch erfolgreich verkaufen lässt sich eigentlich nur ein Dieselfahrzeug mit hohem Nutzwert, also japanische Geländewagen, Pickups oder Minibusse. Und natürlich die afrikanischen Arbeitspferde, wie z.B. der *Peugeot familial* oder der *Mercedes W 123*. Doch die sind in Europa inzwischen kaum noch erhältlich. Wer sich Stress und langwierige Verhandlungen ersparen möchte, sollte einmal bei *Joe Peters* vom Camping Sukuta an der Südküste Gambias nachfragen.

Begrüßung

Wichtiges Ritual

Westafrikaner begrüßen sich lange, bei wichtigen Personen dauert dieses Zeremoniell mitunter Minuten, die Verabschiedung ist dagegen eher nebensächlich. Auch der Reisende tut gut daran, sich den Gepflogenheiten ein Stück weit anzupassen. Und dazu gehört in der Regel auch ein **Handschlag**. Selbst bei einer einfachen Frage nach dem Weg sollte man sich immer Zeit zu einer förmlichen Begrüßung nehmen. Alles andere wäre grob unhöflich.

Auf die im Senegal und Gambia allgemein gebräuchliche **Begrüßung „Salam maleikoum“** („Friede sei mit Dir“), folgt die **Erwiderung „Maleikoum salam“** („Mit Dir sei Friede“). In Wolof sagt man: **„Nanga deff?“** („Wie geht es?“), die Antwort lautet: **„Mangi fi rek“** („Es geht gut“). In Mandinga heißt das Gleiche: **„Kera be? kera dorong“**. Bei den Diola im Südsenegal sagt man schlicht: **„Kassoumay“**. Es ist aber völlig ausreichend, wenn Sie das Ganze auf Französisch oder Englisch sagen. Diese Formeln beherrschen selbst die kleinen Knirpse im tiefsten Busch.

Eine kleine **Sprachhilfe** Wolof/Mandinka/Kreol findet sich im Anhang, dort sind auch nützliche Sprechführer aus der bewährten Kauderwelsch-Reihe des REISE KNOW-HOW Verlags aufgelistet.

Bekleidung

Neben leichter sommerlicher Bekleidung, vorzugsweise aus Baumwolle oder Leinen, sollten auch wärmere Sachen für kühle Abende eingepackt werden. Besonders im Norden Senegals und am Cap Vert kann es in der Nacht empfindlich kühl werden. Nicht geeignet ist dunkle oder schwarze Kleidung, weil diese in der Dämmerung zusätzlich Moskitos anlockt. Kopfbedeckung nicht vergessen. Bei Ausflügen in den Busch sind wegen der meist dornigen Vegetation feste, geschlossene Schuhe von Vorteil.

Auch in Senegambia gilt: **Kleider machen Leute**. Selbst wenig begüterte Afrikaner legen Wert auf ordentliche Kleidung.

Rücksicht auf das religiöse Empfinden

Auch wenn der strenge islamische Dresscode in Senegambia mancherorts außer Kraft gesetzt scheint, sollte man auf das religiöse Empfinden der überwiegend moslemischen Bevölkerung Rücksicht nehmen. Reisende, die bauchfrei und in knapper Strandbekleidung durch die Stadt marschieren und möglicherweise auch noch eine Moschee besichtigen wollen, sind kein Vorbild für westliche Lebensart, sondern schlichtweg eine Provokation. Knielange Röcke oder weite Hosen machen sich in Afrika besser. Und Männer in Shorts wirken auf Afrikaner einfach nur lächerlich.

Im **Senegal** ist man in dieser Hinsicht übrigens deutlich **liberaler als in Gambia**. Gerade in Dakar herrscht ein eher westlich geprägtes Modeverständnis. Schulterfrei und hautenger Minirock gehören in der Millionenmetropole zum normalen Erscheinungsbild. Gleiches gilt in den Touristenzentren wie der Kombo-St. Mary Area oder der Petite Côte. Ganz anders die Situation auf dem Land: So erklärte etwa der Iman von Juffureh, einem beliebten Ausflugsziel für Touristen in Gambia, dass er sich Besucher in „züchtiger“ Bekleidung wünsche.

Betteln

„Cadeau, donne moi un cadeau“ („Geschenk, gib mir ein Geschenk“), rufen schon die Kleinsten im Chor, kaum dass sie laufen können. Denn weiße Menschen, das ist allseits bekannt, haben Geld, und – gelegentlich verteilen sie sogar welches! Doch seltsamerweise tritt dieses seuchenartige Phänomen vorzugsweise im Dunstkreis des Tourismus auf. Da wird das Fordern von Geschenken als Pflege internationaler Kontakte (miss-)verstanden. Diese Form der Bettelei ist eher ein Spiel – das man nicht mitspielen sollte.

Vor allem im Senegal

Harter Alltag bedeutet Betteln dagegen für das Heer der kleinen Jungen, die jeden Morgen bei Sonnenaufgang mit ihren roten Blechbüchsen in der Hand ausschwärmen, um landesweit an verkehrsreichen Plätzen, hinter Ampeln oder bei Ladenbesitzern um einen Obolus zu bitten – ein trübes Kapitel der senegalesischen Gesellschaft (in Gambia ist diese Unsitte noch nicht so verbreitet), die diese organisierte Form der Ausbeutung



sen_032 Foto: fhb

fördert oder zumindest toleriert. Das Geld fließt nämlich in die Taschen fragwürdiger Marabouts, die die Jungen in ihrer Obhut halten. Auf eigene Rechnung arbeiten die **Straßen-Sufis**, die an der Gare routière betend und singend die Hand aufhalten. Denn wer wäre schon so hartherzig, sich angesichts der Gefahren einer Reise nicht ein frommes *Al-hamdulillah* zu erkaufen.

Und dann gibt es noch die **wirklich Bedürftigen**: Blinde, Aussätzige, Krüppel, Verrückte, Witwen mit Kindern, die von ihrer Familie verstoßen wurden, buchstäblich auf der Straße und von der Almosenpflicht leben.

Ansonsten gilt auch in Westafrika der Grundsatz: Kleine Geschenke erhalten die Freundschaft.

Drogen und andere Laster

Marihuana In dem von Rebellen infiltrierten Teil Südsenegals wird seit längerer Zeit in großem Stil Marihuana angebaut. Mit den Erlösen des Drogenhandels finanziert der MFDC unter anderem seine Waffenkäufe. So ist es nicht verwunderlich, dass man **Yamba**, so wird das heimische Marihuana genannt, praktisch überall angeboten bekommt. Doch Vorsicht, die **Strafen** sind hart. Speziell Senegals Justiz drückt bei Drogendelikten kein Auge zu, und Razzien an einschlägigen Plätzen in Dakar sind an der Tagesordnung. Die richten sich zwar in erster Linie gegen jugendliche Kleindealer, doch nicht selten werden dabei auch westliche Reisende festgenommen. Die deutsche Botschaft hatte schon zahlreiche solcher Fälle zu bearbeiten.

In Gambia ist der Gebrauch von Yamba weiter verbreitet als im Senegal. Schließlich betrachten die in Gambia zahlreich vertretenen **Rastafaris**

Marihuana als elementaren Bestandteil ihrer Kultur. Aus diesem Grund richten die Behörden ihren Kampf eher gegen Großhändler und die international agierenden Schmugglerringe, die Westafrika als Umschlagplatz nutzen. Und das nicht ohne Erfolg: Alle paar Tage melden Gambias Zeitungen größere Drogenfunde. Wer als **Rucksacktourist** mit entsprechendem Outfit über Land nach Gambia einreist, muss sich auf **gründliche Kontrollen** bis hin zur Leibesvisitation gefasst machen.

Kolanüsse Ein legales Doping stellen die überall feilgebotenen Kolanüsse dar. Die Einheimischen behaupten, dass sie gut gekaut und entsprechend dosiert eine stark **aufputschende Wirkung** entfalten. Doch für den europäischen Gaumen sind die extrem bitteren Nüsse praktisch ungenießbar.

Ein- und Ausreisebestimmungen

(Stand März 2011)

Senegal **Deutsche und österreichische Staatsbürger** benötigen für den Senegal einen Reisepass, der mindestens noch drei Monate gültig ist, aber kein Visum. **Schweizer Staatsbürger** benötigen drei Passbilder, einen mindestens sechs Monate gültigen Pass und ein **Visum**. Es kostet 30 SFr für vier Wochen und 50 SFr für maximal drei Monate.

● **Deutschland/Österreich:** Botschaft der Republik Senegal, Dessauerstr. 28/29, 10963 Berlin, Tel. 030 8562190, Fax 85621921, www.botschaft-senegal.de, Öffnungszeiten: Mo–Fr 9–16 Uhr. Die Botschaft ist auch für Österreich zuständig.

● **Schweiz:** Botschaft in der Schweiz, Rue de la Servette 93, 1202 Genf, Tel. 022 9180230, Fax 7400711.

Gambia **Deutsche und Österreicher** benötigen einen **Reisepass**, der mindestens noch drei Monate gültig ist. **Schweizer** brauchen zudem noch ein **Visum**.

- **Deutschland:** Botschaft der Republik Gambia, Avenue Franklin Roosevelt 126, 1050 Brüssel, Belgien, Tel. 0032 26401049, Fax 26463277.
- **Österreich:** Embassy of the Republic Gambia, 57, Kensington Court, London W8 5DG, England, Tel. 0044 20793763-16 bzw. -18, Fax 2079379095.
- **Schweiz:** Konsulat von Gambia, Badenerstrasse 16, 8021 Zürich, Tel. 043 3179887, Fax 31798 88, info@abulaw.ch.

Wer aus anderen afrikanischen Ländern einreist, in denen **Gelbfieber** verbreitet ist, braucht zusätzlich einen Internationalen Impfpass mit dem entsprechenden Impfnachweis.

Guinea-Bissau

Achtung: Reisende aus EU-Ländern, die mit dem Flugzeug anreisen, erhalten seit 2009 **kein Visum mehr am Flughafen**. Das Visum muss zuvor bei der Botschaft der Republik Guinea-Bissau in Brüssel besorgt werden: Avenue Franklin Roosevelt 70, 1050 Brüssel, Belgien, Tel. 0032 22905181, Fax 0032 26070890, embassy_belgium@guineabissau-government.com. Einfacher, schneller und billiger (10.000 CFA) geht es bei den Konsulaten in Bakau (Gambia) und Ziguinchor (Senegal). Bei der Botschaft in Dakar dauert die Erteilung des Visums in der Regel 24 Stunden.

Weitere Einreisebestimmungen Senegal

Achtung: Seit August 2010 verlangt Senegal bei der Einreise mit dem eigenen Fahrzeug wieder ein **Carnet de Passage**, das man in Deutschland beim ADAC erhält. Davon ausgenommen sind Fahrzeuge, die nicht älter als fünf Jahre sind. Und so wird die neue Regelung (Stand Februar 2011) gehandhabt: Man erhält an den Grenzposten Diama oder Rosso ein **Passavant** für 5000 CFA, das 48 Stunden Gültigkeit hat. In diesem Zeitraum muss man sich im Hafen von Dakar beim Zollbüro-Nord (GPS N 14°41.704/W 17°25.804) melden, wo das Carnet de Passage abgestempelt

Hinweis: Da sich die **Einreisebedingungen kurzfristig ändern können**, ist es ratsam, je nach Heimatland vor der Reise eine der folgenden Internetseiten zu checken: www.diplo.de/sicherreisen, www.bmaa.gv.at, www.ezv.admin.ch.

wird. Wer ohne Carnet de Passage an die Grenze kommt, wird in Begleitung eines Zollbeamten zur nächsten Grenze gebracht. Das kostet rund 200 Euro und ist – wie fast alles in Afrika – verhandelbar. Wie Reisende zuletzt berichteten, gilt die Regelung bislang nur für die beiden Übergänge an der Nordgrenze. Wer von Mali, Guinea oder Guinea-Bissau einreist, erhält ein befristetes Passavant, das beim nächstgelegenen Zollamt verlängert werden kann. Die Fristen sollten unbedingt eingehalten werden, da sonst ein saftiges Bußgeld bis hin zum Entzug des Fahrzeugs droht. Die Verlängerung ist kostenlos. Allgemein wird erwartet, dass die oben genannte Regelung nochmals modifiziert werden könnte. Informieren Sie sich vor Reiseantritt unbedingt über den aktuellen Stand der Dinge, online etwa bei www.wuestenschiff.de.

Für Reisen im Senegal wird zudem eine **Kfz-Versicherung** verlangt, die sogenannte „**Carte brune**“. Sie ist auch für alle CEDEAO/ECOWAS-Länder gültig, wie Mali, Gambia, Guinea-Bissau oder Burkina Faso. Man erhält diese Versicherung entweder direkt an der Grenze oder (meist etwas preisgünstiger) in Nouakchott (Mauretanien), beispielsweise bei Assurances Taamin am östlichen Ende der Av. Gamal Abdel Nasser.

Hinweis: Das Versicherungsbüro beim Grenzposten Diamas schließt um 18 Uhr. Wer später einreist (der Posten ist Tag und Nacht geöffnet), sollte auf keinen Fall weiterfahren, auch wenn die Zöllner dies ausdrücklich empfehlen. Bei der ersten Polizeikontrolle am Ortseingang von St. Louis wird das Fahrzeug aus dem Verkehr gezogen – und dann wird es richtig teuer.

Auch sonst ist mit Senegals **Polizei** nicht zu spaßen. Speziell die **Kontrollen** vor, in und nach St. Louis sind wegen der schikanösen Abzocke von Ausländern berüchtigt. Penibel werden Warndreieck (zwei Stück sind erforderlich), Feuerlöscher, Leuchtweste, Licht, Reifen und Zustand des Fahrzeugs überprüft. Außerdem gilt für Ausländer strikte Gurtpflicht. Tatsächliche oder vermeintliche Verstöße werden mit 3000 CFA und mehr geahndet – in der Regel ohne Quittung. Um ihrer Forderung Nachdruck zu verleihen, kassieren die Gendarmen einfach Führerschein und Fahrzeugpapiere. Den Gang zum Kommissariat ersparen sich viele – und zahlen (schon aus Zeitgründen).

Gambia

Einreise (noch) mit **Passavant** möglich. Besser aber ist ein **Carnet de Passage**. Dinge des persönlichen Bedarfs dürfen abgabenfrei eingeführt werden.

Guinea-Bissau

Einreise für Selbstfahrer **sowohl mit Passavant als auch Carnet de Passage** möglich. Dinge des persönlichen Bedarfs dürfen abgabenfrei eingeführt werden.

Devisen

Offiziell verlangt **Senegal** ab einer Million CFA (ca. 1500 Euro) eine Deviseneinfuhrerklärung. Bei Touristen wird diese in der Praxis aber kaum gefordert. Auch die Ausfuhr von CFA ist auf diese Summe beschränkt. Der Zoll zögert nicht, bei Verdacht auf Devisenschmuggel undeklarierte CFA zu beschlagnahmen.

In **Gambia** ist die Ausfuhr von mehr als 75 Dala-si verboten, für die Einfuhr von Devisen gelten keine Beschränkungen.

Konsulate in Senegal

- **Burkina Faso**, c/o Französische Botschaft, 1, Rue El H.A. Ndoye, Tel. 33239181. Visum in 24 Std. erhältlich; drei Passfotos, Gebühr 3500 CFA.
- **Gambia**, 11, Rue de Thiong, Tel. 338217230. Visum in 24 Std. erhältlich; zwei Passfotos, Gebühr 15.000 CFA. Visum auch an der Grenze erhältlich.
- **Guinea-Bissau**, Rue 6 Point E, Tel. 338245922. Visum in maximal 24 Std. erhältlich. Deutlich schneller geht es im Konsulat von Ziguinchor gegenüber dem Hotel Flamboyant. Zwei Passfotos, Gebühr 10.000 CFA.
- **Guinea-Conakry**, Rue 7, Point E, Tel. 338248606. Visum-Gebühr 20.000 CFA, zwei Passfotos, zwei Tage Bearbeitungszeit; Empfehlungsschreiben der Deutschen Botschaft erforderlich.
- **Mali**, Route de la Corniche Ouest, etwa auf Höhe der Universität/Plage de Fann, GPS N 14°41.278/W 17°28.191. Visum-Bearbeitungszeit 24 Std., zwei Passfotos, 7500 CFA.
- **Mauretanien**, Bd. Général de Gaulle/Ecke Rue 41; ein Visum kostet je nach Nationalität ab 6000 CFA.

Konsulate in Gambia

- **Guinea**, Tel. 4226862. Mosque Road, Serekunda. Im Gegensatz zu anderen Konsulaten Guineas relativ schnelle, unbürokratische Erteilung von Visa.
- **Guinea-Bissau**, Tel. 4494854. Atlantic Road, Bakau, Visum-Ausstellung innerhalb einer Stunde; zwei Passbilder. 10.000 CFA, Mo-Fr 9-14 Uhr.
- **Mali**, Tel. 4426942, Cherno Adama Bah Street, Banjul, im Gebäude der VM Company, in der Nähe des Hafens.
- **Mauretanien**, Tel. 4461086 und 4491153, nahe Badala Park Way, Kololi, nur wenige Meter östlich vom Senegambia-Strip, Mo-Fr 8-16 Uhr.
- **Senegal**, Tel. 4373752, nahe der Moschee in der Kairaba Av., Serekunda, Mo-Do 8-14 Uhr, Fr 8.30-13.30 Uhr.
- **Sierra Leone**, Tel. 4228206, Daniel Goddard Street (ex Hagan Street), Banjul, Mo-Do 8.30-16.30 Uhr, Fr bis 13.30 Uhr.

Für die **Adressen der Botschaften von D, A und der CH** siehe Kapitel „Notfall“.

Rück- einreise nach Europa

Bei der Rückreise gibt es auch auf europäischer Seite **Freigrenzen, Verbote und Einschränkungen**, die man beachten sollte, um eine böse Überraschung am Zoll zu vermeiden. Folgende **Freimengen** darf man zollfrei einführen:

- **Alkohol** (über 17-Jährige in EU-Länder): 1 l über 22 Vol.-% o. 2 l bis 22 Vol.-% u. zusätzlich 2 l nicht-schäumende Weine; in die Schweiz: 2 l (bis 15 Vol.-%) und 1 l (über 15 Vol.-%).
- **Tabakwaren** (über 17-Jährige in EU-Länder und in die Schweiz): 200 Zigaretten oder 100 Zigarillos oder 50 Zigarren oder 250 g Tabak.
- **Andere Waren für den persönlichen Gebrauch** (über 15-Jährige): nach Deutschland 500 g Kaffee, nach Österreich zusätzlich 100 g Tee. Ohne Altersbeschränkung: 50 g Parfum und 0,25 Liter Eau de Toilette sowie Waren bis zu 175 €. In die Schweiz Waren bis zu einem Gesamtwert von 300 Sfr pro Person.

Wird der Warenwert von 430 € bzw. 300 Sfr überschritten, sind **Einfuhrabgaben** auf den Gesamtwert der Ware zu zahlen und nicht nur auf den die Freigrenze übersteigenden Anteil. Die Berechnung erfolgt entweder pauschalisiert oder nach dem Zolltarif jeder einzelnen Ware zuzüglich sonstiger Steuern.

Einfuhrbeschränkungen bestehen z.B. für Tiere, Pflanzen, Arzneimittel, Betäubungsmittel, Feuerwerkskörper, Lebensmittel, Raubkopien, verfassungswidrige Schriften, Pornografie, Waffen und Munition; in Österreich auch für Rohgold und in der Schweiz auch für CB-Funkgeräte. Nähere Informationen gibt es unter:

- **Deutschland:** www.zoll.de oder beim Zoll-Infocenter, Tel. 069 469976 00.
- **Österreich:** www.bmf.gv.at oder beim Zollamt Villach, Tel. 04242 33233.
- **Schweiz:** www.ezv.admin.ch oder bei der Zollkreisdirektion in Basel, Tel. 061 2871111.

Elektrizität

Stromausfälle

In beiden Ländern **220 Volt**. Soweit Strom vorhanden, also in Städten und größeren Ortschaften, lassen sich Geräte mit den in Europa handelsüblichen Steckern betreiben. Doch selbst in der Hauptstadt Dakar ist die Stromversorgung nicht immer garantiert. Besonders in der Regenzeit kommt es immer wieder zu längeren **Stromausfällen**. Touristische Einrichtungen mit mittlerem und gehobenem Standard verfügen aber meist über Notstromaggregate. Dagegen ist die Stromversorgung auf dem flachen Land oft unzureichend. Wundern Sie sich deshalb nicht, wenn in einfachen Campements oder Lodges abends **Kerzen oder Kerosinlampen** gereicht werden.

Essen und Trinken

Senegal: französisch statt einheimisch

Nicht nur wegen der kolonialen Vergangenheit wird Senegal von der französischen Küche dominiert. Da Franzosen auch heute noch das Hauptkontingent westlicher Besucher stellen, liegt es auf der Hand, dass sich die Küchenmeister der Hotels an deren Essgewohnheiten orientieren. So ist es an der Petite Côte leichter, ein *Entrecôte double* mit Pommes zu finden, als das einheimische *Poulet Yassa* (in Zitronensaft mariniertes Hähnchen, s.u.), *Maffé* (Rindfleisch oder Hähnchen in Erdnusssoße, *Brochettes* (Fleischspießchen) oder das eigentliche Nationalgericht *Thiebou-dienne* (Fisch mit Reis in verschiedensten Variationen). Das beste *Thiebou-dienne* serviert man übrigens in einfachen Straßenkneipen ab 500 CFA. Liebhaber von **Fisch und Meeresfrüchten** können im Senegal aus dem Vollen schöpfen. Auf der Speisekarte finden sich bevorzugt *Capitaine* (Flussbarsch), *Tiof* (Meerbrasse), *Lotte* (Rochen), *Espadon* (Schwertfisch) oder Barrakuda. Fangfrische Krebse, Hum-

mer, Langusten sowie Austern ergänzen das Angebot. Dagegen kommt Schweinefleisch nur sehr selten auf den Teller.

Bier und Wein

Trotz des Islam wird in allen besseren Lokalen Bier und Wein serviert. Die einheimischen Biermarken heißen **Flag** und das preiswertere **La Gazelle**, ein süffiges Leichtbier. In letzter Zeit erfreuen sich auch importierte Marken wie *Heineken* oder *Becks* zunehmender Beliebtheit. Gute und relativ preiswerte Weine kommen aus Marokko, französische Weine sind sehr teuer. In der Casamance wird (für den Eigenbedarf) **Palmwein** erzeugt.

Nichtalkoholisches

Die Auswahl an nichtalkoholischen Getränken und Softdrinks ist groß. Empfehlenswert sind u.a. der **Bissap-Saft** (aus Hibiskusblüten) oder frisch gepresste **Fruchtsäfte** aus Mangos, Orangen oder

Poulet Yassa (Huhn in Zitronenmarinade)

Zutaten:

- 1 Hähnchen in Stücke geschnitten oder Hähnchen-Brustfilets oder Schenkel
- mehrere Zitronen
- mehrere große Zwiebeln (500 g–1 kg)
- roter und schwarzer Pfeffer, Thymian, Lorbeerblatt, etwas Salz
- nach Belieben Gemüse: fein geschnitten oder gehackt, zum Ergänzen bzw. teilweise Ersetzen der Zwiebeln

Zubereitung:

Zunächst Hähnchen mindestens zwei, besser aber bis zu 24 Stunden in Marinade aus dem frischem Zitronensaft, dem Pfeffer und den übrigen Gewürzen einlegen.

Zubereitung: Hähnchenteile abtrocknen und grillieren oder in der Pfanne bzw. im Backofen braten, Zitronenmarinade aufbewahren. Zwiebeln (und evtl. weiteres Gemüse) fein schneiden und in wenig Erdnussöl anbraten bis sie glasig sind. Salz und Zitronenmarinade beifügen, gebratene Hähnchenteile auf Zwiebelbett legen und ca. 5 Minuten auf kleinstem Feuer schmoren.

Als Beilagen eignen sich Reis oder Fufu/Foutou, das sind Klößchen aus Maniok- oder Plantain-Mehl.

Ananas. Nur die Freunde eines guten Bohnenkaffees werden bitter enttäuscht sein. Außer in besseren Hotels wird man überall mit **Nescafé** vorlieb nehmen müssen, der schon frühmorgens an jeder Ecke ausgedient wird.

Gambia

Gambias Hotelküchen brauchen sich nicht länger hinter denen vom Senegal zu verstecken. Es gibt inzwischen **etliche Toprestaurants**, die auch höheren Ansprüchen genügen. Im mittleren Segment aber orientiert man sich nach dem Geschmack der Gäste (vorwiegend Briten und Skandinavier), die sich mit vollen Tellern vom Buffet zufriedengeben. Ansonsten hat die **lokale Küche** viel mit Senegal gemein. Nur die Bezeichnungen der Hauptgerichte weichen voneinander ab. So wird *Maffé* in Gambia *Domoda* genannt, das beliebte *Thiebou-dienne* heißt *Banachin*. Die lokale Biermarke heißt *Jul Brew* und ist relativ teuer.

Guinea-Bissau

Die Küche Guinea-Bissaus ist stark **von Portugal geprägt** – und das bedeutet großzügiger Gebrauch von Öl. Große Kochkunst darf man nicht erwarten. Die einheimische Küche beschränkt sich sowieso auf das Standardgericht **Fisch mit Reis**. Leider ist die einheimische Biermarke *Pampa* vom Markt verschwunden. Statt Fassbier wird nun importiertes Flaschenbier aus Portugal getrunken.

Feste und Feiertage

Ramadan und Tabaski

Senegal wie Gambia sind vom **Islam** geprägt. Doch im Gegensatz zu arabischen Ländern praktiziert man in Westafrika den Islam deutlich legerer. Trotzdem stehen auch in Senegambia an den großen Feiertagen praktisch alle Räder still. Besonders am Ende des Fastenmonats Ramadan und beim Opferfest Tabaski (*Fête de Mouton*, arabisch *Aid al-Adha*) wird tagelang ausgiebig gefeiert. Da

lässt dann selbst in Nobelhotels der Service nach. Geradezu fatal kann es sein, wenn man zu dieser Zeit auf Reisen ist.

Bettelei und Kommerz

Im Vorfeld von **Tabaski** nimmt auch die Bettelei ungeahnte Ausmaße an. Kein Wunder, muss doch meist die Familie neu eingekleidet und die ganze Verwandtschaft verköstigt werden. Tabaski, das an das Opfer Abrahams erinnern soll, hat sich wegen seiner immer kommerzielleren Ausprägung zu einer Art „**Weihnachten für Moslems**“ entwickelt. Viele Unternehmen veranstalten Lotterien oder rühren mit Sonderaktionen die Werbetrommel.

● **Ramadan:**

2011: 01.08. bis 30.08.

2012: 20.07. bis 19.08.

2013: 09.07. bis 08.08.

2014: 28.06. bis 28.07.

● **Aid al-Adha (Opferfest, Tabaski):**

06.11.2011, 25.10.2012, 15.10.2013, 04.10.2014

● **Grand Magal:**

Die jährliche **Wallfahrt nach Touba**, der Grand Magal, ist das größte religiöse Fest im Senegal. Bis zu drei Millionen Muslime nehmen teil. Der Magal gilt sogar als Ersatzwallfahrt für alle, die aus finanziellen Gründen nicht nach Mekka fahren können. Siehe auch Exkurs „Touba, Senegals Mekka“.

● Der **senegalesische Unabhängigkeitstag** findet immer am **4. April** mit einer großen Militärparade statt, **Gambia** feiert seine Unabhängigkeit am **18. Februar**.

● Außerdem werden in beiden Ländern **Weihnachten** und **Neujahr**, ebenso der **Karfreitag** und **Pfingstmontag** gefeiert, oder besser gesagt, frei gemacht, sowie der **1. Mai** als Tag der Arbeit.

Feste

Besondere Anlässe

Westafrikaner feiern gerne und lang. Bevorzugte Anlässe sind **Hochzeiten** oder die **Geburt** eines Kindes, wofür sich eine Familie manchmal für lange Zeit verschuldet. In Ermangelung geeigneter Räumlichkeiten finden diese Feste oft **im Freien** auf der Straße statt, und die ganze Nachbarschaft feiert mit.

Lokale/kommunale Feste

Daneben gibt es noch die lokalen oder kommunalen Feste, wie das große **Initiationsfest** von Mbour im Spätsommer, die **Fanal-Prozessionen** von St. Louis, die **Tanzrituale** in Thiès, oder die **Erntefeste** in der Casamance.

Nicht zuletzt sind es die traditionellen Stammes- oder Erntefeste, die ganze Regionen für Tage und Wochen in Hochstimmung versetzen, etwa bei den Bassari, die im März mit spektakulären Masken und Kostümen die Initiation der Knaben feiern, oder das Zulane-Fest im Juni und das Zumbel-Fest im Juli in der Casamance.

sem_036b Foto: hbb



Feilschen

Bei Souvenirs

Wenn man schon einschlägige Erfahrungen in arabischen Ländern gesammelt hat, wird einem das Gebaren westafrikanischer (Souvenir-) Händler wenig Probleme bereiten. Stundenlange Verhandlungen sind nicht ihre Sache. Wenn nach 15 Minuten kein einvernehmliches Ergebnis erzielt wurde, kann man das Geschäft als gescheitert betrachten. Bei Souvenirs lautet die **Faustregel**: Ein Drittel der zuerst genannten Summe ist meist angemessen. Anders bei Dingen des täglichen Bedarfs. Hier ist das Feilschen unüblich, was aber keineswegs ausschließt, dass der Händler bei dem unwissenden „Toubab“ (Weißer) einen extra Schnitt macht. Am besten ist immer, wenn man die Preise kennt.

Fliegende Händler

Lästig

Sie gehören zu den sieben Plagen Afrikas: Fliegende Händler tauchen an den unmöglichsten Orten auf, behängt mit Sonnenbrillen, Klobürsten, falschen Rolex-Uhren, chinesischen Radioweckern und anderem Tinnef, den man garantiert nicht braucht. Meist reicht eine kurze Handbewegung oder ein deutliches „Non merci“, um sich endlosen Verkaufsgesprächen zu entziehen. Nicht so in Dakar, wo die Straßenverkäufer ein besonders aggressives Marketing betreiben. Da hilft oftmals nur noch die Flucht. Andererseits können fliegende Händler auch ganz nützlich sein. Wer etwa im Buschtaxi auf den letzten Passagier wartet, kann sich durch das Wagenfenster mit Speis und Trank versorgen lassen. Und manchmal kommt es auch vor, dass so ein Händler etwas wirklich Interessantes im Angebot hat, etwa die brandneue CD von *Youssou N'dour*.

Fotografieren

Finger- spitzen- gefühl

Ob grandiose Strände, exotische Tiere oder koloniale Architektur – an Fotomotiven mangelt es nicht und niemand wird Sie daran hindern, derlei abzulichten. Nur beim „**Motiv Mensch**“ ist Vorsicht geboten. Denn viele Einheimische wollen – trotz höflich vorgebrachter Bitte – partout nicht fotografiert werden, sei es aus religiösen Gründen oder weil sie sich ihrer Armut schämen. Und längst kennt auch jede Marktfrau ihr „Recht am eigenen Bild“. Ein Schnappschuss kann da schnell zur Staatsaffäre hochkochen. Überhaupt macht man sich keine Freunde, wenn die Kamera in der Öffentlichkeit schussbereit vor dem Bauch baumelt. Wer dennoch Menschen in ihrem natürlichen Umfeld fotografieren will, braucht Zeit, Überzeugungskraft und Fingerspitzengefühl. Der Griff zum Geldbeutel hat meist wenig Erfolg. Besser fährt, wer bei der Fotopirsch mit einem guten Führer unterwegs ist. Der Guide kennt die Menschen und spricht deren Sprache. Oder man wählt diskret die große Distanz mit einem Teleobjektiv. Das beste Fotolicht herrscht übrigens zur Regenzeit im Sommer. In den Wintermonaten ist die Sicht oft durch den *Harmattan*, einen Wind aus der Sahara, getrübt. Zubehör wie Speicherkarten oder Akkus sind, mit Ausnahme von Dakar, kaum erhältlich und deutlich teurer als in Europa.

Wichtiger Hinweis: **Tabu sind militärische und sogenannte strategische Objekte** (Brücken etc). Die Definition wird nicht selten sehr weit ausgelegt. So wurden in Gambia schon Touristen festgenommen, weil sie ein Regierungsgebäude fotografiert hatten.

Buchtipps – Praxis-Ratgeber:

- *Helmut Hermann*, **Reisefotografie**
 - *Volker Heinrich*, **Reisefotografie digital**
- Beide Bände REISE KNOW-HOW Verlag, Bielefeld

Frauen allein unterwegs

Kein Problem

Allein reisende schwarze Frauen jeden Alters sind in Senegambia etwas völlig Normales. Das ist mit ein Grund, warum auch weiße Frauen auf Reise kaum belästigt werden. Was nicht heißen soll, dass schwarze Männer nicht ihr Glück bei einer weißen Frau suchen. Im Gegenteil: Frau sollte sich nicht wundern, wenn wildfremde Männer ebenso charmant wie ungeniert nach dem Familienstand fragen. Oder gleich mit eindeutigen Avancen kommen. Denn die mögliche Bekanntschaft mit einer weißen Frau bedeutet weit mehr als nur die Aussicht auf ein sexuelles Abenteuer. Es ist die **Hoffnung auf eine Einladung nach Europa**, das heiß ersehnte Visum, kurzum: das vermeintliche Ende aller irdischen Sorgen. Die Botschaften in Dakar und Banjul können ein Lied davon singen, wenn schwarz-weiße Paare kurz entschlossen vor den Standesbeamten treten wollen.

Führer

Selten seriös

Sie lauern überall und bieten ihre Dienste an: Führer, **selbst ernannte Guides**, junge arbeitslose Männer, oft noch halbe Kinder, die einem den Markt zeigen wollen oder am besten gleich die ganze Stadt. Dagegen ist im Prinzip nichts einzuwenden, gerade wenn man sich unsicher fühlt, zum ersten Mal in Afrika ist, wenig Zeit hat und Sitten und Gebräuche nicht kennt. Ein weiterer Vorteil: Mit einem Führer hält man sich automatisch das Heer der Bordsteinpiraten und fliegenden Händler vom Hals. Doch die Praxis zeigt: Einen guten und kompetenten Führer findet man

Buchtipps – Praxis-Ratgeber:

● *Birgit Adam*, **Als Frau allein unterwegs**

REISE KNOW-HOW Verlag, Bielefeld

höchst selten auf der Straße. Manchmal fährt man besser mit Zufallsbekanntschaften, etwa der Student auf Semesterferien oder die Geschäftsfrau, mit der man so nett im Buschtaxi ins Plaudern gekommen ist. Kurzum, Menschen, deren Horizont nicht am Souvenirshop des Onkels dritten Grades endet, wo es evtl. eine Provision zu holen gibt.

Daraus ergibt sich dann vielleicht eine **Einladung**, die ideale Basis zur Erkundung von Land und Leuten. So gewinnt man nicht nur Einblicke in den Alltag der Menschen und ihr komplexes Beziehungsgeflecht, plötzlich öffnen sich auch auf wundersame Weise Tür und Tor. Das Zauberwort heißt **Teranga**, ein Wolof-Wort, das sich mit „Gastfreundschaft“ nur vage übersetzen lässt. Treffender der Satz: „Es ist egal, wo du geboren bist, Teranga gibt dir immer ein Zuhause“.

Geldfragen

Franc-CFA Senegal ist **Mitglied der Westafrikanischen Währungsunion**, der Communauté Financière Africaine (CFA), deren Währung der Franc-CFA ist. Wie schon in der Vergangenheit wird der Franc-CFA auch nach Einführung des Euro weiter von der Banque de France gestützt. Das macht ihn zu einer vergleichsweise **stabilen Währung**. Gleichwohl bestehen innerhalb der CFA-Länder Bestrebungen, sich von der Abhängigkeit von Frankreich zu lösen. Der Franc-CFA ist in 13 weiteren Ländern Afrikas Zahlungsmittel, darunter in den Nachbarländern Mali und Guinea-Bissau. Zu beachten ist, dass der Franc-CFA außerhalb Afrikas nur **in Frankreich zurückgetauscht** werden kann, und dann auch nur mit erheblichen Wechselverlusten.

1 Euro = 656 CFA Für einen Euro erhält man rund 656 CFA. Es gibt Scheine zu 500, 1000, 5000 und 10.000 CFA; Münzen zirkulieren im Wert von 10, 25, 50, 100

und, sehr selten, 250 CFA. Vorsicht: Es sind vermehrt falsche 5000er-Scheine ohne Sicherheitsstreifen in Umlauf.

Dalasi Gambias **nicht konvertierbare Währung** ist der **Dalasi (D)**, der in **100 Bututs** eingeteilt ist. Es gibt Scheine zu 5, 10, 25 und 50 Dalasi; Münzen gibt es zu 1, 5, 10, 25 und 50 Bututs sowie zu einem Dalasi.

1 Euro = 36 Dalasi Für einen Euro erhielt man Anfang 2011 36 Dalasi, für einen Schweizer Franken 28 Dalasi.

Geldkarten Die Möglichkeit, mit der Kreditkarte **am Automat** Geld abzuheben, hat sich im **Senegal** zuletzt stark verbessert. Am besten geht man zu Filialen der zwei französischen Bankhäuser **BICIS** (Groupe BNP Paribas) oder **SGBS** (Groupe Société Generale), die praktisch in jeder größeren Stadt des Landes vertreten sind. Beide Banken akzeptieren VISA, MasterCard und Maestro- bzw. EC-Karten (Cirrus).

In **Gambia** ist (wie in vielen anderen afrikanischen Ländern) eindeutig die VISA-Karte die bessere Wahl. Dagegen kommt man in **Guinea-Bissau** nur mit Bargeld (Euros, keine kleinen Scheine) weiter.

Western Union **In finanzieller Notlage** bietet *Western Union* die schnellste Hilfe. Das in ganz Afrika verbreitete US-Geldinstitut arbeitet zuverlässig, ist aber auch entsprechend teuer. Mit 10–20 Prozent Gebühren lässt sich die Bank ihre Seriosität vergüten. Deutsche Partner von *Western Union* sind u.a. die *Postbank*, die *Reise Bank AG* sowie zahlreiche Filialen der *Volks- und Raiffeisenbanken*. Erfahrungsgemäß dauert es nur wenige Stunden von der Einzahlung bis zur Auszahlung gegen Vorlage des Passes. *Western Union* unterhält im Senegal zahlreiche Filialen, u.a. in Dakar, Touba, Thiès, St. Louis, Richard Toll, Ziguinchor, Tambacounda und Kaolack.

Auch in Gambia und Guinea-Bissau ist Western Union präsent.

Mit kleiner Münze zahlen!

Zum Schluss noch eine goldene Regel: Wer mit kleiner Münze zahlt, **spart Geld!** Nichts ärgert eine Marktfrau mehr, als ein 10.000-CFA-Schein für eine Papaya, die vielleicht 250 CFA kostet. Bei solch einem „Geschäft“ geht oft ihr ganzes „petit monnaie“, sprich Kleingeld, flöten – und am Ende kostet die Papaya dann vielleicht 1000 CFA. Auch Taxifahrer reagieren genervt, wenn sie in den Tiefen ihres Fahrzeugs nach Wechselgeld graben müssen. Große Scheine klein machen geht noch am besten im Krämerladen.

Gesundheit

Klimaschock

Vor dem Kulturschock (nicht zwingend) kommt der Klimaschock. Wer aus Europa kommend aus dem Flugzeug steigt, hat nicht selten einen Temperaturunterschied von 40 Grad zu verkraften. Kein Wunder, wenn da der **Kreislauf** nicht mitspielt. Auch Schnupfen und **Erkältungskrank-**

Malariaprophylaxe: „Wir halluzinieren ...“

Sabine Vogel, Journalistin der Süddeutschen Zeitung, schildert nach einer Reportagetour in Westafrika recht plastisch ihre Eindrücke von einer Malariaprophylaxe: „... Doch uns erreicht die Wirklichkeit nicht. Wir laufen wie Schatten herum, sind wie Fotos durch eine Glasscheibe von der Außenwelt getrennt. Die dringt herein in unser klimatisiertes Hotelzimmer, wie die heiße Luft und die fetten Insekten, wenn wir nachts die Balkontür öffnen. Es ist wie ein Film ohne Ton, der unnahbar vorbeizieht. Bis auf die Bustour zu einem nahe gelegenen Dorf schafft es letztlich keiner aus dem Ort und der Gruppe heraus, geschweige denn in die geheimnisvolle Stadt. Stattdessen hängen wir lethargisch nach Mücken schlagend in den Polstermöbeln der Hotelbar herum. Abends spielt eine Combo traurige Lieder. Wir halluzinieren im Rausch der Malariapillen-Nebenwirkungen.“

Reiseapotheke und Ausrüstung

Bei Reisen in heiße Länder ist eine Schatten spendende **Kopfbedeckung** wichtig, bei intensiver Sonneneinstrahlung bietet langärmelige Kleidung aus Baumwolle oder Leinen Schutz. Jeder Sonnenbrand schädigt die Haut und macht anfälliger für die verschiedenen Hautkrebsformen. Ein **Sonnenschutzmittel** mit hohem Lichtschutzfaktor sollte gewählt werden.

Feste **Schuhe** schützen vor allerlei Kleintieren am Boden wie etwa Sandflöhen. Leichte schnürbare Stoffturnschuhe bewähren sich beim Schwimmen in unbekanntem Gewässern.

Eine Reiseapotheke muss selbstverständlich alle Medikamente enthalten, die ohnehin regelmäßig eingenommen werden müssen. Je nach Reiseziel und -dauer sowie verfügbarem Gepäck (Umfang und Gewicht!) muss dann eine **Notfallapotheke** zusammengestellt werden, die bei kleineren Beschwerden oder Verletzungen eine **überbrückende Behandlung** ermöglicht.

- **Malaria:** z.B. Malarone®
- **Mückenschutz:** z.B. Autan®
- **Schmerz/Fieber:** Aspirin® oder ähnliches (z.B. Godamed®) – 20 Tbl., Paracetamol (z.B. Ben-U-Ron®) – 20 Tbl.
- **Durchfall:** Loperamid (z. B. Imodium®) – 20 Tbl., Perenterol® – 20 Kps.
- **Übelkeit, Erbrechen:** Metoclopramid (z.B. MCP®) – Tropfen 30 ml oder 20 Tbl.
- **Allergie, Juckreiz:** Dimetinden (z.B. Fenistil®) – 20 Tbl.
- **Antibiotika:** Doxycyclin (z.B. Vibramycin®) – 8 Tbl., Cotrimoxazol (z. B. Cotrim® forte) – 20 Tbl., Penicillin (z.B. Isocillin®) – 1,2 Mega, 20 Tbl.
- **Wundsalbe:** Bepanthen® – Salbe 50 g
- **Antibiotische Salbe:** Fucidine® – 10 g
- **Stiche, Juckreiz:** Fenistil® oder Soventol® – Gel 50 g
- **Augentropfen:** Berberil® – 10 ml
- **Desinfektionsmittel:** Mercuchrom® – Lösung 15 ml, oder Betaisodona® – Lösung 30 ml
- **Sonstiges:** je 3 Mullbinden 6 und 8 cm; Heftpflaster 1 Rolle; Wundpflaster; 2 elastische Binden 8 cm; 5 Einmalspritzen 5 ml (steril); 5 Einmalkanülen Nr. 2 (steril); Alkoholtupfer, steril verpackt; Sicherheitsnadeln; Pinzette, möglichst steril verpackt; Fieberthermometer

Buchtipps:

- *Dr. Dürfeld, Dr. Rickels, Selbstdiagnose und -behandlung unterwegs*
- *Hans Strobach, Fernreisen auf eigene Faust*
- *David Werner, Wo es keinen Arzt gibt*
- *Armin Wirth, Erste Hilfe unterwegs*

Alle Bände von REISE KNOW-HOW

heiten sind oft die Folge, viel häufiger übrigens als der gefürchtete Durchfall. Man sollte deshalb in den ersten Tagen etwas kürzer treten und ausgedehntes Sonnenbaden sowie längere Exkursionen in den Mittagsstunden tunlichst unterlassen. Es braucht nicht lange für einen kapitalen **Hitzschlag** oder **Sonnenstich**. Überhaupt ist eine kräftige Konstitution nicht von Nachteil in Afrika.

Trinkwasser

Weitere potenzielle Gesundheitsgefahren lauern im Trinkwasser. Ratsam scheint uns, nur Wasser in Plastikflaschen (Vittel, Evian etc.) zu konsumieren; es wird praktisch überall preiswert (ab 400 CFA) angeboten. Das Trinkwasser in größeren Städten wie Dakar oder Banjul gilt zwar als keimfrei, ist aber auch extrem mit Chlor versetzt. Mit einem hohen Maß an Hygiene kann man Krankheiten wie etwa Hepatitis oder Cholera vorbeugen.

Geschält, gekocht, gegrillt

Beim **Essen** gilt: Alles was geschält, gekocht oder gegrillt wird, kann meist **ohne Bedenken** verspeist werden. Zurückhaltung ist dagegen bei Kopfsalat und Eiswürfeln in Getränken geboten.

Malaria

Dauerthema in Westafrika ist die Malaria, französisch *le paludisme*. Europäische Ärzte empfehlen meist eine **Chemoprophylaxe** mit Malarone oder ähnliche Präparate mit dem Wirkstoff Mefloquin. Diese teuren Medikamente sind hoch wirksam, aber leider nicht frei von Nebenwirkungen. Afrikanische Ärzte schütteln über die Impfwut und Malaria prophylaxen ihrer europäischen Kollegen oft nur den Kopf. Zum einen, weil 90 Prozent aller Touristen nicht während oder nach der gefährlichen Regenzeit reisen und dazu noch in klimatisierten Zimmern nächtigen, zum anderen, weil durch die fortwährende Verabreichung von starken Medikamenten langfristig resistente Erreger erzeugt werden. Schon heute sind in weiten Teilen Afrikas preiswerte Chloroquin-Präparate, früher das Allheilmittel schlechthin, wirkungslos.

Wenn schon eine Prophylaxe für Senegambia, dann eine **Kombination aus Resochin und Paludrine**. Entwicklungshelfer, die auf Grund der langen Verweildauer keine Prophylaxe machen können, schwören bei akuter Erkrankung auf **Arsumax**, ein in den 1990er Jahren in China entwickeltes gut verträgliches Medikament, das in Westafrika für umgerechnet 6 Euro erhältlich ist.

Mücken- schutz

Auch ohne Medikamente sind wir bei Dutzenden und oft monatelangen Reisen durch Westafrika nie an Malaria erkrankt. Unsere Prophylaxe bestand aus einem guten **Moskitonetz** und dem konsequenten Einsatz von Mückenschutz, etwa *Autan*, sowie entsprechender Kleidung. Vor allem in der Dämmerung und nachts ist die Anophelesmücke aktiv, die den Erreger der Malaria überträgt. Bei abendlichen Spaziergängen oder beim Sun-Downer auf der Hotelterrasse sollten deshalb **Arme und Beine vollständig bedeckt** sein. Erfahrene Afrikareisende tragen z.B. abends immer Socken. Denn wer nicht gestochen wird, bekommt auch keine Malaria. Andererseits: Nicht jeder Stich führt zwangsläufig zu Malaria. Das eigentlich Gefährliche an dieser Krankheit ist, dass sie in Europa meist als harmlose Grippe diagnostiziert wird. Wenn Sie sechs Wochen nach der Rückkehr nicht an Malaria erkrankt sind, ist die Gefahr vorbei. Lassen Sie sich von Ihrem Hausarzt beraten.

Gelbfieber

Eine Gelbfieberimpfung ist bei der Direkteinreise aus Europa nicht vorgeschrieben, hat aber in vielen Gegenden südlich der Sahara durchaus ihre Berechtigung. Diese Impfung hält zehn Jahre und ist meist gut verträglich.

Gesund- heitsbe- ratung und -info

● **Centrum für Reisemedizin**, Oberrather Str. 10, 40472 Düsseldorf, Tel. 0211 904290, www.crm.de. Nach tel. Anforderung wird gegen Gebühr ein individueller „Reise-Gesundheitsbrief“ zusammengestellt und zugeschickt, der genau auf die geplante Reise und die zu besuchenden Regionen im Zielland eingeht. Siehe auch im Anhang.

Tropeninstitute

Deutschland

- **Bernhard-Nocht-Institut**, 20350 Hamburg, Bernhard-Nocht-Str. 74, Tel. 040 428180, www.bni.uni-hamburg.de.
- **Institut der Tropenhygiene der Universität Heidelberg**, 69120 Heidelberg, Im Neuenheimer Feld 324, Tel. 06221 562905, Fax 565948.
- **Institut für Infektions- und Tropenmedizin der Technischen Universität München**, 80802 München, Leopoldstr. 5, Impfauskünfte für Afrika: Tel. 089 336744, Impfsprechstunde: Mo–Fr 11–12 Uhr, Mi/Do 16.30–18 Uhr, www.tropinst.med.uni-muenchen.de.
- **Missionsärztliche Klinik, Tropenmedizinische Abteilung**, 97074 Würzburg, Tel. 0931 7910.

Österreich

- **Institut für Tropenmedizin**, 1090 Wien, Kinderspitalgasse 15, Tel. 01 434392.

Schweiz

- **Schweizerisches Tropeninstitut**, 4051 Basel, Socinstrasse 57, Tel. 061 233896

Hin- und Rückreise

Mit dem Flugzeug

Linienflüge in den Senegal

Derzeit existieren **keine Direktflüge** von Deutschland nach Senegal. Wer nach Dakar will, muss also mindestens einen Zwischenstopp einkalkulieren. Täglich eine Verbindung bietet *Air France* via Paris-CDG. Französische Chartergesellschaften starten in der Regel von Paris-Orly. Ebenfalls täglich fliegt *Royal Air Maroc* mit Zubringerflügen von Deutschland via Casablanca. Weitere Airlines mit Destination Dakar sind u.a. *Brussels Airlines* (via Brüssel), *TAP (Air Portugal)*, mit Stopp in Lissabon), *Iberia* (Zwischenlandung in Madrid bzw. Las Palmas) und die libysche Gesellschaft *Afriqiyah* (Zwi-

Buchtipps – Praxis-Ratgeber:

- *Frank Littek, Fliegen ohne Angst*
 - *Erich Witschi, Clever buchen – besser fliegen*
- Beide Bände REISE KNOW-HOW Verlag, Bielefeld

schenlandung in Tripolis). Wann die neue halbstaatliche Fluglinie *Senegal Airlines* den Flugbetrieb nach Europa aufnimmt, stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest.

Linienflüge nach Gambia

Eine ganzjährige Linienverbindung mit direktem Anschluss an deutsche Flughäfen bieten derzeit nur **Brussels Airlines** (ex *SN Brussels*) und **Royal Air Maroc**, jeweils dreimal die Woche. Dagegen hat die deutsche *Condor* den wöchentlichen Flug nach Banjul bzw. Dakar eingestellt. Preisgünstige Charterflüge mit Ziel Gambia starten hauptsächlich von den Niederlanden und Großbritannien (u.a. Thomas Cook). Banjul International Airport (IATA-Code: BJL, hieß bis 2009 Yundum Airport) ist Drehkreuz für Flüge in englischsprachige Länder Westafrikas und wird u.a. von *Elysian Airlines* und *Arik Air* angefliegen.

Linienflüge von Senegal n. Gambia

Wer sich den beschwerlichen Landweg von Dakar nach Gambia ersparen möchte, hat die Möglichkeit, mit **Brussels Airlines** (immer dienstags, donnerstags und sonntags) oder der neuen **Senegal Airlines** (täglich außer sonntags) zu fliegen. Aufgenommen hat *Senegal Airlines* den Flugbetrieb Anfang 2011 mit einem Airbus A320. Weitere Maschinen sollen folgen.

Last Minute

Wer sich erst im letzten Augenblick für eine Reise in den Senegal oder nach Gambia entscheidet oder gern pokert, kann Ausschau nach Last-Minute-Flügen halten, die von einigen Airlines mit deutlicher Ermäßigung **ab etwa 14 Tage vor Abflug** angeboten werden, wenn noch Plätze zu füllen sind. Diese Last-Minute-Flüge lassen sich nur bei Spezialisten buchen:

- **L'Tur**, www.ltur.com
- **Lastminute.com**, www.de.lastminute.com
- **5 vor Flug**, www.5vorflug.de
- **www.restplatzboerse.at**: Schnäppchenflüge in Österreich



Flughafen in Senegal

Wer im Internet nach dem „schlimmsten Flughafen der Welt“ googelt, bekommt zur Antwort: **Aéroport Léopold Sédar Senghor** in Dakar. Grund: Die technische Ausstattung ist hoffnungslos veraltet, die Kapazität unzureichend, es gibt praktisch keine Sitzplätze und das Personal ist wegen dem täglichen Chaos meist demotiviert und unfreundlich. So war Anfang 2011 nur noch ein Gepäckband in Betrieb. Doch damit nicht genug: Wer schließlich seinen Koffer aus den Bergen von Gepäck gefischt und die letzte Kontrolle passiert hat, sieht sich am Ausgang mit einer **Hundert-schaft aggressiver Schlepper, Geldwechsler und Taxifahrer** konfrontiert. Auf der sicheren Seite sind Pauschaltouristen und Reisende, die im Auftrag ihres Hotels abgeholt werden. Für alle anderen gilt: Ruhe bewahren! Lassen Sie sich nicht auf dubiose Angebote ein. Legen Sie sich vorsorglich auf eine Unterkunft Ihrer Wahl fest. Vereinbaren

Sie mit dem Taxifahrer den Fahrpreis und ignorieren Sie sämtliche Vermittler. Nachts – praktisch alle Flüge aus Europa landen nach 22 Uhr – sollten Sie für Fahrten in die City nicht mehr als 5000 CFA bezahlen.

All diese negativen Begleitumstände bei der Ein- und Ausreise sollten mit der Eröffnung des neuen **Aéroport Blaise Diagne** (benannt nach dem ersten Afrikaner in der französischen Nationalversammlung) der Vergangenheit angehören. Er befindet sich südwestlich von Thiès, gut 50 km von Dakar entfernt. Die Inbetriebnahme ist – nach mehreren Verschiebungen – für die erste Jahreshälfte 2012 vorgesehen.

Flughafen in Gambia

Vergleichsweise paradiesische Ruhe herrscht dagegen auf dem großzügig konzipierten Flughafen von **Banjul-Yundum**, wo fast ausschließlich Chartermaschinen landen. Gepäckträger und Taxifahrer gebärden sich längst nicht so hektisch wie in Dakar. Die Fahrpreise stehen am Ausgang angeschrieben. Alles ist überschaubar. Seit 2003 wird von Charter-Reisenden wieder eine Einreisegebühr von 10 Euro zur „Förderung des Tourismus“ erhoben. Banjul-Yundum ist Luftkreuz für Flüge in englischsprachige Länder Westafrikas wie Sierra Leone, Liberia oder Nigeria.

Mit dem Auto ...

Über Marokko und Maure- tanien

... sind es gut 6000 km von der deutsch-französischen Grenze auf der sogenannten Atlantikroute bis nach Dakar. Seit der Fertigstellung der **Mauretanien-Transversale** 2005 lässt sich die Strecke in ca. zehn Tagen bewältigen. Wüstenausrüstung oder ein geländegängiges Fahrzeug sind nicht mehr erforderlich. Auch der bürokratische Hindernislauf bei der Rückreise in die von Marokko besetzte Westsahara gehört der Vergangenheit an.

Hinweise zum **Carnet de Passage** siehe im Kapitel „Ein- und Ausreisebestimmungen“.

Zwei
Grenzüber-
gänge Von **Mauretanien nach Senegal** gibt es zwei Grenzübergänge: der Staudamm Diama und Rosso, den einzigen Lkw-tauglichen Übergang. Letzterer rangiert auf der Hitliste von Afrikas nervigsten Grenzposten ganz oben. Wahre Heerscharen von Schleppern lauern auf beiden Seiten der Grenze auf Opfer. Die Szenerie ist unübersichtlich bis chaotisch. Deutlich entspannter geht es in Diama zu, das von Rosso aus auf einer knapp 100 km langen Piste (auf oder neben dem Damm) entlang des Senegals-Flusses angefahren wird. Allerdings ist diese Passage in der Regenzeit gesperrt.

Schiffsreisen

Fracht-
Passagier-
Schiffe **Zwischen Hamburg bzw. Antwerpen und Dakar** verkehren regelmäßig Frachtschiffe der Reederei Grimaldi, die auch in begrenzter Anzahl Passagiere aufnehmen können. Es besteht auch die Möglichkeit, das eigene Fahrzeug mitzunehmen. Nähere Infos im Kapitel zu Dakar.

Homosexualität

Verboten Homosexualität wird sowohl im Senegal wie auch in Gambia **strafrechtlich verfolgt** und in beiden Ländern von der Bevölkerungsmehrheit geächtet. Vor allem in Gambia ist das öffentliche Klima rüde. Dort kann man bis zu 14 Jahre hinter Gitter wandern. Es sind aber bislang noch keine Fälle bekannt, in denen Touristen belangt wurden. Eine nennenswerte Schwulenszene existiert nur in Dakar und St. Louis.

Maße und Gewichte

Im Senegal herrscht das **metrische System**. In Gambia im Prinzip auch, doch findet man hier und da noch britische Maßeinheiten. Im täglichen Leben bekommt man davon aber nichts mit.

Mietwagen

Sehr teuer Mietwagen sind, egal ob im Senegal oder in Gambia, sehr teuer. Selbst für Kleinwagen muss vorab eine **horrende Kautiön** gestellt werden, nicht selten bis zu umgerechnet 1000 Euro. Hinzu kommen **saftige Kilometergelder** mit bis zu 1 Euro.

Oft ist es preisgünstiger, sich auf dem informellen Sektor tageweise einen **Wagen mit Fahrer** zu mieten. Hier beginnen die Preise bei 25.000 CFA pro Tag zuzüglich Spesen.

Motorrad fahren

Senegal: ideal für Geländefahrten Senegal ist ein Eldorado für Geländefahrer. Wer mit der eigenen Cross-Maschine unterwegs ist – Mietmotorräder sind außer an der Petite Côte kaum zu bekommen – kann abseits der asphaltierten Straßen auf große Entdeckungstour gehen. Eine beliebte Strecke ist bei Ebbe der 200 km lange **Strand der Côte Sauvage** zwischen Gandiol und dem Lac Rose bei Dakar. Auch im Landesinneren finden Geländefahrer teilweise ideale Bedingungen. Ansonsten gelten die gleichen Voraussetzungen wie für Autofahrer: Äußerste Vorsicht auf Nationalstraßen, wo sich weder Ochs noch Esel an Verkehrsregeln halten.

Nachtleben

Clubs, Discos, Konzerte

Obschon beide Länder gesellschaftlich stark vom Islam geprägt sind, herrscht ein recht freizügiges Nachtleben. Das gilt besonders für Senegals Hauptstadt **Dakar**, **alle größeren Städte** und **Gambias Küstenregion**. Dort sind Discos vor allem am Wochenende und vor Feiertagen brechend voll. Leider haben die Einheimischen die Angewohnheit, sich erst **nach Mitternacht** auf den Weg in die oft plüschig ausgestatteten Tanztempel zu machen. Bei Livekonzerten in Dakars Clubszene ist sogar erst ab 2 Uhr mit dem Auftritt der Stars zu rechnen. Dafür erlebt man dann aber einen Event der Extraklasse, da Konzerte immer auch ein gesellschaftliches Ereignis darstellen, zu dem die Damen ihre neuesten Roben und Haarcreationen präsentieren. Das gerät dann schnell zum „Défilée der Eitelkeiten“, wie *Die Zeit* schrieb. Ganz anders auf dem Land. Dort sind Discos Treffpunkte der Dorfjugend. Ein Gettoblaster, eine Autobatterie und zwei Boxen reichen für stundenlange ausgelassene Stimmung.

Notfall

- **Notfallnummer Polizei:** Tel. 17
- **Notfallnummer Feuerwehr:** Tel. 18

Verlust von „Plastik- karten“

Bei Verlust oder Diebstahl der Kreditkarten sollte man diese umgehend sperren lassen. Für deutsche Maestro-(EC-) und Kreditkarten gibt es die einheitliche **Sperrnummer 0049 116 116** und im Ausland zudem die Nummer 0049 30 4050 4050. Für österreichische und schweizerische Karten gelten:

- **Maestro-/EC-Karte**, (A)-Tel. 0043 1 2048800; (CH)-Tel. 0041 44 2712230, UBS: 0041 800 888601, Crédit Suisse: 0041 800800488.

sen_058 Foto: thb



- **MasterCard/VISA**, (A)-Tel. 0043 1 717014500 (MasterCard) bzw. Tel. 0043 1 71111770 (VISA); (CH)-Tel. 0041 58 9588383 für alle Banken außer Crédit Suisse, Corner Bank Lugano und UBS.
- **American Express**, (A)-Tel. 0049 69 9797 1000; (CH)-Tel. 0041 44 6596333.
- **Diners Club**, (A)-Tel. 0043 1 5013514; (CH)-Tel. 0041 44 8354545.

Verlust von Reise- schecks

Nur wenn man den Kaufbeleg mit den Seriennummern der Reiseschecks sowie den Polizeibericht vorlegen kann, wird der Geldbetrag von einer größeren Bank vor Ort binnen 24 Stunden zurückerstattet. Also muss der Verlust oder Diebstahl umgehend bei der örtlichen Polizei und auch

bei American Express bzw. Travelex/Thomas Cook gemeldet werden. Die Rufnummer für ihr Reise-land steht auf der Notrufkarte, die Sie mit den Reiseschecks bekommen haben.

Ausweis- verlust / dringender Notfall

Wird der Reisepass oder Personalausweis im Aus-land gestohlen, muss man dies bei der örtlichen Polizei melden. Darüber hinaus sollte man sich an die nächste diplomatische Auslandsvertretung seines Landes wenden, damit man einen Ersatz-Reiseausweis zur Rückkehr ausgestellt bekommt (ohne kommt man nicht an Bord eines Flugzeuges!).

Auch in **dringenden Notfällen**, z.B. medizinischer oder rechtlicher Art, Vermisstensuche, Hilfe bei Todesfällen, Häftlingsbetreuung o.Ä., sind die jeweiligen Auslandsvertretungen bemüht vermittelnd zu helfen.

Botschaft für Deutsch- land

● **Ambassade d'Allemagne**, 20, Av. Pasteur (Ecke Rue Mermoz), Dakar, Senegal, Tel. 00221 338894884, oder Bereitschaftsdienst unter Tel. 00221 776386441, www.dakar.diplo.de.

● **Office of the German Ambassador**, 29, 22 July Drive (früherer Independence Drive), Banjul, Gambia, Tel. 00220 4227783 oder in Senegal (s.o.).

Botschaft für Österreich

● **Ambassade d'Autriche**, 18, Rue Emile Zola, Dakar, Senegal, Tel. 00221 338494000.

● **Honorary Consulate of Austria**, SOS-Kinderdorf International, Regional Office for North/West Africa, Banjul, Gambia, Tel. 00220 4461141.

Botschaft für die Schweiz

● **Ambassade de Suisse**, Rue René N'Diaye, Ecke Rue Seydou, Nourou Tall, Dakar, Senegal, Tel. 00221 338230590. Auch zuständig für Gambia.

Öffnungszeiten

Nicht festgelegt

Festgelegte Öffnungszeiten gibt es nicht. Banken und Büros sind montags bis freitags geöffnet, in der Regel von 9 bis 12 und von 14 bis 17 Uhr. Supermärkte haben meist länger geöffnet. Viele Krämerläden schließen erst gegen Mitternacht.

Post

Zuverlässig, aber langsam

Die **Post** im Senegal wie auch in Gambia funktioniert halbwegs zuverlässig, aber nicht sehr schnell. Wertsendungen sollten versichert sein oder als Paket mit DHL verschickt werden. Der **Poste-Res-tante-Schalter** ist in der Hauptpost in Dakar, Bd. Pinet Laprade beim Kermel Markt. Auch in St. Louis und in Ziguinchor lassen sich Sendungen bis zu 30 Tage hinterlegen.

Preise und Reisekasse

Senegal

Senegal ist **kein billiges Reiseziel**. Wer bei Unterkunft und Verpflegung europäischen Standard verlangt, zahlt ähnliche Preise. Deutlich teurer als in Europa sind Mietwagen. Wie in Europa hat die Umstellung auf den Euro auch im Senegal signifikante Auswirkungen auf das Preisniveau im touristischen Bereich gehabt, da die einheimische Währung CFA an den Euro gekoppelt wurde. Wer sich dagegen dem Lebensstil der Einheimischen anpasst, kann relativ preiswert Urlaub machen.

Gambia

Gambia, lange Zeit Westafrikas billigstes Urlaubsland, hat sich in den letzten Jahren dem Preisniveau Senegals angenähert. Über ein Pauschal-Arrangement bietet Gambia aber immer noch den **billigsten Einstieg** für die Entdeckung Westafrikas und seiner Kultur. Das liegt u.a. am schwachen Dalasi, der Landeswährung Gambias.

Guinea-Bissau

Ebenfalls **kein billiges Reiseland** ist Guinea-Bissau. Vor allem die Übernachtungskosten in der Hauptstadt Bissau reißen große Löcher in die Reisekasse. Relativ preiswert sind dagegen die allgemeinen Kosten auf dem Bijagos-Archipel und im Landesinnern.

Prostitution

(Kein Markt wie jeder andere?)

Bezahlter Sex mit Einheimischen ist ein Schmutzdelthema. Keiner hat die Problematik so ungeschminkt beschrieben wie *Michel Houellebecq* in seinem Bestsellerroman „Plattform“: „Auf der einen Seite hast du mehrere hundert Millionen Menschen in der westlichen Welt, die alles haben, außer dass sie keine sexuelle Befriedigung mehr finden. (...) Und auf der anderen Seite gibt es mehrere hundert Millionen Menschen, die nichts anderes mehr zu verkaufen haben als ihren Körper und ihre intakte Sexualität.“ Desillusioniert, andere werden sagen zynisch, sieht der Autor die Prostitution in der Dritten Welt als „business as usual“ in einem globalisierten Markt mit all seinen strukturellen Ungleichheiten.

Allgegenwärtig

Auch ohne Rotlichtviertel ist sie in Senegambia allgegenwärtig. Die Prostituierten warten an jeder besseren Hotelbar, in allen Discos sind sie präsent, die „**plus belle Gazelles**“, wie sie wegen ihrer schier endlosen Beine prosaisch genannt werden.

Weiblicher Sextourismus

Viele SchwarzafrikanerInnen haben eine gänzlich unverklemmte Einstellung in Sachen Sex. **Prostitution wird nicht geächtet.** Dass Senegal und Gambia auf der touristischen Landkarte (noch) nicht als explizite Sexdestinationen erscheinen, hat einen einfachen Grund: Die Schwarzafrikanerin entspricht so gar nicht dem Wunschbild des europäischen Mannes von der unterwürfigen Gespielin. Schon ein flüchtiger Blick über den Strand zeigt denn auch die tatsächlichen Verhältnisse: Weiße Frau mit schwarzem Mann ist die häufigere Konstellation als umgekehrt.

In jedem Fall sollte man/frau die **gesundheitlichen Risiken** bedenken. Eine in der Stadt Kaolack erhobene Untersuchung stellte fest, dass rund 40 Prozent der Prostituierten HIV-infiziert sind. Der Gebrauch von Kondomen ist also das Mindeste.

Rad fahren

Sieht man einmal von der Mittagshitze ab, stellen wegen der topografischen Gegebenheiten weder Senegal noch Gambia hohe Ansprüche an Fahrradfahrer. Wer auf das eigene Velo verzichten kann, findet inzwischen in allen Touristenzentren **Mieträder** in befriedigendem bis gutem Zustand. Die Verleihkosten beginnen bei umgerechnet rund 10 Euro pro Tag. Vorsicht ist jedoch beim Befahren der Hauptverkehrsstraßen geboten: Autofahrer nehmen wenig bis **keine Rücksicht** auf schwächere Verkehrsteilnehmer und drängen diese auf den unbefestigten Seitenstreifen.

● **Infos:** www.afrika-erleben.de
Geführte Radtouren durch Senegal und Gambia

Reisezeit

Vom Spätherbst bis April

Angenehme Temperaturen bei geringer Luftfeuchtigkeit herrschen vom Spätherbst bis etwa April. Vor allem Dezember und Januar ist mit dem **Harmattan** zu rechnen, einem unangenehmen Wind aus der Sahara. Die in den Sommermonaten vorherrschende Regenzeit, im Senegal „hivernage“ genannt, ist wegen der hohen Luftfeuchtigkeit für Europäer schwer erträglich. Das gilt besonders für das Landesinnere, während man an der Küste auch im Sommer durchaus Urlaub machen kann.

Schmiergeld

Weit verbreitet

Korruption ist ein weltweites Phänomen und nicht auf Afrika beschränkt. Aber südlich der Sahara erscheint die **Bakschisch-Kultur** besonders weit verbreitet. Leider machen die drei in diesem Buch genannten Länder da keine Ausnahme. Als Pau-

schaltourist werden Sie von all dem nichts mitbekommen. Die diskreten Handreichungen, die beispielsweise einem Tourismusbetrieb das Überleben sichern, sind vom Patron bereits eingepreist. Ganz anders bei Individualreisenden. Kleine Vorteile, wie etwa der beste Sitzplatz im Buschtaxi, müssen erkaufte werden. Wer mit dem eigenen Fahrzeug reist, sieht sich allerorten mit ungenierter Abzocke konfrontiert. Sogenannte „Beschleunigungszulagen“ sind normaler Alltag – wer schmiert, kommt eben schneller ans Ziel. Berechtigte Entrüstung hilft da wenig, eher schon ein freundlicher Hinweis, dass derlei Gebahren dem Ruf des Landes schaden könnte.

Sextourismus

Missbrauch von Kindern

Der gute Ruf des Reiseziels Senegal werde pervertiert, klagte die islamisch orientierte Zeitung *Wal Fadji*. Gemeint war ein Thema, das hinter vorgehaltener Hand schon länger diskutiert wird, aber erst jetzt öffentlich zur Sprache kam: der sexuelle Missbrauch von Kindern und Jugendlichen. Betroffen sei vor allem die **Touristenhochburg Saly Portudal**, bemerkte das Blatt. Was in vielen Dritte-Welt-Ländern schon seit Längerem zu beobachten ist, dringt nun auch in Senegambia ins Bewusstsein. Doch anders als in Südostasien hat sich im Senegal noch keine Szene für Pädophile etabliert. Der Missbrauch spiele sich im Verborgenen ab, meist hinter hohen Mauern von Privatresidenzen, klagt das Kinderhilfswerk UNICEF, und sei deswegen um so schwerer zu verfolgen. Die UN-Organisation will verstärkt Aufklärungsarbeit leisten.

Dabei darf nicht verschwiegen werden, dass sich das Problem nicht allein auf negative Begleiterscheinungen des Tourismus reduzieren lässt. **Eheschließungen mit Kindern** sind zwar offiziell längst untersagt, werden aber von der Gesell-

schaft immer noch stillschweigend toleriert. Und das nicht nur auf dem Lande, wie im Jahr 2002 der Fall der zwölfjährigen *Dienaba* aus St. Louis zeigte. Das Mädchen war in der Hochzeitsnacht beim „Vollzug der Ehe“ mit einem älteren Mann zu Tode gekommen. Tags darauf gingen in St. Louis vorwiegend Jugendliche gegen die sexuelle Gewalt an Kindern auf die Straße und forderten „Gerechtigkeit“ – ein Novum im Senegal.

Sicherheit und Kriminalität

Sicher bis auf die Casamance

Senegal gilt als sicheres Reiseziel, sieht man einmal von der Casamance ab, wo die Unabhängigkeitsbewegung M.F.D.C. immer wieder mit Überfällen und bewaffneten Attacken von sich reden macht. Doch die Rebellen sind bislang davor zurückgeschreckt, ausländische Touristen ins Visier zu nehmen, denn das würde Frankreich auf den Plan rufen, das nicht nur in der Casamance mit Truppen präsent ist.

Dakar

Gewöhnliche Gewaltkriminalität kommt außer in Dakar so gut wie nie vor. Die Sicherheitsproblematik der senegalesischen Hauptstadt wird im Kapitel zu Dakar näher erläutert. Ansonsten gilt natürlich, dass der Erfindungsgabe, leichtgläubigen bzw. leichtsinnigen Touristen das Geld aus der Tasche zu ziehen, keine Grenzen gesetzt sind.

Gambia

In Gambia ist die Situation ähnlich. Je weiter man sich von den Touristenzentren entfernt, um so sicherer wird das Umfeld.

Buchtipps – Praxis-Ratgeber:

● *Matthias Faermann*

Schutz vor Gewalt und Kriminalität unterwegs

REISE KNOW-HOW Verlag, Bielefeld

Guinea-Bissau

Das kleine Land gilt immer noch als eines der sichersten Reiseziele in Westafrika. Zuletzt wurde aber auch dort eine **Zunahme von Delikten** wie Taschendiebstahl und nächtliche Überfälle in der Hauptstadt registriert.

Aktuelle Reisehinweise

Aktuelle Reisehinweise neben Hinweisen zur allgemeinen Sicherheitslage erteilen in:

- **Deutschland:** www.auswaertiges-amt.de und www.diplo.de/sicherreisen (Länder- und Reiseinformationen), Tel. 030 50000, Fax 50003402.
- **Österreich:** www.bmaa.gv.at (Bürgerservice), Tel. 05 011504411, Fax 05 011590.
- **Schweiz:** www.ezv.admin.ch (Reisehinweise), Tel. 031 3238484.

Sport und Erholung

Breites Angebot

Wer über das nötige Kleingeld verfügt, dem steht eine ganze Palette von Freizeitaktivitäten zur Verfügung. An erster Stelle stehen alle Arten von **Wassersport**, wie Tauchen, Segeln, Windsurfen, Wellenreiten, Jetski oder **Hochseefischen**. Viele Campements, die sich auf Sportfischer spezialisiert haben, verleihen komplette Angelausrüstungen. Hotels der oberen Kategorie verfügen meist über einen **Tennisplatz**. Auch **Reiten** wird inzwischen in allen Tourismuszentren angeboten. Im Senegal gibt es vier **Golfplätze**, darunter ein 18-Loch-Platz in der Nähe von Saly Portudal. Gambia kann immerhin einen Golfplatz aufweisen. **Jagd** wird im Senegal vor allem im Südosten des Landes, in der Casamance und im Sine-Saloum-Delta betrieben. Die offizielle Jagdsaison beginnt am 15. Dezember und endet am 30. April.

Telefon und Internet

Telefon

Telefonieren geht im **Senegal** am besten mit dem (eigenen) **Handy** (wird dort *Mobile* genannt), nachdem die früher zahlreichen Tele-Centre mangels Nachfrage geschlossen wurden. Kein Wunder: Statistisch gesehen besitzt fast jeder zweite Senegalese ein Handy. Größere Funklöcher gibt es praktisch nur noch im dünn besiedelten Norden und Osten. Und wie komme ich als Tourist an einen Anschluss? Man besorgt sich einfach für 2000 CFA die SIM-Karte eines der drei nationalen Anbieter (Orange, Tigo, Espresso) und setzt sie in sein Handy ein. Wem das zu kompliziert ist, lässt sich das Gerät auf dem Markt oder in einem der zahllosen Handy-Geschäfte freischalten.

Gleiches gilt für **Gambia**, nur dass im Land GAMTEL und Africell den Markt bedienen.

In **Guinea-Bissau** ist mobiles Telefonieren auf die Hauptstadt und die wenigen größeren Orte beschränkt. Dort ist Orange der Anbieter mit der größten Verbreitung. Sehr teuer sind in Guinea-Bissau Auslandsgespräche über das Festnetz.

Die **internationalen Vorwahlen** lauten:

- Deutschland: 0049
- Österreich: 0043
- Schweiz: 0041
- Senegal: 00221
- Gambia: 00220
- Guinea-Bissau: 00245

Internet

Der Zugang zum Internet ist **in allen größeren Ortschaften Senegals** möglich. Zudem verfügen inzwischen fast alle besseren Hotels und sogar viele Gastehäuser über einen WLAN-Anschluss (im Senegal WiFi genannt) für ihre Gäste, oft sogar gratis. In Dakar und anderen größeren Städten gibt es **zahlreiche Internet-Cafés** mit schneller DSL-Verbindung. Der Tarif beginnt bei 500 CFA für 30 Minuten.

In **Gambia** ist das Internet weniger verbreitet und auch deutlich teurer. Cyber-Cafés findet man praktisch nur im Umfeld der Tourismuszentren an der Küste sowie in Banjul und Serrekunda.

In **Guinea-Bissau** ist das Internet auf die Hauptstadt beschränkt. Dort gibt es drei, vier Cyber-Cafés mit veralteter Technik.

Uhrzeit

Es gilt **GMT** (Greenwich Main Time), also westeuropäische Zeit. Im Winter müssen die Uhren eine, während der Sommerzeit zwei Stunden vorgestellt werden.

Unterkunft

Große Auswahl

In der gesamten **Küstenregion**, also von St. Louis im Norden bis hinunter nach Cap Skirring, findet der Reisende ausreichend Unterkünfte in allen Preisklassen, von der spartanischen Lehmhütte für umgerechnet 5 Euro (mit Frühstück) bis zur teuren Luxusresidenz mit allen möglichen Schikanen. Dagegen nimmt das Angebot im Hinterland immer mehr ab, je weiter man Richtung Osten fährt. Vor allem im Grenzgebiet zu Mali und Guinea sowie am Oberlauf des Senegal-Flusses sind passable Herbergen dünn gesät.

Preise

Verglichen mit europäischem Standard sind die Hotelpreise **oft überteuert**. Bei mehr als einer Übernachtung lässt sich aber über den Preis diskutieren. Außerdem lohnt ein **Preisvergleich**. Eine saubere, aber abgelegene Pension kann im selben Ort um die Hälfte billiger sein, als ein schmutziges Etablissement an der Hauptstraße. Zahlreiche Unterkünfte werden in Afrika als **Stundenhotels** genutzt, was allerdings nicht als anrühlich gilt.

Campe- ment & Co.

Im **Senegal** wird der deutschsprachige Reisende mit seltsamen französischen Begriffen konfrontiert. Was, bitte schön, sind **Maison d'Hôtes** oder **Chambres d'Hôtes**, wo liegt der Unterschied zwischen **Hébergement** und **Auberge**, und was versteht man unter einem **Campement**, einem Wort, das hundertfach vorkommt? Die ersten Campements entstanden noch zur Kolonialzeit, also noch vor dem Massentourismus. Man adaptierte einfach die traditionelle Lebens- und Bauweise der Einheimischen: kleine runde Lehmhütten mit Strohdächern, meist um einen zentralen Platz oder ein Gemeinschaftshaus gruppiert. Eine Art „Ferien auf dem Bauernhof“ auf afrikanisch: einfach, preiswert, authentisch. Am Konzept hat sich bis heute nichts geändert, nur der Komfort ist gestiegen. Viele der Hütten verfügen längst über Bad und WC, und Raumgrößen von mehr als 30 m² sind keine Seltenheit (siehe auch „Sanfter Tourismus – das Projekt Campement villageois“ im Kapitel zur Casamance). Hébergement und Auberge entsprechen dem, was wir unter einer Pension verstehen. Maison d'Hôtes bedeutete ursprünglich „(einfaches) Gasthaus“. Heute ist es ein Synonym für Stil und gepflegtes Ambiente, meist in einem aufwendig renovierten Kolonialhaus angesiedelt. In jedem Fall kein Hotel im herkömmlichen Sinn.

Verhaltenstipps

Geduld

„Haltung, mein Freund, Haltung ist alles“, bemerkte einmal der Afrika-Korrespondent der *Frankfurter Allgemeinen Zeitung*, als ihm Zöllner, Taschendiebe und Straßenhändler an einem berüchtigten Grenzübergang mächtig zusetzten. Und er fügte hinzu: „Oberstes Prinzip“ bei Reisen auf dem Schwarzen Kontinent sei, „zeige nie deine Ungeduld.“ Wohl wahr, denn Hektik oder der nervöse

Blick auf die Uhr sind den Afrikanern unbekannt. Geduld, Geduld und nochmals Geduld gehört also zu den Primärtugenden eines Afrikareisenden. Mit westlicher Überheblichkeit oder dem Hinweis auf die scheinbare Rückständigkeit des Gastlandes ist jedenfalls kein Blumentopf zu gewinnen. Im Gegenteil: Die Afrikaner, konditioniert durch jahrhundertelange Demütigungen seitens der Europäer, haben ein feines Gespür für alle Arten weißer Herablassung. Und sie wissen, wie man sich mit subtilen Methoden zur Wehr setzt ...

Respekt Wer afrikanische Werte und Sitten mit Respekt behandelt und dies den Menschen auch zeigt, wird in Senegambia keine Probleme bekommen.

Verkehrsmittel

Taxi im Senegal 50 US-Dollar für die zehnminütige Fahrt vom Flughafen Dakar ins Hotel – auch das soll schon vorgekommen sein. Gegen derartigen Nepp kann man sich nur schützen, wenn man den tatsächlichen Tarif kennt. **In kleineren Städten** ist das kein Problem, dort gibt es **einheitliche Preise**, meist zwischen 200 und 500 CFA je nach Entfernung. Anders in Dakar, wo man als „Toubab“ (Weißer) eigentlich immer mit „Spezialpreisen“ konfrontiert wird. Da hilft nur zähes **Feilschen** oder die Aufforderung, das **Taxameter** (wenn vorhanden und funktionstüchtig) einzuschalten. Da man aber meist im Stau steckt und die Uhr munter weiter läuft, wird es auch so nicht unbedingt billig.

Taxi in Gambia In Gambia ist Taxifahren teurer als im Senegal. Es gibt **zwei Sorten von Taxis**: Die einen sind gelb mit grünen Streifen und fahren als Sammeltaxis; die grünen Touristentaxis sind **unverschämt teuer** und warten vor allen Hotels auf zahlungskräftige Kunden. Leider kennen auch die Fahrer der gel-

Eine Fähre für den Senegal

Blasmusik und Honoratioren, jede Menge Presse und Schaulustige: Es war ein großer Tag für die Casamance, als am 24. März 2008 die **MS Aline Sitoé Diatta** erstmals im Hafen von Ziguinchor festmachte. Die neue 74 Meter lange Fähre, gebaut auf der **deutschen Fassmer Werft** und zur Hälfte von der Bundesrepublik bezahlt (Gesamtkosten 13 Mrd. CFA), soll fortan eine bequeme und sichere Verbindung zwischen Dakar und der Südpfrovinz bilden. Das übergangsweise eingesetzte Vorgängerschiff, die alte und gecharterte **MS Willis**, war deutlich kleiner und konnte keine Fahrzeuge aufnehmen. Zudem bot sie mit lediglich 20 Kilo Freigeepäck keine Möglichkeit für Kleinhändler, landwirtschaftliche Produkte in die Hauptstadt zu transportieren.

Zu Zeiten der **MS Jolla** war das anders: Bergeweise lagerten frischen Gemüse und Früchte im Autodeck. Doch die völlig überladene Jolla kenterte am 27. September 2002 auf der Fahrt nach Dakar in einem furchtbaren Sturm und riss über 1700 Menschen mit in den Tod. Nur 73 Passagiere überlebten die Tragödie. Das ist bis heute unvergessen in der Casamance, war doch die Mehrzahl der Passagiere Schulabgänger, die sich tags darauf an der Universität von Dakar einschreiben wollten.

Es war mehr als nur eine Geste, dass man dem neuen Stolz der senegalesischen Marine einen derart **symbolträchtigen Namen** gab. *Aline Sitoé Diatta* gilt nämlich als **Nationalheilige der Animisten**, als die „Jeanne d'Arc“ der Casamance. Eine schillernde Gestalt, um die sich unzählige Mythen ranken. Geboren 1920 in Kabrousse erfuhr sie mit 1940 ihre spirituelle Erweckung. Innerhalb kürzester Zeit machte sie als Fetischpriesterin, Wunderheilerin und Heldin des Widerstands gegen die Kolonialmacht Furore. Als die junge Frau mit dem strahlenden Lächeln immer mehr Zulauf erhielt, setzten die Franzosen sie 1943 fest und deportierten sie ins heutige Mali, wo sie ein Jahr später, wahrscheinlich an den Folgen von Hunger und Misshandlungen, starb.

Wie wichtig eine funktionierende Schiffsverbindung für die Casamance ist, verdeutlicht ein Blick auf die Landkarte. Die Südpfrovinz ist vom Kernland fast vollständig durch Gambia abgeschnitten. Um an einem Tag mit dem Auto von Dakar nach Ziguinchor zu gelangen, muss man sehr früh aufstehen und hat dazu noch jede Menge Stress. Dagegen bietet das neue Schiff ausreichend Zwei-, Vier- und Achtbett-Kabinen für eine bequeme Nachtfahrt, während sich die Passagiere mit den preiswerten Pullmann-Liegen meist bis früh in den Morgen in der Bord-Disco vergnügen.

sen_069 Foto: thb

BRIKAMA	0130.00	0130.00
DINNER	0130.00	0130.00
DINNER	0130.00	0130.00
KACHIKAL	0250.00	0250.00
LAMIN LODGE	0250.00	0250.00
MANDINARING	0250.00	0300.00
TANTIE	0150.00	0170.00
WRESTLING	0250.00	0260.00
DENTON BRIDGE	0250.00	0260.00
YUNDUM KOTO	0130.00	0160.00
YUNDUM KUTA	0130.00	0160.00
MARAKISA VILLAGE	0320.00	0350.00
SIBANOR	0400.00	0400.00
PIRANG	0300.00	0350.00
NYOKOLOKIBA	0450.00	0500.00
SEREKUNDA	0100.00	0150.00
KARTON	0400.00	0400.00
SUKUTA	0150.00	0170.00
ZIGUINCHOR	0150.00	0170.00
BINTANG	0150.00	0170.00
BASSE	0150.00	0150.00
CAPSKRING	0150.00	0170.00
DAKAR	0200.00	0200.00
FARAFENNI (ONE-NIGHT)	0300.00	0300.00
GEOGETOWN	0130.00	0150.00
JARRA SOMA	0130.00	0150.00
TUFFURE	0130.00	0170.00
KAFUNTING	0130.00	0170.00
KEMOTO VILLAGE	0130.00	0170.00
KALAGI	0130.00	0170.00
PAKALIBA CAMP	0130.00	0170.00
SANYANG	0130.00	0170.00
SOUTH GAMBIA	0400.00	0400.00
TENDABA CAMP	0600.00	0600.00
GUINER BISSAU	0650.00	0650.00
	0500.00	0700.00

ben Taxis die Preise der Touristentaxis. Chancen auf einen korrekten Preis hat man eigentlich nur, wenn man sich mit Einheimischen zusamm tut. Aber die wollen meist woanders hin. Kurzum: Taxifahren macht in Gambia wenig Spaß.

Buschtaxi

Senegals gebräuchlichstes Transportmittel ist immer noch das **Buschtaxi** (*Taxi brousse*), in der Regel ein Kombi der Marke Peugeot mit sieben Sitzplätzen, deshalb auch der Name *sept places*. Diese mehr oder minder sicheren Gefährte findet man in jeder größeren Stadt an der zentralen **Gare routière**. Was auf den ersten Blick wie das reine Chaos anmutet, ist in Wirklichkeit perfekt organisiert. Die Preise sind festgesetzt. So kostet etwa die vierstündige Fahrt von Dakar nach Saint Louis

Eine Fahrt im „Express“ von Dakar in die Hauptstadt Malis

von Peter Cissek

Die große Uhr am Bahnhof funktioniert schon längst nicht mehr. Zeit spielt in Westafrika ohnehin keine wichtige Rolle. Nur zweimal wöchentlich verkehrt der **Zug nach Bamako**, in die **1230 km entfernte Hauptstadt des Nachbarlandes Mali**. Gut 32 Stunden braucht der „Express“ laut Fahrplan für die derzeit alternativlose Verbindung, wenn man von den Flügen absieht. Doch auf Zeitpläne sollte man sich lieber nicht verlassen. Ursprünglich sollte der Zug an jenem Samstag um 10 Uhr morgens den Bahnhof der senegalesischen Hafenstadt verlassen. Doch daraus wird nichts. Die Vertreterin der örtlichen Reiseagentur informierte schon am Vorabend telefonisch, dass sich die Abfahrt auf 19 Uhr verschiebt. Dann ist in Senegal das dreitägige Hammelfest so gut wie abgeschlossen. Damit man das Fest länger mit der Familie feiern kann, wurde die Abfahrt einfach verschoben. Lediglich fünf Weiße haben sich in diesen Zug „verirrt“: Ein Amerikaner will ein Buch über die Fahrt auf dem Niger nach Timbuktu schreiben; zwei Holländer haben sich im Senegal bei Gelegenheitsjobs etwas Geld verdient und wollen über Mali nach Burkina Faso; wir beide, ein deutsches Ehepaar, wollen in Mali nicht nur Häuser und Moscheen in typischer Lehmbauweise kennen lernen, sondern vor allem auch Land und Leute. Etwa eine Stunde vor Abfahrt strömen alle Passagiere, das Gepäck meist auf dem Kopf tragend, zu ihren Abteilen. Der Zug besteht aus ausgedienten Waggons der französischen Staatsbahn. Der Schlafwagenschaffner weist freundlich die reservierten Plätze zu. Es ist soweit: Der Zug verlässt den Bahnhof, fast pünktlich. In der Zeit bis zum Einbrechen der Dunkelheit ziehen Marktstände, später Savannenlandschaften am Zugfenster vorbei. Der Schaffner kommt und repariert, wie noch mehrfach während dieser Fahrt, den Deckenventilator.

Einen Speisewagen hat dieser Zug nicht. Vorsorglich haben wir Baguettes, Kuchen, Obst und Mineralwasser mitgebracht. Hürdenreich gestaltet sich der Gang zur Toilette. Das eine WC am Waggonende ist über längere Zeit verschlossen, der Weg in das andere durch Menschenmassen versperrt. Ein Mann hat seinen Teppich ausgebreitet, sich zum Gebet niedergekniet. Ich respektiere seinen Glauben und warte. Dafür steigt der Schlafwagenschaffner über den Betenden und schließt die Toilettentür auf. Weil das Licht nicht funktioniert, leuchtet er mit einer Taschenlampe ins WC, das ziemlich verdreckt ist.

Der Zug schaukelt durch die Nacht. Die Gleisstränge sind zumeist enorm deformiert. Nicht nur die Waggons federn, sondern auch die Passagiere auf den Liegen. Die Nachttemperaturen bleiben hoch, trotz des Ventilators ist die Fahrt nur bei offenem Fenster erträglich. Der Fahrtwind staubt alles im Abteil stark ein. Nach dem Frühstück kommen uniformierte senegalesische Zöllner durch den Zug und sammeln die Pässe ein, die ihren Platz in einer Plastiktüte finden. Gut

drei Stunden später erklärt der Schaffner, dass die Pässe ausgegeben werden, in einem kleinen Haus, in dem zwei Zöllner sitzen. Nun heißt es warten: Jede Minute scheint wie eine Ewigkeit. Im Schatten zeigt das Thermometer 46°C an. Doch wir stehen länger als eine Stunde in der prallen Mittagssonne, bis unsere Namen aufgerufen werden. Die Zöllner tragen sämtliche Personaldaten gemächlich in ihr Buch ein, und wir fragen uns, wofür sie die Pässe bereits vor vier Stunden eingesammelt haben ...

Zurück im Zug die Entdeckung: Im Nachbarwaggon gibt es eine provisorische Bar mit Softdrinks. Die Bar ist visuell eine Mischung aus Getränkemarkt, Zugabteil und Schlafstätte. Der Zug fährt über die Grenze, einen fast ausgetrockneten Fluss, in dem Frauen sich und die Wäsche waschen. Nun steht ein Mann im blauen Schlosseranzug an der Tür. Es ist nicht etwa der Bordmechaniker, sondern wie ihn eine an die Uniform geheftete blecherne Mali-Fahne ausweist, der nächste Zöllner. Lässig blättert er in den Pässen auf der Suche nach dem Visum. Das war es auch schon. Kurz darauf rollt der Zug wieder los und erreicht wie des öfteren schätzungsweise 80 Stundenkilometer Geschwindigkeit. Wir fragen uns, weshalb man bei der Entfernung zwei Nächte lang unterwegs sein soll. Die Antwort kommt in Kayes, der ehemaligen Hauptstadt Malis. 494 km vor dem Ziel steht der Zug. In Folge der schlechten Straßenverbindungen ist Kayes von der heutigen Hauptstadt Bamako so gut wie abgeschnitten. Der Zug erfüllt eine wichtige Funktion im Gütertransport. So wird am Bahnhof emsig verladen. Wie jedes Mal bei einem längeren Halt, wenn die Diesellok ihren Motor abstellt, verabschiedet sich der Ventilator. Auf dem Gang brutzelt sich ein Passagier eine warme Mahlzeit zurecht. Nach dreieinhalb Stunden Stopp geht es dann weiter gen Bamako. Während man bislang Wüstenlandschaften und viele Affenbrotbäume zu sehen bekam, geht es nun durch eine bergige Savannenlandschaft mit schönen Dörfern.

Als wir spät nachts doch noch zur Ruhe gekommen sind, weckt uns der Schaffner: Es hat einen Unfall gegeben, alle Passagiere müssen samt Gepäck umsteigen. Es ist 3.20 Uhr am Ankunftstag, Montag. Lokomotiven-Scheinwerfer strahlen den Qualm diverser Lagerfeuer an. Menschenmassen strömen in zwei Richtungen. Ein Regionalzug ist entgleist und von einer niedrigen Brücke gestürzt. Das einzige Gleis ist stark beschädigt. Deshalb ist der Wechsel des Zuges erforderlich. Schlafwagen oder gar 1.Klasse-Abteile gibt es nicht mehr. Wir erkämpfen uns zwei Plätze im neuen Zug und stellen fest, dass diese nächtliche Überraschung auch für Afrikaner schweißtreibend war.

Gut zwei Stunden nach dem Wecken geht die Fahrt weiter. Dann folgt in regelmäßigen Abständen ein zweistündiger Stopp in Ortschaften. Wie an anderen Stationen schon erlebt, schleppen Frauen und Kinder auf dem Kopf tragend Proviant an: Früchte, gebratenes Fleisch und vor allem Wasser. Das Brunnenwasser trinken die Passagiere gleich aus einem Schöpfbehälter oder kaufen sich dieses abgefüllt in einem verschnürten Plastikbeutel. Dank der Bar im anderen

Zug haben wir noch eine halbe Flasche Wasser, bei diesem Fahrttempo viel zu wenig. Das Wasser der Händler ist nichts für europäische Mägen. Mikropur-Tabletten zum Entkeimen haben wir nicht dabei. Der Countdown läuft. Die Fahrt wird immer strapaziöser. Wir rechnen unseren zur Neige gehenden Proviant gegen die Zeit auf, die der Zug noch schätzungsweise bis zum Ziel benötigt. Die Sonne brennt immer stärker durch das Fenster, durch das auch Rußpartikel der Diesellok hineinschweben, die alles im Abteil einschwärzen. An der nächsten Bahnstation läuft ein Mädchen am Zug entlang. In der Schüssel auf dem Kopf trägt sie scheinbar Softdrink-Flaschen. In den Flaschen befindet sich irgendein Saft, die Verschlüsse sind nur leicht zgedrückt – so ein Pech, nichts für unsere Mägen. Auf dem Rückweg durch den Zug ist Rettung in Sicht. In einem Abteil befindet sich ein Mann, der drei Kästen Softdrinks an Bord hat. Er ist geschäftstüchtig und verkauft uns eine Liter-Flasche Cola. Die Getränke sind alles andere als kalt, doch schmeckt Cola auch bei Kaffee-Temperatur erstaunlich gut.

Kurz vor dem Ziel, in einem Vorort, hält der Zug zur letzten Pause. Die Zeit nutzen Händler, um ihre Waren anzupreisen. Eine Frau bietet Fleischspieße an, die in einer nach Knoblauch riechenden Soße baden. Käufern spießt sie die Fleischstücke ab und füllt sie gemeinsam mit Salat in Baguettes. Während wir gegen Zeit und Hitze ankämpfen, genießen die anderen Passagiere jede Minute der Zugfahrt, die für afrikanische Verhältnisse alles andere als billig ist. Deshalb stellt sie für viele Reisende ein gesellschaftliches Ereignis dar, das sie in ihrer besten Kleidung zelebrieren.

Als der „Express“ **nach 45 Stunden in Bamako** ankommt, geht es für afrikanische Verhältnisse recht schnell. Ein Träger schleppt die Gepäckstücke auf dem Kopf zu einem Taxi, das uns ins Hotel fahren wird. Der Bahnhof in Bamako unterscheidet sich in zweierlei Hinsicht von Dakar: Hier herrscht reges Treiben, und die Bahnhofsuhr zeigt die genaue Uhrzeit an: Es ist Montag, 16 Uhr.

sen_076 Foto: thb



gerade einmal 3000 CFA, umgerechnet weniger als 5 Euro. Größere Gepäckstücke werden extra berechnet, der einzige Ansatzpunkt für Schummelleien. Der große Nachteil dieses Transportsystems: **Gefahren wird erst, wenn der Wagen restlos belegt ist** – und das kann dauern. Wer die Prozedur verkürzen will, kauft einfach die vakanten Plätze auf, und schon geht's los. Das vergrößert automatisch den Sitzkomfort, den gerade die hinterste Reihe ist eigentlich viel zu eng für drei Personen. Grundsätzlich gilt: Je früher man an der Gare routière ankommt, desto besser ist die Chance für ein rasches Weiterkommen.

Alham/ Car rapide

Das Verkehrsmittel der kleinen Leute ist das sogenannte „Alham“ (kurz für *Al-hamdulillah*), meist weiße Mercedes-Busse aus den 1970er Jahren. Die Fahrt in den extrem eng bestuhlten Bussen mit minimaler Beinfreiheit ist nicht sonderlich bequem. Wer Zeit hat und Körperkontakt nicht scheut, kommt so rund ein Drittel billiger ans Ziel als im Buschtaxi. In Gambia werden Minibusse japanischer Herkunft eingesetzt.

Fast ausschließlich im Nahverkehr kommen im Senegal die sogenannten „**Car rapide**“ zum Einsatz, uralte Saviem-Kleinbusse; kurz: noch enger, noch billiger. Alham wie Car rapide fahren erst bei Vollbesetzung los.

Reisebusse

Der Verkehr mit Reisebussen ist im Senegal erst im Aufbau begriffen. Reisebusse („Car mouride“) verkehren jeweils einmal täglich zwischen Dakar und St. Louis, Dakar und Tambacounda, Dakar und Karang (Banjul). In Gambia fahren Reisebusse zwischen Banjul und Basse Santa Su.

Eisenbahn im Senegal

Aufgrund der neuen Teerstraße **von Dakar nach Bamako (Mali)** hat die parallel verlaufende Zugstrecke enorm an Bedeutung verloren. Außerdem werden die Schienen nicht mehr wirklich gewartet, was immer wieder zu Unfällen führt, die we-

gen der geringen Geschwindigkeit jedoch meist glimpflich verlaufen. Weitere Infos im Kapitel zu Dakar.

Flüge im Senegal Aktuell werden Inlandsflüge **von Dakar nach Ziguinchor bzw. Cap Skirring** angeboten. Weitere Infos im Kapitel zur Casamance.

Schiff Es existiert eine regelmäßige Schiffsverbindung mit Autotransport **von Dakar nach Ziguinchor**. Die Fahrt dauert ca. 15 Stunden. Es ist die bequemste Art, um in die Casamance zu reisen. Weitere Infos in den Kapiteln zu Dakar bzw. zur Casamance.

Versicherungen

**Auslands-
krankenver-
sicherung** Die Kosten für eine Behandlung im Senegal oder in Gambia werden von den gesetzlichen Krankenversicherungen in Deutschland und Österreich nicht übernommen, daher ist der Abschluss einer privaten **Auslandskrankenversicherung unverzichtbar**. Bei Abschluss der Versicherung – die es mit bis zu einem Jahr Gültigkeit gibt – sollte auf einige Punkte geachtet werden. Zunächst sollte ein **Vollschutz ohne Summenbeschränkung** bestehen. Achten Sie darauf, dass die Versicherung einen **Rücktransport im Krankheitsfall** beinhaltet, oder schließen sie eine getrennte Versicherung ab. Eine preiswerte Rückholversicherung bietet der Arbeiter-Samariter-Bund (ASB) für 15 Euro an. Die deutsche Botschaft in Dakar verweist auf (unversicherte) Fälle, die mit Kosten von rund 25.000 Euro zu Buche schlugen. Wichtig ist, dass im

Krankheitsfall der **Versicherungsschutz über die vorher festgelegte Zeit hinaus** automatisch verlängert wird, wenn die Rückreise nicht möglich ist.

Schweizer sollten bei ihrer Krankenversicherungsgesellschaft nachfragen, ob die Auslandsdeckung auch für den Senegal oder Gambia inbegriffen ist. Sofern man keine Auslandsdeckung hat, kann man sich kostenlos bei Soliswiss (Gutenbergstr. 6, 3011 Bern, Tel. 031 3810 494, www.soliswiss.ch) über mögliche Krankenversicherer informieren.

In jedem Fall muss der behandelnde Arzt oder die Klinik eine detaillierte und rechtsgültige **Rechnung** (mit Datum, Namen, Bericht über Art und Umfang der Behandlung, Kosten der Behandlung und Medikamente) ausstellen. Diese Rechnung wird dann hinterher zur Erstattung eingereicht.

Flusspferd | Foto: pr

