

Senegal – Gambia

Allgemeine Reiseinformationen

Wir danken Ihnen für Ihr Interesse bzw. Ihre Anmeldung zu einer Reise in den Senegal und nach Gambia und freuen uns, dass Sie sich für eine Reise von Kneissl Touristik entschieden haben.

SENEGAL

Fläche:	196.722 km ²
Einwohner:	15,85 Mio. (2018)
Bevölkerungsdichte:	81 Einw. pro km ²
Hauptstadt:	Dakar
Staatsform:	Republik
Staatsoberhaupt:	Präsident Macky Sall
Sprachen:	Amtssprache Französisch, mehrere Sprachen aus der Niger-Kordofanischen Sprachfamilie
Telefonvorwahl:	+221

GAMBIA

Fläche:	11.295 km ²
Einwohner:	2,2 Mio. (2020)
Bevölkerungsdichte:	182 Einw. pro km ²
Hauptstadt:	Banjul
Staatsform:	Republik
Staatsoberhaupt:	Präsident Adama Barrow
Sprachen:	Amtssprache Englisch, Mandinka, Wolof, Pulaar und mehrere weitere Sprachen
Telefonvorwahl:	+220



EINREISEFORMALITÄTEN

Österreichische und deutsche Staatsbürger benötigen für die Einreise in den Senegal und nach Gambia einen **gültigen Reisepass**, der **nach Einreise noch mindestens 6 Monate gültig** sein muss.

Das **Visum für Gambia** wird **bei Einreise** erteilt (derzeit € 70,-).

Der cremefarbige Notpass wird nicht akzeptiert.

ACHTUNG: Die Fluglinien müssen diese Auflagen strikt kontrollieren und im Zweifelsfall können sie Fluggäste, deren Pass nicht den Anforderungen entspricht, abweisen.

PASSDATEN

Für diese Reise benötigen wir Ihre Passdaten.

Wir ersuchen Sie daher höflich, uns Ihre Passdaten mittels beiliegendem Formular **umgehend** mitzuteilen.

DIPLOMATISCHE VERTRETUNGEN

Honorargeneralkonsulat der Republik Senegal in Österreich:

Girardigasse 6

1060 Wien

Tel.: (+43 / 1) 512 85 76

Fax: (+43 / 1) 512 85 76

Mail: konsulat.senegal@gmail.com

Botschaft der Republik Senegal in Deutschland:

Klingelhöferstraße 5

19785 Berlin

Tel.: (+49 / 30) 856 21 90

Fax: (+49 / 30) 856 219 21

Mail: info@botschaft-senegal.de

Österreichische Botschaft im Senegal:

18, rue Emile Zola

Dakar

Tel: (+221 /) 33 849 40 00 (Amt)

Fax: (+221 /) 33 849 43 70

E-Mail: [dakar-ob\(at\)bmeia.gv.at](mailto:dakar-ob(at)bmeia.gv.at)

Botschaft der Republik Gambia:

92 Ledbury Road, Notting Hill Gate, London

Tel: + 44 20 39 28 97 70

Fax: +44 (0)20 7229 9225

E-Mail: info@gambiahc.org

Österreichisches Honorarkonsulat in Gambia:

SOS-Children's Villages International WCAF Branch Office

Banjul P.M.B.28

Gambia

Tel: (+220 /) 776 44 55

E-Mail: josef.kittl@hotmail.com

ZOLL

Senegal: Es empfiehlt sich die Mitnahme von Euro in bar, Travellerschecks oder Kreditkarten (akzeptiert nur in größeren Hotels, Travellerschecks von Banken eingelöst). Gegenstände für den persönlichen Bedarf können zollfrei eingeführt werden. Nähere Auskünfte finden Sie im Travel Centre der IATA bzw. beim senegalesischen Zoll. Rechtsverbindliche Informationen kann nur die Vertretungsbehörde dieses Landes erteilen.

Gambia: Es empfiehlt sich die Mitnahme von US Dollar oder Euro in bar, Travellerschecks oder Kreditkarten (akzeptiert nur in größeren Hotels, Travellerschecks werden von Banken eingelöst). Geldwechsel auf dem Schwarzmarkt wird streng geahndet. Gegenstände für den persönlichen Bedarf können zollfrei eingeführt werden. Nähere Auskünfte finden Sie im Travel Centre der IATA. Rechtsverbindliche Informationen kann nur die Vertretungsbehörde des jeweiligen Landes erteilen.

IMPFUNGEN UND

GESUNDHEITSVORSORGE

ACHTUNG: Für die Einreise nach Senegal aus Europa ist derzeit wieder der Nachweis einer Gelbfieberimpfung vorgeschrieben. Beachten Sie zusätzlich, dass eine einmalige Gelbfieberimpfung üblicherweise lebenslang vor Gelbfieber schützt. Jedoch ist eine Impfung für max. 10 Jahre gültig, und muss vor der Reise unbedingt aufgefrischt werden, um nach Uganda einreisen zu dürfen. Leider ändern sich diese Vorgaben sehr häufig, wir empfehlen Ihnen daher dringend, sich bei Ihrem Hausarzt und / oder dem Tropeninstitut über die aktuellen Richtlinien zu informieren.

Bezüglich weiterer Impfungen und Prophylaxemaßnahmen setzen Sie sich bitte rechtzeitig vor Abreise mit Ihrem Arzt, Gesundheitsamt oder einem tropenmedizinischen Institut in Verbindung.

PERSÖNLICHE REISEAPOTHEKE

- * alle Medikamente, die Sie auch zu Hause regelmäßig benötigen
- * Mittel gegen fiebrige Erkältungskrankheiten
- * Schmerzmittel

* Pflaster

* elastische Binden und Desinfektionsmittel für kleinere Verletzungen

* Tabletten gegen Durchfall und Verstopfung

* kreislaufunterstützendes Mittel

* kühlendes Gel bei Mückenstichen

Die Mitnahme einer Reiseapotheke, die nicht nur regelmäßig benötigte Arzneimittel, sondern auch Medikamente für gängige Reiseerkrankungen beinhaltet, wird dringend empfohlen.

Generell können Sie Durchfallerkrankungen weitgehend vermeiden, indem Sie auf ungeschältes Obst, Salate und Eiswürfel in einfachen Restaurants sowie auf Speisen und Getränke von Straßenhändlern verzichten. Fleisch sollte immer gut durchgebraten sein. Vermeiden Sie hastiges Trinken von eisgekühlten Getränken. Informieren Sie sich bei Ihrem Arzt vor Reiseantritt über geeignete Medikamente gegen Durchfall und zum Ausgleich des Mineralienverlustes, sollten doch einmal Beschwerden auftreten. Schützen Sie sich gegen Stiche der malariaübertragenden Anopheles Mücke, indem Sie in der Dämmerung und abends Körper bedeckende Kleidung tragen, Insektenschutzmittel auf freie Körperstellen auftragen und unter einem Moskitonetz und/oder mit laufendem Ventilator oder Klimaanlage schlafen. Konsultieren Sie zu weiteren prophylaktischen Maßnahmen einen Tropenmediziner. Halten Sie sich von streunenden Hunden und anderen Tieren fern, um Tollwut zu vermeiden und baden Sie nie in stehenden Gewässern, da erhöhte Bilharziose-Gefahr besteht.

Krankenhäuser entsprechen nicht dem europäischen Standard.

Es besteht kein Sozialversicherungsabkommen mit Österreich. Der Abschluss einer Zusatzversicherung für den Krankheitsfall und Krankentransport wird dringend empfohlen. Dies gilt vor allem auch für Krankentransportflüge, die von mehreren österreichischen Gesellschaften angeboten werden.

FLUG

Wir haben für Sie Linienflüge mit Brussels Airlines über Brüssel nach Dakar und von Banjul retour gebucht. Der Zuflug nach Wien erfolgt mit Austrian Airlines.

Die genauen Flugzeiten erhalten Sie gemeinsam mit Ihren endgültigen Reiseunterlagen ca. 1 Woche vor Abreise.

Für die Buchung Ihres Fluges benötigen wir bitte Ihren **vollständigen Namen exakt lt. Reisepass**. Bitte kontrollieren Sie diesen sofort nach Erhalt der Buchungsbestätigung. Etwaige Änderungen bei der Fluglinie sind kostenpflichtig!

FLUGGEPÄCK

Bitte beachten Sie, dass Ihr Fluggepäck auf **maximal 1 Gepäckstück mit max. 23 kg** und einer Maximaldimension (Länge + Breite + Höhe) von 158 cm beschränkt ist. Ist Ihr Gepäck schwerer als 23 kg oder größer als 158 cm fallen Zusatzgebühren an.

HANDGEPÄCK

Zusätzlich zu Ihrem Fluggepäck dürfen Sie **1 Stück Handgepäck** mit den **maximalen Ausmaßen von 55 x 40 x 23 cm** an Bord nehmen.

Die **Gewichtsbegrenzung** für das Handgepäck liegt bei **8 kg**. Größere und/oder schwerere Gepäckstücke werden vom Check-in Personal eingecheckt.

Es wird **empfohlen**, Wertgegenstände, Medikamente sowie verderbliche oder zerbrechliche Gegenstände im Handgepäck zu befördern.

Was darf nicht ins Handgepäck

Taschenmesser, Scheren, Feuerzeug, Nagelfeilen, Rasierklingen, Messer und spitze/waffenähnliche Gegenstände werden bei Sicherheitskontrollen abgenommen und sind nicht mehr zurückzubekommen.

Flüssigkeiten, Getränke oder vergleichbare Produkte in ähnlicher Konsistenz (z.B. Gels, Sprays, Shampoos, Lipgloss, Lotionen, Cremes, Zahnpasta) dürfen nur in **Behältern bis 100 ml** in einem **durchsichtigen und wieder verschließbaren Plastikbeutel** mit max. 1 L Fassungsvermögen mitgenommen werden!

TRANSPORT/SITZPLATZ

Wir sind mit örtlichen Kleinbussen mit Aircondition unterwegs.

Die Straßenverhältnisse sind teilweise schlecht, was zu langen Fahrzeiten führt.

Im Bus darf nicht geraucht werden.

Bitte lassen Sie kein Geld oder Wertsachen unbeaufsichtigt im Bus, denn auch tagsüber kann es zu Einbruchdiebstählen kommen. Weder unser Partnerbetrieb, unsere Versicherung noch Ihre Reiseversicherung haften für Diebstähle von Geld und Wertgegenständen, die im Fahrzeug zurückgelassen werden (wie Handy, Kamera, Tablet, etc..)

UNTERBRINGUNG

Bei unserer Reise durch den Senegal und Gambia schlafen wir überwiegend in landestypischen, sauberen 2-3-Sterne-Hotels. Die Zimmer verfügen über eine eigene Dusche und Toilette, sowie über eine Klimaanlage und/oder Ventilator. In Lompoul übernachteten wir in einem Wüstencamp mit Berberzelten im mauretanischen

Stil und im Tendaba Camp schlafen wir in einfachen Hütten, ausgestattet mit eigener Dusche und Toilette. Fast alle Hotels verfügen über einen Swimmingpool.

Bitte vergleichen Sie den Standard der Hotels in Westafrika nicht mit Mitteleuropa!

VERSICHERUNG

Bitte beachten Sie, dass in unseren Pauschalpreisen keine Versicherung inkludiert ist. Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Reiseversicherung der Europäischen Versicherung (s. Katalog).

ACHTUNG: Falls Sie kurzfristig noch eine Versicherung abschließen wollen, tritt der Stornoschutz erst 10 Tage nach Abschluss der Versicherung in Kraft.

WÄHRUNG

Die Währungseinheit im **Senegal** ist der CFA-Franc (XOF):

1 Franc = 100 Centimes

100 XOF = ca. € 0,152 Stand Jänner 2021

1 € = ca. XOF 655,95 Stand Jänner 2021

Beachten Sie bitte, dass es in vielen Geschäften, Restaurants und vor allem an kleinen Ständen oder auf Taxifahrten Probleme mit Wechselgeld gibt. Lassen Sie sich, sofern dies möglich ist, gleich beim ersten Geldtausch, viele Scheine in kleiner Stückelung geben.

Banken haben unterschiedliche Öffnungszeiten, die meisten sind Montag bis Freitag zwischen 7.45 Uhr und 12.15 Uhr und zwischen 13.30 und 16.45 Uhr geöffnet. Auch in größeren Hotels und in Wechselstuben (Bureau de change) kann man Geld tauschen.

Die gängigsten Währungen sind Euro und Dollar.

Mit Kreditkarten kann man an Geldautomaten in allen größeren Städten Bargeld abheben. Häufig sind Geldautomaten aber außer Betrieb oder defekt, daher sollten Sie sich nie allein auf Ihre Kreditkarte verlassen. Die meisten Geldautomaten akzeptieren gängige Kreditkarten wie Visa Card, Master Card oder American Express, teilweise auch Diners Club. Als Zahlungsmittel finden Kreditkarten nur in wenigen größeren Hotels, Restaurants oder Geschäften Akzeptanz.

Mit Ihrer EC-Maestro-Karte können Sie im Senegal nur sehr eingeschränkt Geld abheben und auch nicht bezahlen.

Der Eintausch von Reiseschecks ist oft sehr zeitaufwändig und die Gebühren sind sehr hoch. Neben dem Pass wird auch die Kaufquittung der Schecks verlangt. Reiseschecks können nur in Dakar eingetauscht werden und sollten in Euro ausgestellt sein.

Die Währungseinheit **Gambias** ist der Dalasi (GMD):

1 GMD = 100 Butut

100 GMD = ca. € 1,59
1 € = ca. GMD 62,65

Stand Jänner 2021
Stand Jänner 2021

Geld können Sie bei Banken, Wechselstuben und in größeren Hotels tauschen, wobei in Hotels oft hohe Umtauschgebühren verlangt werden.

Die Banken in Gambia sind von Montags bis Donnerstag von 8:00 bis 13:30 Uhr und freitags von 8:00 bis 11:00 Uhr geöffnet. Am Besten ist es, Euro oder den FCFA aus dem benachbarten Senegal in bar zu tauschen. Am schnellsten, günstigsten und einfachsten ist der Tausch von Bargeld in Wechselstuben (Bureau de change).

Mit Kreditkarten kann man mittlerweile in Banjul oder Serekunda an Geldautomaten Bargeld abheben. Häufig sind Geldautomaten aber außer Betrieb oder defekt, daher sollten Sie sich nie allein auf Ihre Kreditkarte verlassen. Beachten Sie bitte, dass die meisten Geldautomaten nur Visa Card akzeptieren, Master Card, American Express oder andere Kreditkarten sind weniger verbreitet. Als Zahlungsmittel finden Kreditkarten eine sehr geringe Akzeptanz. Sie werden meist nur von größeren Hotels und vereinzelt auch in Restaurants akzeptiert.

Mit Ihrer EC-Maestro-Karte können Sie in Gambia kein Geld abheben und auch nicht bezahlen.

Der Eintausch von Reiseschecks ist oft sehr zeitaufwändig und die Gebühren sind sehr hoch. Neben dem Pass wird auch die Kaufquittung der Schecks verlangt. Reiseschecks sollten in Euro oder Dollar ausgestellt sein.

Taschengeld benötigen Sie für Getränke, Obst, kleine Mahlzeiten zwischendurch, Souvenirs, Ansichtskarten, eventuelle zusätzliche Besichtigungen und Trinkgelder.

TRINKGELD

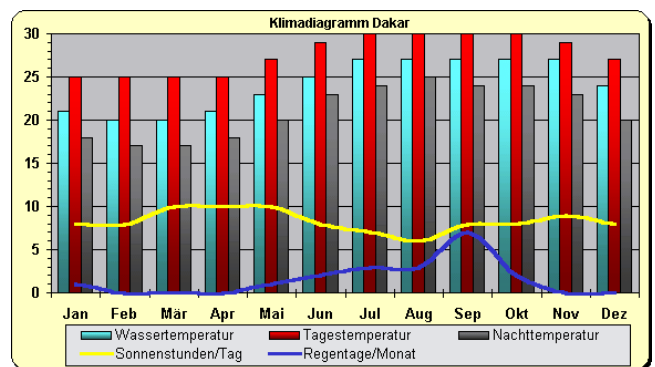
Trinkgelder und Gepäckträgergebühren sind in unserem Reisepreis nicht inkludiert.

Es ist üblich, in Afrika Trinkgelder zu geben, denn sie tragen zum Lebensunterhalt der Menschen bei. Ob Sie Trinkgeld geben und wie viel hängt selbstverständlich immer davon ab, wie Sie mit der erbrachten Leistung zufrieden waren. Im Restaurant kann man bei gutem Service 5 – 10 % geben. Richtwerte für einen Kofferträger sind im Senegal 100 - 200 FCFA für ein Gepäckstück, für das Zimmerpersonal 200 - 300 FCFA pro Person und Nacht. In Gambia sind die Richtwerte für einen Kofferträger etwa 10 GMD für ein Gepäckstück, für das Zimmerpersonal 20 - 25 GMD pro Person und Nacht. Auch Ihr Fahrer, Reiseleiter und lokale Guides freuen sich über eine Anerkennung.

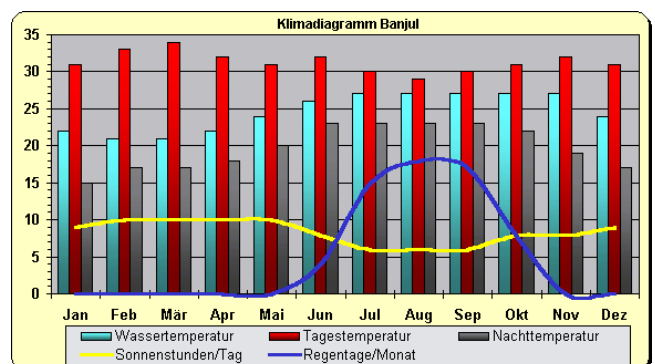
WICHTIG: Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass einzelne Leistungen, die nicht in Anspruch genommen werden, nicht rückerstattet werden können.

KLIMA

Im **Senegal** herrscht tropisches Wechselklima, das aus einer Regen- und einer Trockenzeit besteht. Die Regenzeit dauert im Norden des Landes, der unter dem Einfluss des trockenen und heißen Nordostpassates steht, von Juli bis Oktober, wobei die jährlichen Niederschläge manchmal unter 350 Millimeter liegen können. In der Trockenzeit weht von November bis März oft der staubige Wüstenwind Harmattan. Im Süden dauert die feuchte Jahreszeit von April/Mai bis in den November hinein und bringt jährliche Durchschnittswerte von ca. 1.500 Milliliter. Die Durchschnittstemperaturen betragen zwischen 22- 27 °C in den milden Wintermonaten an der Küste und über 40 °C im April im Landesinneren und im Süden. Die Temperaturen in Dakar sind dank der Seebrise gemäßigter und bewegen sich zwischen 18 - 26 °C im Januar und 24 - 32 °C im Juli.



Das Klima in **Gambia** ist ebenfalls tropisch mit einer Regenzeit und einer Trockenzeit. Letztere dauert von November bis Mai. Dann weht gelegentlich der trockene und staubige aus der Sahara kommende Harmattan. Die Regenzeit beginnt im Juni und bringt eine durchschnittliche Niederschlagsmenge von bis zu 1.600 mm an der Küste und rund 1.000 mm im Landesinnern. In der Trockenzeit sind die Temperaturen moderater, die Temperaturen steigen dann durchschnittlich auf ca. 21° C bis 27° C und die Luftfeuchtigkeit beträgt zwischen 30 bis 60 %. Während der Regenzeit von Juni bis Oktober steigen die Temperaturen nicht selten auf 40° C und mehr bei einer Luftfeuchtigkeit von 80%.



Beste Reisezeit für diese Tour: November bis April
Eine Vorhersage erhalten Sie unter anderem auf
www.wetteronline.de.

AUSRÜSTUNGSEMPFEHLUNGEN

Leichte kurzärmelige (Baumwoll-)Kleidung für tagsüber und etwas Langärmeliges für den Abend (um sich gegen Mückenstiche zu schützen und für kühle Abende). Obwohl beide überwiegend muslimisch geprägten Länder sehr aufgeschlossen und tolerant sind, bitten wir Sie, während Ihres Aufenthalts auf kurze Hosen (auch Männer) und Miniröcke zu verzichten. In vielen Hotels wird ein Wäscheservice angeboten, so dass Sie gegebenenfalls etwas waschen lassen können. Vergessen Sie Ihre Badesachen nicht, einige unserer Hotels haben wunderbare Pools.

VORSCHLAG FÜR PACKLISTE

- * gültiger Reisepass (**mind. 6 Monate nach Einreise gültig**)
- * Flugticket
- * Geld, Kreditkarte
- * Internationaler gelber Impfpass
- * Fotokopien der wichtigsten Dokumente (getrennt von den Originalen aufbewahren)
- * Kopfbedeckung, Sonnenhut
- * strapazierfähige Kleidung aus Baumwolle oder anderen Naturfasern
- * wetterfeste Jacke
- * T-Shirts
- * Halbschuhe, Wanderschuhe mit griffiger Sohle, Sandalen
- * Insektenschutzmittel
- * Sonnenschutzmittel, Sonnenbrille
- * Badesachen, Badeschuhe
- * Regenschutz
- * Taschenlampe mit Reservebatterien
- * Notizblock und Schreibzeug
- * wenn vorhanden: Landkarte, Reiseführer
- * 1 Liter Wasserflasche
- * Fotoapparat, Objektive, Filmkamera (mit ausreichend Filmmaterial)
- * Speicherkarten für Digitalkamera
- * Reservebatterien
- * Ladegeräte für Handys, Akkus,...
- * ev. Brusttasche (für Reisepass, Geld,...)
- * ev. Fernglas
- * ev. Nähzeug
- * ev. Taschenmesser (ins Fluggepäck packen)
- * ev. Reservebrille, Kontaktlinsen, Reinigungsmittel
- * Reisewecker
- * Taschentücher, Toilettenpapier
- * Desinfektionsgel für die Hände

- * Schutzhülle gegen Staub und Spritzwasser für Ihr Gepäck
- * Reiseadapter

Verwenden Sie bitte einen stabilen, strapazierfähigen Koffer bzw. Reisetasche/Rucksack (möglichst keinen teuren Lederkoffer). Für Kofferschäden wird nicht gehaftet. Wir empfehlen den Abschluss einer Reisegepäckversicherung (siehe Katalog).

NETZSPANNUNG

Die Netzspannung beträgt im Senegal zwischen 220 und 240 Volt Wechselstrom bei einer Frequenz von 50 Hertz. Ein Adapter ist im Senegal nicht notwendig, da die Steckdosen dort den mitteleuropäischen entsprechen.

In Gambia beträgt die Netzspannung ebenfalls 220 V. Hier sind eckige oder runde Steckdosen mit 3 Kontakten üblich, die einen Adapter erforderlich machen. Beachten Sie bitte, dass es häufiger zu Stromausfällen kommen kann.

ZEITUNTERSCHIED

Der Zeitunterschied zwischen Österreich und Senegal/Gambia beträgt minus eine Stunde, während der Sommerzeit minus zwei Stunden.

SICHERHEITSHINWEISE

Schwere Kriminalität ist in beiden Ländern selten. Vor Taschendieben wird insbesondere auf Märkten und in dichten Menschenansammlungen gewarnt. Von der Mitnahme von teurem Schmuck oder ähnlicher Wertgegenstände wird abgeraten. Es ist ratsam, Reisedokumente, Bargeld, Kreditkarte und Schecks für Außenstehende nicht sichtbar am Körper zu tragen z.B. in einer Gürteltasche oder einem Brustbeutel und Kopien der Dokumente gesondert aufzubewahren. An den Stränden kommt es immer wieder zu Belästigungen von Touristen durch die sogenannten Beach Boys, junge Männer, die oft aufdringlich ihre Dienste als Begleiter anbieten. Nach Einbruch der Dunkelheit ist davon abzuraten, alleine oder zu zweit durch die Städte oder Ortschaften zu gehen. Halten Sie sich besser in Gruppen auf und benutzen Sie nach Einbruch der Dunkelheit Taxis. Beachten Sie hierzu auch die Sicherheitshinweise des Außenministeriums.

TELEFONIEREN

Für beide Länder gilt Folgendes: Telefonieren können Sie von der Post oder von den Hotels aus. Die Vorwahl nach Österreich ist 0043, nach Deutschland 0049, Senegal 00221 und Gambia 00220.

Wie in vielen anderen afrikanischen Staaten hat auch im Senegal und in Gambia das Mobiltelefonieren einen Boom erlebt und ist somit in vielen Regionen möglich. Informieren Sie sich vor Abreise bei Ihrem Anbieter. Unter Umständen kann es günstiger sein, sich für umgerechnet

ca. 3,- bis 4,- Euro eine einheimische SIM-Karte zu kaufen und mit entsprechendem Kredit aufzuladen, falls Ihr Handy diese Möglichkeit zulässt. Eine Minute nach Deutschland, Österreich oder in die Schweiz kostet etwa 300 FCFA - 400 FCFA.

Die meisten unserer Hotels bieten kostenloses Wifi für ihre Gäste an, allerdings ist die Verbindung oft schlecht.

FOTOGRAFIEREN

Beide Länder sind eine wahre Fundgrube für passionierte Fotografen. Beachten Sie jedoch bitte, dass Sie beim Fotografieren von Menschen sehr feinfühlig vorgehen sollten. Fragen Sie die Menschen, bevor Sie sie ablichten, um Erlaubnis. Ein kleines, freundliches Gespräch hilft oft, das Eis zu brechen und die Einheimischen für sich zu gewinnen. Das Fotografieren in Museen ist fast überall untersagt. Es ist streng verboten, militärische Anlagen und Uniformierte, Flughäfen, Staudämme, Brücken, Kraftwerke, Polizeistationen, Kontrollposten auf der Straße und Grenzübergänge zu fotografieren.

ESSEN UND TRINKEN

Das Frühstück variiert je nach Hotelstandard. Die meisten Hotels bieten Brot, Butter, Marmelade, manchmal Honig und Schmelzkäse oder Omelett sowie Tee oder Kaffee zum Frühstück. In Hotels mit hohem Standard gibt es oft Frühstücksbuffet.

Senegal: Die senegalesische Küche gilt als die westafrikanische Küche, die sich am weitesten ausländischen Einflüssen geöffnet hat. So entdeckt man nordafrikanische, französische oder auch portugiesische und libanesische Einflüsse in vielen Gerichten. Als Grundnahrungsmittel dienen im Senegal hauptsächlich Hirse, Reis, Couscous und Süßkartoffeln. Dazu werden Saucen aus Erdnüssen oder Zwiebeln gereicht. Das Senegalesische Nationalgericht ist thieboudienne, ein Reisgericht, das mit Fisch und Tomatensauce besonders gern zu festlichen Anlässen serviert wird. Ein weiteres traditionelles Gericht ist Yassa Poulet oder Poisson, mariniertes Huhn oder Fisch mit einer Sauce aus Zwiebeln, Knoblauch, Senfkörnern und Zitronensaft. Des Weiteren steht Mafe gern auf dem Speiseplan, ein Lamm- oder Rindfleischragout mit Erdnusssauce, das wahlweise auch mit Huhn, Fisch oder Perlhuhn zubereitet wird. Die Serer essen besonders gern das Couscous-Gericht Chere, das man auch in den Nachbarländern Mauretania und Gambia häufig findet. Das Küstenland Senegal ist natürlich auch reich an Fisch. Seezunge, Thunfisch, Brassen, Barracuda, aber auch Meeresfrüchte wie Krebse, Garnelen und Hummer sind sehr beliebt. Im Landesinnern findet man häufig Flussbarsche auf der Speisekarte. In größeren Orten gibt es überall Mineralwasser zu kaufen. Sie sollten auf jeden Fall einmal Bissap, ein leckeres Hibiskusblütengetränk, probieren oder Säfte aus Ingwer, Ta-

marinden und je nach Saison Baobab. Im überwiegend muslimisch geprägten Senegal ist Tee sehr beliebt. Aber auch Bier wird hergestellt, die am weitesten verbreitete Marke ist La Gazelle.

Gambia: Es gibt nur wenige typisch gambische Gerichte, die Küche ist hauptsächlich vom Nachbarland Senegal und von den nordafrikanischen Ländern beeinflusst. Die Gambier verwenden mit Vorliebe scharfen Chili und Zwiebeln. Besonders an der Küste werden leckere Fisch- und Meeresfrüchtegerichte angeboten, besonders Barracuda, Meeräsche, Seezunge oder Korallenfisch, diese werden mit Reis, Maniok oder Süßkartoffeln serviert. Ähnlich wie im Senegal sind Erdnusssauce und frisch geröstete Erdnüsse besonders beliebt. Typisch für Gambia ist Domoda, ein Fleischartopf mit Erdnusssauce und Gemüse. Großer Beliebtheit erfreut sich auch das Sisay Yassa, in Zitronensaft und Zwiebeln mariniertes Hühnchen. Benachin ist ein Reisgericht mit getrocknetem Fisch und Gemüse. Als kleiner Snack zwischendurch isst man gerne Fish Cakes, gefüllte Teigtaschen. In größeren Orten gibt es überall Mineralwasser zu kaufen. Das Hauptgetränk der Gambier ist Ataya, ein grüner Tee. Daneben werden Fruchtsäfte und Bissap getrunken. In den Dörfern ist Palmwein sehr beliebt. In europäisch geprägten Restaurants werden auch Flag Bier oder andere Sorten Bier angeboten.

HINWEIS

Für diese Reise sind eine normale Kondition und Gesundheit ausreichend, allerdings sollten Sie Hitze gut vertragen. Die Straßenverhältnisse sind tw. schlecht, was zu langen Fahrzeiten führt. Ev. kurzfristig erforderliche Programmänderungen vorbehalten.

Und noch etwas ... Senegal und Gambia sind wunderbare Reiseländer, doch in Afrika gehen die Uhren ab und zu anders als in Europa. Eine Reise durch Westafrika erfordert ein hohes Maß an Flexibilität und Toleranz, westliche Maßstäbe in Bezug auf Service, Pünktlichkeit, Komfort, Hygiene und dergleichen können hier nicht angelegt werden. Obwohl wir bei unserer Wahl der Fahrzeuge auf ihren guten Zustand achten, können Reifen- oder andere Pannen passieren. Die Qualität der Straßen kann sich binnen kürzester Zeit durch widrige Wetterumstände ändern und Strecken unpassierbar machen. Wir tun unser Möglichstes, um einen reibungslosen Ablauf Ihrer Reise zu gewährleisten, doch sollte es einmal zu Verzögerungen kommen, bitten wir um Ihr Verständnis. Technische Mängel in den Hotelzimmern oder Service-Unzulänglichkeiten wie fehlende Handtücher sind oft in wenigen Minuten beseitigt, sprechen Sie mit Ihrer Reiseleitung!

WEITERE INFORMATIONEN

Nähere Informationen zu Senegal und Gambia finden Sie unter anderem unter:

www.bmeia.gv.at/reise-aufenthalt/reiseinformation/land/senegal/
<https://www.bmeia.gv.at/reise-aufenthalt/reiseinformation/land/gambia/>

COVIDMASSNAHMEN

Wir informieren Sie aktuell & zeitnah bei Buchung.

Wir hoffen, damit alle offenen Fragen geklärt zu haben. Sollte es dennoch Fragen geben, zögern Sie nicht, uns

anzurufen. Wir stehen Ihnen jederzeit gerne für Auskünfte zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Kneissl Touristik Team

PASSDATEN

Reise:	
Termin:	
Vor- und Zuname (exakt lt. Reisepass):	
Geburtsdatum:	
Geburtsort:	
Geburtsland:	
Reisepass	
Passnummer:	
Ausstellungsdatum:	
Ausstellungsort:	
Ablaufdatum:	
Ausstellende Behörde:	
Nationalität:	
Beruf:	
Datum:	

BITTE DRINGEND AUSFÜLLEN
UND AN IHR **REISEBÜRO** BZW. DIREKT AN
KNEISL TOURISTIK RETOURNIEREN!
VIELEN DANK!