

Liberia-Sierra Leone-Guinea-Guinea Bissau | Praktische Infos

Beste Reisezeit

Liberia verfügt ein tropisches Klima, deswegen ist es warm und immer feucht mit einer sehr hohen Luftfeuchtigkeit und nur geringen Temperaturschwankungen. Die mittelwertige Temperatur beträgt ca. 26°C, für die Küstenregion zwischen 24 und 27°C. Die Temperaturen bewegen sich hier zwischen 22 und 28°C. Nachts sinkt das Thermometer im ganzen Land nicht unter die 20°-Marke. Liberia gehört zu den regenreichsten Gebieten der Welt. Der Jahresniederschlag nimmt von der Küste (5.100 mm) bis zum äußersten Nordosten (2.000 mm) ab, während im Südosten zwei Regenzeiten auftreten (Mai/Juni, September/Oktober). Aber auch in der Trockenzeit gibt es nur wenige Tage, an denen kein Niederschlag fällt. Wie in vielen anderen Ländern im westlichen Afrika bringt auch in Liberia der Harmattan-Wind von Dezember bis März heiße und staubige Luft aus der Sahara.

Sierra Leone herrscht feuchtheißes tropisches Klima. Es gibt eine Regenzeit und eine Trockenzeit. Die Regenzeit dauert von Mai bis Oktober. In diesen Monaten beträgt die Luftfeuchtigkeit bis zu 90%. Die Küste Sierrae Leones gehört zu den niederschlagreichsten Gebieten Westafrikas, die durchschnittliche jährliche Menge liegt bei über 5000 mm. Die Temperaturen liegen tagsüber durchschnittlich zwischen 28°C und 30°C, in der Nacht rund 23°C. Die Trockenzeit dauert von Oktober bis April. Das Quecksilber steigt dann durchschnittlich auf über 30°C, in den heißesten Monaten Februar und März nicht selten auf über 35°C. Im Dezember und Januar weht der Wüstenwind Harmattan, der jede Menge Staub aus der Sahara mitbringt.

In **Guinea** herrscht tropisches Klima. Es gibt im ganzen Lande eine Regenzeit und eine Trockenzeit, die jedoch regional in Dauer und Intensität variiert. An der Küste herrscht feuchtheißes Klima, die mittleren Temperaturen liegen das ganze Jahr um die 25°C. Die Luftfeuchtigkeit ist hoch. Die durchschnittliche jährliche Niederschlagsmenge liegt bei über 4000 mm, in den Monaten August und September ist sie am höchsten. Im Fouta Djalon herrscht tropisches Bergklima. Die durchschnittlichen Temperaturen erreichen angenehme 20 – 25°C, sie können nachts bis auf 5°C sinken. Die Luftfeuchtigkeit ist gering. Die Regenzeit dauert von Juni bis Oktober. Die durchschnittlichen Niederschläge betragen 1800 bis 2000 mm im Jahr. In Oberguinea ist das Klima heiß und trocken. Die durchschnittlichen Temperaturen steigen bis auf 35°C, im heißesten Monat Mai sogar auf 40°C. Nur von November bis Februar bringt der staubige Wüstenwind Harmattan mildere Temperaturen. Die Luftfeuchtigkeit ist gering. Die durchschnittlichen Niederschläge liegen zwischen 1200 und 1500 mm im Jahr. In Waldguinea herrscht subäquatoriales Klima mit durchschnittlichen Jahrestemperaturen zwischen 24 und 28°C. Hier dauert die Regenzeit bis zu neun Monate und die mittleren Niederschläge erreichen 2800 mm im Jahr.

Das Klima in **Guinea-Bissau** ist tropisch heiß, feucht und schwül. Man unterscheidet zwei Jahreszeiten: die Regenzeit und die Trockenzeit. Von Mai bis November dauert die Regenzeit. Die meisten Niederschläge mit bis zu 600 mm monatlich fallen im Juli und August. Die Trockenzeit, die von Dezember bis April herrscht, wird vom trocken-heißen Harmattan-Wind aus der Sahara begleitet. Die Jahresniederschläge sinken von 2.500 - 3.000 mm auf dem Bijagos-Archipel und an der südlichen Küste auf 1.500 mm im Norden und Osten. Die Temperaturen schwanken im gesamten Jahresverlauf nur geringfügig und liegen tagsüber konstant zwischen 30 und 36°C. Auch nachts betragen sie immer noch angenehme 20 - 24°C. In der Trockenzeit sind die Temperaturen in der Regel etwas höher; dafür ist die Luftfeuchtigkeit in diesen Monaten geringer, weshalb das Wetter dann als weniger schwül empfunden wird.

Beste Reisezeit für diese Tour: November bis März/Anfang April

Einreisebestimmungen

Deutsche, österreichische und Schweizer Staatsangehörige benötigen für die Einreise nach Sierra Leone und Guinea einen bei Reiseende mindestens noch 6 Monate gültigen Reisepass und Visa, die bei einer Auslandsvertretung des jeweiligen Landes beantragt werden müssen. Sie können auch einen Visabeschaffungsservice beauftragen. Empfehlungen erhalten Sie von uns auf Anfrage. Des Weiteren ist eine Gelbfieberimpfung zur Einreise in beide Länder vorgeschrieben (siehe Kapitel Gesundheit). Der Impfpass wird häufig bei der Einreise kontrolliert.

Die Einreisebestimmungen können sich kurzfristig ändern, daher sollten Sie sich unbedingt vor Beantragung des Visums bei der entsprechenden Vertretung nach den aktuellen Bestimmungen erkundigen.

Liberia

Visa werden bei folgenden Auslandsvertretungen ausgestellt:

Für Staatsangehörige der Bundesrepublik Deutschland:

- **Botschaft der Republik Liberia**

Kurfürstenstraße 84

D-10787 Berlin

Telefon: +49 30 26 39 11 94

Fax: +49 30 26 39 48 93

E-Mail: liberiaembassygermany@gmail.com

Weitere Informationen: <http://www.liberiaembassygermany.de>

Üblicherweise muss man zum Interview in der Botschaft persönlich vorsprechen, um ein Visum zu bekommen.

Für Staatsangehörige der Schweizerischen Eidgenossenschaft:

Für Schweizer Staatsbürger ist die Botschaft von Liberia in Paris zuständig.

- **Section consulaire de l'Ambassade du Libéria**

Place du Général Catroux 12, F-75017 Paris

tél.: 00331/47 63 58 55

téléfax 00331/42 12 76 14

E-Mail: libem-paris@wanadoo.fr

Für Staatsangehörige der der Republik Österreich:

Zuständig ist die Botschaft von Liberia in Deutschland.

Botschaft der Republik Liberia

Kurfürstenstraße 84

D-10787 Berlin

Telefon: +49 30 26 39 11 94

Fax: +49 30 26 39 48 93

E-Mail: liberiaembassygermany@gmail.com

Weitere Informationen: <http://www.liberiaembassygermany.de>

Sierra Leone

Visa werden bei folgenden Auslandsvertretungen ausgestellt:

Für Staatsangehörige der Bundesrepublik Deutschland:

- **Botschaft der Republik Sierra Leone**

Herwarthstr. 4

12207 Berlin

Tel. +49 (0)30-377 20 58 50

Fax: +49 (0)30-77 20 58 529

E-Mail: slberlin@foreignaffairs.gov.sl

Weitere Informationen: <http://www.slembassy-germany.org>

Für Staatsangehörige der Schweizerischen Eidgenossenschaft:

- **Botschaft der Republik Sierra Leone**

Konsularabteilung

Chemin Louis-Dunant 15b, 3ème étage, 1211 Genève

Tel.: +41 (0)22-730 17 39

Fax: +41 (0)22-730 17 40

Für Staatsangehörige der Republik Österreich:

Zuständig ist die Botschaft der Republik Sierra Leone in Deutschland:

- **Botschaft der Republik Sierra Leone**

Herwarthstr. 4

12207 Berlin

Tel. +49 (0)30-377 20 58 50

Fax: +49 (0)30-77 20 58 529

E-Mail: slberlin@foreignaffairs.gov.sl

Weitere Informationen: <http://www.slembassy-germany.org>

Guinea

Visa werden bei folgenden Auslandsvertretungen ausgestellt:

Für Staatsangehörige der Bundesrepublik Deutschland:

- **Botschaft der Republik Guinea**

Jägerstr. 67/69

10117 Berlin
Tel.: +49 (0)30-2 00 74 33 0
Fax: +49 (0)30-2 00 74 33 33
E-Mail: berlin@ambaguinee.de
Weitere Informationen: www.ambaguinee.de

Für Staatsangehörige der Schweizerischen Eidgenossenschaft:

- **Honorarkonsulat der Republik Guinea**

16 Rue Plantamour
BP 1342
1211 Genf 1
Tel.: (022) 731 61 90
Fax: (022) 731 17 53
E-Mail: consulat.guinee@bluewin.ch

Für Staatsangehörige der Republik Österreich:

Zuständig ist die Botschaft der Republik Sierra Leone in Deutschland:

- **Botschaft der Republik Guinea**

Jägerstr. 67/69
10117 Berlin
Tel.: +49 (0)30-2 00 74 33 0
Fax: +49 (0)30-2 00 74 33 33
E-Mail: berlin@ambaguinee.de
Weitere Informationen: www.ambaguinee.de

Guinea-Bissau

Visa werden bei folgenden Auslandsvertretungen ausgestellt:

Für Staatsangehörige der Bundesrepublik Deutschland:

- **Botschaft der Republik Guinea-Bissau**

Kronenstr. 72
D-10117 Berlin
Tel. +49 (0)30 / 206 581 58
Fax +49 (0)30 / 208 894 03
E-Mail: info@botschaft-guinea-bissau-berlin.de
Weitere Informationen: www.bridge-corporation.com

Visa Anträge werden durch Bridge Corporation in Berlin bearbeitet, alle Anträge müssen an Bridge Corporation entweder per Post geschickt oder persönlich abgegeben werden.

Für Staatsangehörige der Schweizerischen Eidgenossenschaft:

- **Section consulaire de l'Ambassade de Guinée-Bissau à Bruxelles**

Boulevard Brand whitlock 114, 1er étage,
B-1200 Woluwe-Saint-Lambert
Tel.: 0032 27332206
Fax: 0032 27420551

ambagbissaubrux@gmail.com

Für Staatsangehörige der Republik Österreich:

Zuständig ist die Botschaft der Republik Guinea-Bissau in Deutschland:

- **Botschaft der Republik Guinea-Bissau**
Kronenstr. 72
D-10117 Berlin
Tel. +49 (0)30 / 206 581 58
Fax +49 (0)30 / 208 894 03
E-Mail: info@botschaft-guinea-bissau-berlin.de
Weitere Informationen: www.bridge-corporation.com

Essen und Trinken

Frühstück und Abendessen sind in unserem Reisepreis eingeschlossen. Andere inkludierte Mahlzeiten entnehmen Sie bitte dem Reiseverlauf. 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 Frühstücksbüffet. Das Abendessen nehmen wir entweder in den Hotelrestaurants oder in sauberen, sorgfältig ausgewählten Restaurants ein. Das Essen ist häufig an den europäischen Geschmack angepasst.

- **Liberia - landestypische Küche**

In Liberia wird im Vergleich zu den anderen Ländern Westafrikas weniger Getreide gegessen, dafür überwiegt das Wurzelgemüse wie Maniok, Yams und Süßkartoffeln. Ein beliebtes Essen ist Fufu. Das Fufu ist ein fester Brei, der aus Maniok, Yams oder Kochbananen hergestellt wird. Es wird sehr oft mit gekochter Gemüsesoße gegessen. Wegen der Armut essen die Liberianer wenig Fleisch, das hauptsächlich nur bei festlichen Anlässen aufgetischt wird. Im Süden des Landes und an der Küste werden verschiedene Fisch- und Meeresfrüchtegerichte zubereitet. An den Straßenrändern kann man frisches Obst kaufen. Das tropische Klima des Landes gibt die Gelegenheit das ganze Jahr verschiedene Obstsorten zu kaufen. Viele Liberianer bauen Reis, Zuckerrohr und Maniok an. Reis ist das meistverbraachte Nahrungsmittel in Liberia und Reisbrot ist eine beliebte Spezialität des Landes. Ein anderes populäres Gericht ist Palava Sauce, eine aus Maniok- oder Süßkartoffelblättern bestehende, meist sehr scharfe Sauce, die zum Reis gereicht wird.

Trinkwasser muss abgekocht oder gefiltert werden, in größeren Orten gibt es überall Mineralwasser zu kaufen. Liberianer trinken auch gerne Bier. Gängige Sorten sind Club Bier und das chinesische Tsingtao. Daneben ist auch das alkoholfreie Ingwerbier sehr beliebt, dem als besondere Spezialität in Liberia Ananas beigegeben wird. Softdrinks wie Coca Cola findet man im ganzen Land.

- **Sierra Leone - landestypische Küche**

Das Hauptgrundnahrungsmittel in Sierra Leone ist Reis und auch Mais, der zu einem Brei verarbeitet wird. Beides wird mit scharfen Saucen serviert, oft auch mit Fleischbeilage. Die Hauptingredienz der Saucen bilden Blattgemüse wie Maniok- oder Süßkartoffelblätter, aber auch Okra und anderes Gemüse. Auch Maniok, Süßkartoffeln und Kartoffeln werden gern gegessen. Besonders an der Küste werden leckere Fisch- und Meeresfrüchtegerichte angeboten. Hier stehen Garnelen, Langusten, Krebse oder Tintenfisch ebenso auf der Speisekarte wie Barrakuda oder Barsche. Trinkwasser muss abgekocht oder gefiltert werden, in größeren Orten gibt es überall Mineralwasser zu kaufen. Bei Überlandfahrten wird überall Palmwein angeboten, ein mostartiges Getränk. Softdrinks wie Coca Cola findet man im ganzen Land.

- **Guinea - landestypische Küche**

Die Hauptgrundnahrungsmittel in Guinea sind Getreide und Knollengewächse wie Fonio, Maniok, Yams oder Taro. Weit verbreitet sind auch Reisgerichte, vor allem Riz gras, wobei Reis in einer Fleischbrühe mit Gemüse und Chili gekocht wird. Maganyi ist ein typisches Reisgericht von der Küste, das mit Fleisch oder Garnelen serviert wird. Die meisten Speisen werden mit scharfen Saucen verfeinert, die beliebteste ist die Erdnusssauce, aber auch Gemüsesaucen, Sauce gombo auf der Basis von Okra oder Saucen mit Blattgemüse, vor allem Maniokblättern, werden gern und viel gegessen. Eine Saucen-Spezialität der Toma aus der Waldregion ist Topogie. Dabei werden Maniok- oder Süßkartoffelblätter mit Auberginen und Okra gekocht und mit viel rotem Öl zubereitet. Besonders an der Küste werden leckere Fisch- und Meeresfrüchtegerichte angeboten. Hier stehen Garnelen, Langusten, Krebse oder Tintenfisch ebenso auf der Speisekarte wie Barrakuda oder Barsche. Fleischgerichte bestehen häufig aus Rindfleisch, Ziege und Huhn, wobei die Hühner üblicherweise recht klein sind. Trinkwasser muss abgekocht oder gefiltert werden, in größeren Orten gibt es überall Mineralwasser zu kaufen. Bei Überlandfahrten im Küstengebiet und in der Waldregion wird häufig Palmwein angeboten, ein mostartiges Getränk. Softdrinks sind überall erhältlich. An Biersorten sind in Restaurants üblicherweise Skol und Guiluxe im Angebot.

- **Guinea-Bissau - landestypische Küche**

Das kleine Guinea – Bissau hat typisch afrikanische Getreide wie Hirse, Reis und Mais. Reis und Mais sind die Grundnahrungsmittel. Der Reis wird im Land angebaut oder importiert. Das häufigste Gericht ist Jollof Rice, das aus Tomaten, Tomatensoße, Zwiebeln und diversen Gewürzen besteht. All diese Zutaten werden zusammen in einem Topf gekocht. Daraus entsteht ein rötlich gefärbtes, schmackhaftes Reisgericht. Wurzelgemüse wie Maniok, Yams, Kartoffel oder Süßkartoffel sowie Tomaten, Zwiebel, Kohl, Okra und andere Gemüsesorten werden auch auf den Märkten verkauft. Wegen der geografischen Lage des Landes am Atlantik wird Fisch auf dem Speiseplan bevorzugt. In den Dörfern wird viel Geflügel, Rindfleisch, Schaf und Ziege gegessen, wobei Rind und Hühnchen oft sehr teuer sind. Überall in Guinea-Bissau findet man je nach der Saison ein reichhaltiges Angebot an Obst wie Bananen, Papayas, Mango, Orangen, ebenso Cashewnüsse. Wer gerne etwas Süßes isst, wird in vielen Bäckereien die beliebten Ravias finden, portugiesisches Zimtgebäck.

Trinkwasser muss abgekocht oder gefiltert werden, in größeren Orten gibt es überall Mineralwasser zu kaufen. Eine alkoholische Spezialität ist der Cana de cajou, ein hochprozentiges Getränk aus Cashewnüssen. Auch in Guinea-Bissau wird Palmwein aus den Ölpalmen hergestellt. Die gängige Biersorte ist das portugiesische Sagres. In Supermärkten und Restaurants findet man eine gute Auswahl an portugiesischen Weinen. Auch Softdrinks wie Coca Cola sind überall im Land erhältlich.

Flugverbindungen

Es gibt derzeit eigentlich nur eine Flugverbindung zwischen Europa, Liberia und Guinea-Bissau, die Royal Air Maroc. Auskünfte über Flugzeiten, Buchung, Zubringerflüge, Gabelflüge und weitere Informationen erhalten Sie im Internet unter der Adresse der Fluggesellschaft: www.royalairmaroc.com Das Programm unserer Gruppenreisen mit festen Terminen ist abgestimmt auf Flüge der Royal Air Maroc. Bei An- und Abreise mit einer anderen Fluggesellschaft kann es zu Modifizierungen im Programmablauf und zu erhöhten Kosten durch zusätzliche Übernachtungen und Extra-Transfers kommen. Bei Individualreisen können wir Flüge und Programm auf Ihre Wünsche abstimmen. Gerne sind wir Ihnen bei der Beratung und Buchung behilflich.

Fotografieren

Liberia, Sierra Leone, Guinea und Guinea-Bissau sind eine wahre Fundgrube für passionierte Fotografen. Ob die mächtigen Wasserfälle im Fouta Djallon, quirligen Märkte, die idyllische Strände in Sierra Leone und Guinea-Bissau oder die beeindruckenden Schimpansen in Tacugama: Fotomotive gibt es wie Sand am Meer. 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 überall untersagt. Es ist streng verboten, militärische Anlagen und Uniformierte, Flughäfen, Staudämme, Brücken, Kraftwerke, Polizeistationen, Kontrollposten auf der Straße und Grenzübergänge zu fotografieren!

Geld

Liberia

Die offizielle Währung in Liberia ist der Liberianische Dollar (LRD). Ein Euro entspricht ca. 208 LRD (Stand Mai 2021). In Hotels und Restaurants, sowie in Souvenirgeschäften und Supermärkten ist es allerdings üblich, in US-Dollar zu bezahlen. Ein Euro entspricht ca. 1,21 US-\$ (Stand Januar 2021). Es wird empfohlen, einen Teil Ihres Reisebudgets in US-\$ mitzubringen. Beachten Sie bitte, dass es in vielen Geschäften, Restaurants und Supermärkten Probleme mit dem Wechselgeld geben kann, bringen Sie möglichst viele kleine Scheine mit.

Geld können Sie bei Banken, in größeren Hotels und in Wechselstuben in Monrovia und in anderen Großstädten tauschen. Bei der Ecobank kann man Bargeld tauschen, allerdings sind die Wechselkurse häufig schlechter als bei Wechselstuben (Forex Bureaux). Alle gängigen Währungen wie Euro, Dollar, Schweizer Franken, Pound Sterling etc. sind dort einfach und schnell zu tauschen. Kreditkarten werden als Zahlungsmittel praktisch kaum akzeptiert, aber es gibt neuerdings immer mehr Bankautomaten, z.B. bei der Ecobank, an denen man Bargeld abheben kann. Die Auszahlung erfolgt in US-\$.

Sierra Leone

Die offizielle Währung in Sierra Leone ist der Leone (SLL). Ein Euro entspricht ca. 12.378 Leones (Stand Mai 2021). Die Stückelungen sind Scheine von 10.000, 5.000, 2.000 und 1.000, Münzen sind kaum noch im Umlauf. Beachten Sie bitte, dass es in vielen Geschäften, Restaurants und vor allem kleinen Ständen Probleme mit dem Wechselgeld gibt. Lassen Sie sich, sofern dies möglich ist, gleich beim ersten Geldtausch, viele kleine Scheine geben.

Geld können Sie bei Banken, in größeren Hotels und in Wechselstuben in Freetown und in anderen Großstädten tauschen. Die Rokel und die Sierra Leone Commercial Bank sind montags bis freitags von 08.30 bis 15.30 Uhr geöffnet, wobei Letztere auch an Samstagen von 09.30 bis 13.30 Uhr Schalterstunden hat. Allerdings sind die Wechselkurse häufig schlechter als bei Wechselstuben (Forex Bureaux). Alle gängigen Währungen wie Euro, Dollar, Schweizer Franken, Pound Sterling etc. sind dort einfach und schnell zu tauschen. Beachten Sie bitte, dass nur neuere Dollarnoten (mit den „großen Köpfen“) und auch nur größere Scheine (keine Ein-Dollar-Noten) angenommen werden. Kreditkarten werden als Zahlungsmittel praktisch kaum akzeptiert, aber es gibt neuerdings immer mehr Bankautomaten in Freetown, Bo und Kenema, an denen man Bargeld abheben kann, Bei der Rokel Commercial Bank in Freetown und in deren Zweigstellen in Makeni, Bo, Kono und Kenema kann man am Bankschalter unter Vorlage des Reisepasses Bargeld mit Visa Card abheben, dies ist jedoch sehr langwierig und mit sehr hohen Gebühren verbunden. Extrem hohe Gebühren gelten auch für den Eintausch von Reiseschecks. Neben dem Pass wird auch die Kaufquittung verlangt.

Guinea

Die offizielle Währung in Guinea ist der Franc Guineen (GNF). Ein Euro entspricht etwa 11.886 GNF (Stand Mai 2021). Die Stückelungen sind Scheine von 20.000, 10.000, 5.000, 1.000 und 500 GNF, Münzen sind kaum noch im Umlauf. Beachten Sie bitte, dass es in vielen Geschäften, Restaurants und vor allem kleinen Ständen Probleme mit Wechselgeld gibt. Lassen Sie sich, sofern dies möglich ist, gleich beim ersten Geldtausch, viele Scheine in kleiner Stückelung geben.

Banken haben üblicherweise Mo. – Fr. von 08.00 – 13.00 und von 14.30 – 16.30 Uhr geöffnet. Auch in größeren Hotels, Wechselstuben oder auf Märkten kann man Geld tauschen. Am gängigsten sind Euro, Dollar und der Franc CFA. Als Zahlungsmittel finden Kreditkarten nur sehr geringe Akzeptanz. Ebenso gibt immer mehr Bankautomaten, an denen Sie Bargeld abheben können. Mit Ihrer EC-Maestro-Karte können Sie in Guinea 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 verlangt. Reiseschecks sollten nur bei größeren Banken eingetauscht werden und in Euro oder Dollar ausgestellt sein. Außerhalb von Conakry ist der Wechselkurs um einiges schlechter als in der Hauptstadt oder an der Grenze. Es ist sehr schwierig überschüssige GNF bei der Ausreise wieder in Devisen zuruckzutauschen.

Guinea-Bissau

Die offizielle Währung in Guinea-Bissau ist der Franc CFA (XOF). Ein Euro entspricht 655,95 CFA und ist an den Euro gekoppelt. Die Stückelungen sind Scheine von 10.000, 5.000, 2.000, 1.000 und 500 CFA, Münzen von 500, 250 (selten, sind aber noch im Umlauf), 200, 100, 50 und 25. Sehr selten bekommt man Münzen von 10 oder 5 CFA. Beachten Sie bitte, dass es in vielen Geschäften, Restaurants und vor allem kleinen Ständen oder Taxifahrten Probleme mit Wechselgeld gibt. Lassen Sie sich, sofern dies möglich ist, gleich beim ersten Geldtausch, viele Scheine in kleiner Stückelung geben.

Geld können Sie bei Banken und in größeren Hotels tauschen. Schneller, günstiger und einfacher ist der Tausch von Bargeld in Wechselstuben (Bureau de change). Mit Kreditkarten kann man mittlerweile in der Hauptstadt Bissau an Geldautomaten Bargeld abheben, allerdings gibt es außerhalb von Bissau kaum Geldautomaten, die internationale Kreditkarten akzeptieren. Häufig sind Geldautomaten auch außer Betrieb oder defekt, daher sollten Sie sich nie allein auf Ihre Kreditkarte verlassen. Beachten Sie bitte, dass die meisten Geldautomaten bevorzugt Visa Card akzeptieren, Master Card, American Express oder andere Kreditkarten sind weniger bzw. überhaupt nicht verbreitet. Als Zahlungsmittel finden Kreditkarten eine sehr geringe Akzeptanz. Mit Ihrer EC-Maestro-Karte können Sie in Guinea-Bissau kein Geld abheben und auch nicht bezahlen.

Gesundheit

Eine gültige Impfung gegen Gelbfieber ist für alle Reisenden für alle vier Länder vorgeschrieben (siehe Einreisebestimmungen). Der Impfpass ist mitzuführen. Impfungen gegen Tetanus, Diphtherie, Polio und Hepatitis A werden von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung unabhängig vom Reiseziel empfohlen. Bezüglich weiterer Impfungen und Prophylaxemanahmen setzen Sie sich bitte rechtzeitig vor Abreise mit Ihrem Arzt, Gesundheitsamt oder einem tropenmedizinischen Institut in Verbindung. Eine Liste der Tropeninstitute in der Bundesrepublik Deutschland, Österreich oder Schweiz finden Sie in unserem Infoportal.

Generell können Sie Durchfallerkrankungen weitgehend vermeiden, indem Sie auf ungeschaltes Obst, Salate und Eiswürfel in einfachen Restaurants sowie auf Speisen und Getränke von Straenhandlern 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 Durchfälle 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.

Kleidung

Leichte kurzärmelige (Baumwoll-) Kleidung für tagsüber und etwas Langärmeliges für den Abend (zwischen November und Februar ruhig etwas Wärmeres, da es kühl werden kann). Guinea ist überwiegend muslimisch, so bitten wir Sie, während ihres Aufenthalts in Guinea auf kurze Hosen (auch Männer) und Miniröcke zu verzichten. Ärmellose Oberteile für Frauen sind jedoch kein Problem. In der Regenzeit (zwischen Juni und Oktober) ist Regenkleidung notwendig. In manchen Hotels besteht Wäscheservice, so dass Sie gegebenenfalls etwas waschen lassen können. Feste Schuhe mit gutem Profil zum Wandern im Fouta Djallon sind unabdingbar. Vergessen Sie Ihre Badesachen nicht, Sie können in den Becken von herrlichen Wasserfällen baden und Sie haben Badeaufenthalt an Traumstränden!

Literatur

Reiseführer:

- West Africa, Lonely Planet, 9. Auflage, Sept. 2017 (englisch)
- Westafrika 2, Küstenländer, Reise Know How Verlag, 6. Auflage
- Sierra Leone, Bradt Travel Guide, 1. Auflage, 2009 (englisch)
- Wer des Französischen mächtig ist: Guinée, Le Petit Futé, 4. Auflage, 2010
- Reise Know-How Reiseführer Senegal, Gambia und Guinea-Bissau, 8. Auflage 2019

Belletristik, Erlebnis- und Forscherberichte:

- Caillié, René, Reise nach Timbuktu, Edition Erdmann
- Das Herz aller Dinge, Graham Greene, Dtv 2003
- Todesangst, Simon Kernick, Heyne

Über den Bürgerkrieg in Sierra Leone:

- Rückkehr ins Leben: Ich war Kindersoldat, Ishmael Beah, Piper Taschenbuch 2008
- Das Mädchen ohne Hände, Mariatu Kamara, 2009

Reisegepäck/Checkliste

- Reisepass
- Flugticket
- Internationaler gelber Impfpass
- Fotokopien der wichtigsten Dokumente (getrennt von Originalen aufbewahren)
- Bargeld, Kreditkarte für Notfälle
- Schalenkoffer oder reißfeste Reisetasche + Tagesrucksack

- Schutzhülle gegen Staub und Spritzwasser für Ihr Gepäck
- Badesachen
- Badeschuhe (zum Duschen oder für den Pool etc.)
- Sandalen
- Normale Halbschuhe, Wanderschuhe mit griffiger Sohle
- Lange, leichte Hosen, kurze Hosen, langärmeliges Hemd und/oder T-Shirt
- Sonnenhut und Sonnenbrille
- Sonnencreme
- Regenschutz
- Handtuch
- Toilettenpapier, Taschentücher, Feuchttücher
- Taschenlampe mit Ersatzbirne und –batterien
- Schweizer Messer
- Persönliche Medikamente, Reiseapotheke, Pflaster etc.
- Insektenschutzmittel
- Desinfektionsgel für die Hände
- Fotoausrüstung, Speicherkarten/Filme, Akku oder Batterien
- Reiseadapter
- Fernglas

Sicherheit

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.

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 Auswärtigen Amts in Deutschland www.auswaertiges-amt.de, des Außenministeriums der Republik Österreich www.bmeia.gv.at und des Eidgenössischen Departement für auswärtige Angelegenheiten www.eda.admin.ch

Liberia

Nach Ende des Bürgerkriegs im Jahr 2003 ist das Land seit einigen Jahren wieder bereisbar. Allerdings ist die Kriminalität in Monrovia relativ hoch, vor allem Diebstahl und Handtaschenraub, es kommt aber auch zu bewaffneten Überfällen.

In Notfällen können Sie sich an Ihre Botschaft oder Vertretung in Liberia wenden:

Für Staatsangehörige der Bundesrepublik Deutschland:

- **Botschaft der Bundesrepublik Deutschland Monrovia**
Tubman Boulevard #86
Congo Town
Monrovia.
Tel.: +231 886 43 83 65
E-Mail: info@monrovia.diplo.de
Weitere Informationen: <https://monrovia.diplo.de>

Für Staatsangehörige der Schweizerischen Eidgenossenschaft:

- **Generalkonsulat Monrovia**

Tubman Blvd.
By the Sunset Inn
Sinkor
Monrovia - LIBÉRIA
Tel.: +231 888 520 360
E-Mail: monrovia@honrep.ch

oder

- **Ambassade de Suisse en Côte d'Ivoire**

Rue du Bélier
Cocody Ambassades
Abidjan, Côte d'Ivoire
Tel.: +225 22 44 79 89

Für Staatsangehörige der Republik Österreich :

Die konsularische Vertretung Österreichs in Liberia erfolgt durch das Schweizer Generalkonsulat (s.o.)

oder

- **Botschaft der Republik Österreich in Dakar, Senegal**

Tel. +221 33 849 40 00
E-Mail: dakar-ob@bmeia.gv.at

Sierra Leone

Die Lage im Land ist stabil, nachdem der blutige Bürgerkrieg im Jahre 2002 beendet wurde. Man kann ohne Bedenken nach Sierra Leone reisen.

In Notfällen können Sie sich an Ihre Botschaft oder Vertretung in Sierra Leone wenden:

Für Staatsangehörige der Bundesrepublik Deutschland:

- **Botschaft der Bundesrepublik Deutschland in Sierra Leone**

P.O. Box 728
Middle Hill Station
Freetown 3
Tel.: +232 78 73 21 20
E-Mail: info@freetown.diplo.de
Weitere Informationen: <http://www.freetown.diplo.de>

Für Staatsangehörige der Schweizerischen Eidgenossenschaft:

- **Consulate General of Switzerland**

Cold Storage Co. Ltd. George Brook
P.O. Box 99
Freetown
Tel.: +232 22 235 056 (auch Fax) oder 22 235 024
Fax: +232 22 235 056
E-Mail: freetown@honorarvertretung.ch
Weitere Informationen: www.eda.admin.ch/abidjan

Für Staatsangehörige der Republik Österreich :

- **Österreichisches Honorarkonsulat**
26, Percival Street
P.O. Box 497
Freetown
Tel. : +232/22 22 28 20
E-Mail: austrianconsulate_sl@yahoo.com

oder

- **Botschaft der Republik Österreich in Dakar, Senegal**
Tel. +221 33 849 40 00
E-Mail: dakar-ob@bmeia.gv.at

Guinea

Nachdem es bei den Wahlen im November 2010 zu heftigen Unruhen kam, hat sich die Lage im Land beruhigt.

In Notfällen können Sie sich an Ihre Botschaft oder Vertretung in Guinea wenden:

Für Staatsangehörige der Bundesrepublik Deutschland:

- **Deutsche Botschaft in Guinea**
B.P. 540
Conakry
Tel.: +224 30 41 15 06 oder 30 45 15 08
Fax: +224 30 45 22 17
Weitere Informationen: www.conakry.diplo.de/Vertretung/conakry
Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 08.00 – 12.00 Uhr

Für Staatsangehörige der Schweizerischen Eidgenossenschaft:

- **Generalkonsulat der Schweizerischen Eidgenossenschaft**
Cité Chemin der fer
Immeuble Macenta
Conakry
Tel.: +224 30 41 45 12
Fax: +224 30 41 45 13
E-Mail: cimentsdegiunee@biasy.net

Für Staatsangehörige der Republik Österreich :

- **Honorarkonsulat der Republik Österreich**
c/o Société SADIO & Frère S.A.R.L.
Route du Niger
Libraport
Madine
Conakry
Tel.: +224 30 46 31 26

Fax: +224 30 45 26 70

oder

- **Botschaft der Republik Österreich in Dakar, Senegal**
Tel.: +221 33 849 40 00
E-Mail: dakar-ob@bmeia.gv.at

Guinea-Bissau

Die Kriminalitätsrate ist in der Hauptstadt Bissau relativ hoch, vor allem Kleinkriminalität wie Taschendiebstahl oder Handtaschenraub, aber schwerere Verbrechen wie Raubüberfälle sind eher selten.

In den übrigen Landesteilen ist die Kriminalität deutlich niedriger.

In Notfällen können Sie sich an Ihre Vertretung in Guinea-Bissau wenden:

Für Staatsangehörige der Bundesrepublik Deutschland:

- **Verbindungsbüro der Botschaft der Bundesrepublik Deutschland in Dakar**
1001 Bissau CODEX, C.P. 82, Guinea-Bissau
Tel.: +245 95 570 00 15
EMAIL: bissau@daka.diplo.de und vb.bissau@gmx.de

Für Staatsangehörige der Schweizerischen Eidgenossenschaft :

- **Schweizer Honorarkonsulat**
Consulado da Suiças/c IUCN Apartado 231031 Codex
Bissau, Guinea-Bissau
Telefon: +245 320 12 30
E-Mail: bissau@honrep.ch

oder

- **Ambassade de Suisse**
Rue René Ndiaye angle Rue Seydou Nourou Tall
Dakar, Sénégal
Tel.: +221 33 823 05 90
E-Mail: dakar@eda.admin.ch
Weitere Informationen: <https://www.eda.admin.ch/dakar>

Für Staatsangehörige der Republik Österreich :

Die konsularische Vertretung Österreichs in Guinea-Bissau erfolgt durch das Schweizer Generalkonsulat.

oder

- **Botschaft der Republik Österreich in Dakar, Senegal**
Tel.: +221 33 849 40 00
E-Mail: dakar-ob@bmeia.gv.at

Stromversorgung

Liberia

Während des Krieges in Liberia wurde Energieversorgung stark beschädigt. Die Stromversorger arbeiten mit unterschiedlicher Netzspannung: mit einer Spannung von 110 Volt und einer Frequenz von 60 Hertz (Steckertypen A und B, ein Adapter ist notwendig) oder 240 Volt und meistens eine Frequenz von 50 Hertz. (Steckertypen C und F, kein Adapter notwendig). Stromausfälle kommen häufig vor und selbst in

der Hauptstadt ist die Stromversorgung nicht immer gewährleistet. Die Mitnahme einer Taschenlampe ist unbedingt erforderlich.

Sierra Leone

230 Volt Wechselstrom bei einer Frequenz von 50 Hz. Im ganzen Land, auch in Freetown ist die Stromversorgung extrem schlecht, da im Bürgerkrieg ein Großteil des Stromnetzes zerstört wurde. Nur größere Hotels in Freetown verfügen über einen Generator. Bedenken Sie bitte, dass sie Akkus immer dann aufladen, wenn die Möglichkeit besteht. Die Stecker sind dreipolig (D und G), so dass sie einen Adapter benötigen. Bringen Sie einen Mehrfachadapter mit, da der Kauf vor Ort problematisch sein kann. Die Mitnahme einer Taschenlampe ist unbedingt erforderlich.

Guinea

220 Volt Wechselstrom. Im ganzen Land, auch in den größeren Städten und in Conakry ist die Stromversorgung extrem schlecht. Es kommt sehr häufig zu Stromausfällen. Ein Adapter ist nicht notwendig, da die Steckdosen den mitteleuropäischen entsprechen. Bedenken Sie bitte, dass sie Akkus immer dann aufladen, wenn die Möglichkeit besteht. Die Mitnahme einer Taschenlampe ist unbedingt erforderlich. Auch die Wasserversorgung ist oft nicht gewährleistet, besonders in Dalaba.

Guinea-Bissau

220V mit einer Frequenz von 50Hz. Ein Adapter ist nicht notwendig, da die Steckdosen den mitteleuropäischen entsprechen.

Die Stromversorgung hat unter dem Bürgerkrieg Ende der 90-er Jahre sehr gelitten und ist bis heute auch in der Hauptstadt sehr schlecht. Häufig kommt es zu Stromausfällen. Unsere Hotels verfügen zwar über einen Generator, aber in Gabú funktioniert auch dieser nicht immer einwandfrei.

Telekommunikation

Liberia

Die Vorwahl von Deutschland ist 0049, Österreich 0043, Schweiz: 0041, Liberia 00231. Außerhalb der Hauptstadt und größerer Ortschaften ist der Empfang nicht immer gewährleistet. Informieren Sie sich vor der Abreise bei ihrem Anbieter. Unter Umständen kann es günstiger sein, sich für wenige Dollar eine einheimische SIM-Karte zu kaufen und mit entsprechendem Kredit, den man in Form von Rubbelkarten überall kaufen kann, aufzuladen, falls Ihr Handy diese Möglichkeit zulässt. Es gibt verschiedene Mobilfunkgesellschaften. Neben Internetcafés können Sie auch das Internet Ihrer Hotels nutzen. Allerdings ist die Verbindung häufig langsam oder funktioniert gar nicht. Die Mobilfunkanbieter bieten auch Internet für Smartphones an.

Sierra Leone

Sie können von der Post aus telefonieren, oder größere Hotels bieten auch diesen Service. Die Vorwahl von Deutschland ist 0049, Österreich 0043, Schweiz: 0041, Sierra Leone 00232. Im Bereich größerer Ortschaften besteht Handy-Empfang. Informieren Sie sich vor der Abreise bei ihrem Anbieter. Unter Umständen kann es günstiger sein, sich für wenige Euro eine einheimische SIM-Karte zu kaufen und mit entsprechendem Kredit aufzuladen, falls Ihr Handy diese Möglichkeit zulässt.

In Freetown finden Sie zahlreiche Internetcafés, in denen Sie günstig surfen können. Allerdings ist die Verbindung häufig langsam oder funktioniert gar nicht. Außerhalb Freetowns gibt es nur sehr wenige Internetcafés.

Guinea

Festnetztelefone funktionieren oft sehr schlecht. Die Vorwahl von Deutschland ist 0049, Österreich 0043, Schweiz: 0041, Guinea 00224. Wie in vielen anderen afrikanischen Staaten hat auch in Guinea 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 3 oder 4 Euro

eine guineische SIM-Karte zu kaufen und mit entsprechendem Kredit aufzuladen. Es gibt zwei Anbieter: Orange und MTN.

In größeren Städten finden Sie Internetcafés, in denen Sie günstig surfen können. Allerdings ist die Verbindung häufig langsam oder funktioniert gar nicht.

Guinea-Bissau

Die Vorwahl von Deutschland ist 0049, Österreich 0043, Schweiz: 0041, Guinea-Bissau 00245. Handy- und Internetempfang funktioniert nur in größeren Städten. In allen Ihren Hotels in Guinea-Bissau gibt es Internet, allerdings funktioniert es auf den Bijagos-Inseln nur sporadisch. Gegenüber dem Hotel Imperio befindet sich eine Niederlassung des Anbieters Orange, wo Sie sich preisgünstig eine einheimische SIM-Karte kaufen können.

Trinkgeld

Es ist üblich, in Afrika Trinkgelder zu geben, denn sie tragen zum Lebensunterhalt der Menschen bei. Ob Sie Trinkgeld geben und wieviel 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 in Liberia sind ein halber US-\$, in Sierra Leone und Guinea ca. 3.000 SLL bzw GNF und in Guinea-Bissau ca. 200 FCFA jeweils für ein Gepäckstück, für das Zimmerpersonal sollte man mit einem US-\$ in Liberia, 7000 SLL in Sierra Leone bzw. GNF in Guinea und in Guinea-Bissau mit 500 FCFA pro Person und Nacht rechnen. Auch Ihr Fahrer, Reiseleiter und lokale Guides freuen sich über eine Anerkennung.

Übernachtungen

In Liberia schlafen wir die erste Nacht in einem hübschen Resort und in Monrovia in einem einfachen, aber sauberen Guesthouse. In Sierra Leone übernachteten wir in Kenama in einer komfortablen Lodge, mit Stromversorgung vom Generator. Das Guesthouse in River No. 2 liegt direkt am Meer. Die Zimmer verfügen über eigene Dusche und Toilette, es gibt kein warmes Wasser und keine Klimaanlage. In Dalaba und Kindia schlafen wir in landestypischen, sauberen, aber einfachen Hotels. Die Zimmer verfügen über eine eigene Dusche und Toilette, in Kindia und Labé auch über eine Klimaanlage, in Dalaba gibt es weder Air Condition noch Ventilator. Die Hotels in Guinea-Bissau sind gute Mittelklassehotels. Einige unserer Hotels haben einen Swimming Pool.

Hier eine Auswahl der von uns besuchten Hotels:

<https://www.libassa.com>

<https://wilmenjaresort.com/>

<https://www.facebook.com/Ericsonguesthouse>

<https://www.hotel-moringa.com/>

<https://www.facebook.com/HOTEL-KARSA-GABU-1252988318164514/>

Zeitunterschied

In Liberia, Sierra Leone, Guinea und Guinea-Bissau Mitteleuropäische Zeit minus eine Stunde, während der Sommerzeit in Europa minus zwei Stunden.

Und noch etwas

... Liberia, Sierra Leone, Guinea und Guinea-Bissau sind wunderbare Reiseländer, doch hier 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!

Alle Angaben sind ohne Gewähr auf ihre Richtigkeit und Aktualität.