



JE T'AIME
MON AMOUR !

MOI NON PLUS,
MON AMOUR !

Mimi

Bb. Tu es où ?

Anne chou

Mon amour, j'ai bien
reçu mon cadeau

Sophie G.P

Bb, mon gar est sorti
viens prendre ton cadeau

PAIN PERDU



SCANNEZ ICI POUR
TÉLÉCHARGER

P. Le Grand Dossier:
17 La place de l'amour
dans la réalité béninoise

P. 5 étoiles:
39 A l'assaut
de la voile

NOS OFFRES



TARIFS

2 ^{ÈME} DE COUVERTURE	01	350 000 F CFA
3 ^{ÈME} DE COUVERTURE	01	300 000 F CFA
4 ^{ÈME} DE COUVERTURE	01	300 000 F CFA
PLEINE-PAGE INTÉRIEURE	01	250 000 F CFA
DEMI-PAGE INTÉRIEURE	01	180 000 F CFA
FOCUS BUSINESS	01	180 000 F CFA
LA DER	01	350 000 F CFA

SOMMAIRE



P.05
**CULTURE
& ART**

P.17
**LE GRAND
DOSSIER**

P.43
**LES BONS
COINS**

P.35
**DÉCOU
VERTE**

P.39
**05
ÉTOILES**



Amour ! Doux sentiment aussi bien violent qu'attendrissant ! Toi qu'on se promet en visant le paradis. Toi qu'on s'est promis avec de multiples non-dits. Tu révéles sans gêne des faces de notre être qu'on pensait ne pas exister.

Pour toi, on se sent capable de déplacer des montagnes. En réalité, ces montagnes, on en déplace chaque jour avec l'être qui te suscite en nous. On te choisit tout en sachant que tu ne gardes jamais loin ton collaborateur souffrance. Car, qu'est l'amour sans la douleur ?

Malgré les larmes, malgré les phases de dépression, au milieu de ce chagrin, que la communauté nomme goumin, on est toujours prêt à aimer. Oui, après que l'amour nous ait fait danser la valse de la douleur, on est prêt à retenter l'expérience... Prêt à accorder de notre être, pour sentir l'être aimé heureux, épanoui.

Car oui, l'amour fait mal. Mais où seraient les couleurs de notre existence sans ce sentiment qui nous fait vibrer l'importance de l'autre dans notre vie ? S'aimer, oui. Aimer l'autre encore plus qu'on ne s'aime et aimer ce qu'on est en sa présence.

Choisir ce dernier malgré les risques de nous voir descendre chaque jour dans nos enfers, c'est le choix qu'on fait à chaque sourire amoureux. Et c'est ce choix qui exprime l'essence de notre vie, l'essence de l'amour.

Chers lecteurs, osez l'amour !

Dona Imelda ALLOSSE



Manager Général
Hiram TESSY

Directeur de Publication
Emmanuel KAVEGE

**Conception Graphique &
Mise en page**
Emmanuel TOTIN
Ricardo CATARIA

Responsable Audiovisuel
Jean-Colomb ADANMAYI

Superviseure
Dona Imelda ALLOSSE

Rédactrice en Chef
Prunelle ADE

Rédacteurs
Mirabelle MONTCHO
Andric KOUKPONOU

Pour nous contacter:

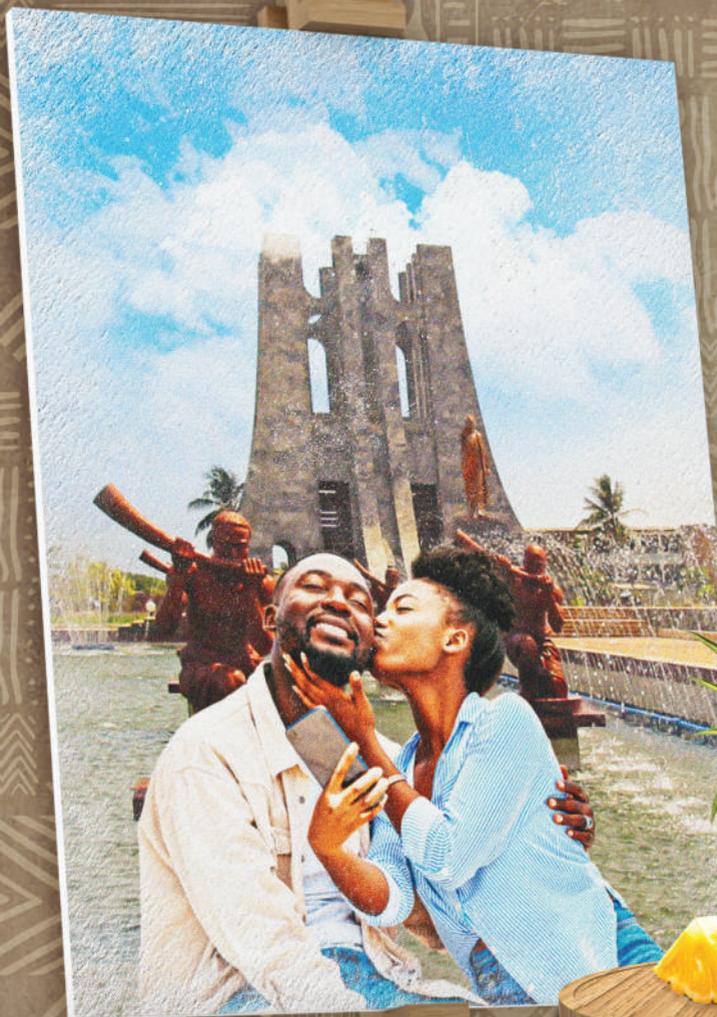
03 BP 1614
Cotonou - Bénin

+229 67 39 85 85

Site web oukoikan.cool

   [oukoikan officiel](https://www.oukoikan.com)

CULTURE *et* ART



P.
06 Focus Ciné
**Une femme
pas comme les autres**

P.
08 Focus Tourisme:
**Accra,
la cité des amours**

P.
12 Recette De Mets
**Cocktail
aphrodisiaque**

Une femme pas comme les autres

En Afrique, la polygamie (avoir plusieurs épouses) n'est pas un sujet tabou. Entre ceux qui clament que l'homme est le sexe fort et ceux qui brandissent la religion comme bouclier, nous ne sommes pas sortis de l'auberge. Mais une femme peut-elle oser prendre un deuxième époux ? Abomination, diront-ils ! Et pourtant, c'est ce qu'a décidé de faire Mina, le personnage principal du film que nous décortiquons dans ce numéro.



Mina ou la rébellion féminine

Mina est la PDG d'une grande société. Elle est mariée avec Dominique, un chômeur qui vit à ses crochets et qui pourtant se permet des dérapages. Malgré les infidélités de son mari, Mina reste fidèle à ses devoirs d'épouse. Mais déçue par le comportement de Dominique, elle va trouver une solution autre que le divorce : elle décide de prendre un deuxième époux.



Face à l'obstination de sa femme, Dominique va décider de faire profil bas. Mais Mina se laissera-t-elle amadouer au point de changer ses plans ? C'est ce que vous découvrirez dans le film « Une femme pas comme les autres ».



La polyandrie : une abomination en Afrique



Réalisé en 2009 par Abdoulaye Dao sur un scénario de Guy Desire Yameogo, l'action du film « Une femme pas comme les autres » prend place au Burkina Faso. Il faut savoir qu'en Afrique, la polyandrie est aussi impensable que la polygamie est « normale ». La femme peut avoir des coépouses, mais jamais elle ne doit appliquer la même règle à son mari. Ce film est donc une grosse douche froide sous nos cieux, même si aujourd'hui la polyandrie se répand petit à petit.



Dans cette fiction, on retrouve une Georgette Paré toujours aussi bonne actrice, aux côtés d'un Serge Henry caractérisé par son humour habituelle. Au-delà de l'acting, le film nous fait voir le mariage sous un autre angle. Lorsque les rôles sont inversés, les hommes se rendent compte de la souffrance qu'ils infligent sciemment aux femmes. Et là, le scénario est moins drôle. Comme le dit le célèbre dicton, « Ne fais pas aux autres ce que tu n'aimerais pas qu'on te fasse ». Les hommes, relisez bien cette phrase !

Mira Montcho

Accra, la cité des amours

Vivre l'amour revient aussi à visiter de beaux endroits avec sa dulcinée ou son roi. Pour ce faire, le Bénin n'est pas le seul pays pourvu de merveilleux sites pour amoureux. En guise de preuve, nous vous ferons voyager au Ghana. Voici quelques sites à voir absolument avec votre partenaire à Accra, la cité des amours et ses alentours.



»»» *Château de Cape Coast*



En vous considérant comme un couple royal, le premier lieu qu'il vous faut visiter est le château de Cape Coast. Situé à 3 heures de route d'Accra, ce vestige du passé est un lieu sensationnel donnant une belle vue sur la baie. Son architecture est à la fois médiévale et contemporaine. Vous pourrez y prendre de belles photographies.

Le château de Cape Coast sert également de musée d'histoire. Assisté par un guide expérimenté, vous y découvrirez l'un des terribles récits de l'histoire du Ghana. Ce site touristique vous garantit le plein d'émotions, de quoi renforcer votre amour.

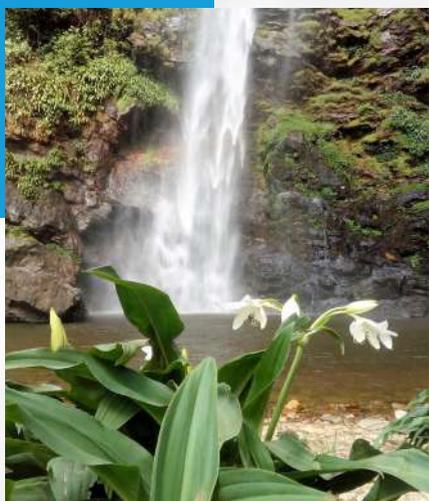
»»» *Jardin botanique d'Aburi*



« Le vrai amour mérite d'être vécu en pleine nature » dit-on, et le Jardin botanique d'Aburi vous permet de le mettre en pratique. Il s'agit d'un bel endroit, accueillant et sécurisé. Il s'y trouve une grande diversité de végétaux. Selon une expertise, toutes les espèces de plantes de l'Afrique de l'Ouest y sont conservées.

En plus de servir de site naturel, le Jardin botanique d'Aburi est aussi un lieu de divertissement. Des espaces pour les fêtes y sont aménagés. Vous y trouverez également des bars et un Guest house. Cette sorte de complexe hôtelier offre un repos paisible et la possibilité de profiter de l'air frais des montagnes.

»» Chutes de Wli



Les chutes de Wli sont situées dans la région de la Volta à quelques heures de route d'Accra. Pour s'y rendre, il faut faire un trajet d'une heure et demie en voiture jusqu'à Afegame. Ensuite, il faut traverser la forêt tropicale pendant une randonnée de 50 minutes. Au terme de cette excursion, vous serez face à une première cascade.

Un peu plus loin, il y a une seconde cascade. Ces deux culbutes d'eau forment les chutes de Wli. Le côté sensuel du paysage est l'enchantement qu'il faut pour votre couple. Durant la traversée pédestre, vous pourrez côtoyer des fougères arborescentes, des lianes et des palmiers. Mieux, une piscine est installée sur place pour faciliter la natation.

»» Labadi Pleasure Beach



Pour terminer cette expédition idyllique, un tour à la plage serait parfait. Le Labadi Pleasure Beach d'Accra offre toutes les commodités possibles pour vous divertir. En journée, l'endroit est assez paisible pour favoriser une discussion entre amoureux.

Il est parfait pour faire des mises au point et faire grandir la relation amoureuse. Par contre, le soir venu, le Labadi Pleasure Beach est animé par un grand nombre de visiteurs. Vous y ferez de nouvelles rencontres.

Voilà les meilleurs lieux pour un voyage en amoureux à Accra et ses environs. Vous y pratiquerez des activités intéressantes en couple. Par conséquent, cette destination est idéale pour la Saint Valentin.

Andric Beowulf

NOUVEAU SYSTÈME DE PAIEMENT MAUTO



Dès le 04/01/2023, Vous pourrez choisir vos options de paiement !

Options de paiement

Option Journalière

Option Hebdomadaire

Option Mensuelle

Option Trimestrielle

Paiement en PRÉPAYÉ

Vous faites un Paiement prépayé la VEILLE

Vous payez pour 6 jours d'avance (Du lundi au Samedi)

Vous payez pour 30 jours d'avance (Du 1er au 30 du mois)

Vous faites un paiement pour 3 mois



CONDITIONS D'UTILISATIONS

1

Assurez-vous d'être à jour dans vos paiements. Pour cela ayez toujours dans votre portefeuille digital le montant d'1 jour de redevance.

2

A moins d'avoir régularisé vos arriérés, vos dettes, vous ne pouvez swapper les batteries de vos MAUTO avant règlement.

3

Lorsque vous arrêtez de payer vos redevances pendant trois jours consécutifs, vous basculez d'un panier à un autre (restriction dans les options de paiement). Votre moto peut être aussi reprise jusqu'au règlement de vos dettes.



TOGO

USSD *145*4*5*4#



BENIN

USSD *880*2*6*5*1#



L'application M-AUTO est disponible sur



Cocktail aphrodisiaque

Que serait une soirée à deux sans un peu de piquant? Si vous prévoyez un tête-à-tête pour cette St Valentin, voici un smoothie, fait à base d'ingrédients naturels, qui viendra parfaitement pimenter les choses. Prêts pour la recette? C'est parti!

Préparation

- ✓ Pelez l'ananas et découpez-le en morceaux;
- ✓ Découpez également votre gingembre en petits morceaux;
- ✓ Dans un blender, mixez les morceaux d'ananas et de gingembre;
- ✓ Ajoutez un verre d'eau, puis mixez à nouveau;
- ✓ Filtrez le mélange obtenu, et versez-le dans deux verres;
- ✓ Ajoutez une cuillerée de miel dans chacun des verres, puis le jus de citron, et mélangez bien le tout;
- ✓ Laissez reposer le smoothie au réfrigérateur pendant 2 h, et voilà! Bonne dégustation et surtout, bonne soirée! (Clin d'œil)

Ingédients

- ✓ 100 g d'ananas frais
- ✓ Un morceau de gingembre frais/1 c. à café de gingembre en poudre
- ✓ Une c. à café de miel
- ✓ Une demi-cuillère à café de jus de citron
- ✓ De l'eau

Astuce gourmet :

Si vous n'êtes pas très fan du miel, vous pouvez le remplacer par du sucre roux.



Le Tam-Tam

Entendez les battements du Tam-Tam qui rassemblent; apaisez par un courant d'air marin. Au rythme de votre cœur, il vous appelle à vous élever au-dessus de vos problèmes sur une terrasse polymorphe.



^ Route des pêches 500m après la station JNP (à droite)

v +229 97_16_81_76

Profitez d'un menu sur mesure qui vous est proposé et ce à votre convenance:

- ✓ les paradisandwich ;
- ✓ des pâtes ;
- ✓ des extras ;
- ✓ la brochetterie ; etc

Impossible de visiter ce bar-restaurant sans déguster le Tam-Tam Foods.



LES CHRONIQUES DE SHUGAR



ETCHIDÉMIN !



FÉVRIER-CI, J'AI L'ARGENT HEIN. MOI MÊME PAPA VALENTIN HEHEHE...



Ouuuum... JE VAIS FAIRE FORT !

LES GOS LÀ VONT ME SENTIR SHHH...



LENDEMAIN...

JE VEUX FAIRE LIVRER QUELQUES COLIS...

ALLÔ ! BONJOUR ! J'AI BESOIN DE VOS SERVICES S'IL VOUS PLAÎT



QUELQUES MINUTES PLUS TARD...

J'AI ÉCRIT LES NOMS SUR CHAQUE COLIS ET JE VOUS AI ENVOYÉ CHAQUE ADRESSE PAR WHATSAPP...

NE VOUS INQUIÉTEZ PAS ÇA SERA DU SANS FAUTE.

JE COMPTE SUR VOUS, MERCI.



BON MAINTENANT JE VAIS ME PRÉPARER POUR LA SOIRÉE...SHH



SHUGAR À LA DOUCHE...

AH ATTENDEZ. J'ARRIVE TORH ! JE VAIS RÉPONDRE À TOUT LE MONDE

12 nouveaux messages de whatsapp

16 appels manqués

OUN DA É LORH PROPRE !



Maryam SHUGAR !!! c'est qui sandra ?

Lizzie Ah yan vi é lorh donc c'est cadeau de Mimi tu m'envoies ? Et je t'appelle tu ne décroches pas ?

Mimi Shugar Shugar Shugar Tu me trompes ????

Vanessa Je veux pas beaucoup parler hein, viens t'expliquer, c'est qui lizzie ?

véguéééé!!!



LE GAR LÀ M'A TUÉ, JE VAIS DÉPENSER TOUT ÇA LÀ ET PUIS SIMPLE LIVRAISON VA TOUT GÂTER ?

EEHHH... NAN GBO SSIN-SSIN KPOHOUN...

FIN...



Désormais, payez vos factures **SBEE** avec Moov Money

Tape *855*5*1#

ou sur l'Appli Moov Money

Gain de temps – Sécurisé – Disponible 24H/24 et 7J/7



Moov Money, avec toi chaque jour

LE GRAND DOSSIER



La place de l'amour dans la réalité béninoise

« *Le mariage ? Je ne suis pas prête pour cela !* », cette phrase est devenue le refrain de la plupart des jeunes femmes à Cotonou. Cette méprise de la vie de couple est également celle de l'amour. Pourquoi donc un tel fait ? Parmi les demoiselles questionnées à cet effet, la majorité indexe la maladresse des jeunes hommes lors du processus de drague ! Si tel est le cas, nous nous proposons d'y remédier grâce à quelques conseils.



»» Amour au Bénin : entre mythe et réalité



L'amour « grand A » est un vaste mot qui regroupe plusieurs types d'amour. Il s'agit entre autres de :

- ✓ l'amour maternel ;
- ✓ l'amour paternel ;
- ✓ l'amour fraternel ;
- ✓ l'amour amical.

Ces formes d'affection ne souffrent d'aucun problème puisqu'elles sont les plus simples. La difficulté se trouve au niveau de l'amour passionnel entre deux personnes. Communément appelé « love story », cet amour se définit comme un penchant, un sentiment d'attachement assez fort.

Une personne amoureuse se donne les moyens de le prouver à l'être aimé. Normalement, cela doit être réciproque pour que la relation soit complète. La majorité des jeunes béninois, épris

d'une personne, s'imagine des scènes de tendresse comme dans les feuilletons ou les films romantiques.

Cependant, de l'imagination à la réalité, il y a un grand fossé. En effet, avant qu'une relation amoureuse ne s'établisse, il faut deux personnes consentantes sur le sentiment ressenti. La non-réciprocité aboutit à un chagrin d'amour, surnommé « goumin ».

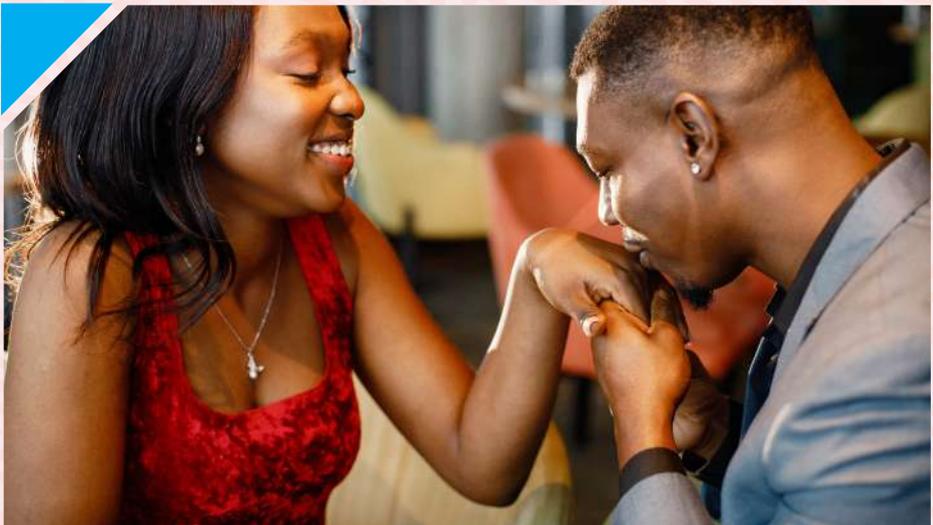
Par contre, lorsque les parties impliquées sont toutes les deux amoureuses, la relation possède une base solide. Un lien fort assorti d'une grande confiance s'installe entre l'homme et la femme. Pour certains couples, la romance peut être similaire à celle de Jack et Rose dans « Titanic ». Parfois, l'idylle peut même dépasser celle représentée dans ce film à succès.

En matière d'amour, les personnes âgées ont une vue assez spéciale sur les faits et gestes de cette génération. Un petit sondage nous a permis d'en savoir plus à ce propos. En majorité, elles trouvent que les jeunes d'aujourd'hui ont dénaturé ce sentiment noble. Lors des discussions, le mot utilisé à maintes reprises est : la perte.

À ce qu'il paraît, la cause de ce tumulte amoureux n'est pas obligatoirement du fait des demoiselles. Ce serait plutôt le résultat d'un manque de tact des prétendants lors de la prise de contact. Si ce n'est que cela, nous pouvons y remédier en proposant quelques bonnes astuces de drague.



►►► **Quelques conseils pour courtiser excellemment une femme**



Faire la cour à une femme est un art. Il faut la somme de plusieurs facteurs pour arriver à atteindre son objectif. Bien évidemment, aucun plan n'est parfait, mais ces astuces vous permettront de

ne pas avancer à l'aveuglette. D'ailleurs, le premier conseil est de toujours adapter votre processus de drague à la personnalité de votre interlocutrice.

Aujourd'hui, les rencontres entre de potentiels amoureux se font sur les réseaux sociaux. Néanmoins, la bonne

vieille méthode de l'accostage dans la rue est toujours fonctionnelle. Peu importe le lieu, les astuces suivantes

✦ **L'humour : la première arme du dragueur**

Personne sur cette terre ne peut échapper à une bonne blague. Les femmes sont les plus sensibles à une belle plaisanterie bien placée. Lorsque vous avez repéré votre belle princesse, chers messieurs, observez-la bien et cherchez une histoire drôle. Le but est d'attirer son attention sans pour autant trop en faire.

Cette technique marche à 100% lors des soirées ou des fêtes entre jeunes. Par contre, si la rencontre se fait sur Facebook ou WhatsApp, il faut une plus grande finesse pour avoir un premier contact. Il faut être à la fois poli, sérieux



et drôle. Une fois, votre message envoyé, assurez-vous de demeurer sympathique.

✦ **La patience : le compagnon idéal**

Contrairement à nos mères, les demoiselles aiment faire perdre du temps. Pour elles, l'homme qui pourra supporter leurs caprices est d'ores et déjà un mari idéal. Cela n'est pas du tout facile, mais si vous tenez à établir un lien, vous devrez faire preuve de patience. Ainsi, la marche à suivre est de commencer la discussion et de laisser votre interlocutrice mener la danse.

À ce propos, sachez que les jeunes femmes adorent avoir le contrôle. De ce fait, laissez-vous diriger par elles, mais ne vous faites pas mener par le bout du nez. Pour éviter de rater votre objectif, ramenez le sujet dans votre contexte dès qu'elle vous en donne la possibilité.

De cette façon, vous orientez les conversations de façon subtile. Pour



arriver à franchir cette étape, il vous faut vous armer de patience. En fonction du comportement lunatique de votre interlocutrice, cela vous prendra des semaines pour la recadrer.

✦ **La collecte d'informations : l'étape décisive**

Il ne suffit pas de trouver une belle femme et de lui sauter dessus. Pour une personne en quête d'amour, il est important qu'elle ait des informations fiables pour mieux se décider. À cet effet, il lui faut amasser assez de données sur la femme.

La collecte de données se fait durant les conversations et dans l'analyse de faits. Vous devez donc beaucoup discuter avec votre future bonne femme. Mieux, vous devrez scruter ses actions vis-à-vis de vous ou de la relation que vous avez. Les indices à rechercher sont :

- ✓ le respect ;
- ✓ la considération ;
- ✓ le rapprochement.

Ces trois éléments sont à la base de l'éclosion de l'amour ou tout au moins de la passion. Retenez que plus haut vous êtes dans son estime et plus proche vous êtes de son cœur.

Cette phase s'exécute en plusieurs semaines. Au cours de cette période, vous auriez déjà effectué quelques



sorties, lesquelles représentent de parfaites occasions pour en savoir davantage l'un sur l'autre.

Attention : En franchissant cette étape, vous montrez déjà vos intentions à votre dulcinée. Pour éviter d'être déçu, vous ne devez aller aussi loin qu'avec une personne vous démontrant de l'intérêt.

✦ **La déclaration proprement dite**

À ce niveau, tout est déjà clair pour vous et votre interlocutrice. Sauf erreur, elle se serait déjà rendu compte de vos sentiments. Mieux, elle en aurait également pour vous. Dans ce cas, votre déclaration officielle devient une simple formalité.

Cependant, si vous êtes toujours dans le doute, alors remettez-vous dans les mains de dame chance. Gardez à l'esprit que votre requête peut être refusée, si le type d'amour ressenti n'est pas semblable au vôtre.



»»» Quelques témoignages sur l'amour au Bénin

✦ **Jeanine, 21 ans :**

<<Bon selon moi, il y a peu de jeunes hommes qui pensent être sérieux en amour aujourd'hui, et il y en a peu qui sont sincères. Ils veulent pas forcément se mettre en couple pour un avenir meilleur, mais la plupart se met en couple pour le sexe. Ils avancent comme raison la déception amoureuse qui les a choqués et ils n'ont plus pitié. Briser des cœurs est maintenant leur objectif principal.>>

✦ **Nancy, 23 ans :**

<<Pour vous dire vrai j'ai eu en réalité une seule relation amoureuse où je pense avoir tout donné mais la fin à été horrible. Donc je ne crois plus trop en amour ou me mettre en couple.>>

✦ **Astier, 32 ans :**

<<Pour moi, l'amour existe encore, mais c'est très rare. Il faut aller chercher dans un trou de fourmis pour trouver mais ça existe.>>

✦ **Malibi, 45 ans :**

<<Au Bénin, les jeunes hommes et femmes sont des délinquants sexuels. Toutes les relations sont basés sur le sexe et l'argent à obtenir. C'est dommage !>>

✦ **Isbath, 60 ans :**

<<C'est juste déplorable la manière dont les jeunes se mentent aujourd'hui. À croire que l'amour est devenu un jeu et que le plus faible est perdant.>>

Vous l'aurez compris, aujourd'hui l'amour est devenu un terrain glissant. Aimer aujourd'hui nécessite un certain moyen financier. En effet, en plus de toutes les qualités comportementales, il faut être prêt à faire les transferts MoMo de temps à autre. Cependant, si l'être aimé en vaut la peine, alors ne vous retenez pas. Vu sous cet angle, l'amour, ne s'y aventure pas qui veut, mais qui peut !

ANNUAIRE



Où manger



Où sortir



Où dormir



Où faire ses courses



Que faire à cotonou



Numéros utiles

OÙ MANGER ?



Tam Tam

Route des pêches, 500 m après station JNP à droite
Tel : +229 97 16 81 76



Airport Terrasse

Zone de l'aéroport, 2315, Cotonou
Tel : +229 54151111



Mon Général

Le Bar Restaurant Le Général vous offre un large choix en matière de plats succulent.
Tel : +229 60 07 07 08 / +229 91 90 82 03



Le Matelot

Spécialités fruits de mer. Situé dans la Haie-vive à côté de Sopal.
Tel : +229 66 07 69 99



Les Grillades D'Ayinkê

Restaurant spécialisé dans la grillade, les fast-foods, mets européens, etc. Carrefour St Michel, dernière vons avant le feu tricolore après la BOA.
Tel : +229 : 62 94 63 77



Festival Des Glaces

Ave Steinmetz Sodjeatinmè -
Tel : +229 61 61 94 94
Boulevard Steinmetz -
Tel : +229 97 47 71 49



La Martine

Restaurant - bar spécialisé en fruits de mer. Fidjrosse plage, Route des pêches, Cotonou
Tel : +229 97 48 72 94



Carpe Diem Bar

Bar à Vins & Restaurant
Située à Maromilitaire



Le kidou

Haie vive.
Tel : +229 95614483



Chez Clarisse

Maquis - restaurant : spécialités africaines et européennes ; cadre accueillant et reposant au bord d'une piscine. Camp Guezo, Cotonou.

Tel: +229 97 98 29 59



Chez Maman Benin

Une des meilleures cuisines traditionnelles de Cotonou, Rue 201A, Zongo.

Tel: +229 21 32 33 38



Les marmites de Fatou

Restaurant proposant des mets africains (spécifiquement béninois)

Tel: +22995260260



Mimi's

Scoa Gbeto

Tel: +229 97571010



Maquis du port

Boulevard de la marina.

Tel: +229 21311415



Maquis Ikoko

Cadre décoré avec goût et dispositions élégantes.

Tel: +229 63 63 14 14



Maquis la Coccinelle

C'est un maquis pas très grand dans un cadre agréable.

Tel: 229 21 30 46 35



Maquis la Fourchette

Cotonou, 1^{er} carrefour en quittant l'le complexe scolaire Saint Michel.

Tel: 94 94 94 61



Chill n grill

Piste amalco.

Tel: +229 61333344



Maquis le Talier

L'un des maquis qui offre le meilleur menu d'igname pilé à cotonou.

Tel: 229 95 06 66 40



Maquis la Marraine

C'est un lieu idéal pour des repas entre amis.

Tel: +229 97 60 53 53



Ouaga doux gouts

Tel: 229 63661876



Smile Space

En face de la mairie du boulevard Saint Michel 7ème arrondissement, Cotonou
Tel: +229 90 60 59 59



3.14 Atelier

Haie vive, Piste Amalco, Cotonou
Tel: +229 98 31 43 14



Kobe Sushi Bar - Le Kare Ebene

Restaurant au décor épuré qui propose des classiques de la cuisine japonaise.
Pat d'Oie, Lot 11, Cotonou
Tel: +229 52 40 40 40



La Sénégalaise

Rue 2100, Fidjrossé fin pavé, Cotonou
Tel: +229 64 63 80 80



La Plage, by Code Bar

Togbin plage, Cotonou
Tel: +229 96 90 10 10



Cali Cali

Plage fidjrossé, Cotonou
Tel: +229 99 02 25 36



Gaufre Coquine

Fidjrossé calvaire, restaurant fleuri en face de Sunset
Tel: +229 57 17 42 47



Le Lieu Unique

08 Bp 67, Fidjrossé calvaire, Cotonou
Tel: +229 67 54 98 58



La Cabane du pêcheur

Restaurant dans un cadre très campagne avec une construction presque entièrement faite en bambou.
Tel: +229 95 55 00 03



Le Hublot

Terrasse aérée d'où vous pouvez admirer la plage (dispose d'un Guest house.) Fidjrosse plage, Route des pêches, Cotonou.
Tel: +229 69 67 55 55



Karim 24

Cadjehoun
Tel: +229 97 96 66 66



Mc Bouffe

Ave Clozel, Cotonou
Tel: +229 97 00 00 79



Fruitizz

Steinmetz -

Tel : +229 99 09 09 49

Marie Stella, Fidjrossè route de l'aéroport, Cotonou -

Tel : +229 69 69 69 21



Le glacé

Sur les pavés de la Haie-vive en face du Calypso

Tel : +229 62 06 00 00



Ci gusta

Camp Guezo -

Tel : +229 96 39 01 01

Route De L'Aéroport, Cotonou -

Tel : +229 65 25 00 00



Pâtisserie Caramel

Tokpa oho, face centre hospitalier

Tel : 229 97011010



Le crêpeur

Place des martyrs.

Tel : +229 65630659



Cornetto

Ave clozel, ganhi.

Tel : 229 97000079



chocolate and Cake House

Ave Steinmetz Sodjeatinmè -

Tel : +229 97 34 02 55



Le Resto

Le Resto est un restaurant/café où tout le monde peut se sentir comme chez lui grâce à sa mixité.

Tel : +229 97 01 11 11

OÙ SORTIR ?

Code Bar

A coté du centre de tri postal, zone de l'aéroport, Cotonou, Bénin.
Tel: +229 96901010

Panenka

A côté de l'hôtel Résidence Céline, Fidjrossè.
Tel: +229 52616256

Le Djabi lounge bar

Boulevard de la Marina, Cotonou, Bénin.
Tel: +229 68004444

Aéroport live bar

Piste Amalco, Cotonou, Bénin
Tel: + 229 61 33 33 88

Spoon bar

Centre commercial Erevan
Tel: + 229 62 44 33 33

Bar TGV Lounge

Lounge bar avec soirées karaoké et rumba. 100m du Supermarché Franc Prix en allant vers aux feux tricolores de cadjèhoun, Cotonou.
Tel: +229 62 29 15 15

Toho Cabapapa Lodge

Espace en pleine nature, des chambres, une terrasse et un restaurant. Pahou, Abomey-calavi / Bénin
Tel: +229 96 62 84 52

City bar night club

Cocotier en face du ministère de l'agriculture et de l'élevage.
Tel: +229 97 01 11 11

Calypso lounge bar

Cadjèhoun à côté de Domino express, Cotonou, Bénin.
Tel: +229 67 15 25 25

Pacha

Avenue steinmetz même alignement que la pharmacie vogue.
Tel: +229 97 64 43 73

Le concerto

Night-Club, espace spectacle et terrasse.
Akpakpa carrefour La Roche.
Tel: +229 97 45 90 90

Sunset Restau – bar

Fidjrossè calvaire, 300 m à droite après la Pharmacie La Madone en allant vers le marché houenoussou.
Tel: +229 90 00 00 06

La Villa Classic Lounge Bar

Rue Teranga, à côté de l'hôpital SEZO, Cotonou.
Tel: +229 61 61 60 61

AgouaLand

Complexe zoologique et touristique à Togba, Abomey-calavi/Bénin
Tel: +229 51 33 99 99

🏠 OÙ DORMIR ?

HOTEL

Bénin Royal Hôtel

Maro militaire, von en face
toxi labo.
Tel : +229
65898989/97730403

Ibis hôtel

Boulevard de la marina.
Tel : +229 21304177

Novotel cotonou

Boulevard de la marina.
Tel : +229 21305662

Rivoli

Boulevard steinmeiz.
Tel : +229 21314647

Azalai hôtel

Quatier ganhi.
Tel : 229 21317200

Hôtel du port

Boulevard de la marina.
Tel : +229 21314444

Myosotis résidence hôtel

Ave clozel, ganhi.
Tel : +229 21311638

Neila hotel résidence

Pk 10.
Tel : 229 21335370/
64640303

Home résidence hôtel

Avenue canada.
Tel : +229
61008484/21300215

Hôtel du lac

Akpakpa-dodomè.
Tel : 229 21331678

Hôtel Golden Tulip

Boulevard de la Marina,
Cotonou
Tel : 229 21 30 02 00

Jardin & maison de canelya

Fidjrosse, Fiyegnon 1, BP
361/Cotonou
Tel : +229 61 30 14 14

Klik klak apparts

Avenue canada.
Tel : 229 62396363

Amazing grace résidence

Route des pêches, Cotonou.
Tel : +229 21 30 62 57

La résidence Aina

Résidence de détente + repos,
restaurant, bar et piscine.
Hévié, Abomey-calavi/Bénin
Tel : +229 54 91 98 96

Nanto Lodge

Au Centre de Natitingou
Quartier Tchirimina
Tel : 229 23 82 02 12

Auberge de Grand-Popo

Au bord de la plage à
grand-popo.
Tel : +229 64 16 64 36

La Residence Adouke

Cotonou, Rue n°366
Awlanlèko (Les Cocotiers)
Tel : +229 95 96 94 63

MOTEL ET RESIDENCE

🛒 OÙ FAIRE SES COURSES ?

Hervens Designs

MTN Joncquet,
Face au padme
Tel : 67144003

Gretta luce

En face l'église st michel.
Tel : +229
21312123/67564610

Joette fashion

Avenue steinmeiz non loin du
ciné vogue.
Tel : +229 62424545

Bel enfant chez Amélie

Voie pavée de houeyiho en
quittant vodjè pour fridjrossè.
Tel : +229 96864444

Boutique vlisco

Les cocotiers, ganhi.
Tel : 229 99992222/
96554611

Optique mobile

Sodjeatime sur l'alignement
de la pharmacie beninoise.
Tel : +229 94424498

Boutique woodin

Ganhi, bar-tito,
cadjehoun.
Tel : 22996554616/
62260065

Lolo andoche

Avenue jean paul 2 à côté d'air
France.
Tel : +229 66511568

Top sport

Camps guezo.
Tel : 229 61559555

Bisola fashion

Mro-millitaire
en face de la fédération du
côté du journal le matin.
Tel : 229 662052523

La roche

Akpakpa.
Tel : 229

Gounou

Dans les supermarchés.
Tel : 229 67119998

Expo meubles

Avenue steinmeiz.
Tel : 229 63630030



Ashab-tic Électroménager magasin de vente
d'ordinateurs de matériels informatiques et
électroménager

☎ +229 97 34 02 55

📘 Ashab-tic Électroménager

🕒 09h à 20h

📍 Abomey-Calavi



King of SOTO

supermarché du pont, mont
sinai, benin marché.
Tel : 229 4957565/94540707

Super U

erevan, akpakpa.
Tel : 229
21308440/21330566

Mont sinai

Cadjehoun.
Tel : 229 21305812

BSS supermarché

Patte d'oie.
Tel : 229 21315844

Oxygène cosmétiques

Derrière st jean baptiste.
Tel : 229
21147979/21322679

Microland

Ganhi.
Tel : +229 60006666

QUE FAIRE A COTONOU?

MANGER

Institut le Printemps

Guikomey face BGFI bank.
Tel : 229 96721713

Le Centre

Rue du collège « La Plénitude
», Quartier Lobozonekpa.
Tel : 229 62405656

Casa del papa resort & spa

Ouidah plage.
Tel : 229 95953904/ 95950911

ESTHETIQUE

M natural dreadlocks

Esplanades des banquets
ganh. Tel : 229 96750662

Grain d'esthétique

Lot 18 haie vive.
Tel : +229 97085576

Ma diva coiff

Hôtel du port.
Tel : 229 5300100/97680599

Festival des glaces

Cadjehoun, steinmeiz, cine
concorde.
Tel : 229 61617575

Espace french ongerie

Voie pavée en allant au
carrefour agontikon vers la
BOAste rita. Tel : 229
6140385/64587306

Uzuri Nail Bar

Haie vive
Tel : 229 97953838

Bab's dock

Houndodji.
Tel : 229 97970196

Lorenor coiffure

Guikomey face BGFI bank.
Tel : 229 96721713

Active africa

A côté du pont de fifadji dans
l'air de jeux AFRICALAND.
Tel : 229 67270303

Kamy's shop

3 ème boutique à gauche au
carrefour CSP en quittant toxi
labo.
Tel : 229 97893785

Forme et santé gym

Akpakpa gbèdjewin.
Tel : 229 21335004

DIVERTISSEMENTS - LECTURE - SANTE

Institut aisha

Jéricho en allant à st cécile
face statio sonacop.
Tel : 229 21328582

Bibliothèque de l'ONU

Avenue jean paul 2 à côté de
l'ex fondation zinsou

Espaces jeunesse de l'institut français

Avenue jean paul 2.
Tel : 229 65975057

Le petit sentier

Patte d'oeia côté de la clinique
mahouna.
Tel : 229 64300101

Family beach

Fridjrossè.
Tel : 229 69480505

Urban dance center

Haie vive, livingstone 2 ème
rue à gauche avant dernière
maison (blanche) à gauche.
Tel : 229 67033333

Canal Olympia

Wologuédi.
Tel : 229 94839944

El dorado beach club

Fifadji houto.
Tel : 229 97423302

Les boud'choux

Cocotier derrière la poste
cadjehoun.
Tel : 229 95951123

NUMEROS UTILES ?

Hôpitaux et Pharmacies

SAMU Cotonou : 21 30 73 36

Pharmacie Camp Guezo :
21 31 35 55

Ambulance : 21 30 17 69/21 30 09
67/21 30 14 78

Jacquot Psychiatrique : 21 30 10 44

Clinique les Grâces : 21 30 14 35

CNHU – Cotonou: 21 30 01 55

HOMEL : 21 31 31 28

Centre de Diagnostics et

d'urgences Padre Pio : 21 33 43 19

Maternité Bethesda : 21 32 29 65

Clinique les Grâces : 21 30 14 35

Service Covid-19 : 136

Hôpital de zone Mènontin : 21 38 63 85

Hôpital St Luc : 21 38 18 81

Polyclinique Atinkanmey : 63 10 01 81

Sécurité

Pompier : 118

Police Secours : 117

Commissariat Sodjeatinmè :
21 33 15 62

Commissariat central de
Cotonou : 21 30 30 25

Commissariat spécial du port :
21 31 40 64

Commissariat Agla : 21 38 17 25

Commissariat de Police
Vodjè-Houeyiho : 62 60 56 22

Commissariat du 3^e
arrondissement : 21 33 07 14

Deplacement

BENIN Taxi : 130

GO ZEM : Application mobile à
télécharger dans Play store
Sixt : 21 30 98 17

Louecars : 97 23 84 83

Les Bagnoles Motors :
21 31 00 02 / 95 16 00 02 /
97 50 70 02

Livraison

ZE'XPRESS : 63 08 24 24

Kponou Georges : 96 55 34 82

LALY EXPRESS BENIN :
60 20 03 03

COREX : 94 94 94 38

Menuiserie

MAVIB BENIN: 97 08 11 07

Grande Menuiserie Scidor :
95 56 00 17

Woodstech-Palette decor:
96 27 33 93

**HDF Alu Bénin (menuiserie
en aluminium)** : 97 85 99 39

CAPALIA IDF : 21 30 35 71

INNOTECH : 21 05 42 54 /
97 08 37 07

Déménagement

AGS Déménagement Benin:
21 33 54 03

AFRICA DEM Bénin:
60 72 34 34

**AFRICA HANDLING
LOGISTICS** : 66 96 20 22

**CARL DORK
INTERNATIONAL** :
21 30 40 73

GROUPE KAJEBAU :
21 30 50 34

GMCI LOGISTICS : 21 30 30 98

Mécanique

AutoSure: 21 30 95 13

Top Auto Service: 62 36 66 66

Garage paint: 97 99 99 27

Garage la patience du sud :
95 85 78 62

DAG Motorcycles SARL
Bénin : 62 15 33 51

ENTREZ DANS UNE NOUVELLE DIMENSION

AGENCE DE COMMUNICATION DIGITALE



NOTRE SAVOIR-FAIRE



CONSEIL
EN STRATÉGIE
MARKETING



CONTENT
MARKETING



VIDÉO
MARKETING



RÉSEAUX
SOCIAUX



RÉFÉRENCEMENT



STUDIO
GRAPHIQUE



SITE WEB &
APPLIS MOBILE



PIGE & RÉGIE
PUBLICITAIRE

✉ hello@digitxplus.digital

☎ +229 67 39 85 85

▪ ATTIRER ▪ CONVERTIR ▪ FIDÉLISER

digitxplus

DECOUVERTE



P. Lifestyle:
36 **S**téréotypes féminins :
suis-je dans l'obligation
de me marier ?

P. Célébrons
38 **L**a fête de
l'amour!

P. 2 Z NOU
39 **L**a gamme
verte

Stéréotypes féminins : suis-je dans l'obligation de me marier ?



De X siècle jusqu'en 1980, l'une des obligations de la femme était celle du mariage et de la maternité. Mais ça, c'était avant. Nous assistons au cours de ces dernières décennies, à une révolution, non seulement dans la manière de vivre mais de penser de la gente féminine. À ce jour, 35% de femmes ne se sentent plus dans l'obligation du mariage. Plus qu'un simple constat, cela est fait et ce pour de multiples raisons.

→ Un cœur fragile !

La femme peut être un condensé d'émotions. Vivant l'instant présent ou futur à 1000%, elles sont souvent les premières à véritablement souffrir lors d'une rupture amoureuse. Alors, à condition d'être addict à la douleur, peu voient la nécessité de s'engager sans arrière-pensée pour finalement être déçue. Surtout quand maman a vécu elle-même une telle trahison.



→ Maman met sa fille en garde !



Cette deuxième raison est l'une des causes prépondérantes de la difficulté constatée auprès des femmes à penser au mariage. Issus d'un foyer brisé, il est commun de voir les enfants avoir peur de répéter l'erreur des parents. Observatrices mais silencieuses, les jeunes filles ont souvent tendance à considérer les douleurs de leurs mères comme les leurs.

« Si papa, mon super-héros, m'a abandonné, pourquoi un inconnu ne me le ferait pas ? »
 Imaginez: cette assertion est nourrie depuis la tendre enfance jusqu'à l'âge adulte.
 Ajoutez-y, les profondes déceptions amoureuses, et les propos de la mère qui ne cesse de répéter à sa fille : « Les hommes sont tous des inconscients. Ton premier mari est le travail, sinon tu finiras par te retrouver seule ».

Le cocktail est en somme bien présenté pour qu'une femme en âge de se marier, prennent en compte les échecs de ses parents, et aie peur d'affronter cette situation à son tour.

➔ **Des obligations ? Non, merci**

Chers hommes, comprenez que pour une femme, le mariage peut être synonyme de : cuisine ; ménage ; ribambelle d'enfants ; repas de famille interminables ; supporter une belle-mère acariâtre ; etc

Si l'amour fusionnel n'existe pas, les deux partenaires ont tôt fait de s'en vouloir dans un tel climat. Les enfants en pâtissent dans ce genre de situation. Alors pourquoi vouloir infliger ça à sa progéniture ?



➔ **Indépendance, nous vouloir !**



Véritable self-made woman, nombreuses femmes à partir du 17ème siècle priment leur indépendance sur une quelconque envie de "s'unir pour la vie". Gagner leur argent, avoir leur appartement, s'affirmer hors d'un homme. Tous ses besoins prennent souvent source dans des conflits familiaux observés dans la tendre enfance.

➔ **Bilan**

C'est bien beau d'être indépendante, mais cette peur de l'engagement rime avec blessure et crainte de l'abandon. Nombreuses se rendent malheureusement compte (parfois trop tard), que ce risque valait bien la peine d'être pris. Alors, faute de parents ou faiblesse psychologique ?

CÉLÉBRONS

La fête de l'amour!

La journée du 14 février est consacrée à la célébration de l'amour. Les couples ont hâte de s'offrir des commodités, histoire de raviver la flamme.

Lettres d'amour, fleurs, soirées endiablées et autres démonstrations affectives étant à l'honneur, il est commun de voir les amoureux, bras dessus, bras dessous, souvent vêtus de rouge. Mais cette mythique fête cache en réalité bien des secrets !

✦ Une allusion au martyr de l'église !

Au 3ème siècle, régnait un empereur romain Claudius II, surnommé Claude le Cruel. Ce dernier avait interdit les mariages, pour encourager les soldats à partir nombreux à la guerre. Eh oui ! Sa philosophie à cette époque était simple : pas de mariage, pas de foyer, plus de soldats. Contrant la volonté de l'empereur, un prêtre continua de célébrer les mariages religieux, et ce en catimini : c'était le prêtre Valentinus. Quand l'empereur le su, il ordonna son emprisonnement et plus tard, son exécution.

Condamné à mort et donc en prison, il rencontra la fille du gardien de sa cellule. Bien que belle, cette dernière était aveugle. L'histoire raconte que quelques heures avant son exécution, il rendit la vue à la demoiselle, en lui laissant un mot : « Ton Valentin ».

Bien sûr, cette histoire semble être une légende. En 498, le pape décida de fixer le 14 février pour le jour de la St Valentin. Cette journée dite de l'amour rend en vérité hommage à quatre valentins :



- St Valentin, décapité en 270 après J.-C. ;
- Valentin contemporain du 3ème siècle ;
- l'Évêque Valentin de Terni ;
- un troisième Valentin originaire d'Afrique, mais dont on sait peu de choses.

✦ La St Valentin : une fête de substitution !

Cette célébration du 14 février aurait été créée pour remplacer une fête païenne en vigueur chez les romains : les Lupercales. Cette fête était un hommage au dieu Lupercus, dieu de la fécondité. Ce jour-là, les hommes se déguisaient et pouvaient courir dans les rues à la recherche de jeunes filles seules. S'ils en attrapaient une, la liberté leur était donnée de copuler avec. Nous ne vous en dirons pas plus. Nous nous contenterons de vous souhaiter une bonne fête de la St Valentin, selon nos habitudes.

Prunelle ADE

2 Z NOU

La gamme verte

Qui dit amour, dit romantisme ! L'entreprise que nous vous présentons aujourd'hui éveillera assurément le romantique qui sommeille en vous. Voici tout ce que vous devez savoir sur la Gamme Verte !

✓ *Des fleurs, des plantes, tout pour séduire !*

Vous l'aurez deviné, la gamme verte est une jardinerie-fleuriste qui vous propose des fleurs naturelles, des plantes décoratives et tout accessoire favorisant l'entretien de ces merveilles. L'entreprise a été créée en 2019 par Stéphanie Gnimadi Dagba, une webdesigner qui a tout laissé pour se consacrer à sa passion pour les plantes.

Après une formation au Ghana, Stéphanie revient à Cotonou et décide de lancer son entreprise : la gamme verte est née.

Pendant des années, la Gamme Verte n'existait qu'à travers les canaux digitaux tels que Instagram, Facebook, etc. En 2021, la boutique physique est inaugurée à Védoko, pour le plus grand bonheur des clients.



✓ *Le plus romantique, c'est toi !*

Pourquoi est-ce que nous parlons de la Gamme Verte aujourd'hui ? Parce que « Valentine is coming » ! C'est l'occasion parfaite pour aller faire un tour chez le fleuriste et exprimer vos sentiments à vos amis, vos parents et surtout votre partenaire, à travers des bouquets adéquats et concoctés avec soin. C'est aussi l'occasion de vous offrir des plantes afin de rénover votre intérieur.

Que vous ayez envie d'un bouquet de roses rouges, blanches, oranges ou même jaunes, la Gamme Verte est l'adresse idéale. Et si vous aimez les mélanges de couleurs, vous avez la liberté de faire vos choix. Toutefois, l'entreprise vous propose aussi des bouquets déjà composés et même des coffrets. Visitez www.lagammeverte.com ou contactez le +229 95 624 949.

Mira Montcho

Walda's

Snacks, repas sucrés-salés, cocktails.

✓ +229 52 45 45 35

Code promo:

OKKAS

Packs promo jusqu'au 14 février



Le printemps

Spa, Soins du visage et du corps, pédicure et manucure.

✓ +229 64 80 95 66

Code promo:

OKKTEMPS

- 20% de réduction sur un soin duo durant tout le mois de février

Kelly's Food

Les pâtisseries de la perfection.

✓ +229 52 28 20 23

Code promo:

OKKPERFECT

- 20% de réduction sur les cakes parfaits du 13 et 19 février 2023



5 ET  ILES



A L'ASSAUT DE LA VOILE



5 ET ILES



Découvrons ensemble le restaurant que nous avons déniché pour vous dans ce numéro : La Voile Bleue !

 **La Voile Bleue** est située à Fidjrossé fin pavé. Faites recours à Google Maps pour vous y rendre sans encombre. Le restaurant est tout de même impeccable car un distributeur automatique de billets de banque est installé au rez-de-chaussée..

Le cadre



Au top :

Le bleu est la couleur de prédilection de ce restaurant. On en retrouve partout. C'est calme et apaisant, et le mobilier ajoute une note soft au cadre ! Par ailleurs, la décoration est très belle et la propreté est de mise !



Un flop :

Les tables sont assez rapprochées les unes des autres, ce qui pourrait perturber l'intimité des couples, s'il y a de l'affluence dans le restaurant. Néanmoins, la terrasse reste disponible.



L'accueil



Au top :

Le personnel est très accueillant. Sourire aux lèvres, la serveuse nous a installé avec beaucoup de professionnalisme et de spontanéité.



Hygiène



Au top :

Le restaurant était assez propre. Les tables bien dressées et le personnel était également présentable..



Quoi manger?



La Voile Bleue propose un menu varié. Des spécialités libanaises aux mets français et africains, tout y est. Nous avons vraiment eu l'embarras du choix entre les pizzas, les fruits de mer, les grillades, etc. La carte des boissons est également bien fournie et on y retrouve toutes sortes de mixtures. Le choix est tout autant difficile au niveau des desserts !

Pour s'offrir un repas à la Voile Bleue, le budget minimum

requis par personne est de 10 000 f cfa. Nous avons finalement opté pour un steak à la sauce poivre, accompagné d'une portion de riz et d'une autre d'alloco. Pour la boisson, nous nous sommes laissés tentés par le jus d'orange.



Au top :

Le repas fut servi en un temps record. La viande était bien tendre et parfaitement assaisonnée, avec une sauce poivre qui venait relever le tout, sans pour autant agresser le palais. Les bananes plantain utilisées pour la portion d'alloco étaient bien mûres. Le jus d'orange était également bien frais et bon.

Pour les plus gourmands, ils pourraient trouver les portions d'accompagnements légèrement petites. Il faudra donc passer votre commande en conséquence.



Conclusion



La Voile Bleue offre un magnifique cadre et une gastronomie variée à ses clients. Il est idéal pour un rdv à 2, des retrouvailles en famille, des anniversaires, etc. L'expérience gustative est également au top et Oukoikan vous le recommande vivement !

Note Finale :



Mira Montcho

LES **BONS PLANS** & LES **BONS COINS**



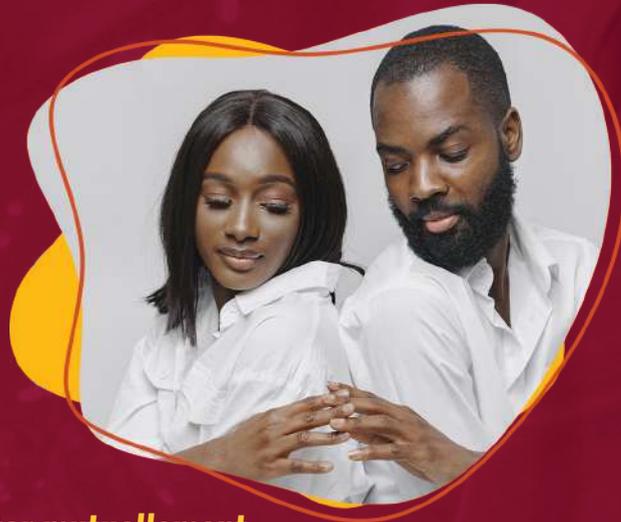
P. So cool
46 Les femmes viennent
de Vénus et les hommes
viennent de Mars

P. Les bons coins
48 Les lodges au cœur
des soirées exquises

P. On y était
50 Le FEJEM ...
Le Bénin ...

Les femmes viennent de Vénus et les hommes viennent de Mars

Lorsqu'un couple se forme, il affronte de multiples problèmes au fil du temps. Cette difficulté est issue de la différence entre l'homme et la femme. Bien que cela soit inné, la disparité comportementale n'est pas une fatalité. Explications !



→ S'accepter mutuellement

L'homme est un être assez rigoureux sur les choses tandis que la femme est émotive. En effet, les hommes se définissent par leurs compétences. Ils doivent être performants. Ainsi, toute action doit aboutir à un résultat au risque d'être une perte de temps.

Par contre, pour les dames, tout s'inscrit dans l'émotion. Elles peuvent passer une multitude d'heures à parler de tout et de rien, sans forcément trouver une solution à leur problème. Pour elles, le plus important est de partager leurs émotions.



Pour éviter que des conflits naissent, vous devez accepter cette différence naturelle. Ainsi, vous partez sur une bonne base pour que votre relation ne batte pas de l'aile au bout de quelques années

➔ **Le séquentiel et la multitâche**

L'accomplissement des tâches est aussi un élément de différenciation entre l'homme et la femme. Les dames sont plutôt multitâches alors que les hommes sont séquentiels. Autrement dit, les femmes peuvent faire plusieurs choses à la fois. Comme exemple, elles peuvent :

- mettre de l'eau sur le feu ;
- balayer la maison ;
- téléphoner à leur maman.



Ce qui peut, parfois, entraîner des conséquences négatives. Quant aux hommes, il est impossible d'être performant en remplissant plusieurs tâches simultanément. Pour cette raison, ils ne font qu'une seule chose à la fois. Par exemple, lorsqu'un homme est concentré sur le volant, il est préférable de ne pas lui parler.

La connaissance de ce principe masculin permet à la femme d'éviter d'être offusquée par certaines remarques de son homme. Mieux, elle ne lui demandera pas d'exécuter une tâche pendant qu'il en fait une autre.

➔ **Entrer dans la bulle de l'autre et le laisser s'exprimer**

Cette astuce est assez difficile d'application pour l'un et l'autre. En effet, pour l'homme tout va bien ! Cela ne signifie pas qu'il n'ait pas de problème, mais il préfère le résoudre seul. Par conséquent, il n'y a aucune raison qu'il en parle. Par contre, la femme parle beaucoup au point même d'oublier le sujet principal.

Pour vous, Messieurs, laissez votre épouse développer ses idées. Ainsi, elle se sentira écoutée et comprise. Quant à vous, chères dames, soyez douces et incitez vos hommes à se confier à vous. De cette manière, vous ne ferez qu'un lors des discussions.



La gestion relationnelle entre l'homme et la femme n'est pas aisée. Cependant, avec un peu d'efforts et assez de patience, les problèmes pourront être réglés. D'ailleurs, peu importe le chemin emprunté, la destination demeure la même : l'épanouissement au sein du couple.



Les lodges au cœur des soirées exquises

Les soirées romantiques sont importantes dans une relation amoureuse. Si l'acte est essentiel, le choix du cadre est tout aussi capital. À ce propos, les lodges sont des lieux parfaits pour une démonstration d'amour à votre partenaire. Voici la liste des meilleurs lodges au Bénin !



^ Natura Luxury Lodge

Implanté dans l'espace naturel de Ouidah, **Natura Luxury Lodge** est situé au quartier Gandomey. Il est accessible par la route des pêches, plus précisément, à 2 kilomètres après le complexe Casa Del papa. Ce complexe hôtelier est entouré de trois merveilles naturelles. Il s'agit de : la cocoteraie; la mer ; la lagune.

Grâce à cette prédisposition géographique,

cet établissement permet à ses pensionnaires de profiter des bienfaits de la côte béninoise. En plus de cela, le service est impeccable. Il existe également une connexion Wi-Fi gratuite.

> vende.danielle@hotmail.com



^ **Hôtel Germain - Ganvié Holiday Resort,**

Cet établissement est le lieu idéal pour les amoureux de l'eau et de la nature. Cet hôtel est installé sur des pilotis dans la commune d'Abomey-Calavi, plus précisément dans l'arrondissement de Ganvié.

L'hôtel Germain - Ganvié Holiday Resort offre une belle vue sur la lagune ainsi qu'un vent frais marin. L'ambiance du complexe est idéale pour resserrer les liens ainsi que

les corps. Bien que l'état du complexe semble laisser à désirer, le confort des chambres est sans pareil. Le service est également bien, surtout le restaurant dans lequel sont servis les plats locaux

✓ **+229 95573320**



^ **L'Otamhari Lodge**

Outre le sud, il existe un autre lodge dans le nord, plus exactement au pays Somba. Un petit tour à Koussoukoingou vous permettra de profiter des belles commodités de **L'Otamhari Lodge**. Son implantation en pleine nature et la forme Somba du logement en ont fait un écolodge.

Il y a été construit des douches au seuu, des toilettes sèches et modernes (ecosan).

Sa capacité totale d'accueil est de 23 pensionnaires. Le service de chambre et d'accueil est quasi parfait. Le Wifi et le restaurant sont disponibles. À ce propos, la plupart des repas proposés sont locaux.

Andric Beowulf

**ON Y
ETAIT**

Le FEJEM a fait trembler 02 villes du Bénin

Le Bénin a accueilli du 27 au 29 janvier 2023 le Festival de la Jeunesse et de la Musique FEJEM. Pour cette édition, des artistes de renom se sont déplacés pour faire vibrer Bohicon et Cotonou aux rythmes musicaux de la victoire. Etaient de la partie : le groupe Magic System, le duo Toofan, Debordo, Zeynab, Vano Baby, Ayodélé, Fanicko, Sessimé, Limac Jouvét et plein d'autres artistes. Réussite parfaite autant à Bohicon que sur la plage de Fidjrossé, ce sont les absents qui ont eu tort. Retour en images.



ON Y
ETAIT

Le Bénin s'affiche au Maroc

Après son succès fulgurant au Bénin, l'Expo Art s'ouvre au Maroc. C'est le musée Mohammed VI de Rabat qui accueille la version contemporaine de l'exposition : « Art du Bénin, d'hier et d'aujourd'hui : De la restitution à la révélation. »

Installée ce mardi 17 janvier 2023, l'expo va s'étendre sur une durée de 05 mois. On y présente plus de 100 œuvres de 34 artistes contemporains les plus confirmés du Bénin. Chaque œuvre racontant une histoire particulière, c'est à une félicité d'émotions que les visiteurs venus de toutes parts, seront exposés.

Avec ces initiatives, la beauté et la richesse culturelle du Bénin ne cessent d'être révélées au monde entier.



1^{er} générateur de leads qualifiés au Bénin et en Afrique

www.goafricaonline.com



N1 sur les moteurs de
recherche sur votre
secteur d'activité

Prospectez par emailing avec
notre base B2B et B2C de plus
500 000 contacts qualifiés

Restez connecté avec vos
prospects et clients grâce à
la messagerie en direct

Gagnez en visibilité et
renforcez votre notoriété



 contact@goafricaonline.com

   Go Africa Online