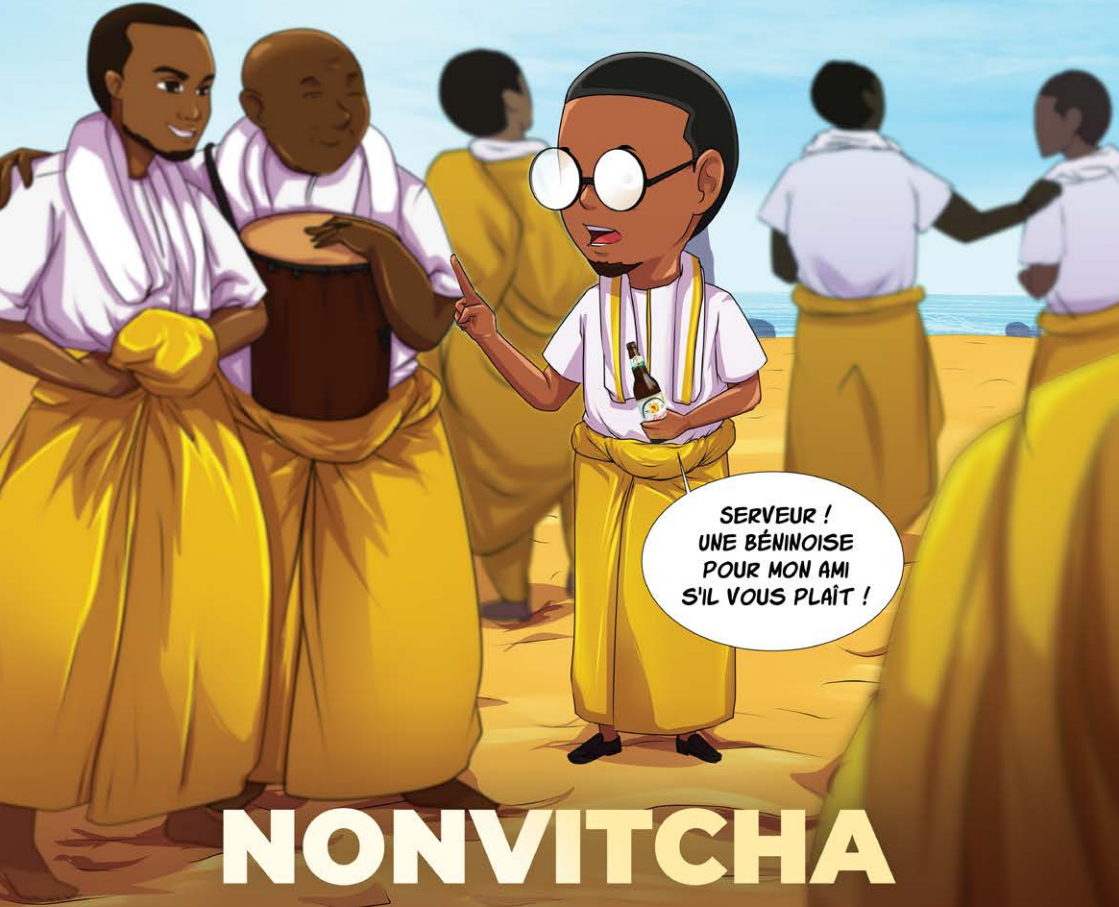


N°19 - Mai 2023



OUKOIKAN

LE GUIDE



NONVITCHA



SCANNEZ ICI POUR
TÉLÉCHARGER

P. 18 Le Grand Dossier:
**La diversité culturelle
du Centre du Bénin**

P. 45 5 étoiles:
**Un soupçon de tendresse
au Sprinkles 365**

NOS OFFRES



TARIFS MAGAZINE

1^{ERE} DE COUVERTURE (BRANDING)	01	450.000F CFA
2^{EME} DE COUVERTURE	01	350.000F CFA
3^{EME} DE COUVERTURE	01	300.000F CFA
4^{EME} DE COUVERTURE	01	350.000F CFA
EN VOGUE SUR OUKOIKAN	01	75.000F CFA
2ZNOU		50.000F CFA
ANNUAIRE (MISE EN AVANT)	01	20 000F CFA / MOIS 50.000F CFA / TRIMESTRE 180.000F CFA / AN
PLEINE-PAGE INTÉRIEURE	01	250.000F CFA
DEMI-PAGE INTÉRIEURE	01	180.000F CFA
DISTRIBUTION FLYERS		

SOMMAIRE



P.05
**CULTURE
& ART**

P.18
**LE GRAND
DOSSIER**

P.49
**LES BONS
PLANS**

P.37
**DÉCOU
VERTE**

P.45
**05
ÉTOILES**

OUKOIKAN LE GUIDE N°19
MAI 2023



Le Bénin est un pays dont un des aspects les plus fascinants reste la forte diversité culturelle. Pendant des siècles, notre nation a été un carrefour commercial important, reliant les peuples d'Afrique de l'Ouest à ceux du reste du continent et même au-delà. Les influences culturelles ont donc été échangées le long de ces routes commerciales, créant une mosaïque culturelle fascinante. Au cœur de plus de 60 groupes ethniques différents, notre particularité est la célébration de notre diversité culturelle. Bien que cette diversité soit indéniablement riche, elle est également source de défis.

Ainsi, les différences culturelles peuvent parfois conduire à des tensions et à des conflits, en particulier dans les régions où différentes communautés coexistent. Mais bien souvent, ces différends laissent place à de merveilleuses célébrations tel le Nonvitcha. Ce rassemblement qui réunit et fête l'union des peuples xwla et xwéda reste à ce jour un des meilleurs témoignages de fraternité entre les communautés du pays. C'est également une opportunité pour les visiteurs étrangers de découvrir la riche diversité culturelle du Bénin et de participer à des célébrations uniques et mémorables.

De plus, le tourisme culturel en plein essor au Bénin est la porte ouverte aux visiteurs. Ces derniers viennent découvrir les danses et les musiques traditionnelles, les fêtes et les cérémonies religieuses, ainsi que les sites historiques et les monuments. C'est la beauté de ce brassage culturel que nous vous dévoilons dans cette édition du Guide.

Dona Imelda Allosse

Bonne lecture !



Manager Général
Hiram TESSY

Directeur de Publication
Emmanuel KAVEGE

Conception Graphique & Mise en page
Emmanuel TOTIN
Ricardo CATARIA

Coordinateur en chef
Jean-Colomb ADANMAYI

Superviseuse
Dona Imelda ALLOSSE

Rédactrice en Chef
Prunelle ADE




Rédacteurs
Mirabelle MONTCHO
Andric KOUKPONOU

Pour nous contacter:

03 BP 1614
Cotonou - Bénin

+229 67 39 04 04

Site web oukoikan.cool

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



CULTURE *et* ART

P. Focus Ciné
06 Brotherhood la fraternité à tout prix

P. Focus Tourisme:
08 Natitingou la ville touristique béninoise

P. Recette De Mets
13 Le Dakouin



FOCUS CINÉ

Brotherhood

LA FRATERNITÉ À TOUT PRIX

Nollywood est une fois encore à l'honneur dans votre guide, et cette fois nous avons décidé d'aborder le thème de la fraternité. La fête de Nonvitcha approchant à grands pas, l'occasion est donc parfaite !

Avec **Brotherhood**, nous parlerons donc de deux frères que le sang unit mais que la vie elle-même oppose !

Deux frères, deux vies

Akin et Walé sont deux frères jumeaux qui ont assisté au meurtre de leurs parents alors qu'ils étaient encore enfants. Abandonnés à leur sort, ils grandissent dans la rue et parviennent tant bien que mal à s'en sortir. Walé rejoint la police, tandis qu'Akin à l'insu de son frère, devient membre des «**OjujuBoys**», un célèbre gang de voleurs.

Ayant pris leurs distances à cause des différents chemins qu'ils ont pris, le destin va confronter à nouveau les jumeaux lorsque le département de Akin se donnera pour mission de traquer les Ojuju Boys dont fait partie son frère. Le lien de sang sera-t-il plus fort que le devoir moral et civique? C'est ce que nous vous invitons à découvrir dans ce film nigérian qui a fait un carton dans les salles de cinéma.

Naija to Africa and the World

Ce thriller d'action a été produit par

Jade Osiberu. On y retrouve des têtes bien connues dans le milieu artistique telles que le chanteur **Falz**, le comédien **Mr Macaroni**, **OC Ukeje** et bien d'autres. Le personnage principal est interprété par **Tobi Bakre** qui s'est dévoilé au public grâce à sa participation à la télé-réalité **Big Brother Naija (saison 3)**. Sa reconversion dans l'acting est d'ailleurs à féliciter puisqu'il a su bien incarner son rôle.

Le film a été simultanément diffusé dans 12 pays d'Afrique dont 09 francophones. Il a reçu un accueil chaleureux et les critiques sont pour la plupart positifs. Nollywood a déjà conquis les cœurs de plus d'un et il continue sur sa lancée, pour le plus grand bonheur des cinéphiles Africains.

Brotherhood ne passe plus actuellement dans notre cinéma, mais vous pouvez le visionner gratuitement sur la plateforme **PrimeVideo**.



Mira Montcho

Natitingou

LA VILLE TOURISTIQUE BÉNINOISE

Si vous prévoyez vous rendre dans le nord du pays et plus précisément à Natitingou, alors cette rubrique vous sera d'une grande aide. Où résider? Où aller? Quelles activités faire? On vous donne absolument tous les tips pour avoir un carnet de bord fiable! Attachez vos ceintures et nous sommes partis pour un petit voyage enrichissant!



»»» Le départ

Il faut savoir que le trajet pour se rendre à Natitingou est long. Très long. On vous parle de 10 h de route. Il est donc recommandé de se mettre en route très tôt.

Le meilleur moyen d'y aller, ce sont les bus. Vous avez le choix entre plusieurs compagnies qui proposent des bus confortables, climatisés et surtout ponctuels.

N'oubliez surtout pas de remplir votre sac de snacks et d'eau, histoire de tromper la faim qui va assurément vous tenailler tout au long du voyage.



»»» Totorà Hôtel

Pour votre hébergement, l'hôtel Totorà reste l'une des meilleures options disponibles à Natitingou. Il propose un cadre plutôt idyllique notamment grâce à la verdure qui le caractérise. La vue imprenable qu'il offre sur la ville ainsi que sa belle piscine restent également des atouts majeurs.

Néanmoins, ne vous attendez pas à un hôtel 5 étoiles. Les chambres sont toutes simples mais climatisées, avec des lits cosy et de l'eau chaude disponible dans les douches. Une chose est sûre, votre hébergement sera confortable et vous serez en contact avec la nature.



»»» La gastronomie

Bien évidemment, l'hôtel dispose d'un restaurant au menu varié. Nous vous recommandons également le restaurant «Le Bélier» situé à quelques dizaines de minutes de l'hôtel. Et pour ceux qui aimeraient déguster les spécialités de la ville, la street food est votre meilleure opportunité : il existe une panoplie de coins aménagés çà et là dans les rues. De l'igname pilée, au toubani en passant par la bouillie de mil et le Watché, vous serez servis !



»»» Les activités

Il est impossible pour un touriste de s'ennuyer à Natitingou ! Entre les lieux à découvrir et les activités manuelles possibles, l'ennui n'est pas au programme. Toutefois, nous avons sélectionné pour vous 5 activités phares :

La préparation du fromage

On sait tous que le Wangashi nous vient du nord, mais savez-vous comment il est préparé ? Eh bien, vous avez la possibilité de vous rendre chez les Peuls et d'assister à tout le processus. Traire le lait, écraser la feuille qui sert à coaguler le lait, voir le Wangashi se former puis cuire lentement sur feu de bois.

À la fin, vous repartez avec un joli Wangashi bien gros et acheté à vil prix chez le fournisseur ! L'expérience en vaut la peine.



Le baobab creux

Vous êtes probablement déjà monté sur un arbre, mais êtes-vous déjà entré dans un arbre ? Sachez qu'à Natitingou, c'est possible ! Il existe un baobab qui dispose d'une grande ouverture donnant accès à son intérieur. Son histoire est d'ailleurs fascinante et les guides de la région seront ravis de vous la raconter !



Les « Tata Ossori » de Koussoucoingou

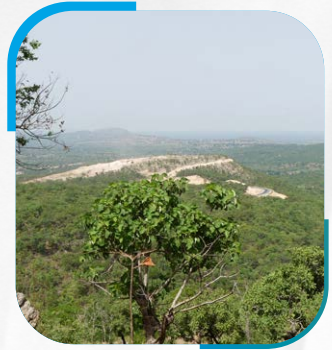
Dans le village de Koussoucoingou, les habitants vivent dans des cases appelées « tata ossori ». Oui, elles sont différentes des « tata somba » et une fois sur place, vous comprendrez pourquoi. Ces cases sont construites par les habitants eux-mêmes, sans ciment ni fer.

Pour mieux admirer l'ingéniosité de ce peuple, vous avez l'occasion d'entrer dans un « tata ossori » et d'en faire la visite complète. Si vous êtes un pur produit citadin, préparez-vous à découvrir un autre monde.



La vue panoramique de Koussoucoingou

Ce sera assurément l'une de vos découvertes favorites! Debout au bord d'un gouffre, vous pourrez admirer la chaîne de l'Atacora dans son entièreté! La vue est tellement magnifique que c'en est presque irréal. Le vent frais, la verdure qui s'étend à perte de vue, les rochers qui ornent l'ensemble, tout ça offre un paysage qui vous laissera bouche bée.



Les chutes de Kota

Ce sera la virée rafraichissante de votre séjour! C'est un chapelet de cascades que l'on prend du plaisir à découvrir. Vous vous retrouverez en plein cœur de la nature, avec la possibilité de vous baigner et de vous relaxer. Une fois encore, la verdure de l'endroit émerveille. Mais attention, le chemin pour se rendre aux chutes est assez périlleux! Il vous faudra faire appel à vos sens d'aventurier pour escalader et descendre la falaise. Aussi, il est recommandé de ne pas y aller en période sèche, si vous voulez voir les chutes d'eau couler abondamment.



***Si vous avez tout bien noté, votre carnet de bord est donc prêt!
À vous la découverte!***



Mira Montcho

LF



SERGEANT
MARKUS

— Le soldat immortel —

LANCEMENT ALBUM
VODUN
GOSPEL

📍 INSTITUT FRANÇAIS DU BENIN
20 mai 2023 à 20H30

EN PREMIÈRE PARTIE : LA RAPPEUSE SADKY

Entrée 2000F / 1000f (adhérents)

INSTITUT
FRANÇAIS
Bénin



@ddictive

Le Dakouin

Il est sans aucun doute LE repas phare de la population du Mono. Eh oui, vous l'aurez deviné, il s'agit bien du Dakouin, ce repas exquis qui allie chaleur et délices. Comme à son habitude, Oukoikan a prévu une recette simple et facile à réaliser. À vos tabliers et on est parti !

Préparation

- ✓ Lavez correctement vos poissons frais dans de l'eau salée et citronnée ;
- ✓ Écrasez vos épices, ajoutez-y une moitié de bouillon et du sel, puis utilisez la marinade obtenue pour assaisonner vos poissons. Laissez reposer 15 à 30 minutes ;
- ✓ Dans une casserole, ajoutez 2 cuillères à soupe d'huile ; versez-y la tomate fraîche, la cuillerée de tomate en boîte et le piment moulu, ainsi que les épices de votre choix. Laissez cuire pendant 15 minutes ;
- ✓ Une fois que le mélange est bien cuit, ajoutez une belle quantité d'eau afin d'obtenir une sauce ni trop épaisse ni trop liquide ;
- ✓ Mettez ensuite une feuille de laurier, la moitié restante du bouillon et du sel ;
- ✓ Lorsque la sauce est à ébullition, ajoutez vos poissons préalablement marinés et laissez cuire le tout pendant 10 minutes ;
- ✓ Retirez ensuite les poissons sans les effriter, puis réservez-les pour la suite ;
- ✓ Quant à la sauce, prélevez-en une partie et gardez-la au chaud ;
- ✓ Dans la sauce encore au feu, ajoutez du gari et remuez au fur à mesure jusqu'à obtenir du piron bien consistant ;
- ✓ Dans une assiette, mettez le piron au centre, posez le poisson frais au-dessus et renversez sur le tout la sauce préalablement réservée !

Et voilà, votre Dakouin est prêt à être dégusté !



Ingrédients

- ✓ 2 gros tilapias frais
- ✓ ½ kg de gari
- ✓ Tomates fraîches moulues
- ✓ Piment rouge moulu
- ✓ 1 c. à s. de tomate en boîte (optionnel)
- ✓ Épices (ail-gingembre-poivre-oignon-persil-céleri-thym)
- ✓ Huile d'arachide
- ✓ Bouillon
- ✓ Sel

Astuce gourmet :

Le Dakouin se digère très bien avec du bon vin de palme ! N'hésitez donc pas à vous en offrir pour une dégustation encore plus copieuse !

Mira Montcho



CHANCE

EN VOGUE SUR OUKOIKAN

MEGABOOSTER!

LA CHANCE À PORTÉE DE DOIGTS

Taper *501# pour avoir une chance de gagner 200 000f, 5 fois par jour : une offre qui fait des heureux depuis quelques mois.



LNB Chance donne l'opportunité à tous et à toutes de gagner des centaines de milliers de francs grâce à une mise de 100 francs seulement.

MEGABOOSTER redonne le sourire à celles et ceux qui tentent leur chance. Jamais gagner à un jeu n'aura été aussi facile.



Composez *501# et les 200 000 francs seront peut-être à vous...

Composez
***501#**

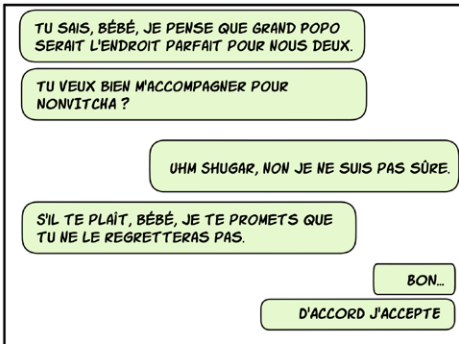
LES CHRONIQUES DE SHUGAR



FÊTCHA



SHUGAR EN PLEIN CHAT...



TU SAIS, BÉBÉ, JE PENSE QUE GRAND POPO SERAIT L'ENDROIT PARFAIT POUR NOUS DEUX.

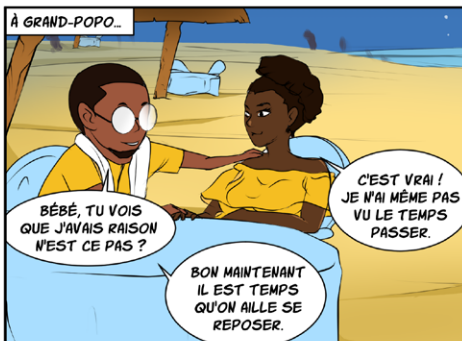
TU VEUX BIEN M'ACCOMPAGNER POUR NONVITCHA ?

UHM SHUGAR, NON JE NE SUIS PAS SÛRE.

S'IL TE PLAÎT, BÉBÉ, JE TE PROMETS QUE TU NE LE REGRETTERAS PAS.

BON...

D'ACCORD J'ACCEPTÉ



À GRAND-POPO...

BÉBÉ, TU VOIS QUE J'AVAIS RAISON N'EST CE PAS ?

BON MAINTENANT IL EST TEMPS QU'ON AILLE SE REPOSER.

C'EST VRAI ! JE N'AI MÊME PAS VU LE TEMPS PASSER.



BONSOIR, UNE CHAMBRE S'IL VOUS PLAÎT.

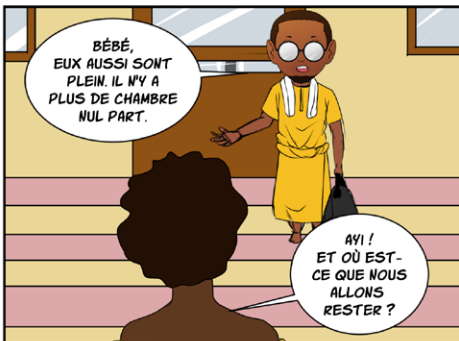
DÉSOLÉ NOUS N'AVONS PLUS DE CHAMBRE DISPONIBLE.

AH ! ÇA FAIT DES HEURES QUE JE CHERCHE UNE CHAMBRE.



OH, SI VOUS N'AVEZ PAS FAIT DE RÉSERVATION, IL VOUS SERA DIFFICILE D'AVOIR UNE CHAMBRE CE SOIR.

C'EST COMPLIQUÉ... COMMENT JE VAIS GÉRER ÇA MAINTENANT ?



BÉBÉ, EUX AUSSI SONT PLEIN. IL N'Y A PLUS DE CHAMBRE NUL PART.

AVI ! ET OÙ EST-CE QUE NOUS ALLONS RESTER ?



J'AI UNE PETITE IDÉE, JE PROPOSE QU'ON PASSE LA NUIT À LA BELLE ÉTOILE.

EH... JE SUIS UN PEU INQUIÈTE HEIN À PROPOS DES INSECTES.

NE T'INQUIÈTE PAS, JE VAIS TE PROTÉGER TOUTE LA NUIT.



APRÈS QUELQUES MINUTES DE MARCHÉ...

REGARDE, CETTE VUE. ICI SERAIT PARFAIT.

PEU IMPORTE. JE VEUX JUSTE ME POSER, JE SUIS FATIGUÉE !

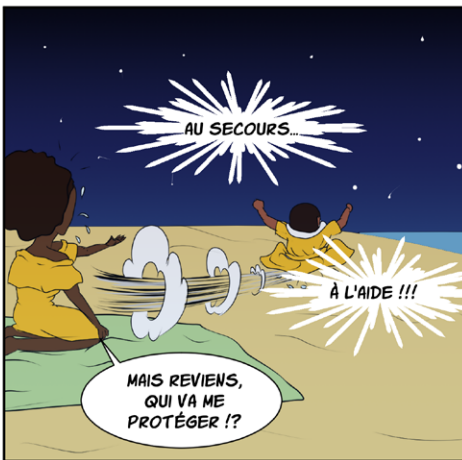
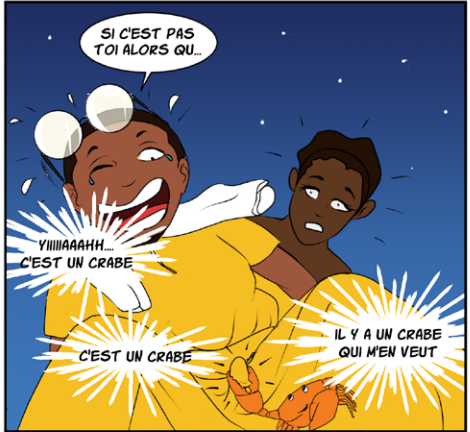
AU BORD DE LA MER...

CHÉRIE,
N'EST CE PAS
INCROYABLE CE
QUE NOUS VIVONS
ACTUELLEMENT ?

NOUS DEUX
FACE À CE CIEL
ÉTOILÉ !

OUI C'EST
TELLEMENT
ROMANTIQUE...

ON DIRAIT QUE
TOUT EST RÉUNI
POUR QU'ON PASSE
UN BON MOMENT !



LE GRAND DOSSIER



LE GRAND DOSSIER

LA DIVERSITÉ CULTURELLE du Centre du Bénin

Petit pays dont la grandeur réside dans ses archives, le Bénin est un pays riche en cultures, avec une histoire fascinante et des réalités qui ont évolué au fil du temps. Le Centre du pays est particulièrement connu pour son patrimoine culturel unique et sa

richesse artistique qui attirent une foule de visiteurs tous les ans. Ainsi, à travers ce dossier, Oukoikan vous emmène explorer la diversité culturelle de cette région à travers son peuple, ses danses, sa gastronomie et bien sûr son histoire. Prêts ? Allons-y !



Bienvenus dans le centre du Bénin!

Si vous êtes à Parakou, Abomey, Bohicon, Savalou, Covè, Allada et environs, alors vous êtes en plein cœur du Bénin ! Ce sont en effet les villes principales de la région centrale. D'ailleurs, Parakou est le centre économique et commercial mais aussi une ville universitaire du pays.

Le Centre comprend 06 départements:

La Donga, le Borgou, les Collines, le Couffo, le Zou et le Plateau.

Chacun de ces départements possède ses propres particularités culturelles et attractions touristiques, notamment des parcs nationaux, des musées, des festivals culturels, des marchés animés et des sites historiques.

Alors, connaissez-vous l'histoire de cette partie du pays ?



► Histoire ? Raconte !

Il était une fois, le centre de l'actuel Bénin ! Une région qui a été marquée par l'histoire et la culture de plusieurs empires et royaumes qui y ont laissé leurs empreintes. Cette région était le berceau du royaume du Dahomey.

Au XVIe siècle, le royaume du Dahomey s'est développé sous le règne du roi Houégbadja. Il fonda la ville d'Abomey qui, au fil des siècles, connut une croissance et une expansion territoriale importantes. Cette évolution s'est faite sous le règne du roi Agadja au XVIIe siècle. Le royaume a incorporé plusieurs royaumes, devenant de ce fait au XVIIIe siècle, un centre important de commerce d'esclaves avec les Européens.



Au XIXe siècle, plus précisément en 1894, la France entama la colonisation de la région, en établissant la colonie du Dahomey. Dès lors, le Centre du Bénin fut le théâtre de nombreuses batailles lors de la résistance contre la colonisation française, notamment pendant la guerre de résistance initiée par le roi Béhanzin entre 1892 et 1894.



Après l'indépendance du Bénin en 1960, le Centre du Bénin est devenu un pôle important de l'agriculture, de l'élevage et de l'industrie. Il a également préservé ses richesses historique et culturelle à travers des sites historiques et culturels importants. Il s'agit par exemple du palais royal d'Abomey classé au patrimoine mondial de l'UNESCO en 1985.



Mais bien d'autres facteurs font l'attrait de cette partie de notre pays.

► Mangeons !

Le Centre du Bénin est réputé pour sa cuisine savoureuse et diversifiée. Laquelle culture est principalement basée sur les céréales, les légumes, les tubercules, les épices et les condiments locaux.

Parmi les mets populaires, nous pouvons citer :

- ▲ L'akassa et la pâte de maïs qui accompagnent les sauces ;
- ▲ Le gari, une valeur sûre que l'on retrouve d'ailleurs partout dans le pays ;
- ▲ Le mantindjan dont nous vous avons déjà donné la recette ;
- ▲ Le « Kluiklui », une galette très prisée ;
- ▲ Le « vèyi », une variété de lentilles très consommée par le peuple « Adja » ;
- ▲ L'igname, tellement appréciée qu'une fête entière lui est dédiée ; Etc.

N'hésitez pas à faire le tour des stands de street-food afin de satisfaire votre curiosité gastronomique, mais surtout votre estomac. Bon appétit !



► Alors on danse !

La région n'a rien perdu de son art. En outre, les danses font partie intégrante du quotidien des habitants.

Le Tchinkounmè : c'est une danse traditionnelle du peuple Fon qui est souvent exécutée lors des cérémonies de mariage ou de funérailles. Elle implique des mouvements rythmiques de la tête et des épaules, accompagnés de chants et de tambours.

Le Agbadja : c'est une danse du peuple Adja qui est généralement exécutée lors des fêtes de fin d'année. Elle implique des mouvements rapides des jambes et des bras, avec des acrobaties impressionnantes.



Le Guèlèdè : Il s'agit ici d'une danse jadis rituelle. A l'origine, elle avait pour but de régler les problèmes comme la stérilité, la folie, les maladies graves ou la mort. On aborde ainsi la communauté Nago qui autrefois était matriarcale. Les masques Guèlèdè sont donc des représentations de visages de femmes parés de beaux accoutrements. Pour apporter solutions aux litiges ou querelles de la communauté d'alors, l'on sortait les masques pour une cérémonie énergétique en danse sacrée. Aujourd'hui, le culte des Guèlèdè continue même s'il laisse place à un aspect plus culturel que sacré.



Le Zinli : cette danse nécessite un rythme et une combinaison de pas d'une certaine particularité. Selon l'événement au cours duquel elle est exécutée, elle peut traduire la joie, la tristesse et bien d'autres émotions. Chacune de ces danses donne de la couleur à la région et est représentative de sa richesse artistique.

► Ici, on se comprend tous !

Dans cette région, on remarque la coexistence de nombreuses ethnies, langues et traditions différentes, chacune avec sa propre histoire et son propre héritage culturel. Les principales ethnies de la région sont les Fon, les Yoruba, les Bariba, les Dendi, les Mahi... qui se distinguent souvent par leurs langues, leurs costumes et leurs pratiques religieuses. Généralement, chaque ethnie a un talent particulier. Par exemple, si les Fon fabriquent les meilleurs « afitin » (une moutarde locale), les

Mahi ont les meilleures ignames de la région. La complémentarité est donc l'élément clé du maintien de la paix qui règne. Les habitants sont fiers de leur patrimoine et de leurs traditions.



Fort heureusement, la conservation des traditions n'a pas empêché les habitants d'ouvrir leurs esprits. Ainsi, soyez sans crainte: si vous ne comprenez aucune des langues locales, vous pouvez très bien vous exprimer en Français et vous faire comprendre !

► Le saviez-vous ?

Si l'on se réfère au nom «**Danhomey**», les habitants de la région centrale du Bénin vivaient actuellement « dans l'estomac d'un serpent ». Eh oui, telle est la traduction littérale du nom qui fut auparavant attribué au royaume.

Alors, agréable visite et attention à ne pas se retrouver sous les crochets dudit serpent ! (LOL)

A très bientôt, chers lecteurs, pour un nouveau bain de culture dans le Sud et le Nord du pays !



Mira Montcho

BROWN ANGEL
& BLACK ARMADA
PRÉSENTENT
EN COPRODUCTION AVEC
CANAL +

KADHY
TOURÉ

CHEICK
YVHANE

KADER
GADJI

EVE
GUEHI

MICHEL
BOHIRI

MARABOUT

UN FILM DE KADHY TOURÉ
& LUIS MARQUÈS

Chéri

DÈS LE 28 AVRIL AU CINÉMA

SCÉNARIO DE LAURENT D'HOISE. SUITE D'UNE TRÈS CÉLÈBRE SÉRIE DE KADHY TOURÉ. MUSIQUE D'ACQUIL AZIZ DJALLO. SON VOLFREDI KAMBA. MONTAGE ACHILLE DJANFARA. MONTAGE ZIPPER. MIX OLIVIER SCHOENJUN. PRODUIT PAR AXEL CHYPIU & KADHY TOURÉ.
EN PARTENARIAT AVEC FONSGIC CLAP ACP, EUI, L'OFI ET TV5MONDE. UNE COPRODUCTION BROWN ANGEL, BLACK ARMADA, LES FILMS DU ORDONNANCE.



CANAL+

TV5MONDE

FONSGIC

CLAP ACP



DANS VOTRE SALLE

CANAL LYMPIA
WOLOGUEDE

ANNUAIRE



Où manger



Où sortir



Où dormir



Où faire ses courses



Que faire à cotonou



Numéros utiles

OÙ MANGER ?



Face à la Mer

Restaurant, bar et lounge.
Fidjrossè route des pêches.
Tél : +229 90 39 03 03



Airport Terrasse

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



Sprinkles 365

Restaurant et coffee shop au
quartier Les Cocotiers.
Tél : +229 96 22 22 29



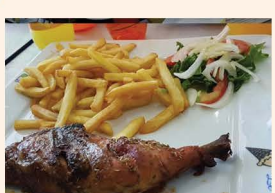
Le Matelot

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



La Brochetterie

Spécialités brochettes. Agla, 02
rues après le CEG l'Entente.
Tél : +229 90 61 60 60



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.

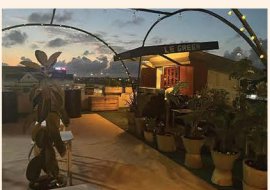
Tel: +229 21311415



Maquis Ikoko

Cadre décoré avec goût et dispositions élégantes.

Tel: +229 63 63 14 14



La vespa

Restaurant atypique italien.

Cotonou, 200 m du centre commercial Erevan.

Tél: +229 52 07 33 33



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



Restaurant Chez Nous

Fidjrossè calvaire, rue de l'église catholique St François d'Assise.

Tél: +229 95 06 06 82



Maquis la Marraine

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

Tel: +229 97 60 53 53



Smile Space

En face de la mairie du boulevard Saint Michel 7^{ème} arrondissement, Cotonou

Tel: +229 90 60 59 59



Mc Bouffe

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



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, Fidjrossè 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 fidjrossè, Cotonou
Tel : +229 99 02 25 36



Gaufre Coquine

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



Le Lieu Unique

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



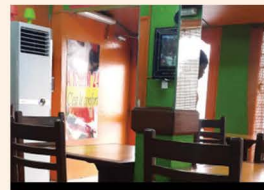
La Cabane du pêcheur

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.) Fidjrossè plage, Route des pêches, Cotonou.
Tel : +229 69 67 55 55



Karim 24

Cadjehoun
Tel : +229 97 96 66 66



Kelly's Food BENIN

Pâtisserie et Viennoiseries en ligne
Tel : +229 52 28 20 23



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

Calypso lounge bar

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

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

Panenka

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

Home Résidence

Boulevard du Canada.
Tél: +229 61 00 84 84

Le Six rooftop

Lounge Bar du Nobila airport hotel.
Tél: +229 96 65 33 83

Jammin Bar

Bar Reggae/Rock à Cotonou Fidjrossè.
Tél: +229 67 51 18 35

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

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

The Garden

Rooftop-bar situé à 200m du côté opposé au CEG Yagbe Akpakpa.
Tél: +229 90 00 56 56

Le concerto

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

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

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 millitaire, 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

Nanto Lodge

Au Centre de Natitingou
Quartier Tchirimina
Tel : 229 23820212

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

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

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

Microland

Ganhi.
Tel : +229 60006666

QUE FAIRE A COTONOU?

MANGER

Institut le Printemps

Guikomey face BGF 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
ganhi. 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 agentikon 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 BGF 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 taxi
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'oiseau 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 : 51 04 00 00

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: 94 01 88 43

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

Pompiers : 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

NOUVEAU FORMAT

Le goût d'une vraie bière!



**50
CL**

**Doppel Munich
LAGER**



100% PUR MALT

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION



DECOUVERTE



Perfect! 👍



Love it! 😍



P. Lifestyle:
38 **Influenceurs**
le marché de dupes

P. 2 Z NOU
40 **Hanzo Graphics : la communication à travers les objets!**

P. Célébrons
41 **Le Nonvitcha une rencontre culturelle !**

Lifestyle

Influenceurs le marché de dupes

L'ère du digital a incrusté les réseaux sociaux au cœur de notre quotidien. Évidemment, cela a créé l'avènement de nouveaux métiers tels que celui d'influenceur. Et ces influenceurs, ils sont partout, toujours avec de nouvelles stratégies pour amasser le plus de followers possible ! Mais entre publicités, mensonges et tromperies, on ne sait plus s'il faut considérer cette affaire comme un métier ou plutôt comme une arnaque.



→ Influenceurs ou mythomanes ?

Au départ, il s'agissait uniquement de suivre la vie de ces personnalités publiques sur les réseaux. Mais au fil du temps, on est passé du simple divertissement à un métier salarié. Et pour ce salaire, les influenceurs sont prêts à tout. Ils collaborent avec des entreprises non reconnues, font la promotion de produits non certifiés, d'opérations chirurgicales dangereuses, etc. Pire, ils créent de nombreux complexes à cause de leurs vies luxueuses et de leurs corps modifiés qui ne semblent souffrir d'aucune imperfection.

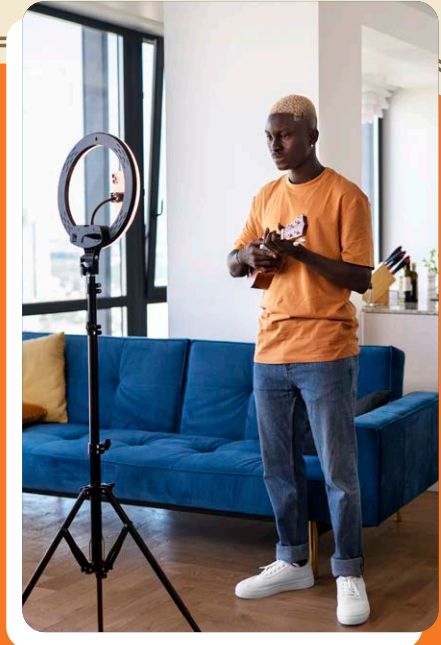
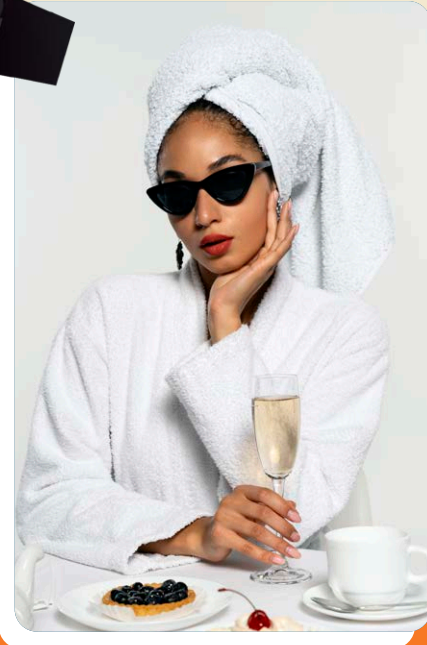
Évidemment, la réalité n'est clairement pas aussi parfaite, puisque dans le secteur, les scandales ne manquent pas. Entre

les faux sacs de marque, les retouches abusées et les revenus qui ne sont pas en adéquation avec leur mode de vie, les influenceurs mentent beaucoup ! Il faut avouer que dans ce métier, les femmes ont le plus de succès ! Toujours entre deux avions, sur des yachts ou en exploration du monde, on se demande généralement d'où vient tout cet argent. Oui, les partenariats sont rémunérés. Mais beaucoup pensent que le terme « influenceuse », surtout en Afrique, n'est que la façade d'une pratique bien connue: la prostitution. Des escortes aux sugar-baby, on retrouve une panoplie d'étiquettes sous la bannière « influenceuse ». Mais ça c'est un autre débat !

→ Une régulation en vue !

En France, un complément d'enquête sur les influenceurs a été réalisé et diffusé sur internet. On y voit des influenceurs, tels que Milla Jazmine, confrontés à leurs propres mensonges. La vidéo a fait le tour de l'actualité pendant plusieurs jours, alimentée par les constantes piques du rappeur Booba qui a déclaré la guerre aux influenceurs depuis quelques mois !

Une chose est sûre, le métier n'est pas prêt de disparaître, mais on peut réguler ce secteur pour un meilleur suivi. Par exemple, suite à de nombreuses plaintes de la population, l'Etat Français a décidé de renforcer l'encadrement de la chose afin de mettre fin aux placements mirobolants. À quand le tour des États Africains ? C'est la question que l'on se pose à présent !



「2z nou」

Hanzo Graphics

la communication à travers les objets!



Yvan Percé Ligan est titulaire d'un Diplôme de Technicien Industriel. À la suite de ce parcours, il suit dans un premier temps une formation en maintenance informatique réseau, puis une seconde formation en sérigraphie et en graphisme. Mû par sa volonté d'entreprendre, il crée en 2018 l'agence de réalisation de gadgets de communication, Hanzo Graphics. Cette agence œuvre pour devenir incontournable dans ce secteur dans la sous-région.



● Un chemin de vie !

« Je n'ai pas véritablement choisi cette profession. C'est la vie qui l'a choisie pour moi. Je me suis senti tout de suite à mon aise dans ce nouveau métier, et c'est avec un grand plaisir que je continue » affirme Yvan Percé Ligan avec fierté.

Ainsi, Hanzo Graphics se spécialise aussi bien dans le secteur des impressions (t-shirt, casquettes, ...) que dans la réalisation d'enseignes lumineuses, signalétiques, de branding, voire de décoration sur les événements et la décoration d'intérieur.

● Une agence, une ambition !

Le promoteur de Hanzo Graphics s'attèle à offrir un service de qualité irréprochable

et personnalisable à sa clientèle dans le but de devenir incontournable dans son secteur d'activité. « Le client n'est pas juste un client. Il devient un partenaire » assure avec conviction ce jeune entrepreneur.

Son agilité et son savoir-faire dans le domaine lui valent d'ailleurs des collaborations avec l'entreprise de boissons de rafraîchissement Kwabo, la Banque BSIC, l'agence de communication digitale DigitXPlus, etc.

Hanzo Graphics est située à Ste Rita, dans la rue du Bar « Station Continue ».

+229 96 63 82 55
HANZO_GRAPHICS

Mira Montcho

「Célébrons」

Le Nonvitcha une rencontre culturelle !

Nonvitcha, pour ne pas dire en français : "Unis dans la fraternité". Célébration culturelle d'exception, le programme est pris sur le terroir, et ce, pour le jour de la Pentecôte. Alors, tous s'habillent en mode "enco", et direction Grand-Popo. Mais à l'entame, que faut-il savoir de cette fête ?

Les origines du Nonvitcha

De genèse, Nonvitcha n'était pas une fête. C'est une association à but non lucratif, qui voit le jour en 1921. Mais la première célébration se fera en 1923. Oeuvre d'Adolphe Gnansounou Akpa, la fête du Nonvitcha avait initialement pour but de pallier le manque de solidarité entre les peuples Xwla et Xwéda.

Désormais fête nationale

La fièvre du Nonvitcha s'étend désormais à tout le Bénin et promeut l'unité entre toutes les communautés de ce pays. Nombreux seront subjugués par la coalition, l'harmonie et la bonne humeur qui se dégage en ce jour. Parez-vous donc du tissu choisi et direction Grand-Popo.



Zoom

La Coexistence

50 m pour célébrer l'harmonie culturelle au Bénin

Le Bénin a inauguré ce 04 mai 2023 une œuvre monumentale. Il s'agit de « La Coexistence », une fresque murale réalisée par le street artiste brésilien Eduardo Kobra.



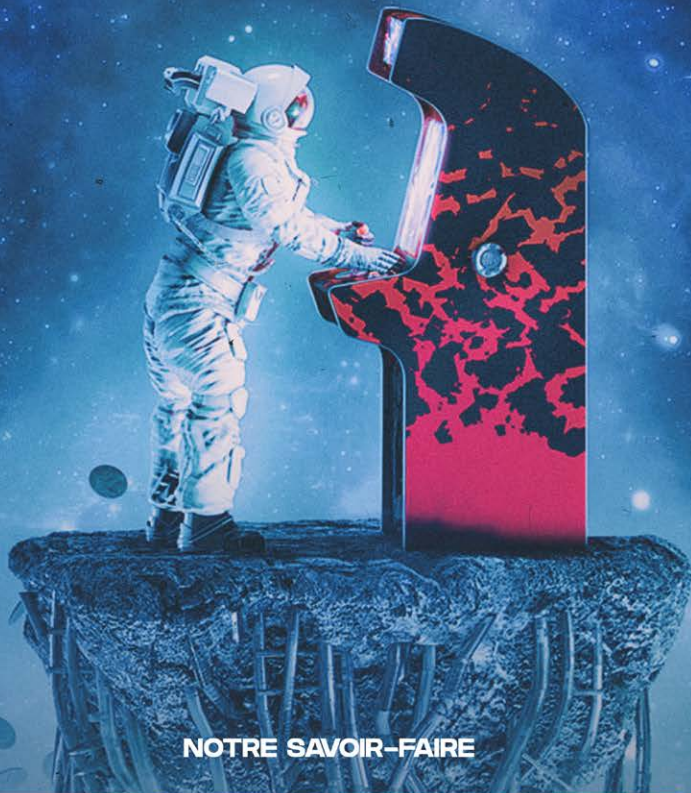
Cette œuvre, qui mesure 50 mètres de large sur 13 mètres de haut, représente 12 personnages venant de différentes cultures, vêtus selon leur religion et symbolisant les 12 départements du pays. Elle célèbre l'harmonie qui règne au Bénin malgré la diversité de sa population.

Par ailleurs, cette œuvre représente des personnages main dans la main, le regard tourné vers un Bénin prospère qui sort de l'anonymat et se révèle au monde entier.



ENTREZ DANS UNE NOUVELLE DIMENSION

AGENCE DE COMMUNICATION DIGITALE



NOTRE SAVOIR-FAIRE

 <p>CONSEIL EN STRATÉGIE MARKETING</p>	 <p>CONTENT MARKETING</p>	 <p>VIDÉO MARKETING</p>	 <p>RÉSEAUX SOCIAUX</p>
 <p>RÉFÉRENCEMENT</p>	 <p>STUDIO GRAPHIQUE</p>	 <p>SITE WEB & APPLIS MOBILE</p>	 <p>PIGE & RÉGIE PUBLICITAIRE</p>

✉ hello@digitxplus.digital

☎ +229 67 39 85 85

▪ ATTIRER ▪ CONVERTIR ▪ FIDÉLISER

digitxplus

5 ET  ILES



**UN SOUPÇON DE TENDRESSE
AU SPRINKLES 365**

5 ET ILES



Un soupçon de tendresse au Sprinkles 365

Notre amour de la gastronomie nous mène aujourd'hui vers une destination de standing : le coffee shop et restaurant « Sprinkles 365 ». Pour s'y rendre, il suffit d'emprunter la rue du ministère de l'agriculture, de l'élevage et de la pêche au quartier Les Cocotiers.



Le cadre



Au top :

Le restaurant dispose d'une terrasse qui donne sur la cuisine et le barbecue. Soft et reposant, l'espace est adapté aux petites réunions d'affaires. L'intérieur est aménagé avec un style élégant et fin. Les luminaires donnent un effet soft et cosy. Ceci ajouté à la pâtisserie incluse, on a vraiment l'impression d'être dans un restaurant européen.



L'accueil



Au top:

Le serveur qui nous a installé est resté très courtois et avenant. Etant seul, il s'est excusé du léger retard concernant la prise de la commande. Il était accueillant, poli et plutôt réactif.

Le point faible étant la lenteur de la prise de commande puisqu'il était apparemment seul.



Hygiène



Au top:

L'espace est simple et épuré. Les sièges sont bien nettoyés et le personnel passe mettre un coup de torchon après le départ de chaque client.



Quoi manger?



Le menu du Sprinkles 365 est constitué majoritairement de repas européens (pizza, pâtes, salades, boissons et pâtisseries). Nous avons donc penché pour des Tagliatelles Chicken Alfredo. Boisson : Un cocktail Curaçao bleu au sprite.

Le temps de service était de 15 mins. Une fois servis, première remarque : l'assiette était simple et jolie. Le dressage sobre rendait le plat appétissant. Quant à la cuisson, les pâtes étaient al dente : une cuisson parfaite et le poulet était bien tendre.

La sauce Alfredo lisse et onctueuse avait un assaisonnement léger et doux. Ces divers détails rendaient le plat équilibré au niveau du goût.

Notre plat de tagliatelles au poulet et sauce Alfredo était donc simple, délicieux et étonnamment copieux.

En ce qui concerne le cocktail, le goût du sprite prédominait. Nous avons donc l'impression de boire du sprite coloré en bleu.





VERDICT :

L'expérience au Sprinkles fût intéressante. Le style du restaurant convient parfaitement aux personnes désireuses de manger dans un environnement calme. Le repas fût aussi simple que la qualité de l'accueil et du décor. Nous avons bien mangé mais l'expérience manque de touche chaleureuse. Faites-y un tour !

NOTE FINALE :

7,5
—
10



LES BONS PLANS & LES BONS COINS



P. Les bons coins
Les Centres de Loisirs

P. So cool
Nos astuces pour passer
un Nonvitcha d'exception !

Les Centres de Loisirs

Après l'effort, le réconfort. A la gym, dans un restaurant ou dans n'importe quel lieu de divertissement, il est important de prendre du temps pour soi. À cet effet, nous avons déniché pour vous 04 centres de loisirs d'exception qui vous permettront de passer d'agréables moments seul, entre amis ou en famille.

→ Le Delta Game Park

Situé à Djeffa, ce centre de loisir est un parc d'attraction idéal pour les amoureux de sensations fortes. Pourvu de manège pour les plus petits et pour les adultes, les férus de quad, de rolling car, de basketball arcade game, de trampoline ou encore de jeux vidéo pourront se récréer jusqu'à épuisement. Cerise sur le gâteau : un restaurant est disponible sur place pour vous permettre de refaire le plein d'énergie. **Le Delta Game Park est situé au 2^{ème} carrefour après le péage de Djeffa (à gauche). Il est joignable au 51019352.**



→ Le Holy Land Parc

Toujours sur une note de détente, le Holy Land Parc ouvre ses portes pour toute la famille. Pourquoi visiter le Holy Land ? Pour bénéficier d'un programme assez distrayant. En effet, après avoir effectué un tour de manège, piqué une tête dans la piscine du parc, vous pourrez profiter de la restauration disponible au sein du centre. Notez que cette aire de loisir est aussi pourvue d'une salle de fête adéquate pour toutes vos célébrations. **Retrouvez le Holy Land Parc à Calavi-Kpota (à proximité de l'Église Catholique Sainte Bakhita). Ce centre est joignable au 95869776.**



→ Le Centre des Tortues

Ce lieu est le cadre adéquat pour allier pédagogie et distraction. Idéal pour toutes les sorties de groupes, ce parc animalier est un centre de protection des tortues marines. Initié par l'ONG Nature Tropicale, ce Centre a pour objectif de recueillir les œufs des tortues venant pondre sur la plage. Une fois recueillis, les œufs sont incubés puis libérés en mer après éclosion. **Ce cadre hautement écotouristique est situé à Akpakpa et est joignable au 95409414**



→ Le Bab's Dock

Joignable au 97970196 et situé à Cocodji, ce centre de loisir est conçu pour votre plaisir éco-nautique. Accessible à 2500 FCFA et gratuit d'accès aux enfants accompagnés de leurs parents, il est ici question de vivre des moments de relaxation, de détente en proximité avec la nature.

La voile, la navigation sur pirogue ou dans un canoë sont incluses dans le programme des activités. Cette promenade vous permettra en outre de contempler en toute quiétude la mystérieuse beauté du lac. Aussi, grâce au restaurant disponible sur place, dégustez les fruits de mer (spécialité de la maison) et des boissons naturelles.

Autres activités à prévoir au Bab's Dock : faire de la balançoire, la pêche et bien sûr de la baignade.



So Cool

Nos astuces pour passer un Nonvitcha d'exception !

La fête de Nonvitcha est une célébration traditionnelle importante au Bénin qui offre une occasion unique de plonger dans la culture locale et de vivre une expérience inoubliable. Pour profiter au maximum de cette fête annuelle, il est essentiel d'avoir certaines astuces et de les appliquer. On vous dit tout ici !



→ Tous en mode enco

La célébration officielle de la fête de Nonvitcha était à l'origine fixée au dimanche de Pentecôte. Au fil des années, cette fête traditionnelle a été modernisée et s'étend désormais sur plusieurs jours. Elle se tient à Grand Popo, où un espace dédié est réservé pour accueillir les différentes manifestations : les conférences, les soirées dansantes, les compétitions sportives, les représentations culturelles, etc.



Pour l'occasion, l'association éponyme sélectionne un tissu pagne plusieurs mois à l'avance. Les divers invités devront donc se procurer ce tissu et le confectionner afin de l'enfiler le jour J. Ainsi, Grand Popo vibre au même rythme et surtout aux mêmes couleurs, durant le Nonvitcha.

→ S'y rendre en groupe

Si vous souhaitez vivre le Nonvitcha dans une ambiance conviviale et chaleureuse, il est judicieux de s'y rendre en groupe. Vous aurez la possibilité de partager les frais de voyage, de rencontrer de nouvelles personnes et de bénéficier d'un soutien mutuel tout au long de votre séjour. Vous devez réserver votre hébergement à l'avance, car qui dit Nonvitcha dit également « foule ». Et croyez-nous, vous n'avez pas envie d'errer dans les rues ce jour-là à la recherche d'un logement.



En groupe, les commentaires vont bon train durant le trajet. De plus, vous pourrez faire une immersion dans la culture locale en participant aux différentes activités proposées pendant la fête de Nonvitcha.

→ Où rester ?



Pour profiter pleinement de la célébration du Nonvitcha, il est important de trouver un hébergement adapté à vos besoins et à votre budget. Heureusement, Grand-Popo offre une variété d'options en matière de résidence, allant des hôtels de luxe aux chambres d'hôtes plus modestes. Si vous recherchez un logement confortable et élégant, les hôtels de la région seront probablement votre meilleure option. Vous pouvez choisir parmi une panoplie de complexes hôteliers haut de gamme, tels que l'hôtel Awalé Plage, qui proposent des cadres modernes et luxueux.



Pour ceux qui ont un petit budget, il est préférable de se tourner vers les chambres et les maisons d'hôtes. Les auberges de jeunesse et les campings restent également une option fiable.

→ Où manger ?



Il y a plusieurs endroits où vous pourrez déguster des plats traditionnels béninois et internationaux pendant la fête de Nonvitcha. En tant que ville côtière, Grand-Popo offre une variété de fruits de mer, tels que le poisson, le crabe, le homard et les crevettes. Vous pourrez les déguster dans les restaurants en bordure de mer et sur les petits stands de nourriture qui jalonnent la plage.

Et voilà ! Vous avez tout ce qu'il vous faut pour passer un Nonvitcha d'exception ! Bonne fête !



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



devient ...



spiro 