

# LE GUIDE

 OUKOIKAN

# PAIYA GANG



SCANNEZ ICI POUR  
TELECHARGER

**P.** **LE GRAND DOSSIER**  
**12** LES MEILLEURES  
DESTINATIONS POUR  
DES VACANCES DE  
RÊVE AU BÉNIN

**P.** **LIFESTYLE**  
**20** LES MBENQUISTES  
FACE AUX AMANTS  
DU PAYS

# SOMMAIRE

06

## FOCUS CINE

JAGUN JAGUN, une épopée nigériane sur Netflix



08

## ZOOM

Mur graffé : le port de Cotonou, miroir de l'art et de la culture béninoise



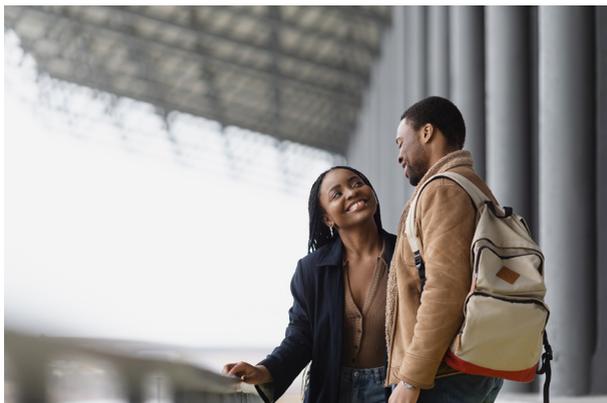
12

## LE GRAND DOSSIER

Les meilleures destinations pour des vacances de rêve au Bénin



# SOMMAIRE



## 20 LIFESTYLE

---

**Les mbenguistes face aux amants du pays**

## 22 Z Z NOU

---

**Kouleurs d'Afrik :**  
révéler la beauté  
de l'artisanat  
africain



## 26 5 ETOILES

---

**Le KOBE SUSHI  
BAR :** le Japon  
à Cadjèhoun

## APRÈS L'EFFORT, LE RÉCONFORT...

**C**hers lecteurs, chaque saison de l'année apporte un changement, un souffle nouveau. Alors que les rayons ardents du soleil de juillet illuminent nos journées, l'appel des vacances se fait irrésistible. C'est cette période tant attendue de l'année où nous pouvons enfin échapper à la routine quotidienne, nous déconnecter des impératifs professionnels et nous offrir le luxe de la détente.

Les vacances ne sont pas simplement une pause dans notre calendrier, elles sont une véritable invitation à explorer des horizons nouveaux, qu'ils soient lointains ou proches. C'est l'occasion de s'immerger dans des cultures différentes, de savourer des cuisines exotiques, ou tout simplement de se laisser aller à la douceur de ne rien faire.

Néanmoins ces moments de repos ne sont pas uniquement synonymes de voyages. Ils peuvent également être une opportunité précieuse de redécouvrir notre environnement immédiat, de porter un regard neuf sur les paysages familiers qui nous entourent. Ceci pour renouer avec notre pays et profiter pleinement de ce qu'il a à offrir.

Dans ce numéro spécial vacances, nous vous emmenons au cœur des réalités de la saison. Entre le retour en grande pompe de nos chers

amis les « mbenguistes », et les adresses incontournables pour des vacances idylliques, vous serez servis. Entre mets délicieux, cinéma et astuces de relaxation, aucun obstacle ne sera trop grand pour profiter pleinement de vos vacances.

Cette édition est le reflet du fameux dicton : « Après l'effort, le réconfort ». Bonnes vacances à tous!

*L'équipe rédactionnelle.*

### L'ÉQUIPE

**Manager Général**  
Hiram TESSY

**Directeur de Publication**  
Emmanuel KAVEGE

**Conception Graphique  
& Mise en page**  
KOKOYE Tenet

**Coordinateur**  
Jean-Colomb ADANMAYI

**Rédactrice en Chef**  
Abishag BANKOLE

**Rédacteurs**  
Melyssa COSSOU

### Pour nous contacter :

03 BP 1614 Cotonou - Bénin  
+229 67 39 04 04

**Site web** oukoikan.cool

   oukoikan officiel

# 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

# Jagun Jagun

**une épopée nigériane sur Netflix**

**L**e cinéma nollywoodien a connu une évolution remarquable depuis ces débuts modestes. Aujourd'hui, ces l'une des plus grandes industries cinématographiques du monde.

De ce fait les productions Nollywood sont diffusées sur les grandes plateformes de streaming telles que Netflix. Dans ce numéro de focus ciné, nous vous proposons de découvrir « Jagun Jagun », un film épique qui a fait sensation depuis sa sortie sur Netflix.



### **Un scénario des plus captivants !**

Jagun Jagun » est une épopée palpitante qui transporte dès les premières minutes dans un univers de mythes et de légendes. En effet, « Jagun Jagun » qui signifie « Guerriers des Guerriers » en langue Yoruba, raconte l'histoire de Gbotija, un jeune homme ambitieux qui aspire à devenir un grand guerrier. L'histoire de déroule dans un royaume fictif inspiré de traditions yoruba et suit Gbotija alors qu'il se lance dans une quête périlleuse pour prouver sa valeur et son courage.

En plus de son abnégation et son sens élevé de la justice, le jeune homme possède un don assez particulier : celui de communiquer avec les arbres.

Un don qui lui sera d'une grande aide dans son parcours d'apprenti guerrier. Au fil de son aventure, Gbotija doit affronter des ennemis redoutables, déjouer des complots et naviguer dans un monde de pouvoirs mystiques.



### Réalisation et impact culturel

Le film explore des thèmes universels tels que la bravoure, l'honneur, et la quête d'identité, tout en ancrant l'histoire dans des éléments culturels spécifiques à la société yoruba.

Les réalisateurs Tope Adebayo et Adebayo Tijani, ont su capturer l'essence de la culture nigérienne et créer une ambiance

authentique et immersive.

Les paysages somptueux, les costumes traditionnels et la musique envoûtante contribuent à rendre le film visuellement impressionnant.

Ainsi, depuis sa sortie sur Netflix, « Jagun Jagun » a reçu des critiques positives pour sa narration et sa mise en scène

captivante. C'est d'ailleurs ce qui lui a valu tout son succès.

En effet, deux semaines après sa sortie, « Jagun Jagun » figurait dans le top dix des films les plus populaires sur Netflix. Les statistiques prenaient en compte 18 pays dont le Nigéria, les Etats-Unis, le Royaume-Uni, la Libye et le Canada.

Pour finir, « Jagun Jagun » n'est pas seulement un film ; c'est une célébration de la culture nigérienne et une invitation à découvrir les richesses de la tradition yoruba.

Avec son mélange de drame épique, de mysticisme et de performances puissantes, ce film est une addition précieuse à la collection de contenus internationaux de Netflix. N'hésitez donc pas à le découvrir !



ZOOM



## **Mur graffé : le port de Cotonou, miroir de l'art et de la culture béninoise**

Ces dernières années, le tourisme au Bénin connaît une croissance fulgurante grâce aux différentes actions menées dans ce domaine. La restitution des objets d'art au Bénin et la construction de monuments emblématiques comme la place de l'amazone sont autant de projets qui attirent des curieux. Dans ce zoom, nous nous intéressons au mur graffé du port de Cotonou qui valorise la culture du pays et le talent des artistes.

### **Un projet d'envergure qui contient plusieurs phases de réalisation**

Les belles fresques qui recouvrent le mur du port de Cotonou appartiennent à un projet initié à l'occasion de la 8ème édition du festival Effet Graff. Depuis son lancement en 2022, il a connu l'intervention de plusieurs artistes béninois et internationaux. Il en est déjà à la fin de sa deuxième phase d'exécution, chaque phase correspondant à la réalisation d'une série de fresques.

Les œuvres vont progressivement recouvrir la totalité de la façade du mur du port. Celui-ci deviendra alors le plus long mur graffé du monde avec ses 1,3 kilomètre de long. La troisième phase du projet devrait débuter à la fin de l'année, si tout se déroule bien ou au début de la prochaine. Les

pluies sont l'un des facteurs qui pourraient ralentir le processus.

Une fois que les œuvres sont réalisées, elles ne sont pas laissées à l'abandon. Bien au contraire, des restaurateurs viennent redonner vie aux peintures altérées par le temps ou certaines fissures. La restauration est une tâche plus ou moins complexe.

En effet, celui qui la réalise doit réussir à s'imprégner de l'œuvre des autres artistes pour les sublimer davantage sans altérer leur nature de base. C'est un processus délicat qui nous en apprend davantage sur la beauté de l'art sous toutes ses formes



## Un choix d'œuvre qui implique tout un processus

Si vous avez déjà fait un tour devant le mur du port, vous avez certainement eu le loisir d'observer une panoplie d'œuvres. Des plus simples aux plus fantaisistes, elles abordent toutes, différents thèmes bien particuliers. Il faut savoir que pour chaque fresque, un thème est imposé aux artistes.

Ceux-ci vont ensuite faire diverses propositions de dessin. Le choix final revient à l'ADAC (Agence de Développement des Arts et de la Culture), ancienne Galerie Nationale et à Claudine Talon, marraine du projet. Dans tous les cas, le plus important est que les œuvres représentent le quotidien des Béninois et la culture du pays. On pourra aisément le constater par exemple avec des fresques qui mettent en avant différents étals du marché Dantokpa. Fait intéressant, vous avez la possibilité de soumettre un thème à l'ADAC, si vous souhaitez qu'une fresque en soit inspirée !

## Des œuvres emblématiques au message fort qui font la notoriété du Bénin à l'international

Les œuvres du mur graffé du port de Cotonou ne sont malheureusement pas toutes signées. Certaines d'entre elles attirent toutefois particulièrement le regard grâce au message impactant qu'elles véhiculent. C'est le cas par exemple de « Coexistence », réalisée par Eduardo KOBRA qui met bien en avant la tolérance religieuse qu'on observe au Bénin.

Sur cette œuvre, on observe des personnes de différentes confessions religieuses se tenir bras dessus bras dessous en regardant le Bénin et le monde. Présentée au public depuis le 3 mai 2023, elle est un salut à la culture béninoise de cohabitation interreligieuse pacifique.



## RECETTES DE METS

# Des pastels à la viande hachée pour le goûter

Chers petits gourmands, les vacances sont enfin là. Quoi de mieux que de partager un moment de convivialité avec ses enfants autour d'une délicieuse collation ?

Les pastels, ces petits délices croustillants et savoureux, sont parfaits pour satisfaire les petites fringales de l'après-midi. Ils sont faciles à réaliser, personnalisables à souhait et seront donc facilement adoptés par la famille. Voici une recette simple pour réaliser des pastels irrésistibles.

### ingrédients

Voici les ingrédients à réunir :

- 500g de farine
- 300g de viande hachée
- 100 g de beurre fondu
- 100ml d'eau
- 90ml d'huile
- 2 œufs
- 1 verre de lait (tiède)
- 1 sachet de levure chimique
- 1 carotte, 2 à 3 oignons, 2 poivrons (jaune et rouge) puis du persil.



Passons à présent à la réalisation de nos pastels.

#### 1 Préparez la pâte :

Dans un saladier, mélangez la farine, le sel, la levure, le beurre fondu et les œufs. Ensuite, ajoutez petit à petit le lait et pétrissez énergiquement. Vous devez obtenir une pâte homogène et non élastique, surtout pas une pâte à crêpe. Former une boule et laisser reposer la pâte 1 à 2 heures.

#### 2 Réalisez votre farce :

Émincez la carotte, les oignons et les poivrons, puis faites-les revenir dans de l'huile. Ajoutez la viande hachée et assaisonnez le tout. Mélangez quelques minutes, ajoutez le persil et réservez.

#### 3 Dresser vos pastels :

Prenez la boule de pâte et étalez avec un rouleau de sorte à obtenir une pâte légèrement fine. Découpez-la ensuite en petits disques. Placez un peu de farce au centre et repliez les deux extrémités, puis utilisez une fourchette pour bien fermer les pastels et avoir une jolie bordure.

À présent, faites frire les pastels dans de l'huile bien chaude. Mettez-en assez, car les beignets doivent être plongés dans l'huile et ainsi dorer uniformément. Une fois qu'ils sont bien dorés, posez-les sur un papier absorbant (pour enlever l'excès d'huile).

Vos pastels sont fins prêts : délicieux et croustillants à souhait ! Il ne vous reste plus qu'à servir et déguster votre chef-d'œuvre. Vous pouvez savourer vos pastels avec de la sauce vinaigrette, du ketchup ou tout autre accompagnement.

Et voilà pour vous une recette de pastels facile et ludique à réaliser en famille pour le goûter. Les enfants peuvent participer à toutes les étapes, de la préparation de la farce au pliage des pastels. Ces petits délices seront adoptés autant par les enfants que les adultes. Alors, à vos tabliers et régalez-vous en famille pour ces vacances !



**LE  
GRAND  
DOSSIER**



## ***Les meilleures destinations pour des vacances de rêve au Bénin***

**C**'est enfin la période des vacances ! Qui dit vacances, dit nouvelles occasions de se créer des souvenirs mémorables en famille et entre amis. Avez-vous choisi le Bénin comme destination cette année ? Voici une sélection de lieux à visiter et d'adresses à tester absolument durant votre visite du pays !

## **Découvrez l'art béninois !**

Si vous êtes un amateur d'art, votre visite au Bénin ne sera certainement pas de tout repos. De nombreux centres et espaces culturels à Cotonou et environs vous plongeront dans un univers artistique plus qu'enrichissant.



### **Le Centre**

Le Centre est un espace culturel et artistique qui, depuis sa création en 2015, ne cesse d'être l'hôte de plusieurs événements impactants pour la valorisation et la promotion de la culture béninoise à travers tous types d'arts. Vous y découvrirez le Musée de la Récade dont l'exploration vous fera remonter dans le passé pour découvrir l'univers des Rois du Dahomey.

Par ailleurs il s'y déroule très souvent des Expositions d'arts aux thématiques poignantes tels que : « Le royaume du Danxomè au féminin », « L'ombre des ancêtres » ou plus récemment « Territoires tissés ». C'est un endroit à absolument découvrir à Lobozonekpa, à la sortie de Cotonou.

### **Les Ateliers Coffi**

Les Ateliers Coffi sont constitués d'un ensemble d'espaces qui servent de lieux de création à des artistes locaux et internationaux. Leurs chefs-d'œuvre sont ensuite exposés dans une galerie sur place. La galerie des Ateliers Coffi plonge dans un décor moderne et sobre où vous pourrez admirer des créations pertinentes au thème bien souvent avant-gardiste.

Rendez-vous donc à Fidjrossè, dans la rue de l'Hôtel Atlantic Beach.



## **L'Institut Français du Bénin**

L'Institut Français du Bénin de Cotonou n'est certainement plus à présenter. En plus des nombreux événements culturels (spectacles, concerts, ateliers) qui y sont organisés, l'organisme dispose aussi d'une salle d'exposition pour mettre en lumière la créativité des artistes béninois.

N'hésitez pas à y faire un tour. L'IFB est situé sur l'avenue Jean-Paul II, juste à côté de la Présidence.



## **La fondation Zinsou**

La fondation Zinsou est sans hésitation l'un des sites que vous devriez visiter. Elle trouve son emplacement derrière la Basilique de Ouidah, non loin du Musée du soleil du centre de Ouidah.

La fondation est dans la villa Ajavon et son accès est gratuit. Chaque année, elle accueille diverses expositions d'artistes. Actuellement, vous pourrez observer la collection « Une archive du présent » qui est exposée du 9 janvier au 9 octobre 2024.

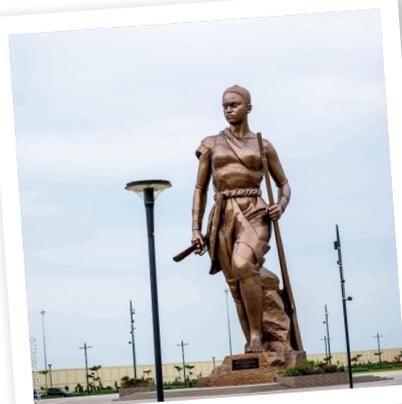
## **LES SITES EMBLÉMATIQUES À NE PAS RATER AU BÉNIN**

Que seraient vos vacances si vous ne visitiez pas les monuments, vestiges et autres sites qui font la beauté du Bénin? Pas de temps pour s'ennuyer. C'est parti !

### **La place de l'Amazone**

La place de l'Amazone est l'un des sites touristiques les plus en vogue actuellement au Bénin. Construit sur l'esplanade de l'Amazone, ce monument est érigé en l'honneur d'un ancien régiment militaire créé sous le règne de Tassi Hangbé et constitué essentiellement de femmes. La statue fait 30 m de haut et c'est bien ce qui l'a rend impressionnante.

La place symbolise la force féminine et est inspirée des générations actuelles et celles futures du Bénin. Elle rappelle le rôle indéniable qu'a joué la femme dans l'histoire du pays et sa culture. Elle représente la bravoure, le courage et le patriotisme. L'accès à ce site est entièrement gratuit.





## **La cité lacustre de Ganvié**

La cité lacustre de Ganvié vaut le coup d'œil. Elle se tient au-dessus du lac Nokoué qui est le plus grand du Bénin. La rivière Ouémé l'alimente en eau douce. Celle qui descend dans les montagnes du Nord et dans la lagune de Porto Novo. La cité lacustre de Ganvié se trouve au nord du lac et vous pourrez y accéder par des barques de l'embarcadère de Calavi.

Pour profiter d'une visite sur barque, négociez bien les tarifs de la prestation à l'avance, car ils ne sont pas fixes. Vous pourrez observer le marché flottant, point de rassemblement des vendeuses en barque.

## **La rivière noire d'Adjarra**

Les amoureux de la nature et les aventuriers seront à coup sûr séduits par ce joyau naturel. Les eaux cristallines de cette rivière serpentent à travers des paysages pittoresques, offrant des vues à couper le souffle sur une biodiversité exceptionnelle propre à la région d'Adjarra. C'est le lieu idéal pour un bon coup de frais loin du tumulte de la ville. Profitez de l'air pur et du murmure apaisant de la rivière et faites des photos pour des souvenirs !



## **Le circuit touristique de Ouidah**

Ouidah est l'une des villes à fort caractère historique du Bénin. Elle a été au cœur de nombreux faits marquants du pays autant sur le plan culturel, politique ou religieux. En raison de sa proximité avec la ville de Cotonou elle accueille chaque année pas mal de touristes. Ceux-ci découvrent la ville par un parcours plus ou moins standard qui comprend la visite de plusieurs sites tels que :

- Le temple des Pythons
- La Basilique de l'Immaculée Conception
- Le fort portugais
- La route des esclaves et la porte du non-retour.

## OÙ SÉJOURNER AU BÉNIN ?

Au Bénin, les endroits où séjourner ne manquent pas. Voici une liste d'hôtels et résidences dans lesquels vous pouvez loger le temps de votre séjour.



### ***Ombrelles appart***

Au cours de votre séjour au Bénin vous pourrez loger à Ombrelles appart qui se trouve à Ste Rita. Cet établissement vous propose des appartements totalement équipés et confortables. Vous êtes accueilli dans une douce ambiance épurée et chic qui rappelle le cocon de chaleur lorsqu'on est chez soi. Vous pourrez y résider à partir de 40 000 FCFA minimum pour la nuitée avec le petit-déjeuner offert. Pour vos réservations, contactez le +229 55363636.

### ***Natu Resort***

Si vous souhaitez profiter de la nature au Bénin, Natu Resort est un coin détente qui vous ouvre ses portes. Situé en plein cœur de la nature à Zinvié, cet établissement vous permet de respirer un air frais et pur, loin de l'agitation et la pollution des villes. Sur place, vous aurez le choix entre plusieurs options de logement, le tout dans un cadre cosy et chaleureux.

Pour une personne, il faudra déboursier 28 000 FCFA et quelques et 38 000 FCFA pour deux avec petit déjeuner offert. Vous aurez également accès à la piscine.



### ***La Casa Del Papa Resort et Spa***

La Casa del papa Resort et spa est un hôtel qui se trouve à Ouidah sur la plage Azizakoué. Cet établissement vous donne accès à plusieurs activités intéressantes à tester seul ou en famille. Le spa vous ouvre ses portes pour un moment de détente absolue. Des séances de kayaking et de tennis sont également accessibles sur place. Réservez votre séjour en contactant le +229 94984417.

## QUELQUES COINS SYMPAS POUR VOUS RESTAURER

Qui dit vacances de rêves, dit découvertes gastronomiques. Petit conseil : ne vous précipitez pas dans les restaurants les plus huppés si vous êtes à Cotonou. Croyez-moi vous avez plus à découvrir dans les coins de street food. Plusieurs adresses sont idéales pour tester la cuisine locale et celle d'ailleurs.

### **Les saveurs royales**

Le restaurant est situé à Cadjehoun dans la rue du supermarché Franc Prix. Le restaurant ouvre ses portes du lundi au vendredi de 9 h à 23 h 30 et le week-end de 9 h à 16 h. Vous pourrez savourer des repas comme le foutou banane avec de la sauce arachide, du placali ou encore du attiéké. Prévoyez un budget moyen de 2500 FCFA pour vous restaurer.



### **Piment Rouge**

Dans ce petit restaurant cosy, les spécialités ivoiriennes sont à l'honneur. Mais la vedette c'est le Choukouya avec une sauce d'oignon bien épicée : tout ce qu'il faut pour éveiller vos papilles. On y déguste aussi de la bonne grillade : poisson ou poulet braisé accompagné de l'attiéké, de riz blanc ou aloco.

Piment Rouge est situé à Fidjrossè Houenoussou, 2ème carrefour après la Résidence Céline.



Par ailleurs, pour manger du « Come tohigan » par exemple, rendez-vous à Fidjrossè en face du Sunset. Cette adresse vous accueille tous les soirs du mardi au dimanche. Vous pourrez vous faire plaisir avec un budget moyen de 3000 FCFA. En plus de la pâte de « come », le Piron est proposé aux clients. Pour les accompagnements, vous aurez le choix entre du poisson frit, de la viande et bien d'autres.

**Quoi faire ? Où manger ? Où dormir ?** Vous êtes parés à présent pour un séjour des plus agréables au Bénin.



## Bonnes vacances

Panach'

devient  
**CHILL**  
Citron



**CHILL**  
BIÈRES AROMATISÉES

*Légère et rafraîchissante*



27%  
d'Alcool



33cl

50cl

SOEBBRA

L'ABUS DE L'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION





**DECOUVERTE**

## LIFESTYLE

### LES MBENQUISTES FACE AUX AMANTS DU PAYS

La période des vacances est là, et avec elle, vient le moment où on entend le plus parler des «mbenguistes». Ce terme désigne des africains qui, pour différentes raisons (études ou travail), se rendent à l'extérieur, et ont un partenaire dans leur pays d'origine. Si pour certains, ce type de relation est clairement voué à l'échec, d'autres pensent que grâce à certains efforts, elle peut perdurer. L'existence de potentiels amants aiderait-elle à maintenir une telle relation ? Focus sur le sujet !



#### **Concrètement, c'est quoi un mbenguiste ?**

Vous avez très certainement déjà entendu plusieurs personnes employer le terme « mbenguiste ».

Il faut savoir que ce terme est en réalité d'origine camerounaise. Il désigne les expatriés camerounais qui vivent en Europe. Mbeng signifie France dans un dialecte camerounais. Un mbenguiste est donc un camerounais qui entretient des rapports privilégiés avec la

France et l'Europe par extension.

Avec le temps d'autres pays dont le Bénin ont emprunté cette expression au Cameroun. Au Bénin, il est surtout utilisé dans le cadre des relations amoureuses. C'est ainsi que les résidents béninois qui entretiennent une relation avec un compatriote étudiant à l'étranger nomment ce dernier.

#### **Le comeback, moment parfait pour rattraper le temps perdu**

De façon générale, les africains vivants à l'extérieur du pays reviennent au pays principalement à deux moments de l'année. Le premier, les grandes vacances en juin, juillet ou Août, cela dépend de leur école et de la durée prévue pour leur séjour.

Certains choisissent également de revenir pour passer les fêtes de fin d'année avec leurs proches et leur partenaire. Dans tous les cas, leur retour est l'occasion pour le couple de rattraper le temps perdu. Entre les sorties et les visites, le nécessaire est généralement fait pour se créer de beaux souvenirs à se remémorer lorsque le redoutable moment de départ viendra.

Et à leur retour, les mbenguistes sont réputés pour claquer les billets. Ils s'offrent à eux et leur partenaire le temps de quelques semaines, un rythme de vie généralement au-dessus de la moyenne. Restaurants et hôtels de luxe, sortie en weekend, la totale !



## **Alerte triangles amoureux !**

Dans le jargon des relations amoureuses, il y a ce que l'on appelle les « roues de secours ». En termes clairs, ce sont des substituts ou des amants pour enjoliver. D'aucuns pensent que c'est la meilleure solution pour faire durer une relation à distance.

En effet, lorsque les chéris (es) de nos mbenguistes se retrouvent seuls au pays, la plupart s'empressent de se trouver des remplaçants temporaires. Et cela pour plusieurs raisons : satisfaire les pulsions sexuelles en l'absence du partenaire, combler le manque d'affection ou tout simplement par frivolité. Toujours est-il qu'en l'absence des mbenguistes, ces amants se font le plaisir de « gérer » leurs partenaires à leur place.

Ainsi le retour de nos amis annoncent deux cas de figure : soit le mbenguiste découvre la double vie de son/sa partenaire ou bien se fait avoir sans s'en rendre compte. Ou encore l'amant se sent frustrée à l'idée de ne plus passer des moments avec son/sa partenaire qu'il pourrait éventuellement considérer comme sien ou sienne. Dans tous les cas cela ne présage rien de bon pour nos triangles amoureux.



## **Efforts et compromis**

Les relations amoureuses entre un résidant béninois (ou africain) et un mbenguiste font partie des plus complexes. Entre la distance qui les sépare et les opportunités de se voir et d'interagir physiquement qui sont rares, certains abandonnent d'office l'espoir que cela aboutisse.



Surtout face à la possibilité de vivre une situation inconfortable telle que évoquée précédemment. Néanmoins elles ne sont pas toujours vouées à l'échec ni synonyme de cachoterie et de trahison. Ce sont des relations comme les autres qui méritent beaucoup de compromis pour être préserver.

Quoiqu'il en soit, en périodes de vacances, les mbenguistes sont fortement attendus. La famille, les amis, les partenaires, tous se préparent à retrouver les fils et filles que l'on considère littéralement comme des célébrités.

## ***Kouleurs d'Afrik : révéler la beauté de l'artisanat africain***



Situé à proximité de l'aéroport de Cotonou, Kouleurs d'Afrik est bien plus qu'un simple magasin : c'est une véritable vitrine de la richesse et de la diversité de l'artisanat africain. Fondé par Sandra Idossou, uneoureuse de la culture africaine, ce magasin offre à ses visiteurs une immersion unique dans les traditions et l'art de vivre du continent.

### ***Découvrez Kouleurs d'Afrik***

Comme l'indique son nom, Kouleurs d'Afrik plonge sans transition dans un décor à l'africaine, où s'allient tradition et modernité. En effet, la boutique regroupe une variété d'objets de tout genre allant de la décoration d'intérieur aux accessoires de mode en passant par des outils de rangement.

Que cela soit pour améliorer votre espace de vie ou pour un usage personnel, Kouleurs d'Afrik sait vous satisfaire. Ainsi, vous y trouverez : des sacs à mains en indigo, des tasses en terre cuite, des portemouchoirs en jute et pagne tissés, des masques tribaux et des sculptures en bois, des luminaires en fer, etc. Pour faire court, c'est un vrai boulevard qui, en plus de vous offrir des pièces uniques, vous fait voyager au cœur de la culture.



### **Sandra Idossou**

est de ceux qui ne se cachent pas pour exprimer leur amour pour l'Afrique. Activiste écologique, c'est aussi une véritable militante pour la protection de l'environnement et la promotion de l'artisanat local au Bénin. Ainsi, le concept de Kouleurs d'Afrik dont elle est la promotrice, repose sur la valorisation et la promotion de l'artisanat africain, souvent méconnu du grand public. Par ailleurs, l'une des valeurs de son entreprise est de mettre en lumière le savoir-faire et la créativité des artisans africains.

Ainsi, les objets que vous retrouvez chez Kouleurs d'Afrik sont minutieusement sélectionnés et proviennent de divers pays tels que le Bénin, le Sénégal, le Mali, le Ghana, le Cameroun, le Rwanda, le Kenya, etc. Cette collaboration avec les artisans assure une qualité et une authenticité que vous apprécierez sûrement à Kouleurs d'Afrik.

Retenez que Kouleurs d'Afrik est un espace culturel où l'artisanat est célébré dans toute sa splendeur. N'hésitez donc pas à le découvrir et l'explorer. La boutique est située à Cotonou, sur la route de l'aéroport, quelques mètres avant le restaurant Ci Gusta.

**Contact : +229 91 51 58 58 / +229 64 41 55 86**



## Du sauna pour se relaxer : 02 adresses à booker à Cotonou

Qui dit vacances, dit moments de détente et de repos. Le sauna se révèle être une option idéale pour relâcher les tensions accumulées et se ressourcer pleinement.

Cette pratique ancestrale offre une multitude d'avantages pour le bien-être physique et mental. Ainsi, c'est un soin totalement adapté aux personnes en quête de relaxation. L'idée vous tente ?

Voici quelques adresses où faire du sauna à Cotonou.



### Le sauna, pourquoi ?

Avant de commencer à vous dresser une liste de lieux à choisir pour pratiquer le sauna, il serait judicieux d'évoquer ses multiples bienfaits pour vous. Le sauna est une petite cabine en bois équipée de gradins dans laquelle règne une chaleur pouvant s'élever jusqu'à 90°C. Le sauna utilise les bienfaits de la vapeur d'eau pour générer de la chaleur. C'est cette concentration de chaleur réglée à votre convenance qui appelle à la détente et à la relaxation. Ainsi, la pratique du sauna présente de nombreux bienfaits pour l'organisme.

- Pour commencer, le sauna soulage les douleurs musculaires. La chaleur permet en effet de décontracter, d'assouplir les muscles et soulage les courbatures ou l'arthrose.

- La température élevée du sauna accentue la transpiration qui va permettre d'éliminer les toxines et donc de nettoyer la peau en profondeur.

- Par ailleurs, les séances de sauna sont suivies d'une douche froide. La combinaison du chaud et du froid permet de stimuler les cellules du coup ainsi que la circulation sanguine.

### **Où faire du sauna à Cotonou ?**

À présent que vous connaissez les bienfaits du sauna, allons prendre rendez-vous dans les instituts de la ville.



#### **Relax spa**

Relax Spa est un institut de beauté au cadre luxueux qui propose une gamme complète de soins corporel, des soins de visage à la pédicure en passant par les massages et bien sûr le sauna.

Retrouvez Relax Spa dans la rue en face du cours primaire Sikècodji sud, premier carrefour à droite, le bâtiment en blanc et bleu.

**Contact : +229 97 86 66 73**



#### **Flour d'Ébène**

Les spas Fleur d'Ébène sont des salons de bien-être présents dans plusieurs capitales des pays de l'Afrique de l'Ouest, à savoir : Abidjan, Lomé, Bamako, Niamey et Cotonou.

Ils offrent tous types de services de bien-être et de beauté. Vous pouvez donc y pratiquer votre sauna en toute sérénité. Les spas Fleur d'Ébène sont situés dans l'enceinte de l'hôtel Azalai et à Novotel Orisha.

**Contact : +229 66 74 79 79 / 69 21 44 44**

Si vous êtes à la recherche d'une pause relaxante, ces saunas à Cotonou vous offrent l'opportunité de vous ressourcer et de revitaliser votre esprit et votre corps. Réservez dès maintenant votre séance de détente et découvrez les bienfaits apaisants du sauna dans ces havres de tranquillité.

## Le KOBE SUSHI BAR

LE JAPON À CADJÈHOUN



Le KOBE SUSHI BAR au sein du **KARE EBENE** est situé à Cadjèhoun, en face de la CNSS en allant vers le festival des glaces. C'est cette destination qui accueille notre rubrique 5 Étoiles pour ce mois de juillet. Les Sushi, tant populaire sont-ils si bons?

### Accueil

8/10



Dès l'entrée, nous sommes reçus chaleureusement par les réceptionnistes du KARE EBENE et dirigés ensuite vers le Kobe Sushi Bar.

À peine le seuil franchi, c'est un serveur serviable et souriant qui nous offre un accueil des plus enthousiastes. L'ambiance calme et raffinée vaut milles mots.

### Le local

10/10



La salle du restaurant est un véritable havre de paix et d'élégance, où chaque détail semble soigneusement pensé pour offrir une expérience inoubliable.

Les tables, impeccablement disposées, créent un équilibre parfait entre intimité et convivialité. Situé à une bonne distance les unes des autres, elles offrent suffisamment de place pour des conversations privées tout en permettant une circulation aisée. Chaque

table est dressée avec des sets de table, des serviettes soigneusement pliées, de la vaisselle en porcelaine et de petits bols. Des baguettes en bois sont posées avec soin sur chaque assiette, ajoutant une note d'authenticité asiatique à la table.

Le plafond fleuri apporte une dimension plutôt féérique à la salle. Nous voilà littéralement transportés dans un univers de beauté naturelle.

## Hygiène

09/10

La salle du restaurant accueille les convives dans une atmosphère fraîche avec un serveur impeccablement vêtu. Sa chemise en wax semble nous rappeler que même si nous mangions japonais, nous étions toujours en Afrique. Dès l'entrée, on remarque immédiatement la propreté du sol. Au moment de s'installer, même constat, tout est soigneusement nettoyé !

## Repas

09/10

Pour cette première dégustation nous avons opté pour les Nigiri Sérieole composé de deux pièces, les Gunkan Tobiko composé également de deux pièces et les Sushi Roll Crevettes composé de 3 pièces. Ils ont été servis bien dressés sur une assiette avec du wasabi (un condiment japonais traditionnel, connu pour sa saveur piquante et son arôme unique), et du gingembre mariné, servi en fines tranches. A ceci nous ajoutons une bouteille d'eau minérale et une bouteille de World Cola.

Les Nigiri Sérieole, sont des Sushi composé de riz vinaigré surmonté de tranches de sérieole, un poisson très prisé pour sa texture délicate et son goût subtil. Fondant et un peu collant en bouche, nous les avons dégustés avec une sauce salée. Pure délice !

Les Gunkan Tobiko sont un type de sushi où du riz est enveloppé dans une bande et surmonté d'œufs de poisson (tobiko). Nous avons été très sceptiques au début mais une fois trempé dans la sauce salée et mis en bouche, le goût est divin. Nous aurions dû goûter des Sushis plus tôt. Ils sont incroyablement bons !

Les Sushi Roll Crevettes sont fait à base de crevettes, ainsi que d'autres ingrédients comme le concombre et l'avocat. Ils sont roulés avec du riz dans une feuille d'algue nori. Bien garnis, ils sont délicieux avec la sauce salée comme sucrée.

Budget minimum: **10.000f** / personne



## Verdict:

Le KOBE SUHI BAR est un restaurant qui mérite d'être découvert, le rapport qualité prix est bon et la carte nous offre de nombreuses options en fonction du goût de chacun.

Le cadre est à la fois romantique et élégant, un lieu parfait pour un premier date, un rendez-vous d'affaire ou encore un after work.

NOTE  
FINALE

9/10

## EVENT

# Soirée Rétro by Castel Beer

une célébration inoubliable de la fête de la musique 2024

La Fête de la Musique a pris une tournure exceptionnelle cette année avec la soirée rétro organisée par la Société Béninoise de Brasseries (SOBEBRA).



Le vendredi 28 juin, la soirée rétro s'est tenue sur la terrasse du restaurant Le Matelot de Cotonou, avec les amateurs de musique, les passionnés de rétro et les créateurs de contenus. Avec Castel Beer comme vedette, l'évènement a rassemblé pour une nuit mémorable sous le signe de la convivialité et de la nostalgie.

### **Ambiance chill et karaoké enflammé**

Dès les premières heures de la soirée, l'ambiance était détendue et accueillante. Les lumières tamisées, aux allures de discothèques ont transporté les invités dans une époque révolue mais chère à beaucoup. Les participants ont pu profiter d'un espace chill où ils pouvaient se détendre, échanger et savourer une Castel Beer bien fraîche. On aurait pu s'étonner de l'absence de siège dans la salle, mais la SOBEBRA a apparemment bien pensé le concept. L'heure n'était pas à s'asseoir mais plutôt à esquisser des pas de danse !

Le karaoké a été l'une des attractions de la soirée. Des classiques intemporels aux tubes béninois les plus entraînants de l'époque, les invités ont pris le micro pour interpréter leurs chansons préférées, en duo ou en groupe. Par ailleurs, les éclats de rire et les applaudissements ont rythmé la fête, créant une atmosphère de camaraderie et de joie partagée. Après quoi, coup de maître du DJ avec de la bonne musique : rumba, zouglou, coupé décalé, afrobeat etc. Blagues, discussions entre amis et pas de danse groupés : le décor était plaisant.

### **Présence de créateurs de contenus**

La soirée a également été marquée par la présence de nombreux créateurs de contenus, venus immortaliser l'évènement et partager les moments forts avec leurs communautés en ligne.

Les influenceurs, blogueurs et vloggers ont contribué à donner une visibilité supplémentaire

à cette soirée exceptionnelle, en diffusant des images et des vidéos sur leurs réseaux sociaux.

Au nombre ces influenceurs il y avait : Astou, Dr Soïn, Miwakpon, Achraf, Ouabi Abdel et bien d'autres. Leur enthousiasme et leur créativité ont ajouté une dimension interactive et

moderne à l'évènement rétro.

Célébrer la fête de la musique sous une tendance rétro a sans doute fait l'unanimité. Une ambiance festive, des outfits originaux, de la bonne musique, une soirée karaoké : il n'en fallait pas plus pour chiller autour de la Castel Beer.





# LE GUIDE

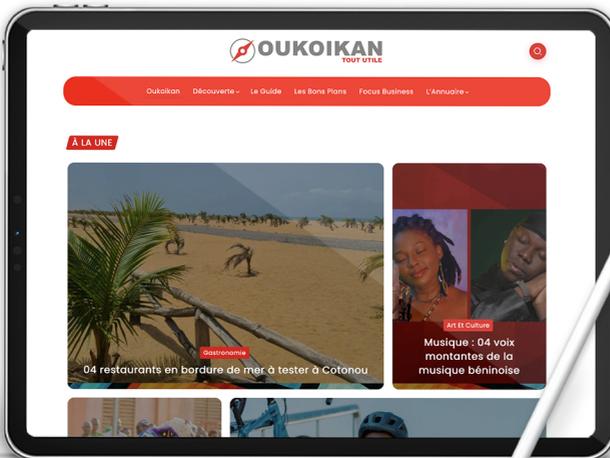
OUKOIKAN

MAGAZINE

Culture, Tourisme et Divertissement



[HTTPS://OUKOIKAN.COM](https://oukoikan.com)



- **Oukoikan**
- **Découverte**
- **Le Guide**
- **Les Bons Plans**
- **Focus Business**
- **L'annuaire**



G&COM

**NOUVELLE  
ÉTIQUETTE  
MÊME GOÛT  
MÊME SAVEUR**

# **DE GÉNÉRATION EN GÉNÉRATION UN ESPRIT JEUNE**