

LE COTONOU PRATIQUE



cotonou.accueil@gmail.com
www.cotonou-accueil.org (site en préparation)
www.facebook.com/Cotonou-Accueil
Accueil Contact Mobile : +229 62 74 79 89



SOMMAIRE

UN P'TIT MOT D'INTRO ...

LE BÉNIN

S'INSTALLER À COTONOU

Trouver un logement
Démarches administratives
S'assurer
Ouvrir un compte
Eau et électricité
Inscrire les enfants à l'école
Téléphone – internet - télé
Ramassage des ordures ménagères
Sécurité - alarme - société de gardiennage

VIE PRATIQUE

Santé
Personnel domestique
La conduite à Cotonou

LES BONNES ADRESSES

Alimentaire
Autres commerces
Artisanat et loisirs
Autres contacts utiles

CONCLUSION

UN P'TIT MOT D'INTRO...

S'expatrier au Bénin c'est aller au-devant de découvertes...

Lors de l'arrivée à Cotonou, il est parfois difficile de trouver ses repères ! Par exemple, au début, pour vous indiquer des lieux, on vous parlera souvent de « von », pas de panique il s'agit en fait d'une Voie Orientée Nord (en bref, l'équivalent d'une rue).

Vous avez peut-être laissé derrière vous des parents et des amis qui vous manquent... Cotonou Accueil est là pour vous aider !!!

L'Association Française est née le 3 mars 2006 ! Elle est ouverte à tous et a pour objectif principal de faciliter l'intégration de ses adhérents.

Mais c'est avant tout un groupe de personnes heureuses de se rencontrer, heureuses de se retrouver autour d'un café, d'une table, d'échanger des idées sur une lecture, de se rejoindre pour une marche et encore et toujours partager les bons plans !

C'est aussi une équipe attentive à vos suggestions et soucieuse de votre bien-être !

Ce guide a été conçu dans le but de recenser des adresses utiles classées par ordre alphabétique. Bien sûr, cette liste n'est pas exhaustive et il appartient à chacun d'entre nous de l'enrichir de nos trouvailles.

Tout au long de l'année, des Cafés Rencontre sont organisés, ils ont lieu une fois par mois chez un de nos adhérents et des ateliers, sorties, soirées et activités ponctuelles (pour les adultes et les enfants) vous seront proposés.

Nous vous souhaitons une belle nouvelle aventure source de joie et d'échanges conviviaux tout au long de cette saison.

À vous toutes et tous, « Bonne arrivée »...

L'équipe de Cotonou Accueil

COMPOSITION DU BUREAU 2019-2020

Le bureau a été élu le 5 juin 2019 pour une année.

Présidente	Laure AKPOJJI
Secrétaire	Khady TITECA
Secrétaire adjointe	Claire PÉRIOU-MONTOUT
Trésorière	Stella AURACHER
Trésorière adjointe	Nelly CHABI
Chargés de mission`	Marie-Hélène GROLLEAU Sylvie ROBERT Fatou ERIBON Cyril CHATEAU

*Les informations contenues dans ce guide
(et notamment les contacts, coordonnées et adresses)
sont données à titre purement indicatif et n'engage en aucun cas
la responsabilité de l'association Cotonou Accueil,
ni celle des membres de l'équipe.*

LE BÉNIN

La République du Bénin est un pays d'Afrique occidentale d'une superficie de 112 622 km² et s'étend sur 700 km, du fleuve Niger au nord à la côte atlantique au sud (source : <http://gouv.bj/geographie/>).

Le Bénin comptait 11 496 140 habitants en 2018 (source : <https://www.populationdata.net/pays/benin/>).

Capitale	Porto-Novo
Président	Patrice Athanase TALON
Devise	Franc CFA
Gouvernement	Démocratie représentative, République

LE CALENDRIER DES FÊTES CÉLÉBRÉES AU BÉNIN

- Le 1^{er} novembre, Toussaint
- Le 25 décembre, Noël
- Le 1^{er} janvier, Nouvel an
- Le 10 janvier, Fête Vodun (principalement Ouidah)
- Le 1^{er} mai, Fête du Travail
- Jeudi de l'Ascension
- Lundi de Pentecôte
- Le 1^{er} août, fête de l'Indépendance
- Le 15 août, Assomption
- Le jour de fin du Ramadan
- Fête de la Tabaski (fête du mouton)
- Jour du Maouloud (naissance du prophète Mahomet)

S'INSTALLER À COTONOU

➔ Trouver un logement

Cotonou compte très peu d'agences immobilières qui offrent des prestations reconnues comme telles. Le Bénin a édicté une loi pour définir la profession d'agent immobilier et encadrer les locations, nous vous invitons à la consulter :

<http://www.legibenin.net/index.php/blogs-k2/item/165-voici-le-contenu-de-la-loi-regissant-le-loyer-et-les-cautions-sur-loyer-au-benin>

Pour trouver un logement on peut s'adresser à des intermédiaires spécialisés dans l'immobilier qui proposent des locations de maisons. Ces derniers sont rémunérés en fonction du montant du loyer (en général la commission correspond à un mois de loyer).

Il est courant de repérer les logements disponibles à la location, souvent signalés par des pancartes, en tournant dans les quartiers (Haie Vive, Patte d'Oie, Résidentiel, Jack...) ou en se renseignant sur les appartements ou villas vides auprès des gardiens que l'on croise dans les rues.

Vous avez également la possibilité de consulter et déposer des petites annonces sur les pages Facebook dédiées aux expatriés comme par exemple «Expats au Bénin» ou «Expats français au Bénin».

Le propriétaire peut tenter de demander en plus de la caution (3 mois de loyer), le paiement de 6 à 12 mois d'avance. Il faut négocier et refuser de signer un bail avant que les travaux nécessaires n'aient été réalisés ! Une fois l'argent perçu, les belles promesses sont fréquemment oubliées !

Ne pas hésiter à faire savoir auprès de vos contacts et lors des cafés rencontre que vous recherchez une maison, le bouche à oreille reste un des meilleurs moyens de trouver le nid de vos rêves !



Agences immobilières

LENCOS

Location, achat et gestion immobilière

Christlène CODJIA

97 89 41 82

Email : c.codjia.lencos@gmail.com

Lot 01 - zone aéroport Cen-Sad

2ème bâtiment après Wellness Fitness Club en direction de Fidjrosse

08 BP 618 Cotonou

IVOIRE IMMO

Akissi TRAORE

65 36 44 65

Location, vente et gestion de patrimoine

ou 63 38 44 17

Email : immobilier.ivoire99@gmail.com

Derrière l'aéroport et à côté de la bibliothèque Fondation Zinsou - Fidjrosse

EXPAT'HOME COTONOU RELOCATION

+229 60 50 45 59

Location immobilière / de véhicules

Service pour faciliter l'installation des nouveaux arrivants au Bénin, depuis la recherche de biens à louer jusqu'à la location de véhicules

Email : expathomecotonou@gmail.com

Formalités administratives

En arrivant au Bénin, il est fortement recommandé de s'enregistrer auprès de son Consulat ou de son Ambassade.

Cette inscription permet de recenser les ressortissants d'une nationalité afin d'assurer plus rapidement leur sécurité, le cas échéant et d'une manière générale, d'accomplir « normalement » toutes les formalités administratives (inscription sur les listes électorales, demande de passeport, certificats de concubinage, etc. ...)

Lors de votre démarche auprès de l'administration béninoise, il vous sera demandé une caution, avant toute chose, nous vous conseillons de consulter le consulat de France si vous êtes un ressortissant français.

Le certificat de résidence est délivré par le chef de quartier de l'endroit où vous résidez, d'ordinaire, le prix est d'environ 5000 FCFA pour les ressortissants étrangers, refusez de payer plus, ce prix englobe déjà une augmentation due à votre statut de personne étrangère au Bénin.

SECTION CONSULAIRE (Consulat de France)

21 36 55 22

Email : consulat.cotonou-fslt@diplomatie.gouv.fr

reçoit sur rendez-vous :

64 59 07 07 ou 67 01 57 57

Quartier Ganhi, derrière la direction générale de la Loterie Nationale du Bénin et en face de la représentation de l'Union Européenne.

AMBASSADE DE FRANCE

21 36 55 30

www.ambafrance-bj.org

Service immigration de la République du Bénin

21 31 24 61

C'est là que vous devez faire vos demandes de visas et de cartes de résidents.

Bd Jean-Paul II – Pratiquement en face du Centre Culturel Chinois

Pour les coordonnées des autres ambassades et consulats merci de consulter la page 36

S'assurer

Plusieurs compagnies d'assurance proposent des services classiques pour les logements, les véhicules, les personnes :

L'Africaine des Assurances	21 30 90 90 ou 21 30 19 80
AGF Avenue Delorme	21 31 67 35 ou 21 31 70 88 ou 21 31 70 87
Allianz Bénin Assurances Quartier de Cadjehoun avant le rond-point de la station-service Sonacop	21 31 67 35 ou 21 31 70 87
Ascoma face à l'école UFUK benin@ascoma.com	21 31 31 24 ou 96 96 60 60
Gras Savoye	21 30 31 30

Ouvrir un compte bancaire

Ouvrir un compte permettra notamment d'y recevoir les paiements en FCFA, cela n'est cependant pas indispensable si l'on ne perçoit pas de revenu sur le territoire, puisqu'il est possible d'obtenir des FCFA par remise de chèque en euros ou encore avec une carte Visa. Parmi les banques présentes au Bénin :

Banque Atlantique <i>Rue du Gouverneur Bayol – Immeuble Atlantique, Cotonou</i>	21 31 10 18
Bank of Africa (BOA) <i>Bd de France, Cotonou</i> Email : boabenin.dg@bkofafrica.com	21 31 32 28

Ecobank 21 31 30 69
un peu partout dans Cotonou (Siège à Ganhi) ou 21 31 40 23
Email : ecobankenquiries@ecobank.com

Orabank 21 32 84 67
Ganhi, Immeuble SBEE face Préfecture, Cotonou

Société Générale de Banque au Bénin (SGBBE) 21 31 83 00
Avenue Clozel, Cotonou

Différents points de retrait et agences sont répartis dans les quartiers de Cotonou et dans les villes principales.

La poste - Courrier

Il est possible d'ouvrir une boîte postale dans un bureau de poste pour y recevoir du courrier. En plus des messageries Express, le courrier au départ du Bénin est plutôt fiable, compter entre une semaine et 15 jours de délai pour la livraison d'un colis en France.

Inscrire les enfants à l'école

CRÈCHES-JARDINS D'ENFANTS-GARDERIES

- Club des Nations 97 68 11 11
Avenue Jean-Paul II, en face de la place des Martyrs
- Bisounours 67 70 06 43
Crèche, garderie Ouvert 24h/24h
Voie en face de l'entrée du collège Pierre Aupiais, Patte d'Oie
- L'île aux Oiseaux 64 83 42 42
Zone de l'Aéroport, Villa Fadoul n° 4
Derrière l'ex-Primature. Proche de Montaigne et Erevan
- ELFI JDE 97 32 86 86
Crèche, garderie, centre d'éveil, centre de loisirs 95 95 66 39

Cantine ouverte à tous les enfants
Au rond-point Erevan, tourner à droite avant la guérite des policiers, puis encore à droite

devant l'ambassade des Pays-Bas et continuer tout droit jusqu'au panneau signalétique Papillon situé sur la gauche dans le von.

- **Le Petit Sentier** 64 30 01 01
à côté de la Clinique Mahouna, Patte d'Oie
www.lepetitsentier.net
- **Garderie Les Mille Pattes**
97 88 24 18 - quartier Patte d'Oie, Voie Pavée en face du Festival des Glaces à côté de l'UNICEF
- **Les Bout'choux** 95 95 11 23
- **Garderie les Loulous de Mimi** 95 53 38 35
Juste avant le Wellness Fitness voie pavée le long de l'aéroport

MATERNELLE-ÉLÉMENTAIRE-SECONDAIRE

- **L'École Montaigne (École Française) E.F.E** 21 30 17 28
Accueille les élèves de la maternelle (entrée en face de l'hôtel Bénin Marina), de l'école élémentaire, du collège et du lycée (entrée rue opposée, 12.052, en face du Ministère de la Communication.
Site internet : www.efemontaigne-cotonou.com
655 rue 12.052 Cocotiers, Cotonou
- **École des Racines aux Ailes** 91 01 31 45
École maternelle de 2 à 6 ans enseignement inspiré de la méthode Montessori 62 85 13 54
desracinesol@gmail.com
Située à la Patte d'oie
- **ELFI JDE** 97 32 86 86
Maternelle, École primaire Centre d'éveil, Centre de loisirs 95 95 66 39

Cantine ouverte à tous les enfants

Au rond-point Erevan, tourner à droite avant la guérite des policiers, puis encore à droite devant l'ambassade des Pays-Bas et continuer tout droit jusqu'au panneau signalétique Papillon situé sur la gauche dans le von.

- English International School (École Britannique) 21 30 92 87
Email: education@eis-benin.org
Haie Vive, Cotonou
- QSI International School of Benin (École Américaine) 66 62 12 46
Lots #126 et 127- Zone résidentielle de la Radio
Email : benin@qsi.org

Obtenir une ligne téléphonique / Internet / télé

TÉLÉPHONE

Les deux opérateurs principaux de téléphonie mobile sont MTN et MOOV. Les cartes SIM sont nominatives, et disponibles dans les agences et distributeurs agréés (elles nécessitent un enregistrement avec pièce d'identité).

- MOOV 21 31 66 60
ou 21 31 68 40
- MTN 21 31 66 41
ou 21 31 66 43
- Bénin Télécom 21 31 20 45

INTERNET

Il est possible de souscrire un abonnement fixe ou des routeurs / boîtiers 4G des opérateurs de téléphonie, la qualité de la connexion dépend de chaque quartier selon l'implantation du relais de l'opérateur. selon l'implantation du relais de l'opérateur :

- Canal+ Bénin 95 41 95 95
info@canalbox-benin.com
- Isocel 21 31 20 11

Moov, MTN et Bénin Télécom, voir ci-dessus.

TÉLÉVISION

- CANAL + 21 31 34 98
Vous permettra d'avoir accès aux chaînes nationales et internationales
Email : relationclients.afrique@canal-plus.com
*nombreuses agences agréées en ville signalées par un panneau Canal +
un kiosque à Super U-Ereva*
- DSTV 21 31 34 98
Vous permettra d'avoir accès aux chaînes en anglais *ou 66 46 48 66*
Avenue Delorme *ou 95 63 08 48*

METTRE EN ROUTE LES COMPTEURS D'EAU ET D'ÉLECTRICITÉ

Au moment d'ouvrir le compte pensez également à bien vérifier que votre prédécesseur a réglé sa facture et que toutes les formalités de fermeture de compte ont été effectuées.

EAU

- Société Nationale des Eaux du Bénin (SONEB) 21 31 21 45
Avenue Jean-Paul II *ou 21 31 21 62*

Attention : Il est préférable de filtrer l'eau du robinet pour la cuisine, et de consommer l'eau en bouteille. Des réserves d'eau et un surpresseur peuvent être nécessaires pour pallier les éventuelles coupures d'eau ou manques de pression.

ÉLECTRICITÉ

- Société Béninoise d'Énergie Électrique (SBEE) 21 30 76 00
Ganhi

Attention : coût élevé ! Le Bénin est sujet aux coupures d'électricité. Un groupe électrogène peut être le bienvenu. Il est recommandé d'installer régulateurs et/ou onduleurs sur vos appareils électriques principaux sous peine de les perdre irrémédiablement.

GAZ

Étant donné les problèmes d'approvisionnement, il est recommandé d'avoir 2 bouteilles.

ORYX 21 31 07 07

*Avenue Steinmetz (au niveau des rails – en passant devant la pharmacie
Camp Guezo direction Bd Saint-Michel*

- SONACOP 21 31 38 82
Avenue Jean-Paul II

ORGANISER LE RAMASSAGE DES ORDURES MÉNAGÈRES

Plusieurs formules existent :

Passer un contrat avec l'ONG/Entreprise présente dans le quartier, (entre 5000 et 6000 FCFA mensuels pour 3 ramassages par semaine) (elle ne manquera de venir vous démarcher) ou bien s'abonner aux services de la société SIBEAU, qui possède un camion de ramassage et peut enlever les encombrants et les déchets verts.

21 31 46 24 / 21 32 84 49

SÉCURITÉ – ALARME SOCIÉTÉ DE GARDIENNAGE

ALARME ET VIDÉO SURVEILLANCE

- Sogeres 95 95 07 08

SÉCURITÉ ET GARDIENNAGE

- MSA 21 31 29 20
- Inter-con 21 30 53 43
- 3S 21 30 25 32
- City Pool 21 32 32 84

VIE PRATIQUE



SANTÉ

Pour faire face aux problèmes de santé, un réseau de médecins généralistes et spécialistes habitués à la clientèle expatriée est présent sur Cotonou, dont vous trouverez une *liste non exhaustive* dans les pages suivantes.

À noter que depuis septembre 2019, l'Association Médico-Sociale Française du Bénin n'a plus de centre médical qui proposait des consultations avec un médecin français. L'Ambassade de France va publier dans les prochaines semaines (septembre/octobre 2019) une liste de praticiens et cliniques.

Néanmoins, en dehors de Cotonou, les infrastructures médicales du Bénin sont peu développées. Le rapatriement peut être nécessaire si le corps médical n'est pas en mesure de traiter ou diagnostiquer sur place.

Une assurance rapatriement est fortement conseillée de même qu'une bonne couverture santé.

URGENCES

- SAMU 21 30 73 36
ou 90 90 30 02
95 36 11 01
- Professeur CHOBLI
(service des urgences)

CARDIOLOGUES

- Docteur MOUSSE,
(urgence cardiaque)
polyclinique Atinkanmey 21 31 22 76
- Docteur Alimatou FASSASSI 97 32 72 86 (*von de la*
Fondation Zinsou)
- Docteur DOVONOU 97 04 63 63
ou 91 33 64 64
- Docteur AISSI 64 24 24 24
ou 63 25 25 25

CHIRURGIEN

- Docteur MAVOHA 95 22 45 17
ou 97 97 97 25

DENTISTES

- Docteur Aristide BOHOUN 21 32 16 56
carré 582/583 Maro Militaire ou 90 94 08 70
- Cabinet dentaire 21 30 39 82
Avenue Jean-Paul II (à côté de l'agence Royal Air Maroc), en direction de l'Aéroport
- Cabinet RICHARDIER 21 31 44 15

DERMATOLOGUE

- Docteur Nadège AGBESSI MEKOUN 97 58 35 06

GÉNÉRALISTES

- Docteur Akim AKPITI 21 30 40 92
*Ce docteur reçoit à la Clinique Mahouna
et à son cabinet dans le von à côté* ou 95 95 79 95
- Docteur APITHY 97 47 99 88
exerce également à la Clinique Mahouna
- Centre Médical Apithy 21 30 15 62
Rue du caporal Anani, face à l'entrée du Camp Guézo ou 66 53 99 76
- Docteur Anne BRUNET APITHY (généraliste) 97 91 37 99
- Docteur Nouara AZZAZ (généraliste) 95 84 24 52
ou 61 03 60 60
- Docteur Lise POURTEAU ADJAHY (généraliste) 95 96 10 47

CLINIQUES / HÔPITAUX

Lors d'une hospitalisation la plupart du temps il n'existe pas de service de restauration, se renseigner à ce sujet.

- Clinique Atinkanmey 21 31 22 76
24/24 Urgences cardiaques ou 21 31 22 83
- Clinique les Cocotiers 21 30 14 20
Face à la Poste de Cadjéhoun 24/24
- Clinique MAHOUNA 21 30 14 34
URGENCES et labo 24/24 et 7/7 ou 95 42 54 50
- Clinique Pédiatrique AKPAKPA 21 33 50 84
- Clinique Santé Sud (Accouchements) 21 30 47 09
Rue 12.168 Quartier Cocotiers Haie vive ou 95 58 66 66
ou 95 73 32 40
- Clinique Louis Pasteur 20 21 22 22
Porto-Novo

GYNÉCOLOGUES

- Docteur Marie Noëlle ASSANI 21 30 14 20
- Docteur Véronique TOGNIFODE 96 26 12 12
- Docteur Imelda IGUE HOUNKPONOU 96 56 75 75
ou 64 69 14 14
Rdv au Cabinet du Dr APITHY 21 30 15 62

INFIRMIÈRE

- Odile KOUDOGBO 97 12 82 62
Centre médical Apithy

KINÉSITHÉRAPEUTES

- David DAGBEDE 96 14 42 13
Exerce avec les Docteurs APITHY et AZZAZ ou 94 62 90 29

LABORATOIRES D'ANALYSES

- Cabinet du Docteur APITHY 97 12 82 62
François Djego ou 64 48 85 88
08h à 19h et à domicile
- Clinique MAHOUNA 21 30 14 35
- Toxi Labo 21 32 16 80
(Service 24h / 24)
- Laboratoire de la Clinique Santé Sud 21 33 11 74
(Service 24h / 24) ou 95 88 66 66

OPHTALMOLOGUE

- Clinique La Lumière – Docteur ALAMOU 21 31 04 44
rue du Gouverneur Fourn
derrière Bénin Télécom quartier Ganhi

ORL

- Clinique MAHOUNA 21 30 14 35
- Docteur ADAHE 21 32 19 91
Face Orca Déco à Jéricho ou 95 23 75 93
ou 97 12 60 32

ORTHOPHONISTE

- Monsieur ADJASSIN 95 54 62 12

OSTÉOPATHE

- Stéphanie ROBERT 65 18 64 86

PÉDIATRE

- Docteur Fohla MOUFTAOU 66 31 31 10
depuis Cadjehoun prendre la voie pavée Pierre Aupiais ou 95 65 99 00
puis tourner dans le 2ème von à droite après le magasin BSS, maison 123

PSYCHIATRE

- Docteur ADJIDO 66 54 78 53
parle anglais
- Professeur AYI 97 22 45 17
ou 90 91 27 33

PSYCHOLOGUES

- Étienne SONOU 94 84 23 66
- Espérance SIAGBO 67 12 48 00

PHARMACIES

- Pharmacie Camp Guézo, ouverte 24h/24h 21 31 35 55
compléments alimentaires, fleurs de Bach,...
- Pharmacie du Port 21 31 36 88
- Pharmacie des Cocotiers 21 30 06 92
- Pharmacie Adechina (*homéopathie, fleurs de Bach...*) 21 32 15 65
- Pharmacie la Madone 21 30 84 04
- Pharmacie la Béninoise 21 33 06 46

Veillez à comparer les prix entre les différentes officines car il peut y avoir des différences vraiment importantes. Restez vigilants sur la qualité d'approvisionnement et la contrefaçon, n'hésitez pas à vérifier le contenu des boîtes (quantité, etc.).

RADIOLOGIE

- Centre d'Imagerie Médicale Sézo 21 30 02 68

RHUMATOLOGUE

- Docteur GOUNOUGBE 21 31 21 11

VÉTÉRINAIRES

- Dr Marcel DOSSOU YOVO (se déplace à domicile) 97 16 15 14
- Dr Urbain Fannou DOSSOU 95 81 15 20

RAPPEL Les infrastructures médicales du Bénin sont peu développées. Le rapatriement peut être nécessaire si le corps médical n'est pas en mesure de traiter ou diagnostiquer sur place. Les possibilités médicales en dehors de Cotonou sont quasi inexistantes. Une assurance rapatriement est fortement conseillée de même qu'une bonne couverture santé.

PERSONNEL DE MAISON

Il est courant d'embaucher cuisinier, employé(e) de maison chargé(e) du ménage, dada chargée de la garde des enfants, gardien ou chauffeur.

Les salaires varient en fonction de l'expérience et de l'emploi et évoluent dans le temps.

On trouve les candidatures des personnels disponibles sur les panneaux d'affichage des magasins, ou des administrations (ambassades, consulats...). Le bouche à oreille fonctionne bien également (groupe expat au Bénin sur Facebook). Par expérience, ne sous-estimez pas l'importance du personnel dans son propre domicile, si jamais vous avez repris les employés de maison de quelqu'un, par exemple, en rentrant en fonction, n'hésitez pas à vous en séparer ou à faire respecter fermement vos propres règles le plus tôt possible.

L'embauche doit faire l'objet d'un contrat écrit dans lequel il est bon de prévoir une période d'essai.

Il est impératif de déclarer son personnel auprès de la Caisse Nationale de Sécurité Sociale (C.N.S.S.). Les cotisations sociales trimestrielles sont d'environ 20 % du salaire brut.

Le licenciement du personnel doit s'accomplir selon des procédures strictes qu'il est conseillé de mener en accord avec l'inspection du travail.

C.N.S.S.	21 33 11 16
	21 33 11 33
	21 33 11 51
Inspection du Travail	21 33 01 64

Service à la personne - Agences d'intérim

- Agence Intérim Cfir Consulting 95 26 05 85
 - Talents Plus ETT 90 07 49 65
 - CSEB 21 30 78 26
- Intérim – Gestion de personnel pour l'entretien
de vos maisons/locaux. Devis gratuit
Contact : cseb.commercial@gmail.com 66 65 25 22

LA CONDUITE

VOITURE

La conduite sur Cotonou n'est pas aisée en raison de l'intensité de la circulation (cyclomoteurs), de l'état du parc automobile, et de l'état des chaussées. Un véhicule type Berline est suffisant pour circuler sur les routes bitumées. Mais compte tenu du réseau routier et des possibilités de loisir dont l'accès se fait souvent par pistes, il est certain que le 4X4 est un moyen de déplacement privilégié.

On trouve la plupart des concessionnaires sur Cotonou, où il est possible d'acheter un véhicule neuf ou d'occasion. Le bouche à oreille fonctionne bien également (groupe expat au Bénin sur Facebook).

Il est indispensable de posséder le permis de conduire international, à défaut du permis béninois, n'oubliez pas d'y apposer votre signature à l'endroit prévu.

ZEM

Le zémidjan, appelé aussi zem, est un moto taxi

Zémidjan signifie littéralement « emmène-moi vite » ou encore « prends-moi brusquement » en fon, langue du sud du Bénin.

Ce type de transport est apprécié par la population car il comble les lacunes des transports publics.

La prudence est de mise !!! (pensez à prendre un casque et à discuter le prix : pour exemple Erevan-Ganhi 300 FCFA) avant de monter ! Et prenez garde à ne pas vous brûler les jambes sur le pot d'échappement).

TAXI

- Africab 62 86 33 33
Prix de la course 3000 FCFA Cotonou Centre
5000 FCFA Fidjrossé – Ganhi ou 65 65 04 04
- Bénin Taxi 130 130
Prix de la course 1500 FCFA Cotonou Centre .
Attention certains chauffeurs changent les prix, l'attente peut être longue et vous pouvez vous retrouver avec d'autres clients dans la même voiture !
- Taxi Coo 95 30 69 22
- Soft Taxi 63 31 22 22
ou 63 40 40 13

BONNES ADRESSES

Liste non exhaustive !

ALIMENTAIRE

SUPERMARCHÉS ET ÉPICERIES

- SUPER U - EREVAN
Près de l'Aéroport - Arrivage de frais par avion les jeudis en général
Lundi au jeudi : 9h00 à 20h30 - Vendredi et samedi : 9h30 à 21h
Ouvert le dimanche : 9h30 à 14h

- SUPER U EXPRESS – *Ganhi*
- SUPER U PK3 – *route de Porto Novo*
- SUPERMARCHÉ + (ex Supermarché du Pont)
quartier jak – juste après l’ancien pont
Lundi au samedi : 9h30 à 13h et 16h à 20h30
Ouvert le dimanche : 9h30 à 13h
- SUPERMARCHÉ + (ex Supermarché du Pont) HAIE VIVE
Lundi au vendredi : 9h à 13h et 15h30 à 20h30
samedi : 9h à 14h et 15h30 à 20h30
Ouvert le dimanche : 9h30 à 13h
- BSS SUPERMARCHÉ – *Ganhi, Avenue Jean-Paul II et Cadjehoun*
Lundi au samedi : 9h à 20h - Ouvert le dimanche : 9h30 – 13h
- FRANC PRIX 97 83 83 00
Ouvert tous les jours de 09h à 22 h
Avenue du Canada (Voie pavée à droite au 1^{er} feu après rond-point Cadjehoun Haie Vive en direction de la CFAO
- SODITEX Missébo 21 31 29 61
rue Dako Donou (après le pont aérien de Ganhi, tourner à droite au feu)
- MAYFAIR Missébo (épicerie indienne)
- AFRICAGEL
rue 144 b – Cotonou depuis le boulevard du Canada, prendre la 3^{ème} rue au rond-point de l'étoile rouge et ensuite la 2^{ème} à gauche au coin du 4^{ème} von à gauche
Ouvert tous les jours de 08h à 19h
- Mont Sinaï 21 30 58 12
Ouvert tous les jours de 09h à 23 h
- Supérette Cap Sud Haie Vive voie pavée

BOULANGERIES

- LA GALETTE À SUCRE 66 45 49 88
Avenue Jean-Paul II - à droite en direction de l’aéroport (bâtiment vert)
Ouvert tous les jours de 6h à 23h
- SOPAI - *Haie vive* 21 30 13 19
- GRAIN DE CAFE 97 77 11 11
Avenue Jean-Paul II (avant Air France) Déménagement sept/oct 2019
- OMANI 66 36 27 87
Les Cocotiers (après Air France 1^{ère} à droite, 1^{ère} à gauche et 1^{ère} à droite)
- LA VALLÉE
Erevan - Aéroport
- LA GERBE D'OR 21 31 07 97
Après la Librairie Sonaec sur le même trottoir - Ganhi

- CAMEL
Après MTN en venant de Ganhi 9h-17 h (en principe fermé le dimanche)

97 01 10 10

LE VIN

- LA CLÉ DES CHATEAUX - www.laclefdeschateaux.bj
- ARTS SUR VIN - *Haie Vive*
- LA CAVE À VIN - *Ganhi face à la cathédrale Notre Dame*
- LA FEUILLE DE VIGNE – *Bd St Michel face à l'église*

BOUCHERIES

- Restaurant Mandarine – *Avenue Jean-Paul II*
- BOUCHERIE Ganhi viande Halal (à côté CMA CGM) dans petit supermarché
- Dans tous les supermarchés

POISSONS

Certains poissonniers, se déplacent à domicile, le bouche à oreille fonctionne très bien, n'hésitez pas à demander leurs contacts aux personnes que vous rencontrez par exemple lors des Cafés Rencontres ou autres manifestations.

Sinon, vous pouvez directement aller au Marché au Poisson, situé dans la rue du Maquis du Port, à Ganhi, ce sera avant l'Hôtel Azalaï, sur la droite.

FRUITS ET LÉGUMES

- Marchandes au bout de la Haie vive
- Marchandes après le Supermarché du Mont Sinaï (avant l'échangeur sur la rn 2)
- Philomène dans le von de l'École Montaigne (vers 11h le matin)
- Denise « moins cher » quartier cocotiers à l'arrière de l'école publique des Cocotiers tourner à droite après Air France et ensuite au bout de la rue à gauche, c'est un peu plus loin sur la droite
- Marché de Ganhi en face de la SONAEC à Ganhi

FRUITS ET LÉGUMES BIO

- AMAP – École Montaigne 97 73 36 87
Email : amap_benin@yahoo.fr Site web : www.amapbenin.wordpress.com ou 97 88 11 31
- Le Potager de Damien 95 25 24 07
- Les Jardins de Marlène 97 17 10 66
ou 63 09 10 51

- Bio Bénin

66 28 70 60

AUTRES COMMERCES

- La Riviera - à *Ganhi*, en face de la SONAEC Parfumerie et à Super U Erevan
- Le Grand Bazar - Avenue Steinmetz, au niveau du 2ème rond-point.

LIBRAIRIES

- SONAEC - *Ganhi*
- SONAEC - *Super U Erevan*
- Librairie Notre Dame – *Ganhi*
- Librairie LBU - *Ganhi*

IMPRIMEUR

- ESPACE ANSATH IMPRESSIONS - Monsieur Anselme ANTINDEHOU 21 38 87 82
- RICOH 21 31 30 43
Avenue du Gouverneur général Van Vollenhoven

SHOPPING VÊTEMENTS

- TOP SPORT (Mike Sport) 21 30 81 21
divers articles de sport – Boulevard Saint-Michel entre l'avenue Jean Paul II et la Pharmacie Camp Guézo
- LES FOLIES D'Eve 94 62 48 46
vente de linge de maison, draps et housses de couette en pagnes Zongo, dir St Jean
- AYODELE
vente de divers articles cadeaux, fauteuils en pagne, doudou en pagne.... - expose au café de la fondation Zinsou à Cotonou et Ouidah
- NINA STYLE
Marina Hôtel et Cadjéhoun à l'immeuble Nased
- NANA WAX en face de Mona Lisa von de la fondation Claudine Talon
- Atypic Touch 94 78 86 27
magasin à Ganhi et en face de Ci Gusta Avenue Jean-Paul II

BRICOLAGE

- LA ROCHE 21 33 05 95
Akpapa lot 58
 - BATIMAT 21 31 47 04
Avenue Delorme - Missèbo
 - Super U – Erevan
Aéroport
-

PRODUITS HIGH-TECH - ÉLECTROMÉNAGER

- Microland 21 31 37 27
Ganhi
 - LG 21 33 11 81
Ganhi ou route de Porto Novo
 - Samsung 98 18 58 57
Bd Steinmetz ou 68 88 64 99
 - HPC Informatique 21 32 22 60
Bd Saint Michel
 - Chaftel 21 3 19 39
Ganhi face à la cathédrale Notre Dame
 - Sony
Ganhi et Erevan
 - ATC Béko- Électroménager 21 31 61 48
Bd St Michel
 - May Fair Ganhi Électroménager 21 31 50 94
Ganhi
-

DÉCORATION – VAISSELLE - AMEUBLEMENT

- Style de Vie 94 75 15 15
Ganhi, à côté de la Pharmacie Ganhi
- Orca Déco - Gbedjromédé dans prolongement de l'avenue Steinmetz 21 32 00 27
- Déco Tendance
Super U Erevan
- African Wink - Rue pavée de la Haie vive
- Amani Meubles 21 31 61 48
Ameublement en magasin ou sur mesure (ATC Industrie du Bois SA)

BIJOUTERIES

- EMINI 21 31 03 78
Bd St Michel, Face à la banque Atlantique avant Tokpa
 - PERLIUS
Ganhi, rue du Myosotis en allant vers la Cour Suprême
-

SALONS D'ESTHÉTIQUE

- Spa Jouvence 21 13 02 88
Immeuble Myosotis, Avenue Jean Paul II
 - Spa Fleur d'ébène les cinq mondes 66 74 79 79
Hôtel Azalaï
 - Grain d'esthétique 97 14 97 20
Haie vive
 - Ma Diva 97 68 05 99
Hôtel du Port
 - Centre d'esthétique Erevan 97 98 32 58
Super U – Erevan
 - New Silhouette 95 06 69 41
Haie Vive (Von de la Brasserie de l'Europe)
 - The Beauty Clinic by Shade 69 39 62 30
N°568 rue 12 080 en face de la clinique Mahouna
-

SALONS DE COIFFURE

- Ma Diva Coiff 97 68 05 99
Hôtel du Port
 - Mona Lisa 97 60 80 00
Chez Rabih à Côté de Point Afrique, Avenue Jean-Paul II et Missèbo
 - Nico's Hair 97 25 77 97
Super U Erevan
-

PRESSING

- O'sec 94 55 77 77
Haie vive
- Chez Joss 97 64 23 24
Bd Steinmetz, en face du cinéma Vog ou 95 86 85 84

- Novotel 21 30 56 69
Bd de la Marina
- Pressing Irho 21 03 15 07
À côté de la mosquée de Vodje – etsirho@gmail.com
ou 96 43 38 38
ou 95 50 42 66
- Nickel Chrome 21 32 36 37
Route de l'aéroport, en face de Cl Gusta

OPTICIENS

- Chez Joss 97 64 23 24
Bd Steinmetz en face du cinéma Vog
ou 95 86 85 84
- Opticien – galerie marchande d'Erevan
- Central Optique - *Ganhi en face de l'Acropole*
- Tchi Tchi *Bd de la Marina*

TISSUS - MERCERIE

- Vlisco - *Ganhi*
- Woodin - *Ganhi*
- Marchés de Missèbo et Dantokpa
Pagnes au mètre, lin, tissus de confection et d'ameublement à Missébo. Les articles de mercerie se trouvent à côté des perles à Dantokpa.

CORDONNIER

- Bénin Chaussures
À côté de Franc Prix, Avenue du Canada à droite en direction de la Place de l'Étoile rouge

FLEURISTES

- Confiance Fleurs 97 54 73 05
Carrefour Air France, route de l'aéroport en face, coin rue vers l'école Montaigne
- Fleuriste au Centre Commercial Super U - Erevan

ACTIVITÉS SPORTIVES

N'hésitez pas à consulter les pages Facebook "Expats au Bénin" et "Expats français au Bénin" et à publier votre recherche. La communauté vous donnera les informations à jour

- Club des Nations 21 30 37 31
équitation, tennis, pétanque ...
- Centre de Loisirs – Club Polyglotte 97 32 86 86
Voir Crèche ELFI JDE Von de l'ambassade des Pays Bas, rond-point Érévan
- Multicorps 96 83 08 28
Zumba, afro-contemporain, classique, danse orientale, street dance, hip-hop, capoeira, yoga, pilates
Patte d'oie, à côté de la Place des Martyrs, à droite vers le carrefour Cadjéhoun 21 10 20 82
www.multicorps.org 94 47 95 89
Facebook : Centre Chorégraphique Multicorps
- Aquagym 21 30 01 00
Hôtel Bénin Marina
- Golf et Tennis 21 30 01 00
Hôtel Bénin Marina
- Aquabike et salle de sports 21 31 72 00
Hôtel Azalaï
- Salsa
Anaïs - près de la Pharmacie Adéchina 90 02 27 92
Roméo - route de Porto Novo 97 03 33 50
Herman - Cadjéhoun 95 97 26 70
- Association Capoeira Bénin 97 03 44 10
- Wellness Fitness Club 66 59 59 40
- Yoga
En raison de l'offre très importante de cours de Yoga nous ne sommes pas en mesure de faire figurer tous les intervenants ici, une liste est à disposition sur simple demande à cotonou.accueil@gmail.com
- Parkour /Freerunning/ Yamakassi/Urban Gladiators 62 29 54 88
Stade de l'amitié et extérieur ou 95 11 86 00
Facebook : Bénin Parkour & Freerunning/Urban Gladiators
- Équitation – Voltige – Ballade - Passage de galop 96 10 41 07
au Club des Nations
Facebook : Club des Nations Section Équitation Cotonou

- **Tennis de table**
Fédération Béninoise de Tennis de Table (FBTT)
Hall des Arts

- **Badminton**
Responsable - Mr Aubin 96 25 26 74
Le coach - Sébastiano 95 22 17 74
Hall des Arts
Facebook : EuroBadmintonClubCotonou

- **Arts Martiaux**
Kyoshi rokkudan 6e Dan – En privé 64 64 18 96
Instructeur international de Karaté do dispense des cours à INAMA ou 66 33 54 41
WhatsApp + 225 51 91 79 47
Au CPA près du Hall des Arts

- **Football**
Cotonou Football Academy
Fadi Berri 96 11 11 14
Au Fairplay à Cotonou
Facebook : Cotonou Football Academy

- **Rugby**
Marina Hôtel

- **Fédération Béninoise d'Escrime**
Euloge AOUTCHEME 67 01 07 48
Stade de l'amitié

- **Tir à l'arc** 96 37 51 82
route fidjrosse fin pavé, direction cabane du pêcheur
Facebook : Fédération française de tir à l'arc à Cotonou

- **Zumba**
Zum' with Nao
Cocotiers
web : <http://zumwithnao.com>
Facebook : Zum' With Nao

- **Piloxing** 97 97 84 48
Estelle Moehlin coach sportif Brevet d Etat et Master Trainer Piloxing® chez
FITBOX

- Vélo 64 59 53 53
Olympiade Aventure
Facebook : Olympiade Aventure
- Danse et Fitness 67 67 00 40
Art'n movement Academy ou 63 28 67 08
Immeuble Événementiel à Camp Guézo
Facebook : Art'n movement Academy

ACTIVITÉS CULTURELLES

- Institut Français 21 30 99 25
Avenue Jean-Paul II près de l'Ambassade de France
Théâtre, projection de films, concerts, bibliothèque-médiathèque adultes et enfants, location de DVD, Cours de musique, initiation à l'informatique, spectacles et une Cafétéria
Email : secretariatccfcotonou@yahoo.fr ou consulter le site www.if-benin.com
Facebook : institutfrançaisbenin
Possibilité de se tenir informé en s'inscrivant à la newsletter via le site de l'Institut mais également de recevoir des informations supplémentaires via WhatsApp en inscrivant leur numéro dans vos contacts : +229 65 31 44 44 et en leur adressant ensuite un message pour être inscrit sur la liste de diffusion
- Fondation Zinsou 20 32 27 19
Au carrefour après le Centre de Promotion des Artisans tourner à droite c'est un peu plus loin à droite
La fondation est présente à Cotonou et OUIDAH
Expositions temporaires, boutique, ateliers pour enfants 5 à 12 ans les petits pincesaux. Elle présente des expositions d'Artistes Africains avec visites guidées. Ce lieu est également doté d'un salon de thé décoré en fonction du thème des expositions.
Email : www.fondationzinsou.org
- Club International des Femmes de Cotonou 94 39 14 43
Réalise de nombreux projets dans le domaine de l'éducation et de la santé au profit des femmes et des enfants au Bénin.
Email : cifccotonou@hotmail.fr

- Centre Culturel Chinois 21 31 31 74
sur l'Avenue Jean-Paul II
Cours de langue, projection de film, Tai chi chuan...
- Centre Culturel Américain 21 30 06 50
Ambassade des États-Unis - Bd de la Marina
Ressources sur l'apprentissage de l'anglais
- Centre de Promotion des Artisans
Bd Saint Michel
Artisanats locaux, ventes de bronze et antiquités africaines.

BONNES ADRESSES POUR PASSER UN BON MOMENT

- Bab's Dock 97 97 01 96
- La Cabane du Pêcheur 95 55 00 03
Sur la route des pêches
- Possotomé chez Théo 95 05 53 15
- Grand Popo, Awalé plage 95 50 29 15
- Les Nouveaux Alizés
Sur la route des pêches
- Casa del Papa 95 95 39 04
Ouidah
- Royal Paradise Hôtel 61 56 31 52
Allada chez Éric
- Ganvié 21 33 19 19
Pirogue et guide - Hôtel du Lac

BARS DE NUIT

- Code Bar
Rond-point Érévan
- Sanctuary
Boulevard du Canada, Cadjehoun
- Home
Terrasse sur le toit
Boulevard du Canada, Cadjehoun

- MAD
Haie Vive

RESTAURANTS

- Shamiana
restaurant indien 97 97 09 03
rue du ministère de l'Agriculture
- Rouski Dom 96 41 41 93
en face du Shmania
restaurant russe
- Wasabi Sushi Bar 64 07 07 07
Haie vive à côté du supermarché du Pont
- Thaï – Thanh 21 30 27 50
Haie vive fin pavée
restaurant vietnamien
- Bangkok Terrasse 21 30 37 86
À côté de Top Sport, rue menant à la Pharmacie Camp Guezo
restaurant thaïlandais
- Sorrento 21 30 37 79
Hall des Arts en face d'ATC Beko, Bd Saint-Michel
- L'Imprévu 66 97 40 40
Face au siège social d'Ecobank à Ganhi
- Les 3 Mousquetaires 21 31 61 22
Avenue du Général de Gaulle
- Le Privé 21 31 46 76
Avenue Clozel, Ganhi
- Le Berlin 21 31 74 78
Après le siège de la Société Générale sur la gauche, au bord de l'eau, Ganhi
- Le Livingstone 21 30 27 58
Voie pavée Haie vive
Bonnes pizzas

- Restaurant Rose Beach 95 55 60 23
Sur la route des pêches
 Restaurant antillais - Il est préférable de commander à l'avance

ACTIVITÉS AU SEIN DE COTONOU ACCUEIL

- Ateliers mis en place par Cotonou Accueil tout au long de l'année, se renseigner auprès du bureau
- Atelier lecture, travaux d'aiguilles, conversation anglaise, atelier peinture, cuisine, Scrabble....

AUTRES CONTACTS UTILES

COMPAGNIES AÉRIENNES

- Air France 21 30 18 15
- Air Côte d'Ivoire 21 31 86 14
- Afrique Airlines 21 30 30 60
- Air Burkina 21 31 37 06
- Asky airlines 21 31 55 32/72
- Ghana Airways 21 31 42 83
- Nigeria Airways 21 31 52 32
- Royal Air Maroc 21 30 90 21
- SN Brussels Airlines 21 30 16 82
- Turkish Airlines 61 21 21 21

AMBASSADES ET CONSULATS

- Allemagne 21 31 54 51
 ou 21 31 56 93
- Afrique du Sud 21 30 72 17
- Algérie 21 00 44 02
- Belgique 21 30 18 75

- Brésil 21 30 38 62
- Cuba 21 31 52 97
- Danemark 21 30 38 62
ou 21 30 38 63
- Égypte 21 30 08 42
- États-Unis 21 30 06 50
ou 21 30 17 92
- France 21 30 35 19
ou 21 30 02 26
- Ghana 21 30 07 46
- Grèce 21 31 29 91
- Italie 21 31 30 06
ou 21 31 89 37
- Libye 21 30 04 52
- Niger 21 31 47 39
- Nigéria 21 30 11 42
- Pays Bas 21 30 04 39
ou 21 30 39 53
- RP Chine 21 30 03 36
ou 21 30 07 65
- Russie 21 31 28 34
- Suisse 21 30 07 02
- Tchad 21 33 06 10
- Togo 21 31 80 53
- Vénézuela 21 30 23 88

HÔTELS

- Hôtel du Lac 21 33 66 94
- Hôtel du Port 21 31 49 02
- Hôtel Novotel Orisha 21 30 41 77
- Azalaï 21 31 72 00
- Maison Rouge 21 30 09 01
ou 65 12 69 89

COURRIER EXPRESS

- DHL 21 30 10 85
ou 21 30 13 14

- EMS 21 31 40 83
- TOP CHRONO 21 31 06 54

DÉMÉNAGEMENT

- AGS 21 33 54 03
- AFRICA – DEM 64 85 22 22
Emballage, Déballage, Garde-meubles, Déménagement international et national, Transfert, Groupage, Gestion Électronique de Documents
Rue 1.012 quartier 322 Donaten Maison 40 Cotonou Bénin

ENTRETIEN MAISON

Désinsectisation – Entretien Locaux, maisons

- CSEB 21 30 78 26
Désinsectisation, dératisation
de vos maisons/locaux. Devis gratuit
Contact : cseb.commercial@gmail.com 66 65 25 22

Il s'agit là d'une liste d'adresses Non Exhaustive !!! Elles vous sont communiquées à titre indicatif et n'engagent en aucune façon Cotonou Accueil. Tout bouge très vite, merci de nous faire part de vos bonnes ou mauvaises expériences afin de contribuer à rendre « Le Cotonou Pratique » encore plus adapté à vos besoins et attentes.

Pour plus d'infos il existe une invention merveilleuse INTERNET :-)
Venez visiter le Facebook de Cotonou accueil : www.facebook.com/Cotonou-Accueil

D'AUTRE SITES

- www.couleurafrique.com – pour consulter les magazines Bénin Couleurs
- www.petitfute.com
- expats in benin (Facebook)
- expatblog.com
- www.routard.com

