



Abidion
Planet

Gratuit • du 16 au 31 Déc. 2022
• N°314 •

COLLECTION CAURIS ET COLLECTION SANDOLA

AC BY AC

African Creative by A. Constant



*Qu'elle soit pleine d'inspiration et de succès et qu'elle renforce
notre collaboration*

Editeur, maquette et PAO :

**Editions Voltage SARL au capital
de 5 000 000 F.CFA**

Riviera Synacass CI

Tél. : +255 27 21 78 06 90
+225 07 07 08 49 71

25 BP 787 Abidjan 25

Directeur de Publication :

A. Fadiga

Rédacteur en chef :

M. Sarlat

Sécretaire Général de la Rédaction :

Hermann Djea

www.facebook.com/AbidjanPlanet

Email : abidjanplanet@yahoo.fr

Site web : www.abidjanplanet.ci

Impression : **Hooda Graphics**

15 000 exemplaires, Mensuel.

Agrément CSP : **ER-135/CSP**

Dépôt légal : **4815 du 02/09/99**

*Les textes, photos et illustrations
présents dans Abidjan Planet®
sont la propriété de
Editions VOLTAGE.
Reproduction interdite du contenu
de ce magazine sous peine de
poursuites.*



Une autre année

Décembre, mois des bilans ! Bilan mitigé quand on sait l'épreuve à laquelle 2022 nous a confrontés. Même pas encore remis des séquelles de la COVID, que le conflit russo-ukrainien nous tombe dessus. Cette fois avec des effets beaucoup plus pernicieux. Une inflation généralisée. La vie devient de plus en plus chère !

Plus aucun ménage ne sait désormais à quels saints se vouer. Unanimement, l'on est prêt à emprunter au poète **Alphonse de Lamartine** quelques vers de son poème "*Le Lac*" : "*Ô temps! suspends ton vol, et vous, heures propices ! suspendez votre cours: laissez-nous savourer les rapides délices des plus beaux de nos jours*" !

Et si l'occasion nous en était donnée ? Chacun pourrait saisir cette perche et faire une esquisse de ses volontés pour 2023. Soit ! La période est tout de même propice. Pourquoi ne pas adopter une attitude candide ? Se laisser entraîner par la magie de Noël. Et s'offrir de merveilleux réveillons. Cela est bien possible.

Il n'y a toutefois pas lieu de désespérer. Car dit l'adage, les jours se suivent sans pour autant se ressembler. C'est avec une foi inébranlable que votre magazine préféré vous accompagne dans cette transition vers 2023. Ce **numéro 314** vient à propos. Rien que pour vous, notre reporter a fait une incursion dans les différents marchés de Noël de la capitale. Acceptez également de vous envoler vers Tombouctou avec le talentueux **Ibrahim Fernandez**. La période est d'ailleurs bonne pour une évasion. Notre carnet de voyage s'y prête bien avec un zoom sur la cité balnéaire d'Assinie. De quoi vous donner des idées. Un véritable délice vous attend avec la rubrique Gazoil qui est bien fournie pour vous conduire dans tous les endroits branchés de la capitale.

Excellentes fêtes de fin d'année !

sommaire

Gazoil	2	Auto pour les Nuls	45	Gourmets	59
Geek	14	Vernissage	42	Carnet de Voyage	61
Mode	18	Répertoire (<i>Ma Ville en Déc.</i>)	45	Jeux	68
Shopping	22	Numéro utiles	56	Jeux et Soluces	69
Zoom	24	Marées	57	Horoscope	70
Annonces immobilières	37	Petites Annonces	58		

Le réveillon de Noël Toit d'Abidjan et Brasserie

Plongez dans l'univers féerique de Noël et profitez pleinement du menu spécial préparé pour vous par Chef MOSTI à 19h30.

Toit d'Abidjan: 75 000 FCFA par adulte, une coupe de champagne inclus

La Brasserie: Buffet festif - 50 000 FCFA par adulte

Rés. : 27 22 48 26 26 - 07 87 93 17 23

Samedi
24
décembre



LE MARCHÉ DE NOËL

Pour trouver des cadeaux originaux, pour déguster de bonnes crêpes ou simplement pour passer un moment avec vos proches !

Au programme : Exposition vente : Mode, Gourmandise, Décoration, Bijoux, Fleurs etc Bars à crêpes, Sangria, Chocolat, photos souvenirs, père Noël, etc.

Tél. : 27 22 48 26 26

Mercredi
14 au 18
décembre

Le Marché de
NOËL

LA MAGNIFIQUE SOIREE DE SAINT-SYLVESTRE

Un spectacle inédit à Abidjan, des artistes internationaux d'exception et une explosion de saveurs pour un fabuleux réveillon à 19h30 au Palais des congrès.

Tarif: 230 000 FCFA par adulte

Inclus : Apéritif au champagne, diner, spectacle, Vogue Live Band, Dj

Rés. : 07 87 93 17 23 - 27 22 48 26 26

LE BRUNCH DE NOËL «A LA GOURMANDISE»

Il n'y a rien de plus parfait que de célébrer Noël autour d'un somptueux brunch, de 12H30 à 15H30. Adultes : 70 000 FCFA - Une coupe de champagne offerte & 110 000 FCFA - Champagne à volonté

Enfants 20 000 FCFA de 0 à 12 ans & Gratuit de 0 à 5 ans

Rés. : 27 22 48 26 26 - 07 87 93 17 23

Dimanche
25
décembre



Samedi 31
décembre



SOFITEL

ABIDJAN HOTEL IVOIRE

PRESENTE

LA MAGNIFIQUE SOIRÉE DE

la *Saint Sylvestre*

**SAMEDI
31 DECEMBRE
AU PALAIS
DES CONGRÈS**

**230 000 FCFA
PAR ADULTE**

*Inclus : apéritif au champagne,
dîner festif, spectacle, Vogue live band, dj*

RÉSERVATION : 07 87 93 17 23 - 27 22 48 26 26 / H8844-FB@SOFITEL.COM

SPECTACLE : ILLUSIONNISTE, ROLLERSKATING, FILDEFERISTES, DANSE AÉRIENNE, SANGLES AÉRIENNES, HULA HOOP ETC



**Découvrez notre programme complet en scannant le QR code
à l'aide de votre téléphone portable**



Soirée des Assiettes et du Vin

Judi 15
décembre

Marcory zone 4, Bd.
Marseille, club house de
l'ASNA. Prix : 28.000fcfa/pers.
Info : 07 88 14 18 88

Samedi 17
décembre

JOSEY concert live

Palais des congrès du Sofitel Hôtel
Ivoire à 19h. Grd Public : 50.000, VIP :
100.000 et VVIP : 150.000fcfa
Infoline : 07 08 89 86 21



Concert Caritatif

Vendredi
16
décembre

Avec KS Bloom au Sofitel Hôtel
Ivoire à 20h. Pass : 50.000fcfa
VIP : 100.000fcfa.

Tél. : 01 01 51 01 36

Marché de Noël

Ecole Jacques Prévert (De 8h30 à 17h30).

L'accès est réservé aux parents de l'école et du
Lycée Blaise Pascal de 8h30 à 11h.

Infoline : 07 07 07 34 26



Samedi 17
décembre

Chorale
multi-langues
des élèves

Ateliers
créatifs
pour enfants

Samedi 17
décembre

L'Atelier du Père Noël

Au Jardin Botanique de
Bingerville organisé par les
ateliers créatifs. De 8h30 à
15h30. Pass : 20.000fcfa

Whatsapp : 01 02 500 340

Samedi 17
décembre

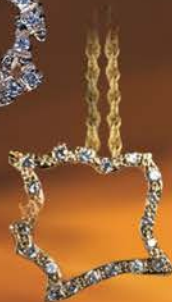
Marché de Noël eco- solidaire

A l'école la Farandole Internationale,
de 9h30 à 17h30. Chorale multi-
langues, ateliers créatifs, espace resto...
Infoline : 27 22 41 46 10





*j'aime mon pays.
la Cote d'Ivoire*



Riscles
JOAILLIER - CREATEUR

NOËL EN OR

Aux 2plateaux, carrefour les Oscars de 8h à 17h.

05 06 93 93 53 / 07 07 75 08 95 / 01 40 11 18 22



Samedi 17
décembre

Obam's en concert live

Au Palais de la Culture de de Treichville
à 18h 18.

07 07 880 305

07 07 013 585

Dimanche
18
décembre



MEIWAY et le Zo Gang

En concert live au Palais de la Culture à 20h.

Prix : 10000, 15.000 et 25.000fcfa

Infoline : 07 07 970 850



Vendredi
23
décembre

Jeudi 22
au 23
décembre



Dimanche
18
décembre

NOËL FÉÉRIQUE

La grande Kermesse Noël,
14h30. Prix : 3.500fcfa

Réservation : 07 09 24 00 73

Concert Live Kimon de Ramses

Au Palais de la Culture, ouverture des portes à 16h.

Pass : GP-5.000, VIP-10.000 et VVIP-15.000fcfa

Infoline : 07 58 41 75 69

Jeudi 22
décembre



I'vo Chella

Concert, musée du selfie, food court, game
space, mode, action humanitaire...

Info : 07 08 03 04 20 / 05 02 22 18 63





Riv. GROUND Perla
30x60 12"x24"

GROUND Perla
30x60 12"x24"



LUXUEUSE DOUCHE À VAPEUR & SAUNA
Partie vapeur/douche humide
Panneau de commande informatisé
Jets de massage
...

SUPER PROMO 50%
du 7 Nov 2022 - au 6 Jan 2023
Jusqu'à 50% De réduction



Samedi
24
décembre

FALLY IPUPA

En concert au Sofitel Hôtel Ivoire
à 20h. Prix : 50.000, 100.000,
150.000 et 200.000fcfa
07 59 65 35 50 / 05 85 59 18 18

DRÔLES DE FEMMES

Vendeuses d'illusions contre marmailleuses
au Palais de la Culture à 19h. Pass : 20.000 et
VIP : 50.000fcfa.

Info : 07 87 700 707



Samedi 24
décembre

VS MARMAILLEUSES

20.000

TIAKOLA MELO

En concert live à l'Ivoire Golf Club à
15h. 10.000, 25.000 et 50.000fcfa
07 68 42 20 19 / 05 86 98 48 01



Samedi 24
décembre



Programme :

- Jeux à volonté
- Accès privilégié à la descente du père NOËL
- Dîner Spécial NOËL
- Distribution de cotillon par le Père NOËL

Dimanche
25
décembre

Brunch du Père Noël

Jeux à volonté, déjeuner spécial Père Noël.

A Cocody Riviera M'Badon

Info. : 05 65 36 29 72 / 07 57 67 04 74



Dimanche
25 au 26
décembre

GIMS
EN CONCERT

25 DÉC

à BABI

26 DÉC

GIMS EN CONCERT

à Babi

Infoline : 07 49 67 67 67

Abidjan Planet



Dimanche
25
décembre

DEBORDO LEEKUNFA



En concert live à l'esplanade du Palais de la
Culture à 16h. Pass : 10.000fcfa et 20.000fcfa.

Infoline : 27 22 50 57 57 / 95 54 18 00 00

Mosaic
JEWELRY



Prima Center, Zone 4
Le Mall Z4, Rue Paul Langevin

  Mosaic Abidjan

+225 07 07 37 87 87



L'Art de Vivre : Brochette Party

De 19h à 23 h. Prix : 10.000 fcfa

11 plateaux boulevard Latrille : 07 57 35 51 09**Tous les jeudis**

Tous les jeudis, notre chef cuisinier européen sort le barbecue, sur notre belle terrasse pour satisfaire les amateurs d'assiettes carnivores. (Brochettes mixtes, garniture, boisson offerte)

RETRO CHIC

A Eden traiteur à partir de 19h (ambiance retro, buffet à volonté, cocktails de bienvenue live).

Pass : 30.000fcfa (hors boisson).

Réservation : 07 98 61 50 61**Vendredi 30 décembre****KIZZ DANIEL**

Concert live à Abidjan à l'Ivoire Golf Club à 19h.
Pass : 25.000, 50.000 et 100.000fcfa.

Tél. : 05 95 73 54 33**Mercredi 28 décembre****Jeudi 29 décembre****Roseline Layo en concert live**

Au Sofitel Hôtel Ivoire à 19h. Pass : 10.000, 25.000, 50.000 et 100.000fcfa

Infoline : 07 08 37 96 31 / 07 57 94 43 07**Samedi 31 décembre**

07 09 09 71 45 / 07 09 09 84 07

SERGE BEYNAUD

Au stade municipal de Grd-Bassam à partir de 18h.
Grand-Bassam en fête...

Infoline : 07 48 40 93 93**Samedi 31 décembre**



© 2022 SUGAR

Donner un peu de soi,
C'est recevoir beaucoup de joie !
Bonne et heureuse année 2023.



Le grand sucre des petits bonheurs



L'ANRMP obtient la certification ISO 9001 version 2015 pour l'ensemble de ses activités

L'**Autorité Nationale de Régulation des Marchés Publics** a obtenu la certification ISO 9001 version 2015 sur l'ensemble de ses activités et ce, suite à l'audit mené par SGS, en Septembre 2021.

La norme ISO 9001 version 2015 certifie les Systèmes de Management de la Qualité mettant l'accent sur l'amélioration continue des services pour la satisfaction de la clientèle.

Confirmée à travers l'audit de suivi réalisé en novembre 2022, la certification de l'ANRMP est le fruit du travail d'une équipe que constitue l'ensemble du personnel mobilisé autour d'un objectif commun : démontrer sa capacité et son engagement à fournir des prestations de haute qualité afin de répondre à l'attente des usagers et partenaires.

Ce label est une marque de reconnaissance de la qualité du travail du régulateur pour sa contribution à l'amélioration de l'écosystème des marchés publics et à la promotion de la bonne gouvernance.

Cette certification vient témoigner de la mise en place d'un processus de transformation et d'amélioration continue des stratégies de management de l'institution.

Dotée de la certification ISO 9001 version 2015 et conformément à sa vision, l'ANRMP relève plus que jamais, l'ambition d'«***Cœuvrer à l'amélioration des performances globales du système de la commande publique en Côte d'Ivoire, avec toutes les parties prenantes***».

A propos de l'ANRMP

L'Autorité Nationale de Régulation des Marchés Publics est une Autorité Administrative Indépendante régie par la loi n°2020-484 du 27 mai 2020 ratifiant l'ordonnance n°2018-594 du 27 juin 2018 portant création, organisation et fonctionnement de l'Autorité Nationale de Régulation des Marchés Publics, en abrégé ANRMP.

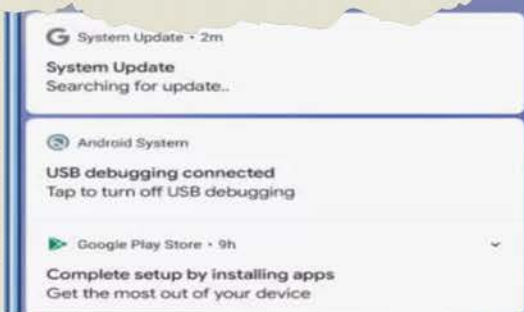
Elle a en charge principalement :

- la définition des politiques en matière de commande publique et la formation et la sensibilisation des acteurs, du secteur public, du secteur privé et de la société civile ;
- les audits indépendants et études s'inscrivant dans le suivi-conseil des autorités contractantes ;
- le règlement des litiges et différends nés à l'occasion de la passation des marchés publics et des contrats de Partenariats Public-Privé

ATTENTION, UN VIRUS SE FAIT PASSER POUR UNE MISE À JOUR D'ANDROID ! Hi-Tech

Des hackers ont créé un faux fichier de mise à jour sur le système d'exploitation Android.

Si on l'installe, le pirate peut prendre le contrôle total de votre téléphone, récupérer tous les fichiers. Là où ça devient très grave il peut rechercher les fichiers bureautiques avec les extensions spécifiques .doc, .docx, .pdf, .xls et .xlsx, examiner les données du presse-papiers et le contenu des notifications, et même prendre des photos via les caméras avant ou arrière de votre smartphone. Ce fichier de mise à jour est répertorié sous les noms de «update» et «refreshAllData». Il imite quasi à la perfection le message de mise à jour d'Android. L'application affiche des fonctions telles que la présence de WhatsApp, le pourcentage de batterie, les statistiques de stockage, le type de connexion Internet... Une fois que l'utilisateur a choisi de «mettre à jour» les informations existantes, l'application s'infiltre dans l'appareil concerné. Un conseil donc : éviter d'installer des fichiers .APK, surtout s'ils promettent une mise à jour du système. Pour ce type de mise à jour importante, faites confiance uniquement à Google, et utiliser l'utilitaire intégré avec votre smartphone.



CE ROBOT POURRAIT REMPLACER LES INJECTIONS POUR LES SOINS Hi-Tech

Des chercheurs du MIT ont mis au point une gélule motorisée capable de traverser la barrière muqueuse de l'intestin grêle. Elle pourrait représenter une alternative aux piqûres pour des traitements comme l'insuline ou certains antibiotiques.

De nombreux médicaments ne peuvent pas être pris de manière orale à cause de la barrière muqueuse intestinale. C'est la raison pour laquelle certains traitements, comme l'insuline ou toute autre substance à base de protéines ou d'acides nucléiques, doivent être administrés par injection. De nombreuses pistes sont

étudiées pour contourner cette barrière. Des chercheurs du Massachusetts Institute of Technology (MIT), aux États-Unis, ont trouvé une méthode assez originale en utilisant une capsule robotique baptisé RoboCap. Elle creuse un tunnel à travers la barrière muqueuse afin de déposer le médicament directement sur l'épithélium. La capsule mesure environ 2,5 centimètres de longueur, pour un peu moins d'un centimètre de diamètre. Elle est protégée par une couche de gélatine qui se désagrège au contact du pH de l'intestin grêle.





À COSMOS YOPOUGON L'ÉLÉGANCE EST UNE RÉFÉRENCE



CES ENCEINTES «INVISIBLES» VEULENT RÉVOLUTIONNER LE SON EN VOITURE

Conçue par LG, la Thin Actuator Sound Solution se débarrasse des haut-parleurs, des bobines et des aimants pour devenir ultraplate. Cette membrane vibratoire ultra fines de 2,5 mm d'épaisseur devrait être intégrée dès l'an prochain dans les voitures pour obtenir un son précis et puissant tout en gagnant de la place et en réduisant le poids.



Hi-Tech

En matière d'audio, pour qu'il y ait un son enveloppant et du volume, il faut une caisse de résonance et d'épais haut-parleurs coniques. C'est pour cette raison qu'il n'existe pas vraiment de système d'enceintes audio très haut de gamme suffisamment plate pour passer inaperçu. Le seul procédé qui s'en rapproche avec une moindre épaisseur repose sur la technologie mise au point par NXT. Sur le haut-parleur, à la place d'un diaphragme qui bouge d'avant en arrière tel un piston, c'est le panneau qui vibre sur toute la surface grâce à une membrane très plate. L'ensemble reste toutefois épais de plusieurs centimètres. C'est un procédé similaire qui est parfois utilisé sur les enceintes Bluetooth relativement fines. Avec la Thin Actuator Sound Solution, LG Display est allé plus loin en développant une nouvelle technologie de haut-parleurs dits invisibles dédiée aux automobiles.

GRAN TURISMO : UNE IA EXPLOSE LE MEILLEUR TEMPS DE LEWIS HAMILTON

Hi-Tech

Sophy, l'IA développée par Sony et Polyphony Digital, vient de confirmer ses qualités de pilote. Elle est parvenue à pulvériser le meilleur temps de Lewis Hamilton, septuple champion du monde de Formule 1.

En février dernier, Sony AI et Polyphony Digital avaient présenté Sophy, une nouvelle intelligence artificielle pour les jeux de la série Gran Turismo. Elle devrait à terme remplacer l'IA actuelle, qui fonctionne grâce à des règles, que les joueurs trouvent trop prévisibles et dont le style de conduite diffère trop des humains. Le développement de Sophy se poursuit et vient de franchir une nouvelle étape en battant un des records de Lewis Hamilton. Les chercheurs l'ont mis à l'épreuve sur la Boucle Nord (Nordschleife) du Nürburgring à Nürburg. Longue de plus de 20 kilomètres, elle est considérée comme l'un des circuits les plus exigeants au monde. La course se passe dans le mode Lewis Hamilton Time Trial Challenge du jeu Gran Turismo Sport.



GRANDE FINALE Y'ello STARTUP!

MTN

Le vendredi 2 décembre 2022, MTN Côte d'Ivoire procédait à la Grande Finale du programme Yello Startup, qui était à sa 4ème édition. 7 Start Up finalistes ont présenté à travers des pitches, leurs projets devant un jury d'experts mais aussi devant le grand public.

La Startup « Coursier médical », a été déclaré

vainqueur de cette édition Y'ello Startup 2022, et a remporté la somme de 12 millions FCFA suivi respectivement de la startup « Agritech » qui remporte la somme de 7 millions FCFA et « GSPM-PRO 2.0 » avec la somme de 5 millions FCFA. Un prix d'encouragement d'un montant de 3 millions FCFA a été décerné à la startup « Smartfin »



1. Mamadou Touré, Ministre de la Promotion de la Jeunesse, de l'Insertion professionnelle et du Service Civique
2. Djibril Ouattara, Directeur Général de MTN CI
3. Coursier Médical, Startup lauréate gagnante Y'ello Startup 2022
4. Marlène Kouassi, Miss Côte d'Ivoire

5. Keynote speakers
6. Patrick Ahtoungbré CMO MTN CI
7. Jury de sélection
8. Audience présente

Voyage à Tombouctou avec IBRAHIM FERNANDEZ

Créateur très prolifique, Ibrahim Fernandez fait voyager ses nandis dans le sahel. Il leur consacre sa toute dernière collection haute couture dénommée "The new Tombouctou".



Il a tout mis à neuf pour accueillir son nouveau bijou. En Zone 3, sur le boulevard de Marseille **Ibrahim Fernandez Couture** est visible aussi bien sur le fronton à l'entrée de la boutique que sur le totem qui est planté en face. Un nouveau showroom qui le démarque du précédent car désormais, il rêve grand. Il est de plain-pied dans la haute couture. Son nouvel antre est dédié à une clientèle select. Là-bas, il ne produit que du sur-mesure.

The new Tombouctou

Cette collection a vu le jour au mois de septembre dernier. Elle est assurément la version améliorée de l'édition d'il y a quatre ans. "The new Tombouctou" est une ode à la femme sahélienne. Un modèle raffiné qui s'inspire du caractère doux de ces femmes. Déclinée en différents modèles "The new Tombouctou" est unique. Les pièces sont en édition limitée pour selon **Ibrahim Fernandez** marquer l'authenticité de celles qui les porteront.



Magazine



Avec la dextérité qu'on lui connaît, il reste pointilleux sur les finitions. "The new Tombouctou" symbolise la pureté, la douceur, la décence. Il est caractérisé par sa couleur blanche. Ce matériau, il l'a imaginé et s'est donné les moyens de le concevoir. De la mousseline de soie à franges soigneusement découpée en lamelles au laser. Ce qui laisse croire à un plumage d'oiseau. "The new Tombouctou" est la matérialisation d'un rêve du styliste.



Celui de voir à ces femmes du sahel aborer, une autre culture vestimentaire. Un style qui les rendrait davantage radieuses. A ce tissu soyeux, immaculé, il rajoute sa touche, dont cet ornement très utilisé qui est le cauris. C'est un chef-d'œuvre qui déjà transcende les frontières ivoiriennes duquel nous gratifie Ibrahim Fernandez. Tenez-vous bien mesdames, "The new Tombouctou" se porte en robe de soirée, ensemble, blazer ou pantalon.

Texte : Japhet • Photos : Ibrahim Fernandez



ALAIN AFFLELOU

Tchin Tchin Spécial Fêtes

Montures collections Coco song



Bld. Latrille, 35
Tél. 27 22 41 62 52

Marcory, Rue du Canal
Tél. 27 21 35 65 55

C.C.ial Playce Marcory
Tél. 27 21 26 51 56

C.C.ial Cap Nord
Tél. 05 64 44 52 51

**VOTRE 2^{ÈME} ET 3^{ÈME} PAIRE
POUR 1000 CFA DE PLUS***

LA 3^{ÈME} POUR VOUS OU À OFFRIR EN CADEAU



ALAIN AFFLELOU
ABIDJAN

Bd. Latrille, 35. Tél. 27 22 41 62 52

Quartier Marcory, Rue du Canal. Tél. 27 21 35 65 55

C.C^{ial} The Playce Marcory. Tél. 27 21 26 51 56

C.C^{ial} Cap Nord. Tél. 05 64 44 52 51

Complexe Akwaba

un projet signature au cœur d'Abidjan



Pose de la première pierre des travaux de construction du COMPLEXE AKWABA.

PN Holding Group, est un groupe espagnol porteur d'un énorme projet estampillé Complexe Akwaba qui sera implanté dans la chic commune de Marcory.

PN Holding Group évolue dans la promotion immobilière, l'ingénierie civile et l'édification. Fort d'une expérience de 20 ans et présent dans 12 pays et sur 3 continents, leur vocation est de construire. Ils s'engagent à soutenir les acteurs qui planifient des villes et des territoires pour un futur durable et l'émergence du secteur immobilier. Ils prennent en charge les projets d'habitation de A à Z et conçoivent des modèles de maison sur mesure afin de satisfaire pleinement leur clientèle. Le client est impliqué dans chaque étape. Ils promettent de construire vos projets immobiliers en tenant compte des nouvelles tendances du secteur et en veillant particulièrement à l'efficacité énergétique et au respect de l'environnement.

Construction VIP, clé en main

Le complexe a été baptisé "Akwaba" pour exprimer le caractère généreux et hospitalier du projet, ancré dans l'essence de la culture ivoirienne.



L'hôtel est largement ouvert sur la ville tandis que la galerie commerciale devient un espace de passage, élément de liaison entre le futur métro et la rue du Canal. Un jardin suspendu reliera l'ensemble des éléments programmatiques du complexe. Dans cette oasis haut de 16 étages, les bureaux, les logements, le centre de conférences et l'hôtel s'entremêlent dans un jeu entre espace privé et invitation au partage.

Des résidences adaptées à vos besoins en tout point.

Du standing à l'environnement, tout est pensé pour offrir le meilleur. Localisé dans la commune de Marcory, à Biétry, une zone résidentielle de luxe, le complexe Akwaba se situe entre le Boulevard Valérie-Giscard-d'Estaing et la Rue du canal. Le quartier de Biétry reste très prisé à cause de son important réseau en voie de communication. Qu'il s'agisse de transport terrestre, maritime, aérien ou ferroviaire il reste très accessible.

Le futur métro d'Abidjan se trouvera à 5 min en voiture du complexe Akwaba, l'aéroport se trouve à 15 min et la lagune est l'un des voisins les plus proches. Au-delà des transports, le complexe profite d'un emplacement stratégique qui offre de la visibilité et un accès facile aux commerces, écoles et salles de sport. On y trouvera également une galerie commerciale. Dans un rayon de 4km, on comptabilise plus de 30 supermarchés et centres commerciaux, une dizaine de restaurants à moins de 2km de même que des écoles et pharmacies à proximité.

Un confort qui dépasse vos attentes.

L'immeuble résidentiel propose des matériaux nobles et pérennes qui permettent d'accueillir famille et amis dans une atmosphère agréable et élégante. La résidence Akwaba vous offre des intérieurs d'exception en répondant aux standards internationaux les plus performants. Toutes les commodités sont également réunies pour vous permettre d'y installer vos bureaux.





En plus, des prestations de qualité s'offrent aux résidents. Il s'agit entre autres de : service de conciergerie, une piscine, un rooftop aux diverses activités, un espace coworking, un jardin suspendu, des performances thermiques et acoustiques, une climatisation et une ventilation des espaces de vie...



Investissez et gagnez à tous les niveaux...

Le complexe akwaba est le lieu idéal pour Investir ou habiter à Abidjan. Tout est pensé pour offrir le summum de l'aisance. Les clients disposeront d'appartements de qualité supérieure: lumineux, spacieux, commodes, prestigieux, avec vues sur la ville d'Abidjan favorisant ainsi un cadre agréable. L'emplacement avantageux du building facilite la circulation et vous fait gagner du temps. En investissant dans le Complexe Akwaba, le client se constitue un patrimoine immobilier et bénéficie d'avantages conséquents.

Projets en cours de réalisation...

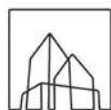
Au-delà du complexe Akwaba, PN Holding Group réalise en ce moment sur le boulevard de Marseille, le nouveau siège de plusieurs niveaux de l'entreprise MSC.

Contact commercial : 07 58 01 24 10 / 07 77 12 12 18





Un projet réalisé par :



PNHG

FILIALE CÔTE D'IVOIRE

Commercialisé par :



Complexe AKWABA

Concepteur
architecturestudio



Appartements
51



15.198
Des bureaux (M²)



Espaces vert
3421 (M²)



5.679
Galerie commerciale (M²)



Places de parking
94



Residence (M²)
10.505



2024
Année de livraison



Appartements à vendre, des bureaux et commerces à louer

📍 Marcory, Biétry, Rue G119

☎ 07 58 01 24 10 / 07 77 12 12 18

🌐 www.pn-hg.com • www.complexeakwaba.com

📍 PNHG filiale Côte d'Ivoire • 📱 PNHG Côte d'Ivoire

Abidjan

et ses marchés de Noël

Grand rendez-vous shopping de fin d'année, les traditionnels et populaires marchés de Noël ont rouvert aux 4 coins d'Abidjan. De nuit comme de jour, le compte à rebours est lancé. La capitale ivoirienne bouge au rythme de ces événements festifs incontournables de fin d'année.



Du marché de Noël nocturne de **Mermoz à Cocody** à celui des **Cours Sévigné** à Marcory en passant par les Christmas pop-up au **Mama Doblé**, nous les avons sillonnés et vécus l'ambiance chaleureuse de la féerie de Noël.

Les décorations de Noël, les articles de fête, les produits du terroir et les fabrications artisanales, sont présentés çà et là dans des stands au grand bonheur du public. Entre objets d'art, accessoires de beauté, produits cosmétiques bio ou encore teeshirts, robes, mangas et livres, le choix est large.



C'est assurément l'occasion de trouver de quoi habiller son sapin, des idées de cadeaux authentiques ou concocter de délicieux festins pour les fêtes, pour soi ou pour toute la maisonnée.

Vous êtes encore à la ramasse ?

Pas d'inquiétude, on a tout prévu pour vous. Quand il s'agit de Noël, il n'y a jamais trop de cadeaux. C'est pourquoi cette année encore, nous vous avons préparé dans ce numéro de deuxième quinzaine d'**ABIDJAN PLANET**, une superbe sélection des marchés de Noël à venir. Vous y trouverez forcément le cadeau parfait.



Le marché de Noël du Sofitel

Du 14 au 18 Déc. 2022
au Sofitel Abidjan
Hôtel Ivoire

Le marché de Noël à l'Heden Golf Hôtel

Du 14 au 18 Déc. 2022 à l'Heden Golf
Hôtel Abidjan de
9h à 21h
27 21 24 93 07 / 07 08 09 42 87

Le marché des artisans de Noël du Mövenpick Hôtel Abidjan

Du 27 Nov. Au 25 Déc. 2022 (Vend. 12h à 20h –
Sam. 10h à 21h – Dim. 10h à 18h)
Entrée libre

Le marché de Noël à Sol Béni

Les 17 et 18 Déc. 2022 de 09h à 20h
07 59 88 58 13 / 07 58 61 66 72 / 07 77 30 33 06

Le marché de Noël éco-solidaire à la Farandole

Sam. 17 Déc. 2022 de 9h à 17h 30

Le marché de Noël à Koumassi

Sam. 17 Déc. 2022 – Dim. 18 Déc. à partir de 9h
05 96 57 61 91

Le marché de Noël à Jacques Prévert

Le 17 Déc. 2022

Le marché de Noël au Fairy Garden

Le 17 Déc. 2022

Le marché de Noël au Waimea

Le 21 Déc. 2022

Yoplait

RAFFINÉ
COMME
ÇA!

Nouvelle Saveur
Ananas



Après ma nouvelle étiquette
et ma nouvelle forme.
Akwaba à ma saveur ananas.
Fraicheur et élégance.
Une recette gourmande pleine de soleil.

Exclusif — V - 1727 / CSP / D / 22

EUROLAIT

afao
ANANAS

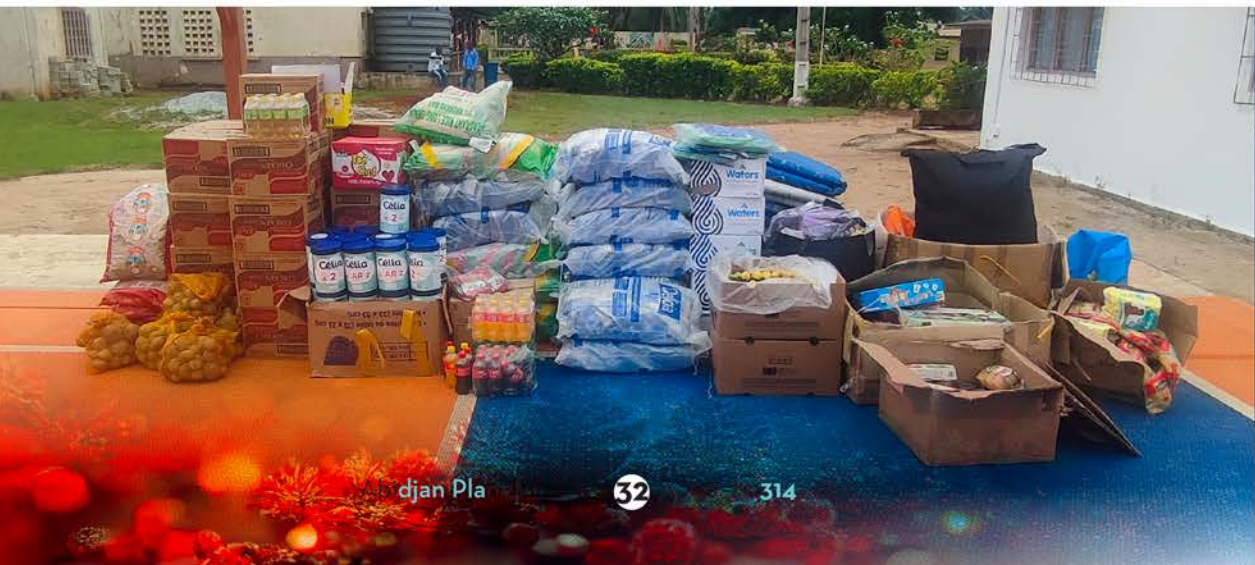
“Le Repas du mois” célèbre ses 3 ans à la pouponnière de Dabou

Le samedi 3 décembre 2022 restera gravé dans les annales de la pouponnière de Dabou.

Pour son 3^{ème} anniversaire, le Charity day qu'a initié “Le repas du mois” s'est rendu à la pouponnière de Dabou.

Un anniversaire mémorable empreint d'émotions et de pur bonheur. Ce fût une véritable immersion dans un centre où vivent une centaine d'enfants. Tous sont atteints de handicap et majoritairement des enfants abandonnés ou rejetés. Des enfants à qui la Directrice **Mme Ouattara Korotoum** et son commando de 75 personnes apportent au quotidien un amour indescriptible. Le choix de cet endroit pour son 3^{ème} anniversaire n'est pas fortuit. Il fallait à cette association,

redonner à ces enfants et leurs encadreurs une lueur d'espoir. Comme à son habitude chacun des membres de la délégation s'est essayé à donner à manger à ces enfants. Dans une ambiance de concert, certains enfants ont esquissé des pas de danse quand d'autres d'un geste de la tête ou du pouce exprimaient leur joie. Saisissant la balle au bond, la Directrice a lancé un cri du cœur pour inciter des âmes charitables à se souvenir de ces enfants. Le clou de la journée a été cet important don qu'a effectué “Le repas du mois” à cette pouponnière pour leur permettre de maintenir allumée la flamme d'amour portée par les encadreurs.





Trois ans de bonhomie, de don de soi. Un groupe d'amis partageant des idéaux communs, persuadés que la personne humaine est la plus précieuse des richesses, ont choisi d'apporter de la joie aux couches défavorisées de notre

société. Dans cette optique, tous les mois, un centre social ou des personnes démunies sont visités avec à la clé des dons et un partage de repas. D'autres actions sont prévues par **"Le repas du mois"** les jours à venir.



Zoom

Traditions du réveillon

de la Saint Sylvestre

Magazine

Le réveillon de la saint sylvestre est l'ultime festivité de l'année. Chacun veut marquer le coup. A chaque coin de la planète, la célébration a sa coloration. Au travers de cet article, nous ferons un petit tour d'horizon sur les coutumes des 5 continents : Océanie, Amérique, Asie, Afrique, Europe.

La tradition de la St sylvestre est très ancienne. Bien qu'elle porte le nom du 33^{ème} Pape de la chrétienté, elle est loin d'avoir un caractère religieux. Toutefois, les origines de sa célébration remontent à l'époque de l'empereur Jules César. C'était l'occasion pour certaines communautés de se retrouver autour d'un grand festin pour faire le pont jusqu'au nouvel an. Au fil des années, ces habitudes se sont muées en tradition et se perpétuent de générations en générations.

Nouvelle Zélande

Logé en Océanie, la Nouvelle Zélande est le premier pays de la planète à voir le nouvel an. Imaginez donc la ferveur qu'il peut y avoir pendant le réveillon. Là-bas, la tradition veut que quelques minutes avant minuit, l'on sorte ses plus belles casseroles et commencer à les frapper pour créer un vacarme assourdissant dans les rues.

Japon

Le nouvel an est une fête très importante que les populations du

nippon célèbrent en famille. Chez eux, la coutume veut qu'avant le dernier jour du mois de décembre chacun fasse le grand ménage de sa maison afin de la purifier. Ensuite, ils y mettent une décoration symbolique qui est un porte-bonheur. La St sylvestre commence par le son des cloches des 108 temples bouddhistes représentant les 108 péchés auxquels les êtres humains sont confrontés. La nourriture typique est le Toshikoshi Soba.

USA

La célébration de la St Sylvestre est marquée par le baiser de minuit. Dès 23h59, la boule de Times Square à New York amorce sa descente qui dure 60 secondes. Ensuite, la coutume veut que ce soir, soit chantée l'ancienne ballade Ecosaise "*Auld lang Syne*".

Traditions du réveillon de la Saint Sylvestre

Une chanson qui parle d'amitié. Puis suit le traditionnel baiser de minuit parce qu'il faut qu'une rencontre amoureuse ou un geste affectueux donne le ton de la nouvelle année.

France

A la différence des autres peuples, les français accordent de l'importance à la gastronomie. Un repas copieux fait de foie gras ou de saumon fumé. Chaque région a ses traditions qu'elle conserve jalousement. Mais en France, la tradition veut aussi qu'à la St Sylvestre, une fois que retentissent les 12 coups de minuit, le baiser sous le gui doit suivre. Un rituel qui selon la légende porterait bonheur.

Espagne

La soirée de la St sylvestre est sacrée. Chacun attend que sonnent les 12 coups d'horloge. A ce moment, il faut consommer à chacun des sons de cloches, un raisin, donc 12 raisins qui, respectés, garantissent une très belle année.

Côte d'Ivoire

Il n'y a pas chez nous de tradition. Il est toutefois à noter que le 31 décembre est une journée chargée. Chacun s'affaire pour le réveillon. Certains se rendent à l'église pour accueillir la nouvelle année tandis que d'autres sont à la fête. Partie de beuverie, repas copieux, feux d'artifices et étreintes sont au menu.



Ma Maison

ACHETER | VENDRE | LOUER | DECORER

*En Décembre
(2^{ème} Quinzaine)*





LA CLÉ POUR BIEN VENDRE

AICI, la bonne adresse pour trouver la vôtre

EXCLUSIVITES



AGENCE
INTERNATIONALE DE
COMMERCIALISATION
IMMOBILIÈRE

EN VENTE

VILLAS

COCODY

• Grande villa en duplex, de 6 pièces, avec piscine, dépendance, piscine. Superficie du terrain 1 400 m².

Prix : nous contacter

RIVIERA 4

• Villa en duplex, neuve et moderne de 5 pièces avec jardin, piscine. Superficie du terrain 400m².

Prix : nous contacter

APPARTEMENTS

RIVIERA GOLF 4

• Appartements neufs, aux finitions soignées de 5 pièces dans une résidence avec piscine et sécurité. Superficie entre 272 et 380 m². **Prix : nous contacter**

2 PLATEAUX - VALLON

• Appartements neufs de 4 pièces dans une résidence avec piscine, salle de sport.

Superficie entre 135 et 145 m². **Prix : nous contacter**

RIVIERA M'BADON

• Nouveaux appartements modernes, aux volumes généreux, de 4 pièces, dans un immeuble avec piscine. Superficie de 250m². **Prix : nous contacter**

TERRAINS

RIVIERA GOLF 4

• Grand terrain d'une superficie de 2 365m². **Prix : nous contacter**

2 PLATEAUX - VALLON

• Beau terrain d'une superficie de 1 360 m². **Prix : nous contacter**

• Terrain d'une superficie de 1 200m². **Prix : nous contacter**

A découvrir en 2023 de nouveaux projets de RÉSIDENCES IMMOBILIÈRES EN VENTE EN EXCLUSIVITÉ, dans des quartiers résidentiels d'Abidjan...

Pour devenir propriétaire à votre rythme ! »

PARIS

CANNES

ABIDJAN

LIBREVILLE

OUAGA

Plateau 10, rue Paris village - 01 bp 1206 ABIDJAN

AICI Côte d'Ivoire www.aici.ci - Email : contact@aici.ci - Téléphone : 27 20 22 11 11

4 ATOUTS



A VENDRE • EXCLUSIVITE 2AG

ZONE 4

• Concession bâtie située à Marcory Zone 4, comprenant un immeuble à rez de chaussé, 1 villa à rez de chaussé + dépendances et un bâtiment. **Prix : Nous consulter**

A LOUER

PLATEAU IMMEUBLE LES HARMONIES

• Appartement meublé de 4 pièces, piscine et parking et ascenseur.

Loyer : Nous consulter

• Appartement de 2 pièces, avec piscine et parking et ascenseur.

Loyer : Nous consulter

PLATEAU RESIDENCE INDENIE

• 1 Appartement de 3 pièces, parking interne et ascenseur.

Loyer : Nous consulter

PLATEAU IMMEUBLE SIMI, AVENUE CHARDY

• Bureau de 4 pièces complètement rénovés au 2^{ème} étage situé sur l'avenue chardy. **Loyer : Nous consulter**

2 PLATEAUX 7^{ème} TRANCHE, QUARTIER ZINSOU

• Appartement de 4 pièces, nouvelle construction, au 2^{ème} étage avec parking interne et ascenseur. **Loyer : Nous consulter**

RIVIERA 3 CITE HIBISCUS

• Villa basse de 5 pièces avec dépendances et grand jardin, dans une concession sécurisée avec piscine. **Loyer : 1.5 millions**

KOUMASSI

• Deux Hangars à louer à 800m du VGE, derrière le camp commando, superficie 1000m², possibilité d'aménagement intérieur.

Le tout entièrement clôturé et sécurisé. **Coût : 3.500Fcfca m²**

ZONE 4 BIETRY

• Terrain de 1.800m² avec clôture sécurisée. **Prix: 2.800 Fcfca le m²**

Plateau. 26 Av Chardy - face A.I.P. - 01 BP 1817 Abidjan 01

Tél.: 27 20 21 89 89 - 27 20 21 94 75 - 27 20 21 87 48

Fax : 27 20 21 83 35



55, Bd. Général de Gaulle - 01 BP 752 Abidjan 01

Tél. : 27 20 21 13 88 / 27 20 21 28 61

contact@cegeximmo.com

www.cegeximmo.com

A LOUER

BINGERVILLE

• Apts 3 et 4 p. : 200.000 et 300.000 Fcfca

• Marchoux : Apts 2 et 3 p : 100.000 et 150.000 Fcfca

PLATEAU-INDENIE

• Espace bureau : 850.000 Fcfca

• Apts 3, 4 et 5 pièces

• Studio 4^{ème} étage

COCODY CANEBIERE

Rés. sécurisée avec piscine sur le toit :

• Apts 4 pièces climatisés

ANGRÉ 7^{ème} ET 8^{ème} Tranche

• Apt 4 dans résidence, avec, piscine

• Apt 4 p. : 450.000 Fcfca

• **Cité Wedouwéll** : Duplex 6 p.

LOGODJRO

• 2 villas (3 et 4 p.) en bord lagune

M'POUTO

• Apts 2 et 3 p. : 200.000 et 300.000 Fcfca

FAYA

• Apts 2 et 3 p. : 160.000 et 250.000 Fcfca

A VENDRE

COCODY CANEBIERE

• Apts de 3 et 4 p. dans résidence sécurisée avec piscine.

COCODY AMBASSADES

• Villa à rénover sur 2.570 m² env.

RIVIERA 3 (près de Lycée Français)

• Triplex de 765 m² bâti sur 2.000 m²

donnant sur 2 rues. Idéal habitation, clinique, école...

ATTOBAN Cité CIPHARM

• Villa duplex 5 p. : 220 millions Fcfca

II PLATEAUX rue de l'ONEP

• Villa 12 p. (idéal habitation ou bur.)

MARCORY Résidentiel, rue des lagunes

• Petite villa de 3 p.

(Possibilité construction immeuble).

PLATEAU

• Un parking sous-terrain au cœur du centre des affaires.

NOTRE SELECTION

COCODY CANEBIERE.

Dans résidence sécurisée avec piscine sur le toit. Bel Apt lumineux de 430 m² (4 chambres autonomes), top floor, surplombant la baie de Cocody, desservi par 4 ascenseurs. Idéal bureaux ou habitation. *Libre au 1er janvier 2023*

Loyer : Nous consulter



2^{ème} édition du Trophée France-Ivoire

La résidence de l'ambassadeur de France en Côte d'Ivoire a servi de cadre à la seconde édition de la soirée des trophées France Ivoire, le jeudi 8 décembre 2022.



Ils étaient douze nominés. Des ressortissants français et ivoiriens qui par leur don de soi procurent un bien-être aux populations. Cette reconnaissance leur est rendue par le truchement d'un trophée ou d'une médaille. Au cours de cette soirée qui était à sa seconde édition, trois lauréats se sont démarqués par leurs engagements au terme d'une délibération difficile, a confié le jury. Ainsi, le premier prix du jury a été décerné à l'ex-footballeur **Olivier Kapo**. Ce franco-ivoirien

pour sa reconversion s'est engagé à la formation des enfants défavorisés au football. Il a bâti un centre de formation dans la zone industrielle de vridi où 200 enfants sont en apprentissage. Parmi eux, sortiront, inévitablement des stars de demain. Le second prix du jury a quant à lui été décerné à **Danièle Dona Fologo**. En 50 années de vie en Côte d'Ivoire, elle s'est investie dans la défense de l'environnement et de l'écocitoyenneté à travers l'ONG **Ivoire Développement Durable (IDD)** dont elle est la présidente.



quotidien et assumer leur proximité avec l'administration. La soirée des Trophées France Ivoire a été initiée par **Martine Ducoulombier** en 2019. Une reconnaissance à l'engagement de citoyens ivoiriens et français dont les actions concrètes en faveur des populations créent et intensifient les relations séculaires qu'entretiennent les deux pays.

Un troisième prix attribué au terme des votes du public a été décerné à **Yvonne Trah Bi**. Présidente de l'Association Française de Bienfaisance depuis 2013, elle aide les français en difficultés particulièrement les mamans d'enfants français, de jeunes dames ivoiriennes qui ont du mal à gérer leur

Cet événement, il faut le préciser est soutenu par le **Cercle Français d'Affaires de Côte d'Ivoire (CFACI)** fort de plus de 500 membres. La soirée a été enrichie de la présence de l'Ambassadeur de France **Jean Christophe Belliard** et du ministre de l'Enseignement Technique et Professionnel, **Koffi N'Guessan**.



"ECHO À LA MATIÈRE"

exposition collective à la fondation
BJKD

L'art en côte d'ivoire a encore de beaux jours. La preuve en a été donnée le 2 décembre 2022 lors du vernissage de l'exposition "écho à la matière".

Leurs œuvres achèvent de convaincre. Tant par la qualité du travail que par le matériau utilisé. Un véritable travail de création artistique. Ils sont 6 dont une dame : **Wann, Mominé, Doto kuassi, Franckasso, Ankofa** et **Gonekalo**. Leur récent travail est présenté aux amateurs d'art au cours de cette exposition. Chacun d'entre eux donne vie à la matière, la fait retentir dans une société en quête de repères. Une écriture picturale qui se laisse guider par des thématiques contemporaines notamment les nombreux questionnements sur le fonctionnement de la société,

l'urbanité, la vie, le bonheur et les mystères, nos artistes poursuivent un même objectif. Celui d'une Afrique revalorisée

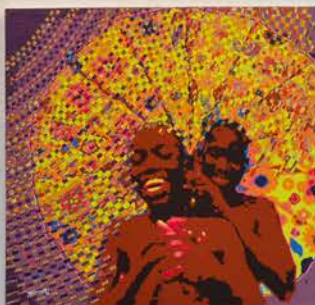
Leurs techniques sont différentes. Chacun se veut spécial d'où la nécessité d'avoir une démarche picturale unique. Ceux qui ont visité l'exposition ont pu s'apercevoir du talent mais surtout ont pris part au voyage qu'offre la matière. Avec eux, c'est un véritable voyage de découverte, de ce que l'on peut réaliser avec un fil à pêche, des nattes et bien d'autres matériaux. L'on parlera donc de collage, de nattage, de cordage, de dripping ou de graffitis. Une ingéniosité sans pareil.





Vernissage

Texte : Japhet • Photos : Mychel Tayee



C'est à juste titre que **Jacob Bleu**, artiste -peintre en qui nombre d'entre eux voient un modèle, s'en est félicité. Pour lui, il était plus que nécessaire d'offrir *"un espace à des artistes ayant des choses à dire, des idées à défendre"*. Il renchérit pour dire que *"leurs œuvres incitent au toucher. Elles stimulent à palper la matière, à l'admirer et à vouloir y pénétrer ; mais surtout à les avoir avec soi, sous notre toit afin de faire corps avec elles"*. Exposées à la galerie *"Pièce unique"* de la Fondation BJKD depuis le 2 décembre 2022, ces œuvres y seront jusqu'au 14 janvier 2023.

Magazine





MA VILLE

EN DECEMBRE
(2^{ème} Quinzaine)



L'Art de Vivre

Restaurant Lounge

- Incroyable anniversaire
- Dîner en amoureux
- Salle de réception
- Service traiteur
- Pâtisserie

TOUS LES

MARDIS : Buffet à volonté

JEUDIS : Brochettes party

VENDREDIS : Cocktails à volonté

📍 Cocody, 2 plateaux, bld Iatrilie, à côté de l'agence SIB les Oscars • ☎️ 07 57 35 51 09 • 27 22 42 08 80

ACCESSOIRES

COCODY / DEUX PLATEAUX

Calinou	27 22 41 36 98
Clarks	27 22 45 65 01
Black & Brown	27 22 41 05 90
Daviva	27 22 44 56 40
Du pareil au même	27 22 44 59 95
Fraîches rosées	27 22 48 77 48
Galerie des mèches	27 22 41 30 56
Kaco Style	01 01 15 53 53
La Pointure	27 22 51 05 23
Mèches en folie	07 58 38 38 50
Missira	27 22 41 86 25
Nuage d'Sens	27 22 41 60 50
Sonoco	27 20 32 69 18 / 27 20 30 14 85
The Body Dream	07 69 42 42 47
The Box	07 07 28 84 84
Yalerrri	07 07 37 90 56
Yioma	07 49 52 58 99
Zino (Rue des jardins)	27 22 51 05 10

MARCODY

Allo plaisir d'offrir	27 21 37 14 07
Carré blanc	27 21 26 55 33
La Compagnie des Petits	07 79 48 48 79
Malaïka	27 21 26 26 29
Marwa	01 72 50 20 88
68Mark'Avenue	27 21 00 39 97
The Address	27 21 24 81 24

PLATEAU

La Malle	27 20 21 51 02
Pêche Equipement	27 20 21 34 72

RIVIERA

Dentelle et Froufrou	07 67 88 74 68
Sanaga Création	07 77 93 60 45
Zino (Cap Nord)	07 59 53 73 92

ZONE 3/4•BIÉTRY

African Fashion Brands	07 78 40 41 39
Fou bijoux	05 04 00 32 32
Geox	27 21 35 01 13
Kankira	07 77 20 48 67
L'Atelier by M. Passerini	07 07 80 56 94
Le Bonheur des Femmes	07 47 10 10 63
L. E Créations	07 07 07 80 41
Minelli	27 22 41 50 32
Prestige shoes	07 07 07 67 48
Yves Rocher (Cap Sud)	27 21 24 73 89
Zino (Cap Sud)	07 78 11 04 47

CHAUSSURES

COCODY / 2 PLATEAUX

Black & Brown	27 22 41 05 90
La Pointure	27 22 51 05 23

PLATEAU

Pretty Ballerinas	27 20 22 61 05
-------------------	----------------

MARCODY

Azurée chaussures	27 22 44 17 01
The Address	27 21 24 81 24

RIVIERA

Black & Brown	27 22 49 68 77
Sanaga Création	07 77 93 60 45

ZONE 3/4•BIÉTRY

Havaianas	07 79 56 79 56
Geox	27 21 24 81 33
Minelli	27 22 41 50 32
Prestige shoes	07 07 07 67 48
Sneakers Abidjan	07 49 58 29 02
Theo	07 48 98 00 00

LINGERIE MAILLOTS

COCODY / DEUX PLATEAUX

Mamy's secret	01 52 10 73 16
Pink and Love	27 22 41 06 03

RIVIERA

Dentelle et Froufrou	07 67 88 74 68
----------------------	----------------

ZONE 3/4•BIÉTRY

Désirabelle (Playce)	05 45 55 00 00
Dessus Dessous	07 07 04 57 88
Mamy's secret	01 52 10 73 16

VETEMENTS

COCODY / DEUX PLATEAUX

Africa Today (Woodin)	27 22 47 06 43
Arlequin concept	27 22 41 77 83
Celio	05 06 32 39 68
Chicco	27 22 41 93 64
Da Viva	27 22 44 56 40
Du pareil au même	27 22 44 59 95
Gilles Touré	27 22 41 01 85
Ibrahim Fernandez	07 57 44 67 22
Kaco Style	01 01 15 53 53
Korha création	27 22 41 15 54
La Marraine	07 09 57 55 55
Lingerie indigo	05 45 75 09 90
Michèle Yakice	07 58 43 02 21
Michèle Yakice (Angré)	07 48 12 37 48
Missira	27 22 41 86 25
Nihahsah	07 09 45 47 97
Oliver Kenzo	27 22 41 00 58

Pathé'O	27 22 44 19 71
Rafetna	27 22 41 86 25
Saraman boutique	01 42 22 70 75
S'KIDS	01 53 59 96 89
Vlisco	27 22 41 43 39
Yioma	07 49 52 58 99

MARCODY

Divine	27 21 28 33 23
Elle Beauty	07 07 07 60 39
GEMO	07 09 09 89 89
La Compagnie des Petits	07 79 48 48 79
Malaïka	27 21 26 26 29
Maxi mâle	27 21 26 66 25
Monsieur D	01 03 00 53 53
The Address	27 21 24 81 24
Traditions mode	27 21 25 75 16
Ysand	01 02 03 60 78

PLATEAU

Galerie du parc	27 20 33 45 47
Lollipop by Hana	01 02 10 16 16
Melyjah	07 48 47 78 04
Un amour d'enfant	27 20 21 57 29
Woodin	27 20 31 07 65
Uniwax	27 23 53 54 54

RIVIERA

Baby Love	27 22 49 68 68
Dentella	05 04 04 08 25
GEMO KIDS	07 79 48 48 79
Michèle Yakice	07 88 86 03 69
S'KIDS	01 53 59 96 89
Vert Olive groupe	27 22 43 16 09
Yalerrri	07 07 10 01 39

TREICHVILLE

Ciss St Moise	27 21 24 67 72
Kita Diffusion	07 79 39 13 13 / 07 88 89 99 28

ZONE 3/4•BIÉTRY

African Fashion Brands	07 78 40 41 39
Arlequin concept	27 21 25 20 80
Brands For Less	27 21 24 74 07
Jennifer	27 21 24 01 19
Celio	27 21 25 99 55
Charara	27 21 24 14 71
Chevignon	27 21 25 48 56
Chicco (Cap sud)	27 21 25 71 15
Chicco (Dr Blan.)	27 21 24 50 29
Dessus Dessous	07 07 04 57 88
Enzzo (Cap Sud)	07 07 06 71 71
Exotica	07 07 71 76 55
Guess	27 21 35 01 43
Havaianas	07 79 56 79 56
Kankira prêt-à-porter	07 77 20 48 67

L'atelier by M. Passerini 07 07 80 56 94
 Les chérubins 07 77 64 12 30
 Les soeurs coquilles 07 08 75 04 87
 Lollipop by Hana 01 02 10 16 16
 Reflets du sud 27 20 21 16 55
 Wadad beauty clinic 07 48 31 36 50

Nuages d'Sens 27 22 41 60 50
 Orca Déco 27 22 50 85 90
 Yioma 07 49 52 58 99

MARCORY

Artis 27 21 35 60 58
 Douce Nuit 07 08 48 39 14
 Euro-marbre 27 21 25 06 16
 Galerie dominantes 27 21 25 54 71
 KL imprim 27 21 56 56 91
 Ligne Roset 07 49 60 92 45
 Orca Déco 27 21 23 50 50
 Phenicia 27 22 50 66 45
 Promostore 27 21 28 13 20
 Roche Bobois 27 21 28 00 35
 Trigone 07 08 21 27 86 / 27 21 35 51 04

Euro design 27 21 35 50 21
 Euro-marbre 27 21 25 06 16
 Gifi 27 21 35 62 69
 Interior design 27 21 35 74 51
 Lifestyle 27 21 59 18 19
 27 22 52 43 67

L'atelier by M. Passerini 07 07 80 56 94
 L'univers akan 27 21 35 26 39
 Louisa Concept Store 07 09 48 88 88
 Lueurs et matières 27 21 35 64 83
 Maketa 07 08 00 14 90
 Marketing city 27 21 24 22 99
 Melabr 07 07 20 53 53
 Mobidis 27 21 35 25 73
 Natuzzi Italia 27 21 34 07 07
 Orca Tendance 27 21 23 50 50
 Spiral Home 27 21 75 06 00
 Socibat 27 21 24 09 60
 Sogelec 27 21 24 10 27
 Soref ci 27 21 24 21 21
 Sorep ci 27 21 25 61 41

BIJOUTERIES

COCODY

A. Constant 27 22 44 20 95
 AssekeOro 27 22 44 91 46
 Morebelli 07 97 43 06 83

DEUX PLATEAUX

Butterfly bijoux 07 79 79 90 97
 Casio (Rue des jardins) 27 22 41 16 68
 Pavé d'Or 27 22 49 72 92

MARCORY

AssekeOro (PlaYce) 27 21 28 20 73

PLATEAU

A. Constant 27 20 21 13 93
 Philippe 27 20 22 78 12
 Riscles 27 20 21 21 45
 Yuxe 07 79 79 44 40

ZONE 3/4•BIÉTRY

A. Constant 27 21 35 10 09
 Joaillerie Léèse (Cap Sud) 27 21 21 79 10
 Mosaic (Prima Center) 07 07 37 87 87
 Riscles 27 21 24 20 14

DECO AMEUBLEMENT

ANGRÉ•COCODY / DEUX PLATEAUX

B-Home 07 49 33 33 22
 Bose 27 21 25 99 51
 07 69 49 99 99
 Charara 27 22 41 11 24
 Comef home 07 59 07 34 34
 Galerie Art Pluriel 07 08 20 93 39
 Indian Bazar 05 06 18 08 52 / 50
 Ixina 27 22 52 36 87
 La main verte Env. 27 22 41 12 41
 La Rosée 07 08 30 77 70
 Lifestyle 07 78 47 35 10
 Le Lab 27 22 52 21 63
 Meubles à croquer 01 73 63 63 32
 N'Zassa 27 22 44 37 84

PLATEAU

3K import export 27 20 32 32 47
 N.A.I 07 48 20 98 49
 Peyrissac 27 20 25 30 00
 Sonoco 27 20 33 14 85
 Sonoco Plaza 27 20 32 70 11

RIVIÉRA

Beautiful home 07 08 48 40 72
 Calebasse création 27 22 47 33 29
 Déco Ivoire 27 22 45 67 00
 Orca Déco 27 22 49 70 82 / 83
 Sephlyn Art & Déco 07 08 08 74 51

TREICHVILLE

Confort Plus 27 21 24 37 54
 Chez Maya 07 07 72 70 90
 Phenicia 27 21 24 27 46
 Sogelec 27 21 24 10 27
 Sonoco Treichville 27 21 24 30 50

YOPOUGON

Cipex 01 41 15 15 54
 Meubles à croquer 01 01 19 14 00

ZONE 3/4•BIÉTRY

Alf Italia 27 21 23 50 52
 Amani 07 58 40 09 20
 Ambiance d'intérieur 27 21 24 20 07
 Authentic 27 21 35 83 56
 Borro et frères 27 21 75 95 00
 Bulles 27 21 15 15 54 / 07 09 46 96 46
 Cattelan Italia 27 21 23 50 51
 Cecil'home 27 21 24 88 24
 Couleur bois 27 21 35 14 74
 Emball-déco SED 27 21 24 80 69
 Eureka galerie 27 21 35 08 08
 Espace Lumière 27 21 59 30 36

FLEURS

COCODY / DEUX PLATEAUX

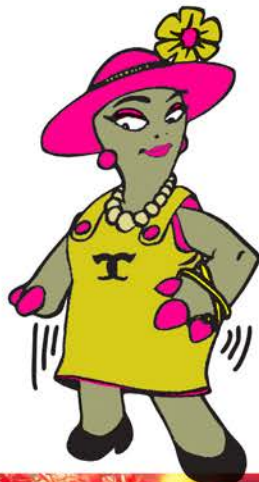
Freesias 27 22 41 01 88
 NiCi's Flowers 07 77 09 48 35

MARCORY•ZONE 4

Floralyse 07 09 27 32 32
 Flor'Déco 27 21 28 23 33
 Flower's Art 07 09 00 56 77
 Exotica 07 07 71 76 55
 La Roseraie 27 21 26 17 17

PLATEAU

Floralé 27 20 21 26 24
 Printemps 27 20 21 54 02



BIEN - ÊTRE**COIFFURE****COCODY•2 PLATEAUX**

Franck Provost	07 59 54 99 33
	05 06 06 53 82
Plein Sud Distribution	27 22 50 39 66
Prestige Coiffure	27 22 41 26 43
Rafetna Glamour S.	27 22 41 62 73

MARCORY / TREICHVILLE

Estetica	27 21 26 90 39
HairLine	07 48 65 45 19
Laurent coiffure	07 07 82 01 77
Salon des sources	27 21 24 42 97
Salon Kassem Ghaddar	27 21 26 54 51

ZONE 3/4•BIÉTRY

7 ^{ème} Sens	07 09 56 40 66
Chez Eugénie	07 07 95 98 19
Creattif color	07 08 68 32 80
Elle & lui	27 21 25 27 78
Ethnyka	27 21 25 84 31
Jean Louis David	07 58 98 35 09
Natural Beauty	01 02 23 79 22
Podium	07 09 12 13 14
Prestige Coiffure	27 21 24 65 86
XM	07 07 07 70 86

MASSAGES**COCODY / 2 PLATEAUX**

Anna Day spa	07 09 52 55 25
Franck Provost	07 59 54 99 33
	05 06 06 53 82
Gracia	27 22 52 46 10
Lys d'Orient spa	07 07 86 37 80
Magic care	07 59 19 00 20
Manon des sources	07 47 77 85 09
Olistis	07 09 99 49 97
Plein Sud Distribution	27 22 50 39 66
Rafetna Glamour S.	27 22 41 62 73
So Spa	27 22 48 25 66
Z Fit/Spa	27 22 51 08 35

PLATEAU

Pullman	27 20 30 20 20
The Beauty Bar	27 20 22 32 87

RIVIERA

Cocooning	07 49 02 76 33
Institut Maya	07 09 99 24 65

MARCORY / TREICHVILLE

Elle Beauty	07 58 78 00 73
-------------	----------------

Parashop'Flor	27 21 35 42 23
Salon PL	01 40 40 05 25
Spa Fleur Ebène	07 88 88 98 40

ZONE 3/4•BIÉTRY

Elite Fitness	07 69 69 10 10
Ecole du dos	27 21 25 35 76
Fleur Ebène Spa	07 88 88 98 40
Institut de Cryothérapie	07 49 15 47 92
Jean Louis David	07 58 98 35 09
Manon Institut	07 77 87 87 12
Ostéo. AF	07 08 17 17 77
TOUCH My Home Spa	07 79 88 89 88

OPTIQUE**COCODY / 2 PLATEAUX**

Alain Afflelou	27 22 41 62 52
Ideal'optic	27 22 41 23 84
Modern'optic	27 22 41 32 84
Optic Fanny	27 22 41 26 77
Opticien Regard	27 22 41 26 42
Précis Optique	27 22 52 44 42
	07 58 15 08 65
Sdol optique	27 22 42 04 07
Tendances optiques	07 89 92 79 56

BOUAKÉ

Ideal'optic	27 31 63 63 31
-------------	----------------

PLATEAU

Delta Optic	27 20 24 27 42
France optique	27 20 21 22 10
Ideal'optic	27 20 33 55 24
Modern'optic	27 20 22 75 74
Sdol optique	27 20 33 44 84
Unoptique	07 09 09 55 55

RIVIÈRE

Optic 2000	07 57 65 59 82
Précis Optique	27 22 47 56 10/07 67 98 76 55
Sdol optique	27 22 47 26 80

ZONE 3/4•BIÉTRY

Ideal'optic	27 21 35 10 41
-------------	----------------

PRESSING**COCODY•2 PLATEAUX**

Eclat pressing	27 22 54 71 51
Pressing de Biétry	05 05 14 61 46

BEAUTE**COCODY•2 PLATEAUX**

Assiby Cils	07 47 36 32 36
Anna Day spa	07 09 52 55 25
Capsules	07 07 18 19 41
Djedo institut	27 22 42 77 32
	07 77 07 14 14
Elzen	07 77 54 81 99
Franck Provost	07 59 54 99 33
	05 06 06 53 82
Gracia	27 22 52 46 10
Green Pharma	07 08 29 01 61
Honglissima	27 22 41 46 56
K'Nails	27 22 41 57 82
La Villa Spa	27 22 41 54 35
Lys d'Orient spa	07 07 86 37 80
Mary Cofa	01 40 03 78 08
Montreux Palace Beauty & Spa	07 89 19 76 24 / 27 22 54 08 61

Nuage d'Sens	27 22 41 60 50
Onglerie Blessing	07 77 36 28 67
	05 55 63 51 71
ParaOne	27 22 21 00 39
Plein Sud Distribution	27 22 50 39 66
ProNails	07 49 14 44 44
Shiny Smile	07 58 20 35 73
So Fit	27 22 48 25 66
So Spa	27 22 48 25 66
Sweet Nails	07 67 47 67 37
The Body Dream	07 69 42 42 47
The Box	07 07 28 84 84
Moreno's	01 02 37 90 12
Z Fit/Spa	27 22 51 08 35

MARCORY

Anita	27 21 35 32 68
Poésie d'ongle	27 21 28 33 50
Pretty nail's	07 79 82 82 20
ProNails	07 78 07 59 78

PLATEAU

New wave	27 20 32 93 38
Pullman	27 20 30 20 20
The Beauty Bar	27 20 22 32 87
	07 67 50 51 26
Spa KOS	27 20 30 20 20
	07 89 89 89 00



RIVIÉRA

Assouan Onglerie 07 07 21 27 27
 Cocooning 07 49 02 76 33
 Institut Maya 07 09 99 24 65
 La bohème 27 22 43 33 28
 Magic care 07 59 19 00 20
 Moreno's 07 77 07 07 27
 ProNails 05 46 77 05 11
 Fish Spa 05 75 23 77 04
 Yves Rocher l'Institut 27 22 47 76 58

VOPOUGON

Dream Cosmetics 27 23 53 59 99

TREICHVILLE

Fair and White 07 07 61 62 70/00 02
 Parashop'Flor 27 21 35 42 23

ZONE 4•BIÉTRY

Beautiful 27 21 35 63 82
 Doigts de fée 07 78 56 87 00
 Elena 27 21 25 11 81
 Elite Fitness 07 69 69 10 10
 Elzen 07 77 54 81 99
 Esthétique beauté 07 07 25 36 36
 Ethnyka 27 21 25 84 31
 Jardins des soins 27 21 24 41 67
 Palais de la beauté 07 09 85 85 26
 Institut de Beauté Guinot 27 21 22 25 25
 Institut de Cryothérapie 07 49 15 47 92

L'occitanie 05 06 22 22 01
 Moreno's 27 21 35 30 57
 Nuage d'Sens 27 21 24 57 24
 Plein Sud Distribution 27 21 35 21 31
 ProNails 07 78 07 59 78
 Olistis 27 21 24 30 77
 Wadad Beauty clinic 07 48 31 36 50

CLUBS SPORTIFS

ASSINIE

Assinie Jet Club 07 07 05 62 84
 Kame surf school 07 08 00 46 57
 L'Accrococo 07 08 00 46 57

BINGERVILLE

Ecurie Amy Horse 07 88 27 75 29

COCODY•2 PLATEAUX

Art Koya 07 07 45 61 29
 CRAC Rugby 07 77 30 40 31
 FBC 27 22 41 45 65/76 49
 Posto Nove Studio 07 89 78 78 62
 Progym Center 27 22 44 90 89/07 59 21 81 32
 Will Fitness 05 66 55 55 55
 Z Fit Spa 27 22 51 08 35

KOUMASSI

Club St Michel 27 21 24 88 28

MARCORY

Le club 27 58 17 03 82

PLATEAU

Abidjan Randonnée gourmande
 01 01 04 54 54 / 27 20 21 43 68
 Chanelle institut 27 20 21 91 84
 Oasis Yoga Club 07 77 15 47 49
 Pullman 27 20 30 20 20
 Studio Pilates Abidjan 07 07 62 55 95

PORT-BOUËT•VRIDI

Club Canin 07 07 67 73 47
 Horse Academy 07 07 67 73 47

RIVIERA

Agym Center 27 22 51 08 35
 Equinoxe Fitness & Spa 27 22 47 37 39
 Poney Club du Golf 07 78 07 24 84
 Sol Béni 07 09 07 46 30

ZONE 3/4•BIÉTRY

Athletic Club 27 21 35 69 42
 L'Atelier H (Ecole de danse)
 07 78 76 32 45
 Le Calao 27 21 35 67 64
 Les Ribambelles 27 21 34 55 22
 Mamma mia 07 48 00 09 39
 Maïtri Yoga 07 77 28 69 86
 New Fitness Concept 07 77 77 69 69
 Oxygym-O2GYM 07 48 32 12 20
 Paramashiva 07 79 80 00 00
 Youpiland,
 la petite academie 07 79 60 00 00
 Yogathérapie Paramashiva 07 79 80 14 12

MON CHOCO

VOUS SOUHAITE DE BELLES
 FÊTES DE FIN D'ANNÉE

NOS POINTS DE VENTE
 PLAYCE MARCORY • CAP NORD
 CAP SUD • SOCOCE 2 PLATEAUX

07 57 04 73 40 / 07 09 09 32 92
 délicieux@monchoco.com



OÙ MANGER ?

COCODY / 2 PLATEAUX

Abidjan Café	27 20 22 44 34
Alyé	07 09 52 55 25
Aklé	07 47 71 33 82
Art de Vivre	27 22 42 08 80
Beverly Hills	07 59 88 17 58
Comptoir Des Artisans	07 78 22 22 08
Chez Nicole	07 07 91 09 21
Couleur Café	27 22 41 78 99
El Sayad	05 55 70 57 05
Espace Plein Air	07 08 22 14 15
Le Petit Dakar	07 78 33 71 66
Happy Lounge	07 47 04 14 14
Hollywood Boulevard	01 40 75 85 98
Jardiland	27 22 41 68 76
L'Éléphant d'or	27 22 48 25 85
L'Espace Nandjelet	27 22 44 50 45
L'Ybane	27 22 41 08 53
L'Océan	27 22 54 11 99/07 88 76 99 99
La Brasserie	27 22 48 26 26
La Baie d'Along	07 08 72 27 61
La Croissanterie Tweat Las P.	07 08 27 73 11
La Croissanterie Tweat Mitt.	07 88 39 35 91
La Croissanterie Tweat R. J.	07 57 29 17 72
La Dolce Vita	27 22 44 57 79
La Gourmandine	27 22 41 07 90
La Gourmandise	27 22 48 26 26
La Sangria	07 08 76 44 44
Le Bavarois	05 05 87 91 42
Le Café Théâtre	27 22 41 15 77
Le Champagne	27 22 41 62 22
Le Champion Live	07 08 39 08 35
Le Longchamp	27 22 41 74 46
Le Maestro	01 01 42 67 47
Le Pacifique	27 22 44 18 91
Le Pam's	27 22 41 47 20/07 08 83 13 66
La Parenthèse Exquise	27 22 44 16 16
Le Pékin	27 22 44 41 63
Le Phenicia	27 22 41 83 12
Le Relais malgache	07 07 07 22 84
Le Tarama	27 22 48 88 05
Le Toit d'Abidjan	27 22 48 26 26
Les Délices de l'Hacienda	07 07 05 79 52
Lorenzo Hôtel	01 73 60 06 06/01 01 20 25 20
Kajazoma Concept	27 22 41 78 62
Man Na	01 02 55 06 16
Maquis Du Val	27 22 48 50 94
Ménékré Legend	07 07 73 45 99
Norima	27 22 51 03 14
Nuit de Saigon	27 22 41 40 44
Obidj	27 22 52 26 92
Résidence Ohinénié	07 77 74 54 14
Paul	27 22 41 30 55

Planet BMW	27 22 41 05 13
Regina Margherita	27 22 52 30 26
Restaurant Welly	27 22 51 03 77
Solarino	05 04 71 90 90
The Graden Lounge	07 08 06 86 10
Ty Breizh Village	27 22 44 48 63
Viêt Pho	27 22 41 46 74

MARCORY

American sandwich	01 03 90 09 00
Anh-Thu	27 21 26 09 88
Baba Khatta Meetha	27 21 26 14 13
Baïla Pizza	27 21 00 67 76
Café Do Brazil	07 48 98 98 18
Chez Abdou	27 21 26 09 80
Chez Ambroise	05 05 78 36 00
Chez Arthur	05 05 92 67 55
Chez Tantie Alice	07 07 96 67 58
El Rancho	27 21 00 67 74
Eden Food Sky Bar	07 07 44 44 52
Espace Mima	27 21 35 17 17
Karam	27 21 26 30 97
La Brioche Dorée	27 21 00 54 70
La Terrasse de la Pat. Abj.	27 21 25 42 73
Le Sole Plus	05 05 82 65 14
Le Soukalo	07 08 22 80 80
Le Strick Bowl	07 09 16 00 07
Les Colibris	27 21 26 43 12
Moka & More (Cap Sud)	27 21 34 50 50
Nougatine	27 21 26 46 45
Pizza Doudou	07 07 13 75 75
Portofino	27 21 26 63 63
Oishi Sushi	27 21 26 26 69

PLATEAU

Abidjan Café	27 20 22 44 34
AFIA	27 20 30 20 20 / 07 89 89 89 00
Case Ebène	27 20 21 21 20
Chez Aya	27 20 22 42 79
Chez Georges	27 20 32 19 84
Chez Marcène	27 20 22 55 50
Deli'City	27 20 32 50 72
Hamburger House	27 20 21 59 39
Happy Hours	27 20 22 41 37
Hippopotamus	27 20 22 23 44/45
Ibis Restaurant	27 20 30 16 00
L'Ambassadeur	27 20 31 30 44
L'Entr'Acte	27 20 24 29 14
L'œnophile	27 20 21 31 93
L'Eperlan	27 20 22 48 03
L'Escale Kréyole	27 20 22 40 46
La Brasserie	27 20 22 40 61
La Case Ebène	27 20 21 21 20
La Croisette	27 20 21 27 86
La Maison du Combattant	27 20 22 47 42

La Stadium	01 02 00 88 42
La Taverne Romaine	27 20 21 89 51
Le Cherche Midi	27 20 33 03 50
Le Kissian	01 02 00 08 88
Le Minerva	07 08 50 26 26 / 05 05 39 32 80
Le Mondial	27 20 24 28 24
Le Saakan	27 20 32 13 58
Mondial	27 20 24 28 24
Pasta et Pizza	07 79 79 60 60
Pullman	27 20 30 20 20
Rive Gauche	27 20 30 20 20
Seen Café	27 20 00 67 00
Salads and Sun	27 20 32 03 09
Tuan	27 20 21 63 80

RIVIÉRA

Carpaccio	27 22 47 93 87
Chez Varold	07 08 04 98 86
Cosi	07 08 11 08 11
Da Carmen	07 07 73 25 82
Espace temps dance resto	01 50 27 93 52
La Case d'Ivoire	27 22 43 34 11
La Cucina	07 79 77 77 27
Le Botanic	27 22 23 39 28/07 67 18 67 03
Le Bushman Café	07 59 49 66 51
Le Chicking	07 79 00 40 00
Le Chill Out	07 79 06 06 30
Le Gourmand	27 22 50 27 60
Le Lam's	27 22 47 98 06
Le Maquis Plein Air	07 07 81 67 98
Le Paon	07 09 80 08 17
La Perigourdine	05 06 64 83 80
Lorenzo lounge	01 73 60 06 06
Red Flower's	27 22 43 42 69
Pause café	07 59 98 27 51
Rest. Houkami Guyzagn	07 58 42 57 17
Re7 Magik	05 06 32 22 22
Texas GrillZ	07 77 59 59 47
The New Under The Tree	07 49 21 88 94
Vista Lounge Restaurant	27 22 49 15 56

TREICHVILLE

Aboussouan	27 21 24 13 09
Hit Parade	27 21 24 13 90
La Croissanterie Tweat KM4	07 59 52 61 53
Le Débarcadère	01 02 04 81 53
Le Yellow Dog Club	27 21 24 36 10

VRIDI / PORT BOUËT

Chez Cakpo	01 42 07 81 65
Restaurant La Langouste	05 05 04 09 84

YOPOUGON

Resto "La brasserie de la zone"	07 59 39 41 63
---------------------------------	----------------

OÙ MANGER ?

ZONE 3/4•BIÉTRY

360 Snack	07 09 99 11 10	Kalliste	27 21 25 96 80	Le St Germain	07 49 05 25 54
Agha	07 77 30 04 00	Kanpai	27 21 35 84 10	Le Saint-Tropez	07 07 08 30 53
Angus	27 21 35 99 93	KFC	27 21 57 35 26	Le Sushi Abidjan	07 09 99 39 99
Al Basha	07 08 41 37 25	L'Annexe	07 49 40 02 27	Le Tamarin	07 67 69 58 34
Al Dar	27 21 35 02 34	L'Automatic	27 22 41 09 24	Le Wafou	27 21 25 62 01
Alessandro	07 89 10 20 00	L'entre deux	07 09 88 86 66	Maison de la Crêpe	27 21 24 56 37
American Sandwich/ Yun.	07 79 68 00 00	L'ILOT	07 79 47 09 54	Marrouche	07 07 03 99 97
Amoré	27 21 35 85 85	L'O à la Bouche	27 21 24 74 20	Meat'in	27 21 24 78 17
Arirang	07 48 55 03 60	L'Océan	07 47 59 99 99	Montana	27 20 22 06 31
Banian	27 21 35 28 59	L'Olympe Restaurant	27 21 25 55 41	Nushi sushi	07 78 18 04 98
Balady	27 21 24 00 00	L'Oriental	27 21 34 19 19	Oregano	07 69 79 22 82
Beijing	27 21 25 37 57	La Boule bleue	07 07 93 38 72	Ô Feu de bois	27 21 35 06 46
Beyti	07 77 50 05 55	La Casa	07 07 80 84 84	Parenthèse	27 20 00 15 00
Bo resto	07 87 67 67 67	La Citronnelle	07 07 25 93 93	Pasta e Pizza	07 79 79 60 60
Bouddha Lounge & Sushi	07 49 89 99 99	La Gorge d'or	27 21 35 72 07	Pistache et Chocolat	07 79 06 67 60
Brasserie des Arts	07 48 74 42 24	La Maison de la crêpe	27 21 24 56 37	Pizza Doudou	07 07 60 46 01
Casa des gourmets	01 52 99 90 90	La Pagode	27 21 35 62 71	Pizza Hut	27 21 59 22 26
Cheese & Co	05 86 01 01 01	La Perigourdine	05 06 64 83 80	Porte 21	07 59 55 59 50
Ché Café	07 07 98 49 60	La Pierrade	07 07 83 14 71	Real Kebab	27 21 24 36 50
Chez Hao	01 41 71 82 88	La Résidence	27 21 34 71 71	Restaurant le Boulevard	01 01 19 21 57
Chez Justin	07 07 69 90 63	La Route des Vins	27 21 37 40 80	Rib's	07 49 00 44 00
Chez Richard's	07 77 01 00 29	La Rôtisserie	07 47 88 88 47	Rico Café	05 76 76 66 66
Chez Sabine	07 09 08 77 28	La Terrasse	05 44 44 44 43	Sam's Abidjan	05 44 02 00 00
Chez Simon	07 07 86 11 25	La Villa Hermès	27 21 35 61 48	Saj	01 50 50 50 30
Chez Tong	27 21 25 73 82	Le Bar Blanc	27 21 35 09 82	Sept Tables	07 67 00 00 41
Chez Wang	27 21 24 41 31	Le Baratin	07 49 94 77 77	Street Food	07 07 01 11 12
Chicking	07 79 18 99 99	Le Cosmopolitain	27 21 35 79 45	Soufraty	05 46 77 78 88
City Kebab	07 48 11 22 12	Le Don Antonio	05 46 94 64 94	Tonino	01 03 74 00 00
Cocorico	07 88 01 00 00	Le Dragon d'Or	07 59 17 17 19	Villa Hermès	27 21 35 61 48
Com chez Soi	27 21 59 41 91	Le Grand large	07 48 00 00 00	Villa Savoia	27 21 35 86 03
Copa D'Elio	05 05 66 23 88	Le Hukka	07 79 17 99 99	Wasabi	27 21 25 15 72
Crêperie Waimea	27 21 25 59 07	Leila Restaurant	07 08 90 54 53	Waimea	27 21 39 61 32
Delhi Darbar	05 75 41 37 51	Le Jardin gourmand	27 21 25 06 03	West	07 49 20 02 00
Di Sorrento	27 21 35 57 75	Le Kallisté	27 21 25 96 80	Zanzibar	07 07 08 30 53
Don Papa	07 77 00 86 60	Le Loft	27 21 24 03 11	Zaher's snack	07 77 98 77 77
Eden Food Sky Bar	07 07 44 44 52	Le Malibu	27 21 24 32 11	Zawat	07 48 88 08 08
Éric Kayzer	27 21 25 51 34	Le Marlin Bleu	27 21 25 97 27		
Escobar	07 77 20 00 02	Le Marly	27 21 21 21 51		
Espace Mima	01 41 51 45 15	Le Rallye	27 21 35 03 80		
Fé ta crêpe	07 66 61 27 29	Le Roof	07 68 73 99 79		
Flaw	27 21 24 37 17	Ma ligne gourmande	07 07 07 37 97		
Hao Nem	07 47 71 82 88	Manuella	07 08 41 37 25		
Havana	27 21 25 71 11	Maquis Temps Libre	27 21 35 66 18		
Hayat Doner Al Turki	07 00 00 08 01	Le Cadre	01 01 01 62 07		
House Beach	07 47 29 56 28	Le Marly	27 21 21 21 51		
Indian by Nature	07 79 11 10 00	Le Meat In	27 21 24 78 17		
Instant Gourmand	27 22 44 15 69	Le Méchoui	27 21 24 68 93		
Mediterraneo	27 21 25 75 02	Le Montparnasse :			
Jay's	07 09 09 91 03	Brasserie	27 21 51 97 39		
Justin Chez vous	07 07 69 90 63	La Trattoria	27 21 51 97 39		
Kaiten	27 21 25 44 61	Le Pêcheur by Tuna&Co	07 68 03 90 90		
		Le Petit Bouddha	27 21 24 60 74		
			07 98 49 82 80		
		Le Petit Café	07 77 77 22 22		
		Le Pichet	27 21 34 34 51		



OÙ MANGER ?

PÂTISSERIES

ANGRÉ•2 PLATEAUX

Des Gâteaux & du Pain	27 22 41 55 38
Pâtisserie Abidjanaise	27 22 52 04 04
Paul	27 22 41 30 55
Pâtisserie Zest	07 09 48 48 69

MARCORY

Cake Design by LC	07 09 08 77 34
Candy Chocolatier	07 07 05 32 38
Chez Salma	27 21 26 84 12
Chopin	07 07 91 33 33
Cookies & Cakes	07 07 07 26 26
Les Douceurs de Suzanne	27 21 26 48 03
Mon Choco	27 20 24 26 31
Nougatine	27 21 37 69 91
Sweet cake by Mervat	07 09 39 07 39

ZONE 4•BIÉTRY

Amoré	27 21 35 85 85
DipnDip	27 21 24 77 55
Des Gâteaux & du Pain	07 48 98 83 66
Éric Kayser	27 21 25 51 34
Exotica chocolat	27 21 25 46 28
Maison gourmande	07 58 00 38 38
Nougatine	27 21 26 46 45
O Délices	07 57 58 58 10
Pâtisserie Abidjanaise	27 21 35 53 40
Pâtisserie Paul	27 21 25 05 25
Pierrot Gourmand	07 48 12 42 43
Pistache & Chocolat	07 79 06 67 60

GLACIERS ET SALONS DE THE

ANGRÉ•2 PLATEAUX

Couleur Café	27 22 41 78 99
Le Glacier de Biétry II	07 07 10 20 26
Nice Cream	27 22 41 14 14
Paul	27 22 41 30 55
Régis Glacier	27 22 41 17 63

RIVIÈRA

Régis Glacier	07 77 09 99 99
Smöoy	07 08 08 20 98

ZONE 4•BIÉTRY•VRIDI

Amoré	27 21 35 85 85
Éric Kayser	27 21 25 51 34
La Maison du Chocolat	27 21 35 42 92
Le Glacier de Biétry	27 21 35 17 39
Maison gourmande	07 58 00 38 38
Nice Cream	07 57 82 57 82
Nougatine	27 21 26 46 45
Nushi	07 78 18 04 98
Ô Délices	07 57 58 58 10
Paul	27 21 25 05 25

Pistache & Chocolat	27 21 34 43 34
Pierrot Gourmand	07 48 12 42 43
Smöoy	07 77 91 77 91

LIVRAISONS À DOM.

Dolce vita	27 22 44 57 79
House of Burger	07 79 72 72 79
Jay's	07 09 09 91 03
La Cucina	07 79 77 77 27
La Pagode	27 21 35 62 71
La Trattoria	27 21 24 08 78
Le Bar blanc	27 21 35 09 82
Le Bella Ciao	27 21 37 41 33
Le Chicking	07 79 00 40 00
Le Petit Café	07 77 77 22 22
Les Resto Soraya	07 49 38 85 09
Nem Abidjanaise	05 05 21 21 72
Nougatine	27 21 26 46 45
Pizza Doudou	07 07 60 46 01
Pizza mania	27 21 35 63 02
Oishi Sushi	27 21 26 26 69
Pistache et Chocolat	07 79 06 67 60
Pizzeria le Maestro	01 01 42 67 67
Real Kebab	27 21 24 36 50
Stears	27 21 75 65 63
Texas GrillZ	07 77 59 59 47
Yochek	07 89 89 01 01

TRAITEURS

ANGRÉ•2 PLATEAUX

Pâtisserie Abidjanaise	07 07 07 53 40
Traiteur & Evénement	07 47 51 71 73

PLATEAU

Seprodal	27 22 44 15 10
----------	----------------

ZONE 4•BIÉTRY

Banian	27 21 35 28 59
Fairouz	07 77 00 00 00
Grain de Sel	07 77 20 69 99
Le Traiteur	01 03 12 31 23
Pâtisserie Abidjanaise	27 21 35 53 40
Wafou-Quesnel François	27 21 25 62 01/02

EPICERIES FINES

ANGRÉ•2 PLATEAUX

Couleur café	27 22 41 78 99
La cave de Jonas	27 22 52 27 69
L'œnophile	07 57 00 26 26
Mon choco	07 57 04 73 40/27 20 24 26 31
Sicave	27 22 41 55 88
Sodirep	27 22 52 27 69

PLATEAU

Mon Choco	07 57 04 73 40/27 20 24 26 31
-----------	-------------------------------

RIVIÈRA

La Ferme épicerie	01 01 17 78 81
La Perigourdine	05 06 64 83 80

Mon Choco	07 57 04 73 40/27 20 24 26 31
-----------	-------------------------------

Marcory•ZONE 3/4•BIÉTRY

Art de Vie	27 21 25 63 63
Eucalyptus	27 21 25 84 94 / 16 82
L'Épicerie	07 67 19 13 41
L'œnophile	27 21 25 27 63
La cave de Jonas	27 21 35 00 84
	27 21 25 25 04
La Perigourdine	05 06 64 83 80
La Route des Vins	27 21 37 40 80
Les Thés d'Hanné	07 07 10 48 23
Mon Choco	07 57 04 73 40/27 20 24 26 31
Sodirep	27 21 25 25 04

À LA PLAGE

ASSINIE

Akwa Beach	27 21 00 06 66
Assinie Beach	07 47 20 01 01
Assinie hôtel	07 09 09 09 94
Coucoué Lodge	07 07 07 77 69
Crocodile Dipi	07 09 20 79 97
Ehotile Lodge	07 08 14 04 04
Hôtel Zion	05 54 33 33 43
Grace Land Hôtel	07 67 63 62 12
Kame Surf Camp	07 08 00 46 57
Nouvel African Queen	07 79 69 34 56
La Plage	07 88 86 66 64
Le Bahia	07 09 09 90 13
Le Jardin d'Eden	05 05 78 09 34
Maison d'Hôtes	05 05 17 36 10
Marines de Babihana	07 07 07 57 40
Polaris Café	07 97 79 79 64
O'sole Mio	05 05 96 49 13
Sun Set Bar	07 08 00 46 57
Villa Blanca	07 09 66 06 06
Walébo Auberge	07 58 87 68 03

GRAND-BASSAM

Assoyam Beach	27 21 30 15 57
Boblin La Mer	27 21 30 14 18
Chez Justin	07 07 69 90 63
Espace Bethanie	07 89 19 19 85
	01 41 11 22 61
Etoile du sud	27 21 30 29 39 / 35 50
Golden Palace Hôtel	27 21 30 14 48
Jah Live Village	07 08 98 29 20
La Bassamoise	07 08 19 40 19
	01 40 24 84 83
La Paillote	07 08 39 64 13
La Playa	27 21 30 30 58
Le Tipasa	27 21 31 22 28
Maison de la lagune	01 02 18 94 41
Mitsoubeach Club	07 59 27 05 61
N'Sah hôtel	27 21 31 28 07 / 09

JACQUEVILLE

Espace temps dance beach	05 06 07 07 02
--------------------------	----------------

SAN-PEDRO

Hôtel Sophia	27 34 71 92 90
Les Jardins d'Ivoire	27 34 71 31 86

OÙ DORMIR ? EN VILLE ?

ABIDJAN

Azalai Hôtel	27 21 22 25 55
Détente Hôtel	27 23 43 73 59
Ecologie	27 21 24 98 70
Eden Park	27 22 00 18 87
Golf Hôtel	27 22 43 10 45
Grand Hôtel	27 20 32 12 00
Freeman Hôtel	27 21 35 62 62
Horse Academy de CI	07 77 99 56 99
Hôtel Bellcôte	27 22 50 27 60
Hôtel des Jardins	27 22 41 24 51
Hôtel la Résidence	27 21 34 71 71
Hôtel le Griffon	27 22 41 62 22
Hôtel le Refuge	27 21 25 85 76
Hôtel Palm Club	27 22 40 53 00
Hôtel Particulier	27 22 44 16 16
Pullman	27 20 30 20 20
Hôtel Tiama	27 20 31 33 33
Ibis (Marcory)	27 21 75 63 00
Ibis (Plateau)	27 20 30 16 00
Iris Hôtel (Sol Béni)	27 22 47 98 06
Ivotel	27 20 25 66 66
L'Atomium BBB	27 21 35 90 55
La Bastide	27 21 25 36 56
La Case d'Ivoire	27 22 43 34 11
La Résidence	27 21 34 71 71
La Signaré	27 21 35 44 55
Le Miliet	27 21 34 25 28
Le Marlin Bleu	27 21 25 97 27
Le Marly	27 21 21 21 51
La Nouvelle Pergola	27 21 75 35 01
Le Wafou	27 21 25 62 02
Maria Ressort	07 07 35 35 66
Mövenpick	27 20 23 20 23
Novotel	27 20 31 80 00
Onomo	27 21 21 21 91
Le Quai 40	01 02 84 32 20
Lorenzo Hotel	27 22 54 96 05 / 07 77 77 00 27
Radisson Blu	27 21 22 20 00
Résidence Bertille	27 22 41 39 15
Résidence Eburnea	27 22 52 70 05
Résidence Dippoka	27 22 52 50 50
Résidence H. La Grâce	27 22 41 84 80
Résidence H. Nelson Manela	27 22 50 25 50
Résidences Les Hauts	
de l'Indénié	27 20 30 31 20 / 07 48 74 72 07
Résidence Lavida	27 21 28 17 91
Résidence Ohinénié	07 77 74 54 14
Résidence Vanestelle	27 22 49 03 28
Romano lodge	05 04 66 52 54
Seen Hôtel	27 20 00 67 00
Sofitel Abidjan Hôte Ivoire	27 22 48 26 26

Songon Park

05 05 22 22 22

MAISONS D'HÔTES

ABIDJAN

Gaïa's Garden B. and B. fast	01 03 87 98 34
Horse Academy	07 07 67 73 47
Le Quai 40	01 02 84 32 20
La Villa Kaïdin	27 22 43 62 66
La Villa Mia	07 47 23 49 97
Le Stanislas	27 21 35 01 14
Villa Anakao	07 79 14 61 85
Maison Misôa	27 21 53 42 54
Résidence Helios	27 22 47 61 74
Résidence la Signaré	27 21 35 44 55
Résidence Yéli	27 22 43 23 49
Seddo Guest House	27 22 54 49 26
Villa Anakao	07 49 74 21 13
Villa Ayaba	27 21 24 86 75
Villa Oasis	07 49 88 75 71

BONOUA

Floris hôtel Bonoua	05 54 31 97 97
	01 03 31 97 97

BOUAKE

Hôtel de l'Art	07 89 34 34 06
Hôtel du Stade	27 31 63 58 84
Hôtel Mon Afrik	27 31 63 21 80
N'Zi River Lodges	07 88 08 88 50
Ran Hôtel	27 31 63 20 16
Résidence Hôtel Eléphant	27 31 63 28 88

GRAND-BASSAM

Golden Palace Hôtel	27 21 30 14 48
	07 07 18 64 64
Assoyam	27 21 30 15 57
Boblin La Mer	27 21 30 14 18
Capriccio	27 21 30 18 02
Chez Justin	07 07 69 90 63
Etoile du sud	27 21 30 29 39 / 35 50
Hôtel de France	27 21 30 30 47
Hôtel Wharf	27 21 30 15 33
Horse Academy de CI	07 77 99 56 99
Koral Beach	27 21 30 19 08
La Madrague	27 21 30 15 64
La Nouvelle Paillote	07 08 39 64 13
La Playa	27 21 30 30 58
La Taverne Bassamoise	27 21 30 10 62
Les Trois Cocotiers	07 07 85 66 71
Maison de la lagune	01 02 18 94 41
Mitsou Beach	07 59 27 05 61
N'Sah hôtel	27 21 31 28 07 / 09
Paradis Tropical	07 08 90 40 61

GRAND-BÉRÉBY

La Baie des Sirènes	07 77 78 34 34
Le Katoum	07 07 07 11 35

GRAND-LAHOU

Le Ravin	07 59 61 67 46
----------	----------------

JACQUEVILLE

Barbecue	05 06 13 14 30
Dystingo Beach	07 08 49 74 64
Edibryz	05 06 13 14 30
Elysée Plage	07 77 20 99 34
Espace Temps Dance	07 07 29 06 15
Hôtel Le Relax	07 07 94 45 21
Hôtel Persévérance	01 51 66 95 57
Hôtel Persévérance	07 56 69 99 48
Jacko Plage	07 09 29 01 66
L'Immaculée Plage	01 51 05 55 55
La Brasserie	07 57 42 38 05
La Brise résidence hôtel	05 45 79 11 59
	01 50 55 43 12
Le buffet du chef	07 07 68 54 25
Mael Plage	07 57 14 49 11
Plage Principauté	07 07 07 89 40
Quai D'Orsay	01 02 19 19 57

SAN-PEDRO

Enotel Beach	27 34 71 00 85
Hôtel Sophia	27 34 71 92 90
Hôtel Le Rialto	27 34 71 23 80
Les Jardins d'Ivoire	27 34 71 31 86

SASSANDRA

Hôtel Le Pollet	07 09 81 36 01
Hotel La Terrasse	07 07 35 68 26

TIASSALE

Hôtel Barracuda	07 48 86 09 63
-----------------	----------------

YAMOOUSSOUKRO

Hôtel Président	27 30 64 64 64
Hôtel des Parlementaires	27 30 64 68 00
Hôtel Le Rocher	27 30 64 03 08
Hotel Le royaume	27 30 64 00 12



ASSINIE

Abissa Lodge	07 49 55 93 92
African Queen Lodge	07 79 69 34 56
Akwoa Beach	07 08 83 33 74
Assinie Beach	01 01 94 86 35
Assinie Bord de Lagune	07 88 91 13 99
Assinie Week End Lodge	07 09 09 33 35
Auberge Bethel Evasion	07 48 75 27 91
	07 89 34 32 35
Auberge Des Iles	07 08 58 67 81
Aura Beach	07 77 65 44 44
Blue Lagoon	07 77 45 09 87/27 21 30 20 77
Blue Sky Abissa 2	07 87 75 39 39
Blue Sky Abissa 1	07 49 55 93 92
Blue Sky Yamaman Lodge	27 22 43 81 34
(Chez Alassane) France la Paix	07 49 19 23 44
Climbié Beach	07 07 55 58 80
	07 09 91 27 69
Cocograndnut Beach	07 58 65 55 55
Cool Mafia	05 05 03 30 20
Concept Lodge	07 09 09 01 31
Coucoué Lodge	07 07 07 77 69
Ehotilé Lodge	07 08 14 04 04
Grace Land Hôtel	07 67 63 62 12
Havens	07 08 28 07 35
Hotel Cool Mafia	05 05 03 30 20
Hotel Milano	05 56 54 77 13
Hotel Naell Assinie	07 09 67 61 66
Hotel Océan	05 05 66 81 89
	07 09 72 91 36
Ivoire Lodge	07 09 74 12 89

Jade Assinie	07 09 88 30 05
Kame Surf	07 08 00 46 57
Kasanah Village	01 41 71 70 54
Koffiah Resort	07 08 05 06 40
Akoula Kan	07 78 00 04 08
Le Sunshine Hotel Assinie	07 49 25 25 75
Le Bahia	07 09 09 90 13
	07 09 60 14 14
La Baie D' Assinie	05 06 13 14 09
La Croisière	07 48 62 40 57
La Fazenda	07 09 79 48 07
	07 48 42 84 23
La Maison d'Akoula	07 79 49 34 79
La Maison de l'Artiste	07 47 84 05 35
La Paillote	07 08 84 79 82
La Plage	07 88 86 66 64
La Résidence des Lagunes	07 22 43 10 44
Le Chalet Chez Augustin	07 07 49 46 23
Le Jardin D' Eden	05 05 78 09 34
Le Lodge	07 09 09 33 35
La Voile Rouge	07 58 72 29 71
Les Bulles	07 88 68 09 88
	05 86 90 25 44
Les Chalets Dime	27 21 30 80 60
Les Jardins d'Assinie Surf C.	07 07 99 41 81
Les Marines de Babihana	07 07 07 57 40
Lodge by Coucoué	07 07 07 77 69
Mammy Wata	05 75 26 58 86
Nahiko Hotel	01 51 64 04 40
Notevia Hôtel	05 74 53 72 07
	07 48 26 03 03
Nouvel African Queen	27 21 30 06 66

O'sole Mio	05 05 96 49 13
	07 07 87 27 71
Phamam Lodge	07 78 58 78 78
Prestige Hotel	01 02 52 52 80
Rip Curl Surf Camp	07 08 32 60 00
Sabbat Plage	01 01 87 53 34
Splendid Hotel	07 07 99 56 20
	01 03 58 99 74
Splendid Inn	07 49 62 40 47
Sun Set Bar	07 08 00 46 57
Villa Blanca	07 09 66 06 06
Villa Nahiko	01 51 64 04 40
Yamana Lodge	27 21 30 80 60
Walébo Auberge	07 58 87 68 03
	05 75 32 19 30
Zion Hôtel	07 09 19 42 42
	05 54 33 33 43

ILE BOULAY

Auberge chez Mario	07 09 10 61 05
Boulay Beach Resort	07 07 97 73 73
Chez Coconut Grove Lodge	07 07 07 05 10
L'Escale de la baie	05 05 15 74 24
	07 59 91 90 76
Maria Resort	07 07 35 35 66
Romano	07 09 45 92 98

MAFERE

Fama Bio	07 07 20 46 94
	05 85 85 99 99



ABIDJAN By NIGHT

COCODY 2 PLATEAUX

40/40	07 07 08 40 46 03
Acoustic	07 07 84 01 01/07 07 17 63 34
Bao café	07 58 28 10 73
Bar Link	27 22 48 26 26
Best of Discothèque	01 03 42 09 10
Black and Light Disco.	07 07 65 96 59
Blue M Discothèque	05 44 62 23 13
Cacao Lounge	27 22 48 26 26
Carrat'in	07 48 06 12 67/07 47 90 75 60
Champs Elysées Lounge C.	27 22 41 89 42
Chicha Lounge	27 22 48 26 26
Code Secret	01 40 92 40 92
Dji'Z Bar	07 58 58 24 73
Happy House	07 57 30 68 11
Happy Lounge	07 47 04 14 14
HB. Hollywood Boulevard	01 40 75 85 98
Jungle	07 09 92 20 31
Justin Chez Vous	27 22 41 56 57
La Mexicaine	07 07 91 80 39
La Perle du Sud	07 49 27 72 88
Le Champion	07 08 39 08 35
Le Label	01 01 74 13 99
Le Longchamp	27 22 41 74 46
Le Pam's	27 22 41 47 20
Le Toit d'Abidjan	27 22 48 26 26
Le VIP	05 05 47 05 47
Link Bar	27 22 48 26 26
Live 7	05 05 48 00 00
London Club Bar	01 02 18 18 81
Ménékré Legend	07 07 73 45 99
Norima	27 22 51 03 14/07 07 53 53 23
Oasis Pool Lounge	27 22 48 26 26
Pavillon Bar	27 22 48 26 26
Pink Club	01 01 05 77 78
Place Vendôme	07 07 09 86 06
Queen's Bar	07 49 63 81 16
Royaume Congo	07 58 77 26 76
So'Club discothèque	07 08 80 13 22
Sweety	07 07 82 90 54
Swell lounge	05 06 22 45 78
Vista lounge	27 22 49 15 56
Vuvuzela	07 09 19 39 23
Whats Up Bar	07 58 66 51 16
Zino Lounge	27 22 41 57 08/07 07 60 96 77

MARCORY

Pink Club	01 01 05 77 78
Choco Bar Disco	07 67 75 95 09

PLATEAU

40/40	07 08 40 46 03
Assamela	27 20 33 53 75
Filjim	07 07 88 84 31
Happy Hours	27 20 22 41 37
Le Gondwana Club au Pullman	27 20 30 20 20 / 07 89 89 89 00
Le Social	27 20 30 20 20 / 07 89 89 89 00
Life Star	07 59 99 71 85
Pullman	27 20 30 20 20
Tennessee Bar	07 47 22 22 55

RIVIERA

5ème Avenue	07 07 95 07 54
Beverly Hill's	07 59 88 17 58
Blue Rock	07 09 57 94 89
Bushman Café	07 89 98 66 19
Chill Out	05 55 04 30 30
Code Barre	07 09 24 14 70
Club Happy Night	07 07 59 06 40
Club Quartz	07 02 03 82 67
Eclipse Lounge	07 79 77 77 27
Lorenzo Lounge	01 73 60 06 06
Moonlight	07 07 77 73 62
Rooftop Club Cigare	07 49 84 12 22
Sweet Garden	07 88 19 82 68

TREICHVILLE

Kawaï Night	07 59 78 71 70
L'Alliance	05 05 06 29 59
La Nex Astoria	07 08 51 91 92

YOPOUGON

Ambassade	07 59 34 12 10
Central VIP	07 07 31 72 80
Industrie Bar VIP	07 07 94 93 30
Le Richelieu	07 58 44 24 94

ZONE 3/4•BIÉTRY

17/59	07 07 54 91 21
American Bar	01 41 41 14 41

Che Café	07 07 98 49 60
Club Alizée	07 07 84 73 53
Code barre	07 09 32 91 85
Ebene Club	07 58 42 85 81
Eden Club	07 47 98 19 79
Eden Food Sky Bar	07 07 44 44 52
Espace Lounge Bar	07 07 44 44 52
Havana Club	27 21 25 71 11
House Beach	07 47 29 56 28
Hôtel la Terrasse	27 21 25 36 56
Isy Club	05 05 63 13 83
Kallisté	27 21 25 96 80
Klimax	07 07 98 57 01
L'Adresse	07 49 54 84 18
L'Annexe bar	07 49 40 02 27
L'Oiseau Bleu	27 21 25 91 60
La Boule bleue	07 07 93 38 72
La Casa	07 07 80 84 84
La Salsa	07 07 05 71 83
La Taverne	27 21 25 83 33
Le Bar Blanc	27 21 35 09 82
La Paname café	07 07 28 90 70
Le Baratin	07 07 49 62 17
Le Jimmy's	07 07 28 36 42
Le Privé	27 21 35 62 75
Le St Germain	01 40 00 66 08
Le Safari	07 07 80 46 41
Le Vin sur vin	07 07 08 30 53
Nelson Club	07 57 33 99 97
Notorious	07 07 40 37 74
Parker place	05 06 64 33 81
Taco Stop	07 77 18 77 71
Taboo Club Blue	05 55 22 22 21
Flamingo ex. taxi brousse	07 48 23 63 76
Terminal A	07 88 08 06 06
The Pharmacy Abidjan	07 08 08 07 66
Valentine's Pub Bar	07 88 68 55 71
West	07 49 20 02 00



Numéros utiles

Ambassades

Afrique du Sud	27 22 44 59 63
Algérie	27 20 21 23 40
Allemagne	27 22 44 20 30
Angola	27 22 44 43 00
Arabie Saoudite	27 22 44 24 91
Belgique	27 20 21 93 16
Bénin	27 22 41 44 13
Brésil	27 20 22 23 41
Burkina Faso	27 20 21 15 01
Cameroun	27 22 43 88 77
Canada	27 20 30 07 00
Chine	27 22 44 59 00
Congo	27 22 47 29 00
Corée (Rép. de)	27 22 48 67 03
Egypte	27 20 32 79 25
Espagne	27 22 44 48 50
Etats-Unis	27 22 49 40 00
Ethiopie	27 20 21 33 65
Fédération Russie	27 22 43 09 59
France	27 20 20 04 04
Gabon	27 22 44 51 54
Ghana	27 22 41 02 88
Guinée	27 20 32 04 27
Grande Bretagne	27 22 44 26 69
Inde	27 22 42 70 79
Iran	27 22 48 01 90
Israël	27 20 21 31 78
Italie	27 22 44 61 70
Japon	27 20 21 28 63
Liban	27 20 33 28 24
Libye	27 22 41 41 80
Mali	27 20 31 15 70
Malte (Or. de)	27 27 44 63 62
Maroc	27 22 44 56 30
Mauritanie	27 22 41 16 43
Niger	27 21 26 28 14
Nigéria	27 20 21 19 82
Norvège	27 20 22 25 34
Palestine	27 22 42 77 03
Pays Bas	27 20 21 31 10
Tchad	27 20 20 38 80
Togo	27 22 41 56 97
Tunisie	27 20 22 61 23
Turquie	27 20 25 51 10
Sénégal	27 20 33 28 76
Suède	27 20 21 93 56
Suisse	27 22 44 79 89

Banques

Afriland First bank	27 20 31 58 30
Banque Atlantique	27 20 31 59 50
NSIA Banque	27 20 20 07 20

BICICI	27 20 20 16 00
BNI	27 20 20 98 00
BOA	27 20 30 34 00
Bridge bank	27 20 25 85 85
Cofipa	27 20 30 23 02
Coris bank	27 20 20 94 50
Ecobank	27 20 21 10 41
SGBCI	27 20 20 12 34
SIB Attijariwafa bank	27 20 20 00 00
Standard Chartered	27 20 30 32 00
UBA	27 20 31 22 22
Versus Bank	27 20 25 60 60

Centres Culturels

Allemagne	27 22 40 01 60
Institut Français	27 20 22 24 36
Espagne	27 22 44 48 50
Etats-Unis	27 22 44 05 97

Comp. Aériennes

Aéro Corp.	27 21 58 74 58/75 58
Afriqiyah	27 20 33 35 55/54 54
Air Algérie (AH)	27 20 32 56 51
Air Burkina (2J)	27 20 32 89 19
Air Côte d'Ivoire	27 20 25 10 30
Air France (AF)	27 20 20 24 24
Air Mali	27 20 33 88 87
Air Nigeria	27 20 25 94 32
Bellview	27 20 32 07 16/15
Brussels Airlines (SN)	27 21 21 38 70
Corsair	27 20 32 15 00
Egyptair (MS)	27 20 21 09 64/69
Emirates Airlines	27 20 25 62 57
Ethiopian Air. (ET)	27 20 21 93 32
Jet-xpress	07 58 16 16 16
Kenya Airways	27 20 30 31 08
Mauritania Airways	27 20 21 89 25
Maxair (Avions privés)	07 79 91 48 56
Medievac	07 6 58 16 16 16
Middle East Air (MEA)	27 20 22 62 82
R. Air Maroc (AT)	27 20 21 20 38
South Africa Air. (SA)	27 20 30 10 20
TAP Portugal	27 20 33 63 00/07 67 53 44 95
Toumai Air Tchad	27 20 31 90 05
Tunisair (TU)	27 20 22 45 42/40
Turkish Airlines	27 21 24 38 38

Dépannages

See client Fixe Mob. Internet	0707
Renseignements	120
CIE dépannage	179
SODECI	27 21 23 30 00

SODECI dépannage	175
Lux Habitat "Allô dép."	27 21 22 22 20/21

Utiles

ADFE	27 20 21 91 09
Aéria/Aéroport	27 21 75 79 01/02
CCIFCI	27 21 25 82 06
Douanes	27 20 25 15 00
Palais de Justice	27 20 22 35 86
Police Direction Générale	27 20 22 20 30
Préfecture de police	27 20 22 42 27
Union Français Etranger	07 07 07 12 05

Hôpitaux

CHU Cocody	27 22 48 10 00
CHU Treich.	27 21 24 91 22/21 25 65 70
CHU Yopougon	27 23 53 75 75/50
Clin. La Providence	27 22 44 85 86/95 88
Clin. La Rochelle	27 20 22 30 86/67 00
Clin. Rhema	27 22 41 16 35
Clin. St Martin de T.	27 21 24 04 80
CMC Gamma	27 22 52 29 15
CMC de Biétry	27 21 25 25 60
Croix Bleue	27 20 37 00 53
Croix Rouge	27 20 32 13 35/09 87
Hôtel DIEU	27 21 75 91 80/81
Hôpital Mère Enfant de Bingerville	27 22 51 15 00
PISAM	27 22 48 31 31
Polyclinique Avicennes	27 21 21 13 00
Polyclinique II Plateaux	27 22 41 44 99
Polyclinique Int. Indénié	27 20 30 91 00

Informations

CNPS	27 20 20 32 66
CI Tourisme	27 20 25 16 03
GATL	27 21 27 90 27
Météo	27 21 21 58 58
Port Capitainerie	27 21 24 08 66
Sitarail	27 20 21 02 45
CNTS (Banque de sang)	27 21 35 39 33
CMCR Ambulance	07 07 01 10 15
Institut Hygiène Public	27 21 25 92 54

Urgences

Pompiers	180
Pompiers Indénié	27 20 21 12 89
Pompiers Yopougon	27 23 45 16 90
Pompiers Zone 4	27 21 35 73 65
Réanimation	186
SAMU	185 - 22 44 53 53
Vétérinaire 24h/24	07 07 85 69 49

du mois de Décembre

Les marées
du 1^{er} au
7 décembre

Pleine Mer				
	Matin	Haut	Soir	Haut
Jeu.01	11h21	0.88m		
Ven.02	00h16	1.04m	12h44	0.89m
Sam.03	01h12	1.05m	13h54	0.92m
Dim.04	02h00	1.06m	14h50	0.95m
Lun.05	02h40	1.06m	15h36	0.98m
Mar.06	03h15	1.06m	16h16	1.01m
Mer.07	03h47	1.06m	16h52	1.02m

Basse Mer				
	Matin	Haut	Soir	Haut
Jeu.01	05h28	0.61m	17h21	0.53m
Ven.02	06h39	0.56m	18h29	0.54m
Sam.03	07h34	0.51m	19h26	0.55m
Dim.04	08h18	0.47m	20h15	0.55m
Lun.05	08h57	0.43m	20h59	0.56m
Mar.06	09h33	0.40m	21h38	0.56m
Mer.07	10h07	0.38m	22h16	0.57m

Les marées
du 15 au
21 décembre

Pleine Mer				
	Matin	Haut	Soir	Haut
Jeu.15	08h56	0.89m	22h08	0.98m
Ven.16	10h06	0.87m	22h58	0.99m
Sam.17	11h22	0.87m	23h51	1.01m
Dim.18	12h39	0.89m		
Lun.19	00h44	1.03m	13h48	0.93m
Mar.20	01h36	1.06m	14h49	0.98m
Mer.21	02h28	1.09m	15h43	1.03m

Basse Mer				
	Matin	Haut	Soir	Haut
Jeu.15	03h04	0.67m	15h05	0.55m
Ven.16	04h15	0.65m	16h06	0.58m
Sam.17	05h30	0.61m	17h15	0.60m
Dim.18	06h33	0.56m	18h23	0.60m
Lun.19	07h27	0.49m	19h24	0.59m
Mar.20	08h16	0.42m	20h20	0.57m
Mer.21	09h02	0.36m	21h12	0.55m

Les marées
du 8 au
14 décembre

Pleine Mer				
	Matin	Haut	Soir	Haut
Jeu.08	04h16	1.05m	17h27	1.03m
Ven.09	04h46	1.04m	18h02	1.03m
Sam.10	05h17	1.03m	18h38	1.02m
Dim.11	05h51	1.01m	19h15	1.01m
Lun.12	06h27	0.98m	19h54	0.99m
Mar.13	07h09	0.96m	20h36	0.98m
Mer.14	07h57	0.92m	21h20	0.97m

Basse Mer				
	Matin	Haut	Soir	Haut
Jeu.08	10h40	0.37m	22h52	0.59m
Ven.09	11h13	0.37m	23h27	0.60m
Sam.10	11h47	0.38m		
Dim.11	00h02	0.62m	12h21	0.40m
Lun.12	00h39	0.64m	12h56	0.43m
Mar.13	01h19	0.66m	13h34	0.47m
Mer.14	02h06	0.67m	14h16	0.51m

Les marées
du 22 au
28 décembre

Pleine Mer				
	Matin	Haut	Soir	Haut
Jeu.22	03h18	1.11m	16h34	1.07m
Ven.23	04h08	1.12m	17h23	1.11m
Sam.24	04h58	1.12m	18h12	1.13m
Dim.25	05h48	1.10m	19h00	1.13m
Lun.26	06h40	1.07m	19h50	1.13m
Mar.27	07h33	1.03m	20h40	1.11m
Mer.28	08h30	0.98m	21h32	1.08m

Basse Mer				
	Matin	Haut	Soir	Haut
Jeu.22	09h47	0.31m	22h02	0.53m
Ven.23	10h32	0.28m	22h51	0.52m
Sam.24	11h18	0.27m	23h41	0.52m
Dim.25	12h04	0.28m		
Lun.26	00h33	0.53m	12h52	0.32m
Mar.27	01h27	0.55m	13h41	0.37m
Mer.28	02h26	0.57m	14h33	0.43m

Gourmet

Vous souhaitez vous abonner ?
Appelez le 07 57 60 01 15

Nous sommes en Décembre, le dernier mois de l'année !

Si l'on vous demandait de résumer cette année qui s'achève, que diriez-vous ? Réussite, santé, projets réalisés ! Pour nous, ce sont de belles recettes partagées avec vous en l'occurrence celles-ci pour vous permettre de passer de belles fêtes de fin d'année. Brochettes de gambas au cognac et la dinde farcie aux fruits exotiques. Toute la rédaction de Cordon Bleu vous souhaite de passer de belles fêtes de fin d'année autour de cette recette.

A l'année prochaine !



Dinde farcie aux fruits exotiques

Détente

INGRÉDIENTS

Pour 4 personnes

- 1 dinde
- 300 g de chair à saucisse
- 2 tranches de pain de mie
- 1 petit ananas
- 100 g de raisins secs
- 1 œuf
- 1 cuil. à s. de gingembre râpé
- 20 cl de lait de coco
- 4 brins de coriandre
- 4 cuil. à s. de curry
- 40 g de beurre
- ½ l de bouillon de volaille
- 2 cuil. à s. de rhum
- Un fil de cuisine
- Une feuille de papier aluminium
- Des fruits exotiques pour la décoration (pommes, oranges, citron)
- Sel, poivre

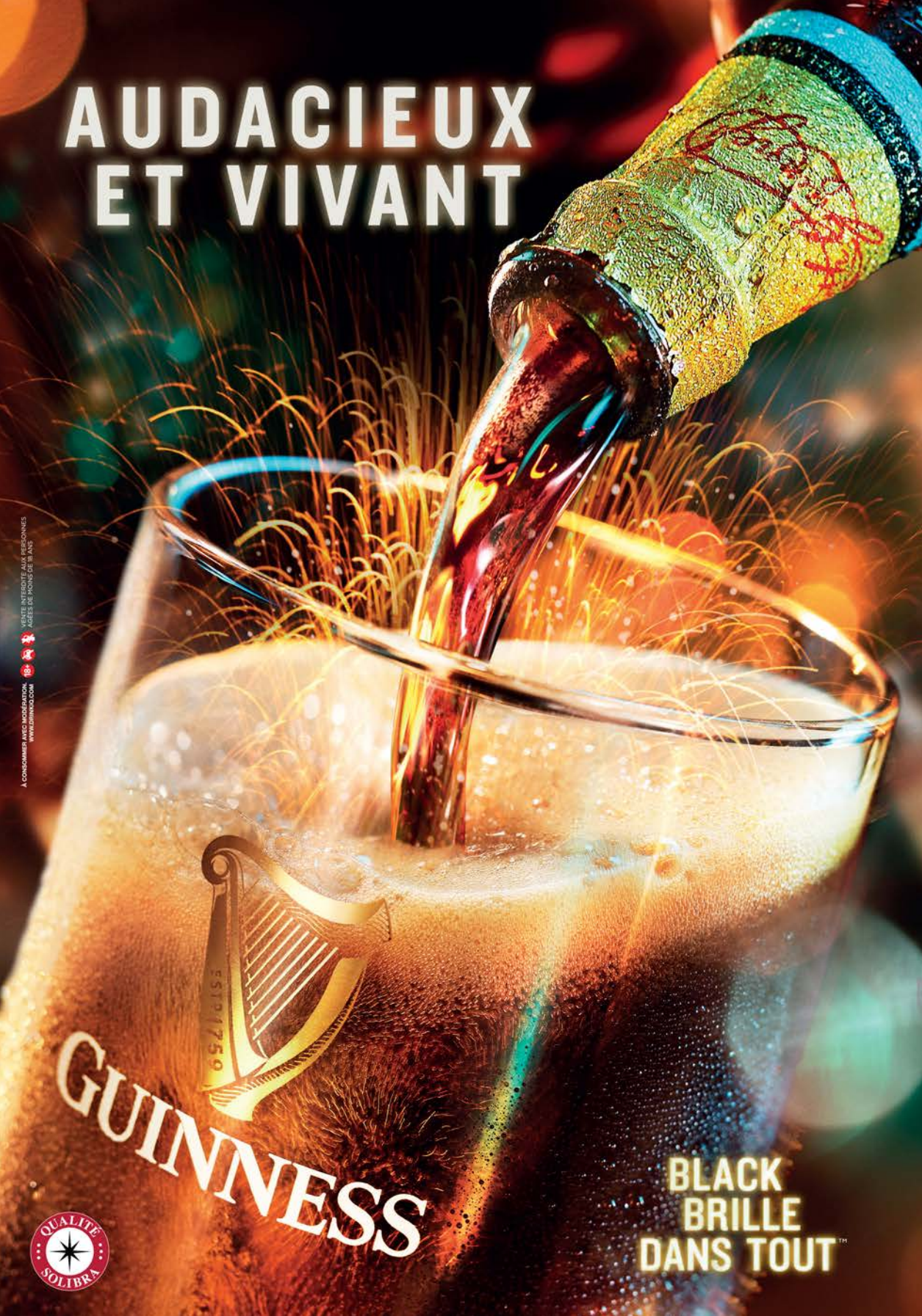
PROGRESSION

Préparation : 30 min • Pause : 3 h

• Niveau de difficulté : facile •

1. Préchauffez le four à 180°C.
2. Émiettez le pain dans un bol. Arrosez-le avec la moitié du lait de coco.
3. Laissez gonfler. Épluchez l'ananas et coupez-le en dés.
4. Dans une jatte, réunissez la chair à saucisse, le pain égoutté, l'ananas, la coriandre ciselée, le rhum, le gingembre et l'œuf. Salez, poivez, mélangez bien pour obtenir une farce homogène.
5. Glissez-la dans la volaille, recousez l'ouverture ou maintenez-la avec des piques en bois. Salez et ajoutez 2 cuil. à soupe de curry.
6. Étalez le beurre sur la dinde, du bout des doigts, en «massant» pour faire pénétrer le gras. Saupoudrez-la de 2 cuil. à soupe de curry, mettez-la dans un plat, versez le bouillon et enfournez pour 3 h, en arrosant régulièrement avec son jus de cuisson.
7. Sortez la dinde du four et déposez-la dans un plat de service. Décorez-la de fruits exotiques. Gardez-la au chaud sous une feuille d'aluminium. Faites chauffer son jus de cuisson dans une casserole. Ajoutez le reste de lait de coco, rectifiez l'assaisonnement, faites un peu réduire sur feu vif et servez en saucière. Accompagnez de pommes de terre sautées et de fruits exotiques.

AUDACIEUX ET VIVANT



ESTD 1759

GUINNESS

BLACK
BRILLE
DANS TOUT™

À CONSOMMER AVEC MODÉRATION. VENTE INTERDITE AUX PERSONNES
ÂGÉES DE MOINS DE 18 ANS. WWW.GUINNESS.COM



PETITES ANNONCES

EMPLOIS

NOUNOU/MÉNAGE

Koua Affoué Joelle, douce, adorable, tres accueillante, recherche un emploi de nounou ou assistance à pers âgées.

Contact : **07 08 51 02 98**

Lasme Marina Sandrine, niv. 3 ans en tant que aide-soignante et 2 ans en tant que nounou, propre, chaleureuse, douce, et très maternelle, niv.3^{ème}, recherche un emploi de nounou ou aide-soignante à domicile.

05 96 10 59 35 / 01 41 44 97 64

Mlle Sylvie, 4 ans d'exp recherche un emploi de nounou ou ménage, aimant les enfants et le travail bien fait, sérieuse, propre et dynamique.

Contact : **01 40 98 22 19**

Missode Françoise, douce, adorable et maternelle, aime beaucoup est les enfants, et sait s'en occuper, recherche un emploi de nounou.

01 72 03 89 44 / 07 48 44 74 83

Jeune dame Solange, 10 ans d'exp, propre, accueillante et travailleuse, sait tenir une maison propre sait faire le repassage, recherche un emploi de ménage ou le repassage.

07 48 06 73 75 / 01 70 10 38 91

Ady Sylvie, ayant travaillé dans différents domaines, recherche un emploi de vendeuse dans magasin, boutique, fille de chambre, ou cuisinière.

07 59 68 23 97 / 05 75 61 26 95

04- Jeune dame, adorable, douce et maternelle, recherche un emploi de nounou, ménage, cuis afric ou entr de buro. Dispo aussi pour serveuse dans resto ou vendeuse dans magasin.

Contact : **07 48 69 16 71**

05- N'Dri Affoué Cécilia, 7 ans d'exp, recherche un emploi de technicienne de surface ou ménage à domicile. Dispo aussi pour vendeuse. NB : ponctuelle, dynamique, apte à travailler en équipe ou seule, respectueuse.

05 55 96 58 31 / 05 84 46 66 16

06- Dame Sylvie, 12 ans d'exp, propre, accueillante, serviable et sait faire le nettoyage, recherche un emploi de ménage. Sait faire le repassage.

Contact : **07 87 61 22 55**

12- Toé Eugénie, accueillante, douce, maternelle et travailleuse, recherche un emploi de nounou, ménage, cuis ou vendeuse de magasin.

05 04 78 54 05 / 07 78 12 95 66

14- Congo Brigitte, 6 ans d'exp, aime le travail bien fait, recherche un emploi de ménage de maison, entr de buro ou cuis.

Contact : **07 09 57 56 96**

ASST. PERS. AGEES

08- Ayant un CAP sanitaire et social, recherche un emploi d'aide infirmier ou assistance à pers âgées. NB : Sait prendre soin des patients, maintenir la

propreté des locaux, nourrir, déplacement ou balade des patients ou les pers âgées.

Contact : **07 47 28 85 47**

CHAUFFEUR

02- Doumbia Youssouf, Chauffeur bilingue, PC : BCDE, 17 ans d'exp, maîtrise la ville d'Abidjan et plusieurs villes de l'intérieur recherche un emploi dans les Ambassades ou Instituts anglophones.

Contact : **05 75 67 64 25**

03- Ouattara Salifou, PC: BCDE, 5 ans d'exp, courtois, propre, respectueux, connaît les communes d'Abj, recherche un emploi de chauffeur.

Contact : **07 89 19 00 37**

CUIS./PÂTISSERIE

Ayant fait le lycée hôtelier d'Abidjan, avec un BT en cuisine/pâtisserie, 12 ans d'exp, **Fofana Afssata**, recherche un emploi de cuisine africaine, européenne, un peu chinois et libanais.

Contact : **07 77 88 44 94**

R- Spécialité européenne, africaine, 27 ans d'exp, excellente cuisinière, **Mme Zoundi Madeleine** d'origine burkinabé, sait faire la bonne cuisine, recherche un emploi de cuisine. Responsable, dévouée et propre.

Contact : **05 04 85 85 73**

15- Pale Suzanne, 19 ans d'exp, souriante, serviable,

propre, sait faire de délicieux plats et sait tenir une maison, recherche un emploi de cuisine européenne, africaine ou gouvemante. Dispo également pour coursier. Sait lire et écrire.

01 41 93 14 25 / 05 46 32 61 06

17- Niampa Souleymane, 5 d'exp, professionnel en cuis européenne et africaine, recherche un emploi. Disponible aussi pour les diners et autres cérémonie. Accepte toutes vos propositions.

Contact : **01 02 82 02 90**

18- Spécialité Française, libanaise, africaine, marocaine, 10 ans d'exp, très bonne cuisinière, **Dame Koné**, recherche un emploi.

Contact : **01 41 21 52 97**

ESTH./MASSAGE

11- Esthéticienne à domicile, propose ses services pour des séances de massage, gommage du corps, pédicure, pose vernis permanente. Fait un travail professionnel.

Contact : **07 07 79 17 19**

COURS

COURS DE PIANO

Pour adultes, débutants et enfants à partir de 04 ans. Location, vente, accordage de piano, réparation de pianos acoustiques droits de queue.

07 07 41 67 41 / 07 07 13 35 17
y_ahouassa@hotmail.com

Carnet de Voyage

de



bidion
Planet

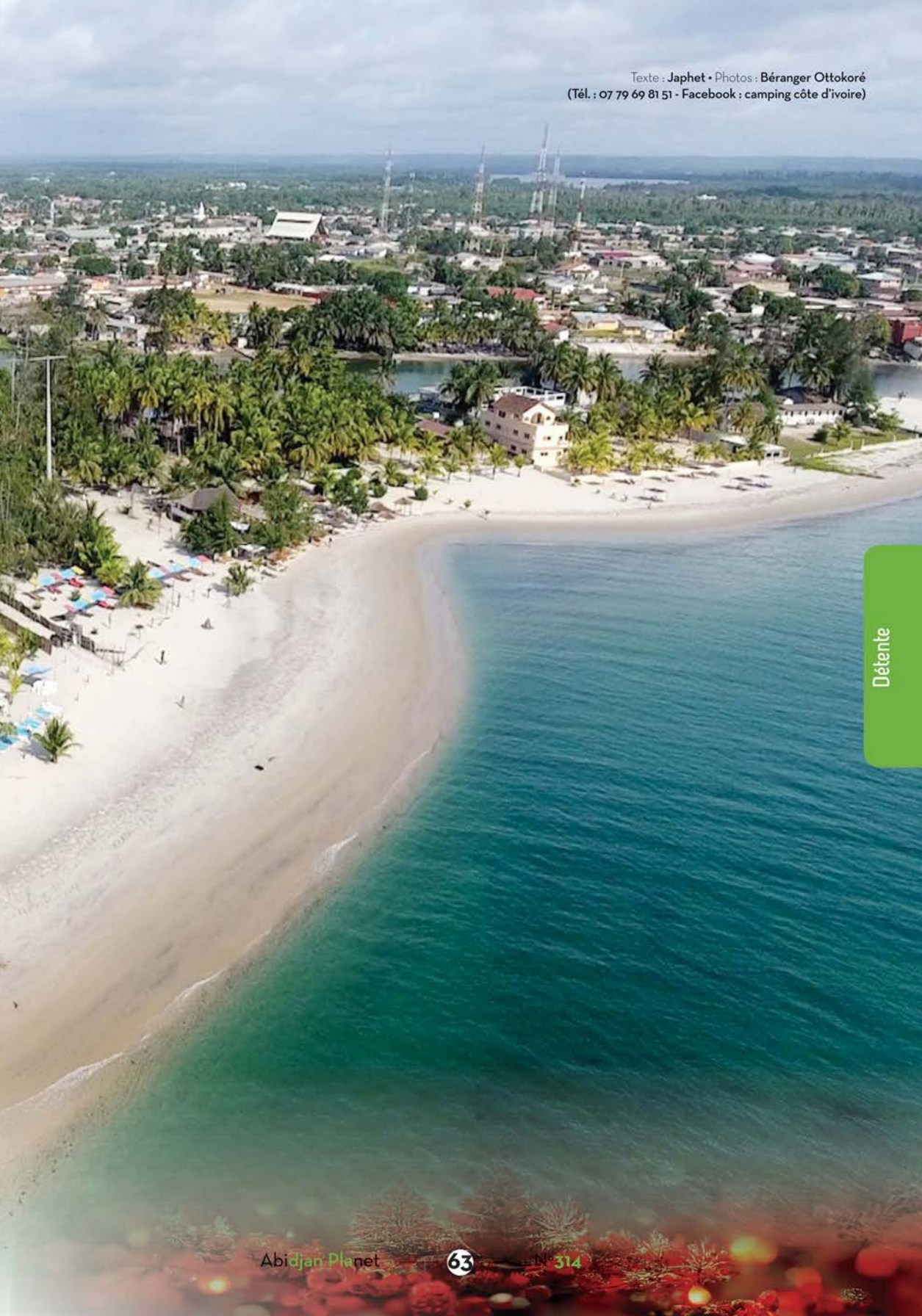
ASSINIE

une destination prisée

Détente

Située à 94 km à l'est d'Abidjan, Assinie compte parmi les endroits que nombre de personnes affectionnent pour ses belles plages.

Atort ou à raison, la ville balnéaire d'Assinie s'est donnée la réputation de Deauville. Cette ville côtière de Normandie qui est une véritable destination de luxe. Cette dernière décennie, la cité balnéaire a connu un regain d'intérêt, certainement lié aux voies tortueuses de la côte en réfection. Détrônant ainsi la ville de San Pedro et ses environs. Assinie a connu une belle métamorphose eu égard aux luxueuses villas et les réceptifs hôteliers de grande renommée qui s'y trouvent. Faisant oublier que Assinie c'est trois quartiers : *Mafia-Sagbadou* et *France* et surtout des campements dont *Assouindé*, *Ebotiam*, *Mabianéha* et *Madjan*. Aujourd'hui, Assinie est devenue une destination de prédilection.



Détente

Découverte



Détente



L'endroit est accessible en voiture, par bateaux privés ou en pirogue pour la traversée de la lagune.

Les pieds dans l'eau

Au-delà des nombreuses supputations, Assinie tient son prestige de ses eaux.

La plupart des personnes qui y vont, viennent profiter des belles plages aux sables fins et voir la mer. C'est un haut lieu de tourisme.

A preuve, ceux qui la fréquentent ne sont pas exclusivement les habitants du pays.



Déjante

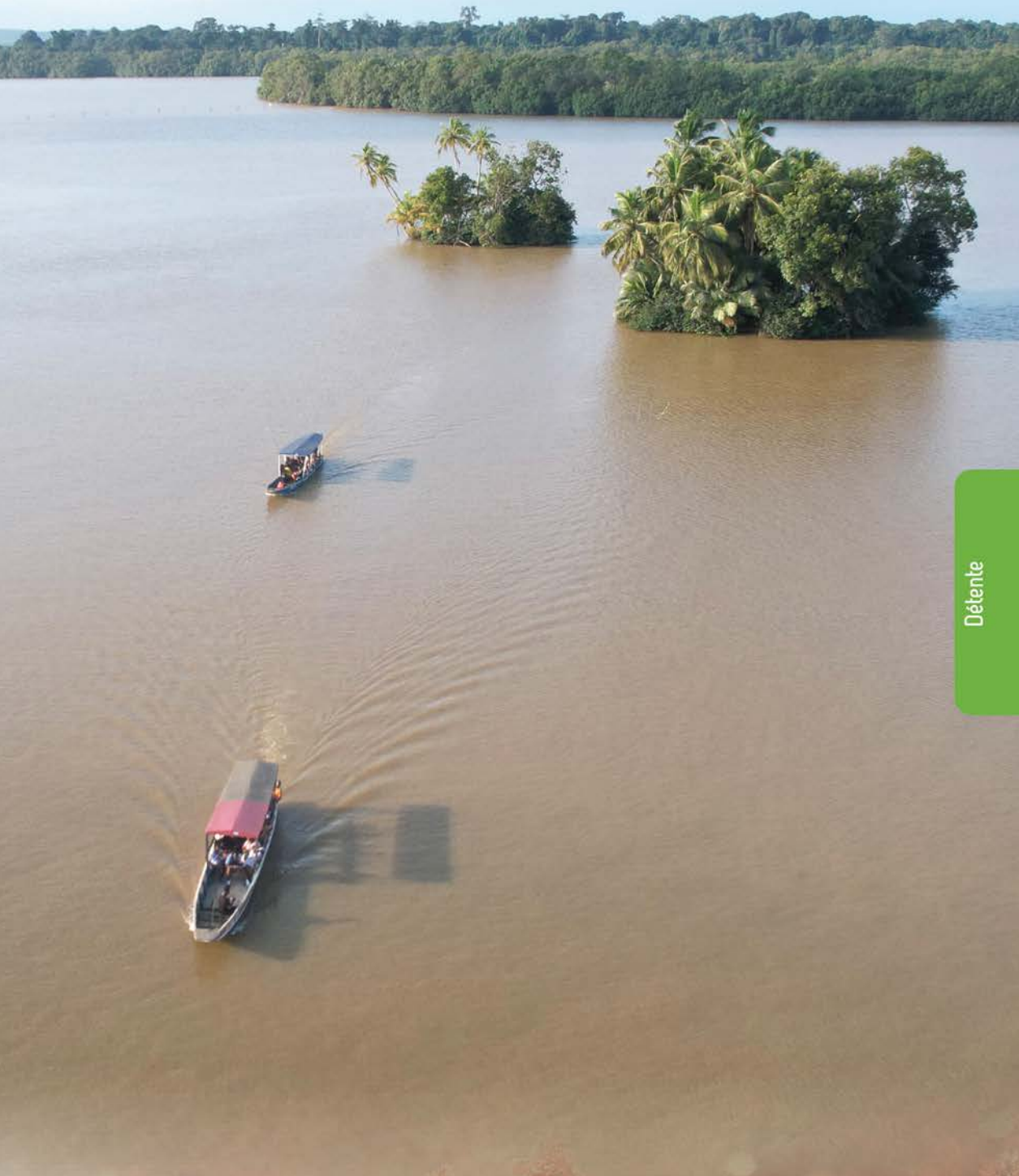
bien au contraire, sa réputation transcende les frontières. Les vacanciers tiennent à se mettre les pieds dans l'eau et surtout goûter aux plats aux compositions éclectiques confectionnés par des chefs.

C'est aussi ça Assinie.

La nature, on pourrait l'affirmer a été beaucoup généreuse envers Assinie. Lagune et océan se côtoient.

Vous avez certainement entendu parler de la passe ou encore l'embouchure qui est l'endroit où la lagune Aby et l'océan atlantique font jonction. Ce qui alimente d'ailleurs la pensée populaire qui dit que mer et lagune se rencontrent sans jamais se mélanger. La passe marque en effet la fin de la presqu'île d'Assinie mafia. Chacune des deux eaux garde son rythme. En témoignent les clapotis.

Assinie donne également sur l'île des Éhotilés classée au patrimoine national sous la supervision de l'OIPR (*Office Ivoirien des Parcs et réserves*).



Décente



AARAU AFRO ALCOOTEST APLANIS ARASER ARENE

ATEMIS BAIE BERGERAC CABS DRAME ENORMITE

EPURA FADAISES FARCIS GADGET LESSIVE MELUN

MIGRATION MUSARDER PERVENCHE PIVERT POP-CORN

RACER REMONTADA RIRAS RITE SALTATION SERENADES

SERVIETTE SIROTA STUART PARDD TARTE TUERIE

E	C	A	B	S	S	M	T	E	E	S	E	A	N	E	P
H	A	D	A	T	E	M	I	S	N	S	T	O	P	O	I
C	R	A	S	L	R	R	U	G	E	O	I	U	P	A	V
N	E	T	U	I	E	E	V	S	R	T	R	C	A	D	E
E	G	N	E	U	N	S	I	I	A	A	O	M	R	R	R
V	R	O	T	G	A	A	S	T	E	R	T	O	I	A	T
R	E	M	A	R	D	R	L	I	N	T	D	I	C	T	F
E	B	E	I	A	E	A	A	P	V	E	T	E	O	L	E
P	O	R	F	A	S	B	G	A	A	E	R	E	R	N	A



Soluces
du n°313

SUDOKU

Facile

3	7	9	5	2	4	8	1	6
4	5	6	3	8	1	9	2	7
1	2	8	9	7	6	3	4	5
7	9	2	6	5	8	1	3	4
5	8	1	7	4	3	6	9	2
6	4	3	1	9	2	5	7	8
8	3	7	4	6	9	2	5	1
9	6	4	2	1	5	7	8	3
2	1	5	8	3	7	4	6	9

Difficile

6	7	8	1	9	3	2	4	5
5	1	9	2	4	7	3	8	6
2	3	4	5	6	8	1	7	9
7	6	5	4	3	9	8	2	1
3	8	1	6	5	2	4	9	7
4	9	2	7	8	1	6	5	3
8	2	3	9	7	6	5	1	4
9	4	6	8	1	5	7	3	2
1	5	7	3	2	4	9	6	8

5 ERREURS



Détente



Quel signe zodiacal pour quelle partie du corps ?

Y a-t-il des zones de votre corps auxquelles vous devez prêter une attention particulière ? Ressentez-vous des douleurs ou des sensations étranges à cet endroit régulièrement ? Il y a peut-être un lien avec votre signe astrologique. En astrologie, si chaque signe a une pierre précieuse et son talisman, on assigne aussi à chaque signe une partie du corps caractéristique. C'est là que l'énergie du signe se cristallise. C'est une zone particulièrement sensible. Bien évidemment, l'astrologie ne remplace pas la science médicale et n'explique pas vos éventuelles pathologies... mais il est intéressant d'approfondir la signification de ces associations et ce qu'elles symbolisent. Les 12 signes astrologiques sont classifiés en 4 éléments, qui induisent des traits de caractère et de tempérament, mais aussi des caractéristiques physiques à prendre en compte lorsqu'on veille à sa santé.



LES SIGNES DE FEU : le Bélier, le Lion, le Sagittaire : des sanguins.

Actifs voire impulsifs, les personnes avec un signe de feu se fatiguent rapidement et peuvent manquer d'oxygène. A surveiller : la circulation sanguine et l'appareil cardio-vasculaire.

• Bélier (21 Mars-19 Avril) - La tête, les yeux, et le cerveau.

Le Bélier est le tout premier signe du zodiaque. Il est associé au haut du corps. C'est logique. Les Béliers vont donc avoir tendance à avoir des migraines, des problèmes aux yeux et à vivre leur stress de façon interne, dans leur tête. «Comme le Bélier est réputé pour être le 'bébé' du zodiaque, la partie du corps qui est la plus sensible chez lui est sa tête. Le Bélier est connu

pour foncer dans le tas la tête la première (après tout, le bélier est un animal qui se bat avec ses cornes). Voilà pourquoi ils sont si entêtés !»

Bélier vous devez vous méfier des accidents crâniens, maux de tête, yeux et à votre dentition.

• Lion (23 Juillet-23 Aout) - Le cœur, le haut du dos et la colonne vertébrale.

Le lion a beaucoup de cœur et est très courageux, mais il peut aussi avoir des palpitations ou autres problèmes cardio-vasculaires. Et puisque le Lion est fier, il se tient la tête haute et le dos droit, mais éventuellement peut avoir mal à la colonne.

«Comme l'animal, le Lion a un cœur vaillant. Il est incroyablement loyal et

courageux, ce qui explique probablement son rapport au cœur et à la «colonne vertébrale» qui régit sa vie et l'empêche d'être... lâche !»

Gare à l'hypertension, à votre moelle épinière et faites surveiller votre cœur au moindre doute.

• Sagittaire (22 Novembre-21 Décembre) - Les hanches, les cuisses et le foie.

Le sagittaire est connu pour son désir d'aventure et de voyage. Il aime donc bouger, ce qui est intrinsèquement lié aux hanches et cuisses. Mais il doit faire attention à son foie, surtout s'il aime faire la fête ! «Le Sagittaire adore explorer le monde. Il est toujours en déplacement, en mouvement, à la recherche de réponses et de nouvelles philosophies.

Durant sa quête d'aventure, il a besoin de ses cuisses pour parcourir de grandes distances, de ses hanches pour danser jusqu'au bout de la nuit et de son foie pour traiter toutes les cuisines exotiques qu'il déguste.»

Vous êtes fragile du foie.

Surveillez aussi votre circulation sanguine et attention à l'hypertension, la goutte, le diabète, la sciatique. Prenez soin de vos jambes, hanches et bassin.



LES SIGNES DE TERRE : le Taureau, la Vierge et le Capricorne : des bilieux.

D'une nature active et persévérante, les personnes qui ont un signe de terre ont tendance à s'angoisser, voire à faire de l'hypertension artérielle ou avoir des problèmes digestifs.

A surveiller : le foie et la vésicule biliaire.

• **Taureau (20 Avril-20 Mai) -**

La gorge, le cou et les cordes vocales.

Taureau, certains parmi vous peuvent avoir des problèmes de glande thyroïde, cet organe situé au niveau du cou. En revanche, il y en a qui sont d'excellents chanteurs vu que l'emphase est sur les cordes vocales.

«Le Taureau règne sur la zone du cou, qui comprend aussi les cordes vocales et la glande thyroïde. C'est l'une des raisons pour lesquelles les Taureaux sont connus pour être des chanteurs fantastiques !»

Faites particulièrement attention à votre cou, gorge, système orl, système veineux et votre peau.

• **Vierge (24 Août-**

22 Septembre) - Les intestins, le système digestif et la rate.

Vierge, l'on dit que les intestins sont le 2^e cerveau du corps. Pour les Vierges qui sont toujours en plein contrôle, c'est normal que leurs émotions cachées passent par le «gout». *«La santé est l'un des domaines de prédilection de ce signe du zodiaque, donc ce n'est pas étonnant que la Vierge soit liée à la partie du corps la plus sensible aux aliments toxiques. La Vierge est très consciencieuse de ce qu'elle met dans son corps.»*

Vous êtes sujette à des troubles divers et multiples liés à une somatisation, à votre système nerveux. L'anxiété est votre pire ennemi, prenez soin de votre ventre.

• **Capricorne**

(22 Décembre-19 Janvier) - Les genoux, les tendons et le squelette.

Le Capricorne aime planifier, diriger et faire bouger les choses. Dans un emploi, un projet de groupe à l'école ou même un cercle d'amis, il est comme... le squelette ! Toute cette pression peut affecter les joints et articulations.

«Vous essayez toujours de vous dépasser pour viser plus haut, pour atteindre le sommet.

Le problème, c'est que vous portez vos responsabilités (et celles de tout le monde) sur vos épaules qui font partie de votre squelette. Le Capricorne veut toujours créer une base solide avant d'exécuter son plan, mais que serait votre corps sans vos os et vos articulations ?»

Gare à vos genoux, colonne vertébrale, os, dents, ongles, cheveux...



LES SIGNES D'AIR : les Gémeaux, la Balance et le Verseau : des nerveux.

Enthusiastes et toujours partants, les signes d'air connaissent bien les montées d'adrénaline. Ils ont tendance à avoir des troubles spasmodiques. A surveiller : le système immunitaire faible et l'anémie.

• **Gémeaux (21 Mai-20 Juin)**

- Les épaules, les bras, les mains et le système nerveux.

Si vous connaissez des Gémeaux qui gesticulent ou qui parlent beaucoup avec leurs mains, vous savez maintenant pourquoi ! Puisque le système nerveux est aussi sensible, ils peuvent être anxieux ou facilement faire des crises de panique.

«Le Gémeaux parle beaucoup avec ses mains, c'est comme s'il créait sa propre langue des signes. C'est également un signe du zodiaque incroyablement tactile, qui utilise ses mains pour construire, résoudre et fabriquer des choses. En ce qui concerne son système nerveux, le Gémeaux a tendance à beaucoup s'inquiéter, surtout lorsqu'il n'est pas actif.»

Votre système respiratoire et votre système nerveux sont à surveiller.

• **Balance (23 Septembre-22 Octobre) - Les reins, le bas du dos et les fesses.**

L'équilibre est très important pour les Balances. C'est logique puisque ce signe est associé à des parties qui viennent en paire (2 reins, 2 fesses...) et que le bas du dos est le centre de gravité du corps. Quand une Balance se sent débalancée, ces parties du corps en souffrent !

«On a l'impression que c'est un peu partout, mais toutes ces parties du corps jouent un rôle majeur dans l'équilibre

vital que recherche la Balance. Cette quête d'harmonie est si obsessionnelle que la Balance peut perdre son équilibre intérieur, ce qui risque de créer un problème sur l'une de ces zones du corps. Toutefois, la peau a un tout autre sens : la Balance est réputée pour sa sensualité, donc la peau est un élément très important pour elle.»

Gare aux reins, vessie et système génito-urinaire, veines, circulation sanguine, jambes lourdes.

• **Verseau (20 Janvier-19 Février) - Les mollets, les chevilles et les veines.**

Le Verseau est un signe original et indépendant. Puisque les chevilles connectent le corps au sol, c'est représentatif de leur façon d'être un peu toujours entre deux mondes. Leur nervosité peut aussi affecter leur système circulatoire, donc les veines.

«Le Verseau est un signe nerveux, étant donné que son corps ne peut pas toujours suivre l'hyperactivité de son esprit ! Les chevilles sont l'articulation qui relie tout le haut du corps aux pieds, qui relie le corps à la terre. Comme les chevilles, le Verseau est une sorte d'intermédiaire humain entre la vie sur Terre et dans l'espace. Pas étonnant, quand on sait que le Verseau est considéré comme «l'ovni» du zodiaque...»

Vous êtes sujet à la fatigue, chutes, accidents, déchirures, chevilles, spasmes et crispation nerveuse. Attention aussi à vos nerfs.

LES SIGNES D'EAU : le Cancer, le Scorpion et le Poisson : des lymphatiques.

Intuitifs, imaginatifs, les personnes avec un signe d'eau sont enclines aux émotions fortes.

A surveiller : les problèmes de peau.

• **Cancer (21 Juin-22 Juillet) - Le torse, les seins et le ventre.**

Cancer vous pouvez avoir des maux de digestion. Puisqu'ils sont des gens sensibles, leur stress peut passer par le ventre plus que la tête ou le cœur ! De plus, on associe aussi ce signe aux seins puisqu'ils ont un côté très maternel qu'on voit par leur désir de prendre soin des gens qu'ils aiment.

«Le Cancer est un signe intrinsèquement attentionné et nourricier. C'est un signe maternel qui règne sur le foyer et la famille. Pas étonnant qu'il soit associé à l'estomac qui réclame de la nourriture et aux seins, qui nourrissent littéralement les bébés.»

Vous êtes fragile de l'estomac. Faites attention à votre poitrine, vos seins et à votre psychisme fragile.

• **Scorpion (23 Octobre-21 Novembre) - Le système reproducteur, la vessie et les organes sexuels.**

Êtes-vous réellement surpris ? Le Scorpion est un signe très sensuel, et sexuel. Pour eux, le contact physique est extrêmement important ! C'est donc tout à fait sensé que ce soit leur partie, mais cela peut les rendre plus sensibles aux infections urinaires par exemple.

«Les Scorpions sont des êtres incroyablement sensibles. La sexualité est essentiellement associée au Scorpion. Ce signe du zodiaque accorde une importance particulière au plaisir et à l'intimité, il est donc logique qu'ils règnent sur la partie du corps qui est liée à ces deux choses.»

Prenez soin de vos organes génitaux, à la région anale et à vos intestins. Méfiez-vous de vos angoisses et de votre tendance à la somatisation.

• **Poissons (20 Février-20 Mars) - Les pieds et le système lymphatique.**

D'une grande sensibilité, les Poissons ont tendance à absorber autant les humeurs des autres, que leurs bactéries ! Le système lymphatique affecte aussi le système immunitaire, alors ils peuvent avoir tendance à tomber malades facilement ou avoir de la difficulté à tolérer l'alcool.

«Ce signe du zodiaque est incroyablement emphatique, ce qui signifie qu'il absorbe l'énergie et les émotions des autres comme une éponge. Il est possible également «d'absorber» des choses par nos pieds (c'est pourquoi on se sent si bien lorsqu'on marche pieds nus dans l'herbe par exemple.) Les pieds nous aident à nous connecter avec la puissance de la Terre.»

Surveillez vos pieds, gare aux ongles incarnés, aux intoxications et aux œdèmes. Votre hypersensibilité peut vous jouer des tours vous n'êtes pas à l'abri de dépendances (alcool, autre).



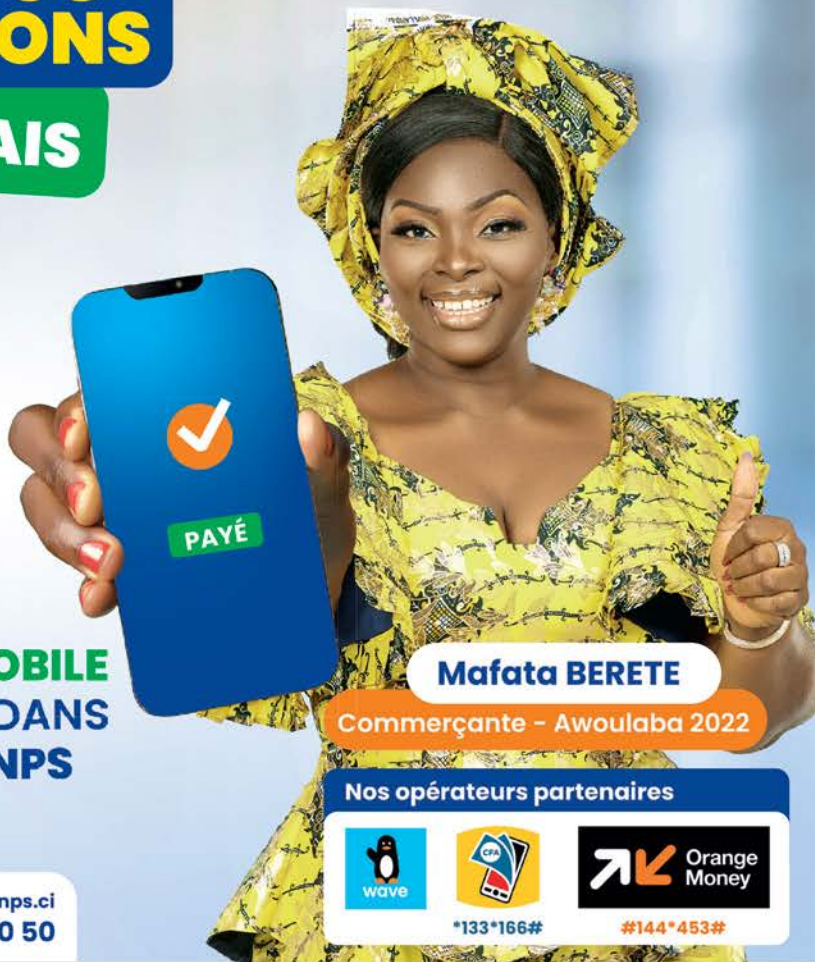
RÉGIME SOCIAL DES TRAVAILLEURS INDÉPENDANTS



**TRAVAILLEURS
INDÉPENDANTS**

**PAYEZ VOS
COTISATIONS**

SANS FRAIS



DEPUIS VOTRE **MOBILE**
OU PAR **CHÈQUE** DANS
UNE **AGENCE CNPS**

Mafata BERETE

Commerçante - Awoulaba 2022

Nos opérateurs partenaires



wave



*133*166#



Orange
Money

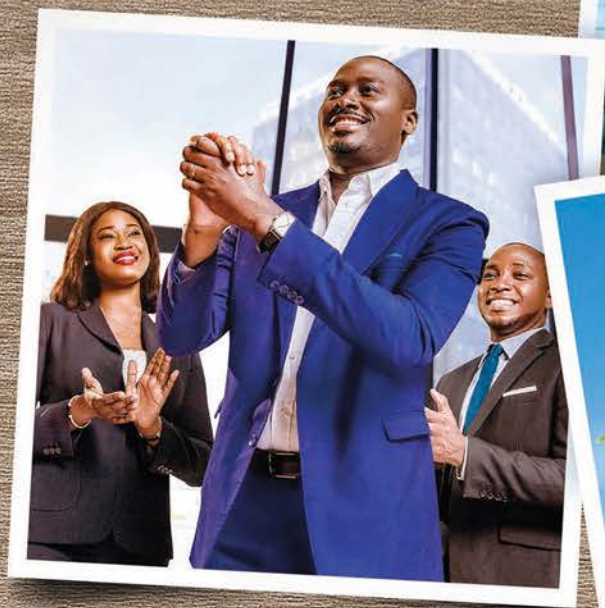
#144*453#

INFO www.cnps.ci • info@cnps.ci
(225) 27 20 25 20 50

LA CNPS, MAINTENANT C'EST POUR TOUT LE MONDE !

CONTINUER À CONSTRUIRE AVEC VOUS

*Heureuse
et fructueuse
année 2023*



**C'EST VOUS
L'AVENIR**



SOCIÉTÉ GÉNÉRALE
CÔTE D'IVOIRE