

AVANT LE DEPART

Afin d'obtenir le visa via le Consulat du Bénin à Marseille (21 Rue Grignan – 13006 Marseille - Tél. 04 91 54 05 00), à un prix spécial pour les humanitaires - la secrétaire établit les ordres de mission qui sont signés par le Président du Sothiou et envoyés par mail.

Pour les étudiants qui ont trouvé un donateur (parents ou autres) nous leur demandons d'envoyer à la trésorière du Sothiou un chèque représentant le montant du don (qui peut correspondre au montant du voyage, ou moins) ce chèque correspond à un don dédié (il ne peut être utilisé que pour cette mission précisément).

La trésorière envoie un chèque du Sothiou du même montant aux étudiants, ainsi qu'un certificat fiscal aux donateurs leur permettant de déduire environ 66% de leur don sur leur impôt à payer (sous certaines conditions).

D'autre part un chèque de 300 euros est remis à l'avance aux étudiants pour qu'ils puissent régler l'hôtel et le transport jusqu'à Kétou. Au retour ils doivent fournir à la trésorière les justificatifs de ces frais.

AIR France effectue des vols directs Paris/Cotonou les lundi, mercredi, vendredi et dimanche à des prix intéressants à condition de les réserver longtemps en avance.

AEROPORT DE COTONOU

Vous serez accueillis, dans la mesure où il peut se rendre disponible, par le Docteur Richard Hounkponou, chirurgien dentiste à Cotonou et représentant du Sothiou au Bénin. Les formalités à l'aéroport sont simples et le personnel souriant. Les bagages sont souvent longs à arriver. (Ci-joint spécimen formulaire débarquement)

SE DEPLACER

Pour circuler dans Cotonou : soit taxi, soit moto (appelée Zem). Pour vos déplacements, vous pouvez prendre un taxi à la journée ce qui vous coûtera environ 30 000 FCFA. Le soir pour vous rendre au restaurant, il est préférable de circuler dans certains quartiers en taxi. Il vous amène et revient vous chercher.

VISITER

Le marché immense, tous les jours de la semaine (fruits, légumes, épices, tissus etc.). A l'intérieur de ce marché, il y a également le marché aux fétiches (têtes, squelettes d'animaux servant aux cérémonies vaudou).

Attention, certaines personnes ne veulent pas être photographiées et peuvent avoir des réactions violentes.

Vous pouvez faire votre visite avec un gardien du marché contre une petite somme ce qui vous permettra de circuler en toute sécurité. Le marché artisanal (entre 45 et 60 mn) avec beaucoup de produits neufs. (Discutez les prix. Ils ont ici l'habitude des touristes contrairement à Kétou où ils sont très raisonnables dès le départ.)

La Fondation Zinsou: expositions temporaires souvent intéressantes d'artistes Béninois et Africains.

Les restos : les maquis du guide « Le petit futé » (Mama bénin, O'grill..) sont généralement bons et permettent de goûter la cuisine locale pour environ 5 000 et 7 000 FCFA sur Cotonou.

Route des pêcheurs : uniquement les balades sur la plage - pas de baignade car la côte est dangereuse.

A une heure de voiture:

OUIDAH

La Porte des Esclaves (porte du non retour) avec visite du Fort Portugais, dégustation le long de la route (belle route côtière dite des pêcheurs) de noix de coco fraîches tombées de l'arbre.

GANVIE

La Venise de l'Afrique, village lacustre à 45 mn de Cotonou. Visite en barque motorisée.

KETOU

Il faut compter entre 2H30 et 3H pour rejoindre Kétou suivant la circulation - embouteillages à Cotonou et Porto Novo.

Taxi Olivier : prix négocié 45 000CFA - vous devrez en cours de route lui faire l'avance pour le carburant 20 000 CFA que vous déduirez du prix de la course. (les frais de transport entre Cotonou et Kétou sont pris en charge par le Sothiou - pensez à demander les factures)

Il ne faut pas circuler de nuit et ne jamais conduire au Bénin.

A Kétou, vous logerez chez le Docteur Calixte Oïtchayomi, qui est psychiatre à Mont de Marsan. Vous serez accueillis par son cousin, Symphorien. C'est un garçon très précieux qui vous ouvrira toutes les portes y compris celle du Roi. Attention, car Symphorien vous rendra service par gentillesse, sachez ne pas en abuser.

La maison bénéficie de clim dans les 5 chambres, d'une salle de bain, séjour et cuisine - vous pourrez vous faire la cuisine mais un bon nettoyage est à prévoir car la maison est très souvent

inoccupée. Les lits doubles sont équipés pour recevoir des moustiquaires - **à prévoir impérativement dans vos bagages (prévoir également des bombes anti moustiques et répulsifs, draps ou « sac à viande », serviette de toilette).**

Les magasins de Kétou sont bien achalandés, vous y trouverez les produits courants. Vous pourrez faire vos courses au marché important et très coloré.

Les prix des restos à Kétou n'ont rien à voir avec ceux de Cotonou. Vous pourrez bien manger pour 2 000 à 3 000 FCFA. En particulier le resto Avé Maria sur la route de l'hôpital accessible à pied de la maison. La propriétaire peut vous faire toutes les spécialités béninoises en excluant le piment !!!

Symphorien a également une cafeteria, où il peut vous accueillir et également vous livrer des repas à la maison.

A Kétou vous êtes sur le territoire d'un Roi et vous ne manquerez pas, avec l'aide de Symphorien, d'aller le saluer et lui faire part de votre présence et du but de votre mission. Sous des aspects un peu désuets, le Roi et les membres de son gouvernement ont un vrai rôle social auprès des habitants : il fait fonction de médiateur et règle les conflits, son autorité est respectée. Il faut prévoir un cadeau pour lui rendre visite et bénéficier de sa protection.

Pour vous déplacer dans Kétou, vous pourrez utiliser les taxi motos : de la maison à l'hôpital pour 2 personnes comptez maxi 200 CFA. En règle générale, le prix annoncé n'est pas très loin du prix réel (sur Kétou). Il faut toujours demander le prix avant afin d'éviter un malentendu.

L'hôpital se trouve sur la route principale sur la droite avant de rentrer dans le centre de Kétou.

Le cabinet dentaire est dans le centre administratif de l'hôpital.

Le Sothiou aura prévenu préalablement le Médecin Chef, qui circule sur plusieurs établissements, pour vous présenter et expliquer l'objectif de la mission.

Une information préalable devra avoir été faite par l'organisation du Sothiou informant de votre venue afin d'avoir l'accord de l'autorité - Ministère de la Santé et d'informer le plus largement possible les populations concernées. La radio et le bouche à oreille sont les moyens nécessaires afin que les rendez-vous s'organisent.

Votre première action est de vérifier si cette information a bien circulé dans Kétou. Ne pas hésiter à aller au devant des villageois pour vous présenter et faire du racolage si besoin, en fonction du planning des rendez-vous. Rappelez-vous que les soins dentaires ne sont pas la priorité des Béninois et même si la somme demandée peut sembler modique - 500 CFA pour la visite et 1 000 CFA si intervention - c'est une somme importante pour beaucoup. Ils font souvent appel aux Tradithérapeutes pour se soulager.

Snack : En allant de la maison vers l'hôpital, un peu avant le restaurant Ave Maria du côté opposé de la route une petite cafeteria sert le « petit déjeuner » thé, café, omelettes, pâtes....

Cabinet dentaire, mode d'emploi :

Le cabinet dentaire est équipé pour les soins de base. A l'issue de chaque mission un inventaire est réalisé et les produits manquant sont ramenés par la mission suivante. Il est très important de faire un rapport d'activité avant votre départ, que vous joindrez au compte rendu de mission avec les notes de frais pour remboursement. Pensez à faire des photos qui viendront alimenter notre site Internet.

Il faut prévoir un temps de nettoyage du local en début de mission (les fenêtres sont très loin d'être étanches !!!).

Bien remplir le registre des soins. Penser à purger le compresseur, petit robinet dessous. Si le compresseur se met en marche trop souvent quelqu'un a peut être oublié de refermer le robinet !

Lors de votre mission prenez contact avec le docteur Pierre Hounkpon, Président de l'ONG Médecins d'Afrique à Kétou et du dispensaire de Kétou. C'est un homme formidable qui fait un travail considérable pour la population avec très peu de moyens financiers. Si vous rencontrez un problème médical ou autre, c'est une personne sur qui vous pouvez compter et qu'il ne faut pas hésiter à contacter si besoin.

Le Sothiou aide à équiper la maternité de ce centre en matériel et formation.

DEPART

Pour le retour, normalement l'hôpital doit mettre à disposition un moyen de transport pour vous ramener à Cotonou après votre mission. Prévoir le départ suffisamment à l'avance et un éventuel plan B pour votre retour en taxi. Dans ce cas, la facture sera prise en charge par Le Sothiou. Vous pourrez faire appel au même taxi qu'à l'aller et aux mêmes conditions. Si vous voyagez avec Air France, la Compagnie vous donne la possibilité de faire un pré-enregistrement de 10H à 12H le jour de votre départ, vous pourrez déposer vos bagages et prendre votre carte d'embarquement. Une agence Air France importante à Cotonou peut vous aider en cas de besoin de changement de vol.

Vaccinations

Obligatoires : Fièvre Jaune (valable 10 ans) (**Attention** : en centre de vaccination et délais minimum 10 jours avant le départ) + **carnet de vaccination international obligatoire à présenter à la douane**

Recommandées : DTPolio, Méningite, Typhoïde , Hépatite A et B.

Trousse de pharmacie personnelle :

Ibuprofène, Paracétamol, Corticoïdes, Amoxicilline ou Augmentin, Noroxine (Infection urinaire,

diarrhée fébrile), crème corticoïde, collyre apaisant, crème solaire, répulsif pour moustique, anti diarrhéique, antispasmodique etc...

Prévention du paludisme

Cette maladie parasitaire transmise par les piqûres de moustiques impose le recours à des mesures de protection individuelles (sprays, crèmes, diffuseurs électriques, moustiquaires...) A ces mesures doit s'ajouter un traitement médicamenteux adapté à chaque individu : il convient de s'adresser à son médecin habituel ou un centre de maladies tropicales

Le traitement devra être poursuivi après le retour en France durant une période variable selon le produit utilisé. Le Bénin est classé en zone 3.

Prévention de la diarrhée du voyageur et de l'hépatite A

Il est déconseillé de boire l'eau du robinet, utiliser les eaux en bouteille capsulée, à défaut consommer de l'eau filtrée, bouillie et décontaminée. Eviter les glaçons, jus de fruits frais, légumes crus et fruits non pelés . Eviter la consommation d'aliments (poisson, viande, volaille, lait) insuffisamment cuits. Pas de laitages.

Veiller à un lavage régulier et soigneux des mains avant chaque repas.

VIH – SIDA

Toute mesure de prévention est indispensable.

Vêtements/Bagages

Les températures peuvent atteindre et dépasser 40°.

Vêtements légers et amples : T -Shirt ou chemises à manches courtes, pantalons légers ou shorts pour les hommes.

Pour les femmes pantalons ou boubous (pas de jupes). Le soir, les jambes et les bras doivent être couverts à cause des moustiques.

Emporter une petite laine, les soirées pouvant être relativement fraîches et un vêtement étanche léger (type Kway) pour la saison des pluies et un chèche pour se protéger du vent de sable.

Nécessaire de toilette (serviettes, savon, shampoing), tongues, moustiquaires, anti-moustiques, lampe frontale, sac de couchage (drap), sacs poubelle, thermos, couteau suisse, mouchoirs, papier toilette.

Ambassade de France :

Avenue Jean-Paul 2 BP 966 Cotonou

Tél : (+229) 21 36 55 33 Fax : (+229) 21 36 55.30

Site : www.amba-bj.org

Consignes de sécurité de l'ambassade de France aux voyageurs :

- éviter certains quartiers de Cotonou la nuit (le port, le long des voies ferrées du centre ville, les plages);
- ne pas porter de sacs ou bijoux dans certains lieux très fréquentés (marché Dantokpa) ;
- n'avoir sur soi que de petites sommes en argent liquide et éviter de manipuler beaucoup d'argent en public. Un billet de 5 000 FCFA représente une somme importante localement et peut susciter la convoitise ;
- être prudent sur les plages de Cotonou qui sont peu sûres, de jour comme de nuit;
- ne pas s'attarder dans les zones frontalières avec le Nigeria de manière à réduire les risques de rencontre avec les trafiquants.

Pour des raisons de sécurité routière, il est formellement déconseillé de circuler de nuit sur les routes et les pistes. Par ailleurs, des « coupeurs-de-route » sévissent ponctuellement sur l'ensemble des routes dites inter-Etats (RNIE). Les attaques se déroulent la plupart du temps de nuit, à proximité des agglomérations et des zones frontalières (dernier exemple en date : le lundi 21 mars 2011, quatre véhicules de transport en commun ont fait l'objet d'une attaque à main armée à l'entrée ouest de Ouidah, faisant une victime parmi les passagers);

- ne pas prendre de photographies ou filmer des personnes sans leur autorisation préalable (une rétribution peut être éventuellement demandée);
- ne pas photographier ou filmer les infrastructures publiques (aéroport, gares, bâtiments de l'administration).

En cas de long séjour, il est recommandé de se faire enregistrer auprès du Consulat de France.

Vol N° / Flight Date.....

REPUBLIQUE DU BENIN



CARTE INTERNATIONALE
D'EMBARQUEMENT / DEBARQUEMENT
International Embarkation: Disembarkation Card

(En caractère d'imprimerie) (Please print)

Nom.....
Surname

Prénom.....
Given Name

Nom de jeune fille.....
Maiden Name

Date de naissance.....
Date of birth day month year

Lieu de naissance.....
Place of birth

Nationalité.....
Nationality

Profession.....
Occupation

Adresse à l'étranger.....
Permanent address

Adresse au Bénin..... HOPITAL de KETOU
Address in Benin

N° Tél.....
N° Tél d'un proche

Motif du voyage.....
Purpose of travelling

Durée de séjour.....
How long the stay

Pays de résidence.....
Country of permanent residence

Venant de.....
Coming from

Allant à.....
Going to

N° du Passeport.....
Passport number

Date et lieu de délivrance.....
Date and place of issue

Réservé à l'administration
Visa n°.....
Par.....
Délivré.....
Durée de validité.....



Signature



ECOBANK
RAPID TRANSFER

Agence principale Ganhi, Rue du gouverneur Bayol
Tél. (229) 21 31 40 23 / 21 31 30 69

Guichet dans le hall arrivée de l'Aéroport.
Tél: 21 30 39 91

UN MOYEN RAPIDE, PRATIQUE ET FIABLE
DE TRANSFÉRER DE L'ARGENT EN AFRIQUE

WWW.ECOBANK.COM



