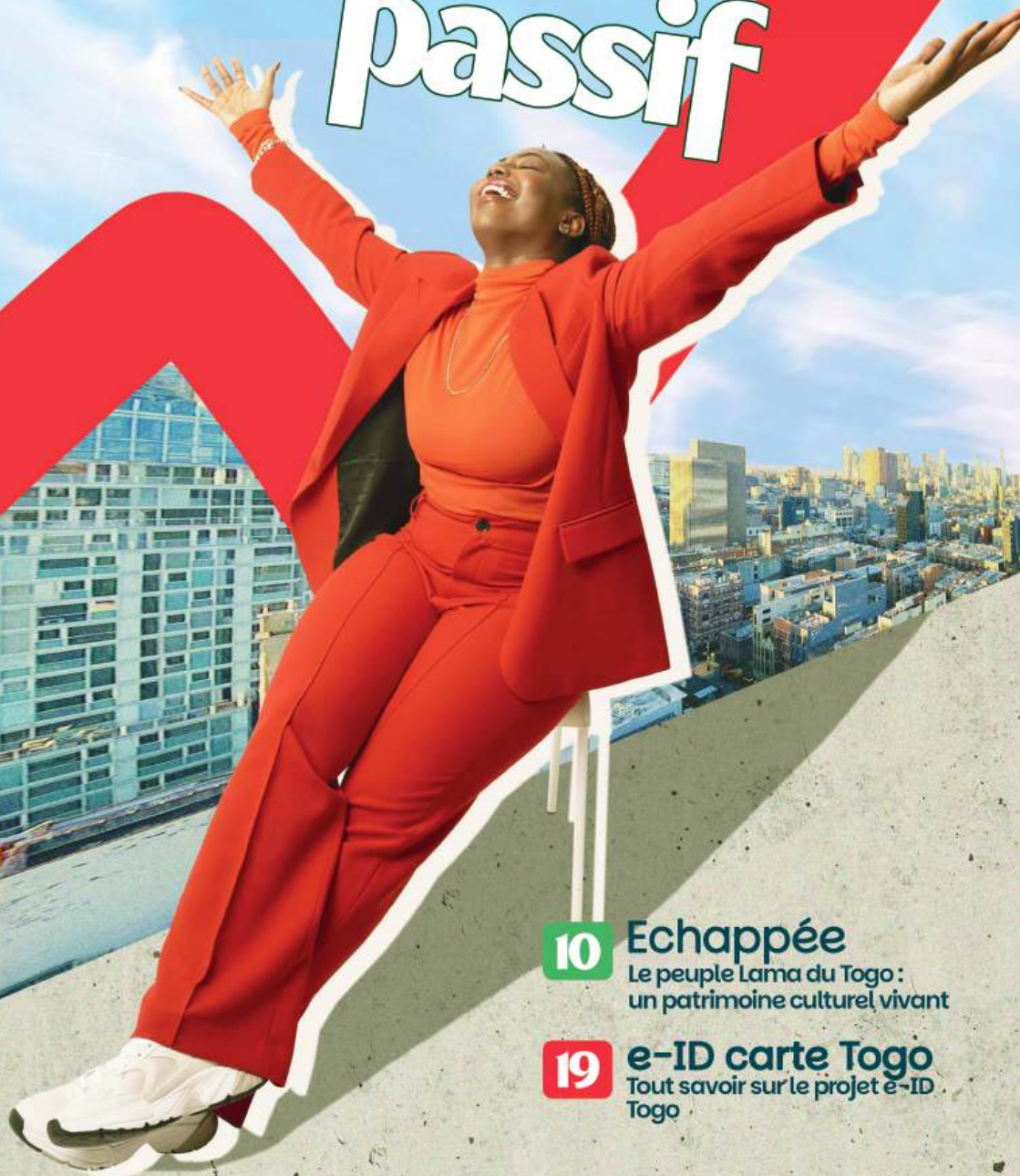


Togo Couleurs

LE MENSUEL URBAIN UTILE ET VIVANT DE LOMÉ

Investissement passif



10

Echappée

Le peuple Lama du Togo :
un patrimoine culturel vivant

19

e-ID carte Togo

Tout savoir sur le projet e-ID
Togo

BOAD

DEVELOPMENT DAYS

**Le financement de la transition
énergétique et de l'agriculture durable**

Défis, opportunités et solutions

JEUDI 12 & VENDREDI 13 JUIN 2025 | LOMÉ

HÔTEL 2 FÉVRIER



BOAD

Banque Ouest Africaine
de Développement

sommaire

04

TOGOLOGIE

Tu es trop passif pour des revenus passifs, mon frère !

05

EDITO

... la révolution de l'éducation financière moderne



ECHAPPEE

Le peuple Lama du Togo : un patrimoine culturel vivant



TENDANCE MODE

Franck Gnamien célèbre 10 ans de mode avec éclat à Abidjan

15

DOSSIER

Gagner en dormant : Mythe ou réalité ?

28

SOYONS CULTURE !

Afrique en film
Afrique en livre
Focus

35

LES BONS PLANS ET LES BONNES ADRESSES

Où manger
Où sortir
Où faire ses courses
Que faire à Lomé
Numéros utiles

10

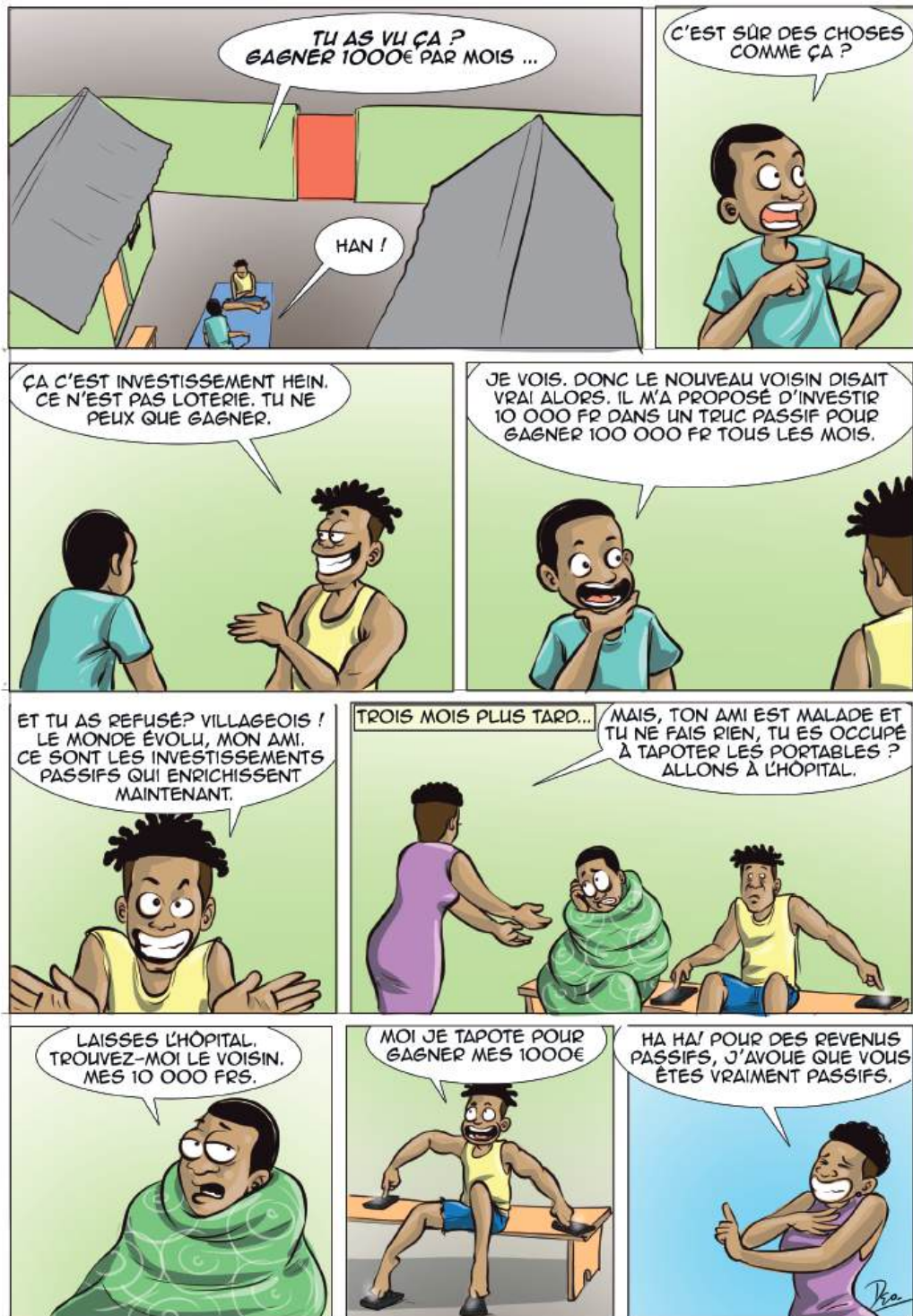


12



la togologie

Tu es trop passif pour des revenus passifs, mon frère !



Directeur Général

Toba TANAMA

Directeur de Publication

Toba TANAMA

Directeur Artistique

Franck BAUM

Responsable Commerciale

Efua SIDO

Responsable Création

Roni MESSAN

Ont collaboré à ce numéro

Francis ALITI

Franck BAUM

Graines de Pensées

Corentin Brunie

Illustrateur

Daona DEOTANTA

Rédaction et Publicité

14 Angle Rue Doufouli et rue des
pastèques-Tokoin cassablanca.

BP 30117 Lomé – Togo

Tél. +228 22258435

93934444 / 96094444

Abonnement

Pour recevoir personnellement votre
Togo Couleurs chaque mois,
écrivez à :

togocouleursmagazine@gmail.com

Une édition du groupe Directmédia.
Le mensuel urbain, utile et vivant du
Togo. Depuis 2011.
Récepissé N°0628/12/07/2021/
HAAC



Magazine Togo Couleurs

éditorial

Dormir pendant que son argent travaille : la révolution de l'éducation financière moderne

Dans un monde où le temps est une ressource précieuse, la promesse de « gagner en dormant » fascine et séduit de plus en plus d'individus. Cette formule évocatrice incarne la nouvelle frontière de l'éducation financière moderne, qui repose aujourd'hui sur la capacité à faire fructifier son patrimoine à travers des stratégies d'investissement passif. Grâce aux avancées technologiques et à la montée en puissance de la fintech, chacun peut désormais accéder à des outils automatisés pour générer des revenus sans avoir à s'impliquer quotidiennement dans la gestion de ses actifs.

Les gourous de la liberté financière jouent un rôle crucial dans cette démocratisation du savoir. Leur message est clair : il est possible de se libérer du salariat ou de la pression financière en adoptant une approche intelligente de l'investissement. Leur philosophie s'appuie souvent sur des méthodes d'investissement passif, telles que les ETF, la copie de portefeuilles ou les robo-advisors, qui permettent une gestion optimisée et automatisée des fonds.

Les influenceurs de la fintech contribuent également à façonner cette nouvelle mentalité, en proposant des solutions innovantes et accessibles : plateformes de trading en ligne, applications d'épargne automatisée, crypto-monnaies, crowdfunding immobilier, et autres formes d'investissements alternatifs. Ces outils rendent l'investissement plus transparent, plus simple et plus abordable, attirant une génération jeune et connectée, en quête d'indépendance financière.

Ce mouvement témoigne d'une véritable révolution dans notre rapport à l'argent. Alors que par le passé, l'accumulation de patrimoine demandait du temps, de l'expertise et souvent de gros moyens, aujourd'hui, la priorité est à l'automatisation et à l'éducation autodidacte. L'objectif ultime : faire que son argent travaille pour soi, même lorsque l'on dort, en développant une source de revenus passifs qui peuvent, à terme, assurer une certaine liberté et sérénité financière.

Cependant, cette nouvelle tendance n'est pas sans risques. La grande facilité offerte par certains outils peut mener à des investissements peu réfléchis ou mal compris. Il devient donc essentiel pour chaque individu d'éduquer financièrement pour saisir l'équilibre entre innovation, autonomie et prudence.

En conclusion, la révolution financière portée par l'éducation moderne, les gourous et la fintech transforme profondément notre façon d'appréhender l'argent et l'investissement. Elle offre une nouvelle promesse : celle d'une vie où l'on peut enfin dormir en toute sérénité, en étant certain que ses finances travaillent pour notre avenir.

Toba Tanama

Nous les **Toofan**, avons notre carte **e-ID** ; et toi?

Pré-enregistrez-vous sur :

 <https://preinscription.anid.gouv.tg>



RÉPUBLIQUE TOGOLAISE

e-ID
TOGO | Une identité
pour tous

 **anid**
AGENCE NATIONALE
D'IDENTIFICATION

canal+to go X f i d | www.anid.gouv.tg

WURI | Projet d'Internet par satellite
pour l'ensemble des régions et
l'Union africaine de l'Internet
au Togo

 Numéro vert 8285

Ça se passe maintenant

PERLORIA

So Dédé

**Illuminez votre style avec
nos bijoux soignés.**



  @Perlora

 00228 70 39 28 28



Divine Optique
Opticien Optométriste

Lunetterie Médicale

Test de vue

Choisissez !

-  Montures optiques et solaires
-  Verres correcteurs
-  Lentilles
-  Produits d'entretien
-  Accessoires



*...elle nous
a adopté
en même
temps*

 Rond point Cassablanca face station CAP ESSO Total en Face Mosquée BP. 60461 Lomé - TOGO
+228 70 44 27 01 / 96 80 17 70 / 91 76 83 32



Le 8 mars 2025, la Fondation Agir Ensemble pour l'Afrique a organisé la neuvième édition de la soirée gala de charité baptisée «Woman Night», dans le cadre de la célébration de la Journée Internationale des Droits de la Femme. Cet événement prestigieux s'est déroulé dans le cadre somptueux de l'hotel 2 février, réunissant des personnalités influentes, des philanthropes, ainsi que des acteurs du monde de la culture, des affaires et de la politique.

Pour la Présidente de la Fondation AEA Marie-Joe TRENOU, la Woman Night est une tribune unique pour reconnaître les réalisations extraordinaires de femmes africaines, qu'elles soient leaders politiques, entrepreneures, militantes sociales, artistes ou actrices du changement. Ces femmes sont des modèles de résilience, de réussite et de solidarité, et elles incarnent l'espoir et l'ambition d'une Afrique en pleine évolution.

Pour cette édition grâce à leur engagement et l'influence dans leur domaine respectif, L'ancienne Ministre d'Etat Sénégalaise Mme Innocence Ndiaye Ntap et l'actrice de cinéma Halimatou Gadjji, l'Entrepreneure gabonaise Grace Emmanuel Engoang, Prof Pélagie Theoua de la Côte d'Ivoire, Mme Anita Erskine du Ghana, Mme Krystel Dicoh et plusieurs personnalités et femmes leaders ont été honorés au cours de la soirée. L'objectif est de souligner l'importance de leur contribution au développement économique, social et culturel du continent tout en encourageant les jeunes générations à s'engager activement pour l'avenir de l'Afrique. Des cinq régions du Togo, des femmes ont été également repérées et célébrées pour leurs efforts en faveur des populations de leur localité pour l'émancipation des femmes et réduction des inégalités sociales, et encouragées par la Fondation AEA à travers des dons financiers.

L'événement se distingue par une série d'activités inspirantes, incluant des conférences, des panels de discussion où les invités ont l'opportunité de découvrir les parcours exceptionnels de femmes qui ont marqué leur domaine.

En prélude de cette prestigieuse soirée, un panel d'échanges animé par d'éminentes personnalités politiques, a rassemblé plus de 500 personnes autour du thème : «Femme et participation politique : Comment construire un avenir inclusif ?». Ce débat a permis de mettre en lumière les défis et les opportunités liés à l'intégration des femmes dans la politique, ainsi que les stratégies nécessaires pour garantir une participation active et égalitaire. Les intervenants à l'instar de Mme Florence Yawa Kouigan, Ministre de la Communication, de la Culture et des Médias, Porte-Parole du Gouvernement, le Prof Akodah Ayewouadan, la Prof Pélagie Theoua, et Mme Innocence Ndiaye Ntap, ont partagé leurs expériences et ont proposé des solutions concrètes pour encourager l'engagement politique des femmes, soulignant leur rôle indispensable dans la construction d'un avenir plus juste et inclusif pour l'Afrique.

Par ailleurs, la Woman Night permet de présenter les différentes actions et réalisations de la fondation, et de lever des fonds pour soutenir des projets de développement au Togo, en mettant particulièrement l'accent sur l'autonomisation des femmes. Les fonds récoltés vont permettre d'amplifier les projets d'éducation et de santé pour les femmes et les enfants, ainsi que de financer des programmes de formation et d'accompagnement pour les jeunes filles en situation de précarité.

«Woman Night 2025» a été un véritable succès, alliant solidarité, glamour et engagement. Elle a permis de renforcer les liens entre les participants et de rappeler l'importance d'agir ensemble pour un avenir meilleur en Afrique, tout en mettant en lumière la puissance du soutien collectif pour transformer des vies.



Le peuple Lama du Togo : un patrimoine culturel vivant

**Le Togo,
pays de diversité
ethnique et culturelle,
abrite sur son sol
de nombreuses
communautés qui
constituent la richesse
de son identité.**

Parmi elles figure le peuple Lama, une ethnie peu connue mais profondément enracinée dans l'histoire du pays. Installé principalement dans la région des Savanes, notamment dans les préfectures de l'Oti et de Tandjouaré, le peuple Lama incarne une tradition vivante, riche en valeurs sociales, spirituelles et artistiques.

Les Lama, parfois appelés aussi Lama-Lokpa, font partie du grand groupe linguistique gur, plus précisément de la branche des langues Oti-Volta. Selon plusieurs sources historiques et orales, les Lama seraient originaires de la région du Burkina Faso actuel, d'où ils auraient migré au fil des siècles vers le nord du Togo. Aujourd'hui, on les retrouve majoritairement dans les villages autour de Niamtougou, Bombouaka, Tandjouaré, Koumongou, et Korbongou, mais aussi au Bénin et dans certaines zones du Ghana.

La société Lama est structurée autour de la famille élargie et du clan. Le chef de clan, souvent un ancien respecté, joue un rôle central dans la régulation des conflits, la gestion des terres et la préservation des traditions. La solidarité entre membres d'un même lignage est un principe fondamental, tout comme le respect des aînés.

Les Lama sont traditionnellement des agriculteurs. Leurs principales cultures incluent le mil, le sorgho, le maïs, le niébé et l'igname. L'élevage est également pratiqué, notamment la volaille et les petits ruminants. La chasse et la cueillette faisaient autrefois partie intégrante de leur mode de subsistance, même si ces pratiques se raréfient aujourd'hui.

La spiritualité Lama est ancrée dans le culte des ancêtres et le respect des forces de la nature. Avant la généralisation des religions monothéistes comme le christianisme et l'islam, les Lama pratiquaient une religion traditionnelle fondée sur l'animisme. Chaque village possède encore aujourd'hui des lieux sacrés, tels que les forêts, les sources ou les collines, qui sont des espaces de communication avec les esprits et les ancêtres.

Les cérémonies rituelles rythment la vie des Lama : initiations, funérailles, rituels de purification ou de bénédiction. Ces moments sont aussi des espaces d'éducation, où les jeunes apprennent les valeurs morales, les savoirs ancestraux et les responsabilités sociales.





La langue parlée par les Lama est le Lama ou Lama-Lokpa, une langue gur qui partage certaines similarités avec d'autres langues voisines comme le Moba ou le Konkomba. Elle est essentiellement parlée à l'oral, mais des initiatives locales cherchent aujourd'hui à la transcrire et à l'enseigner dans le cadre de l'éducation bilingue.

Les contes, les proverbes, les chants et les danses sont les principaux canaux de transmission culturelle. Lors des veillées ou des fêtes communautaires, les anciens racontent les légendes du peuple, enseignent la sagesse des ancêtres et renforcent le sentiment d'appartenance.

Le peuple Lama se distingue par un artisanat varié. On y trouve des potiers, des tisserands, des forgerons et des sculpteurs. Le tissage des pagnes en coton, souvent décorés de motifs symboliques, est une activité valorisée, notamment pour les cérémonies.



La musique et la danse occupent une place centrale dans la culture Lama.

Les instruments traditionnels – tambours, flûtes, hochets – accompagnent les danses rituelles ou festives, comme le Tindikpa, danse guerrière exécutée lors des grandes occasions.

Comme d'autres peuples autochtones du Togo, les Lama font face à de nombreux défis : accès à l'éducation, préservation de la langue, exode rural, pression sur les terres, et marginalisation économique. Cependant, des efforts communautaires et associatifs émergent pour valoriser le patrimoine Lama et renforcer le développement local.

Des associations de jeunes Lama, tant au Togo qu'au sein de la diaspora, s'engagent dans la promotion de la culture, l'appui à l'éducation, et la mise en place de projets agricoles durables. Ces initiatives contribuent à préserver l'identité Lama tout en favorisant l'ouverture au monde.

Le peuple Lama,
bien que minoritaire au sein de la mosaïque togolaise, joue un rôle essentiel dans la sauvegarde du patrimoine culturel du pays. À travers ses coutumes, ses valeurs et ses expressions artistiques, il témoigne d'un héritage ancien et précieux. Valoriser et faire connaître les Lama, c'est reconnaître la richesse de la diversité culturelle togolaise et renforcer les bases d'un développement inclusif, respectueux des identités locales.



FRANCK GNAMIEN célèbre 10 ans de mode avec éclat à ABi- djan

Dix ans de carrière et déjà une figure incontournable de la mode ivoirienne. C'est le constat unanime qui s'est dégagé du somptueux défilé organisé le 26 avril dernier à l'occasion des 10 ans de carrière du styliste Franck Gnamien. Sous une vaste tente climatisée dressée dans les jardins élégants de l'Ivoire Golf Club à Cocody-Riviera 3, le créateur a offert un véritable spectacle de mode, devant un public nombreux et conquis.

Pour marquer cette étape symbolique, 50 tenues ont été présentées, offrant un voyage visuel riche en émotions et en inspirations. Des pièces raffinées, audacieuses,

parfois surprenantes, ont suscité admiration et émerveillement.

Un créateur en pleine lumière

Pour la première fois, Franck Gnamien s'est prêté au jeu en défilant lui-même pour donner le coup d'envoi de l'événement. Un moment fort, chargé d'émotion, notamment grâce à la présence de ses deux parents, séparés, réunis pour l'occasion. Une fierté personnelle visible chez le créateur.

La collection présentée ce soir-là était un hommage à la force des femmes. Des épaules structurées, des

ceintures rappelant l'uniforme militaire : autant de clins d'œil aux rôles combattifs joués par les femmes à travers l'histoire. Cette dimension symbolique s'est ensuite enrichie d'un voyage culturel, avec des inspirations venues d'Orient : smokings, sweats et costumes en soie revisités à la manière Gnamien. La collection «Nubienne», quant à elle, incarne parfaitement le dialogue entre traditions africaines et influences asiatiques. On y retrouve des associations audacieuses de tapa (écorce d'arbre) et de mousseline de soie, fusionnant nature et sophistication.

L'imagination débordante de Franck Gnamien a aussi



10 ans de mode !

transporté le public jusqu'au Japon et en Europe, avec des pièces hautes en couleur, témoins de son ouverture au monde et de sa maîtrise des codes de l'élégance. À l'image de la célèbre citation d'Audrey Hepburn, « L'élégance est la seule beauté qui ne se fane jamais », les spectateurs n'ont cessé d'applaudir, séduits par la richesse du travail du couturier. Fidèle à son esprit de partage, Franck Gnamien a invité d'autres créateurs à se joindre à lui : Greg Mbourou, Mikael Tra, Lewis Madoche, Sarah Youssef et Rocard Yapo ont chacun présenté une minicollection, apportant leur touche à cette grande fête de la mode.

Le point d'orgue de la soirée fut sans doute le geste caritatif du styliste. En lieu et place d'un gâteau d'anniversaire, des dons ont été remis à l'association Happy Life, qui vient en aide aux femmes en situation difficile. Un acte symbolique, à l'image du cœur généreux de l'artiste.

Présenté par Thierry Angeval et mis en scène par le chorégraphe JP Le Père, le défilé «L'Esprit Gnamien» restera dans les mémoires comme un événement marquant, à la fois artistique, humain et profondément inspirant.

- Une légende africaine, Paris, Les éditions du Signe, 2024.



TM

Soyez plus visible

durant cette CAN 2025

100% LOCAL
90 présences radio +
200 000 impressions



3 850 €



Offre Locale Togo

**90 spots en local
(3 spots par jour)**

2 spots en Morning
Prime Time pendant
les chroniques
du matin entre 4h et 9h

1 spot en
Day time

2 850 €

Dispositif web avec
200 000 impressions
IP Togo

Bannière
1 000 x 250
(Desktop)

Pavé
300 x 250
(Mobile)

1 000 €

CONTACTEZ LA RÉGIE EXCLUSIVE

+228 96 09 44 44 / 22 20 49 15

rfi 91.5 Fm

A man with dark skin and a beard is sleeping peacefully in a bed, his head resting on his hand. The background is a soft-focus bedroom. Overlaid on the image are various white line-art icons representing finance: coins, a wallet, a pie chart, a bar chart, and a hand pointing to a graph. The text is prominently displayed in the center.

L'INVESTISSEMENT PASSIF

GAGNER EN

DORMANT

Quand l'investissement passif promet des
revenus sans lever le petit doigt

Dormir pendant que son argent travaille. Un rêve pour beaucoup, une illusion pour d'autres. Pourtant, le concept de « gagner en dormant » est aujourd'hui au cœur de l'éducation financière moderne. Popularisé par les gourous de la liberté financière et les influenceurs de la "fintech", ce principe repose sur un mécanisme simple : l'investissement passif. Mais peut-on vraiment se constituer une source de revenus stable sans une gestion quotidienne ? Décryptage d'un phénomène qui séduit de plus en plus, même au Togo.

Une promesse dans l'air du temps

Dans un contexte d'inflation mondiale, de hausse du coût de la vie et d'incertitude économique, l'idée de générer des revenus complémentaires sans efforts actifs gagne du terrain. L'essor des technologies financières, la digitalisation des services bancaires, mais aussi l'accessibilité croissante à l'information sur les réseaux sociaux ont contribué à démocratiser des notions longtemps réservées aux initiés. Résultat : des milliers de jeunes Africains, Togolais inclus, s'interrogent aujourd'hui sur les moyens de "faire fructifier leur argent", au-delà de l'épargne classique.

L'investissement passif : mode d'emploi

Contrairement à l'investissement actif, où l'on s'implique directement dans la gestion quotidienne d'un commerce, d'un bien ou d'un portefeuille boursier, l'investissement passif consiste à placer son argent dans des véhicules générateurs de revenus qui fonctionnent sans qu'il soit nécessaire d'intervenir au jour le jour.

L'image est simple : quand l'investisseur actif ouvre chaque matin sa boutique ou surveille les marchés financiers à la minute, l'investisseur passif touche des revenus pendant qu'il dort, qu'il voyage ou qu'il exerce une autre activité. Il ne s'agit pas d'un miracle, mais d'une stratégie structurée qui repose sur trois piliers : temps, patience et diversification.

Quelles sont les options d'investissement passif ?

Au Togo comme ailleurs, plusieurs possibilités s'offrent à ceux qui souhaitent faire fructifier leur épargne sans s'impliquer au quotidien :

- Investir à la Bourse via la BRVM

La Bourse Régionale des Valeurs Mobilières (BRVM), commune à huit pays de l'UEMOA, est une porte d'entrée vers l'investissement passif. Grâce aux Sociétés de Gestion et d'Intermédiation (SGI) comme **SGI-Togo**, les particuliers peuvent acheter des actions de grandes entreprises cotées, telles que Ecobank ou TotalEnergies. En retour, ils perçoivent des dividendes, sans avoir à gérer ces sociétés.

Des produits comme les fonds communs de placement ou les SICAV offrent aussi des options diversifiées, accessibles même avec un capital modeste (à partir de 50 000 F CFA dans certains cas). Le tout, géré par des professionnels.

- L'immobilier locatif automatisé

Investir dans un appartement, un studio ou un local commercial et déléguer la gestion à une agence spécialisée permet de percevoir un loyer régulier, sans gérer les problèmes du quotidien (locataires, maintenance, recouvrements). Aujourd'hui, certaines plateformes en



Afrique de l'Ouest facilitent même la mise en location à distance, y compris pour les Togolais de la diaspora.

- Les revenus d'auteur ou numériques

Écrire un livre, créer une chanson, lancer un podcast ou concevoir un cours en ligne sont autant d'activités qui peuvent générer des revenus sur le long terme, une fois l'oeuvre mise en ligne. Les plateformes comme Amazon KDP, YouTube, ou encore Selar.co (en Afrique de l'Ouest) permettent de monétiser du contenu sans être actif chaque jour. Ces revenus dits « passifs » peuvent devenir significatifs avec le temps et une bonne stratégie de diffusion.



Entre promesses et réalité : les limites à connaître

Si le principe est séduisant, l'investissement passif n'est pas exempt de contraintes. Il suppose en général :

- **Un capital de départ**, même modeste ;
- **Des connaissances minimales** en éducation financière ;
- **Une tolérance au risque** (notamment en bourse) ;
- Et surtout, **beaucoup de patience**.

Par ailleurs, il faut se méfier des plateformes frauduleuses ou des vendeurs de rêve sur Internet qui promettent des gains rapides et garantis. Aucun investissement n'est sans risque.

Gagner en dormant, au Togo : est-ce possible ?

Longtemps perçu comme réservé aux élites ou à la diaspora, l'investissement passif commence à se démocratiser au Togo. Des institutions comme la **BRVM**, des acteurs comme **SGI-Togo**, et même des coopératives d'investissement citoyen ouvrent la voie à une participation plus large des classes moyennes. L'essor du mobile banking et des services digitaux offre également de nouvelles opportunités d'autonomisation financière.

Certains jeunes Togolais, par exemple, investissent désormais dans les actions Ecobank ou dans l'immobilier partagé en ligne, en misant sur la mutualisation des ressources. Des artistes locaux tirent aussi des revenus récurrents de leurs oeuvres diffusées sur les plateformes internationales.

Un mythe... qui peut devenir réalité

Alors, gagner de l'argent en dormant : mythe ou réalité ?

La réponse est nuancée. Ce n'est ni un miracle ni une arnaque, mais un processus réel, à condition de s'y engager avec méthode, prudence et formation. L'investissement passif ne remplace pas un emploi, mais il peut en complément sécuriser l'avenir, financer un projet ou alléger des charges mensuelles.

Plus qu'un rêve, c'est un **objectif atteignable** à long terme, pour peu qu'on en comprenne les règles et qu'on fasse preuve de discipline. Et c'est là que tout commence : par **l'éducation financière**, à laquelle ce numéro de Togo Couleurs souhaite humblement contribuer.

1. Qu'est-ce que le projet eID Togo ?

Le projet d'identification biométrique (e-ID), initié par le Gouvernement, vise à attribuer une identité unique, fiable et sécurisée à toute personne résidant sur le territoire national, à partir de données biographiques et biométriques. Chaque individu enregistré se verra attribuer un Numéro d'Identification Unique (NIU) composé de douze chiffres aléatoires, qui lui sera propre à vie et figurera sur tous les documents administratifs émis par l'administration. Premier projet inscrit sur la feuille de route gouvernementale 2020–2025, le eID Togo répond au déficit de preuves d'identité, un problème structurel qui affecte une large part des sociétés africaines, notamment togolaises. Il est soutenu par la Banque mondiale à travers le programme WURI (Identification unique pour l'intégration régionale en Afrique de l'Ouest), qui regroupe également la Côte d'Ivoire, le Bénin, le Burkina Faso et le Niger.

3. Comment s'enregistrer et obtenir son Numéro d'Identification Unique ?

Chaque personne devra se présenter dans un centre d'enregistrement munie d'un document d'identité en sa possession : carte nationale, passeport, permis de conduire, carte d'assurance maladie, certificat de nationalité ou acte de naissance. Elle devra remplir un formulaire et signer une fiche de consentement. L'opérateur en charge saisira les données biographiques dans le système d'information, puis procédera à la capture des données biométriques (photo, empreintes digitales et image de l'iris). Une fois les informations vérifiées et l'unicité de la personne confirmée, le NIU est généré. Pour gagner du temps, une préinscription peut être effectuée sur preinscription.anid.gouv.tg ou service-public.gouv.tg. Les personnes ne disposant d'aucune pièce d'identité pourront s'enregistrer sur la base du témoignage de deux personnes déjà enregistrées et disposant de leur NIU.

2. Pourquoi ce projet est-il important pour l'Afrique de l'Ouest et pour le Togo ?

Le projet d'identification biométrique (e-ID), initié par le Gouvernement, vise à attribuer une identité unique, fiable et sécurisée à toute personne résidant sur le territoire national, à partir de données biographiques et biométriques. Chaque individu enregistré se verra attribuer un Numéro d'Identification Unique (NIU) composé de douze chiffres aléatoires, qui lui sera propre à vie et figurera sur tous les documents administratifs émis par l'administration. Premier projet inscrit sur la feuille de route gouvernementale 2020–2025, le eID Togo répond au déficit de preuves d'identité, un problème structurel qui affecte une large part des sociétés africaines, notamment togolaises. Il est soutenu par la Banque mondiale à travers le programme WURI (Identification unique pour l'intégration régionale en Afrique de l'Ouest), qui regroupe également la Côte d'Ivoire, le Bénin, le Burkina Faso et le Niger.





4. Quelles sont les caractéristiques de la carte eID ?

La carte eID est un support comportant une photo, des informations biographiques (nom, prénoms, date de naissance, sexe), le Numéro d'Identification Unique (NIU) ainsi qu'un code QR au verso. Elle atteste que la personne est bien celle qu'elle prétend être, grâce à la reconnaissance biométrique. L'enregistrement et la délivrance de la carte sont entièrement gratuits. Aucun frais ne doit être exigé des demandeurs.

5. Comment le projet eID contribue-t-il à l'inclusion socioéconomique des populations vulnérables ?

Les personnes en situation de pauvreté sont souvent privées de documents d'identité et, de ce fait, exclues des services sociaux et économiques essentiels. Grâce à la carte eID et au NIU, ces populations pourront accéder à des services de base tels que l'assurance maladie universelle, les aides sociales, l'éducation et les mécanismes de protection sociale. Prenons l'exemple de l'éducation : pour passer le Certificat d'Études du Premier Cycle, un élève doit présenter un acte de naissance. Nombreux sont ceux qui n'en disposent pas et se retrouvent ainsi exclus du système scolaire. Le NIU permettra de remédier à cette situation. Sur le plan économique, de nombreuses personnes — notamment des femmes et des travailleurs du secteur informel — ne peuvent ouvrir un compte ou accéder au crédit faute de justificatif d'identité. La carte eID leur fournira une identité légale, essentielle à la formalisation de leurs activités.

6. Quelle place pour le secteur privé dans ce système d'identification ?

Le secteur privé est un acteur essentiel dans l'écosystème d'utilisation de la carte eID. Banques, compagnies d'assurance, opérateurs de téléphonie mobile, prestataires de services numériques ou encore employeurs, tous ont besoin de vérifier l'identité de leurs clients ou usagers. L'eID Togo leur fournira des services d'authentification fiables, basés sur les normes de sécurité les plus strictes.

7. Quelles garanties pour la sécurité des données ?

Le système est conçu de manière à assurer la confidentialité, l'intégrité et la sécurité des données personnelles. Dès leur saisie, les informations sont chiffrées et transmises via un réseau sécurisé vers les centres d'hébergement agréés. Le NIU est généré après une opération de déduplication, qui consiste à comparer les données biométriques de chaque nouveau demandeur avec celles déjà enregistrées, afin de garantir l'unicité de l'identité.

Mot de fin

Le projet eID Togo vise à doter chaque résident d'une identité biométrique unique et sécurisée, condition préalable à une inclusion sociale et économique effective. Il s'agit d'un levier structurant pour l'accès équitable aux services publics et privés, pour le renforcement de la gouvernance, et pour l'intégration régionale. Il est donc impératif que chaque personne se rende dans un centre d'enregistrement pour obtenir son NIU et ainsi exercer pleinement ses droits.





Passeport Santé

Graines de paradis : redécouvrir les secrets de la maniguette

La maniguette, aussi connue sous les noms de Graines de paradis, Atakou au Togo ou encore Poivre de Guinée est un fruit tropical thérapeutique d'Afrique subtropicale dont la saveur aromatisée et piquante a suscité beaucoup d'intérêt autant dans la gastronomie que dans le domaine de la pharmacopée en Afrique et en Occident. Cet article vous révélera l'histoire oubliée d'un fruit exotique aux milles vertus.

C'est un fruit très prisé des femmes enceintes et des personnes malades ayant peu d'appétit, ses qualités curatives sont reconnues dans le traitement de la toux, la conjonctivite et les maux de dent. Riche en tanins, la maniguette est aussi appréciée pour sa forte teneur en sels minéraux, en protéines et est notamment reconnue pour ses propriétés digestives, stimulant et aphrodisiaque, mais également pour son rôle dans la gestion de la douleur et des inflammations. Elle est aussi une source d'antioxydants et peut aider à renforcer le système immunitaire.

Digestif: Elle favorise la digestion et soulage les inconforts gastro-intestinaux.

Stimulant: Elle est réputée pour ses propriétés tonifiantes et pour stimuler l'appétit.

Aphrodisiaque: Elle est utilisée depuis des siècles pour ses vertus stimulantes.

Anti-inflammatoire et analgésique: Elle peut aider à gérer la douleur et les inflammations.

Antioxydant: Elle protège les cellules contre le stress oxydatif.

Diurétique: Elle peut aider à éliminer les toxines du corps.

Renforcement du système immunitaire: Elle est un antibiotique naturel qui aide à renforcer l'organisme.

Réduction des douleurs menstruelles: Elle peut aider à gérer la douleur et les inflammations.

Soulagement des migraines: Elle est parfois utilisée pour soulager les migraines.

Antidote contre les piqûres de serpent: Selon certaines croyances, elle peut agir comme un antidote puissant contre les piqûres de serpent.

La maniguette est donc une épice polyvalente, avec des bienfaits qui vont au-delà de sa saveur unique. Elle peut être utilisée dans la cuisine pour rehausser les plats et apporter une touche d'exotisme, mais aussi pour ses propriétés médicinales et ses vertus stimulantes.

Épargne Familiale avec Ohana

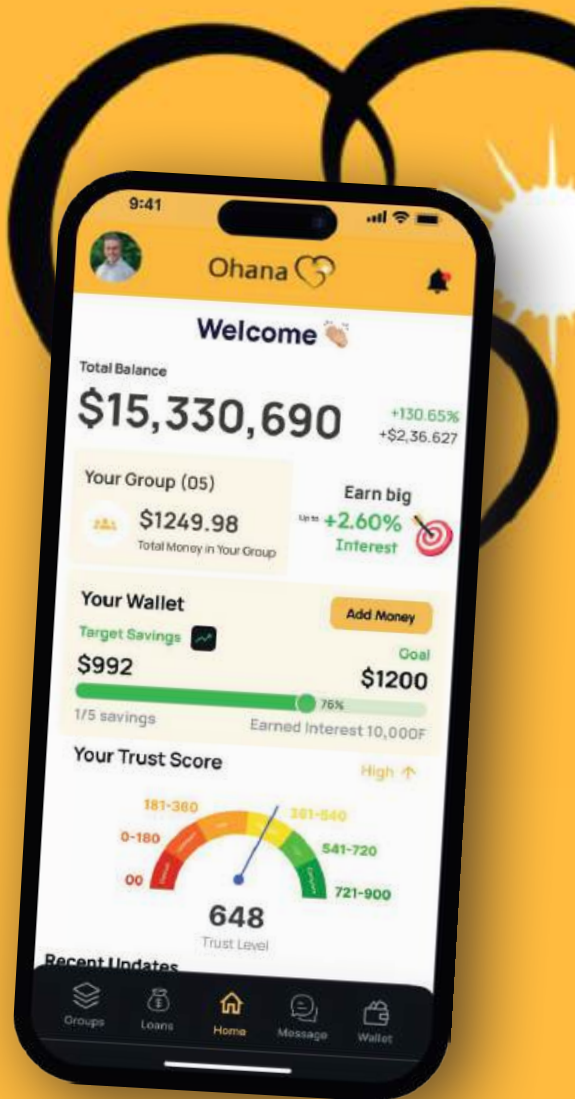
Ohana veut dire famille, et famille veut dire personne ne doit être laissée de côté.

L'application Ohana a été lancée en partenariat avec Ecobank pour aider les familles à disposer d'une caisse d'épargne pour faire face aux urgences et disposer d'une caisse de secours.

Avec Ohana, vous pouvez facilement créer une caisse d'épargne familiale. Chaque membre peut contribuer selon ses moyens, via mobile money, carte bancaire, ou même en déposant des fonds dans une agence Ecobank. La comptabilité est claire, transparente, et accessible à tous les membres en temps réel.

Avec Ohana, certaines familles ont réussi à économiser plus d'un million de francs, évitant ainsi de recourir à des collectes de dernière minute en cas de besoin.

Les fonds sont protégés par la banque, et chaque dépôt ou retrait est visible par tous les membres. Les retraits nécessitent l'approbation d'au moins deux administrateurs, garantissant ainsi une gestion collective en toute confiance.



Comment commencer ?

Pour commencer, il vous suffit de chercher « Ohana Africa » sur le Play Store pour télécharger l'application.



Pour toute assistance, n'hésitez pas à appeler le 90 91 28 28.



Avec la promo de lancement de Ohana, vous recevrez 5000F dans l'application une fois que votre groupe d'Épargne familial commencera.



“Unissez Votre Famille avec Ohana !”

Emmanuel Zamblé : « Former les Africains à la bourse, c'est préparer un continent plus souverain »

Auteur et Consultant, Spécialiste des Marchés de Capitaux « Comprendre et pratiquer la bourse » : une mission d'éducation financière pour l'Afrique



Dans un contexte africain où l'accès aux marchés financiers reste encore peu démocratisé, Emmanuel Zamblé s'engage avec conviction pour une meilleure compréhension des mécanismes boursiers. Auteur de l'ouvrage *Comprendre et pratiquer la bourse*, ce consultant chevronné des marchés de capitaux met son expertise au service d'un plaidoyer en faveur de la littératie financière.

Un parcours exemplaire au service des marchés financiers

Spécialiste reconnu, Emmanuel Zamblé a débuté sa carrière à la Bourse des Valeurs d'Abidjan en 1992 avant de jouer un rôle clé dans la création de la Bourse Régionale des Valeurs Mobilières (BRVM) de l'UEMOA. Il y a exercé de hautes responsabilités jusqu'en 2011, contribuant à structurer les opérations boursières, à mettre en place un cadre d'analyse des sociétés cotées, et à développer la formation des acteurs du secteur. Il a notamment représenté la BRVM dans le processus d'intégration boursière de la CEDEAO, ayant abouti à un protocole de coopération entre les bourses de la région. Depuis plus de quinze ans, il intervient comme consultant international pour des institutions financières telles que la Banque Africaine de Développement ou la Banque Mondiale, menant des études de faisabilité, animant des séminaires de formation, et accompagnant la structuration des marchés obligataires et actions dans plusieurs régions africaines.

Un ouvrage pour vulgariser la bourse

Avec *Comprendre et pratiquer la bourse*, Emmanuel Zamblé entend combler un vide : celui de la faible compréhension du grand public des marchés financiers. Divisé en cinq parties et treize

chapitres, son livre explique le rôle des différents acteurs (émetteurs, investisseurs, institutions), détaille les produits financiers (actions, obligations, OPCVM), les mécanismes de cotation, les crises boursières et le règlement des transactions. Il se distingue par sa dimension pédagogique, agrémentée de cas pratiques, d'un lexique boursier et d'un répertoire des bourses africaines.

« La bourse est souvent perçue comme une affaire d'experts ou de riches. Pourtant, elle peut constituer une véritable opportunité pour financer l'économie réelle, notamment les PME », explique l'auteur. Il déplore la faible représentativité des marchés financiers africains, en dehors de quelques places comme celles de Johannesburg ou Lagos. L'objectif de son ouvrage est clair : démocratiser les connaissances boursières et éveiller l'intérêt des acteurs économiques africains.

Des marchés financiers au service de l'économie réelle

Pour Emmanuel Zamblé, les marchés financiers ne doivent pas être opposés aux banques, mais considérés comme complémentaires. Alors que les banques interviennent surtout à court et moyen terme, la bourse permet de mobiliser des ressources à long terme. Afin que ce potentiel soit pleinement exploité, certaines conditions doivent être réunies : élargissement du nombre de sociétés cotées, développement d'une base active d'investisseurs, amélioration de la transparence financière, intégration régionale des marchés et création de produits innovants adaptés aux PME.

La récente initiative de la BRVM de créer un compartiment dédié aux PME est, selon lui, une avancée prometteuse. Elle permet à ces entreprises, qui représentent plus de 80 % du tissu économique de l'UEMOA, de lever des capitaux pour leur développement tout en améliorant leur visibilité et leur solvabilité. Pour que ce marché spécifique soit attractif, il faudra toutefois veiller à rendre les conditions d'entrée accessibles et à instaurer une fiscalité adaptée.

Former pour transformer : promouvoir la littératie financière

Convaincu que l'éducation financière est une clé du développement, Emmanuel Zamblé plaide pour l'intégration de cette discipline dans les programmes scolaires et universitaires. Il préconise également la création d'instituts d'éducation financière, la formation des journalistes économiques, l'animation de campagnes médiatiques et le développement de clubs d'investisseurs. « Mieux informés, les citoyens peuvent prendre des décisions éclairées, gérer efficacement leurs ressources et contribuer à la vitalité des marchés », souligne-t-il.

Un public large, une ambition continentale

Destiné aux étudiants, enseignants, chercheurs, journalistes, professionnels ou simples curieux, Comprendre et pratiquer la bourse s'adresse à un public large. Emmanuel Zamblé espère qu'il deviendra un outil de référence pour quiconque souhaite mieux comprendre les rouages du financement par les marchés de capitaux. À travers ce livre, il ambitionne de participer à la création d'un écosystème boursier inclusif, dynamique et au service du développement du continent africain.



Emmanuel Zamblé
Auteur et Consultant, Spécialiste
des Marchés de Capi



en
film

Soyons culture

en
Livre

afrique
Programmation

Culturelle

The background of the advertisement is a deep blue sky with a large, dark shadow of an airplane cast across it from the top left. In the bottom right, a white airplane is shown in flight, angled upwards. The text is in white, with the top part in a bold sans-serif font and the middle part in a script font.

À PARTIR DU 2
PLUS DE VOLS, PLUS

VOYAGEZ PLUS L
NOTRE NOUVEAU PROGR

21 AVRIL 2025,
S DE CONNECTIVITÉ

VOODOO

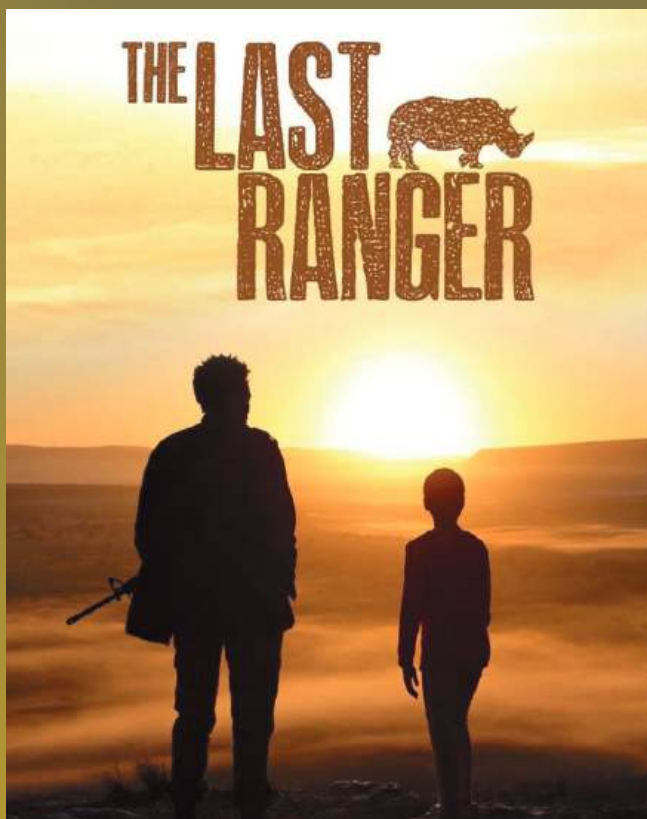
LIBREMENT AVEC
RAMME DE VOLS OPTIMISÉ

Tél. : + 228 22 225 225
+ 228 22 220 225

aircotedivoirefw@aircotedivoire.com



Afrique en Film



The Last Ranger, réalisé par Cindy Lee et écrit par David S. Lee, Darwin Shaw et Will Hawkes, est un court métrage sud-africain de 28 minutes qui transcende les frontières du cinéma pour devenir un plaidoyer poignant en faveur de la protection de la faune et de l'autonomisation des femmes. Tourné dans les réserves naturelles d'Amakhala et de Kariega, ce film s'inscrit dans l'anthologie When The World Stopped, explorant les défis contemporains à travers des récits intimes.

De quoi ça parle ...

Le film suit Litha, une jeune fille de 11 ans interprétée par Liyabona Mroqoza, qui découvre la magie d'une réserve naturelle aux côtés de Khuselwa, la dernière garde forestière, incarnée par Avumile Qongqo. Leur aventure prend une tournure dramatique lorsqu'elles sont attaquées par des braconniers, révélant un secret dévastateur. Inspiré de faits réels, le scénario met en lumière les dangers du braconnage de rhinocéros et les sacrifices des rangers, notamment des femmes, qui risquent leur vie pour protéger la faune sud-africaine.

Pourquoi Togo couleurs a aimé ...

Liyabona Mroqoza, dans son premier rôle au cinéma, livre une performance bouleversante, capturant l'innocence et la détermination de son personnage. Sa prestation lui a valu plusieurs prix de la meilleure actrice dans des festivals internationaux. Avumile Qongqo, ancienne finaliste de Miss Afrique du Sud, incarne Khuselwa avec une intensité et une authenticité qui rendent hommage aux femmes rangers, souvent méconnues, qui luttent contre le braconnage.

Cindy Lee réussit à créer une atmosphère immersive, mêlant paysages majestueux et tension dramatique. La cinématographie de James Adey capte la beauté sauvage des réserves, tandis que la musique de John Powell, enrichie par les voix du Thanda Choir, ajoute une dimension émotionnelle profonde au récit.

Depuis sa sortie, The Last Ranger a été acclamé dans de nombreux



festivals, remportant des prix tels que le Meilleur Court Métrage Narratif au Pan African Film Festival et au San Diego International Film Festival. Il a également été nommé pour l'Oscar du Meilleur Court Métrage en prises de vues réelles lors de la 97e cérémonie des Academy Awards. The Last Ranger est plus qu'un film : c'est un appel à la conscience collective sur les enjeux de la conservation et de l'égalité des genres. À travers une narration puissante et des performances exceptionnelles, il sensibilise le public à la réalité du braconnage et rend hommage aux héros méconnus qui protègent notre patrimoine naturel. Ce court métrage est une œuvre essentielle qui mérite d'être vue et partagée.



Le plus sur l'auteur...

Cindy Lee, fille de la célèbre directrice de casting Moonyeenn Lee, est une réalisatrice sud-africaine nominée aux Oscars. Elle commence sa carrière comme conceptrice-rédactrice chez TBWA Hunt Lascares avant de se tourner vers la réalisation publicitaire, développant un sens aigu du détail qu'elle applique aussi au format long. En 2014, elle écrit HORN, un court métrage sur le braconnage des rhinocéros, primé à New York. En 2017, elle est nommée aux SAFTA pour la série Sober Companion. Elle enchaîne avec The Girl From St. Agnes (2018), Desert Rose (2020) – qui lui vaut une deuxième nomination – et la série I'll Bring The Wine (2021). Son court métrage The Last Ranger (2022) remporte de nombreux prix et est nommé aux Oscars 2025 dans la catégorie Meilleur court métrage de fiction. En 2024, elle dirige la série internationale The Morning After, qui lui vaut une nomination aux Venice TV Awards et une sélection au Berlinale 2025. Cindy continue de réaliser des publicités à l'échelle locale et internationale.



L'expertise IAG : la nouvelle référence de la Gouvernance d'entreprise en Afrique



L'investissement passif, souvent perçu comme l'art de gagner en dormant, repose en réalité sur une fondation solide : la performance à long terme des actifs sélectionnés. Si l'attention se porte souvent sur le choix des indices ou des fonds, un facteur crucial, bien que moins visible, influence profondément cette performance : la qualité de la gouvernance des entreprises sous-jacentes. L'ouvrage Administrateur de société et Gouvernance d'entreprise de l'Institut Africain de Gouvernance (IAG) plonge au cœur de cette thématique essentielle dans le contexte africain, offrant une compréhension approfondie des fondements d'une gestion d'entreprise saine et durable, un élément déterminant pour tout investisseur, qu'il soit actif ou passif.

De quoi ça parle ?

L'ouvrage est une réponse pertinente et nécessaire à un constat fondamental : le déficit de leadership et de gouvernance constitue un frein majeur à l'émergence économique et politique de l'Afrique sur la scène mondiale. Fruit de la réflexion d'une quinzaine de membres de l'IAG, il met en lumière l'impératif de renforcer la gestion des banques et des entreprises africaines, qu'elles soient privées, publiques ou parapubliques, par un leadership affirmé et une gouvernance rigoureuse.

Professionnels aguerris de l'économie, de la gestion, des finances, du droit et des assurances, les auteurs soulignent le rôle central et les responsabilités élargies de l'administrateur dans le contexte africain. Il ne s'agit pas seulement de se conformer aux lois, mais d'embrasser un leadership éthique et une vision stratégique alignée sur un développement durable pour le continent. L'ouvrage détaille les principes fondamentaux d'une gouvernance vertueuse, tels que la transparence, la reddition des comptes, l'indépendance des conseils, l'éthique et la prise en compte des parties prenantes, en les adaptant aux défis et aux opportunités uniques du paysage africain.

Afrique en Livre

Pourquoi Togo Couleurs a aimé ?

Si vous voulez exercer efficacement des fonctions d'administration et de direction d'entreprise en Afrique ou investir de manière éclairée et durable en Afrique, comprendre les spécificités de la gouvernance d'entreprise dans ce contexte spécifique ou encore vous former aux meilleures pratiques de gestion et de leadership sur le continent, cet ouvrage est fait pour vous ! En effet, Administrateur de société et Gouvernance d'entreprise est un guide essentiel et contextuel pour appréhender les enjeux cruciaux de la gouvernance d'entreprise en Afrique. Plus qu'une simple transposition de modèles occidentaux, il offre une perspective ancrée dans les réalités spécifiques du continent, soulignant la nécessité d'adapter les principes de bonne gestion aux environnements juridiques, économiques et culturels locaux.

En offrant une analyse approfondie de l'environnement entrepreneurial africain, notamment à travers le prisme de l'OHADA, l'IAG fournit un cadre de référence précieux non seulement pour les acteurs économiques et les décideurs, mais également pour les investisseurs. Loin d'être un manuel théorique, l'ouvrage se veut un outil pratique pour renforcer les pratiques de gouvernance, attirer les investissements et favoriser une croissance économique saine et pérenne sur le continent. Par ailleurs, les auteurs aspirent à des collaborations avec des institutions européennes, américaines et asiatiques pour partager les meilleures pratiques et synergies en la matière.

À nos lecteurs explorant le thème Gagner en dormant : Mythe ou réalité, l'excellent guide de l'IAG apporte un éclairage crucial. Si l'investissement passif vise à générer des rendements sans gestion active constante, la pérennité de ces gains est intrinsèquement liée à la solidité et à la bonne gestion des entreprises dans lesquelles les fonds sont investis. Comprendre les principes d'une gouvernance d'entreprise saine, tels que ceux exposés par l'IAG dans le contexte africain, permet à l'investisseur passif de mieux évaluer les risques et le potentiel à long terme de ses placements. En privilégiant les entreprises dotées d'une gouvernance rigoureuse et éthique, l'investisseur ne se contente pas d'espérer « gagner en dormant », mais il construit les fondations d'une croissance durable et d'un « sommeil » financier potentiellement plus serein et éclairé. La qualité de la gouvernance n'est pas un détail anodin ; elle est le pilier invisible qui transforme le mythe d'un gain facile en une réalité d'investissement passif potentiellement fructueuse et responsable, en particulier sur un marché en pleine croissance comme l'Afrique. De quoi faire de beaux rêves financiers, n'est-ce pas ?

Les co-auteurs

Fogan Fortuné SOSSAH (**Président de l'IAG et préfacier de l'ouvrage**), Victor N'Souwodji EHE, Kassimou ABOU-KABASSI, Myriam Agbanglanon ADOTEVI, Damo Justin BARO, Thiaba CAMARA-SY, Kouamé KOUASSI, Céline Amoudatoulai SAÏZONOU, Mariame HIEN-ZERBO, Assiongbon-Dadjin ÉKUÉ, Ernest KABORE, Josiane KOSSOMI, Vincent MAFORIKAN, Sonia Mewanou SOSSAH et Josiane TCHOUNGUI.



**Obtenez votre carte e-ID
pour bénéficier
des services sociaux
de base !**

**e-ID
TOGO**

Une identité
pour tous

Pré-enregistrez-vous sur :
<https://preinscription.anid.gov.tg>



5 CONSEILS POUR SURVIVRE AUX EXAMENS DE FIN D'ANNÉE



Vous avez consacré des heures, des jours et des semaines à participer aux cours et mettre en pratique chaque parole de sagesse prodiguée, en classe, par vos enseignants et professeurs.

Vos examens de fin d'année représentent la dernière ligne droite avant la pause estivale bien méritée et, en dépit de tous les efforts acharnés que vous avez déployés dans vos travaux et projets de groupe, tout au long de l'année, les examens finaux sont souvent décisifs quant à la tournure que prendra votre été : bronzage ou révisions intensives en vue de repasser les examens ratés. Mais ne vous désespérez surtout pas. Nous avons établi une courte liste de conseils et d'astuces pour vous aider à survivre aux examens de fin d'année et ainsi passer l'été au bord de la piscine, à siroter des boissons, plutôt que le nez dans des livres poussiéreux.

1. PLANIFIEZ

Planifier est l'étape la plus importante ! Afin de garder trace de tous vos examens et de tous les différents sujets étudiés, veillez à soigneusement à planifier vos études. Prenez le temps d'établir votre propre agenda personnalisé en indiquant clairement les moments de la journée dédiés à l'étude. Consacrer plus de temps aux classes que vous trouvez particulièrement difficiles et assurez-vous de planifier également quelques pauses afin de rester motivé.

Concernant les questions à choix multiples, assurez-vous de lire attentivement toutes les réponses avant d'en sélectionner une. Confondre des questions ou des réponses particulièrement similaires peut facilement induire en erreur.

Ne manquez pas une cible facile par inattention. Il est important de prendre le temps de lire les questions de synthèse et de définir un court schéma de ce que vous voulez couvrir avant de commencer à écrire.

2. PRENEZ VOTRE TEMPS

Prendre des pauses lorsque vous étudiez est aussi important que de passer du temps devant vos notes et vos livres – vous avez besoin de temps pour traiter toutes ces nouvelles informations. Gérez au mieux votre temps libre en évitant de rester trop longtemps devant la télévision ou sur les médias sociaux. Employez-le plutôt à bien dormir, vous nourrir sainement et faire de l'exercice.





Dormez !

Vous devez veiller à être toujours bien reposé et concentré pour étudier un plus grand nombre de matières. Ne vous couchez pas trop tard, et plus particulièrement la veille de l'examen. Veillez à ne pas trop dormir non plus, car un excès de sommeil peut être contre-productif et vous faire sentir encore plus fatigué.



Manger sainement !

Nous avons tendance à nous ruiner sur le garde-manger pour trouver de quoi grignoter au moindre signe d'ennui ou à considérer les bonbons comme une récompense après l'effort. Toutefois, pour éviter de vous laisser distraire par la faim ou de souffrir d'une baisse brutale de votre taux de sucre, assurez-vous de manger correctement au petit-déjeuner, au déjeuner et au dîner et d'intercaler deux collations saines entre ces repas.



Faites de l'exercice !

La recherche a démontré l'existence d'un lien entre l'exercice physique et la réussite scolaire. Lorsque vous pratiquez le cardio-training (course, natation, cyclisme, etc.), votre cerveau se remplit d'oxygène, ce qui lui permet de mieux gérer et retenir de nouvelles informations. Même une simple promenade dans la nature, moins vigoureuse, mais toujours active, vous aidera à mieux assimiler les nouvelles informations à apprendre.



3. GÉREZ VOTRE TEMPS



Lorsque viendra le moment de passer votre examen, vous devrez veiller à employer votre temps à bon escient. La clé réside dans la concentration et l'organisation. Passez les premières minutes à lire minutieusement toutes les questions et à planifier l'ordre dans lequel vous y répondrez. Résistez à la tentation de vous précipiter à écrire. Commencez par la question avec laquelle vous vous sentez le plus à l'aise afin de stimuler d'entrée de jeu votre confiance ; après un bon départ, il est bien plus simple de passer à des questions plus difficiles.

4. RESTEZ HYDRATÉ



La plupart d'entre nous sait que rester hydraté est important en termes de performances physiques, mais saviez-vous que cela est tout aussi essentiel – et peut-être plus encore – pour notre cerveau ? La déshydratation peut causer des maux de tête et un épuisement, tandis que boire de l'eau contribue à stimuler la puissance de notre cerveau et à améliorer notre mémoire. Rester hydraté pendant vos examens finaux peut vous aider à les réussir haut la main, veillez donc à vous munir d'une bouteille d'eau dans la salle d'examen !

5. CÉLÉBREZ !



Il est temps de célébrer votre survie aux examens de fin d'année ! Vous avez suivi nos conseils, fait de votre mieux et il est désormais trop tard pour changer le cours des événements, donc cessez de stresser à ce sujet. Appelez vos amis, passez quelques moments en famille ou allez danser. Veillez à apprécier le sentiment de liberté après tout ce travail acharné.

Et si vos résultats d'examen n'étaient pas à la hauteur de ce que vous attendiez, pas d'inquiétude ; la vie sait se montrer généreuse en nous offrant une seconde chance et vous disposerez de tous les outils nécessaires pour faire mieux la prochaine fois.

BONNE CHANCE !

AG Partners
Togo

CONNECTING AGENCY



AGENCE DE COMMUNICATION

- Conseil en communication
- Marketing
- Prestation de services
- Evenementiel
- Impression tous supports
- Conception graphique
- Affiche publicitaire
- Spot publicitaire
- Logotype

...

NOS PIGES

Pige des chaînes locales
Piges des chaînes internationales
Pige des Web Tv

EXPERTISE EN ETUDE ET VEILLE MÉDIA

Affichage - Web
Media social - Radio
Presse - Télévision

Rejoignez-nous ! : +228 96 09 44 44 / 22 20 49 15

Les Bons Plans & les Bonnes Adresses

Où dormir? Que faire à Lomé? Où manger?

Où sortir? Où faire ses courses?

Numéros utiles



OÙ DORMIR?

HÔTEL 2 FEVRIER

Place de l'indépendance
Tel : 22 23 86 00

O'BALKAN

Quartier Hédzranawoé
Bd Jean- Paul II
Tel: 22 61 30 63/ 90 06 58 59

ONOMO HÔTEL

Boulevard du Mono
Tel: 22 53 63 00

HÔTEL RESIDENCE MADIBA

Quartier Avépozo
Tel: 22 27 98 59 / 91 27 27 44

GITOTEL BEVERLY

Bè château d'eau
Tel : 22 32 03 93 / 22 22 80 87

MINT HÔTEL

Quartier Djidjilé
Tel : 93 14 79 33

HÔTEL GHIS PALACE

Quartier Baguida
Route Lomé - Cotonou
Tel : 22 71 49 70

HÔTEL LE PELICAN

2rue la roche Quartier Ablogamé
Tel : 22 71 95 16

HÔTEL LE LAC

Agbodrafo
Tel: 22 21 08 10/ 90 36 60 60
90 36 28 58

HÔTEL SAKAWA

Quartier Ablogamé, bd du Mono
Tel : 22 27 65 90

HÔTEL NAPOLEON LAGUNE

Quartier Bè
Tel : 22 43 18 75/ 92 08 99 99

LE KENTIA

Bè klikamé, Rue de la CHANCE
Tel : 90 74 75 75

HÔTEL LA POINTE DES ANTILLES

Rue de l'ocam,
Tel : 22 21 02 59/92 08 99 99

HÔTEL ZIND NAABA

Quartier Cassablanca
Tel : 22 21 11 21/ 92 90 11 11

HÔTEL NOVELA STAR

Avépozo route internationale
Lomé - Cotonou
Tel : 90 36 71 78

HÔTEL RESIDENCES LES ANGES

Quartier Tokoin Forever
Tel : 22 26 34 79 / 90 17 03 30

HÔTEL SAINT THOMAS

Quartier Tokoin lycée
3, Bd de la paix
Tel : 22 21 51 99/ 22 21 87 05

HÔTEL SANCTA MARIA

Quartier Antonio Nétimé
8, Bd du Mono
Tel : 22 22 93 93

PURE PLAGE

Quartier Baguida, après usine
PICOS à droite jusqu'à la mer
Tel: 92 96 56 48

RESIDENCE THERESIA

Quartier Tokoin novissi
Tel: 22 26 49 96/ 92 62 10 29

HÔTEL DU GOLFE

10, Av sylvanus Olympio
Tel : 22 21 65 45/ 22 21 02 78

RESIDENCE LE PATIO

09 Cité OUA,
Tel : 90 37 67 07

HÔTEL PETIT BRUSSEL

Rond point Monument,
Baguida plage, Lomé
Tel: 70 50 50 50

HÔTEL SEASIDE

Boulevard de la République
Kodjoviakopé
Tel: 22 21 98 59 / 70 24 50 60

HÔTEL BRAVIA

Souza Nétimé, Bè
Tel: 22 21 59 89

HÔTEL REGINA THE PEARL

Rue Stade de Kpota, Aného
Tel: 93 33 39 39

HÔTEL BKBG

Bd du Mono
Quartier Baguida-Bateauvi
Tél : 91 41 56 56

HÔTEL M'RODE

88 Rue d'Assoli, Lomé
Tél : 22 20 70 00

HÔTEL EL DORIA

2 Rue Monument, Baguida Plage
Tél : 91 60 60 60

HÔTEL CIKA GOLDEN

Boulevard du 13 janvier 07 BP 12317,
Nyékonakpoè
Tél : 71 86 01 30

HÔTEL CONCORDE

Bvd Faure Gnassingbé
Tél : 22 50 50 50

HÔTEL AHOEFA KING SALOMON GARDEN

Rue Anamagne
Tél : 22 21 43 43 / 93 97 04 25

HÔTEL SAINT MANICK

Rue Jean Paul II, Noukafou
Tél : 22 20 16 04

HÔTEL EDA OBA

Bvd Gnassingbé Eyadema
Tél : 22 20 18 18

NEW ROBINSON PLAGE

Zone portuaire, Lomé
Tél : 90 78 14 90

HÔTEL LA CONCORDE

Bvd Faure Gnassingbé, Lomé
Tél : 22 50 50 50

HÔTEL RIVIERA RAMATOU PLAGE

Zone portuaire, Lomé
Tél : 92 03 44 72

HÔTEL LA BAIE DES ANGES

Quartier Avépozo
Tél : 90 03 51 41

LA BASE 228

Agoè-assiyéyé, route Camp Fir
Tél : 22 51 28 28 / 93 22 29 29

LA CASA

Quartier des Etoiles
Bvd du 13janvier, en face de CNTT
Tel: 92 64 38 66

LE ROOF

10, Av Sylvanus Olympio
Tel: 22 21 65 45 / 22 21 02 78

LA CASE DU CHEF

Quartier Baguida non loin du monument
Tel: 91 53 90 22

LA PART DU BOUCHER

Boucherie / Chacuterie
Quartier, N'kafu, derrière OBA
Tel: 22 41 08 76

CAFE LOFT

Quartier Kodjoviakopé,
Tel: 93 03 77 77

RESTAURANTS LIBANAIS

LA TERASSE

Quartier Dékon, Bvd du 13 Janvier
Tel: 90 12 12 12

LES NUITS D'ORIENT

Quartier Nyékonakpoè,
Bvd du 13 Janvier
Tel: 22 44 68 96

RESTAURANT INDIEN

MAHARAJA

Im. Ramco, Avenue du 24 janvier
Tel: 91 91 01 01

MAQUIS

MAQUIS CHIC PLUS

Avenue Nicolas Grunitzky
Spécialités Africaines
Européennes
Tel: 92 48 10 75

BROVI (POISSONNERIE)

Quartier Nyékonakpoè en face de la mairie centrale
Tel: 90 05 50 82 / 22 20 19 15

NOPEGALI DU BD

Bvd, du 24 Janvier en face de la BTCI
Tel: 22 22 94 01

TANTY D

Quartier Klikamé, à côté des lignes hautes tension
Tel: 22 36 11 11

Où manger?

RESTAURANTS EUROPEENS

RESTAURANT LE GARTEN

Résidence du Bénin - Caisse
Tel: 92 49 07 88

LA BRUSCHETTA

Résidence du Bénin - Caisse
Tel: 91 97 77 77

ALT MÜNCHEN

Bvd du mono,
Tel: 22 27 63 21 / 90 04 68 45

DAWA-DAWA

Hôtel sarakawa, Bvd du mono
Tel: 22 27 65 90

O'BALKAN

Quartier Kégué
Tel: 22 20 17 54 / 90 04 08 60

BARAKOUDA 2

Quartier Kodjoviakopé
Bd du mono
Tel: 22 20 17 54 / 90 04 08 60

LA CHUNGA

Immeuble Taba, Ancien Bar Privilège
Tel: 79 30 29 25 / 22 20 97 66

BEVERLY : LES ALIZES

Rue, DONIWA/ DES STATICES
Château d'eau de Bè
Tel: 22 32 03 93

LE BELUGA

Quartier Bè, rue de l'entente
(Ex rue de l'ocam)
Tel: 22 20 97 96 / 22 20 97 98
22 20 97 99

RESTAURANT GOÛT ET COULEURS

Rue de l'ocam, Près du ministère de la sécurité
Tel: 22 21 02 58 / 90 05 94 50

HÔTEL CÔTE SUD

126 rue Nima, Lomé
Tel: 23 36 12 70

LE NAMIELE

HÔTEL 2 février
Tel: 22 23 86 00

HIBISCUS

Quartier Kodjoviakopé, rue Gnagbadé
Tel: 90 04 22 24

LA MEDITERRANNEE

Bvd du Mono, angle rue Gbaga
Tel: 22 20 15 88

LA MAIN A LA PÂTE

Quartier Bè, rue Simon Dogbé
(Rue de l'ocam)
Tel: 22 21 63 62

SIKA SIKI

Hôtel Sarakawa
Bvd du Mono
Tel: 22 27 65 90

LE TABLIER

Agoè Cacavéli, 2ème von à droite après la pharmacie Shalom en venant du carrefour Bodjona
Tel : 96 96 80 80 / 91 36 23 66

LE PÊCHEUR

Bvd du Mono
Tel: 23 36 28 46 / 91 59 63 50

LE PHILIPAT

Quartier Nyékonakpoè, rue de l'Ogou
Tel: 90 04 06 42

RESTAURANTS ASIATIQUES

BELJING

Quartier Kodjoviakopé
Bvd du 13 Janvier
Tel: 90 88 41 88 / 90 86 55 04

LE SONGHAÏ

27è étage de l'hôtel 2 février,
Place de l'indépendance
Tel: 22 23 86 00

SUSHI BAR

Blue Turtle Bay, Bd du Mono juste
après l'Hôtel Sarakawa
Tel: 70 00 40 01

LE DRAGON D'OR

Rue de l'ocam, 2ème rue à droite
vers la plage
Tel: 90 05 41 38

RESTAURANT MAGHRÉBIN

RESTAURANT TRAITEUR CHEZ OUMY

Sur la route pavés en fasse de la
Cité Millénium
Tel: 98 12 29 29 / 70 55 11 11

RESTAURANTS AFRICAINS

CHEZ FATOU

2ème rue à droite après
Commissariat Central
Tel: 98 32 88 84 / 99 22 20 76

LE DELICE

Bvd du 13 Janvier, situé à 300m de
Lonato à côté de Ebony salon
Tel: 90 92 91 95 / 22 20 09 07

LALIBELLA

Quartier Forever,
296, avenue des Kondona, Face
Plan Togo
Tel: 22 35 45 91 / 93 53 21 17

VIVA AFRICA

Quartier Kotokoukondji,
rue de véronica guest house,
Tel: 90 13 13 99 / 22 34 94 82

LARRY EVENT DAY

Quartier Nyékonakpoè, côté
sud-ouest de la Station Total
Tel: 99 73 21 96 / 90 35 87 80

LA MAISON DES GRILLADES

Tokoin forever, non loin du bar 3k
Tél : 90 49 01 47

BOUCHEE DU PALAIS

Dans l'enceinte du Palais de
Justice
Tel: 22 52 40 01 / 90 05 99 91

CHEZ GIULIA

Quartier Dekon, dans l'immeuble
AQUEREBURU
Tel: 22 34 36 73 / 90 04 43 18

LE TABLIER

Agoè Cacavéli, 2ème von à droite
après la pharmacie Shalom en
venant du carrefour Bodjona
Tel : 96 96 80 80 / 91 36 23 66

GRIGNOTINE

Quartier Cassablanca
Avenue du RPT
Tel: 22 20 66 56 / 90 04 34 28

NOPEGALI VIP

Bvd du 24 janvier en face de la
BTCI
Tel: 22 22 94 00

TAPIS ROUGE

Quartier Tokoin, Bvd Eyadema
Tel: 22 22 8 86

VIVI ROYAL

Quartier Nyékonakpoè
Tel: 22 22 20 27 / 99 47 60 53

CANTINE DE L'IFT

Dans l'enceinte de l'Institut
Français du Togo
Tel: 93 23 09 09

LA TABLE DU DG

Tokoin Cassablanca
Tel: 91 93 51 51

SNACKS & PIZZERIA

CI GUSTA

Avenue Nicolas Grunitsky
en face de la mairie centrale
Tél : 98 76 76 00

HYPE LOUNGE

Tokoin Ramco immeuble BOMACO
Tel: 93 53 66 28

LA BELGA

2ème rue à gauche après le
commissariat central
Tel: 90 32 45 45

AKWABA POOL BAR & GRILL

Hôtel 2février
Tel: 22 23 86 00

LE PHILIPAT

Rue de l'ogou
Tel: 22 22 02 01 / 90 04 06 42

PIZZERIA GREENFIELD

Quartier Tokoin Hôpital, rue Akati
Tel: 22 21 21 55

PIZZERIA SAN MARCO

Résidence la Caisse
Tel: 90 99 79 99 / 22 61 47 70
22 44 97 97

CHEF REZO PIZZERIA

Quartier ADIDOGOME Face station
Cap Esso
Tel: 22 39 05 85 / 90 36 85 06

ESPACE VIVA

Rue de l'ocam derrière Sté TAAL
Tel: 97 55 54 54

FACTORY

Avénou, Bvd du 30 Août, face
Pharmacie de la Cité
Tel: 91 19 15 15

LE MONO

Hôtel Sarakawa, Bvd du mono
Tel: 22 27 65 90

WINGS'N SHAKE

Totsi carrefour limousine /
Baguida 300m du monument

BALKAN

Carrefour CHR Kégué
Tel: 228 93 94 93 94

MR PIZZA

20141, Lomé
Tél : 91 59 99 99 / 97 90 11 11

MR SHAWARMA

Nukafu, Av. de la Paix, Rue de
l'Aéroport
Tél : 96 98 00 00

MR BURGER

20141, Lomé
Tél : 70 54 44 44

BONICI AFRICA

Lycée Français de Lomé
Tel : 93 45 45 45
Agoè 2 Lions
Tél : 92 32 32 32

RESTAURANT CHILI LOCO

Aéroport, Bd. de la Paix, en face de
CAT Togo
Tél : 92694343 - 98714343

RESTAURANT CHITIR

Boulevard circulaire 13 janvier
Dekon Lomé
Tél : 91 15 71 06

RESTAURANT 7 SPICES

143, Rue de l'Entente, (ex Rue de
l'Ocam) Antonio Nétimé
Tél : 91 72 11 11 / 96 72 11 11

FAST FOOD MR. DWICH

Agbalépédo non loin de la HAAC
Tél : 91 99 17 17

FAST FOOD BIG SANDWICH

Rue de l'Ocam,
Tél : 92 94 79 74

BOULANGERIE & PÂTISSERIES

LE CROUSTILLANT

Akodessewa Tel: 70 43 20 55
Boulevard Tel: 90 88 22 42
Hédzranawoé Tel: 92 33 34 12
Rue de l'Ocam Tel: 92 33 87 00

LE NIL

Hôtel 2 Février
Tél : 22 23 86 00

AGAPE TOGO

Quartier tokoin forever,
face Garage central
Tél : 22 26 17 74

BOMACO STE

Quartier Ramco
44, avenue de la Libération
Tél : 22 21 02 73

CROÛTE DOREE

Quartier Amoutivé
258, avenue Maman N'danida
Tél : 22 21 61 52

CROQUEMBOUCHE

Quartier Agbalépédogan
face station Total GTA
Tél : 22 25 14 46

CROISSANTERIE DU BOULEVARD

Quartier Dékon, Bvd du 13 Janvier
Tél : 22 22 66 67

LE SAMARITAIN

Quartier Hanoukopé, Bvd du 13
Janvier
Tél : 22 21 53 13 / 22 22 74 48

LE SAMARITAIN

Quartier La Caisse
Tél : 22 21 53 13 / 22 22 74 48

SAVEUR DU MONDE

Quartier Bè, rue de l'Entente (ex
Ocam)
Tél : 22 22 96 97

BISTROT GOURMAND

Quartier Djidjolé, rue du
Commissariat du 3ème
arrondissement
Tél : 90 83 59 37

OPERA

Bvd Faure Gnassingbé, Agoè
Anomé
Tél : 22 51 15 15 / 97 57

JUS DE FRUITS & SMOOTHIES

FRUTI FRESH

100m en quittant Espérance allant
vers le Marché de Hédzranawoé
Tél : 70 48 47 42 / 98 43 43 71

YELY DRINKS

Tél : 93 60 98 18 / 99 60 98 18

JAMAS

Tél : 96 88 47 44 / 90 43 87 86

AYIMOLOU ZOZO

TANTI KPÔKPÔRÔKPÔ

Tokoin Doumassessé-Adéwi

AYIMOLOU ZOZO RAMCO

Sens interdit allant à Tokoin Soted

ODUDÉKA OLADOUVÉ

Sito Aéroport

VÉRONON

Nyékonaipoé

DA VODOU

Bè rue de la poste en quittant le
marché

CONGO TÔ

Bè-kpota rue en face de
pharmacie 2000

EULOGÉ NÔN

Djidjolé

MAAMI

Agoè assiyéyè dans la ruelle de
microfinance Famer

MAGUI NÔN

Gblinkômé

BÊRÊBÉVI

Nukafu non loin de la Station T-Oil

DADO

Baguida

ALIDA NÔN

Rue de l'Ocam

AKOSS

Gblinkomegan

RAFA

Batômé

AMIYOYO TONTONVINO

Bè-Château

CHÉCHÉ NÔN

Tokoin habitat

ADJÔKÔ

Tokoin hôpital, rue de l'hôtel du
plateau

ADJOGAN

Derrière le garage Central

MAMAN A/D

Akodésséwa

où sortir?

LES BOITES DE NUIT

ALEYAH NIGHT CLUB (CENTRE FIL O PARC)

Quartier Agoè
Tel: 91 30 30 30 / 99 60 60 60

CALYPSO

Quartier Bè kpéhénou
Hôtel le Sphinx
Tel: 22 22 36 05 / 90 32 17 55

MONTECRISTO

Bvd du 24 janvier
Tel: 90 29 29 09

ASKE BAR

Hôtel 2février
Tel: 22 23 86 00

MIAMI 228

Avédji car. Limousine
Tel: 90 03 17 77

MAD COMPLEXE

Tokoin Wuiti à côté de CEG
Tel: 71 13 13 13

LOUNGES

ZANZIBAR

Bvd du 13 janvier, kodjoviakopé
Tel: 99 01 07 07

LE SELECT

Bvd du 13 Janvier
Tel: 91 03 91 03

LE NIL

Hôtel 2février
Tel: 22 23 86 00

3.14

134 Bd du 13 Janvier,
Tel: 79 51 97 97

COTTON CLUB

108, avenue Augustino de Souza
Tel: 22 35 53 76

LA VILLA

Quartier Nyékonakpoè
Av du 13 janvier
Tel: 23 38 41 17

OYO BAR

Au 27ème étage, Hôtel 2février
Tel: 22 27 65 90

ROOFTOP

DESI ROOF

Av du 24 janvier, Imm Ramco
Tel: 70 72 89 40

OPIUM

Rond point Total Totsi
Tel: 99 17 79 79

LE ROOFTOP

Bvd du 13 Janvier, Nyékonakpoè
au-dessus du Select
Tel: 91 84 67 46

BEACH CAFE

Bvd de la République,
Kodjoviakopé
Tel: 91 77 70 77 / 92 50 90 19

LE WHYNOT CLUB - TERRASSE

44 av de la Libération, Tokoin
Ramco
Tel: 22 48 17 32

ESTRELLA ROOFTOP

Nyékonakpoè,
à côté de la station Total
Tel: 99 73 21 96 / 90 35 87 80

24'VIBES

Rue de l'OCAM, Immeuble
Ex Oro Night Club
Tel: 98 61 23 23

HYPE

En face Mairie centrale de Iomé
Tel: 93 29 18 18

LA SUITE

Nukafu, Bvd Jean Paul 2
Tel: 70 54 38 94

MIAMI 228

Carrefour limousine, Avédji
Tel: 90 03 17 77

IOKA

Bvd 13 Janvier, Nyékonakpoè
Tel: 22 53 01 53

LE BEFORE & AFTER

Bvd Jean Paul II, Nkafu
Tel: 92 09 09 88

SNACK DOLCE PLAZZA

Agoè plateau
Tel: 93 70 33 33

BAR CONCERT EN LIVE

M'RODE

Quartier Bè, 88 rue d'assoli
Tel: 22 20 70 00 / 90 98 17 36

LES BARS OÙ JOUER DU BILLARD

LA CHUNGA

Immeuble Taba, Ex Privilège
Tel: 22 20 97 66 / 79 30 29 25

LES SALLES DE JEUX

LYDIA LUDIC

15 rue de l'Entente Beniglato BP:
30707 Lomé-Togo
Tel: 22 22 86 50

HARMONIE SIGNATURE

Résidence du Bénin - Caisse
Tel: 92 92 18 89

LES CAVES A VIN

LA CAVE DE LA REPUBLIQUE

Quartier Assivito, Avenue
13 janvier
Tel: 22 41 73 16

LA ROUTE DES VINS

Bvd du 13 janvier
Nyékonakpoè (face à la villa)
Tel: 22 20 85 15

FORCES 5

Spécialiste en Prosecco, vin
perlant italien
Tel: 90 62 80 81

GILLERICH

A 10m de l'entrée de l'hôtel
Todman à Cassablanca,
Tel: 90 77 96 95 / 90 08 44 94

CONCORDE

Quartier Atikoumé, avenue de la
chance, juste à côté d'UTB
RAMCO
Tel: 22 22 27 30

LE CHAMPION

Quartier Abatoire /
Bénigla- TO, rue du Lac Togo, en
face du restaurant marox
Tel: 22 23 15 50

GILLERICH

Bd du 30 Août, en face de l'agence
Orabank d'Avé Maria, Adidogomé
Tel: 90084494 / 90 77 96 95

RAMCO

Quartier Assivito, avenue de la
Nouvelle marche

FRUITS & LEGUMES

MARCHÉ ABATTOIR

Juste en face du supermarché
champion

MARCHÉ DE GOYI SCORE

Quartier djidjoli à côté du station
d'essence TOTAL
Tel: 22 48 88 80 / 90 32 09 90

MARCHÉ DE HANOUCOPE

POISSON

BO frigo

Quartier adidogomé la pampa

MANICO

Quartier adidogomé, juste après la
station CAP ESSO
Tel: 22 50 36 76 / 90 20 69 49

POISSONNERIE TOUT POUR TOUS

Pêcheur à domicile
Tel: 99 46 39 84

PORT DE PECHE

ZONE portuaire

LA VIANDE

LE CHAMPION

Quartier Abatoire/ Béniglatô, rue
du Lac togo, en face du restaurant
marox
Tel: 22 23 15 50

VIDA SARL

Tel: 90 98 13 68

MIDOU

Poulet Togolais
Livraison
Tel: 99 99 67 80 / 81

LA PART DU BOUCHER

Boucherie charcuterie
Quartier N'kafu, derrière OBA
Tel: 22 41 08 76

RAMCO

Quartier Assigantô, rue
koumoré
Tel: 22 21 24 81

SURGELES

HEISTAL BOUTIQUE

Bvd du 13 janvier (entre panini et
hi-speed)
Tel : 22 61 86 80 / 22 26 02 29

SITOU GLACES

(Glaçon alimentaire)
Baguida et Totsi
Tel: 91 40 25 08 / 22 41 93 92

AFRICAGEL

Quartier Cassablanca
Tel: 22 21 81 64

COUTURE STYLISME

BORIS WELLINGTON

Sito Aéroport, von face garage
de l'aéroport
Tel: 93 06 77 77 / 90 21 29 83

NADIAKA

Hanoukopé, Bvd circulaire
Tel: 90 10 14 14

CHRIS DE MENS

TOKOIN protestant,
331, rue kouyoria (derrière collège
protestant)
Tel: 91 57 41 76

CREDANIAH

Djidjoli, 2^{ème} von à droite après
l'école des SOURDS.
Tel: 90 16 37 60

DESMO DESIGN

Quartier forever
Tel: 90 04 16 78

ESAMOD

Quartier noukafu2, 2rue Ataloté
Tel: 99 47 05 95

TIMOTHE

TOKOIN trésor, avenue de la liberté,
Gbonvié
Tel: 90 09 42 82

STYLE CESAR

50, Bvd notre Dame des Apôtres
Tel: 90 04 74 91

INSTITUT VOLCANO

Quartier Administratif
123, rue des sabliers, derrière Fedas
Assurances
Tel: 99 44 09 44 / 91 58 01 02

JEY FASH

Bè Gbenyedji, Rue des Lauriers
Tél : 99 22 04 62

G'NANTIN BY NINI

Quartier Kégué, face entrée Lomé 2
Tél : 96 91 20 20

CHAUSSURES & ACCESSOIRES

DAKROL CREATIF

Quartier Tokoin
Doumasséséé
Tel: 90 12 46 39

ELSA ACCESSOIRES

Quartier Nyékonakpoè
Bvd du 13 janvier
A côté de la clinique ALODO
Tel: 92 11 99 66

FANTASY SHOP

Rue du commerce, face BTCI
grand marché
Tel: 22 33 37 00 / 90 00 88 53

PERLES ET PAGNES

Mezzanine Hôtel 2février
Tel: 92 67 80 15 / 98 84 95 00

VETEMENTS ET

ENFANTS CHEZ KYP

Quartier Dékon
Bvd du 13 janvier en face de la BTCI
Tel: 22 20 77 37

METIS TOUCH

2746, avenue de la libération,
à 50m de la Bamaco, Quartier
Tokoin ramco
Tel: 92 21 39 84

OLD NAVY

Quartier Wuiti, Bvd Jean Paul 2
Tel: 91 25 56 82

CATIMINI KIDS

Quartier Hanoukopé
Bvd circulaire face, ancien Lonato
Tel: 90 04 17 03 / 97 16 46 46

BB CÂLIN

Quartier Tokoin protestant
1538, bvd de la Victoire
Tel: 22 46 18 07

NAGSVILLE KIDS

Bvd du 13 janvier à côté de la
clinique ALODO-TAY
Tel: 91 83 72 48

BILITIS FASHION

Totsivi
Tél : 91 92 52 02

EDEM SHOES

Agbalépédogan
Tél : 92 69 59 59

MARCHE DE FRIPERIE

MARCHE DE HEDZRANAWOE

Animé tous les lundi et jeudi

SHOPPING PRÊT A PORTER

EMPREINTE BY ZARA

Palm beach / Immeuble TABA
Tel: 90 01 63 95 / 98 50 93 60

NADIKA

Quartier Nyékonakpoè,
2283, Bvd du 13 janvier
Tel: 90 10 14 14 / 23 38 41 41

BOUTIQUE VLISCO/ WOODIN

Avenue Sylvanus Olympio
Tel: 22 21 28 00

ESMERALDO

Quartier Tokoin soted, rue des
Hydrocarbures
Tel: 22 35 60 51

MEGGY STORE

Quartier Dékon, face Diamond
Bank
Tel: 22 21 53 53

ZERA BOUTIQUE

Hall Hôtel IBIS
Tel: 97 77 83 83 / 22 32 87 23

K-LEBASSE

125, Avenue de la Liberté
Tel: 98 18 68 58

DRESS UP

Avenue François Mitterrand
Nyékonakpoé
Tel: 90 94 45 63 / 99 25 39 01

KANAL BOUTIQUE

Bvd du 13 janvier
Tel: 23 20 68 03 / 90 04 54 82

NOUVELLE MODE

Quartier Nyékonakpoè, Bvd du 13
janvier
Tel: 90 11 52 97 / 22 57 18 78

AMY BOUTIQUE

Avenue Sédar Senghor sur le pavé
en face de SOS Village d'enfants

BOUTIQUE MABLE

AGBODAN

Cerfer, Route de l'aéroport
Tel: 22 60 85 86

METAMORPHOSE CREATION

Soted non loin de la poste
Tel: 90 04 52 32 / 22 45 67 99

DZIDZOGBE

Quartier Forever derrière la clôture
du garage central
Tél : 92 80 87 04

CHICHI HOUSE BY KS

Bd Jean Paul II, Tokoin Nukafu
Tél : 99 17 17 27

FIMO228 LA BOUTIQUE

Bvd du 13 Janvier, face Im. Fiata
Tél : 90 43 75 75

DISTINCTION BY ABS

Nyékonakpoè face UTB circulaire, à
à côté du Supermarché Champion
Tél : 90 69 69 39

DISTINCTION ONLY FOR BOSS

Adidoadin non loin du collège les
éléphanteaux, face rue Etrab.
Tél : 90 69 00 89

LINGERIE

HORSE GASMIK

www.horsegasmik.com

CLAUDIA LINGERIE

Agbalépédo, à côté du Monument
grand oeuf blanc
Tel: 91 63 16 51 / 97 01 02 02

VIE PRIVEE

Avenue pas loin de calais face la
pharmacie pour tous

LE BOUDOIR DE LOU

Bvd Jean-Paul II, Direction Kégué
à 80m de l'ambassade du Gabon
Tel: 70 40 32 20 / 99 11 48 88

MARCHES & BOUTIQUES D'ARTISANAT

JACQUIE CREATIONS

Quartier kodjoviakopé
Rue delta
Tel: 90 04 59 51

CAFE YORBA

Quartier Forever, rue après
pharmacie Yembla

PERLES WISTYLE

A 100m du grand REX
Tel: 90 07 35 07 / 97 29 76 02

BILOKO

Quartier Kodjoviakopé
353, rue Delta
Tel: 90 17 01 81

COMPLEXE ARTISANAL APOTO

Quartier Tokoin novissi
64, rue des pasteurs
Tel: 90 04 90 39

ETS LES TULIPES

Marché de Hédranawoé
Tel: 99 47 86 74 / 90 26 85 90

EXOTIKA

Tel: 90 13 25 72 / 92 22 63 99

KUAMBA

1er von à droite après frigo heistal,
En venant de 3K.
Tel: 92 27 82 47

VILLAGE ARTISANAL

Quartier des Etoiles ,
Avenue de la Nouvelle Marche
Tel: 22 21 68 07

LES BONNES TROUVAILLES

Quartier Gbonssimé
Bvd de la Kara à côté d'extra
beauty
Tel: 22 43 95 55

ETS SAPROT

Route de kpalimé, à 100m du
grand collège des plateaux
Tel: 90 03 44 05 / 98 37 15 42

BOUTIQUE MABLE

AGBODAN

Cerfer, Route de l'aéroport
Tel: 22 60 85 86

MARELLA Mercerie

Avenue de la Libération
Tel: 93 41 25 25 / 93 38 07 37

ACHAT DES JOUETS

LA MAISON DES JOUETS

Face station shell Nukafu
Tel: 22 30 96 69

ATMOSPHERE DECO

Bvd, Eyadéma en face du bvd de la Kara
Tel: 22 42 79 13

ORCA DECO

Bvd du mono à 100m de Sarakawa l'hôtel
Tel: 93 38 11 88 / 97 81 30 30

DECORATION EMBALLAGE - AMEUBLEMENT

ANAÏS CONCEPT

558, avenue Kleber Dadjo quartier des Étoiles
Tel: 90 12 31 48 / 23 20 36 37

ENVERGURE

Tel: 90 10 39 01 / 22 56 82 80

GALERIE CONFORTIUM

Bvd 13 janvier
Tel: 22 21 99 90 / 22 20 25 26

ATMOSPHERE DECO

Angle du bvd Eyadéma, avenue Léopold Sédar Senghor
Tel: 22 42 79 13

ORCA DECO

Bvd du mono à 100m de Sarakawa hôtel
Tel: 93 38 11 88 / 97 81 30 30

PROMOSTORE DECO

Bvd du 13 janvier, près du commissariat centrale
Tel: 22 20 80 29 / 90 06 68 44

T.M.B SA

Quartier Tokoin St Joseph 4&6, bvd de la paix-Tokoin
Tel: 22 21 06 77

SID

Tokoin Protestant face à l'imprimerie ATP
Tel: 97 44 66 66 / 93 24 37 37

ELECTRO-MENAGER

ELECTROWORLD

1488, bvd des armées, quartier Tokoin annexe, bvd de la République
Tel: 22 32 49 90 / 93 29 61 03

RAMCO

Quartier Assivito, avenue de la Nouvelle Marche

GALERIES

GALLERY DE A à Z

Bvd du 13 janvier
Tel: 22 20 31 70

BELLE AFRICA

Quartier Tokoin soted, avenue des Hydrocarbures
Tel: 22 21 04 56

GALERIE FOUND IN AFRICA

51, avenue de la Libération prolongée
BP: 7418 Lomé Togo
Tel: 90 16 79 60

LE LOFT

Quartier Assigantô, avenue Sylvanus Olympio
Tel: 22 21 15 11

MYOSOTHIS

Sur les arcades de l'hôtel Sarakawa
Tel: 90 15 81 20

GALERIE FABÀ

200m du lycée technique d'Adidogomé
Tel: 99 63 41 00 / 90 13 29 77

GALERIE PLURAL

Quartier Assivito, ex immeuble Cfao / Togo
Tel: 93 82 54 01

PARFUMERIE

PARFUMERIE EN VILLE

Immeuble Ramco, Assivito
Tel: 91 91 07 07

ESPRIT CADEAU

Cosmétique Parfumerie
Bvd du 13 janvier face Eglise Baptiste
Tel: 92 00 07 07

SHOPPING DE PARIS

Immeuble belle vue (face bassin caméléon) Agbalépédogan
Tel: 92 82 33 97 / 22 40 84 60

RAMCO

Quartier Assigantô, rue Koumoré
Tel: 22 20 20 03 / 22 20 20 04

ANIMAUX DOMESTIQUES

SYMAR

Quartier Tokoin forever, bvd Eyadema
Tel: 22 26 01 68

TELEPHONIE & INFORMATIQUE

OKINGSLAND

Quartier Nyékonakpoè, avenue Joseph Strauss face station Total
Tel: 22 21 52 49

ALO MOBIL

Immeuble Elatsa
Quartier Dékon
Tel: 22 20 77 74 / 92 80 11 11

SOCIETE TOGOLAISE DE NOUVELLES TECHNOLOGIES

Quartier Tokoin ramco
Tel: 22 22 25 43 / 22 22 00 65

ENTRETIEN & HYGIENE

SERVICE PLUS

Quartier Nyékonakpoè
Tel: 22 20 39 24 / 99 47 81 81

OXYGENE

Quartier Attikoumé
Tel: 96 13 02 64

ASSISTANCE HYGIENNE PHYTOSANITAIRE

Tel: 22 61 40 04 / 90 03 40 04 / 99 51 39 49

AS ONE

Avenue Akei
Tel: 22 26 54 58

GARDIENNAGE & SECURITE

STPS

Quartier Avédji Wessomé
Tel: 22 51 85 89 / 90 81 71 71

TOGO INTERIM

Aflao gagli
Tel: 22 51 88 32 / 22 51 88 33

GPS SA

Route A3 d'Akodéssewa, non loin de Sivop, zone portuaire
Tel: 99 86 41 86

INTER-CON SECURITY

Rue de l'Ocam, Souza Nétimé,
Tel: 22 21 00 58 / 22 21 64 12

COMPAGNIES AERIENNES

AIR FRANCE

Tel: 22 23 23 23 / 22 23 23 18

ROYAL AIR MAROC

Tel: 22 23 48 40 / 22 23 48 48

AIR BURKINA

Tel: 22 20 18 44 / 22 22 18 46

EIBA

INTERCONTINENTAL

Tel: 23 20 99 39 / 90 14 60 98

ETHIOPIAN AIRLINES

Tel: 22 21 67 13 / 22 21 70 74

ASKY

Tel: 22 23 05 05

AIR CÔTE D'IVOIRE

Tel: 22 22 52 25

BRUSSELS AIRLINES

Tel: 22 23 18 00

HORAIRES DES VOLS SUR INTERNET

<http://aeroportdelome.com/horairesdesvols/>
<http://salt.tg/horairesdesvols/>
<http://www.aeroportdelome.com/>

OPTICIENS

DIVINE OPTIQUE

Bvd du 30 Août
Tel: 90 02 42 54

TOGOPTIC

Lunetterie médicale
950, avenue de Calais
Tel: 22 22 01 31 / 22 22 18 02

OPTIQUE VISION +

5, rue du grand marché
Tel: 22 21 91 70 / 90 01 56 27

CABINET D'OPTIQUE OPHTALMIQUE

Wossinu Quacoe depuis 1958
889, avenue Maman N'Danida
Tel: 22 20 28 36

FASHION VISION AFRIQUE

Avenue du 24 janvier face Fréau jardin
Tel: 90 01 56 27 / 22 20 77 89

OPTIQUE A DIEU LA GLOIRE

Tel: 22 20 71 83

KRYSTAL OPTIQUE

Lunetterie médicale
Bvd du 13 janvier (face CNTT)
Tel: 22 22 96 96

IMMOBILIER

AGL IMMOBILIER

43, rue burgeaud
Tel: 22 20 74 35

CONFORTIS IMMOBILIER & BTP

Quartier Agbalépédogan-GTA
immeuble DEROU & partner
Tel: 23 38 64 03 / 92 67 13 14
22 25 02 63

DELA IMMOBILIER

Quartier Hanoukopé,
89, avenue de la libération
Tel: 22 20 02 20 / 90 04 07 07

IGOE IMMOBILIER

Novissi & Hanoukopé
Tel: 22 22 85 26 / 91 35 42 35

FABIO IMMOBILIER

Djidjolé
Tel: 22 25 11 10 / 93 47 01 08

YOUSSEF BUSINESS IMMO

Rue des Castagnettes en face de la Gare routière
Tel: 90 27 38 21 / 90 39 65 52

AGENCES DE

VOYAGE

ODYSSEE VOYAGE

Immeuble Ramco, Assivito
Tel: 22 21 80 26 / 90 77 17 69

EXPRESSIA VOYAGE

Quartier Nukafu, Bvd Jean Paul II
Tel: 22 61 66 16

ALBA TRAVEL VOYAGE

321, Avenue N.Grunitzky
Quartier Nyékonakpoè
Tel: 22 20 41 60 / 22 22 13 43

CEIBA

INTERCONTINENTAL

Palm beach, immeuble Taba
Tel: 23 20 99 39 / 90 14 60 98

SATGURU

Bvd de la République
Tel: 22 20 64 87 / 22 20 88 01

AIR OUEST VOYAGE

Assivito
Tel: 22 20 40 88 / 22 22 52 52

OCEAN TRAVEL

Immeuble Taba
Tel: 22 21 65 30 / 22 22 09 46

PACIFIQUE VOYAGE

Rue Aképé, Bvd Léopold Sedar Senghor, Tokoin Wuiti
Tel: 22 61 12 13

ELIYSHA VOYAGES

Tokoin protestant, Bvd du 30 Août
Tel: 22 20 64 94

LOCATION DE VOITURES

AFRICA AUTO

Quartier Nyékonakpoè
Tel: 22 22 28 51

BUDGET

Quartier lycée de tokoin
Bvd Eyadema CFAO Togo
Tel: 22 23 31 00 / 22 21 20 79

HERTZ

Agence aéroport
Tel: 22 26 66 36 / 90 17 67 65

EUROPCAR

2295 rue de l'Entente
Tel: 22 20 77 02 / 98 01 10 88

AFRICAB

100, rue de Ocam
Tel: 90 85 55 55 / 98 39 33 33

SITOU MOTORS

Cerfer, 1ère rue à droite après les feux tricolores, allant vers Amina
Tel: 98 86 41 40

KENOO GROUP SARL-U

Adidogomé, Avénou en face d'Adkontakt
Tél : 90 00 80 14 / 99 67 02 67

HORS DE LOME

REGINA THE PEARL

Rue Stade de Kpota, Aného n2
Tel: 93 33 39 39

HÔTEL LE LAC

Agbodrafo
Tel: 90 36 28 58

RESIDENCE MOERIS

Kpéssi, route d'aného
Tel: 93 44 73 73 / 96 35 35 35

HÔTEL LA LINETTE

Agbodrafo
Tel : 22 32 34 32 / 23 39 49 01
91 34 18 81 / 90 05 27 77

HÔTEL AU ROYAUME KING VILLAGE

Agbodrafo
Tél : 93 05 44 44 / 93 66 79 89

CHEZ FANNY

Hôtel-Restaurant kpalimé
Tel: 24 41 00 99 / 90 05 28 52

CHRISTAL HÔTEL

Kpalimé
Tel: 90 17 83 78

MIADJOE

Pont d'Aného
Tel: 70 58 48 48

OPERATEURS TELEPHONIQUE

MOOV AFRICA TOGO

Bvd de la Paix, Quartier Super Taco
Tel: 22 20 01 01

YAS

Place de la Réconciliation
Quartier Atchanté
Tel: 22 21 44 01 / 22 53 44 00

SANTE GENERALISTES

CLINIQUE CARDIOLOGUE ALYAH

Tel: 90 38 35 05 / 90 76 59 06

LABORATOIRE DAS LABOR

Tel: 92 61 05 05

DR CORINNE JOULLIN-KARKA

Tel: 22 23 46 77

CLINIQUE BIASA

Tel: 22 21 11 37

CLINIQUE SAINT RAPHAËL

Tel: 22 25 92 77

CLINIQUE DE L'AEROPORT

Tel: 22 26 90 12

CHU TOKOIN

Tel: 22 21 25 01 / 22 25 77 68

CHU CAMPUS

Tel: 22 25 47 39 / 22 25 77 68

CLINIQUE BARRUET

Tel: 22 21 21 97 / 90 08 73 03

CLINIQUE UNIDIAL (HÉMODIALYSE)

Tel: 93 97 20 20 / 23 36 01 00

CABINET D'OPHTAMOLOGIE DODAVA

Tel: 91 38 70 35 / 90 12 98 81

ASSURANCES

NSIA

Rue Brazza, derrière la Grande Poste
Tel: 22 23 49 00 / 22 20 81 50

SANLAM

10, Avenue Syvanus Olympio
Tel: 22 21 79 91 / 22 22 93 64

GRAS SAVOYE

Bvd du 13 janvier, immeuble Gras Savoye
Tel: 22 21 35 38 / 22 21 53 16

GRAS SAVOYE

Rue de la Chance,
Agbalépedogan
Tel: 22 51 06 07 / 22 50 02 29

GTA C2A

Route Atakpamé
Tel: 22 25 22 57 / 90 70 00 10

SUNU ASSURANCES

Bvd du 13 janvier,
immeuble SUNU (ex UAT)
Tel: 22 21 10 33

LA CITOYENNE VIE SA

Immeuble BAGE
Avenue Pya
Tel: 22 25 47 24 / 79 74 06 06

TRANSVIE

Nyékouakpoè, Bvd du 13 Janvier
Tel: 22 22 22 55 / 99 60 00 00

CIF ASSURANCE VIE

Avenue de la Chance,
Bretelle Klikamé, Attikoumé
Tel: 22 20 52 94 / 22 20 52 95

FIDELIA ASSURANCE

93, Bvd du 13 janvier
Tel: 22 20 74 94 / 22 20 76 75

COURRIER EXPRESS

DHL

Nyékouakpoè,
Tel: 22 21 68 51 / 22 21 67 25

EMS TOGO

Tel: 22 26 70 51

FEDEX

Bvd du 13 janvier
Tel: 22 21 24 96

TOP CHRONO

Assigantô,
Tel: 22 21 73 68

GN

Immeuble Palm Beach
Tel: 22 21 83 45 / 99 07 30 22

AGL TOGO

Rue du commerce
Tel: 22 22 41 26 / 90 30 79 79

SOCIÉTÉ D'INVESTISSEMENT

SGI TOGO

4691, Bvd Gal Gnassingbé Eyadéma
Tel: 22 53 33 30 / 70 76 55 57

Que faire à Lomé?

LES PLAGES

BLUE TURTLE BAY

Entrée à droite après Sarakawa
Tel: 70 00 40 01

COCO BEACH

Zone Portuaire
Tel: 22 71 49 37

PETIT BRUSSELS

Quartier Baguida
Tel: 70 50 50 50

PURE PLAGE

Quartier Baguida, à droite
après usine Picos
Tel: 92 96 56 48

MARCELO BEACH

Quartier Baguida
Tel: 22 27 21 55 / 93 67 67 67

NEW RAMATOU PLAGE

Zone portuaire Lomé
Tel: 22 41 53 39 / 92 88 03 58

NOVELA STAR

Avepozo, route Lomé - Cotonou
Tel: 22 71 00 08

ROBINSON PLAGE

Juste après le pont du port
Tel: 22 27 58 14

DANSE

COURS DE CAPOEIRA

Salle de GYM TONIC
Tel: 90 79 79 90

SALSA

Club Salsa 7
Centre Henry Motra
Tel: 91 70 61 86

ECOLE DE DANSE MARIA DEL PILAR DE SOUZA

5ème étage de l'hôtel IBIS
Tel: 91 89 03 76 / 90 05 43 94

VITAL CLUB

Cours de ZUMBA

Nana BLAKIME
Tel: 90 30 38 75

JADYS ZUMBA FITNERSS

Quartier Bè - 27, bd Félix H. Boigny,
rue Monata
Tel: 92 02 43 46 / 99 44 13 01

LA CROQ'EN TINE

Quartier Nyékonakpoè
113, rue Masséda Face entrée lycée
Français
Tel: 22 21 74 52 / 90 14 49 94

CENTRE BRIN DE CHOCOLAT

Danse Hip Hop et contemporaine
centre brin de Chocolat
Tel: 91 16 92 27

CARMEN DANSE

Bd Sédar Senghor
Tel: 99 72 67 37

CIE CADAM

Danse Traditionnelle Africaine
Tel: 90 15 39 87

SALSA LOME

Tel: 91 21 97 48 / 90 91 38 34

DANSE DE SALON ET MODERNE

Ecole Alpha Star et Starlette
Quartier Tokoin Hôpital
Tel: 22 22 24 68 / 99 11 11 11

DANSES TRADITIONNELLES ET MODERNES

Ecole EDTMC, Quartier Forever
Tel: 22 26 55 23 / 90 25 10 96

DANSE MODERNE, AFRICAIN ET TRADITIONNELLE

Lycée de Tokoin
Tel: 99 48 93 88

MOTO ET KARTING

TOGO MOTO CROSS

Face au Golf Club d'Agoènyivé
Tel: 90 17 95 07

L'AFRIKLUB

Quartier Kégué entre CHR et la FTF
Tel: 92 52 24 40

AVIATION

AERO CLUB DU GOLF

Route de l'aéroport
Tel: 93 34 76 39

CENTRE DE LOISIRS

HARMONIE SIGNATURE

Résidence du Bénin - Caisse
Tel: 92 92 18 89

CENTRE AERE DE LA BCEAO

Route Nationale N°3 à côté de Ghis
place
Tel: 22 27 28 27

CLUB HIPPIQUE DU TOGO

Aéroport inter Gnassingbé -
Eyadéma
Tel: 91 58 01 60

CENTRE DE LOISIRS FIL O PARC

Route Nationale N°1 Agoènyivé
Tel: 22 35 18 28

CENTRE AERE DU CERFER

Quartier Nukafu-zone
Aéroportuaire
Tel: 22 34 99 42

TATA PARK

Quartier Attiégon
Tel: 90 41 12 12

ESPACE VIVA

Rue de l'Ocam derrière Sté TAAL
Tel: 97 55 54 54

EDEN GARDEN

Quartier Cacavéli
Tel: 22 19 22 13 / 97 91 36 36

FUNNY PARK

Face Queen Store Agoè Anomé
Lomé
Tél : 92 11 01 10

ADRENALINE PAINTBALL CLUB TOGO

Adétikopé - Tsevié
Tél : 70 12 42 38

EQUITATION

CLUB HIPPIQUE DU TOGO

Aéroport international Gnassingbé Eyadema
Tél: 91 58 01 60

MUSCULATION MASSAGE

STUDIOFIT

Résidence du Bénin - Caisse
Tél: 96 29 77 77

BODY-BUILDING CLUB

Rue des Hydrocarbures
Tél: 90 24 10 72

GYM CENTER

Quartier Nyékonakpoè
Avenue Joseph Strauss
Tél: 90 04 76 60

GYM FIL «O» PARC

Quartier Agoè-Nyivé
Route nationale N°1
Tél: 22 35 18 28

GYM GHIS PALACE

Quartier Baguida
Tél: 22 71 49 70/71

FITNESS CENTER

Quartier Hanoukopé
Rue des Cocotiers
Tél: 22 20 69 87

GYM CENTER

Quartier Tokoin Hôpital
Rue Kolina
Tél: 22 21 59 51 / 90 32 08 16

GYM PALACE

Hôtel PALM BEACH 1, bvd de la République
Tél: 22 21 85 11

VITAL CLUB

Quartier Antonio Nétimé
Bvd du 13 Janvier, rue des Flaments
Tél: 90 30 38 75

LES PISCINES

HARMONIE SIGNATURE

Résidence du Bénin - Caisse
Tél: 92 38 42 89

HÔTEL 2 FEVRIER

Place de l'indépendance
Tél: 22 23 86 00

FIL O PARC

Route National N°1 Agoènyivé
Tél: 22 35 18 28

HÔTEL LE PELICAN

2rue, la Roche, Quartier Ablogamé
Tél: 22 71 95 16

HÔTEL SAKAKAWA

Bd du Mono
Tél: 22 27 65 90

LE NAUTILUS

Quartier Tokoin Forever
Tél: 22 26 34 79 / 90 17 03 30

PURE PLAGE

Quartier Baguida, après unsine Picos
Tél: 92 96 56 48

MARCELO BEACH

Quartier Baguida
Tél: 22 27 21 55 / 93 67 67 67

AQUAGYM

HARMONIE SIGNATURE

Résidence de la caisse
Tél: 92 92 18 89 / 92 38 42 89

HÔTEL SAKAKAWA

Tél: 22 22 34 88

ECOLE DE MUSIQUE

OPUS ACADEMY

Derrière l'hôtel Concorde Adidoadin
Tél: 92 30 60 60 / 92 30 59 59

LE CLAVECIN

221 Rue, Casablanca
Tél: 90 52 12 17

LA BELLE MELODIE

4107, bvd du 13 Janvier
Tél: 22 22 34 88

GOLF

GOLF CLUB DU TOGO

Route d'Atakpamé à Agoènyivé

SOINS DE BEAUTE

VALDINE BEAUTÉ

Lomé Togo
Tél: 90 04 33 22



BODY SHOP

64 Av, de France
Quartier Dékon près d'ALO Mobile
Tél: 90 63 17 81

DOIGTS DE FEE

Adidogomé
Tél: 90 13 33 82

CINDY FASHION

Quartier Nyékonakpoè face au lycée Français
Tél: 92 94 01 97 / 99 29 88 81

DOUCHE HEUR

Quartier Nyékonakpoè
Face ANPE après Brussels Airlines
Tél: 22 26 90 93 / 99 98 04 00

ESPACE COIFF' BETTY

Bvd Gnassingbé Eyadema
En face du bd de la kara
Tél: 22 26 90 93 / 22 26 57 12

SWEET NAIL'S ONGLERIE

Quartier Adoboukomé non loin du grand Rex
Tél: 93 31 91 39 / 98 53 84 34

INSTITUT AFRICAN LADY

Tokoï - Sotéd
Tel: 22 22 82 74

INSTITUT BEBELLA

Sotéd
Tel: 22 22 26 90

IN SALON

Bd du 13 Janvier
Tel: 91 13 50 43

EFIA'S GARDEN

Von face Total Minamadou 1,
Tel: 90 20 05 99

CHEZ AMA'S

Quartier Totsi,
Von de la pharmacie Solidarité
Tel: 92 18 92 69

SALON DE COIFURE J'STYLE

Laurence (Mixte), rue de l'Entente
Tel: 22 21 39 53 / 90 12 87 50

LE TEMPS D'UN SOIN

Derrière l'ancien immeuble
Air Burkina Quartier Wuiti
Tel: 93 98 63 28

QL'S PHARM A PEAU

Rue hôtel BALKAN Kégué
Tél: 90 00 22 00 / 90 15 44 55

SALON D'ELLA

Derrière lycée Français
Tel: 90 17 97 87

SALLE DE CINEMA

CANAL OLYMPIA MIDÈ

Bluezone de Cacavéli
Tel: 93 40 44 63

CANAL OLYMPIA GODOPÉ

Tokoï (Le Togo)
Tel: 98 34 83 52

CINEMA GREENFIELD

Quartier Tokoï hôpital
Tel: 22 21 12 55

CFPH ANCILLA

Tokoï Forever
Avenue kondona
Tel: 22 26 53 05

BIEN-ÊTRE

24 HEURES DE BONHEUR

Nukafu - 919 Bvd Jean Paul 2
Tel: 98 11 10 08

CENTRE D'ACUPUNCTURE CHINOIS

Tokoï hôpital, dans la rue du
restaurant Greenfield
Tel: 90 90 90 70

CABINET ADITI

Réflexologie - Naturopathie
Tel: 90 90 50 60

CENTRE DE KUNDOULANI YOGA

Quartier Tokoï Hôpital
Massage, guérison, relaxation,
amaigrissement,

EVA WAGNER

Tel: 91 45 86 45

ETS RIMOUSKI

Vente d'huile et beurres
Avenue de la libération à côté de
BOMACO
Tel: 99 47 77 20

KINESITHERAPIE- MASSAGE ET REEDUCATION FONCTIONNELLE

Tel: 90 03 79 10 / 22 32 00 13

LES HUILLERIES LAKALFAN VEGETALES BIO

Quartier GTA
Tel: 90 04 02 72 / 90 82 33 26

CLUB DE JEUX PLAY

BOWLING CLUB

Résidence du Bénin - Caisse
Tel: 70 81 11 11

BIBLIOTHEQUE

BIBLIOTHEQUE NATIONALE

Quartier Admi
Tel: 22 21 04 10

CENTRE CULTUREL

LOYOLA

Quartier Agoè en face
Camps FIR
Tel: 90 64 80 77

INSTITUT FRANÇAIS DU TOGO (IFT)

Quartier Administratif
Tel: 22 53 58 00

ESPACES CULTURELS

CENTRE BRIN DE CHOCOLAT

Quartier kodjoviakopé
Tel: 22 20 06 59 / 90 04 32 86

CENTRE DENYIGBA CULTURE

Quartier Agoè
Tel: 97 09 79 79

CENTRE CULTUREL LOYOLA

Quartier Agoè
Tel: 90 64 80 77

CENTRE ODAYE

Quartier Hédzranawoé
Tel: 90 64 80 77

ESPACE CULTUREL LEVEL

Quartier Adjnamoto
Derrière Café Informatique
Tel: 91 95 59 95

INSTITUT FRANÇAIS DU TOGO (IFT)

Quartier administratif
Tel: 22 53 58 00

ESPACE FIL BLEU

Tel: 90 97 44 64 / 90 30 09 22

GOETHE INSTITUT

Quartier Adawlato
Tel: 22 23 30 60

LIBRAIRIE

LIBRAIRIE BON PASTEUR

Quartier Assiganto
Avenue Sylvanus Olympio
Tel: 22 22 26 66

LIBRAIRIE BONNE SEMENCE

Quartier Ave Maria
Avenue du 30 Août

LIBRAIRIE STAR

Rue du Lac Togo
Tel: 22 22 74 83 / 92 73 64 11

MAISON D'EDITION

GRAINES DE PENSEES

Quartier Nyékonakpoé,
30, bvd du 13 janvier
07 BP 7097
Tel: 22 22 32 43 / 90 32 33 20
97 36 47 47

MANNEQUINAT & HÔTESSE

ALLURE MODE AGENCY

Tel: 90 26 39 23

CHALLENGE MODELING AGENCE

Tel: 92 27 91 66

MAKE UP ARTIST

DODO MAKE UP

Tel: 91 92 69 10 / 97 27 96 27

YVANA TOUCH

Tel: 91 31 31 36

KRIS MAKE UP

Tel: 91 03 98 82

AMBASSADES & CONSULATS

AMBASSADE DES ETATS UNIS

Tel: 22 61 54 70

AMBASSADE D'ALLEMAGNE

Tel: 22 23 32 32

AMBASSADE D'ANGOLA

Tel: 22 20 96 58

AMBASSADE DE FRANCE

Tel: 22 23 46 00

AMBASSADE D'EGYPTE

Tel: 22 21 24 43

AMBASSADE DE NIGERIA

Tel: 22 21 60 25

AMBASSADE DE CHINE

Tel: 22 61 40 88 / 22 61 63 70

AMBASSADE DE GABON

Tel: 22 26 75 63

AMBASSADE DU GHANA

Tel: 22 21 31 94

AMBASSADE DE LIBYE

Tel: 22 61 47 09

AMBASSADE DU NIGER

Tel: 22 26 47 15

AMBASSADE DE RDC

Tel: 22 21 42 33 / 22 21 51 55
(Consulat) / 90 06 63 00

AMBASSADE DU BRESIL

Tel: 22 61 56 58 / 59

AMBASSADE DE TURQUIE

Rue Littimé
Tel: 22 20 31 06

AMBASSADE DE L'ORDRE SOVERAIN MILITAIRE DE MALTE

Tel: 22 21 58 11 / 22 21 68 32

UNION EUROPEENNE

Tel: 22 23 09 09

CONSULAT D'AUTRICHE

Tel: 22 20 89 35

CONSULAT DE BELGIQUE

Tel: 22 21 03 23

CONSULAT DU BENIN

Tel: 22 20 98 80

CONSULAT GENERAL DU BURKINA FASO

Tel: 22 26 66 00

CONSULAT DE LA CENTRAFRIQUE

Tel: 23 36 95 45

CONSULAT DE LA REPUBLIQUE DE CÔTE D'IVOIRE

Tel: 22 22 24 40

CONSULAT D'ESPAGNE

Tel: 23 81 33 09 / 22 22 29 00

CONSULAT DE FRANCE

Tel: 22 23 46 40

CONSULAT DE GRANDE BRETAGNE

Tel: 22 22 20 94 / 22 22 27 14

CONSULAT D'ISLANDE

Tel: 22 25 06 08 / 22 21 22 06

CONSULAT DE L'INDE

Tel: 22 22 30 04 / 22 21 24 32

CONSULAT DE NORVEGE

Tel: 22 27 08 59 / 98 31 32 39

CONSULAT DU PAKISTAN

Tel: 22 61 33 57

CONSULAT DE LA ROUMANIE

Tel: 22 21 79 31 / 22 21 79 36

CONSULAT DE SUISSE

Tel: 22 20 50 60

CONSULAT DU SENEGAL

Tel: 22 22 98 35



BON & FRUCTUEUX MOIS DE JUN

NUMEROS UTILES

DÉRANGEMENT ET SAV

Tel: 119

PROTECTION DE L'ENFANT

Tel: 111

HORLOGE PARLANTE

Tel: 116

DOUANES

Tel: 22 21 26 57 / 22 26 81 73

GENDARMERIE

Tel: 22 21 26 05 / 37 / 35

POLICE SECOURS

Tel: 117 depuis un poste fixe, 161 depuis un mobile ou 22 22 21 21 / 22 22 32 47

SAPEURS POMPIERS

Tel: 118 / 22 21 67 06 / 22 22 00 04

COMMISSARIAT CENTRAL

Tel: 22 21 28 91

SURETE NATIONALE

Tel: 22 21 21 21

AMBULANCE

Tel: 22 21 25 01

PREFECTURE DU GOLFE

Tel: 22 21 16 19 / 22 21 29 23

CHAMBRE DU COMMERCE D'INDUSTRIE DU TOGO

Tel: 22 21 70 65

DIRECTION GENERALE DES IMPÔTS

Tel: 22 21 56 26 / 22 21 26 66

DIRECTION DE LA PROMOTION TOURISTIQUE

Tel: 22 21 43 13 / 22 21 56 62

AGENCE DE PRESSE (ATOP)

Tel: 22 21 25 07

COURS SUPRÊME

Tel: 22 21 73 73

SERVICE ACCUEIL AEORPORT

Tel: 22 23 60 60 / 22 23 60 61

AGENCE NATIONALE DE L'AVIATION CIVILE

Tel: 22 26 37 40

S.A.L.T.

Tel: 22 23 60 60 / 22 23 60 61

METEOROLOGIE

Tel: 22 26 48 06



MI SO
Gbéa



**Ohana
Africa**

Together for Good

Get Started





yas

Mégas Kozoooh

Pour en faire plus et avoir
la possibilité de gagner 200%
de bonus et des smartphones



yas.tg

#Alèz

600F
700Mo

3 jours

***909*216#**