

# Vivre au Congo

Le site des expatriés francophones au Congo

## CHRONIQUE D'UNE FRENCHIE #3 Les trucs cool qui vont nous faire adorer la saison sèche !

Aude Le Gavrian · Tuesday, June 18th, 2019

**Attention, attention, notre période préférée de l'année est de retour ! Je parle de la saison sèche, bien sûr, à quoi tu pensais ? Le mois de juin démarre en trombe et la saison change ! Pour pimper ta saison sèche et te mettre dans un good mood, on t'a recensé les choses les plus cool qui arriveront dans les prochains jours et qu'on attend avec impatience.**

### On peut sortir les pulls !

Et oui, qui dit saison sèche, dit retour des **pulls, chandails, doudounes, tricotés, sweat-shirts** en cachemire, en laine, en alpaga, tête d'animaux, à capuche, à rayures ou à pois, un petit trou par-ci, une petite tâche par-là, en tout cas des manches longues en veux-tu en voilà.

C'est notre plaisir coupable chaque année. L'heure de ressortir son bon vieux pull de France du fin fond du placard, dès que la température dégringole de quelques centièmes de degrés. Et si tu es vraiment au top du top de la tendance de fin d'année, tu oseras même arborer ton bonnet, comme un vrai congolais !!!

A défaut de pulls, tu peux te faire faire ici des bombers trop stylés et du linge de maison canon !

### **BONS PLANS**

L'excellent couturier Ali te confectionne des bombers au top, à toi d'amener le pagne de tes rêves ! Avec la petite poche intérieure en pagne, les poches extérieures, et la doublure (couleur à définir avec Ali ou bien à acheter soit même au grand marché). A

préciser, la couleur et qualité de l'élastique aux manches, à la taille et à l'encolure. Ali vient chez toi pour prendre la commande et les mesures.



**Ali : +242 06 920 08 23 - Excellent couturier, peut coudre tout type de modèle à partir de photo ou bien de vêtement.**

Et pour se glisser sous la couette dans de beaux draps originaux, voici un bon plan :



**Francia : +242 06 417 22 12 - Fait des draps en pagne + coton épais et finitions boutons TOP !!**

## **On peut manger une fondue**

Le froid (certes relatif) qui approche provoque en nous des envies de fromage fondu, de fat pommes de terre et de délicieuses charcut'. Le temps n'est plus à la salade de crudités ou aux jus de fruits rafraichissant, mais bel et bien à la bonne grosse fondue des montagnes. Elle devient INDISPENSABLE pour nous reconforter face à l'hostilité glaçante du monde qui nous entoure. Brrrr...Enfin une vraie excuse pour craquer !!!

Mais pour vous éviter la (tenace) odeur sur votre plaid African Ridim dans l'appart' et le récurage de spatules difficile, optez plutôt pour THE resto de référence en matière de spécialités fromagères, le Moyo de Pointe-Noire.

Allez-y !!! En saison sèche, tout est permis !!!

## **BON PLAN**

**Resto le MOYO - Pointe-Noire - 06 851 62 93 - lemoyo@hotmail.com**

## On peut VRAIMENT se rafraichir dans la mer ou aller au Hammam pour ne pas oublier comment transpirer

**Alerte pour les ours polaires !** Avec le changement de saison, un rapide courant froid remontera d'Afrique du Sud et changera sensiblement la température de notre cher océan. Rassurez-vous, il paraît que les bienfaits d'un bon bain frais sont innombrables. D'abord, c'est idéal pour nous raffermir le cuissot post-raclette (cf plus haut). Et oui, le froid ferait mincir !! Ensuite, à défaut de bronzage pour un teint hollywoodien, le froid nous donne naturellement bonne mine. Grâce à son action béton sur la circulation sanguine, le froid agirait sur l'éclat de notre teint et la jeunesse de notre visage. Sans parler du fait qu'il affinerait notre grain de peau en resserrant nos pores.

Avec ça, si vous n'êtes pas tenté, on ne peut plus rien pour vous ...

Pour les plus frileux, pensez à l'option **hammam** ! Les vacances semblent ne jamais pointer le bout de leur nez, et pourtant on aurait TELLEMENT besoin d'une vraie pause détente à l'écart de ce tumulte ponténégrin. Pour bien recharger les batteries tout en relaxant le corps et l'esprit, en voilà une bonne idée pour ne pas oublier comment transpirer !

### **BON PLAN**

***Hammam Il était une fois - 05 351 6161*** - Soins, épilation, massage, hammam et restaurant marocain où l'on peut déguster de délicieux couscous! (testé par VAC!!)



## On peut faire du sport sans perdre des litres d'eau

Adieu l'harassante chaleur qui t'empêchait de lever le petit doigt de pied, tu vas pouvoir enfin faire du sport sans -trop- transpirer. On vous propose de tester la salle **fitness URBAN** ouverte depuis octobre de cette année. La bonne nouvelle, c'est que tu sois fana de boxthai, de crossfit, de karaté ou de spinning, tu trouveras ton bonheur ! Le club propose plein de disciplines différentes, et autant de chances d'échapper à la routine cardio/abdo. Rendez-vous sur place pour trouver tes cours

préférés !

Tu peux aussi tester la **Salle fitness club Congo** et ses séances de fitness, bodypump et RPM!

## **BONS PLANS**

### **Salle fitness URBAN - Facebook**

### **Salle fitness club Congo - Facebook**

Non, non, aucune excuse... Pendant ce temps, tu peux déposer tes enfants à la crèche canaille plus qui reste ouverte cet été et fait même centre-aéré !

De 7h30 à 12h30 puis de 14h30 à 17h30 (avec possibilité de rester sur le temps de midi en garderie), la crèche Canaille + fait centre aéré du 1<sup>er</sup> au 26 juillet. Les enfants sont répartis par tranche d'âge et participent à des activités adaptées ! Dedans, dehors, création et jardinage... tout est réuni pour développer et occuper nos chers petits.

**Crèche Canaille + à côté de l'Elais** - Contact : [canailleplus@outlook.com](mailto:canailleplus@outlook.com)

## **C'est l'occasion d'aller à la rencontre des grands cétacés !**

La saison sèche à Pointe-Noire correspond au passage des baleines au large de la ville côtière. L'Association Pointe Noire Accueil propose des sorties en mer en Aout et Septembre pour aller observer d'un peu plus près ces géants des mers. Sensations garanties !!!



---

## **BON PLAN**

Pointe Noire Accueil est sur **Facebook** - contact: pointenoireaccueil@gmail.com

**Conclusion : Pas question d'hibernation ! Saison sèche, c'est bon, tu peux venir maintenant : on a des idées pour chauffer l'atmosphère !**

credit photo: Armelle Luscan

Texte: Armelle Luscan et l'équipe VAC

This entry was posted on Tuesday, June 18th, 2019 at 2:02 pm and is filed under [Actualités](#) You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. Responses are currently closed, but you can [trackback](#) from your own site.