



Découvrez
le Cameroun profond



LE GUIDE DU VISITEUR



Guide du Voyageur de la Région forestière

- Les villes forestières du Sud, Centre et Est :

- Les zones de trekking : Rocher Akoa Kas, Rocher de Mezesse, NKolandom Mont Ebolowa, les zones d'aventure et de spéléologie

- Les zones d'observation de la vie sauvage : Parc de Boumba Bek et Nki, Parc National de Lobéké, Parc National de Deng Deng, Sanctuaire à Gorilles de Mengame , Parc National de la Méfou , Réserve de Biosphère de la Dja

- Les zones de chasse sportive, les ZICGC de Yokadouma Est

- Les COVAREF

- Les zones de VTT, les zones de sport automobile,

- Les circuits et produits touristiques de la Région forestière

- Les zones du tourisme du Meeting Incentive Conference and Events (MICE) : Yaoundé, Ebolowa, Bankomo, etc

Développement du tourisme dans les Collectivités Territoriales Décentralisées du Cameroun, synergie entre RETAC et CVUC Région forestière. Les transferts de compétences et de ressources déjà engagées.

Date de parution :

- **Version numérique : fin mars 2022**

- **Version papier : fin mai 2022**



**Réservez vos espaces
publicitaires dès maintenant**



Découvrez le Cameroun profond

LE GUIDE DU VISITEUR AU CAMEROUN

Sommaire

I. Informations pratiques et adresses utiles P. 9

II. A la découverte de la diversité et du sourire

- | | |
|--|-------|
| 1. Poule de Yaoundé, Région du Centre | P. 17 |
| 2. Poule de Limbe, Région du Sud-Ouest | P. 35 |
| 3. Poule de Douala, Région du Littoral | P. 51 |
| 4. Poule de Bafoussam, Région de l'Ouest | P. 71 |
| 5. Poule de Garoua, Région du Nord | P. 91 |



Découvrez le Cameroun profond

CONTACTS

Tél. : +237 699 93 78 87/ 676 11 11 48/
696 47 58 82-694 97 4 0 30

Email: contact@camerootravellerguide.com

Site Internet: www.camerootravellerguide.com

NIU: P106016465397H

CAMEROON TRAVELLER GUIDE

COMITÉ DE RÉDACTION

Directeur de Publication : Barro NJAMEN

Conseillers à la rédaction : Jean Vincent TCHIENEHOM, Eitel AKAME

Rédaction : Barro NJAMEN, Boniface PIGA

Conseiller activités touristiques : Barro NJAMEN

Marketing : • Responsable : Elodie NDONDOCK,
• Agent commercial Yaoundé : Patience TUNYI

Webmaster : Aroï TANKEU

PAO (conception et réalisation graphique) : Augustin FOGANG

Administration : Brigitte DJOMOGUE

CAN TotalEnergies 2021,
une opportunité
de développement
du tourisme
de football





Au-delà du grand rendez-vous biennal continental, une invitation à la découverte des merveilles touristiques de toute l'Afrique dans un seul pays.

Préface

Du 09 janvier au 06 février 2022, le Cameroun accueille la 33^e édition de la Coupe d'Afrique des Nations de Football (CAN TOTALÉnergies 2021). C'est le plus grand événement sportif en terre africaine et la 3^e compétition de football la plus importante de la planète après la Coupe du monde de la FIFA et le Championnat d'Europe de l'UEFA. Il va sans dire que de par son palmarès particulièrement élogieux, le pays hôte de cette prestigieuse compétition figure parmi les meilleurs du continent, voire du monde, à en juger par ses joueurs légendaires qui l'ont marqué de leur empreinte au fil des ans.

Le Guide du Visiteur CAN TOTALÉnergies 2021 Cameroun se situe dans l'optique de la diffusion de l'information pratique et utile liée à cet important événement. Mieux encore, c'est un outil qui s'inscrit en droite ligne de la vision de l'Etat camerounais dans la deuxième phase de la Stratégie Nationale du Développement à l'horizon 2030 (SND30), qui vise le développement des produits innovants comme source de diversification des activités touristiques. Echéance au bout de laquelle le Cameroun compte accueillir 3.500.000 touristes

Le nouveau produit phare qui est lancé à travers ce guide consacré à cette 33^e édition de la CAN, c'est le tourisme de football. En effet, il est question de faire du football un véritable produit touristique segmenté en produits et sous-produits à l'instar du tourisme d'affaires, de congrès, de conférences, d'événementiels, de découvertes, de loisirs etc. D'où les investissements ô combien importants consentis



par les pouvoirs publics ces dernières années dans le cadre de la construction et de la rénovation de plusieurs complexes et stades de football, ainsi que d'autres infrastructures annexes et connexes.

Les cinq poules de la compétition correspondent aux cinq zones touristiques qui font du Cameroun un résumé du continent. C'est toute l'Afrique dans un seul pays et pendant une seule visite. De la région côtière où vous atterrissez, constituée des belles plages de Limbe et de Kribi, en passant par la région forestière qui abrite la poule de Yaoundé où vous découvrirez une diversité faunique avec des espèces rares comme le Bongo, le Gorille... Vous passerez ensuite par la poule de Bafoussam dans la région des monts et des vallées, une destination authentique dotée d'une diversité culturelle et naturelle exceptionnelle : architecture, gastronomie, danses rituelles, etc. Vous achèverez par la poule de Garoua dans la région de savane ou du Sahel au Nord avec son fonds culturel resté authentique, un patrimoine faunique particulièrement riche et jalousement conservé parmi les plus enviés au monde : élan de Derby, lion, panthère, girafe, éléphant, buffle, hippopotame, magistrat...

Terre de diversités et du sourire, le pays des LIONS INDOMPTABLES vous accueille à bras ouverts.

Bon séjour au Cameroun

**Le Président de la Fédération
Camerounaise de Football,**

Samuel ETO'O Fils





GUIDE DU PASSAGER AERIEN

Ce que je dois savoir ...

CHARTRE DES VALEURS CAMEROON CIVIL AVIATION AUTHORITY

La capacité de nos actions repose sur nos compétences et notre motivation, qui se révèlent au quotidien dans l'exercice de nos différents métiers.

Notre ambition et nos objectifs de conquête du ciel se traduisent par une culture d'éthique partagée et portée par nos valeurs contenues dans l'acronyme **A.E.R.I.E.N.**



ACTION

Nous agissons avec sollicitude et promptitude, afin de toujours répondre à toutes les préoccupations. Nous sommes prévoyants, animés d'un esprit d'innovation ceci dans le respect des règles de l'art et dans le but de favoriser avec nos collègues et partenaires une coopération à long termes.



ÉQUITÉ

Nous agissons avec impartialité dans toutes nos relations afin de promouvoir une égalité de chance dans le respect des règles de concurrence.



RESPONSABILITÉ

Nous accomplissons nos tâches avec rigueur, désintéressement, motivation et répondons aux préoccupations avec diligence.



INTÉGRITÉ

Nous ambitionnons d'être une entreprise moderne et tournée vers l'avenir. À cet effet nous agissons avec probité, honnêteté, transparence et surtout incorruptibilité.



ESPRIT D'ÉQUIPE

La communication et l'entente sont les mots d'ordre de notre équipe, elles sont la base de la réussite de nos actions et missions.



NOVATEUR

Notre réussite est l'œuvre de notre performance sans cesse grandissante qui résulte de notre créativité et de nos capacités que nous améliorons continuellement afin d'asseoir notre leadership tant à l'interne qu'à l'externe.

- ADHESION AU PROGRAMME DE FIDELITE
- AÉROPORT
- ÂGE
- AGENCE DE VOYAGES
- ALCOOLS
- ANIMAUX
- ANNULATION (billet, vol)
- ARTICLES REGLEMENTES
- ASSISTANCE
- ASSURANCE
- BAGAGES
- BILLET VOLÉ OU PERDU
- CARTE D'EMBARQUEMENT
- CLASSE
- CODE-SHARE (Partage de code)
- COMMANDANT DE BORD
- CONTRÔLE DE SURETÉ
- DOMMAGES
- DOUANE
- FRET
- DUTY FREE SHOPS
- ÉLECTRONIQUE
- EMBARQUEMENT
- ENFANTS (MINEURS NON ACCOMPAGNÉS)
- ENREGISTREMENT
- ESCALE
- ÉTIQUETTES (bagages)
- ÉTRANGERS (résidents)
- EXCÉDENT (de voyage)
- FAMILLE
- FORFAIT
- FORMALITÉS DE POLICE
- FOUILLE MANUELLE
- FRET
- FUMEUR
- GROSSESSE
- GROUPE (tarif)
- H.L.E. OU HEURE LIMITE D'ENREGISTREMENT
- PERSONNE HANDICAPÉE À MOBILITÉ RÉDUITE (PHMR)
- HORAIRES
- LISTE D'ATTENTE
- LITIGES
- MOBILITÉ RÉDUITE
- NO SHOW
- OBJETS PRÉCIEUX
- OPEN
- OPEN JAW
- PAX
- PAXI
- PREJUDICES
- PÉNALITÉS
- PERTE (bagages, billet)
- PLEAQUE TOURNANTE
- PREPAID
- PRESTATION A BORD
- RÉCLAMATION
- REFUS D'EMBARQUEMENT
- REFUS DE MONTER À BORD D'UN AVION
- REMBOURSEMENT
- RÉSERVATION
- RESPONSABILITÉ
- RETARD
- ROUTING
- SANTÉ
- STOP-OVER
- TAXES
- TAXI AÉRIEN
- TÉLÉPHONE A BORD
- TIMETABLE OU GUIDE DES HORAIRES
- TITRE DE TRANSPORT (voir page cette page du guide)
- TOUR OPERATEUR OU T.O.
- TOURISME
- TRANSIT
- TRANSPORT DES MATIÈRES DANGEREUSES
- URGENCE
- VACCINATIONS
- VALIDITÉ DES BILLETS VÉHICULES
- VENTE HORS TAXES
- VISA
- VOL
- VOL DIRECT
- VOL NON STOP
- VOYAGISTE
- ZONES



<https://www.ccaa.aero/index.php/fr/guide-du-passager-consignes-de-voyage/guide-alphabetique>

I. INFORMATIONS PRATIQUES ET ADRESSES UTILES

1. Le Cameroun en bref

- Superficie : 475 442 km².
- Population : 25 millions d'habitants.
- Divisions administratives : 10 Régions, 58 Départements, 360 Arrondissements.
- Langues officielles : Français et Anglais.
- Monnaie : le franc CFA (655,957 F CFA = 1 euro ; 500/600 FCFA = 1 dollar US)
- Capitale : Yaoundé.
- Drapeau : Vert-Rouge-Jaune, avec une étoile dorée sur la bande rouge
- Devise : Paix - Travail - Patrie
- Hymne : Ô Cameroun, Berceau de

2. Où se renseigner ?

2.1. Bureaux d'information

touristique (BIT) à l'étranger : France, USA, Chine

2.2. Représentations diplomatiques du Cameroun à l'étranger

2.3. Ministère du Tourisme et des

Loisirs, Yaoundé-Cameroun

Tél : (237) 223 29 36/222 33 53

Fax : (237) 222 12 95

E-mail : infos@mintoul.gov.cm

Site web : www.mintour.gov.cm

Formalités d'entrée au Cameroun

Pour entrer au Cameroun, le voyageur devra avoir :

- 1 passeport en cours de validité,
- 1 visa délivré par les représentations diplomatiques ou consulaires du Cameroun à l'étranger.

La délivrance du visa à l'aéroport de débarquement aux postes frontières pour les voyageurs dont le pays de résidence ne dispose pas de représentation diplomatique du Cameroun. Eventuellement, pour les touristes en voyage organisé, contactez un réceptif.

nos ancêtres.

Logé au fond du golfe de Guinée, le Cameroun en forme de triangle, s'étire de l'Atlantique au Lac Tchad entre le 2^e et le 13^e parallèle Nord. Les pays limitrophes sont :

- Le Nigeria à l'Ouest et au Nord-Ouest
- Le Tchad au Nord et au Nord-Est
- La République Centrafricaine à l'Est
- Le Congo au Sud-Est
- Le Gabon et la Guinée équatoriale au Sud.

Il se caractérise par sa diversité humaine et naturelle, ce qui fait de lui « Toute l'Afrique dans un seul Pays ».

- Certificat de vaccination contre la fièvre jaune dès l'âge de six mois dans un centre agréé.

En outre, il devra, au départ des aéroports camerounais, s'acquitter d'une taxe d'aéroport de 10 000 FCFA ou 15,24 euros pour les vols internationaux et 1000 FCFA ou 1,524 euros pour les vols nationaux.

- Frais de visa : 95 euros ou 61 500 Fcfa.

Vaccins recommandés

Exigences de tests COVID-19

Type de test

Les voyageurs arrivant depuis l'étranger doivent présenter un résultat négatif de test RT-PCR (TAAN) effectué 48 heures avant leur départ pour le Cameroun.

Autres vaccins recommandés

- Hépatite B. Avant de partir il est conseillé de prendre une dose pour les voyageurs de 30-40 ans.
- Paludisme (Malaria). Le paludisme existe partout au Cameroun. Pour se prémunir, contacter son médecin.



3. Comment se déplacer à l'intérieur du pays

3.1. Par voie aérienne

Le Cameroun dispose de 03 aéroports internationaux (Douala, Yaoundé-Nsimalen, Garoua) et 03 aéroports domestiques (Bafoussam, Maroua, Ngaoundéré). Tous ces aéroports fonctionnent normalement.

Les compagnies aériennes qui desservent le Cameroun

CAMAIRCO Douala, 151, rue de l'hôtel de ville, Bonanjo, Tél. 233 50 55 00/233 50 55 50. www.camairco.cm.

Vols locaux à destination du Nord, du Centre et de l'Ouest

Vols charters : Voyages organisés par les compagnies privées (charters). Il s'agit des voyages à l'intérieur du pays à la demande des opérateurs économiques : NAC, SCHREINER, COTAIR, STAR, UNIFLY.

Vols internationaux

- **Air France KLM**, Rue de Trieste · Tél : (237) 233 50 15 15 Douala Bonanjo
- **Brussels Airlines**, Bonapriso, Douala, 100, avenue de Gaulle, Tél. : 233 42 05 15.
- **Turkish Airlines** • **Ethiopian Airlines**
- **Kenya Airways** • **Egypt Air** • **Royal Air Maroc** • **Allied Air**
- **Air Sénégal** • **AFRIJET Business Services** • **ASKY Airlines** • **Air Côte d'Ivoire** • **CRONOS Airlines** • **CEIBA**

4. Télécommunications

4.1. Téléphone

Le code du Cameroun est le 237. Pour l'obtenir, composer d'abord 00, ensuite 237 enfin ajouter les 9 chiffres du numéro de votre correspondant.

Téléphone Mobile : 4 opérateurs de téléphonie mobile exercent au Cameroun : CAMTEL, ORANGE, MTN, NEXTTEL.

Appels et Internet bonus : Vérifiez la puce obtenue pour votre séjour et observez la procédure pour obtenir le bonus et Internet.

Intercontinentale • TCHADIA

Airlines, • RWANDAIR • TRANS AIR Congo • AIR PEACE

Les transferts aéroport-hôtels sont généralement effectués dans les villes de Yaoundé et Douala par les navettes des hôtels. En revanche, si vous ne descendez pas dans un hôtel, ou n'avez pas encore effectué un choix, prenez un taxi-course à l'aéroport.

3.2 Arriver par route

Le Cameroun partage les frontières avec le Tchad, la Centrafrique, le Congo, le Gabon, la Guinée équatoriale et le Nigeria. Plusieurs portes d'entrées :

Côté Tchad : Kousséri et Touboro

Côté Centrafrique : Garoua-Boulai

Côté Gabon : Kyé-Ossi et Abang-Minko

Côté Guinée équatoriale : Kyé-Ossi

Côté Nigeria : Ekok-Mamfé-Kumba ;

Limbé-Tiko ; Gashiga-Garoua ;

Dourbèye-Mayo Oulo-Guider ; Banki-Kolofata-Mora

Les postes de Police des frontières ont pris des dispositions spéciales pour faciliter la circulation des personnes avant, pendant et après la CAN.

3.3. Arriver par voie fluviale et maritime

- Port de Garoua • Port de Douala • Port d'Idenau • Port de Limbé • Port de Tiko
- Port de Kribi

4.2. Internet

Connexion Wifi dans les hôtels. Exigez dès votre enregistrement le nom et mot de passe wifi à la réception de l'hôtel où vous êtes descendu.

Connexion internet hors de l'hôtel, au stade, en excursion. Solliciter la connexion au net à partir de votre puce Orange, MTN ou Nexttel :

Pour Orange : composez #145# Pour MTN : composez *126# Pour Nexttel : composez *865#



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET ADRESSES
UTILIS

10

LE GUIDE
DU VISITEUR



Vin rouge
made in
Cameroun
à base du
plantain,
patate,
manioc



5. Autres informations utiles

5.1. Objets de valeur

Les vols sont partout dans le monde. Mais épargnez les voleurs de la vue des objets de valeur, en prenant soin de les mettre dans un sac ou sacoche lorsque vous faites du shopping.

En outre, évitez de baisser les vitres pour ne pas être surpris par une moto ou un individu qui vous suit de loin, attiré par un objet de valeur visible dans votre véhicule.

5.2. Budget de votre voyage au Cameroun

a) Monnaie

La monnaie utilisée au Cameroun est le Franc CFA. 1 euro est égal à 655,957 Fcfa. Nous avons des coupures de 500, 1000, 5000 et 10.000 Fcfa. Les pièces de 5, 10, 25, 50 100 (qui sont de plus en plus rares) et de 500 Fcfa.

b) Change - Les devises étrangères se changent dans les banques, services de change, dans les aéroports et dans certains hôtels.

Yaoundé : Hilton Hotel, Institut Français du Cameroun ; Douala : Akwa Palace

c) Banques et transactions commerciales

Le réseau bancaire est assez développé. Il est constitué de 16 banques commerciales et plus de 1000 établissements de micro finance. Les horaires d'ouverture sont généralement de lundi à vendredi de 08h30 à 16h – sauf Afriland First Bank – et de 08h30 à 12h pour certaines agences desdites banques

Distributeurs automatique de billets (DAB) : on les trouve partout dans les grandes et villes moyennes (certains chef-lieu de département). Toutes les villes concernées par la CAN 2022 ont des distributeurs de billets.

d) Budget hébergement et restauration au Cameroun

Hébergement - Le coût dépend des villes, du standing et des prestations offertes par les structures au Cameroun.

- 5 étoiles ★★★★★ : à partir de 170 000 Fcfa (259 euros)
- 4 étoiles ★★★★ : à partir de 110 000 Fcfa (167 euros)
- 3 étoiles ★★★ : 80 000 Fcfa (121 euros)



6. Achat de cadeaux et souvenirs

Les produits made in Cameroon

Toutes les villes/poules qui accueillent la CAN 2021 disposent au moins d'un marché artisanal, de boutiques de vente des produits exotiques, de vêtements style Afritude et traditionnels.

Il y a également les boutiques de prêt-à-porter, les grands magasins, les Malls avec plusieurs boutiques à Douala et Yaoundé. Le

Cameroun dispose d'une grande diversité en matière culinaire et de produits exotiques. La plupart sont des produits biologiques qui ont de nombreuses vertus pour la santé, le bien-être, l'esthétique : vins rouge et blanc ; Whisky ; boissons gazeuses ; Produits à base de farine de plantain, farine de patate, farine de manioc, farine du riz de Ndop et de Yagoua ; biscuits.

7. Autres informations

Eau et électricité

Eau potable : Rares sont les hôtels et restaurants du pays qui offrent de l'eau filtrée. Achetez l'eau minérale de 0,5L, 1L, 1,5L. Les prix sur le marché varient de 200 à 500 FCFA dans toutes les villes au grès de la compétition serrée entre plusieurs marques : Tanguï (SABC),

Supermont (Source du pays), Madiba (UCB) etc.

Electricité : Le courant électrique est de 220 volts. Les hôtels recommandés par la COCAN et par le Guide disposent tous des équipements nécessaires pour pallier les coupures intempestives d'eau et d'électricité.

*Liqueurs
à base
de cacao,
café,
manioc...*



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET ADRESSES
UTILILES

11

LE GUIDE
DU VISITEUR



33ème édition CAN



TotalEnergies
Cameroun 2021

HUITIÈMES DE FINALE

Dimanche 23 janvier 2022

Limbé : 17h00



Burkina Faso vs Gabon

Roumbé Adjia : 20h00



Nigeria vs Tunisie

Lundi 24 janvier 2022

Bafoussam : 17h00



Guinée vs Gambie

Olembé : 20h00



Cameroun vs Comores

Mardi 25 janvier 2022

Bafoussam : 17h00



Sénégal vs Cap-Vert

Mfandena : 20h00



Maroc vs Malawi

Japoma : 17h00



Côte d'Ivoire vs Egypte

Limbé : 20h00



Mali vs Guinée équatoriale



iboga

www.sas-ucb.com

50 ANS
UNION GÉNÉRALISTE DE BRASERIES

EAU MINÉRALE
Madiba
Au cœur de la terre



Pour un corps sain...

iboga

UNION CAMÉROUNNAISE DE BRASSERIES
www.sa-ucb.com



K44
*Drink with
Class*

50 ANS
UNION CAMÉROUNNAISE DE BRASSERIES

**DESORMAIS
DISPONIBLE
EN 33cl**
**NOUVEAU FORMAT
POUR PLUS DE CLASSE**



CONSOMMATION INTERDITE AUX MOINS DE 21 ANS. A CONSOMMER AVEC MODERATION 21+ PREMIUM BEER

CAMEROUN

Carte touristique, culturelle, économique et routière

Toute la diversité africaine dans un seul pays



Présentation

Présentation
Le Cameroun est un pays d'Afrique centrale, bordé par le Gabon, le Congo, le Tchad, le Nigeria, le Bénin et le Ghana. Il est traversé par l'équateur et le méridien de Greenwich. Le pays est divisé en dix régions administratives. La capitale est Yaoundé, la plus grande ville est Douala. Le Cameroun est un pays à forte diversité ethnique et culturelle, avec plus de 200 groupes ethniques. L'économie est principalement basée sur l'agriculture et l'industrie minière. Le pays est membre de l'Union africaine, de l'Organisation mondiale du Commerce et de l'Organisation des États africains.

II. À LA DÉCOUVERTE DE LA DIVERSITÉ ET DU SOURIRE





Rocher d'Akoa Kaas
à 35km d'Ebolowa (Sud Cameroun)

Poule de Yaoundé, Région du Centre

1. Ce qu'il faut savoir avant de s'y rendre
2. Informations pratiques et utiles pour votre séjour
3. Que découvrir dans la ville et ses environs pendant votre séjour





Calendrier des matchs de la Poule Yaoundé

Journée 1

Dimanche 9 janvier

- Cameroun - Burkina Faso, à Yaoundé
- Éthiopie - Cap-Vert, à Yaoundé

Lundi 10 janvier

- Maroc - Ghana, à Yaoundé
- Comores - Gabon, à Yaoundé

Journée 2

Jeudi 13 janvier

- Cap Vert - Burkina Faso, à Yaoundé
- Cameroun - Éthiopie, à Yaoundé

Vendredi 14 janvier

- Maroc - Comores, à Yaoundé
- Gabon - Ghana, à Yaoundé

Journée 3

Lundi 17 janvier

- Cap-Vert - Cameroun, à Yaoundé
- Burkina Faso - Éthiopie, à Bafoussam

Mardi 18 janvier

- Gabon - Maroc, à Yaoundé
- Zimbabwe - Guinée, à Yaoundé

Mercredi 19 janvier

- Égypte - Soudan, à Yaoundé



Huitièmes de finale

Lundi 24 janvier

- (match 3) 1er groupe A - Meilleur troisième groupe C, D ou E, à Yaoundé
- Éthiopie - Cap-Vert, à Yaoundé

Mardi 25 janvier

- (match 6) 1er groupe C - Meilleur troisième groupe A, B ou F, à Yaoundé

Quarts de finale

Dimanche 30 janvier

- (match C) Vainqueur match 7 - Vainqueur match 6, à Yaoundé



Demi-finales

Jeudi 3 février

- Vainqueur match B - Vainqueur match C, à Yaoundé

Finale

Dimanche 6 février

- Match pour la troisième place : à Yaoundé
- Finale : à Yaoundé





1. Ce qu'il faut savoir avant de se rendre à Yaoundé

1.1. Histoire de Yaoundé

Le nom de Yaoundé vient du mot « On-gola » qui signifie la clôture, l'enclos. Au temps d'Essono Ela, qui fut Chef respecté des Mvog Ada, cette clôture empêchait les premiers missionnaires d'entrer dans la ville d'Ongola. Omgba Bissogo, un des premiers résistants à la pénétration allemande demandait à Essono Ela de refuser les terrains aux blancs. Cette ville fondée le 30 novembre 1889 par l'équipe de Kurt Morgen et George Zenker assistés de leur guide Mebenga Mebono – devenu par la suite Paul Martin Samba). Le tout premier nom de Yaoundé était « Ep-sum » qui veut dire « chez Essomba », ou encore N'tsonum (« chez Essono Ela »).

En 1887, une première expédition allemande avec à sa tête Kunt et Tapenbeck, pendant leur voyage au Sud de Nachtigal aperçurent des cultivateurs d'arachides qui répondirent aux Allemands qu'ils étaient les « Mia wondo ». Les Allemands n'ayant rien compris ont dit qu'ils étaient les « Yaunde ». (Source : Interview du philosophe JB Obama par Mathieu

MEYEME pour Gcnet.cm, décembre 2006)

1.2. Comment s'y rendre

a) Par avion

L'aéroport international de Yaoundé-Nsimalen est à 24 Km du centre-ville

b) Par train

A partir de Douala : deux départs/jour : Inter-City : non-stop 6000-9000 Fcfa A/R 11 000 -18 000 Fcfa
A partir de Ngaoundéré : un départ/jour 18h30 de Ngaoundéré. Pour ceux de la poule de Garoua qui désirent se rendre à Yaoundé. Prix 10 000-26 000fcfa
Réservation : Tél. 222 23 40 03 / 222 22 13 05

c) Par la route à partir de Douala-Limbé, Bafoussam

Plusieurs compagnies de transport interurbains avec des bus « prestige » desservent la ville : Touristic Express, United Express, MEN Travel, General Express, FINEXX, BUCA Voyages.
Tarifs : 6000-10 000 Fcfa Aller simple et 12 000-15 000 Fcfa A/R



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

20

LE GUIDE
DU VISITEUR



2. Informations pratiques et utiles

2.1. Où se loger à Yaoundé

a) Hôtels agréés par le COCAN

Les prix des nuitées varient de 80 000 Fcfa à 250 000 Fcfa. Et le petit déjeuner, de 8000 Fcfa à 10 000 Fcfa

Hôtel Hilton *****

Situé au centre de la ville, au cœur du quartier des affaires

Tél : 222 23 36 46 - Fax :

222 22 32 10

E-mail : reservation.yaounde@hilton.

com - Site web: www.hilton.com

248 chambres et suites entièrement équipées ; 16 salles de réunions et de banquet modulables pouvant accueillir jusqu'à 900 personnes ; 5 restaurants et bars internationaux.

Hôtel Djeuga Palace ****

Quartier Hippodrome.

Tél.: (+237) 222 22 64 57 /



242 72 23 73

E-mail: reservation@djeuga.com
Site web: www.djeuga.com - Tél : 222 22 46 46 - Fax : 222 22 47 00.
152 chambres/suites/
appartements. Nuitée : 85 000-
195 000 Fcfa. PDJ : 6800-9800
Fcfa. Déjeuner : 14 000 Fcfa
buffet.

Franco Hôtel ****

A côté de la Délégation Générale à
la Sécurité Nationale.
Tél : 222 20 13 07. Fax : 222 20 13 11
Email : hotelfranco@icnet.cm,
www.hotelfranco.net.
72 chambres/appart/suites.
Nuitée : 75 000-120 000 Fcfa. PDJ :
5500fcfa ; buffet. Déjeuner (6500-
16000).

Mont Febe Hotel ****

Tél. 222 21 40 02 - Fax :
222 21 60 70/ 222 21 13 00
Email : hotelmonfebe.com
Site web : www.hotelmontfebe.
com ; E-mail : info@hotel-mont-
febe.com.
222 chambres/appart. Nuitée :
60.000-210 000 Fcfa
Hébergement : 218 chambres, in-
clus : 1 appartement et 4 suites pré-
sidentielles.

Hôtel La Falaise ****

Warda, Centre commercial, Av.
Maréchal Foch, Yaoundé. 125
chambres. Tél. 222 22 06 16
Nuitée : 90 000-130 000 Fcfa

Hôtel Jouvence International ***

http://www.
hoteljouvenceinternational.com/
Tél. : 691 62 04 22
Envoyer un message: info@
hoteljouvenceinternational.com

Hôtel Relax Palace ****

Pesage Ebang Nkometou
http://www.relaxepalacehotel.com/
Envoyer un message :
Tél. : +237 655 55 65 67
infos@relaxepalacehotel.com
www.relaxepalace.com
Nuitée : 82 900-196 800 Fcfa
Petit-déjeuner, fitness-tennis,
remise en forme inclus

Hôtel Merina ****

Au centre commercial, 95
chambres/appart/suites. Nuitées :
37 000-69 000 Fcfa
Tél. : 222 22 21 31 / 699 89 02 20 /
677 50 09 15 - Fax : 222 22 21 61
Email : hotelmerina@cameroun-
plus.com.

United Hotel SA ****

Sis au centre-ville/Mbankomo
Site Web: unitedhotelsgroup.com
Info : info@unitedhotelsgroup.com
Réservation : reservations@
unitedhotels-group.com
Tél. +237 680 522 222 / 698 087 777
/ 222 31 59 00
• 80 chambres de haut standing
pour vos séjours inoubliables.
• 03 salles de conférences et
d'événements haut de gamme entiè-
rement équipées pouvant accueillir
jusqu'à 300 personnes.

Complexe MUNDI ***

4km de Nsimalen,; 55 Chambres et
appartements ;
Ce complexe, qui accueille l'équipe
nationale du Cameroun est doté de
de plusieurs infrastructures : terrains
de football, piste d'athlétisme, ter-
rains de basket, terrains de volley-
ball, terrains d'handball, courts de
tennis, piscine.
Tél : +237 699 0401 37. 699 88 90 73



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

21

LE GUIDE
DU VISITEUR



b) Autres hôtels recommandés par le Guide

MINKAN Peace Resort ★★★

Le Minkan Peace Resort est situé à Yaoundé – Odza (Minkan) 45 mn environ du centre-ville,
Horaires d'ouverture : 9:00-22:00
Contacts : (+237) 670 061 932 / 242 003 436.

Hôtel des Députés ★★★

Centre administratif
E-mail: hotel.deputes@yahoo.fr
Tél. (+237) 679 52 86 36
http://www.hoteldesdeputes.com
Nuitées : à partir de 45 000 Fcfa

Hôtel Yahoot ★★★

Rue CEPER
Email: customerservice@yahoo.com
P: +237 651 08 14 39
Nuitées : de 45 000 à 80 000 Fcfa

Hôtel Safyad ★★★

Adresse : Yaoundé, Odza lieu-dit
Carrefour Mbog-Abang
P : +237 654 445 300 / 691 138 157
Fixe : +237 222 308 098 / 222 300 415
Email : safyadhotel@yahoo.com
Nuitée : 45 000-90 000FCFA

La Couronne RW ★★★

Hôtel et suites
Tél. 650 77 03 77 / 656 85 75 16
Email : lacouronnerw2019@gmail.com
Nuitées : à partir de 45 000 Fcfa

Hôtel MANSEL ★★

2060 Quartier FOUA,
3 minutes du stade Omnisport
Email:info@hotelmansel.com
Fixe : +237 222 21 00 07
Mobile : +237 677 93 61 41/694 46 76
47/661 71 66
Nuitées : 40.000-65.000 Fcfa

BOUN'S Hôtel ★★★★★

Tél. +237 691 000 600 /
+237 681 000 600
Chambres : à partir de 104 000 Fcfa

TOUNGOU HÔTEL ★★

Carrefour Etoa-Meki,
Tél. +237 698 30 50 61 / 222 20 10 25 -
BP 3626 Yaoundé
info@tougouhotel.com

2.2. Où manger

a) Cuisine européenne / European dishes

- **La Salsa** Bastos, derrière l'ambassade du Nigeria
- **Baguette d'Or** Bd de l'OUA (route ancien aéroport)
- **Dolce Vita** Centre-ville
- **La Coupole**, Tél. 222 22 97 10
- **L'Agora** Tél. 222 20 35 96
- **La Paillote**, Centre-ville
- **La Riviera**, quartier Tsinga
- **Le Cintra**, Place Kennedy
- **Le Safoutier** (Hilton) B.P. 11852 - Tél : 222 23 36 46

- **Le Samovar**, B.P. 4855 - Tél. 222 21 55 28
- **Les Cigalons** (Restaurant et brasserie) Tél. 222 23 41 25
- **El Pasticcio** (spécialités italiennes) Tél. 222 20 65 91
- **Parallèle Club** Tél. : 222 20 60 00
- **Restaurant du Lac** (Hôtel des Députés)
- **Restaurant Le Febe** B.P. 711 - Tél. : 222 21 15 00
- **Restaurant L'Esterel**, Face Lycée Fustel de Coulanges
- **Trapola**, Centre-ville.



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

22

LE GUIDE
DU VISITEUR



b) Cuisine Camerounaise / Cameroonian dishes

- **Restaurant L'Agora**, chez Maïthé, rond-point Nlongkak Tél. 699 59 02 42
- **Chez Olivier**
- **Kaba-Ngondo** Centre-ville, face Direction des Impôts
- **Le Dauphin** Bd de l'OUA près du Carrefour Coron
- **Le Municipal**, B.P. 7 - Tél. : 222 20 80 09
- **Le Rustique**, B.P. 12300 - Tél. : 222 23 20 00
- **Les Cigalons** (Restaurant et Brasseries) Tél. : 222 23 41 25
- **Les Feuilles Vertes**, quartier Elig-Essono
- **Le Marseillais**, Bd du Romain (centre-ville) (cantine, self-service) Centre commercial
- **Parallèle Club**, Tél. 222 20 60 00
- **Restaurant du Lac** (Hôtel des Députés)
- **Restaurant Les Lions du Cameroun**, chez Mme OWONO Madeleine, Tél. 675 12 53 80 / 675 02 49 21
- **Delph Service**, derrière usine Bastos Tél. 699 89 76 08 / 699 96 16 31
- **Restaurant Pili Pili**, quartier Bastos, face ambassade d'Italie Tél. 222 20 14 81 / 699 71 54 16
- **Restaurant Barracuda** situé à l'enceinte du manège, Carrefour Abbia; Tél. 674 61 20 01.

c) Cuisine asiatique / Asian dishes

- **Chez Wou**, Quartier Bastos Tél. 222 20 46 79
- **Chinatown** Quartier Bastos
- **La Paillote** (spécialités asiatiques vietnamiennes) B.P. 5270 - Tél. 222 20 51 54

d) Grillades dans les « points chauds » de Yaoundé

- Zone de Polytechnique
- Montée Jouvence
- Carrefour Nlongkak
- Carrefour Pakita
- Carrefour Obili
- Mvogt Atangana Mballa
- Mini-Ferme
- Carrefour Intendance
- Carrefour Essoos (zone de 142 bars sur une distance de moins de moins de 2,5km)

2.3. Les cabarets

- **Cabaret du Mercure**, Hôtel Mercure, Tél. 222 23 27 16
- **Karoussel** : Lieu de rencontre des musiciens de Bikutsi. Quartier Kondengui, route Ekounou
- **Bois d'Ebène**, quartier Elig-Essono, à côté de la BEAC
- **Parallèle Club**, Orchestre maison. Quartier Mballa II
- **Deido Bar-restaurant** (Jack Palace) Tsinga
- **Cabaret Les Délices** Bar-restaurant. Tsinga, Tél. 222 20 76 04/ 699 84 22 71
- **Le Zenith**, Orchestre maison.

2.4. Night-clubs

Plusieurs night clubs sont ouverts en ville, centre commercial, night-club rattaché à tous les grands hôtels.

Le prix varie de 3000 Fcfa le pot (soit 4,5 Euros) à 175 000 Fcfa (151 Euros) pour le whisky et champagne.

- **César Night Club**, Place Warda, AV Foch Près du Capitole Tél.222 23 93 47
- **Le Lamido** (HILTON)
- **Katios Night-Club**, Avenue Ahmadou Ahidjo Tél. 222 23 34 71
- **La Cabane Du Paysan**



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

23

LE GUIDE
DU VISITEUR





Restaurant du Bois Saint Anastasie Yaoundé



- **Le Balafon** (Mont Febe) Tél. 222 21 40 02
- **Le Cynzal**
- **Olympic Night-Club**, Hôtel Djeuga Palace
- **Opera Night-Club** Bastos Tél.:
- 699 60 02 89
- **Plaisance Tabac**
- **Sanza Night-Club**, Montée Elig Essono Tél.: 222 22 85 88/ 222 20 56 55
- **Randam**, Indépendance Hotel.

INFORMATIONS PRATIQUES ET UTILES

24

LE GUIDE DU VISITEUR



SANTE

- **Hôpital Général**
Quartier Ngousso. Hôpital de référence, Tél. +237 222 20 11 22 / 222 20 28 02
- **Hôpital Gynéco-Obstétrique et Pédiatrique**
Quartier Ngousso. Hôpital de référence
- **C.H.U. (Centre Hospitalier Universitaire)**
Quartier Melen. Hôpital de référence, Tél. +237 222 31 21 03 (Urgences) - Fax : +237 222 31 25 67
- **CIRCB**
Quartier Melen. Tél/Fax : +237 222 31 54 50
- **Hôpital de la Caisse (CNPS)**
Quartier Essos. Tél . +237 222 23 02 25
- **Hôpital Central**
Centre administratif. Tél : +237 222 23 40 20 - Fax : +237 222 23 06 87
- **Hôpital Jamot**
Quartier Etoudi. Tél : +237 222 20 43 90
- **Hôpital de la garnison militaire**





Trekking et golf

Les amoureux du golf pendant les heures creuses peuvent découvrir le gold club au Mont Fébé. Créé en 1957, le Golf Club de Yaoundé est le plus ancien parcours de golf du Cameroun. Parcours varié et complet de 18 trous situé au quartier Ntougou I. Il s'étend sur une superficie de près de 60 hectares, pendant votre séjour sur les Monts Eloundem, Fébé (Ydé 2ème,

1073m), Akok Ndoe (Ydé 6 et 7, 977m) Ebaminala (Ydé 7, 1005m) ; Messa (Ydé 7, 1096m)

Que découvrir ?

3- Autres loisirs annexes et connexes

• Le Bois Sainte Anastasie

Situé en plein centre-ville, créé et aménagé par la Communauté Urbaine sur plus de 5 hectares. Balade, découverte



Les organisateurs de circuits et trekking

Yaoundé

• Cameroon Tours and Safari

Rond-point Longkak, Tél. :

222 20 50 70/222 20 70 75

• SOFITOUL

Yaoundé - Bastos, Tél. : (237) 222 20 13 85

Yaoundé - Elig Essono, Tél. : (237) 222 06 96 19

E-mail : info@sofitoul.com

• Bag Travel

Avenue Mgr Vogt, face Cathédrale,

Tél. : 222 23 55 89 / 222 22 94 73

• MOABI Voyages

Montée Âne Rouge, Yaoundé

Tél. : (237) 222 22 46 48 / 222 22 87 37

info@moabivoyages.com

• SAFAR Tour

Centre-ville Hilton Hotel ; Tél. : +237 222 22 87 03

Email: safar@safartours.com

La Transcamerounaise. Zibi : Tél. : 699 98 75 38

Ebolowa

AFRECAM

Jacqueline ONDO, Tél. : 699 81 05 20

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

25

LE GUIDE
DU VISITEUR



des plantes, orchidées, cascades, étang de poissons. Votre randonnée s'achève par un des plus beaux restaurants de la ville géré par la Présidente de la CRESPA Cameroun, Mme ATEDZOE TSALA, doyenne des spécialistes de la gastronomie locale.

• **Le Parc Zoologique de Mvog Betsi**

Le parc futé crée il ya plus de 30 ans pour réhabiliter les espèces animales parfois saisies des mains des braconniers. Il abrite entre autres les espèces suivantes : les grands singes (gorilles, cynocéphales, et chimpanzés), lions, la hyène, des oiseaux de tout genre dont l'autruche, les serpents, la civette, la mangouste, le chat-tigre.

La Route des Musées d'art camerounais et centre artisanal

- La galerie de sculptures, à côté de l'hôtel de l'Indépendance.
- La galerie Foto à côté de la chambre de commerce.
- Le centre artisanal à la montée Âne-Rouge/Carrefour de l'indépendance.
- Le musée des arts nègres du Père Engelbert Mveng.
- L'African Logik, Centre Culturel et de loisirs
- L'Afheumi Museum, de par sa diversité est le plus grand musée de la ville de Yaoundé.

3.2. Que découvrir et faire dans le Grand Yaoundé

(villes et communes qui forment la

ceinture de la Ville)

a) Axe Yaoundé-Nsimalen-Parc de Transition de Mfou-Ebogo-Mengueme

Découverte de la Faune mammalienne du Parc National de la Méfou situé à 45 Km au Sud de Yaoundé.

Ebogo : Site écotouristique

Une initiative de l'Organisation Mondiale du Tourisme et de l'Etat du Cameroun. Ecolodge, randonnée en pirogue sur le fleuve Nyong, découverte de l'arbre qui date de plus de 300 ans, sentiers botanique pédestre, danse traditionnelle des populations locales, chasse aux papillons.

Mengueme et site écotouristique.

Site d'une coopérative touristique situé à gauche du fleuve Soô lorsque vous allez à Ebolowa.

b) Axe Yaoundé-Okola-Obala-Nkoteng-Mbandjock

• **Okola** : Trekking sur le mont Mbaminkon Kala (2500m), montagne aux Picatharte, oiseaux mythiques endémiques au Cameroun.

• **Obala** : ville coloniale de l'occupation allemande

• **Nachtigal** : chutes de Nachtigal

• **Mbandjock** : Sanaga Beach, site authentique

c) Axe Yaoundé-Ngoumou-Mbalmayo

Royaume des grottes et rochers aux chauves-souris

• **Cathédrale d'Akono**



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

26

LE GUIDE
DU VISITEUR



Les écoles de football de Yaoundé

Le Cameroun, l'une de meilleures nations d'Afrique du football a plusieurs écoles de formation. Nous ne citerons que les plus grandes qui ont formé les grandes stars du football professionnel qui exercent à l'étranger :

Louves MINPRFF Football féminin : Marlène Meyong, Gabrielle Aboudi Onguene, Ngo Ndom, Abena Thérèse, Zouwaratou Moussa, Dabada Claudia.

APEJES Academy de Mfou. Joueurs formés : Frank Boya, Samuel Oum Gouet.



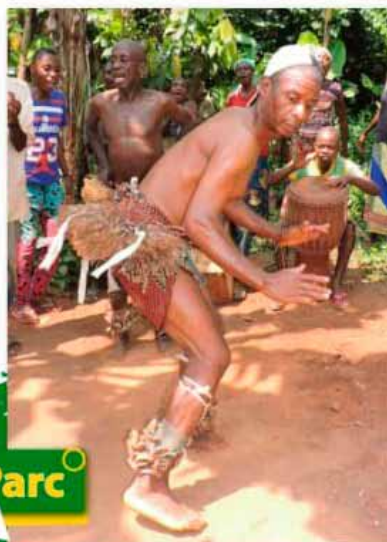


Le **Groupe KADJI** défend les valeurs d'excellence,
d'intégrité et de courage entrepreneurial.
Fiers d'être Camerounais.



Ministère des Forêts et de la Faune
Parc National de Lobéké
Segment Cameroun du Tri-National de la Sangha

Une diversité des us et coutumes des communautés autochtones Bantu et Baka vivant en périphérie et dans le Parc National de Lobéké



▶ Visitez le Parc

Les différents Parcs dans le TNS

- Parc National de Lobéké
- Parc de Nouabale Ndoki
- République du Congo
- Aire Protégées de Dzanga Sangha RCA

Tridom segment Cameroun :

Parc National de Nki, Parc National de Bouba-Bek



Lieu : Mamebe

Distance : - 441 km de Bertoua

- 166 Km de Yokadouma

- 275 Km Bertoua - Yokadouma

+237 694 44 03 40

Parc national de lobeke officiel

Lobeke National Park TV

www.parcnationaldelobeke.org



Points de vente des billets d'accès aux stades, site de Yaoundé

- Etoudi 6^{ème} Arrondissement
- Stade Omnisport (près de la Brigade de Gendarmerie)
- Ekounou (Hôtel de Police) Commissariat Central N°4
- Ronds-points : Nlongkak, proximité poste de Police
- Rond-point Express –Sous-Préfecture Yaoundé 6
- Palais Polyvalent des Sports de Yaoundé
- Carrefour MEEC (Nouvelle route Nkolbisson, proximité de police)
- INJS, face Commissariat 5^{ème}
- Odza Commissariat 15^{ème} Arrondissement



Ministère des Forêts et de la Faune
 Parc National de Lobéké
 Segment Cameroun du Tri-National de la Sangha

Une diversité d'espèces de grands mammifères unique,
 mondialement reconnues qui doit être protégé



Visiter le Parc

Mambale
 Distance : - 441 km de Bertoua
 - 166 Km de Yokadouma
 - 275 Km Bertoua - Yokadouma
 - 1H30 par vol

Les différents Parcs dans le TNS
 - Parc National de Lobéké
 - Parc de Nouabale Ndoki
 - République du Congo
 - Aire Protégées de Dzanga Sangha RCA

Tridom segment Cameroun :
 Parc National de Nki, Parc National de Bouba-Bek



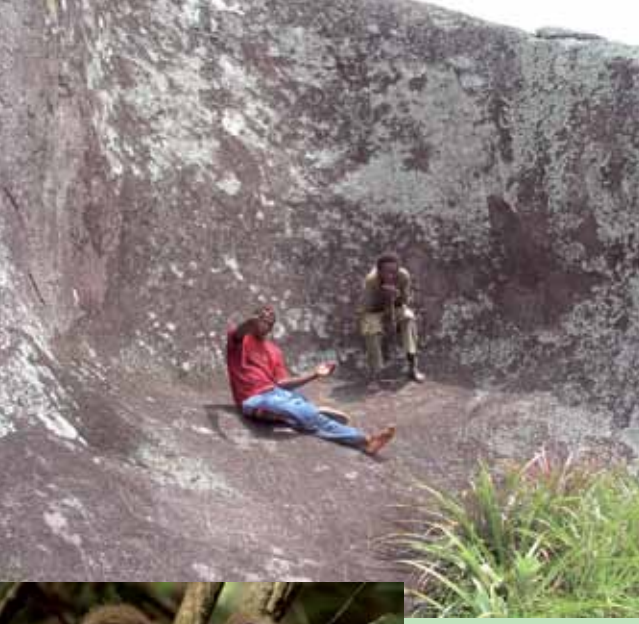
+237 094 44 03 40 Parc national de lobeké officiel Lobéke National Park TV www.parcnationaldelobeké.org

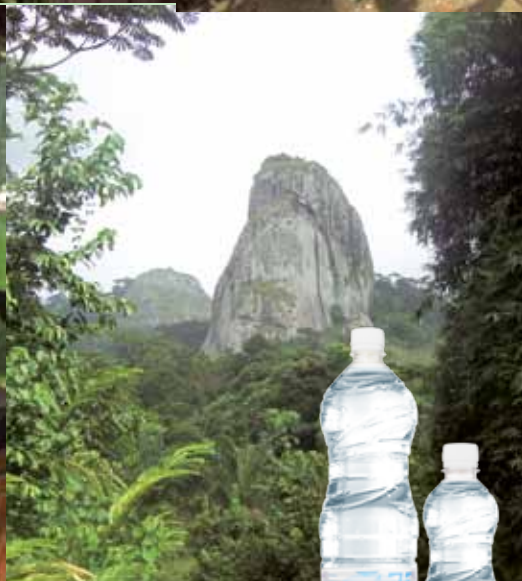
CAN TOTAL ENERGIES CAMEROUN 2021

PRIX DES BILLET D'ACCES AUX STADES DURANT LA COMPETITION

Phase de poules : simples	Phase de poules : doubles confrontations	Huitièmes de finale	
3 000F	4 000F	3 000F	
5 000F	6 000F	5 000F	
8 000F	10 000F	8 000F	
Quarts de finale	Démi-finales	Troisième place	FINALE
5 000F	6 000F	3 000F	7 000F
10 000F	12 000F	5 000F	16 000F
15 000F	20 000F	8 000F	20 000F

Kick442.com @Kick4422







Mot du maire de la ville de Yaoundé

*Mesdames et Messieurs les Professionnels
et Fans du football africain,*

Les populations de la cité capitale et ses environs par ma voix sont particulièrement heureuses de vous accueillir dans la ville aux 7 collines, à l'occasion de la grande fête continentale biennale du football, j'ai nommé « la Coupe d'Afrique des Nations », ce prestigieux sport qui déchaîne tant de passions de par le monde.

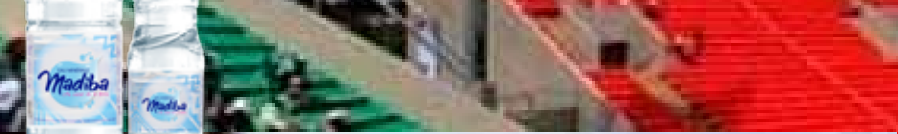
Au-delà de l'intérêt somme toute légitime que charrie ce Sport-Roi, il y a non seulement cette communion entre les peuples toutes tribus, races, nationalités et catégories sociales confondues, mais aussi et surtout, cette opportunité pour les élus locaux que nous sommes, d'inciter les nombreux visiteurs venus de par le monde à découvrir les atouts touristiques de nos collectivités, question de leur permettre de joindre l'utile à l'agréable d'une part, et à nos populations de bénéficier des retombées d'un tel évènement d'autre part.

Excellent séjour à Yaoundé.



Le Maire de Yaoundé





Poule de Limbé, Région du Sud-Ouest



1. Ce qu'il faut savoir avant de s'y rendre
2. Informations pratiques et utiles pour votre séjour
3. Que découvrir dans la ville et ses environs pendant votre séjour



Calendrier des matchs de la poule Limbé-Buéa

Journée 1

Mercredi 12 janvier

- Tunisie - Mali, à Limbé
- Mauritanie - Gambie, à Limbé



Dimanche 16 janvier

- Tunisie - Mauritanie, à Limbé
- Gambie - Mali, à Limbé

Journée 2

Jeuudi 13 janvier

- Cap Vert - Burkina Faso, à Yaoundé
- Cameroun - Éthiopie, à Yaoundé

Vendredi 14 janvier

- Maroc - Comores, à Yaoundé
- Gabon - Ghana, à Yaoundé

Journée 3

Jeuudi 20 janvier

- Sierra Leone - Guinée équatoriale, à Limbé
- Gambie - Tunisie, à Limbé



Huitièmes de finale

Dimanche 23 janvier

- (match 1) 2e groupe A - 2e groupe C, à Limbé

Mardi 25 janvier

- (match 8) 1er groupe F - 2e groupe E, à Limbé

Quarts de finale

Dimanche 30 janvier

- (match C) Vainqueur match 7 - Vainqueur match 6, à Yaoundé



1. Ce qu'il faut savoir avant de se rendre à Limbé

1.1. Histoire de Limbé

La ville de Limbé, anciennement appelée Victoria, fut fondée en juin 1858 par le pasteur Alfred Saker, avec une colonie d'esclaves libérés sur cette baie. En 1884, la Grande-Bretagne établit le Protectorat de la baie d'Ambas dont Limbé était la capitale, avant de la céder à l'Allemagne en 1887.

Après le traité, Limbé et ses environs sont restés sous administration britannique et n'ont pas fait partie de la nouvelle colonie allemande Kamerun. Le 7 mai 1886, la Grande-Bretagne et l'Allemagne conviennent d'échanger la localité et ses environs contre des droits allemands sur la rivière Forcados au Nigeria et sur St. Lucia, KwaZulu-Natal en Afrique du Sud. L'administration allemande rétrocède Limbé et ses environs le 28 mars 1887. Plus tard, des missionnaires presbytériens suisses y achètent des propriétés.

Le nom de cette ville provient en fait d'une mauvaise prononciation du nom d'un ingénieur allemand, Limburgh. Selon les récits oraux, cet ingénieur était responsable de la construction d'un pont sur l'une des rivières de la ville et au fil du temps, celle-ci fut associée à cet ingénieur.

Cette cité balnéaire deviendra britannique en 1915 et changera de dénomination en 1982 suivant un décret présidentiel pour devenir Limbé.

Le gouvernement camerounais a récemment reconnu Limbé pour le rôle que cette cité a joué dans la traite négrière transatlantique en tant que point d'embarquement des esclaves en provenance de l'intérieur du pays et à destination des Amériques.

C'est ainsi que des travaux d'aména-

gement et de restauration du site de Bimbia situé à 10 mn de Limbé, ont été entrepris dans le cadre du développement et de la promotion du tourisme de mémoire qui intéresse de nombreux chercheurs, et attire également de plus des afro-américains descendants d'anciens esclaves et soucieux de retrouver leurs racines africaines.

1.2. Comment s'y rendre

Limbe, ex Victoria, fondée en 1858 par le missionnaire Anglais Alfred Saker, est une belle ville située sur la côte Ouest Atlantique.

a) Accès par route

A partir de Bafoussam, Douala et Yaoundé :

Compagnies de transports : Mussango Express, Touristic Express

Pour ceux qui viennent de Garoua, prendre l'avion pour Douala puis transfert en voiture.

Pour ceux qui sont dans la poule du Nord, prendre vol CAMAIRCO pour Douala, puis transfert en bus pour Limbé.

b) Accès par mer

Ceux qui viennent du Nigeria par mer descendent au port de Limbé ou Idenau (35 km de Limbé).

c) Les stades

Trois stades existent à Limbe :

- Stade de compétition situé à 7km du centre-ville, route SONARA, à Nguéme
- Stades d'entraînement : 1 stade à Bota près de l'hôpital, l'autre en face du jardin botanique

Buea : il existe deux stades d'entraînement : Molyko (centre-ville Molyko) et Buea Town (1km du palais du Gouverneur allemand)



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

38

LE GUIDE
DU VISITEUR



2. Informations utiles et pratiques pour votre séjour dans la poule

2.1. Où vous loger

a) Hôtels agréés par le COCAN

Centre-ville. La ville est dotée d'une soixantaine d'hôtels dont plus de 35 non classés et 25 classés par le MIN-TOUL. On trouve les hôtels de catégorie 1 à 4 étoiles.

Atlantic Beach Hotel ★★★

Il a été entièrement rénové par l'Etat du Cameroun pour abriter le CHAN 2021 et la CAN 2021 avec une extension de quatre nouveaux bâtiments luxueux de 12 chambres chacun.

Contact : Tél. 233 33 23 32 / 675 130 093 et 679 27 13 66

Email : abhcomplex@yahoo.com

Hébergement : Atlantic Beach hôtel dispose d'une capacité totale de 68 chambres comprenant : chambres standard (ancien bâtiment) : 14 chambres ; nouveaux bâtiments 4x12 : 48 chambres ; appartements VIP : 6

Fini Hotel ★★★

Tél. (237) 233 33 26 97

Fax : 233 33 20 15

Cell. : 691 088 649 / 670 06 70 05

B.P. 590 Limbe

E-mail : fini@finihotel.com

Hébergement : la capacité d'hébergement est de 75 chambres

Dans les environs du Stade

Omnisport Hotel ★★★

Salle de réunion-restaurant-parking-

Entrée stade Limbé

Tél. +237.669 71 74 49 / +237 694

52 36 69 / +237 680 67 89 02

Email: booking@hotelomnisport.

com - www.hotelomnisport.com

Hébergement

20 chambres : simples, standards et VIP équipées

Hôtel à Buea

Mountain Hotel Buea ★★★

Email: info@

mountainhotelcameroon.com

Tel: +237 33 32 22 99

Tel: +237 33 32 20 88

Fax: +237 33 32 26 56

Website: http://

mountainhotelcameroon.com

Parliamentarian Flats ★★★

Upper GRA on the way

to Radio Buea,

Phone

Fixed: (+237) 233 324

598 / 233 323 358

Mobile: (+237) 656 783

936 / 675 247 766

de 78 chambres et suites.

Bota and Sonara Road

Savoy Palms Hotel ★★★★★

Cité Sonara

Tel. 677.979.647/ 690 024 028

Email : guestservices@

savoye-palmx.com

www.savoyepalmz.com

Capacité totale : 30 chambres y

compris les suites et appartements



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

39

LE GUIDE
DU VISITEUR



Prix des chambres :
35 000 - 250 000 Fcfa

Sur la route de Gueme et Batoké

Golden City Hotel (RENCO) ★★★

Ngueme, route de la SONARA
Tél. 690 56 67 32 / 655 91 29 02 / 676 08 85 83

Email. reinco2005@yahoo.com/
reinco_2005@yahoo.fr - www.reinco-
hotel.com

REINCO dispose d'une capacité totale
de 90 chambres réparties comme suit :
30 chambres individuelles
24 appartements de 2 chambres
3 appartements de 3 chambres

Splendeur Hôtel

Situé en bordure de mer à Ngueme
route de la SONARA, sur une
superficie d'environ 3 ha.

Tél. 6991 2940 et 691 346 801

Email. info@thesplendeur.com

Hébergement : capacité actuelle
exploitable : 16 chambres

Prix appliqués actuellement :
56 000-250 000 Fcfa.

REINCO Hôtel ★★★

Bobende

Contact : 679 556 031.

Hébergement : Reinco dispose d'une
capacité d'hébergement de 87 lits com-
prenant :

30 chambres simples
48 chambres à 2lits
3 Chambres à 3lits (9)

Seme New Beach Hotel ★★★

Tél. 237 243 64 24 85
237.677 93 45 46 / 237.690 05 73

63 semebeach@gmail.com

115 chambres

Prix des chambres :

85 chambres individuelles :
25 000 Fcfa/38.11 euros
Chambre double : 35 000 Fcfa -40
000 : 53.35-61 euros 25 suites :
50 000 Fcfa soit 77 euros
8 appartements : 50 000-90 000

Fcfa, soit 77-137 euros

2.2. Où manger

a) Restaurants classiques

Restaurant BERRYS, Sappa Road

- Spécialités Bakwéri-Banyangui
Ekwang, Kwakoco and Banga
soup, Eru, Okro soup : Plats de
1500-2500 Fcfa - Salle climatisée

PIZZA House - Spécialités Bakwéri- Banyangui-Nord-Ouest, Douala.

Située en face ECOBANK Sappa Road
Ekwang, Kwakoco, Kati kati-
Beans Dodo. Ouvert de mardi
à dimanche de 10h-22h
Tél. 650 180 228/692 978 260

• Botanic Garden Restaurant

• Fini Restaurant, Hôtel FINI

• Seme Beach Restaurant

«Le Corail»

b) Manger dans les points chauds de la ville

En journée

Poisson braisé, les pieds dans l'eau, à
Down Beach. Après la rue des banques.

Dans la nuit

Church Street (juste après
l'entrée du marché, après la
station Total) Garden Street.

2.3. Night-clubs

Down beach

- Cabaret Neptune
- Maxims Cabaret Bamboo
- Cabaret Frienchies Snack
- Mars Snack
- Victoria Royal Snack
- Ocean Blue Night-Club
- Limbe Palace Cabaret
- Palace Night-club
- C'est le Moment bar dancing

New Town

- Jeliz Snack, Bobende
- Calypso Night-Club, Fini Hotel



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

40

LE GUIDE
DU VISITEUR





3. Que découvrir en fonction de votre temps et disponibilité

3.1 Dans la ville

a) Le Jardin botanique de Limbe

Il est situé en face du stade d'entraînement de Bota. Le jardin botanique de Limbe vous offre une balade paisible à travers la surprenante flore de la région côtière et tropicale d'Afrique ! Ce parc de 50 hectares offre une grande diversité de plantes et d'arbres remarquables.

Un voyage pour les sens pour petits et grands, pour les couples en voyage de noces, d'anniversaire de mariage. Laissez-vous guider par les senteurs et les couleurs des tropiques à travers les différentes collections dont plus de 30 sont endémiques : les orchidées et bien d'autres fleurs et oiseaux magnifiques parsèment et accompagneront votre parcours. Belle visite.

b) Limbe Wildlife Center (Zoo)

Il a été créé depuis plusieurs décennies, mais restructuré en Limbe Wildlife en 1993. Il est situé entre les deux stades d'entraînement Middle Farms Stadium et le Centenary Stadium de Limbe. Sa mission est d'éduquer les populations afin que chacun prenne conscience de la nécessité de préserver l'exceptionnelle diversité de la faune et de la flore du Cameroun. Il couvre une superficie de près de 44 hectares. L'objectif initial était de créer un sanctuaire pour les chimpanzés. Il abrite et soigne aujourd'hui 15 espèces de primates dont les gorilles, mandrills, babouins, drills, mangabeyes, chimpanzés, cercopithèques,

c) Down Beach et le retour des pêcheurs

Down Beach vous donne l'occasion de découvrir le retour des pêcheurs, leurs livraisons aux grossistes, braiseurs et particuliers.

Bimbina et la Route des Esclaves et des

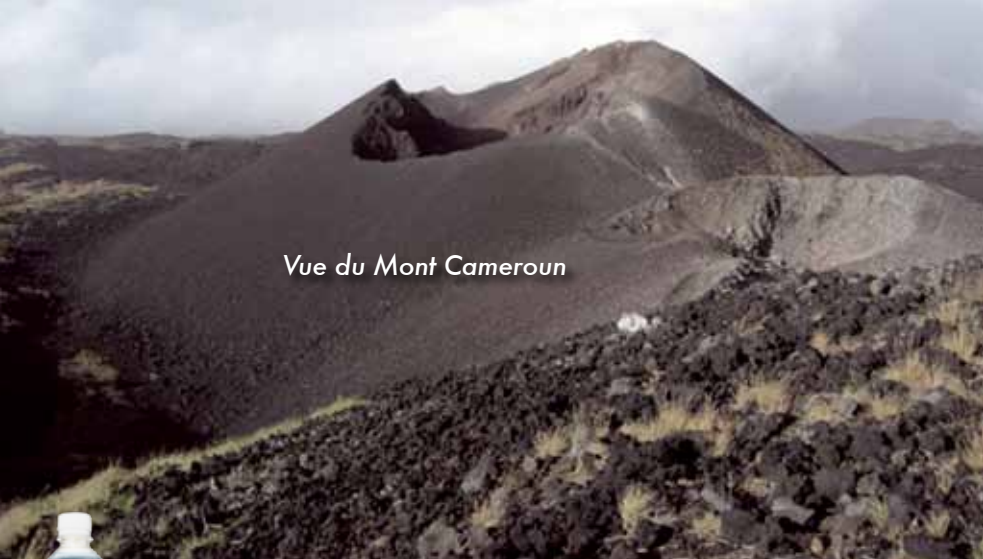


INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

41

LE GUIDE
DU VISITEUR





Vue du Mont Cameroun



premiers missionnaires au Cameroun Située à 8,5 km de Douala, Bimbia fut l'une des stations d'embarquement des esclaves vers l'île de Gorée et vers Fernand Do Pô (actuelle Malabo).

A VOIR

- Les canons de guerre des Allemands, Nichol Island (où le chef Manga William cachait des hommes qu'il ne voulait pas vendre et des objets précieux).
- La première usine britannique construite en 1949
- Les plages aux pierres noires
- La route des premiers missionnaires, Alfred Saker et Joseph Merrick. C'est à Bimbia (à Bonabilé) qu'ils construisirent la première imprimerie pour produire la Bible.
- Le site de la première huilerie du Cameroun. Faites attention : ce site est présenté comme le site des esclaves par les services de la Mairie de Bimbia. Ne vous fiez pas à cette déclaration.

A FAIRE

- Balade en pirogue vers l'île Nichol. Randonnée pédestre le long de la côte pour découvrir la première usine d'huile de palme

- Bimbia Bonadikombo Community Forest Reserve (la réserve forestière de Bonadikombo).

d) Baignade au sable noir de la plage de Limbé, spécifique au monde, au pied du Mont Cameroun (4100 m)

e) Trekking au Mont Cameroun

Le Mont Cameroun (4100m) est le sommet le plus élevé d'Afrique après le Mont Kilimandjaro (5858m). La diversité biologique de cet espace de montagne a poussé le gouvernement à ériger la montagne en un parc national pour mieux préserver les ressources du milieu. Itinéraire : Buea à partir de l'hôtel Mountain ou Parliamentary Flat, Upper Farm-entrée du parc-refuge 1 (2 à 3h) et fin de la forêt. Si vous avez assez d'énergie, continuez aux deux autres refuges avant d'atteindre le point culminant, sommet de la montagne à 4100m. Nuit sous tente, ou vous descendez dormir au 3ème refuge où un ecolodge a été construit pour accueillir les touristes.

Frais d'entrée au Parc National du Mont Cameroun 5000F/J étranger non résident, 3000F/J étranger résident, 1500F/J Camerounais.

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

42

LE GUIDE
DU VISITEUR





3.2. Hors de la ville

a) Axe Limbe-Idenau

Visite Seme New Beach. Trekking au Mont Cameroun, zone de Bakingili pour découvrir les laves solidifiées de 1999 ; Debunsha : randonnée découverte des phares allemands et français, lac de cratère. Idenau : port de pêche et embarquement/débarquement pour le Nigeria

Ceux qui sont résistants peuvent faire du trekking pour découvrir les chutes de Bomana.

c) Axe Limbe-Bojongo-Buea

Trekking au Mont Etindi (2500m). Prendre la piste pour le départ à Bojongo, ville des premiers missionnaires (Engelberg ou Bojongo 1894) baptistes américains et catholiques.

Le Foyer de Charité de Bonjongo se situe au sommet d'une collinette au flanc est du Mont Cameroun à 4 degrés 2' nord de l'équateur et à 9 degrés 3' est, à une altitude de 500 mètres pile.

Route du Thé de Tolé. Vaste plantation de thé située sur l'axe Bojongo

Ville de Buea

- Ancien palais du gouverneur allemand
- Monument du Cinquantenaire
- Bismark Fountain
- Cimetière allemand



Image pont en liane
Korup à Mudemba
(Sud-Ouest)

Découvrir les académies football de la Région

Limbe

La Njalla Quan Sport Academy

Limbe, Man O' War Bay

Tél. 677 42 06 34. Site internet : www.nqsacademy.com

Buea

Centre académique des Sports Mont Cameroun (CASMC) ou Mount Cameroon Academic and Sporting Center (MCASC)

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

43

LE GUIDE
DU VISITEUR





Les organisateurs de circuits et trekking

Limbe

- **Flora Travel and Tour**

Black and White Round-About

Mobile: + (237) 678 55 39 13 / 677 68 00 68

WhatsApp Number: (237)

678 55 39 13 / 677 68 00 68

- **Mount Cameroon trekking**

Mount CEO. Tél: 233 32 20 38

<http://www.mount-cameroon.org/>

info@mount-cameroon.org

- **Queen Tour Mount Cameroon**

Behind Molyko Omnisport Stadium,

Buea ; Tél : 677 16 18 61

mountcameroontour@gmail.com

<http://www.mountcameroontour.org/>

- **Mount Cameroon National Park Buea**

Tel (Office): (237) 243 65 443 4- (Mobile): (237) 675 33 28 71

Bangem

- **Trekking Mount Muanguba**

Organisé par la Commune de Bangem

**Spécial
Drinks**
Feel fresh, feel young, feel Spécial!

50 ANS
UNION CAMEROUNAISE DE BRASSERIES

**Nouveau Style
même Goût
Spécial!**

iboga

UNION CAMEROUNAISE DE BRASSERIES
www.ub-ucb.com



Feel fresh, feel young, feel Spécial!

Contrôlez votre consommation de sucre.







Le **Réseau des Experts du Tourisme en Afrique Centrale (RETAC)** est une association à vocation sous régionale qui travaille dans le cadre de la valorisation des secteurs de l'Economie Verte en Afrique Centrale

Vision

Pour le **RETAC**, l'écotourisme est certainement l'une des voies idéales pour accélérer la diversification de l'économie des Etats en raison de sa capacité d'entraîner le développement d'autres secteurs économiques à haut potentiel socio-économique sous exploités.

Mission

Créer une plate-forme d'échange entre les experts du tourisme des 11 États d'Afrique Centrale, sensibiliser les acteurs du tourisme dans l'application des bonnes pratiques du tourisme durable, accompagner les professionnels du tourisme dans les différentes mesures d'atténuation du changement climatique.

Objectifs

Appuyer les Etats d'Afrique Centrale dans la diversification de leur économie au moyen du tourisme durable;

Accompagner le Système de l'Economie Verte en Afrique Centrale (SEVAC), une initiative de la CEEAC, approuvée par les Chefs d'Etats;

Accompagner le Fonds bleu du Climat adopté en Mars 2018 par les Chefs d'Etats;

Appuyer la mise en œuvre des différents programmes des partenaires bilatéraux et multilatéraux d'Afrique Centrale dans la promotion et de développement des bonnes pratiques en tourisme durable;

Susciter la prise en compte du changement climatique ainsi que les mesures d'atténuation dans les programmes touristiques;

Valoriser les ressources naturelles et culturelles de la sous-région du Bassin du Congo;

Encourager et accompagner le secteur privé dans le développement et la promotion du tourisme durable



France : +33 1 45 99 04 24 - Espagne : +34 629350894
Cameroun : +237 699 937 887 +237 676 111 148 +237
699 917 246 - Tchad: + 235 66 29 69 36
contact@retacworld.africa.com
<http://www.retacworld.africa.com/>

Limbe City Mayor Welcome Adress

Ladies and Gentlemen, dear visitors and supporters

The people of Limbe and I welcome you to this historic and seaside resort town. The city is located at the foot of Mount Cameroon, the second highest mountain in Africa, and is strewn with rocks and solidified lava from volcanic eruptions, giving you the opportunity to combine sea , mountain and national park.

During off-peak hours, days between competitions, Limbe offers several tourist attractions and leisure activities, with many tourism products including; Several tourist products, notably, trekking in the mountains, memory tourism with the Bimbria slave route, adventure and discovery, with the Tea route, German city of Buea, Debunsha lake, German and French lighthouses, etc.; seaside tourism, with a vast expanse of beach that extends to Idenaou.



Welcome to Limbe

Mayor of the City of Limbe

Points de vente des billets d'accès au stade, site de Limbé/Buea

Site de Limbe-Buea

Limbe

- Commissariat Central
- Préfecture Down Beach

Buea

- Commissariat Moliko
- Mairie de Buea



Poule de Douala, Région du Littoral



1. Douala en bref
2. Informations pratiques et utiles pour votre séjour
3. Que découvrir dans la ville et ses environs...

Monument Rond-point Deido à Douala (Frank Bofeli Jovago)



Calendrier des matchs de la poule Douala

Journée 1

Mardi 11 janvier

- Algérie - Sierra Leone, à Douala
- Nigeria - Égypte, à Garoua



Mercredi 12 janvier

- Guinée équatoriale - Côte d'Ivoire, à Douala



Journée 2

Jeudi 20 janvier

- Côte d'Ivoire - Algérie, à Douala
- Mali - Mauritanie, à Douala



Journée 3

Lundi 17 janvier

- Cap-Vert - Cameroun, à Yaoundé
- Burkina Faso - Éthiopie, à Bafoussam



Mardi 18 janvier

- Gabon - Maroc, à Yaoundé
- Zimbabwe - Guinée, à Yaoundé



Mercredi 19 janvier

- Égypte - Soudan, à Yaoundé



Huitièmes de finale

Mercredi 26 janvier

(match 7) 1^{er} groupe E - 2^e groupe D, à Douala

Quarts de finale

Samedi 29 janvier

(match D) Vainqueur match 5 - Vainqueur match 8, à Douala

Demi-finales

Mercredi 2 février

Vainqueur match A - Vainqueur match D, à Douala



1. Ce qu'il faut savoir avant de se rendre à Douala

1.1. Douala en raccourci

Douala est la principale porte d'entrée du Cameroun, par sa proximité au fleuve Wouri qui se jette directement dans la mer. Cette proximité à l'Océan Atlantique va favoriser le commerce des esclaves, la traite, et plus tard l'implantation des du commerce de l'ivoire, huile de palme.

Les Portugais, qui sont les premiers Européens à visiter l'espace occupé par les Duala donnent au fleuve Wouri le nom de Rio dos Cameroes, qui par altération devient Cameroons, puis Kamerun et enfin Cameroun. Les premiers missionnaires qui ont débarqué dans cette ville sont les baptistes, avec Joseph Merrick, Jackson Fuller, Alfred Saker qui vont s'installer et s'engager dans l'œuvre missionnaire des peuples côtiers avec la construction des temples, la traduction de la bible en duala, bassa, et se sont également engagés dans la formation des pasteurs. Après les missionnaires, les Allemands ont signé un traité de protectorat avec les chefs duala le 12 juillet 1884, lançant ainsi le début de la colonisation allemande et un grand chantier de construction du pays.

Le gouverneur allemand Von Puttkamer par un décret signé le 1er janvier 1901, fait de Douala, la première capitale du Cameroun. Par ces mêmes faits, elle lègue son nom d'origine (Kamerunstadt) à l'ensemble du pays.

Sous les administrations allemande et française, Douala devient le siège des grandes firmes coloniales (Woer-

mann, Jantzen und Thörmalhen, PZ, RW King, SCOA, SHO, CFAO...), et la tête de ligne de la plupart des transports du territoire. Les activités économiques qui se diversifient provoquent les migrations des peuples de l'intérieur en quête d'emploi. Grâce à ce vivier, Douala devient le creuset du mouvement ouvrier, puis de la contestation politique. (Source : Dr Emmanuel TCHUMTCHOUA, Prof Albert François, Douala : Histoire et patrimoine : 2011)

1.2. Comment y arriver

a) Par route :

Depuis Limbe (65km) par bus : Mussango, Touristique
De Yaoundé (245km) par bus : Touristique Express-United-General Express voyages-FINEX-MEN Voyage-BUCA Prestige-FINEXS Voyages Prestige
De Bafoussam par Bus : General, Touristique, Global

b) Par avion

- De Bafoussam (30 mn) : 35 000-45 000 Fcfa
- De Yaoundé (30 mn) : 35 000-45 000 Fcfa
- De Garoua (2 heures) : 190 000 Fcfa

1.3. Comment aller au stade Japoma si vous êtes en ville (Akwa-Bonanjou-Bali-Bonamoussadi)

- Prendre le taxi course aller : 4000 Fcfa
- Pour la durée du match : 15 000 Fcfa



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

54

LE GUIDE
DU VISITEUR



2. Informations utiles et pratiques pour votre séjour dans la poule

2.1. Où vous loger

Hôtels agréés par le COCAN

Bonanjo (quartier administratif)

Hôtel Onomo ★★★★★

Adresse : Av. du Général de Gaulle, Douala
Tél. 695 00 00 00

A partir de 58 000 Fcfa/nuitée

La Falaise Bonanjo ★★★★★

Centre administratif

Tél. 233 42 46 46 / 233 42 59 14

E-mail: clomonkam@yahoo.fr

90 chambres/appart (35 000-60 000 Fcfa). PDJ : 4500 Fcfa

Prix des chambres : [35 000-60 000 Fcfa]

Hôtel Ibis ★★★★★

Rue Pierre Loti Bonanjo
Accès handicapés-coffre-fort individuel

160 chambres sur 3 étages

Tél. 237 233 42 57 60

Fax : 233 42 36 08 / 699 99

99 43 www.ibishotel.com

Akwa

Hôtel Krystal Palace ★★★★★

Boulevard de la Liberté Akwa

Hôtel Résidence La

Falaise ★★★★★

Piscine-salle de réunion-parking-restaurant bar

130 chambres,

appartements et suites

Nuitée : 85 000 Fcfa

503 Boulevard la Liberté

Tél. 237 233 43 28 32/699

68 18 13/233 43 28 38

Email : info@residencelafalaise-net
www.residencelafalaise.net

Bonapriso

Hôtel La Falaise ★★★★★

Tel. +237 233 42 46 46 /

+237 233 42 59 14

+237 698 42 80 91 /

+237 673 31 05 14

Fax : +237 233 42 68 91

E-mail : info@

hotellafalaisebonanjo.com

Réservation : reservations@

hotellafalaisebonanjo.com

100 chambres de

60 000-85 000 Fcfa

Star Land Hotel ★★★★★

Contact : BP 5485

Douala-Cameroun.

85, Rue Dominique SAVIO

Primaire, Bonapriso

Tél. +237 653 07 49 49 / 653

08 70 70 ; info@starlandhotel.com.

Site web : <https://www.starlandhotel.com>

62 chambres standard, 6

suites, 2 appartements.

Nuitée : 75 000-250 000 Fcfa

Best Western Plus ★★★★★

Aéroport de Douala

127 chambres inclus

appartements et suites

11 salles de réunions et banquets

A partir de 57 000 Fcfa



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

55

LE GUIDE
DU VISITEUR





Autres hôtels recommandés par le Guide à Douala

Hôtel Sawa ★★★★★

488 rue Verdun, Bonanjo
Tél. 237.233 50 14 00 / 237 233 42 38 71

Email : reservation@hotelsawa.com
Hébergement : 288 chambres réparties sur 8 étages ; 13 suites juniors et 2 suites seniors
A partir de 69 000 Fcfa

K. Hotel ★★★★★

729, rue Christian Tobie Kuoh, Bonanjo, Douala tél. +237 233 50 74 00. Email : reservations@fr.khoteldouala.com
114 chambres et appartements.

Hôtel Prince de Galles ★★★

Akwa près direction Activa à partir de 78 000 Fcfa

Planet Hotel ★★★

Situé la rue Boué Lapeyrère Akwa, ancien AMACAM
Tél. (237) 233 43 31 31 / (237) 677 11 88 68 / (237) 675 29 47 77, reservation@planethotel.com
Hébergement : 52 chambres et suites

Hotel Bano Palace ★★★

Rue Drouot, face Lycée d'Akwa
Tél. 233 43 77 58/233 43 77 59
Email : hotelbanopalace.net reservation@hotelbanopalace.net
Hébergement : 100 chambres, appartements et suites. Prix : 99-177 euros soit (65 000-120 000 Fcfa)

Futuris Hotel ★★★

Tél. +237 243 78 77 70 / +237 679 99 65 75 /+237 694 05 21 39
E-mail: hebergement@futurishotel.com

Bali

Hôtel SOMATEL ★★★

Bali Douala
Tél. +237 222 20 95 36/222 21 16 42
Email : contact@somatelhotel.com
Hébergement : 52 chambres; aappartements et suites.

Hôtel Design ★★★

Bali/ 55 chambres. Bali Jonction rue Bertaut et rue Prince Bell
Tél. 237 670 99 99 62- 690 90 05 28 reservation@doualadesignhotel.com

Dreams Hotel ★★★

Yassa Tel: +237 6 95 48 60 90
E-mail: hotelthedreams@gmail.com



INFORMATIONS PRATIQUES ET UTILES

56

LE GUIDE DU VISITEUR



2.2. Où manger

a) Les restaurants

Cuisine Asiatique / Asian dishes

Aladin (libanaise) Bonapriso, Rue Dominique Savio. BP 1108 Douala ; Tél. 233 43 28 27

Angkor Tél. 233 42 75 29

Aux Baguettes d'Or (cuisine chinoise) Bonopriso; rue Tokoto BP 408 Tél. 233 42 35 49

Chez Wou (chinoise) Bonanjo

Av. de Gaulle BP 4595 Tél. 233 42 33 10

Chinois (cuisine chinoise) Tél. 233 42 85 61

Le Dragon d'Or (Cuisine chinoise) Akwa, bd de la Liberté Tél. 233 42 74 88

Le Pékin (cuisine chinoise) Tél. 233 43 28 36

Okinawa (cuisine japonaise) Bonapriso, Rue Dominique Savio Tél. 233 42 69 10

Oriental Garden (cuisine chinoise) Bonapriso, Rue Afcodi BP 12949 Tél. 233 42 69 38

Séoul Tél. 233 42 74 37

Shanghai (Cuisine chinoise) Bonapriso, Av. Paul Soppo Priso.

Cuisine européenne/European dishes

Bistrot Latin Bonapriso, Rue Bâtibois Tél. 233 83 11 84

L'Aquarius (française) Bonanjo, route Base navale BP 3547 Tél. 233 47 37 43

Le Beaujolais (française) Bonapriso, Rue Tokoto Tél. 233 42 7 14

Le Cabanon (française) Bonapriso, Rue UTA Tél. 233 42 20 00 / 233 42 10 00

Le Canari (franco-camerounaise) Bali, Rue Prince Bell Tél. 699 97 87 87

Le Castel (cuisine française) Akwa rue Betote Akwa, Face hôtel Beauséjour BP 6206 Tél. 233 42 76 43

La Coupole (cuisine italienne, libanaise) Bonanjo. av. de Gaule Tél. 233 12 29 60

Le Deauville (française) Bonapriso, rue Dominique Savio Tél. 233 41 22 74

La Fourchette, restaurant-bar-pizzeria, Salle de Squash, Akwa, rue Franqueville, entre SHO et AXA BP 5951 Tél. 233 12

13 88

La Broche, Bonapriso, rue sortie Casino
Tél. +237 675 444 361

Bombay Masala, Rue Njoh Njoh Tel
+237:675 29 88 15 - 675 29 88 16 - 652 18 86 41

Restaurant Ovalie, Rue Soppo Priso
Tel +237699 6005 11

La Méditerranée (grecque), face Akwa
Palace Tél. 233 12 30 69

Le Paradise (cuisine française) Bonapriso, rue Tokoto BP 13226 Tél. 233 83 31 55

Le Provençal (européenne et...) Tél.
233 12 70 17

Le Sénat (française, italienne).

Piano Bar Akwa, Rue Boué de la Peyrière Tél. 233 43 23 16

Le Sorento (cuisine française) Bonapriso, rue UTA Tél. 233 42 13 04

Le Tourne-Broche (cuisine française) Akwa, Bd de la Liberté Tél. 233 12 26 01 / 233 42 05 40

Marina Plaisir, Bonanjo BP 916 Tél. 699 92 40 13 Fax: 233 43 29 11

Pacha (spécialités françaises et libanaises) Bonapriso, Rue Njo-Njo BP 5908 Tél.: 233 42 13 12

Péché Mignon (française) Bonapriso, rue score BP 1985 Tél. 233 13 25 41

Restaurant Italien, Bonapriso, Rue Njo Njo

Piccola Venezia, Av Paul Soppo Priso, Bonapriso. Restaurant italien. Cuisine méditerranéenne - Tél. 699 93 17 21

Cuisine camerounaise et africaine/ Camroonian and African dishes

La Chaumière

Restaurant Jazz Club Face Clinique Soppo, Bonapriso Tél: +237 680 05 86 74
lachaumierecam@yahoo.com

Restaurant chez Passy

Kayo Elie Tél: +237 678 89 59 45/

White House, Bonapriso et Akwa, Rue du Pasteur L. SAME BP 1906 Tél: +237 33 43 10 95



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

57

LE GUIDE
DU VISITEUR



La Grande Marmite

Chez Angelot Marie NKOM Tél: +237
233 42 26 50/650 00 23 01 Tél: 699
94 37 13 Angelotnkoum@yahoo.fr

Le Buffet d'Or, Bd de la République

Tél. 677 19 25 16, e-mail: mbou-
lauguste@yahoo.fr, Service traiteur mo-
bile, cuisine africaine et internationale

Sénégalaise Restaurant,

Chez Daouda, rue Ancien Paris

Dancing BP : 15189 Douala

-Tél. : 233 42 01 04, 677 78 54 54.

Dégustez la cuisine sénégalaise

Le Bambous, Bar-Restaurant-Service

traiteur, situé Akwa face Drugstore
avant Liflet et Amacam - Tél. (237) 699
81 09 64 / (237) 699 95 46 65

Le Dernier Comptoir Colonial, Bon-
nanjo, digue du port, route Base navale
B.P 5618 Tél. 699 92 25 16 / 633 12 11 95

Le Provençal, Bonanjo, Av. du Général
de Gaulle BP 12934 Tél. 233 12 70 17

Quick Air Food & Drinks, Aéroport de
Douala BP 24215 Tél. 633 43 02 56 / 633
42 97 21

Soir Au Village, Akwa, rue king Akwa
Tél. 633 41 91 04

White House Akwa, Rue du Pasteur
Lottin SAME BP 1906 Tél. 233 43 10 95

Spécialités : Sculpture-peinture

Chez Tonton Samy, Bonatéki Deido, BP
8195 ; Tél. 233 40 37 75, 677 89 92 67,
699 13 62 99, Fax : 233 41 12 06. Bar, res-
taurant, grillade, service traiteur, loca-
tion espace pour manifestation diverses,
salle de conférence, karaoké tous les
soirs. Ouverture de 9h à 1h du lende-
main. La satisfaction de notre clientèle
est notre passion.

Boukarou Grill Akwa, rue du Pasteur
L. Same BP 15904 Tél. 233 43 09 23

La Belloise Bali, rue Berthaud B.P.
1483

La Mbamoise, Bali, face Ancien Mont
Cameroun Tél. 233 43 13 45

Le Djedou : Quartier Deido (fin de la
rue de la joie)

Mado, Akwa, Rue Pau BP 15084 Tél.

233 42 99 69

Fast Foods Les Delices, Akwa, Bd de la
Liberté BP 3218

Le Glacier Moderne Akwa, Bd de la
Liberté.

b) Les cafés

Club 106, Bonanjo, Av. du Général de
Gaulle BP 13 225

Complexe Belavie Akwa, Bd de la Li-
berté; Bonanjo, Avenue De Gaulle

Echos de Bonanjo, Bonanjo, Carrefour
Air Afrique Tél. 233 42 64 91

El Greco Akwa, Bd de la Liberté BP
5268

Foyer du Marin, Akwa, 117 rue 1113
(Zone Collège Libermann) Tél. 233 42
27 94

Karl WILL Brasseries, Akwa, 1221 Bd
de La Liberté BP 5133 Tél. 233 43 20 25

La Méditerranée, Akwa, 841 Bd de la
Liberté BP 242 Tél. 233 42 30 69

Le Bistrot Latin, Bonapriso, rue bâti
bois Tél. 233 43 44 84

Le Loft 66 Akwa, Rue Boué La Peyrière
BP 15447

L'Oasis, Bonapriso, Rue Tokoto BP 2194

Le Pub, Akwa, Bd de la Liberté

Le Rocsy Bonapriso, rue Toyota Tél. :699
95 17 24 / 233 42 26 52

Saint Petersbourg, Bonanjo, Base Na-
vale BP 11998 Tél. 233 43 11 91

Salon de thé Saker, Deido, rue Bonan-
jo BP 2754 Tél. 233 40 57 53

Salon de thé Meno, Rond-point Deido

c) Manger du poisson aux différentes rues de la joie de Douala

Douala abrite plusieurs endroits où sont
installés des femmes et des jeunes, qui
braisent du poisson et quelque fois du
poulet, du porc. Ces différents points
chauds sont : Akwa, près du Palais Dic-
ka Akwa, Bali (derrière Hôtel Design),
Deido (rue Pharmacie de la Rive, Rue
hôtel Deido plage, face MRS Ecole pu-
blique de Deido



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

58

LE GUIDE
DU VISITEUR





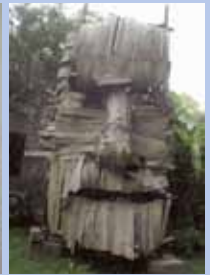
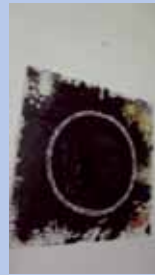
CAMEROUNAISE
ET FIERE DE L'ETRE !

LA BIÈRE OFFICIELLE DE LA CAN.



2.3 Les sites de vente des cadeaux et souvenirs

- Marché des Fleurs : artisanat, tissus Afritude, produits exotiques ;
- Avenue Ahmadou Ahidjo : vêtements Afritude ;
- Marché : vêtements Afritude



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

60

LE GUIDE
DU VISITEUR



3. Que découvrir et faire autour des stades de Japoma

3.1. Dans la ville

a) Japoma

- Le village et concession de Roger MILA
- Chefferie de Japoma
- Ville de Douala

b) Les centres académiques de football de Douala

Découvrez les plus académies de football les plus en vue de Douala

• Fundacio Samuel ETO'O Fils (FUNDESPORT), ONG fondée

en 2005, Douala 3ème, près du BBR (anciens pensionnaires : Fabrice ONDOUA, Fabrice OLINGA, Christian BOSOGOG)

• **KADJI Sport Academy**, Douala, Yato (anciens pensionnaires : Mbami Modeste, Eric DJEMBA DJEMBA, Stéphane MBIA, Samuel ETO'O Fils, Carlos KAMENI) Tél. (+237) 233 37 04 69, (+237) 697 00 17 98 Fax: (+237) 233 37 23 02 Site web : <http://www.wtkksaacademies.com/>

- Ecole de Football des Brasseries

(EFBC). Fondée en 1989, Douala Ndokoti (anciens pensionnaires : Gérémie NJITAP, Rigobert SONG, Clinton NJIE, WOME Nlend, Samuel ETO'O Fils, Bilius Endong).

c) Balade dans la ville de Douala Youpwé et ses environs

- Visitez les mangroves, les pêcheurs et dégustez les poissons frais
- Les marchés : Central, Bonassama-
- Les chefferies traditionnelles : Akwa, Deido, Bonabéri, Joss, Bassa.

d) Excursion et découverte de l'île Djébalé et Manoka

- **Île Djébalé** : Située à 15 minutes de Bonassama, l'île renferme les vestiges allemands. Elle abrite une des grandes zones de mangroves où vivent des populations depuis des centaines d'années ;
- **Île Manoka** : Elle renferme également les vestiges allemands. Elle est habitée en majorité par les allogènes avec une minorité des autochtones.

e) Visite du marché artisanal et des fleurs



Les organisateurs de circuits et trekking

Douala

• Global Bush Voyage

Carrefour Eto'o Fils Bonamoussadi

Tél : 670 49 76 63/233 09 76 39

<https://www.globalbushtratour.com>

• Cameroun Tangani Voyages

ZRA Laurent : Tél : 677 78 08 55/233 43 46 04

• Jane Tour

Tél : 675 70 15 09/ 233 04 77 47. Email ; janetour@yahoo.fr

Bouroukou

• Trekking Mount Muaneguba

Fromagerie-trekking. Alain SUMELONG. Face Chefferie Bouroukou

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

61

LE GUIDE
DU VISITEUR





3.3. Découverte et excursion hors de la ville de Douala

Excursion et découverte Axe Douala-Dibombari

1. Villa des cadres Socapalm
 2. Mairie de Dibombari
 3. Village de pêcheurs
 4. Centre de repos, Sanctuaire Marial
 5. Marché typique coloré de Souza
 6. Palmeraie Socapalm
 7. Site du Nouveau Centre Universitaire
 8. Chefferie Supérieure Abo Sud
 9. Chefferie Supérieure Abo Nord
 10. Grotte mystique de Mwanyambe
- A faire :** Randonnée en pirogue et visite des îles Djébalé, Ewodi jusqu'à Miang.

Axe Douala-Limbe-Buea

11. « Salon » mystique de conférence des fées
- 12- Ilot de Moussok : - Distillerie d'Arki (alcool indigène) (Alambic)
- 13- Marché typique - Village des pêcheurs - Balade sur le fleuve
- 14- Village de pêcheurs -
- 15- Complexe sportif et académique KSA
- 17- Activité d'extraction de sable



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

62

LE GUIDE
DU VISITEUR





Chutes de la Lobé (Kribi)



- 18- Centre équestre, Massango
- 19- Mangrove bras du Wouri
- 20- Carrefour Pendamboko :
- Marché des ignames
- 21- Bac CDC sur le fleuve Moungo
- 22- Village de production de tapioca (gari)
- 23- Palmeraie CDC -
Plantation d'hévéa.

A voir : Marché typique, - Village des pêcheurs, - Mangroves.

Axe Douala-Kribi (cité balnéaire)

- Départ pour Kribi-escale à l'Hostellerie de Sanaga pour petit déjeuner-continuation à Kribi
- Déjeuner au poisson au débarcadère
- Découverte des chutes de la Lobé qui se déversent directement dans la mer, unique au monde
- Baignade pendant les deux jours

Axe Douala-Yoyo

- Non loin d'Edéa : route des pre-

miers missionnaires catholiques de Marienberg

- Découverte des lacs aux lamantins de Dizangué,
- Mouanko : ville aux huîtres situées sur les berges de la Sanaga
- Yoyo 1 et 2 situé à 10 km de Mouanko, village des pêcheurs situé aux abords de l'Océan
- Découverte des pêcheurs,
- **A faire :** baignade dans les eaux de la mer

La route des artistes et artisans producteurs

Douala abrite beaucoup de foyers de production artistique. Plusieurs artisans se sont regroupés en associations, ou Groupes d'initiative commune (GIC). Le plus grand bassin est celui de Bonandalé à 10 km d'environ de Bonabéri.

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

63

LE GUIDE
DU VISITEUR





Découvrez sur votre passage le Cluster Poivre blanc de Penja

Le poivre a été implanté à Penja au Cameroun par M. Decré, et développé par Pierre Aubriet et René Claude Memento. Les plantations se sont développées depuis cette époque dans un environnement climatique très favorable, pour devenir en 2014 la première IGP du continent africain ! Aujourd'hui, un groupement de petits planteurs existe et participe au développement de la culture, ainsi que de l'économie locale et du contexte social (école, conditions de travail).

Mélong, si vous avez une journée

Bouroukou à 6 km de Mélong

Villa Luciole, Villa Klebert et Muka Park, des exemples du tourisme durable sur les flancs des Monts Manengouba

Un partenariat opérateurs privés et les communautés locales pour la restauration des ressources culturelles disparues.

Villa Kleber

Pied du Mont Manengouba, restaurant, piscine, cheval, salle réunion, parking, information tourisme. Salle gym, Tél. 674 24 59 36/677 91 93 15./694 82 19



98 - Email : villakleberchollier@yahoo.com, www.cameroun-plus.com (villa kleberchollier).
11 chambres/boukarous pour 32 lits (30 000-60 000 Fcfa). PDJ : 3000 Fcfa .Déjeuner : 7000 Fcfa.

Villa Luciole

Restaurant, parking, info tourisme, programme écotourisme. Vente fromage et lait. 12 boukarous (35 000-50 000 Fcfa)

Une expérience de chaîne de valeur du lait de vache par un jeune promoteur privé de la chefferie de Bouroukou

Muka Park

Muka Park est un centre touristique situé dans la Région du Littoral, département du Moundou, arrondissement de Mélong, village Mboukoukou.

<https://www.mukapark.com/>
Tél. 677 53 64 03/ 679 739 770/ 677 604 952

Musée de Sa Majesté Fornjinju

, Carrefour La Forêt, Mélong.



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

64

LE GUIDE
DU VISITEUR



Musée de Sa Majesté Fornjinju









Mot de bienvenue du Maire de la ville de Douala

Mesdames et Messieurs les officiels, acteurs et supporteurs

C'est un insigne honneur et une réelle satisfaction pour la ville de Douala dont je suis le 1er Magistrat municipal, ainsi que ses populations, d'avoir été choisie pour abriter une des poules de la 33^e édition de la Coupe d'Afrique des Nations de football au Cameroun.

De par sa situation géographique hautement stratégique, Douala est non seulement la capitale économique du Cameroun, mais aussi et surtout la grande porte d'entrée des pays de la sous-région CEMAC.

A cet égard, hormis ses nombreuses opportunités d'affaires, Douala et ses environs constituent également un important gisement d'attractions touristiques que nous vous invitons à découvrir.

Bienvenue à Douala

Bon séjour à Douala

MASOMA NA DUALA

Hala a nla ki ba loñge



Le Maire de la ville de Douala

Points de vente des billets d'accès aux stades, site de Douala

- Sous-Préfecture de Douala 3^e Logbaba Commissariat Central N°2)
- Bepanda-Campo Pondi
- Parcours Vita (Proximité de police)
- Central N°1 de Bonanjo.
- Sous-Préfecture Douala 4^{ème}-Central N°3
- New-Bell (Sous-Préfecture Douala 2^{ème} proximité Commissariat 2^{ème} Arrondissement



Poule de Bafoussam, Région de l'Ouest

1. Bafoussam en bref
2. Informations pratiques et utiles pour votre séjour
3. Circuits et découverte dans et autour de Bafoussam
4. Mot du Maire de la ville de Bafoussam



Calendrier des matchs de la poule Bafoussam

Journée 1

Lundi 10 janvier

- Sénégal - Zimbabwe, à Bafoussam
- Guinée - Malawi, à Bafoussam



Journée 2

Vendredi 14 janvier

- Sénégal - Guinée, à Bafoussam
- Malawi - Zimbabwe, à Bafoussam



Journée 3

Lundi 17 janvier

Burkina Faso - Éthiopie, à Bafoussam

Mardi 18 janvier

Malawi - Sénégal, à Bafoussam



Huitièmes de finale

Lundi 24 janvier

(match 4) 2e groupe B - 2e groupe F, à Bafoussam

Quarts de finale

Mardi 25 janvier

(match 5) 1er groupe B - Meilleur troisième groupe A, C ou D, à Bafoussam





ibovga

UNION CAMÉRONAISE DE BRASSERIES
www.sa-ucb.com

CONSUMMATION INTERDITE AUX MOINS DE 21 ANS - A CONSOMMER AVEC MODERATION

50 ANS
UNION CAMÉRONAISE DE BRASSERIES



APPRÉCIEZ
SON GOÛT
UNIQUE





1. Ce qu'il faut savoir avant de se rendre à Bafoussam

1.1. Bafoussam en bref

A l'instar de la plupart des autres groupements de l'ouest du Cameroun, les Bafoussam sont originaires de la plaine Tikar, plus précisément de la partie Sud des monts Mbam, où ils se rassemblèrent autour d'un chef vers les années 1200, puis migrèrent tout d'abord vers une localité nommée Foussan en pays Bamoun sous la conduite du chef Ta'a Teh Nguong. Ensuite, sous la pression migratoire, ils traversèrent le Noun (rivière frontière entre le pays Bamoun et le pays Bamiléké), pour s'installer à « Mepen'Pen ». Sous la pression des envahisseurs Peuls qui poursuivaient la guerre sainte (isla-

misation) dans la région vers le 17^e siècle.

1.2. Comment y arriver

Par la route :

- A partir de Yaoundé (297 km-4 heures) par Bus : General, Binam Voyages,
- A partir de Douala (267 km -5 heures)
- A partir de Limbe (313 km-6 heures)

Par avion :

- A partir de Yaoundé 30 minutes
- A partir de Douala (30 minutes)
- A partir de Garoua (3-4 heures temps de transit Douala inclus).

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

76

LE GUIDE
DU VISITEUR



2. Informations pratiques et utiles pour votre séjour

2.1. Les hôtels recommandés par le COCAN

Zingana Hotel ★★★★★

Descente monument Wanko
Tél. 00 237 233 44 50 52
Email : hotelzingana@gmail.com

Hébergement : 45 chambres composées de chambres standards, chambres doubles, suites et appartements

TALHOTEL ★★

Centre-ville, près maison du parti. Chambres, chambres doubles, appartements, suites (50 000-200 000 Fcfa). Tél. 233 44 41 85

Bafang

Gold Hotel

A l'entrée de la chefferie Bafang, 28 chambres, 2 suites. Prix : 50 000-75 000 Fcfa
Petit-déjeuner inclus dans les prix des chambres - www.pjgoldhotel.com
Tél. 693 194 951

Hôtel Vallée de Bana

★★★★★

Un espace détente avec piscine, spa, étang de pêche, court de tennis, salle de sports

Tél. 695 36 82 17/ 694 23 39
43/674 71 36 84

e-mail info@lvb.cm, site web : <http://www.lvb.cm>

Capacité totale : 60 chambres avec suites et appartements :
Prix 55 000-150 000 Fcfa

Village de Vacances TAGIDOR

Complexe touristique bâti sur 16 hectares

- 49 pavillons individuels disponibles
 - palaces
 - jardin botanique fait de plantes locales et exotiques
 - 2 lacs artificiels
- Complexes sportifs

GUINS Palace ★★, Zone

Lycée technique Tél. 696 70 81
79 30 chambres : 25 000-30 000 Fcfa

Centre climatique de Bandjoun ★★ ★★

Entrée domicile Fotso Victor :
Tél. 233 34 46 50

Hotel Golden City : Centre-ville sis 2ème Rue derrière Chambre de commerce Face centre Impôts Famla Tél. 699 24 255, 32 chambres : 40 000-45000 Fcfa

Hôtel Manoir, Centre-ville. Monument Wanko. 11 chambres (35 000-45 000 Fcfa)
233 44 49 09-699 68 36 14



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

77

LE GUIDE
DU VISITEUR



2.2. Autres hôtels recommandés par le Guide

Dans la ville de Bafoussam

ALTITEL Hotel

Route Bamenda, Mairie Rurale,
Tél. (237) 233 44 51 11 / 677 44
53 73 /699 34 52 19, Fax : (237)
233 44 50 93

Site web : www.hotelaltitel.com,
E-mail: infos@hotelaltitel.com.

30 chambres/suites, salle
de réunion (35 000-40 000
Fcfa). PDJ : (2500-3000 Fcfa).
Déjeuner (3500-10 000 Fcfa)

Hors de Bafoussam

Dans le département Haut-
Nkam (Bafang) à 65 km de
Bafoussam

Fotouni

NoNeNa Mountain Ranch

Ranch et lieu de séjour/ranch
and resort. Situé à Fotouni
village. NoNeNa Mountain
Ranch est un ranch et un lieu
de séjour de 35 hectares situé
à dans le village Fotouni, à
quelques kilomètres de la ville
de Bafang, à 3 km de la route
nationale Douala-Bafoussam
Tél. +237 699 90 41 85

2.3. Où manger

a) Restaurants et cabarets

Cuisine asiatique

Restaurant chinois Tél. +237

233 44 44 96

Cuisine camerounaise

Facebook, restaurant cabaret,
face Impôts. 100 couverts, Tél.
+237 693 39 17 29.

Cadre recommandé

Bantou Village Tél. +237 233
44 66 49

Casa de Samba Tél. +237 233
44 32 69

Express Café

La Cave Tél. +237 233 44 17 43

Autres

Le Grand Safo

La Fine Bouche Tél. +237 233
44 76 20

The Manhattan Tél. +237 233
44 43 35

b) Manger dans les points chauds de la ville

- Akwa, centre-ville : Poisson, poulet et porc braisé
- Carrefour Le Maire,
- Carrefour Auberge,
- Carrefour Touristique, • Carrefour Entrée Bafoussam
- Tobe : spécialité grillade des porcs.

24. Où prendre un verre

Les Arcades de l'Ouest

Face Marché Central Tél. +237
233 44 58 07



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

78

LE GUIDE
DU VISITEUR





2.5. Où acheter les souvenirs

Centre artisanal régional de l'Ouest

- Les objets en bronze réalisés dans le Noun ;
- Les tabourets et calebasses perlés dans les Hauts-Plateaux ;
- Les sculptures sur bois réalisés dans la Menoua ;
- Les tabourets et classeurs en

bambous réalisés dans la Mifi et le Koung-Khi ;

- La poterie réalisée dans les Bamboutos ;
- Les tissus traditionnels tissés à la main développés dans plusieurs départements.

Petit marché des objets d'art : entrée marché B

- Objets venant de Foumban, Dcshang, Bamenda.

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

79

LE GUIDE
DU VISITEUR
Avec le soutien de
TotalEnergies
Cameroon 2017





INFORMATIONS PRATIQUES ET UTILES

80

LE GUIDE
DU VISITEUR



SANTÉ

- Hôpital de Référence
Tél. +237 xx xx xx
- Hôpital Régional
Tél. +237 233 44 12 11
- Dispensaire Urbain
Tél. +237 233 44 13 46
- Hôpital de Mbouou'
Tél. +237 233 44 23 26
- Hôpital de District de Bafang
Tél. +237 233 xx xx xx
- Hôpital Ad Lucem de Bafang
Tél. +237 233 48 60 07 / 233 48 63 33
- Hôpital de District de Bangangté
Tél. +237 233 48 40 16
- Hôpital Protestant de Bangwa
Tél +237 233 48 91 01

SÉCURITÉ

Gendarmerie

- Bafoussam :
Tél. +237 233 44 11 42 / 233 44 16 12
- Bafang :
Tél. +237 233 48 xx xx
- Bangangté :
Tél. +237 233 48 42 45 / 233 48 42 06

Police

- Bafoussam :
Tél. +237 233 44 14 09 / 233 44 14 93 /
233 44 13 43 / 233 44 14 97 / 233 44 13 30
- Bafang :
Tél. 237 233 48 xx xx
- Bangangté :
Tél. +237 233 48 42 58

Points de vente des billets d'accès au stade, site de Bafoussam

- Station de police centrale,
- Marché B (Commissariat 3ème Arrondissement)
- Quartier Haoussa. Commissariat 2ème Arrondissement
- Hôtel Batkam

3. Circuit et découverte dans et autour de Bafoussam

Axe nord de la Ville (Bafoussam-Mbouda)

A visiter :

- **Chutes de la Métchié**
- **Monastère Saint Benoît de Babété**

Tél. +237 677 95 24 08

Email : monastèrestbabete yahoo.fr.

Prieure : Sr Odette Tchouwack

Découverte de la production des huiles essentielles, pain biologique, hébergement.

- **Musée d'art patrimonial de Bamendjinda**

Esclavage-Arts et Traditions à la Case Patrimoniale de Bamendjinda avec SM TANEFJO Jean-Marie,

Son exposition permanente unique dans la région et au Cameroun sous le



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

81

LE GUIDE
DU VISITEUR





tagneuse des Monts Bamboutos, Hébergement : 36 chambres entièrement équipées (eau chaude, chauffage central) : 25 000-75 000 Fcfa petit-déjeuner compris.

Axe Bafoussam-Kouptamo-Koutaba-Foumban

Kouptamo

Le domaine de Petpenoun

Le Domaine Petpenoun Foumban, est situé entre Foumbot et le lac de Bamendjin

Tél. : +237 6 99 92 01 98

Envoyer un message petpenoun@gmail.com

Hébergement : 25 chambres et suites, prix 50 000 à 125 000 Fcfa

Koutaba

Hotel Paradise Palace

Situé à Tayandi, 10 km de Foumban ville, Tél. +237 222 30 67 85 / 699 98 98 99 /677 80 45 00

32 chambres avec bungalows : [15 000 - 25 000 Fcfa]

Petit-déjeuner : (2000 - 3000 Fcfa).
Déjeuner : 4 000 Fcfa).

- Marché typique

Monoun

- Lac de cratère
- Mont Mbatpit
- Route des artisans et artistes producteurs de Foumban
- Monastère des Tampicines de Koutaba

Nouveau Sultan-Roi des Bamoun

Axe Bafoussam Sud : Bafoussam-Batoufam-Bangoua-Bangangté-

INFORMATIONS PRATIQUES ET UTILES

82

LE GUIDE DU VISITEUR



thème « Arts-tradition et esclavage » met en avant toutes les spécificités de Bamendjinda et de sa population, valorisant ainsi son patrimoine historique, culturel et paysager.

- **Marché typique de Mbouda** Produits exotiques, rencontre des populations

- **Le Haras de Balatchi**

Prenez la route après le stade de Mbouda sur 9 km, route de Batcham.

Le Haras de Balatchi est un site touristique situé dans les Bamboutos à 1800 m d'altitude sur la chaîne mon-





Chefferie Batoufam

- Musée d'art patrimonial de Batoufam
- Maison d'hôtes Boutanga Bangoulap

Chambres d'hôtes

+237 695 856 095

Située dans le village Bangoulap, à 7 kilomètres de la ville de Bangangté, posée à 1500 mètres d'altitude. Informations et horaires sur Maison d'Hôtes Villa Boutanga.

3 chambres twin à partir de 20 000

Fcfa,

7 chambres doubles à 25 000 Fcfa, toilettes et douches communes.

2 suites juniors à 25 000 Fcfa avec douche et toilettes privatives.

Suite business à 30 000 Fcfa et suite familiale à 45 000 Fcfa.

Petit-déjeuner inclus.

Restaurant ouvert de 12h à 14h et de 19h30 à 21h30.

Axe Ouest : Bafoussam-Bandjoun-Baham-Foutouni-Bafang-Bana-Bangou-

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

83

LE GUIDE
DU VISITEUR





Villa d'hôte Batounga à Bangoulap (Bangangté)



Chefferie Bandjoun

- Chefferie Bandjoun
- Chefferie Bana

Bana est un royaume fondé en 1379 par le souverain Tchokogwe (Nza), une chefferie de premier degré dirigée par Sa Majesté Sikam Happi V, successeur en 2003 du feu Konchipe Happi IV.

De 1916 à 1920, Bana était le chef-lieu de la circonscription de l'Ouest sous l'administration française.

Situé en altitude, Bana bénéficie d'un climat frais. L'agriculture est essentiellement de subsistance, à l'exception du café arabica (cultivé en particulier dans les quartiers Koza et So).

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

84

LE GUIDE
DU VISITEUR





Les organisateurs de circuits et trekking

- **SINOTABLES**

Tél. : + 237 691 91 30 05

<http://www.sinotables.com>

- **Office du Tourisme de l'Ouest, Bafoussam**

Tél. : + 237 6 98 67 79 54 / 699 70 51 82

<http://www.routedeschefferies.com/>
ot.ouestcameroun@yahoo.fr

- **Office du Tourisme de Dschang**

Tél : +237 698 15 80 28 / 6 77 42 92 92

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

85

LE GUIDE
DU VISITEUR









Mot de bienvenue du Maire de la ville de Bafoussam



Cher(e)s amoureux(ses) du ballon rond !

C'est un grand honneur et un réel plaisir pour moi, ainsi que pour l'ensemble des collectivités de la Région de vous accueillir sur les hautes terres de l'Ouest, et singulièrement dans la Ville de Bafoussam, à l'occasion de la 33^{ème} édition de la Coupe d'Afrique des Nations de Football au Cameroun.

*Il y a maintenant plusieurs décennies que le Cameroun tutoie les sommets du football mondial, les prouesses de nos compatriotes en Club, de même que les faits d'armes de notre équipe nationale fanion de football « **les Lions Indomptables** » en sont la parfaite illustration. Au-delà de ces hauts faits footballistiques, le Cameroun « **Afrique en miniature** » est également un eldorado touristique que nous vous invitons vivement à découvrir à la lumière du présent « **Guide du Visiteur** » de la CAN TotalEnergies 2021.*

*Je vous souhaite donc un agréable séjour dans les Grassfields !
Terre d'hospitalité, creuset de la culture et des traditions !*

« PU SUH PEPONG ! »



**Roger Tafam
Maire de la ville de Bafoussam**



Poule de Garoua, Région du Nord



1. Garoua en bref
2. Informations pratiques et utiles pour votre séjour
3. Que découvrir dans la ville et ses environs
4. Mot du Maire de la ville de Garoua

Rocher au Cobra à Boboyo près de Kaélé Extrême-Nord



Calendrier des matchs de la poule de Gaaroua

Journée 1

Mercredi 12 janvier

- Nigeria - Égypte, à Garoua
- Soudan - Guinée-Bissau, à Garoua



Journée 2

Samedi 15 janvier

- Nigeria - Soudan, à Garoua
- Guinée-Bissau - Égypte, à Garoua



Journée 3

Mardi 18 janvier

Ghana - Comores, à Garoua



Mercredi 19 janvier

Guinée-Bissau - Nigeria, à Garoua



Huitièmes de finale

Dimanche 23 janvier

(match 2) 1er groupe D - Meilleur troisième groupe B, E ou F, à Garoua

Quarts de finale

Samedi 29 janvier

(match A) Vainqueur match 1 - vainqueur match 2, à Garoua

Dimanche 30 janvier

(match D) Vainqueur match 5 - Vainqueur match 8, à Douala





1. Ce qu'il faut savoir avant de se rendre à Garoua

1.1. Garoua en bref

Garoua est la ville natale du premier président camerounais, Ahmadou Ahidjo. Sa population est constituée essentiellement de Foulbés et de Fallis. Au 14e siècle, des pasteurs foulbé quittent la vallée du fleuve Sénégal. Après plusieurs étapes au Mali et au Niger, ils arrivent au lac Tchad avant de terminer leur migration sur les rives de la Bénoué. Ils s'installent sur l'actuel Garoua Winde où poussent des arbres nommés rwe par les habitants de ces lieux, les Batas. Ceux-ci nommaient l'endroit Gwa-Rwe (la vallée aux rwes) que les foulbés prononcèrent Gwa-Rwa, ce qui donna Garoua en français.

Réhabiliter l'image de Garoua en tant que principale porte d'entrée du Nord Cameroun des années 70-80.

1.2. Comment y arriver

Par avion

- De Yaoundé (2 heures) : 175 000 Fcfa
- De Douala (2 heures) : 190 000 Fcfa
- De Bafoussam : (3heures 30mn, transit Douala ou Yaoundé inclus)

Par route

C'est pénible de joindre Garoua par route avec le très mauvais état du tronçon Ngaoundéré-Garoua long de 275 km et Kousséri-Garoua.

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

94

LE GUIDE
DU VISITEUR



2. Informations pratiques et utiles pour votre séjour

2.1. Où loger

a) Les hôtels recommandés par le COCAN

Hôtel Ribadou ★★★★★

Piscine-Salles de réunion-Sauna-Hamann-Salle de fitness-Navette
70 chambres, avec suites et appartements. Prix : 50 000-350 000 Fcfa ; PDJ/ 4500-6000
Déjeuner/dîner : 10 800-12 500 Fcfa

Salles de réunions : petite salle de 15 places : 50 000 Fcfa ; salle moyenne de 15-40 places : 80 000 Fcfa ; grande salle : 40-100 places : 150 000 Fcfa

Hôtel Shalom City ★★★

Piscine-Salles de réunion-Navette-Salle de fitness
Contact : +237 691 017 720
60 chambres avec suites et appartements. Prix : 50 000-100 000 Fcfa)

2 salles de réunions de 50 places entièrement équipées de vidéo projecteur, paper board, sonorisation.

Hôtel Bénoué ★★★

Centre-ville. Tennis club, piscine, business center, NC.

Tél. +237

222 15 70 85/699 99 25 72

Email : hotelbenoué@yahoo.fr

108 chambres/appartements.

Prix : 25 000-100 000 Fcfa. PDJ :

2150-4500

2 salles de réunions : Faro (20-40

places), Waza/Bénoué (60-300 places) modulables.

Relais Saint Hubert ★★★

Tél. +237 658 22 06 12

Capacité totale : 50 chambres avec suites et appartements. Face jardin Zoologique.

Email : hotelrelaisainthubert@yahoo.fr. - Tél. +237 222 27 30 33.

Prix (16 000-35 000 Fcfa). PDJ :

2500. Déjeuner : 3500-6500 Fcfa

Forage, navette aéroport, piscine.

Salle réunion de 30places. Internet à la terrasse.

Hotel Plaza ★★★

Face SODECOTON

Tél. +237 699 97 92 41 / 674 08

07 59 / 691 36 21 16

E-mail. tourism.motel@yahoo.fr

52 chambres entièrement

rénovées/appartements ; prix : 25

000-75000 Fcfa. PDJ : 2000 Fcfa,

déjeuner : 2500-5500 Fcfa

Grande salle de conférences/

banquets de plus de 250 places.

1 salle de réunion de 100 places

Loisirs : Salle de sauna-hammam,

salle de Gym

Shawarma et Pizza

New Town Palace Hotel ★★★

Tel. +237 694 94 82 82/670

86 47 47/222 27 23 67

Prix de chambres : 20 000-

65 000 Fcfa .

04 salles de réunions.



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

95

LE GUIDE
DU VISITEUR





b) Autres hôtels recommandés par le Guide

Daoula Hôtel

Près du stade. Forage, internet. 34 chambres/appartements ; Prix : 15 000-30 000 Fcfa. PDJ : 1500-2500 Fcfa

Tél. +237 699 29 39 44, email : hoteldaoula@yahoo.fr

Chez les missionnaires

Il existe deux centres pouvant accueillir les missionnaires et autres personnes de passage à Garoua. Procure des Missions et Maison d'accueil de l'Eglise de la Fraternité

Maison d'accueil Procure Garoua, Face lycée technique

Maison Oblate : Procure des Missions

25 chambres climatisées ouvertes aux missionnaires 7/7jours

Rue Mgr. Yves Plumey

Procure des Missions, Garoua B.P. 75 Tél. + 237 99 51 06 07 Email : accueilprocuregaroua@yahoo.fr; Tél. +237 699 51 06 07

c) Se loger sur l'axe Garoua-Barrage de Lagdo-Ile aux damans

Seul un tourisme durable et responsable à « Madagascar » pourrait préserver l'habitat des Damans menacés de disparition par



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

96

LE GUIDE
DU VISITEUR



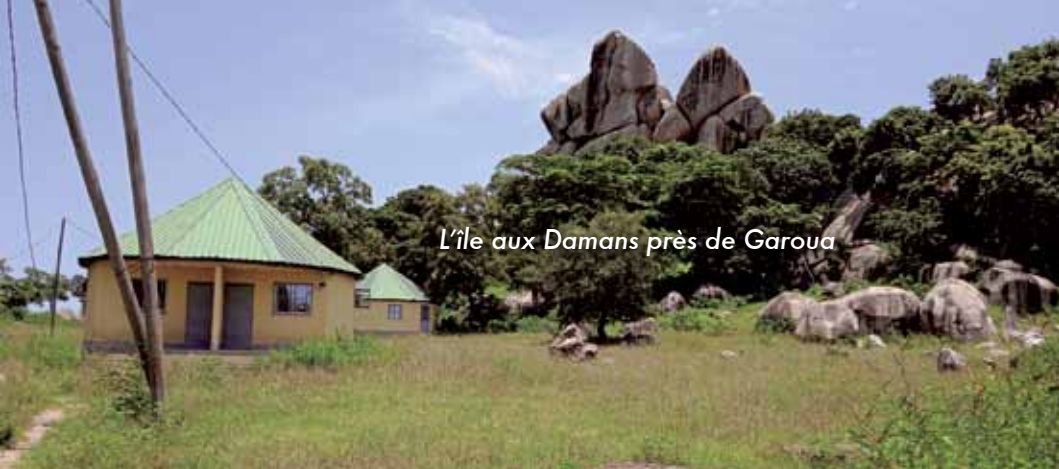
SANTÉ

- Hôpital de Référence, Quartier Bocklé
- Hôpital Régional, Centre-ville Tél. +237 222 27 14 14
- Centre Médico-Social CNPS Tél. +237 222 27 16 03
- Centre Médico-Social de la Police, Av Dr Jamot

SÉCURITÉ

- Délégation Régionale à la Sûreté Nationale Tél. +237 222 27 19 20
- Police Judiciaire Tél. +237 222 27 20 15
- Légion de Gendarmerie Tél. +237 222 27 13 22
- Brigade de Recherches Tél. +237 222 27 32 68





L'île aux Damans près de Garoua

une recrudescence de braconnage des populations locales

Cadre naturel, où plusieurs activités de détente vous sont proposées, marchés idylliques.

En couple, en famille, en groupes religieux pour vos retraites spirituelles,

Ile Madagascar, havre de paix

L'île est située en face du Lagon Bleu, à une vingtaine de minutes de pirogue. Véritable sanctuaire aux Damans qui vivent dans les rochers de l'île. Vous les apercevez en matin vers 10h et dans l'après-midi vers 16h.

Campement aux damans

10 Bungalows pouvant accueillir près de 30 personnes avec des lits supplémentaires

Prix des chambres : 20 000-25 000 Fcfa. Restaurant panoramique sur le lagon pouvant accueillir plus de 200 personnes.

Petit-déjeuner continental et buffet à la demande : 2000-3500 Fcfa

Déjeuner et dîner : 4500-7000 Fcfa

Activités proposées dans l'île « Madagascar » :

- Visite des populations locales constituées de près de 1200 âmes
- Soirées culturelles
- Randonnée en pirogue vers le lagon Bleu, et sur la route de Rey-Bouba
- Découverte des pêcheurs en provenance des localités de Mayo Rey
- Trekking sur les montagnes rocheuses de Lagdo
- Route aux damans
- Randonnées en pirogue autour de l'île

Contact : Tél. +237 697 074 357 / 600 617 454

Campement aux Damans de Lagdo

Situé sur l'île aux Damans, à Lagdo : 10 chambres et un grand restaurant de 150 places. Tél. +237 697 07 43 57 /699 61 74 54. Prix 25 000 Fcfa excursion comprise.

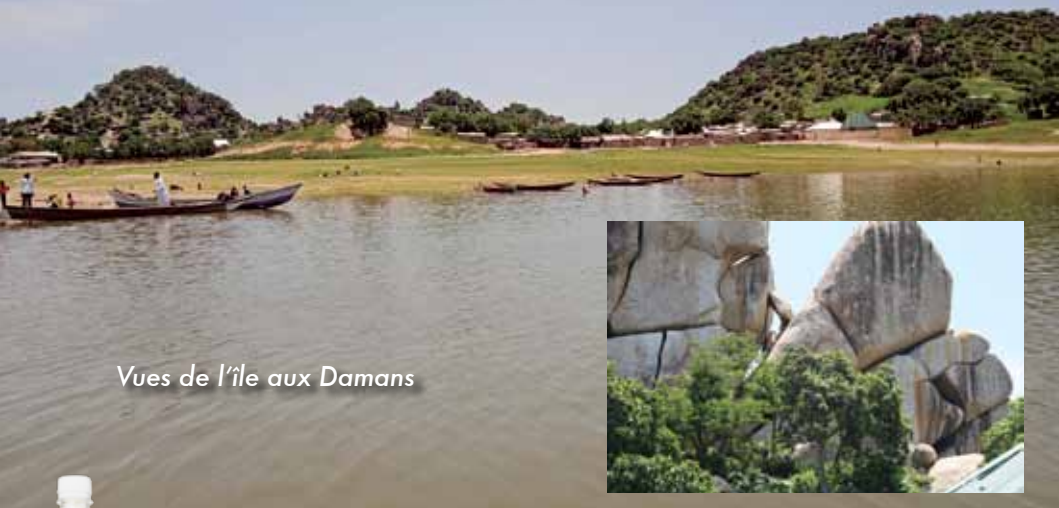


INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

97

LE GUIDE
DU VISITEUR





Vues de l'île aux Damans



2.3. Ou manger

a) Restaurants à Garoua

Le Poêlon : Cuisine française

- Menu à partir de 7 500 Fcfa - Quartier du Plateau
Tél. +237 699 50 85 33

Le Saré : Cuisine locale

- A partir de 1500 Fcfa
- Quartier Nkolbives

L'Oasis : Grillades - Plat à partir de 1500 Fcfa - Carrefour du commissariat central, quartier Foulberé - Tél. +237 22 27 27 99

Proche du Hiala Village,

ce petit restaurant-bar aux grands canapés dispose d'une très belle carte de grillades, de 1500 à 5000 Fcfa (pour un plat collectif). Le service est réellement excellent.

Lyna : Cuisine internationale et locale - Plat à partir de 1000 FCFA - Camp SIC, Roumdé Adjia - Tél. +237 96 08 90 30

Cercle Sportif Le Munyenge

- Cuisines camerounaise et française - Buffet à partir de 2000 Fcfa - Camp SIC, quartier Roumdé-Adjia - Tél. +237 222 16 91 81

b) Manger dans les points chauds de la ville

- Rue de la joie cité SIC
- Le soir, le quartier de Roumdé offre un large choix de bars où l'on peut se désaltérer et déguster du poisson braisé accompagné de bâtons de manioc que proposent les vendeuses installées près des bars.

2.4. Points d'achat des souvenirs

- Marché artisanal, près de la BEAC : artisanat, vêtements Afritude, divers
- Centre artisanal face Hôtel de Ville : Artisanat divers

INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

98

LE GUIDE
DU VISITEUR



3. Excursion dans et autour de la ville

3.1 Dans le centre-ville

Jardin zoologique de Garoua

Situé en plein cœur de la ville de Garoua. Avec sa superficie d'environ 6,8 hectares, le zoo de Garoua présente un couvert végétal à prédominance d'espèces exotiques et quelques pieds d'espèces dites indigènes. Son sous-bois est très riche en graminées.

Créé en 1966 comme petite ménagerie à parc d'animaux sauvages en transit, Le tarif de visite est de 1000 Fcfa par adulte, 500 Fcfa par enfant et 1000 Fcfa pour prendre des photos.

Pour y accéder : Le zoo est situé en face de l'Hôtelierie Saint Hubert et juste à côté de l'Alliance Franco-Camerounaise de Garoua.

Le Palais du Lamido de Garoua

Il est situé à 500m du centre, 2km du stade Roumdé- Adjia
3.2 Hors de la ville.

- Sur les traces de l'histoire des peuples Koma des Monts Atlantika (si vous avez au moins 4 jours),
- Découverte du Barrage de Lagdo et l'île aux Damans et randonnée en pirogue pour découverte du Mayo Rey

- La Route des artisans et artistes producteurs
- La Route du Coton
- Route des Lamidats du Nord : Garoua-Gashiga-Tchéboa-Bibémi
- La route de l'île aux Damans (Ile Madagascar) et du Barrage de Lagdo

Axe Sud-Est

Poli-Vallée des Rôniers - Wangay - Mont Atlantika (si vous avez au moins trois jours entre les matches)

- La chaîne de montagnes de Poli
- La vallée des Rôniers sur la route des Monts Atlantika
- Wangay et le palais du Lamido
- Mont Atlantika
- Randonnée en trois ou quatre jours sur les monts Atlantika

Axe Sud-Ouest

Carrefour Taparé - Parc de Bénoué - Tcholliré - Rey Bouba - Parc National de Bouba Ndjidda - Madingri - Touboro- Ngaoundéré : trois jours

- Découverte du parc de la Bénoué
- Découverte de la ville de Tcholliré
- Découverte parc de Bouba Ndjidda



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

99

LE GUIDE
DU VISITEUR



Les organisateurs de circuits et trekking

Poule de Garoua

• PTCAM DABAL DJI

Tél : 677 64 48 31-

699 55 45 56

dabaladji@gmail.com,

safarikirdi@gmail.com

• Porte Mayo Voyages

Norbert STEDE

Tél/whatsapp : 699 85 50 47

• BAOUTCHI ZRA Victor

Garoua Tél. :

699 10 80 95/676 36 62 70

Victor2008zra@gmail.com





Axe Ouest

Garoua - Ngong - Lagdo - Bibémi - Pitoa : un jour entier

- Visite du palais annexe de Tchéboâ de Ngong
- Découverte du marché typique de Ngong
- Randonnée et découverte arrivée des pêcheurs de Lagdo
- Randonnée en pirogue et découverte de l'Île aux Damans

Axe Nord : Axe Garoua-Pitoa-Guider

Garoua-Gashiga

- Gashiga
- Découverte du palais du Lamido
- Découverte du Musée du Lamido de Gashiga

Axe Est

• Pitoa qui jadis drainait un monde fou de Garoua et Maroua

- Garoua-Pitoa-Guider
- Bidzar-Figuil-Garoua
- Gorges de Kola
- Site archéologique de Bidzar
- Marché typique de Guider
- Danse traditionnelle de Guider Lamidat de Gashiga

• Par Gashiga, avant l'entrée de la ville. Pas de plaque, faites-vous accompagner par un guide local que vous prendrez au village. Le village Fallis de Ngoutchoumi se trouve environ à 52 km, dont une grande partie est faite en moto et l'autre en voiture.



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

100

LE GUIDE
DU VISITEUR



Points de vente des billets d'accès au stade, site de Garoua

- Délégation régionale de la police judiciaire (Esplanade)
- Roumdé, carrefour vestiaire Commissariat 4ème Arrondissement
- Yelwa, carrefour (prévoir dispositif sécuritaire)
- Djamboutou, Commissariat 3ème Arrondissement



• Par Pitoa, près du Mont Tinguelin sur la Route de Guider et les gorges de Kola

Les Guidars. Ils sont composés de plusieurs ethnies donc les principales sont : Les Guidar, Merindang, Laba, Mambay. Les originaires de cette ethnie sont localisés dans les villages de Djerigui, Lebé et Guider.

Les gorges de Kola

Situées à 5,2 km de l'entrée sud de Guider en venant de Garoua, c'est un site spectaculaire qui s'apparente à un canyon d'environ 22 m. Vous pouvez y camper. La superficie occupée par l'ensemble de ces pierres est estimée à près de 3 hectares.

A ne pas manquer !

Visiter la chambre du Diable dans les gorges de Kola ; il s'agit des antichambres pouvant contenir une quarantaine de personnes. Prenez un guide du village voisin.

Site archéologique de Bidzar en voie d'inscription au Patrimoine mondial



Localisation

Il est situé au centre du village Bidzar, en face de l'école publique sur la route de Guider. Il s'agit des traces de dinosaure. Plus de 400 peintures rupestres y ont été identifiées. Chaque peinture représente soit un objet, un animal ou une personne.

Comment visiter le site ?

Prendre un guide à l'entrée du site
Contact : Vaneti +237 692 125 831
N.B. Appeler avant d'y aller.



INFORMATIONS
PRATIQUES
ET UTILES

101

LE GUIDE
DU VISITEUR









Elan de Derby



Girafes.
Image Futura Planete



Cob de Buffon.
image Trek Earth



Cob de Fassa



Bubale



Mot de bienvenue du Maire de la ville de Garoua



Pour la toute 1ère fois de son Histoire, le Cameroun en Général et la ville de Garoua en particulier sont à la « une » de l'actualité internationale au regard de la tenue de la 33ème édition de la Coupe d'Afrique des Nations de football 2021.

Notre localité est d'autant plus honorée que son club fétiche « Coton Sport », de par son professionnalisme et la vision de ses dirigeants, s'est érigé en modèle d'équipe de football professionnel au Cameroun et dans l'ensemble du continent africain.

C'est pourquoi nos collectivités se sont mobilisées pour capitaliser ce grand évènement en nous en servant également comme un véritable tremplin pour la relance des activités touristiques post COVID-19.

« Le Guide du Visiteur » vous présente une gamme de produits et circuits touristiques pour agrémenter votre séjour dans le Septentrion qui a toujours été une destination très prisée avant la pandémie.

C'est aussi ça : joindre l'utile à l'agréable !

Djabbama

**Dr Ousmaïla Mohamadou
Maire de la ville de Garoua**





Guide du Voyageur de la Région du Littoral

- Les villes côtières : de Mamfé à Campo Ma'an en passant par les villes continentales : Bangem, Mélong, Nkongsamba
- Les zones de trekking : Mont Cameroun, Mont Kupé, Mont Muangouba, Mont Bakossi
- Les zones d'observation de la vie sauvage : Parc du Mont Cameroun, Parc de Bakossi, Parc de Takamanda, Parc de Korup, Réserve de faune de Muangouba, Réserve de Douala-Edéa, Parc de Campo Ma'an,
- Les zones de VTT, les zones de sport automobile,
- Les zones portuaires,
- Les circuits et produits touristiques de la zone côtière
- Les zones du tourisme du Meeting Incentive Conference and Events (MICE),
- Développement du tourisme dans les Collectivités Territoriales Décentralisées du Cameroun, synergie entre RETAC et CVUC Littoral. Les transferts de compétences et de ressources déjà engagées.

Date de parution :

- **Version numérique : fin mars 2022**
- **Version papier : fin mai 2022**



**Réservez
vos espaces
publicitaires
dès maintenant**

iboga

EAU MINÉRALE DE MADIBA
www.s3-ucbb.com

50 ANS
UNION SPORTIVE CANADIENNE DE BRASSELLES

EAU MINÉRALE
Madiba
du cœur de la terre



Eau Madiba accompagne les excursions, randonnées et circuits touristiques autour des stades CAN Total Energies 2021