

1 FRANCE VOLONTAIRES



BON A SAVOIR

2

3 PREMIERS PAS

**SANTE
SECURITE**

4

**5 BONS
PLANS**

LEXIQUE

6

CONTACTS

7



GUIDE D'ACCUEIL DES VOLONTAIRES

ESPACE VOLONTARIATS
SÉNÉGAL



BIENVENUE

Comme il est courant de le dire au Sénégal :
Bonne Arrivée !

Vous avez choisi de vous engager au Sénégal, ce guide est fait pour vous. De petite taille, il se glisse dans toutes les poches et vous accompagnera au mieux pour vos premières démarches au pays de la Teranga. Astuces, conseils, bons plans, ce guide d'accueil des volontaires au Sénégal vous donne les clés pour une installation réussie et une mission dans les meilleures conditions. En complément, n'hésitez pas à passer à l'Espace Volontariats au cours de votre mission et à consulter notre site internet : <http://www.reseau-espaces-volontariats.org/senegal> et visiter notre page Facebook : <http://www.facebook.com/francevolontairessenegal/>.

L'équipe de l'Espace Volontariats Sénégal



SOMMAIRE



France Volontaires / Espace Volontariats...
De quoi parle-t-on ?

page 4

Bon à savoir sur le pays

page 9

Mes premiers pas au Sénégal

page 15

Quelques conseils santé et sécurité

page 20

Bons plans de volontaires à travers les
régions

page 22

Quelques mots de vocabulaire dans les
langues locales pour mieux s'intégrer

page 28

Contacts utiles

page 30



FRANCE VOLONTAIRES QUI ES-TU ?

France Volontaires est la plateforme des engagements volontaires et solidaires à l'international. Elle a été créée le 1^{er} octobre 2009 à l'initiative des pouvoirs publics français et du monde associatif. Sa mission d'intérêt général est la promotion et le développement des différentes formes d'engagements volontaires à l'international. Elle assure donc une mission d'appui et de service auprès des acteurs du volontariat français et fait la promotion des différentes formes d'engagement en France et dans les pays où elle est présente, en plus d'envoyer ses propres volontaires. A travers le monde, France Volontaires accompagne les acteurs du volontariat grâce à son réseau d'Espaces Volontariats.



55 pays avec des représentations de France Volontaires



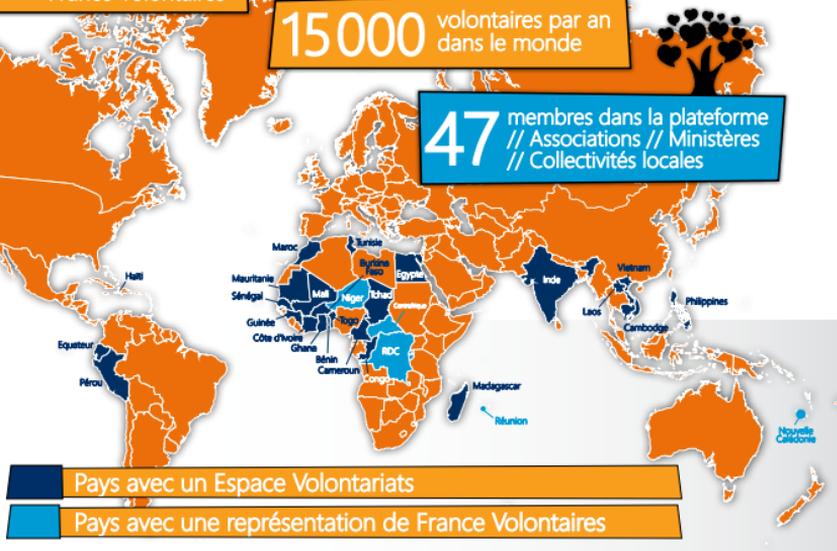
24 Espaces Volontariats dans le monde



15000 volontaires par an dans le monde



47 membres dans la plateforme
// Associations // Ministères
// Collectivités locales



L'ESPACE VOLONTARIATS AU SÉNÉGAL



 Plus d'infos sur [evfv.org](http://www.evf.org)

Nous tenons à jour une base de données des volontaires. Contactez-nous pour vous inscrire et participer à nos activités, être mis en relation, etc. !!



L'Espace Volontariats au Sénégal est un lieu physique et ouvert à tous les acteurs du volontariat (candidats, volontaires, structures d'accueil, structures d'envoi). Il propose différents services tels que l'accueil personnalisé pour répondre à toutes vos demandes, la mise en relation et en réseau avec des structures ou des volontaires, des ateliers thématiques et des formations pour enrichir votre temps de volontariat. Nous alimentons toute l'année notre site internet (<http://www.reseau-espaces-volontariats.org/senegal>) avec des actus et des infos utiles (démarches, ressources, etc.).

ADRESSE

Venez nous rendre visite !

L'Espace Volontariats est situé à Dakar, sur la VDN, en face du pont Impôts & Domaines, entre la station Elton et l'Hypermarché Exclusive. Nous sommes ouverts du lundi au vendredi de 8h à 18h.

De la documentation, une connexion internet et une équipe prête à vous accompagner vous y attendent !



QUI SONT LES VOLON

LES VOLONTAR

VIES

Volontariat International d'Échang

VSI

Volontariat de Solidarité Internationale

CEFODE

SCD

Planet
Finance

AgirABCD

Planète
Urgence

Maisons
Familiales
et Rurales

DCC

GRET

La Guilde

ECTI

Ginkgo

France
Volontaire



VOLONTAIRES AU SÉNÉGAL ?

ESPACES VOLONTAIRES FRANÇAIS

Services et de Solidarité

VIE
Volontariat
International
en
Entreprise

VIA
Volontariat
International
en
Administration

VIECH
Volontariat
International
d'Initiation
et
d'Echange

SCI
Service
Civique à
l'International

VEC
Volontariat
d'Echange
et de
Compétences

Il existe d'autres formes d'engagement comme le Service Civique à l'International, le stage ou le bénévolat. D'autres formes sont possibles, comme le Volontariat International de la Francophonie ou le Volontariat des Nations Unies.

← **QUELQUES
STRUCTURES D'ENVOI**

En 2015, 966 VIES ont été recensés par l'EV au Sénégal. Ils ont été accueillis par 108 structures d'accueil, dans 13 régions du pays. 79% d'entre eux ont entre 18 et 27 ans.



Plus d'infos sur www.france-volontaires.org



BON À SAVOIR



Dakar Capitale
Macky Sall (depuis 2012) Président
(République laïque à régime présidentiel)
Population 14,13 millions
Indépendance 4 avril 1960

DONNÉES

Les principales ethnies sont les Wolofs, les Peuls, les Sérères et les Diolas. On retrouve les Wolofs dans les grands centres urbains, les Peuls dans les régions de Saint-Louis, Matam, Tambacounda, Kolda, Ziguinchor et les Sérères dans les régions de Fatick, Thiès et Kaolack. Les Diolas sont plus présents en Casamance. D'autres ethnies sont dites minoritaires (Bassari, Bedik...).

4 ETHNIES MAJORITAIRES

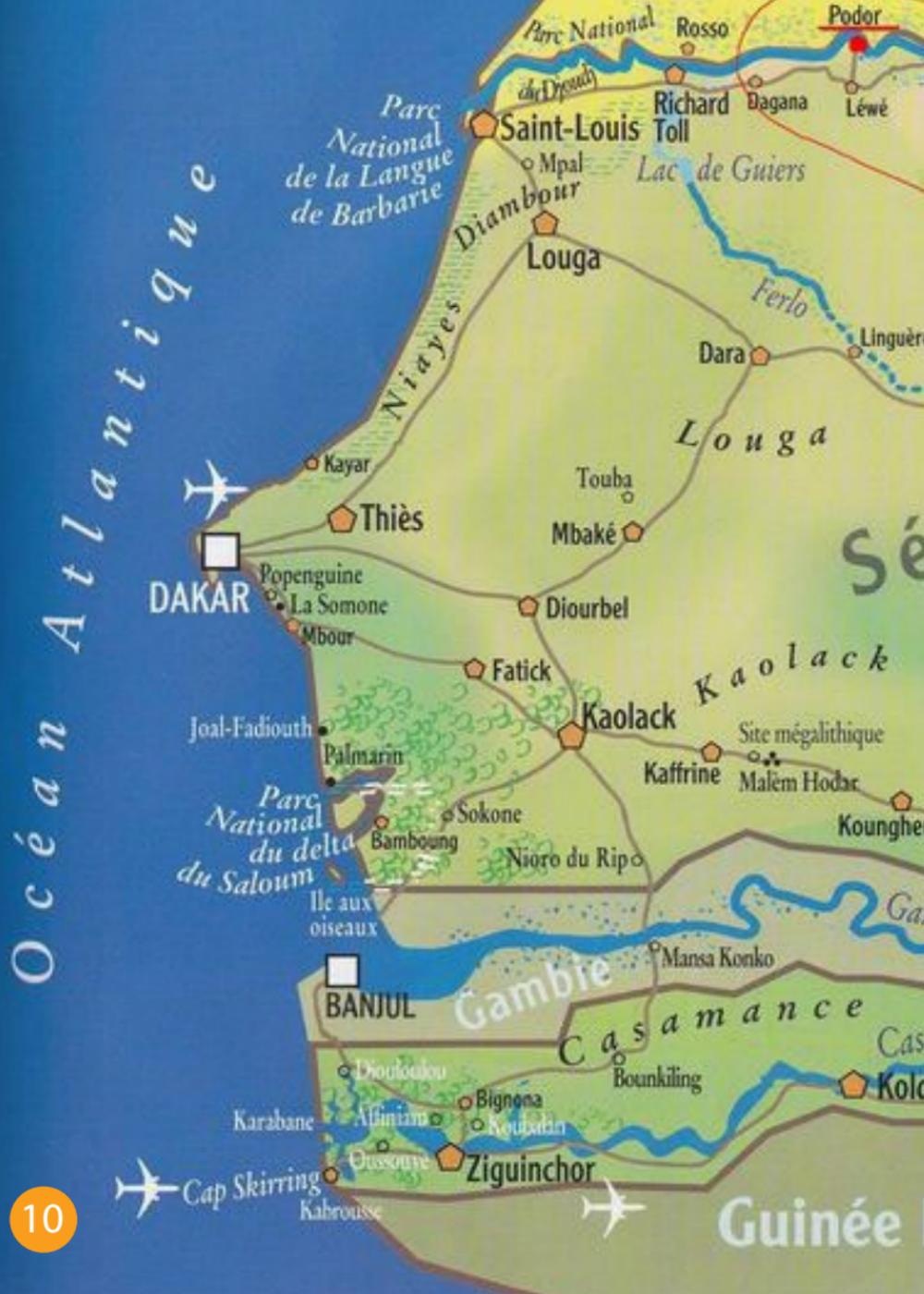
Le Sénégal est bordé par l'océan Atlantique à l'ouest, la Mauritanie au nord, le Mali à l'est et la Guinée et la Guinée-Bissau au sud. La Gambie forme une enclave dans le pays, pénétrant à plus de 300km à l'intérieur des terres.

LANGUES

Au Sénégal, la langue officielle et administrative est le Français, mais vous pourrez rencontrer des personnes qui ne la parlent pas. En effet, de nombreux dialectes sont parlés au Sénégal en fonction de l'ethnie d'appartenance de la personne. Les plus courants sont le Wolof (langue de communication entre les différentes ethnies), le Sérère, le Peul et le Diola.

Au Sénégal, on note un fort brassage ethnique dû à la cohabitation et aux mariages inter-ethniques.







Mauritanie



Matam

Kanel

Bakel

Ferlo

Senegal

Kidira

Koyes

Goudiri

Mali

koussanar

Tambacounda

Sénégal Oriental

Dialakoto Dar Salam

Gambie

amance

Vélingara

Médina Gounas

Parc National de Niokolo Koba

Simenti

Goleakouto

Assirik

414

Malako

Saraya

Kédougou

Salémata

Ndébou

Etiolo

Bedik

564 m

581 m

Bissau

Guinée

BON À SAVOIR

RELIGIONS

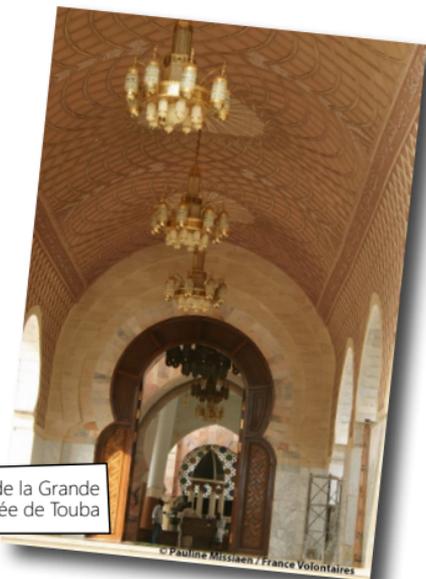
ISLAM
95%

CHRISTIANISME

5%

2 RELIGIONS
MAJORITAIRES

La religion et les croyances occupent une place très importante dans la culture et la vie quotidienne des Sénégalais. Les religions les plus pratiquées sont l'islam et dans une bien moindre mesure, le christianisme puis l'animisme, dont les croyances et pratiques sont souvent mêlées à ces deux religions. Le Sénégal est connu pour être un modèle de cohabitation harmonieuse et de tolérance religieuse : le dialogue islamo-chrétien y est une réalité quotidienne. Ainsi, généralement, les fêtes religieuses constituent un moment de communion pour les communautés chrétiennes et musulmanes et permettent de témoigner de leur sens de la solidarité (invitation mutuelle, partage des repas...).



A l'intérieur de la Grande Mosquée de Touba

© Pauline Missaen / France Volontaires

BON À SAVOIR



Les Layènes se trouvent principalement à Yoff (Dakar) où est née la confrérie. On les retrouve aussi à Cambéréne et dans les autres villages lébous. Chaque année, ils célèbrent l'appel de Seydina Limamoulaye, le fondateur de la confrérie. Une manifestation qui draine beaucoup de fidèles, tous vêtus d'habits de couleur blanche.

Le Mouridisme, fondé par Cheikh Amadou Bamba, avec comme capitale Touba (région de Diourbel), où est célébré chaque année par de très nombreux fidèles le Magal de Touba, commémorant le départ en exil du fondateur de la confrérie.

Près de 95% de la population est musulmane. L'islam au Sénégal repose essentiellement sur les **confréries**.

Une confrérie est un regroupement de personnes qui partagent les mêmes pratiques religieuses, avec à leur tête un guide spirituel. Voici les plus importantes.

La Tidjania avec comme capitale Tivaouane, où est célébré chaque année le Gamou. En dehors de Tivaouane, les principaux foyers sont Kaolack, Médina-Gounass, Thièna, etc.

L'ISLAM

La Qadria est la confrérie la plus ancienne. Ndiassane (non loin de Tivaouane) en est le foyer le plus important qui célèbre chaque année le Gamou (fête de la naissance du prophète de l'islam). A l'occasion, Ndiassane, tout comme Tivaouane, accueille beaucoup de fidèles.



BON À SAVOIR

Le christianisme est surtout pratiqué en Casamance, dans certaines localités habitées par les Sérères et dans les grandes villes comme Dakar. Popenguine est le lieu où se trouve le sanctuaire marial. Chaque année, des chrétiens de tous le pays et même de la région y effectuent leur pèlerinage le jour de la Pentecôte.



LE CHRISTIANISME

Les autres croyances comme l'animisme sont peu pratiquées au Sénégal, mais malgré tout, ces croyances continuent d'influencer fortement le quotidien des Sénégalais. Il est très développé en Casamance et dans certaines parties de la région de Tambacounda.



1 SAISON SÈCHE
1 SAISON DES PLUIES, L'HIVERNAGE

CLIMAT

Pays sahélien, il présente un climat nettement marqué par deux saisons.



MES PREMIERS PAS AU SÉNÉGAL



ÊTRE EN RÈGLE

Dès votre arrivée, pensez à vous rendre au Consulat de France. Une simple inscription au registre suffit pour les séjours inférieurs à 6 mois. Si le séjour est plus long, prenez rendez-vous pour l'établissement d'une carte consulaire en appelant le +221 88 628 19 00 ou en adressant un mail à inscription-registre.dakar-fsfr@diplomatie.gouv.fr.

Pensez également à signaler votre arrivée à l'Espace Volontariats afin d'être enregistré dans la base de données des volontaires et participer à nos événements (ev.senegal@france-volontaires.org).

Depuis mai 2015, le visa biométrique a été supprimé pour l'arrivée au Sénégal. Il n'y a donc plus aucune démarche de visa à effectuer, vous entrez pour une autorisation de séjour de 90 jours. Pour la suite, tout dépendra de la durée de votre séjour.

Jusqu'à 90 jours : pas de formalité mais pensez à vous inscrire sur le Fil d'Ariane du MAEDI (<https://pastel.diplomatie.gouv.fr/fildariane/dyn/public/login.html>).

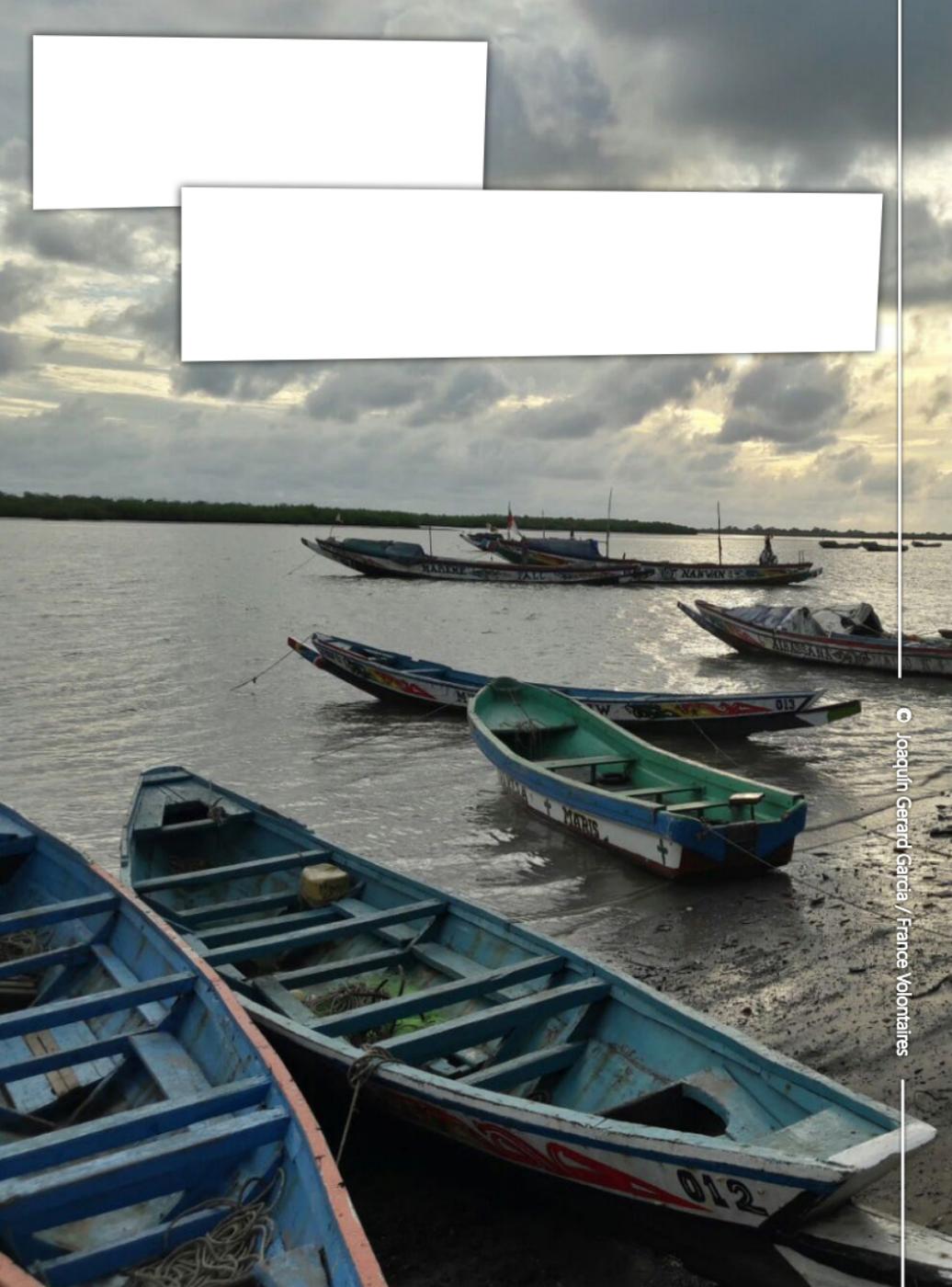
De 3 à 6 mois : simple inscription au consulat + inscription sur le Fil d'Ariane.

De 6 à 12 mois : demande d'une carte consulaire conseillée + inscription sur le Fil d'Ariane.

Plus de 12 mois : faire une demande de Carte d'Identité d'Étranger/Carte de résident (dès votre arrivée) + demande de carte consulaire + inscription sur le Fil d'Ariane. Cependant les informations sont encore aléatoires pour cette durée de séjour, contactez-nous à votre arrivée.

Un accord entre l'État du Sénégal et France Volontaires permet aux volontaires de ne pas payer les frais de la Carte d'Identité d'Étranger. Pour en être exempté, demandez votre attestation de volontariat auprès de l'Espace Volontariats. Elle peut être attribuée à tout volontaire Service Civique International ou Volontaire de Solidarité Internationale affecté au Sénégal quel que soit sa structure d'envoi.





MES PREMIERS PAS LOGEMENT



Pour trouver un appartement, plusieurs solutions :

- Faire appel au réseau des volontaires : nous pouvons effectuer la mise en contact, partager une annonce sur notre page Facebook, envoyer un mail aux volontaires de votre zone d'affectation...

- Faire appel à une agence immobilière : voici quelques contacts pour Dakar.
Agence Citron Vert (+221 33 821 83 20) / Cabinet Immobilier du monde (+221 33 860 79 79) / MC Business (+221 77 638 57 27) / Agence Hortala (+221 33 823 24 48 ou +221 77 450 32 98).

Pour Dakar, vous pouvez vous renseigner sur les différents groupes Facebook ou sites internet dédiés : Dakar Craigslist, Expat Dakar, Socializing Dakar, Dakar Turfs & Cribs, Dakar : Location d'appart, échange, colocation !...

POUR LE BAIL

Contrat établi qui sera signé entre les deux parties après approbation. A la signature, il faudra verser une caution (soit un mois de loyer), une commission (un mois de loyer également) et le loyer du mois. Le loyer est payable mensuellement d'avance et au plus tard le 5 du mois.

POUR L'EAU

Il faut se rendre dans une agence **SDE** avec une copie du bail, la facture SDE d'un voisin ou si possible du locataire précédent, une copie légalisée du passeport. Il faut remplir un formulaire sur place et régler une avance sur consommation.

POUR L'ÉLECTRICITÉ

Les démarches sont les mêmes que pour l'eau, en agence **SENELEC**.

POUR INTERNET

Allez en boutique **ORANGE** avec une copie du bail et une copie de votre passeport pour ouvrir une ligne.



MES PREMIERS PAS DÉPLACEMENTS

Ce ne sont pas les transports qui manquent ! Vous trouverez tout type de transports urbains et interurbains selon vos déplacements. Ils existent en quantité, même si le confort est rarement au rendez-vous... Veuillez bien à votre sécurité avant tout également !

LES TRANSPORTS

1 000 FCFA
=
1,50 €

Les plus communs et les plus utilisés sont les **taxis 7 places**, qui effectuent les trajets entre les différentes villes du Sénégal. Ils partent une fois pleins, au départ des gares routières (Gare des Beaux Maraichers pour Dakar). Tous les tarifs sont disponibles sur notre site.

A Dakar et dans les grandes villes, vous trouverez les **taxis jaunes et noirs**, dont les prix varient d'une région à une autre. A Dakar, ils varient selon la distance (entre 500 et 3 000 FCFA en moyenne). Pour les autres régions, le prix est généralement fixé à 500 FCFA. A l'arrivée à l'aéroport, le tarif officiel est de 5 000 avant 00h et 7 000 après.

Certains d'entre vous opteront pour les '**clandos**', à la couleur et l'état aléatoires, mais aux prix plus abordables. On en trouve dans certains quartiers de Dakar, Mbour, Saint-Louis et Kaolack (100 à 500 FCFA). D'autres opteront également pour les **Jakartas (taxis-motos)** à environ 200 francs la course.

Pour aller en **Casamance**, une liaison maritime entre Dakar et Ziguinchor/Carabane/Cap Skirring existe. Le tout récent ferry Aline Sitoé Diatta effectue 4 traversées hebdomadaires. Renseignements auprès de Cosama (+221 33 281 34 34).

Il est également possible de se rendre à Ziguinchor en avion. Voir avec la compagnie TransAir à l'aéroport ou au +221 33 865 25 65.

Les **bus TATA** ont plus de cinquante lignes sillonnant Dakar et sa banlieue, empruntant souvent les mêmes parcours que les Dakar Dem Dikk (bus urbains). Toujours pris d'assaut, il n'est pas rare qu'ils roulent portes ouvertes avec 5 personnes sur le marchepied. En général, les prix varient entre 100 et 225 FCFA.

Les **bus 3D** sont bleus ou beiges et ont le monopole de la desserte du centre-ville de Dakar. Les tarifs varient entre 150 francs pour une section et 175 pour 4. Les arrêts de ces bus sont signalés par des panneaux circulaires ronds.

Il y a également les célèbres **cars rapides** colorés. Ils n'ont de rapide que le nom car ils s'arrêtent tous les 200 mètres. Comptez entre 50 et 150 FCFA le trajet.

Enfin, il existe des compagnies de **car** pour les longues distances, comme Niokolo Bus entre Dakar-Tambacounda/Bakel/Kédougou.



MES PREMIERS PAS ET L'ARGENT?



La monnaie locale est le Franc CFA.

1 € = 655,957 FCFA

Pour la conversion : $\times 1,5$ et $\div 1\,000$
 $1\,000$ FCFA $> 1\,500 > 1,5$ € !

Le plus petit billet est de 500 FCFA et le plus gros de 10 000. Il existe également des pièces qui vous seront très utiles pour vos petits paiements (boutiques, bus...). Évidemment, évitez de manipuler l'argent en public. Ayez toujours un minimum d'argent sur vous. Il est parfois difficile d'avoir de la petite monnaie, veillez à en faire régulièrement !

Vous trouverez des distributeurs automatiques dans les banques de Dakar et de toutes les grandes villes. Ils acceptent les cartes Visa et les cartes MasterCard sont parfois rejetées. Il est fortement conseillé de retirer de l'argent en journée. Le paiement par carte n'est possible que dans certains endroits de Dakar. La Société Générale et la BNP ont des filiales au Sénégal (SGBS et BICIS respectivement) ; renseignez-vous auprès de votre banquier concernant les frais de retrait. Pour faire le change, c'est possible à l'aéroport ou dans les banques.



QUELQUES PRIX...

Ces prix sont susceptibles d'évoluer même s'ils donnent une bonne indication du prix réel.

1 baguette $>$ 150 FCFA

1,5L d'eau $>$ 300 FCFA
(Dakar) / 500 F (région)

10L d'eau $>$ 1 000 F
(Dakar) / 1 200 (région)

1 canette $>$ 300 FCFA

1 œuf $>$ 100 FCFA

Cacahuètes $>$ 100 FCFA
(le paquet)

1 plat du jour $>$ de 500 à
2 000 FCFA

Pâtes (500 gr.) $>$ 500 F

1 téléphone standard $>$
10 000 FCFA

1kg bananes $>$ 500 FCFA

1 salade $>$ 200 FCFA

Cigarettes $>$ 700 FCFA
(le paquet)

1 bière $>$ 1 500 FCFA





SANTÉ ET SÉCURITÉ

Avant tout départ, il est nécessaire de consulter son médecin traitant et un service de Conseils aux Voyageurs, afin de faire le point sur les vaccins à effectuer ou à renouveler. Pensez à souscrire à une assurance couvrant vos frais médicaux sur place, mais aussi à un éventuel rapatriement sanitaire. Il est conseillé d'avoir en sa possession son carnet de santé à jour.

VACCINS

Les **vaccins** contre le tétanos, la poliomyélite, la diphtérie, la méningococcie, la fièvre typhoïde, les hépatites A et B sont fortement **recommandés**.

La fièvre jaune n'est plus obligatoire pour entrer sur le territoire, mais cette vaccination demeure fortement conseillée.

ÉPIDÉMIES



Concernant le **paludisme**, le Sénégal est classé en zone 3 de résistance aux antipaludéens par l'Organisation Mondiale de la Santé. C'est la zone de résistance la plus élevée. La précaution contre le paludisme implique donc des gestes simples mais indispensables : moustiquaires, sprays, vêtements longs dès la tombée de la nuit... Le paludisme au Sénégal reste saisonnier, un traitement peut être envisagé sur la période d'hivernage.

La **dengue** sévit au Sénégal, essentiellement pendant et après les pluies. Respectez les consignes habituelles de protection, car il n'y a ni vaccin, ni traitement spécifique.

EAU ET ALIMENTATION

De nombreuses **maladies** sont dues à des germes transmis par voie digestive. L'eau de Dakar est réputée **potable**, mais privilégiez un filtre à céramique voire l'eau en bouteille pour la boisson. En dehors de Dakar, il faut considérer l'eau comme impropre à la consommation. Buvez l'eau en bouteille au démarrage, puis renseignez-vous auprès des volontaires présents depuis plus longtemps sur leurs **habitudes**.

Pour de plus amples informations, vous pouvez consulter les sites internet de l'**INVS** et de l'**OMS**, qui renseignent sur l'état sanitaire par pays. Vous trouverez également sur notre site une liste complète de **médecins**.



SANTÉ ET SÉCURITÉ

La circulation au Sénégal peut être dangereuse et le nombre d'accidents est croissant. Si vous êtes amenés à conduire, veuillez être prudents et éviter de rouler de nuit. En moto, portez évidemment un casque.



© Régis Binard / France Volontaires

Veillez à votre sécurité personnelle également, en faisant preuve de bon sens et de vigilance, dans une grande ville comme Dakar, mais également dans les autres localités. Des vols à l'arrachée peuvent avoir lieu : alors ne montrez pas d'objets de valeur à la vue de tous et faites des copies de vos documents d'identité, afin de ne pas avoir toujours les originaux sur soi.

La religion occupe une place importante dans la culture sénégalaise. Faites preuve de savoir-vivre et de respect : évitez les tenues trop courtes (surtout en régions), soyez attentifs aux traditions et prêtez-vous au jeu des salutations, qui ont une importance de taille dans le pays.



BONS PLANS



© Stéphanie Baldelli / France Volontaires

La liste d'adresses qui va suivre est bien loin d'être exhaustive ; ces adresses vous sont proposées car elles ont été testées et approuvées par des volontaires. Vous trouverez de nombreuses informations et adresses supplémentaires dans d'autres guides tels que le Guide du Routard ou sur internet.



BONS PLANS

DAKAR



Pour sortir, boire un verre

Les Jardins de l'Amitié, au Point E - maquis convivial, petits prix et bonne ambiance garantis.

L'Hibiscus, au point E / Canal IV, Maison de la Douane - petit jardin aménagé où l'ambiance est calme et reposante.

Le Just4U, au point E, avenue Cheikh Anta Diop - endroit idéal pour écouter un bon concert.

La corniche des Almadies, où de nombreux bars/restaurants font concurrence pour vous offrir la meilleure vue (Surfers Paradise, Ngor Café, So' Beach, etc.)

Pour dormir

L'Espace Thialy, à Patte d'Oie. A partir de 9 500 FCFA / nuit.
+221 33 855 02 60 // espace.thialy@orange.sn // www.cauris.sn/thialy/

L'Auberge Maam Samba, à Ngor. A partir de 25 000 FCFA / nuit.
+221 77 191 50 12 // contact@aubergedakar.org // www.aubergedakar.org

Pour surfer

Copacabana au Virage. Cours individuel à 10 000 FCFA / heure.
Appelez Babacar au +221 77 519 77 70.

Malika Surf Camp, sur la place BCEAO, à Yoff. Cours individuels et de groupes possibles. +221 77 113 27 91.



BONS PLANS

SINE SALOUM

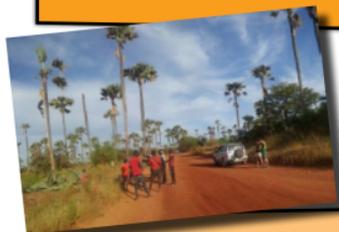
Pour dormir

Campement Keur Thierry à Toubacouta. A partir de 15 000 FCFA.
Thierry : +221 77 439 86 05 // www.keurthierry.com

Hébergement chez l'habitant à Niodior. 10 000 FCFA avec le dîner.
Karim : +221 77 514 53 41.

Auberge Sakado sur l'île de Mar Lodj. Hamac/camping à 4 000 FCFA / nuit, ou 6 000 en dortoir et 6 500 en chambre.

Campement Farakaba sur l'île Mar Lodj. 20 000 FCFA / nuit en pension complète.
Iba : +221 77 511 48 96.



TAMBACOUNDA

Un guide complet réalisé par une équipe de volontaires est disponible. Voici le lien pour le consulter en ligne :

http://www.reseau-espaces-volontariats.org/IMG/pdf/le_guide_du_volontaire_a_tamba-bassedef.pdf



BONS PLANS



KAOLACK

Pour manger, boire un verre

Le Blue Bird, restaurant sympa et pas cher. Diversité des plats et équipe accueillante.
Avenue Basile Senghor. +221 33 941 53 50.

Le Brasero, endroit sympathique et équipe agréable.
Sur la route nationale. +221 33 941 16 08.

Une autre adresse incontournable de Kaolack est celle de l'**Alliance Française**.
Activités diverses proposées : théâtre, cours de langue, concerts, etc.

Pour dormir

Campement Le Thiossane à Mbodienne. A partir de 6 500 FCFA.
+221 76 588 10 25 // www.lethiossane.com

M'BOUR

MATAM

Pour dormir

Hôtel Sogui. +221 33 966 15 36 // tijbasse@hotmail.com
Hôtel Haayoo. +221 33 966 37 30

Pour manger, boire un verre

Chez Pascal, à côté de la paroisse.





BONS PLANS

SAINT-LOUIS



Pour sortir, visiter, découvrir...

Syndicat d'Initiative pour une visite de la ville, du parc du Djoudj ou de la Langue de Barbarie, jusqu'au désert de Lompoul.

+33 961 24 55 // www.saintlouisdusenegal-tourisme.com

L'Institut Français propose un programme culturel divers et varié.
Avenue Jean Mermoz. +221 33 938 26 26

Centre Culturel Le Château à Guet N'dar. Programme culturel riche et varié, avec possibilité d'hébergement également (voir ci-dessous).
+ 221 77 461 82 67 // prod.duosolodanse@gmail.com // Facebook

Pour dormir

Auberge du Pélican, Hydrobase. Propre et bien tenu. Case double à partir de 7 500 FCFA / nuit. +221 33 961 88 37.

Le Château. Tourisme solidaire possible. Tarifs spéciaux volontaires.
www.airbnb.fr/rooms/11426631?s=M_KodsP2 // +221 77 461 82 67

Auberge du Sud (île). Bon accueil, propre. A partir de 20 000 FCFA.
+221 33 961 66 31 // aubergedusudxl@gmail.com

Pour manger, boire un verre

Le Flamingo, l'embuscade, le Siki, la Kora, la Résidence, la Crêpe, Fleuve plus, la Linguère : tout sur l'île, aux prix et goûts divers.

Le Galaxie, la Source, la Belle étoile, la Terrasse, de l'autre côté du pont, sur le continent.



BONS PLANS



THIÈS

Pour dormir

Hôtel Massa Massa. Autour de 25 000 FCFA / nuit. +221 33 952 12 44.

Pour manger, boire un verre

Bars Dosso ou Île de Gorée dans le Quartier 10ème.

Chez Esmeralda, où la spécialité locale est le phacochère.

Le Palmanda prépare de bonnes pizzas.

Le Délice

Tikara, restaurant biologique et original sur la place principale.

Pour dormir

CASAMANCE

Auberge Aw Bay à Ziguinchor. Chambre single à partir de 6 000 FCFA.
Doudou : +221 77 323 83 62.

Campement No Stress à Cap Skirring. A partir de 11 000 FCFA.
+221 77 614 64 50 // diattaegene2000@yahoo.fr

Pour manger, boire un verre

Hôtel Kadiandoumagne, au bord du fleuve à Ziguinchor. Y manger permet l'accès à la piscine. Plats entre 3 500 et 6 000 FCFA.

Restaurant Makari à Ziguinchor. Prix et cadre agréables.
Entre 4 000 et 5 000 FCFA.

Pour préparer vos visites, passez à l'Office de Tourisme de Casamance, ou à l'Agence Casamance VTT (www.casamancevtt.com) ou Casamance au Présent (reinout.fap@gmail.com).





VOCABULAIRE

WOLOF

Bonjour > Assalam Aleykoun

Bonjour (réponse) > Maaleykoun Salam

Comment vas-tu ? > Nanga def ?

Comment allez-vous ? > Nu ngeen def ?

Ca va bien ! > Mangi fi rekk !

Comment va la famille ? > Ana wa keur gi ?

Comment tu t'appelles ? > Noo tudd ?

Je m'appelle ... > Maa ngi tudd ...

Où habites-tu ? > Foo dekk ?

J'habite ... > Maa ngi dekk ...

Oui > Waaw

Non > Déedéet

Merci > Dieureudieuf

A la prochaine fois > Ba beneen yoon

Combien ça coûte ? > Naata la ?

C'est trop cher ! > Dafa serr !

Tu es mon ami(e) > Sama xarit nga

On est ensemble > Nio faar

C'est joli > Rafet na

C'est loin > Dafa sori

PEUL

Bonjour > Assalam Aleykoun

Bonjour (réponse) > Maaleykoun Salam

Comment vas-tu ? > No mba'da ?

Comment allez-vous ? > No mba'don ?

Ca va bien ! > Mbo-domi-do-tan !

Comment va la famille ? > No gallé wadi ?

Comment tu t'appelles ? > No mbiyétéda ?

Je m'appelle ... > Mbiyatéémi ko ...

Où habites-tu ? > To kóda ?

J'habite ... > Kod' mi ko ...

Oui > Ééy

Non > A'la

Merci > Diarama

Au revoir > Mi yé'hi

Combien ça coûte ? > No foot'i?

C'est trop cher ! > É' né tii' di !

Tu es mon ami(e) > Ka séhilam

On est ensemble > É' nén ngondi

C'est joli > É' né yoodi

C'est loin > É' né woódi



VOCABULAIRE

DIOLA

- Bonjour > Assalama Leykourm : Safoul
- Bonjour (réponse) > Maaleykourm Salam
Kassoumaye
- Comment vas-tu ? > Bou noukané ?
- Comment allez-vous ? > Bou djikané ?
- Ca va bien ! > Kassoumaye keb !
- Comment va la famille ? > Katasindaye ?
- Comment tu t'appelles ? > Karéssi bou ?
- Je m'appelle ... > Karéssom...
- Où habites-tu ? > Baye nou kiné ?
- J'habite ... > ... ni kiné
- Oui > É
- Non > An an
- Merci > lo
- Au revoir > É diaw
- Combien ça coûte ? > Boutoum bou ?
- C'est trop cher ! > Sésér !

CONTACTS UTILES

CONSULS HONORAIRES EN RÉGIONS



Ambassade de France
à Dakar

+221 33 839 51 00
www.ambafrance-sn.org

Consulat de France à Dakar

+221 33 839 52 62
+221 77 639 93 59 (urgence)
cad.dakar-fsilt@diplomatie.gouv.fr

BAKEL > Brigitte Diarra
77 568 15 49 // acfbakel@gmail.com

KANEL > Yaya Toure
33 966 70 00 // acfkanel@gmail.com

KAOLACK > Paul-Henri Desneuf
77 637 03 69 // acfkaolack@gmail.com

SAINT-LOUIS > Murielle Bancal
77 815 06 60 // acfsaintlouis@gmail.com

SALY > Christian Langlois
77 868 83 83 // acs@agenceconsulairesaly.org

TAMBACOUNDA > Ronan GUEGUEN
77 644 06 68 // actambacounda@gmail.com

THIES > Ely Sassi
77 634 77 10 // acfthies@gmail.com

ZIGUINCHOR > Véronique Chiche
77 641 88 30 // acfziguinchor@gmail.com

DIVERS



www.gouv.sn

www.banquemondiale.org/fr/country/senegal/overview

www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays/senegal/

www.agendakar.com

<http://rexpodakar.wordpress.com>

NOUVELLES DE DAKAR

LE MAGAZINE DES DAKAROIS

Le blog **Nouvelles de Dakar**, le Magazine des Dakarois, regorge de bons plans et d'infos intéressantes sur tout le pays.

N'hésitez pas à le consulter régulièrement
www.nouvellesdedakar.com
ou à liker la page **Facebook** !





*Si vous avez besoin d'informations supplémentaires,
n'hésitez pas à nous contacter !*

France Volontaires Sénégal // Espace Volontariats

Bande verte lot 67, 2ème étage à droite
VDN, en face du pont Impôts et Domaine, Foire - BP1010 Dakar

www.evfv.org/senegal - ev.senegal@france-volontaires.org

+221 33 824 53 11 // +221 77 270 91 26

En cas d'urgence : +221 77 637 22 95



France Volontaires Sénégal

