

L'écrivaine Randadahou Zacarie, Directrice de campagne du Candidat Hyppolite Ahondémè

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION PALABRE AU QUOTIDIEN SUR PLAYSTORE POUR VOUS INFORMER

Palabre

au quotidien

1500 f cfa

Journal béninois d'informations générales, d'analyses et de publicités
Récépissé N° 389-19 / HAAC/PT/CLC/SG/SGA/DAJDC/SDC/SCS du 17 juin 2019
N°ISSN : 1840-8427 dépôt légal N°9593 du 04/09/2017
Bibliothèque nationale du Bénin, 3ème trimestre.
Edité par Palabre Communication et Marketing
Email: courriel@palabreauquotidien.com/www.palabreauquotidien.bj
Parution N°365 DU JEUDI 18 DECEMBRE 2025

«La presse autrement»



ANIMATION DE LA VIE POLITIQUE AU BÉNIN

P 4-5



Daniel Edah appelle à un dialogue national inclusif pour apaiser les tensions

COUP D'ÉTAT MANQUÉ AU BÉNIN

Sous l'impulsion de Jeanne Assoclé, les militants UP le Renouveau de Glo-Djidjé condamnent le putsch et réaffirment leur soutien au Président Patrice Talon



«NOËL POUR NOS ENFANTS»

Obed COUTON dévoile le programme de la 15^{ème} édition

(Plus de 500 cadeaux seront distribués le 25 décembre prochain)

UNIVERSITÉ D'ABOMEY-CALAVI ET SAVOIRS ENDOGÈNES

Le professeur Dodji Amouzouvi lance la formation universitaire en théologie du Vodun

ELECTRO & INFO

Maintenance et réseau informatique

- Maintenance, réparation et installation de vos ordinateurs portatifs et bureautiques
- Nous assurons la mise en réseau de votre pack informatique
- Installation de toutes sortes de sécurités électroniques et manuelles
- Caméras vidéo-surveillance (maison, boutique et autres biens)
- Gâche électrique (control d'accès de toutes portes ou portails)
- Lecteur biométrie plus option (control automatique de l'arrivée et sortie de vos employés)

- Alarme maison plus options
- Alarme véhicule
- File de fer barbelé plus options

Electronique général

- Réparation de toutes sortes de cartes mères :
- Ordinateur, Poste téléviseur, Serveur, onduleur, Imprimante, Copieur et autres...
 - Une parfaite maitrise des cartes mères des pompes des stations pétrolières
 - Une réparation parfaite et avec une garantie de vos vidéos projecteurs

Mécanographie

Nous assurons la maintenance et la réparation

de vos imprimantes et copieurs

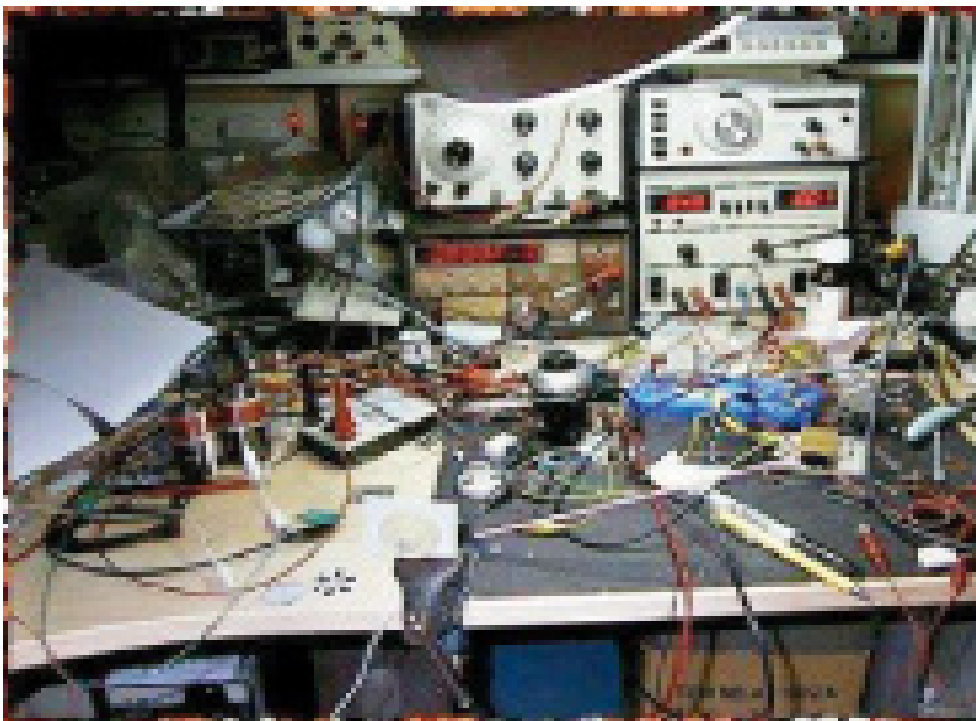
Audio visuel

- Nous vous assurons la couverture médiatique de vos activités et la publication dans les journaux de référence et passage sur tv
- Nous sommes disponibles pour vous conseiller dans le choix de vos équipements médiatiques.

Contact

+229 96170438

Email ; electroinfo377@gmail.com



Palabre
au quotidien

Journal béninois d'informations générales, d'analyses et de publicités
Récépissé N° 389-19 /HAAC/PT/CLC/SG/SGA/DAJDC/SDC/SCS du 17 juin
2019 . N°ISSN : 1840-8427 dépôt légal N°9593 du 04/09/2017,
Bibliothèque nationale du Bénin, 3ème trimestre
Edité par Palabre Communication et Marketing
Email : cadjikpa@gmail.com. **Contact : 97 04 09 85**

DIRECTEUR GÉNÉRALE ET DE PUBLICATION

Claude Dieu-donné ADJIKPA

RÉDACTEUR EN CHÊF

Jules Faustin DOBOGAN

RÉDACTION

Faustin DOBOGAN

Pierre HOUENOU

TIRAGE

1000 exemplaires

SIÈGE SOCIAL

Womey-centre, en face du bar restaurant Kébao Drink cityI

MPRIMERIE

Junior Sarl

UNIVERSITÉ D'ABOMEY-CALAVI ET SAVOIRS ENDOGÈNES

Le professeur Dodji Amouzouvi lance la formation universitaire en théologie du Vodun

La formation universitaire en théologie du Vodun a officiellement démarré dans la soirée d'hier sur le campus de l'Université d'Abomey-Calavi (UAC). Cette initiative inédite est portée par le professeur Dodji Amouzouvi, également connu sous le nom de Baba Aklunon Avimadjon, avec l'appui du Laboratoire d'analyses et de recherche Espaces, Religion et Développement (LARRED), de l'École doctorale pluridisciplinaire (EDP) et du mouvement « Vodun est la vraie solution ».

Conçue dans une approche académique et scientifique, la formation est structurée en deux niveaux complémentaires. Le premier niveau comprend dix modules de trente heures chacun, sanctionnés par une attestation d'étude en théologie du Vodun.

Le second niveau, plus approfondi, est composé de quinze modules de quarante-cinq heures, débouchant sur un certificat d'étude en théologie du Vodun.

Chaque niveau est clôturé par un stage pratique d'un week-end, au choix des participants, organisé dans des couvents présentant des manifestations rituelles, avec la possibilité d'accueillir également des non-initiés.

Cette initiative académique intervient dans un contexte marqué par des représentations souvent négatives et caricaturales du Vodun, tant à l'étranger que sur les réseaux sociaux numériques. De nombreux Béninois, notamment chrétiens ou



musulmans, ayant voyagé ou évoluant dans les espaces numériques, constatent que le Vodun est fréquemment présenté sous un prisme péjoratif, loin de sa richesse spirituelle, culturelle et philosophique.

En complément des actions institutionnelles telles que les Vodun Days ou les projets muséaux portés par l'État, cette formation se veut résolument laïque. Elle ne vise pas l'initiation religieuse, mais entend offrir aux apprenants une meilleure compréhension de la spiritualité ancestrale, de ses valeurs éthiques, de ses principes de vie et de ses normes de comportement.

Pour les initiateurs, cette démarche académique contribuera à corriger les clichés persistants sur le Bénin, tout en favorisant le développement du tou-

risme culturel et spirituel autour du Vodun. Les préjugés actuels, soulignent-ils, constituent encore un frein à l'attractivité du pays et entretiennent des perceptions erronées et réductrices.

Ouverte à tous les Béninois, ainsi qu'aux Vodunnon, la formation ambi-

tionne également de poser les bases d'une codification des savoirs endogènes liés au Vodun, notamment dans ses dimensions artistique, culturelle, théologique et doctrinale.

Les inscriptions restent ouvertes pour les personnes intéressées via le

lien suivant :

□ <https://tally.so/r/ZjjKxz>

L'équipe de coordination invite le public à s'inscrire massivement afin de prendre part à cette initiative universitaire majeure, à la croisée du savoir académique et du patrimoine culturel béninois.



COUP D'ÉTAT MANQUÉ AU BÉNIN

Sous l'impulsion de Jeanne Assoclé, les militants UP le Renouveau de Glo-Djigbé condamnent le putsch et réaffirment leur soutien au Président Patrice Talon

La cheffe de l'arrondissement de Glo-Djigbé, Jeanne Assoclé, alias FOUKAFOUKA, accompagnée des femmes de l'arrondissement, condamne vivement le coup d'État manqué survenu le 07 décembre dernier au Bénin. À travers une mobilisation populaire organisée dans l'après-midi de ce mercredi 17 décembre 2025, elles ont également réaffirmé leur soutien indéfectible au chef de l'État, le président Patrice Talon. Sous la houlette de Jeanne Assoclé, une imposante marche des femmes a parcouru plusieurs artères avant de chuter à l'arrondissement de Glo-Djigbé. Dans une ambiance à la fois déterminée et patriotique, les manifestantes ont tenu à exprimer leur attachement à la paix, à la stabilité institutionnelle et à la conti-

nuité de l'action gouvernementale.

Munies de pancartes aux messages sans équivoque tels que « Tous derrière notre président Patrice Talon » ou encore « Glo-Djigbé dit NON aux ennemis du développement », les femmes ont dénoncé avec la dernière rigueur toute tentative de déstabilisation des institutions de la République. Pour elles, le coup d'État manqué constitue une menace grave contre la démocratie, les acquis économiques et sociaux ainsi que la paix chèrement préservée au Bénin.

Prenant la parole à l'issue de la marche, Jeanne Assoclé a salué la mobilisation des femmes de Glo-Djigbé et leur sens élevé de responsabilité citoyenne. Elle a rappelé que les femmes demeurent des actrices majeures de la cohésion



sociale et qu'elles ne sauraient rester silencieuses face aux manœuvres visant à freiner le développement du pays. La cheffe d'arrondissement a, par ailleurs, réitéré son soutien

personnel et institutionnel au président Patrice Talon, l'invitant à poursuivre sans relâche les réformes engagées pour le bien-être des populations. À travers cette marche, les femmes de

Glo-Djigbé ont voulu lancer un message clair : elles restent debout, vigilantes et résolument engagées pour la défense de la démocratie, de la paix et du développement du Bénin.



LÉGISLATIVES 2026 DANS LA 6ÈME CIRCONSCRIPTION ÉLECTORALE

L'écrivaine Randadahou Zacarie, Directrice de campagne du Candidat Hyppolite Ahondeme

À quelques semaines des élections législatives prévues le 11 janvier 2026, les préparatifs battent leur plein au sein des états-majors politiques au Bénin. Dans cette dynamique, Hyppolite Ahondème, tête de liste du Bloc Républicain (BR) dans la 6^e circonscription électorale (Abomey-Calavi, Sô-Ava, Zè), a récemment opéré une nomination stratégique pour consolider son dispositif de campagne. C'est l'écrivaine Rangadahou Zacari qui a été désignée Directrice de campagne pour cette circonscription clé. Cette décision témoigne de la volonté d'affiner l'organisation et de renforcer la communication politique

sur le terrain. Mme Zacari, reconnue pour son parcours intellectuel et culturel, voit ainsi sa plume et son sens de la mobilisation mobilisés au service d'un projet politique ambitieux. Sa mission à la tête de la campagne consistera à coordonner l'ensemble des actions politiques, organisationnelles et communicationnelles dans la 6^e circonscription. Elle aura notamment pour charge de structurer les équipes locales, d'impulser une dynamique de mobilisation des militants et sympathisants, et de porter le message politique auprès des populations pour assurer une présence active et convaincante jusqu'au



jour du scrutin. Par ce choix, Hyppolite Ahondème affiche aussi son engagement en faveur de la valorisation des compétences féminines et intellectuelles dans la sphère

politique, soulignant la place centrale qu'il entend accorder à la diversité des talents et à l'efficacité opérationnelle dans sa campagne. Cette nomination marque une étape

importante dans la mise en ordre de bataille du BR pour la 6^e circonscription, à l'heure où l'enjeu électoral s'avère crucial pour l'avenir politique du pays.

A.7

«NOËL POUR NOS ENFANTS»

Obed COUTON dévoile le programme de la 15^{ème} édition

(Plus de 500 cadeaux seront distribués le 25 décembre prochain)

Le conseiller municipal et président de l'ONG OLUKÉDÉ-VIE, Obed COUTON, dévoile les grands axes du programme de la 15^e édition du grand événement «Noël pour nos enfants» qui se tiendra le jeudi 25 décembre prochain, jour de la célébration de la nativité du Christ Jésus, à la place des fêtes Kayécha à womey.

Cette année encore, la célébration promet d'être riche en activités et en émotions pour les enfants de la commune. La journée débutera par une messe spéciale dédiée aux enfants, qui se tiendra simultanément à l'église catholique St Benoît de Woméy et à l'église St Luc de Yenadjro.

S'en suivra l'élection de Miss et Mister «Noël pour nos enfants», ainsi que de leurs dauphins, après la délibération du président du jury suite à la présentation des différents candidats. La cérémonie se clôturera par un moment de joie et de partage : la distribution de cadeaux aux enfants par le Père Noël, moment toujours très attendu des petits participants. Déterminé à faire de cette 15^e édition un véritable succès, le conseiller municipal Obed COUTON met les bouchées doubles pour que cette fête placée sous le haut parrainage de Tata Zangbèdè Baba Tao reste gravée dans les mémoires des enfants et de leurs familles.



PRÉSIDENTIELLE 2026

Alberic Dagan et la jeunesse de Cotonou engagent le mouvement Conscience citoyenne aux côtés de Paul Hounkpè et de la FCBE

Le mouvement politique Conscience citoyenne, présidé par Albéric Dagan, a procédé à sa sortie officielle ce samedi 13 décembre 2025 au rond-point Sainte-Cécile de Cotonou. Une cérémonie hautement symbolique qui marque, dans le même temps, la déclaration officielle de soutien du mouvement au duo Paul HOUNKPÈ – Rock HOUNWANOU en vue de l'élection présidentielle de 2026.

Dans une ambiance festive et militante, la cérémonie a été rythmée par des animations folkloriques, notamment la prestation très applaudie des Zangbéto, attirant un public nombreux composé de militants, de sympathisants et de curieux. Cette mobilisation populaire a donné à l'événement une forte coloration culturelle et citoyenne.

Prenant la parole tour à tour, les jeunes et les femmes du mouvement, à travers leurs représentants respectifs, ont exprimé leur adhésion aux idéaux du parti Force Cauris pour un Bénin Émergent (FCBE) et salué le choix porté sur le duo Paul Hounkpè – Rock Hounwanou pour la prochaine présidentielle. Les femmes de Conscience citoyenne ont, pour leur part, lancé un message fort en faveur de la paix, rejetant toute forme de violence politique et appelant à un climat électoral apaisé.

Un discours empreint de solennité et de détermination

Avant d'entamer son discours, le président du



mouvement, Albéric Dagan, a invité l'assistance à observer une minute de silence en mémoire des compatriotes ayant perdu la vie lors de la tentative de coup d'État manquée du dimanche 7 décembre 2025.

Dans son intervention, le président de Conscience citoyenne a affirmé la détermination et l'ambition de ce nouveau mouvement

politique, qu'il qualifie de « bébé né avec des dents », traduisant ainsi sa volonté d'agir avec fermeté et efficacité sur la scène politique nationale.

Pour Albéric Dagan, Conscience citoyenne a fait le choix de l'union, convaincue que seule une synergie des forces politiques peut permettre de relever les défis actuels du pays.

« Une seule personne est capable de faire renaître le bien-être dans notre pays. Paul HOUNKPÈ est celui qui présente le meilleur parcours politique. Paul HOUNKPÈ et son équipe travaillent à proposer, dans les jours à venir, le meilleur projet de société. Les membres de Conscience citoyenne ont foi en leurs candidats et feront tout pour assurer leur victoire », a-t-il déclaré sous les ovations.

Par cette sortie officielle, le mouvement Conscience citoyenne affiche clairement ses ambitions et son ancrage politique, tout en s'inscrivant dans une dynamique de mobilisation citoyenne, de paix et de renouveau démocratique, à l'orée d'une élection présidentielle décisive pour l'avenir du Bénin.



ANIMATION DE LA VIE POLITIQUE AU BÉNIN

Daniel Edah appelle à un dialogue national inclusif pour apaiser les tensions

Dans un contexte politique marqué par des tensions pré-électorales et des incertitudes institutionnelles, Daniel Edah a lancé un vibrant appel au dialogue national, soulignant l'urgence de rassembler l'ensemble des acteurs politiques et institutionnels pour l'intérêt supérieur de la Nation.

Dans un message adressé sur sa page Facebook, il a exprimé sa gratitude envers le Parlement de la CEDEAO pour sa « prise de position constructive et tournée vers l'avenir ». S'adressant au Président de la République, Son Excellence Monsieur Patrice Talon, Daniel Edah a plaidé pour « la mise en place diligente d'un dialogue national franc, inclusif et constructif, afin d'apaiser les tensions et de remettre durablement

notre pays sur les rails d'un développement harmonieux, alliant démocratie, infrastructures, prospérité partagée et stabilité ». L'homme politique a également invité les principaux partis politiques – l'UP-R, le Bloc Républicain et Les Démocrates – ainsi que les institutions clés que sont la Cour constitutionnelle et la Commission Électorale Nationale Autonome (CENA), à soutenir « avec esprit républicain toute initiative du Président de la République allant dans le sens de cette dynamique de dialogue ». Daniel Edah a par ailleurs appelé l'ensemble de la classe politique, les leaders d'opinion, les influenceurs et les acteurs des réseaux sociaux à faire preuve de « retenue, de respon-



sabilité et de discernement » dans leurs prises de parole, rappelant que, malgré les divergences politiques légitimes dans une démocratie, « nous

n'avons qu'un seul pays et notre devoir commun est de le préserver et de le faire grandir ». Son message s'inscrit dans une volonté de renforcer

la cohésion nationale et de promouvoir un climat politique apaisé, condition essentielle pour le développement durable et la stabilité du Bénin.

Intégralité de son message

Je tiens à exprimer mes sincères remerciements au Parlement de la CEDEAO pour cette prise de position constructive et tournée vers l'avenir.

J'en appelle respectueusement au Président de la République, Son Excellence Monsieur Patrice Talon, afin que soient prises les mesures nécessaires à l'organisation diligente d'un dialogue national franc, inclusif et constructif, dans l'objectif d'apaiser les tensions et de remettre durablement notre pays sur les rails d'un développement harmonieux, alliant démocratie, infrastructures, prospérité partagée et stabilité.

J'invite également les partis politiques UP-R, BR et LD, ainsi que la Cour constitutionnelle et la Commission Électorale Nationale Autonome (CENA) à accompagner avec esprit républicain toute initiative du Président de la République allant dans le sens

de cette dynamique de dialogue, dans l'intérêt supérieur de la Nation.

En ce moment crucial de notre histoire nationale, j'en appelle à la conscience patriotique de l'ensemble de la classe politique, des leaders d'opinion, des influenceurs et des acteurs des réseaux sociaux. Faisons tous preuve de retenue, de responsabilité et de discernement dans nos prises de parole et nos publications.

Au-delà de nos divergences politiques légitimes dans une démocratie, nous n'avons qu'un seul pays et notre devoir commun est de le préserver et de le faire grandir.

ECOWAS Parliament Ecowas - Cedeao
Ambassade de France au Bénin U.S. Embassy
Cotonou African Union

Annouce de décès

La Collectivité HOUEDENOUKOUN de Savalou
 Les familles HOUNWANOU, GÔDÔ, AKOUEGNINOU, ZIMONSE,
 AGNONVI, BALOÏTCHA, LANSIME de Còvedji Savalou;

La famille HOUNLENOU de N'gbèhan Savalou;
 La famille AKOIGNON de Honnoukan Savalou;
 La famille ARONKÔ d'anèho Lomé.

Les frères et soeurs du défunt
 La famille HOUETCHEKPO d'Allada Tégbo
 La famille BEGO de Bohicon Gbèkon
 La famille SOSSA TOSSOUVEY de Grand-popo
 La famille GNANGUENON de HINVI

Les enfants du défunt

Mr Gérard HOUNWANOU, ses épouses et ses enfants;
 Mme Gisèle HOUNWANOU, et ses enfants;
 Mme Honorine PADONOU née HOUNWANOU, son époux et ses enfants
 Mr Raoul HOUNWANOU, son épouse et ses enfants;
 Mme Hermine BOKONONHOUI née HOUNWANOU, son époux et son enfant;
 Mme Yvette HOUNWANOU, et ses enfants;
 Mme Rufine HOUNWANOU, et ses enfants;
 Mme Aurore HOUMENOU née HOUNWANOU, son époux et ses enfants;
 Feue Blandine HOUNWANOU;

SOSSA-TOSSOUVEY, SONDJÔ, DOSSOU-GBETE,
 HOUNSOU, PADONOU, COULIBALY, TOFFA, HOUMENOU
 AHOUANSINKPO, TOHOUEKIN, KPADONOU,

ont la profonde douleur de vous faire part du décès de leur
 très cher et regretté fils, père, époux, frère, grand-père, arrière
 grand-père, cousin, neveux, oncle, beau-père :



Tossa Christophe HOUNWANOU

*Journaliste - Opérateur linotypiste
 de L'ONEPI à la retraite*

**Rappelé à Dieu le 20 Novembre 2025
 dans sa 86^{ème} année**

Mr Rock-Judicaël HOUNWANOU, ses épouses et ses enfants;
 Mme Diane TOFFA née HOUNWANOU, son époux et ses enfant
 Mr Jean-Paul HOUNWANOU, son épouse et ses enfants;

Les veuves

- HOUETCHEKPO Colette
 - Feue BEGO Josephine
 - SOSSA TOSSOUVEY

Les petits enfants du défunt

Fréitas, Nesly, Belvie, Abraham, Karmel, Merchrist, Naef, Filice, Yabo,
 Oswald, Harold, Olphyz, Ladislav, Priscille, Cephas, Eunice, Christian,
 Olivia, Sharonne, Rostand, Altesse, Queen Kerenne, Hermige-Sara,
 Arslette, Fleuyette-Love, Mystéria, Mackyve, Chancelle, Maeva, Osnel
 Mael, Chancelle, Syckfreed, Réina, Davina, Japhet

Les familles parentes, alliées et amies

HOUETCHEKPO, BEGO, BOKONONHOUI, GNANGUENON,
 MEHINTO, HESSOU, FAGLA, HOUNSOU, KPADONOU,
 MANGBEDO-ALLAGBE, HOUENOUHO,

Programme des Obsèques

Vendredi 19 Décembre 2025

- 17H : Retrait du corps à la morgue CNHU de Cotonou
- 18H : Exposition du corps et Recueillement au domicile du défunt sis au quartier Aïbatin vons Canal plus
- 20H : Veillée de prières et de chants au domicile du défunt sis au quartier Aïbatin vons Canal plus

Samedi 20 Décembre 2025

- 09H30 : Lévée du corps au domicile du défunt
- 10H00 : Messe corps présent à l'église Catholique St François de Fidjrossè
- 13H00 : Réception au domicile du défunt à AÏBATIN vons Canal plus

Dimanche 21 Décembre 2025

- 10H00 : Messe d'action de grâce et d'enlèvement de deuil.

APRÈS LE VOTE AU PARLEMENT

Le président Talon promulgue la nouvelle Constitution révisée

Une nouvelle page s'ouvre dans l'histoire institutionnelle du Bénin. La Constitution révisée de la République du Bénin a été officiellement promulguée ce mercredi 17 décembre 2025 par le président Patrice Talon, a annoncé le Conseil des ministres, réuni en session ordinaire.



Cette promulgation intervient quelques jours après la validation du texte par la Cour constitutionnelle, qui avait été saisie pour examiner la conformité de la révision constitutionnelle adoptée en novembre dernier par l'Assemblée nationale. La haute juridiction a ainsi donné son feu vert à l'entrée en vigueur de ce texte, ouvrant la voie à son application effective. Fruit d'un long processus législatif et politique, la Constitution révisée introduit d'importantes innovations institutionnelles destinées,

selon le gouvernement, à moderniser le fonctionnement de l'État et à renforcer la stabilité des institutions. Parmi les principales réformes figurent notamment : La création d'un Sénat, consacrant l'instauration d'un Parlement bicaméral, avec pour objectif affiché de renforcer la concertation politique et les mécanismes de contrôle de l'action publique ; L'allongement de la durée des mandats présidentiels, législatifs et municipaux, qui passent désormais de cinq à sept ans ;

L'instauration d'une trêve politique obligatoire à l'issue de chaque élection présidentielle, une mesure visant à consolider la paix politique et la stabilité institutionnelle. Selon le Conseil des ministres, ces changements s'inscrivent dans une dynamique globale de renforcement des institutions républicaines et d'adaptation du cadre constitutionnel béninois aux réalités contemporaines. La révision constitutionnelle avait été adoptée à une large majorité par les députés, lors du vote intervenu le

15 novembre 2025, avec 90 voix pour et 19 contre, traduisant un soutien parlementaire significatif, bien que non unanime. Si ce texte est présenté par ses promoteurs comme une réforme ambitieuse et structurante, il continue toutefois de susciter des réactions contrastées au sein de l'opinion publique et de la classe politique. Certains acteurs saluent une avancée majeure en matière de gouvernance et de stabilité, tandis que d'autres expriment des réserves sur ses implications, notamment en ce qui concerne l'équilibre

des pouvoirs et le fonctionnement démocratique. Le président Patrice Talon, qui s'apprête à achever son second mandat constitutionnel en avril 2026, a, pour sa part, estimé que cette réforme était nécessaire pour préparer le Bénin aux défis institutionnels, politiques et économiques du XXI^e siècle. Avec cette promulgation, le Bénin entre désormais dans une nouvelle ère constitutionnelle, dont les effets et les impacts continueront d'alimenter le débat public dans les mois et années à venir.

LES 5 ZONES DU VAGIN À DOIGTER POUR FAIRE ÉJACULER UNE FEMME TEL UN JET D'EAU

Le vagin est un organe qui peut donner beaucoup de plaisir mais contrairement au pénis, on n'y voit pas grand chose. Et oui, chez nous les hommes, l'érection se fait au grand jour si je puis m'exprimer ainsi. De ce fait, on peut scruter et étudier le gland et tout le reste de l'appareil génital sous toutes les coutures. Dès lors, peu (ou pas) de mystères tout simplement parce-que le pénis n'est pas caché. Contrairement au sexe de l'homme, le vagin étant un organe interne, il est donc plus compliqué de le connaître sur le bout des doigts.

Et oui messieurs, ces dames peuvent prendre un pénis en main (et en bouche) et donc voir ce qui vous fera le plus grand bien. Elles ont tout sous les yeux : frein, hampe... Nous, on n'est beaucoup moins bien lotis. Et oui, aller mettre un coup de langue sur le point G, c'est un peu plus compliqué (mais possible quand on sait comment le « pousser dehors »; cf module 7). On a une barrière physique entre guillemets qui ne nous facilite pas la tâche pour apprendre et ensuite passer à l'action de façon efficace. Ne pas voir ce qui se passe dans le vagin, cela explique pourquoi 99% des hommes doigtent un peu au petit bonheur la chance en espérant faire jouir leur partenaire. Il est donc bon de faire un récapitulatif des 5 zones du vagin qui peuvent donner des orgasmes. (petit aperçu ci-dessous) Voici la carte (aux trésors) de ces endroits pour donner du plaisir, des zones pas forcément simples à repérer quand on ne sait pas. Dans ma méthode, on verra comment les trouver et les stimuler. En avant moussaillons !

5 zones du vagin à ne pas rater

Les 2 deep spots

Une zone jouissive au fond du vagin

Si le point G est tout proche de l'entrée du canal vaginal et qu'il déclenche des éjaculations féminines,

il est une zone bien plus profonde et méconnue de 99% des gens qui va grandement nous intéresser dans la recherche de l'éjaculation féminine, une éjaculation couplée à un orgasme hautement sensationnel et même viscéral. Quelle est cette zone ?

Pour les nuls en anatomie, comme vous le voyez sur les schémas ci-dessous, il est alors bon de comprendre que le vagin (et le canal qui le compose) se termine au niveau du col de l'utérus. Le col de l'utérus fait donc la jonction entre l'utérus et le vagin. Gardez à l'esprit que le col de l'utérus est très sensible donc le stimuler peut être gênant voir douloureux pour certaines femmes donc attention à ce que vous allez faire.

Les deep spots en imageLes deep spots avant et arrière

Des points profonds donneurs d'orgasmes vraiment dingues

Pourquoi je vous en parle alors si c'est une zone compliquée/dangereuse ? Tout simplement parce-qu'à proximité du col de l'utérus se trouve le deep spot (ou point P). Pour être plus précis, je devrais dire que de chaque côté du col de l'utérus se trouvent les deep spots ou points P, le point P avant face antérieure du vagin et le point P arrière, face postérieure du vagin. Ces points P sont aussi appelés culs-de-sac vaginaux, deux renforcements terminant le vagin.

Pourquoi je les appelle points P ? Tout simplement du fait de leur profondeur, P pour profondeur. C'est donc un ensemble de points profonds à stimuler.

Ce point P est double, il y aura donc deux types de stimulations que nous verrons ensemble dans ma formation. Je réserve tout ça pour le module 8 dédié aux points P. Cette stimulation sera plus facile au niveau de l'avant du point P. Elle sera plus délicate mais encore plus orgasmique et émotionnelle au niveau de l'arrière du point P.

Pourquoi ce point P amène lui aussi à des éjaculations et des orgasmes incroyables ? Les muscles utérins mon cher Watson ! Et oui, l'orgasme du point P fait travailler les muscles PC et notamment les muscles utérins, l'éjaculation féminine est donc parfaitement possible. On parlera des exercices pratiques dans le module 8.

Le point R (par le vagin ou l'anus)

Stimulez le point R de deux façons

Je l'appelle le point R, R pour rectum. Je vais y revenir. Sachez que la peau qui se situe entre le vagin et l'anus est très très fine, les muqueuses vaginales et ano-rectales étant pourvues de nombreuses terminaisons sensibles. Dès lors il faut savoir qu'il existe une zone érogène très particulière qui se situe sur la mince cloison qui sépare le vagin du rectum. C'est mon fameux point R.

Comme vous le voyez sur le schéma ci-dessous, on peut le situer à mi-distance entre l'entrée du vagin et le point P arrière. Vu sa position, vous vous doutez qu'on peut l'atteindre par le vagin et par l'anus.

Le point R à stimuler par l'anus ou le vagin.

Le point R prépare mais ce n'est pas tout.

L'intérêt de ce point R n'est pas de faire éjaculer votre petite amie, vu son emplacement cela serait compliqué. C'est surtout que vous allez pouvoir préparer la stimulation profonde du point P arrière. C'est tout ? Oh que non !

Une bonne stimulation du point R envoie des vagues de sensations incroyables dans le rectum. Certains vont peut-être se demander si on ne peut pas essayer d'aller stimuler indirectement le point G en chopant le point R au passage par l'anus. C'est effectivement jouable et extrêmement sensationnel. On le verra dans le module bonus dédié à l'anal.

QUELQUES NOTIONS ÉLÉMENTAIRES SUR LA TREMBLOTE OU LE TREMBLEMENT ESSENTIEL !

La tremblote (spécifiquement désignée comme tremblement essentiel) est une maladie neurologique qui se manifeste par des tremblements incontrôlables lors des mouvements ou du maintien de sa posture.

Ce sont des mouvements involontaires, rythmiques et par oscillations d'une partie du corps, comme les mains, la tête, les cordes vocales, le tronc ou les jambes. Les tremblements se produisent lorsque les muscles se contractent et se détendent de façon répétée.

Elle n'est pas trop grave comme maladie mais elle pourrait devenir un handicap si rien n'est fait.

LES DIFFÉRENTES CAUSES POSSIBLES

Notons avant tout qu'il s'agit d'une maladie du système nerveux qui peut être déclenchée ou amplifiée par:

- le manque de sommeil

- les vives émotions / le stress permanent/ la peur constante
- l'abus de l'alcool ou de sédatifs
- la consommation abusive de caféine

- certaines affections comme une thyroïde hyperactive, une sclérose en plaque, etc.

- certaines anomalies héréditaires

- un AVC ou une tumeur cérébrale

- une fatigue permanente ou une hypoglycémie.

COMMENT SAVOIR QU'ON SOUFFRE DE TREMBLOTE?

Le test du verre d'eau. Il s'agit de porter à la bouche un récipient rempli d'eau. Si ce geste est parasité par d'importantes secousses rythmiques, on est en présence d'un tremblement d'action de grande amplitude.

RECOMMANDATIONS

- Éviter de se priver de sommeil (quelque soit la raison).



Un tirage, une alliance,
des gains sans frontières...

Très prochainement...



Consultez les mentions légales sur
www.loteriebenin.bj



-18 Jouez responsable