

DOSSIER DE LA SEMAINE

CONSOmmATEUR AVERTI

COMMENT EN ÊTRE UN ?

C'EST COMBIEN ?

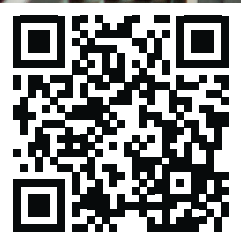
LES COÛTS MOYENS
DES MARCHÉS DE LA SEMAINE.

LES PRODUITS DE SAISON

FRUIT DE LA PASSION,
DITES OUI À LA SANTÉ

ASTUCES DE LA SEMAINE

COMMENT GARDER VOS FRUITS ET
LÉGUMES FRAIS PLUS LONGTEMPS



29 JUIL AU 05 AOÛT 2019

O t i v e

VOTRE BULLETIN HEBDOMADAIRE ÉCHO DES MARCHÉS, C'EST POUR VOUS !

Pas simple de s'y retrouver dans les méandres des supermarchés, des marques et des nouveaux produits et services. Et si nous prenions la décision de devenir un consommateur plus averti ? En effet, face aux multiples sollicitations, il est important que les consommateurs que nous sommes adoptions de bons réflexes afin de ne pas tomber dans certains pièges. Comment s'y prendre ? A quoi un consommateur averti doit-il faire attention ? Éléments de réponse dans **LE DOSSIER DE LA SEMAINE**.

Saviez-vous que grâce à sa richesse en antioxydants, en flavonoïdes et en vitamine A et C, le fruit de la passion peut contribuer à protéger vos yeux fatigués par les écrans de télévision, d'ordinateur et de smartphones ? En effet, outre ses vertus gastronomiques, le fruit de la passion est un excellent allié santé. Le fruit de la passion est notre **PRODUIT DE SAISON** à déguster sans modération.

Envie d'une salade mais au final vous avez préparé trop de laitue ou vous avez déjà découpé un avocat et finalement vous n'en consommez que la moitié ? Face à ce genre de situation se pose alors l'épineuse question de comment garder frais les restes de ce qui n'a pas été consommé. Notre **ASTUCE DE LA SEMAINE** vous montre comment vous y prendre.

Sans oublier la rubrique **C'EST COMBIEN ?** qui vous livre les tendances du marché des produits de grande consommation. Du vivrier aux produits manufacturés, en passant par les produits frais.

Parce qu'ensemble c'est possible !

Dr Ranie-Didice **BAH-KONE**
Secrétaire Exécutive du CNLVC



C'EST COMBIEN?

TABLEAU DE L'ÉVOLUTION DES PRIX DE LA SEMAINE

C'EST COMBIEN?
Les Coûts Moyens des Marchés



Chaque semaine, nous faisons le tour des marchés pour vous livrer les prix moyens des produits de grande consommation. Du vivrier aux produits manufacturés, en passant par les produits frais, etc.

PRODUITS		COÛTS MOYENS FR/KG					TENDANCES DES PRIX		
		ABIDJAN	SAN-PÉDRO	BOUAKÉ	YAMOOUSSOUKRO	MAN		KORHOGO	
PRODUITS VIVRIERS	SAISON PRODUITS DE	IGNAME KPONAN	750	850	600	-	-	-	▲
		IGNAME KLEGLE	-	650	400	-	-	-	■
		IGNAME KPONAN DU GHANA	1000	-	-	-	-	-	▲
		IGNAME BÊTÉ BÊTÉ	300	350	300	-	125	300	■
		MANIOC	300	200	200	200	150	300	■
		CITRON	250	300	600	1000	450	350	▼
		POMME DE TERRE	600	600	600	500	600	600	■
		ANANAS	250	300	400	500	150	400	■
		MIL	400	350	400	375	400	350	■
		FONIO	800	-	-	-	-	-	■
		RIZ LOCAL (LONGS GRAINS)	600	400	350	600	350	350	▼
		RIZ LOCAL (BRISURES)	350	400	300	500	350	300	▼
		GOMBO TYPE DIOULA	300	300	150	500	300	300	▲
		GOMBO TYPE BAOLÉ	500	300	150	500	-	600	■
		AUBERGINE N'DROWA	300	300	200	500	200	300	▼
		AUBERGINE VIOLETTE	400	300	300	500	550	250	■
		BANANE DOUCE	385	300	125	100	100	400	■
		OIGNON VIOLET - NIGER- BF	500	500	400	500	500	500	▼
		OIGNON BLANC	-	500	350	400	-	-	■
		PIMENT	600	500	800	500	325	600	▲
	GRAINE DE PALME	150	125	150	200	175	250	■	
	CITRON	250	300	600	1000	450	350	▼	
	GINGEMBRE	400	300	300	500	300	400	■	
	CAROTTE	800	800	1000	1000	1500	1200	▲	
	CHOU	350	300	300	500	250	350	■	
	COURGETTE	350	300	350	400	150	300	■	
	NAVET	400	500	600	300	-	600	■	
	POIVRON	1300	1500	1000	1000	2000	1200	▲	
	CONCOMBRE	350	300	300	400	300	300	■	
	HARICOT VERT	800	1000	700	1000	2000	700	▼	
	HARICOT NIEBE BLANC	500	400	400	-	400	650	■	
	PAMPLEMOUSSE	300	-	-	-	-	-	■	
	PAPAYE	600	700	300	100	-	600	■	
	GOYAVE	900	-	-	-	-	-	■	
	MANGUE	400	400	500	300	400	150	▼	
	TANGELO	800	-	-	-	-	-	■	
	ORANGE	300	400	250	125	-	350	▲	
	AVOCAT	250	300	300	300	150	300	▼	
	COROSSOL	1000	-	200	300	-	300	▲	
	PRODUITS HORS SAISON	BANANE PLANTAIN	400	400	500	500	250	400	▲
TOMATE TYPE SALADE		700	700	800	900	1000	800	▲	
PATATE DOUCE		350	300	500	500	200	300	■	
ARACHIDE DECORTIQUÉE		800	800	400	800	800	400	■	
PRODUITS FRAIS	BOUCHERIE	POULET DE CHAIR	1800	2000	2000	2500	2000	2000	■
	POISSONNERIE	CARPE NOIRE D'AQUACULTURE	2500	-	-	-	-	-	■
		CARPE ROUGE	3200	-	-	-	-	-	■
		THON NOIR	1400	-	-	-	-	-	■
		THON ROUGE	2500	-	-	-	-	-	■
		SOSSO	3000	-	-	-	-	-	■
		MÂCHOIRON FRAIS LOCAL	2000	-	-	-	-	-	■
		SARDINE FUMÉE (MANGNE)	850	-	-	-	-	-	■
		ESCARGOT LOCAL	2500	-	-	-	-	-	■
		CREVETTE	2000	-	-	-	-	-	■
MANUFACTURES	RIZ IMPORTE DU VIETNAM / SAC 5 KGS	3500	-	-	-	-	-	■	
	RIZ IMPORTE DU VIETNAM / SACHET 900G	650	-	-	-	-	-	■	
	RIZ IMPORTE DE THAÏLANDE / SAC 5 KGS	3750	-	-	-	-	-	■	
	RIZ IMPORTE DE THAÏLANDE / SACHET 900G	700	-	-	-	-	-	■	
	HUILE DE PALME RAFFINÉE / BOUTEILLE 5L	4500	-	-	-	-	-	■	
	HUILE DE PALME RAFFINÉE / BOUTEILLE 3L	2800	-	-	-	-	-	■	
	HUILE DE PALME RAFFINÉE / BOUTEILLE 1,5L	1400	-	-	-	-	-	■	
	HUILE DE PALME RAFFINÉE / BOUTEILLE 0,9L	875	-	-	-	-	-	■	
	TOMATE CONCENTRÉE / BOÎTE 2,2 KGS	2000	-	-	-	-	-	■	
	TOMATE CONCENTRÉE / BOÎTE 400G	400	-	-	-	-	-	■	
	FARINE DE BLÉ PÂTISSIÈRE / PAQUET 1 KG	550	-	-	-	-	-	■	
	SUCRE EN POUDRE BLANC / SACHET 1 KG	750	-	-	-	-	-	■	
	SUCRE EN POUDRE BLANC / VRAC	700	-	-	-	-	-	■	
	SUCRE EN MORCEAU BLANC / PAQUET 1 KG	850	-	-	-	-	-	■	
	LAIT EN POUDRE / BOÎTE 1,8 KG	8500	-	-	-	-	-	■	
	LAIT EN POUDRE / BOÎTE 900G	4800	-	-	-	-	-	■	
	LAIT EN POUDRE / BOÎTE 400G	2400	-	-	-	-	-	■	
	LAIT EN POUDRE / SACHET 26G	100	-	-	-	-	-	■	
	PÂTES ALIMENTAIRES SPAGHETTIS / PAQUET 200G	175	-	-	-	-	-	■	
	PÂTES ALIMENTAIRES VERMICELLES / SACHET 200G	175	-	-	-	-	-	■	
	EAU MINÉRALE SOURCE BONOUA / BOUTEILLE 1,5 L	400	-	-	-	-	-	■	
	EAU MINÉRALE SOURCE BONOUA / BOUTEILLE 1,2 L	250	-	-	-	-	-	■	
	EAU MINÉRALE SOURCE BONOUA / BOUTEILLE 33 CL	150	-	-	-	-	-	■	
EAU MINÉRALE SOURCE BONOUA / VERRE 33 CL	100	-	-	-	-	-	■		

▲ PRIX EN HAUSSE ■ PRIX STABLES ▼ PRIX À LA BAISSE



FRUIT DE LA PASSION, DITES OUI À LA SANTÉ

Saviez-vous que grâce à sa richesse en antioxydants, en flavonoïdes et en vitamine A et C, le fruit de la passion peut contribuer à protéger vos yeux fatigués par les écrans de télévision, d'ordinateur et de smartphones ? En effet, outre ses vertus gastronomiques, le fruit de la passion est un excellent allié santé.

APPORTS NUTRITIONNELS ET BÉNÉFICES SANTÉ

LUTTE CONTRE LE CANCER

Riche en antioxydants, le jus du fruit de la passion peut contribuer à diminuer la croissance des cellules cancéreuses. En effet, certaines études ont montré que le jus de la passion pourrait augmenter l'activité d'une enzyme qui les détruirait.

BON POUR LES YEUX

Riche en antioxydants, en flavonoïdes et en vitamine A et C, le fruit de la passion protège vos yeux fatigués par les écrans de télévision, d'ordinateur et de smartphones. Le fruit de la passion améliorerait également votre vue.

BON POUR LA DIGESTION

Riche en fibres, le fruit de la passion détoxifie l'organisme, améliore la digestion et nettoie le côlon.

FAIT BAISSER LA TENSION

Riche en potassium, le fruit de la passion équilibre les taux de sodium dans le corps, diminuant ainsi le risque de pression artérielle et de maladies cardiovasculaires.

BON POUR LA PEAU

La pulpe de fruit de la passion en application cutanée, peut soulager les brûlures et agressions de la peau.

LUTTE CONTRE L'INSOMNIE

Très bon anxiolytique, les feuilles et les fleurs du fruit de la passion peuvent être utilisées pour lutter contre les épisodes d'anxiété et d'insomnie.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le fruit de la passion doit son nom à la forme de ses fleurs qui fait référence à la crucifixion lors de la passion du Christ : les 5 pétales représentant les 5 blessures, les 3 styles correspond aux 3 clous et les couleurs blanc et pourpre, à la pureté et au paradis.

Saisonnalité

La passiflore a deux périodes de production :

- Une grande période de production allant du mois de mars au mois d'octobre ;
- Une petite période de production allant du mois de novembre au mois de mars.

Zone de production

En Côte d'Ivoire la passiflore se cultive essentiellement dans la zone sud (Tiassalé, N'Douci, Anyama, N'Zianoua, Yakassé-mé, adzopé, Attiékoï, Abouédé...).





CONSOmmATEUR AVERTI

COMMENT EN ÊTRE UN ?

Pas si simple de s'y retrouver dans les méandres des supermarchés, des marques et des nouveaux produits et service. Et si nous prenons la décision de devenir un consommateur plus averti ? En effet, face aux multiples sollicitations, il est important que les consommateurs que nous sommes adoptions de bons réflexes afin de ne pas tomber dans certains pièges. Comment s'y prendre ? A quoi un consommateur averti doit-il faire attention ? Éléments de réponse.



Un consommateur averti, c'est celui qui est maître de son achat. C'est celui qui achète en connaissance. Passage en revue de quatre outils du consommateur averti.

CONNAITRE SES DROITS



Un consommateur averti est d'abord quelqu'un qui connaît ses droits pour se protéger des pratiques abusives de toutes sortes. Et en matière droit de la consommation, rien de mieux que la Loi n°2016-412 du 15 juin 2016 relative à la consommation. Cette loi appelée communément « Code de la Consommation » régit le domaine de la consommation et facilite la protection du consommateur contre les pratiques commerciales inéquitables, restrictives, préjudiciables et abusives. Le Code de la consommation est composé de 4 Livres (grandes parties). Le Livre 1 a trait à l'information que tout vendeur ou prestataire de services doit fournir au consommateur avant toute forme d'engagement et de contrat. Le Livre 2 est consacré à la conformité et sécurité de tout produit et service, aux normes de qualité homologuées. Le Livre 3 est lui, relatif à l'endettement et traite aussi bien du crédit à la consommation que du crédit immobilier. Le Livre 4 quant à lui, se rapporte aux structures de défense des consommateurs. Mine d'or pour les consommateurs, n'hésitez donc pas à le consulter régulièrement. Il est disponible et téléchargeable sur le site Internet du Ministère du Commerce, de l'Industrie et de la Promotion des PME.

S'INFORMER AVANT D'ACHETER

Un produit vous plaît ? Une envie de tester un nouveau service ? Informez-vous d'abord avant de vous décider. Comment ? Lire attentivement toute la documentation liée au bien ou au service que vous désirez acquérir. Pour cela, n'hésitez pas à visiter le site internet du vendeur ou du service concerné. Mais également consultez les plateformes en ligne pour bénéficier des retours d'expériences des autres consommateurs. Cela peut grandement vous aider dans vos choix !

GARDER LES PREUVES D'ACHATS



Il est impératif de conserver tout ce qui est facture, contrat et autres documents relatifs à la garantie du produit. C'est uniquement grâce à ces éléments que vous pourrez prouver l'effectivité de votre achat. Cela facilitera un éventuel retour et vous aidera à faire valoir vos droits en cas de problème. Renseignez-vous également auprès du vendeur sur les conditions d'échange et de remboursement.

SAVOIR SE DÉFENDRE

Une action en justice en cours contre le fournisseur du bien ou du service que vous envisagez d'acheter ? Un mot d'ordre de boycott lancé contre les produits d'une enseigne qui ne respecte pas les droits des consommateurs ? Pour le savoir, prenez attache avec une association de consommateurs. En effet, les groupements de consommateurs ou associations de consommateurs sont des organisations qui peuvent s'avérer utiles lorsqu'on veut être un consommateur averti. Les associations de consommateurs peuvent également vous assister en cas de litige avec un commerçant ou un fabricant de produit suite à un mauvais achat effectué. Pour connaître la liste des Fédérations d'associations de consommateurs et identifier celle qui est la proche de chez vous, rendez-vous sur le site internet ou la page Facebook du Conseil National de Lutte contre la Vie Chère (CNLVC).

1 consommateur averti en vaut



Groupe de consommateurs sur facebook

Plateforme populaire, le groupe Facebook « Un consommateur averti en vaut deux » (UCAEVD) compte à ce jour 235 263 membres. Ce groupe en ligne se propose d'offrir à ses membres la possibilité de noter positivement ou négativement les produits et services commercialisés sur le marché ivoirien. Grâce aux nombreux retours d'expérience des consommateurs postés chaque jour, UCAEVD est devenu l'allié incontournable des consommateurs et la bête noire des commerçants et des enseignes !

4È EDITION DE LA SEMAINE NATIONALE DE LA PROPRETÉ DU 1ER AU 6 AOÛT 2019



« La propreté, c'est bien vivre avec les déchets ».

C'est sous ce thème que se tiendra du 1er au 6 août 2019, la 4e édition de la Semaine Nationale de la Propreté (SNP). La cérémonie officielle de ladite semaine placée sous le Patronage du Premier Ministre SEM Amadou Gon Coulibaly et le Parrainage du Ministre d'Etat, Ministre de la Défense M. Hamed Bakayoko, se déroulera dans la commune d'Abobo. Co-présideront ladite cérémonie, les Ministres Sidiki Diakité de l'Intérieur et de la Sécurité, Alain Richard Donwahi des Eaux et Forêts, et Moussa Sanogo, Secrétaire d'Etat au Budget.

L'invité spécial de la SNP 2019 est le Ministre portugais de l'Environnement, Monsieur João Pedro Matos Fernandes, qui partagera l'expérience de son pays en matière de propreté avec son homologue ivoirien.

A cette cérémonie officielle de la SNP, au-delà des discours et des messages de sensibilisation, de mobilisation pour un cadre de vie propre et sain, une remise de matériels de salubrité sera faite à des Maires. Par ailleurs, les meilleures initiatives individuelles et collectives de propreté et de recyclage des déchets seront récompensées. Ces prix, initiés par le Ministère de l'Assainissement et de la Salubrité (MINASS), visent à susciter auprès de la population, une participation plus accrue aux activités de propreté.

En plus de la cérémonie officielle, la SNP 2019 sera meublée par une campagne de sensibilisation avec la participation des ONG et une opération citoyenne de nettoyage à Abidjan et dans les 32 régions. La SNP 2019 verra également l'organisation d'une Table Ronde et d'une exposition d'expériences, d'acquis et de résultats de recherche en matière de propreté, avec la participation des partenaires du secteur.

COMMENT GARDER VOS FRUITS ET LEGUMES FRAIS PLUS LONGTEMPS



Envie d'une salade mais au final vous avez préparé trop de laitue ou vous avez déjà découpé un avocat et finalement vous n'en consommez que la moitié ? Face à ce genre de situation se pose alors l'épineuse question de comment garder frais les restes de ce qui n'a pas été consommé. Voici deux astuces qui vous montrent comment vous y prendre.

CONSERVATION DE LA LAITUE

- Mettez les feuilles restantes dans un bol avec une feuille de mouchoir ou de papier d'essuie-tout sur le dessus, puis scellez avec une pellicule de plastique.
- La feuille de papier essuie-tout ou de mouchoir absorbe l'humidité qui normalement rendrait les feuilles détrempées et brunes.
- Remplacez la serviette lorsqu'elle devient humide.

CONSERVATION DE L'AVOCAT

L'avocat contient des enzymes qui produisent un pigment brun lorsqu'il est exposé à l'oxygène, c'est pourquoi un avocat coupé en deux prend très vite une apparence peu appétissante. Pour éviter cela :

- Arrosez la chair avec du jus de citron. L'acide citrique aidera à prévenir le brunissement pendant au moins une journée.
- Vous pouvez aussi conserver des tranches d'avocat avec de gros morceaux d'oignon. Les mêmes substances qui vous brûlent les yeux lorsque vous coupez un oignon empêchent également l'oxydation de l'avocat. Tant que l'oignon ne touche pas l'avocat, il y a peu de risque de détérioration de son goût.



Conseil National de Lutte
contre la Vie Chère

Ensemble c'est possible !



Infoline Secrétariat Exécutif


Responsable : Dr Ranie-Didice BAH-KONE

+225 22 52 68 17

r.bah@cnlvc.ci

Localisation : 2 Plateaux, carrefour Las-Palmas

www.cnlvc.ci

 Conseil National de Lutte
contre la Vie Chère

 N° vert : 80 00 00 99

Editeur :

Ministère du Commerce,
de l'Industrie et
de la Promotion des PME

Rédacteur en Chef :

Secrétariat Exécutif du CNLVC

Régie : MOUSTIK SARL

Standard : +225 22 41 16 62

Email : info@moustik.ci

Localisation : 2 Plateaux vallons - Rue des Jardins

Production et distribution : COM'ON

Rédaction : Oumar NDAO, Marie-Emile KABLANTCHI

Conception graphique : David ALABI