

DOSSIER DE LA SEMAINE

MOIS D'OCTOBRE

MOIS DU CONSOMMER LOCAL

C'EST COMBIEN ?

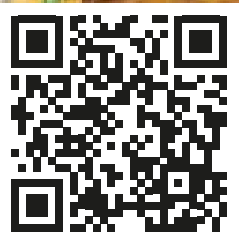
LES COÛTS MOYENS
DES MARCHÉS DE LA SEMAINE

LES PRODUITS DE SAISON

LE SOUCHET : UNE MINE DE BIENFAITS !

ASTUCES DE LA SEMAINE

ORDINATEUR PORTABLE :
COMMENT L'ENTREtenir !



DU 05 AU 12 OCT 2020



VOTRE BULLETIN HEBDOMADAIRE

ÉCHO DES MARCHÉS, C'EST POUR VOUS !

Opti-
B
W

Les consommateurs sont de plus en plus nombreux à privilégier les produits locaux. Pour accompagner ce mouvement, l'Union économique et monétaire ouest africaine (UEMOA) initie cette année la première édition de « Mois d'octobre, mois du consommer local » dans les huit pays de l'UEMOA (Bénin, Burkina Faso, Côte d'Ivoire, Guinée-Bissau, Mali, Niger, Sénégal, Togo). Ainsi, pendant tout le mois d'octobre les consommateurs de l'espace UEMOA sont invités à consommer local. Qu'est-ce que le consommer local ? Quels sont les avantages du consommer local ? Comment se procurer les produits locaux ? Quels sont les produits locaux phares ivoiriens ? Votre bulletin « Echos des marchés » s'associe à l'initiative « Mois d'octobre, mois du consommer local » en consacrant LE DOSSIER DE LA SEMAINE, durant tout le mois d'octobre, à un aspect du consommer local.

Le souchet, également appelé communément « tchongon », est un tubercule qui est utilisé depuis des siècles pour ses vertus curatives et régénératrices. Il est considéré comme un aliment complet grâce à ses nombreux apports. A la découverte du souchet dans la rubrique PRODUIT DE SAISON.

On l'utilise pour travailler ou pour se divertir. L'ordinateur portable fait désormais partie des objets du quotidien. Etant fragile, comment prendre soin de son ordinateur portable pour pouvoir le conserver le plus longtemps possible ? L'ASTUCE DE LA SEMAINE vous présente les quelques précautions indispensable à prendre.

Pour terminer sur un sourire, rendez-vous dans notre rubrique « HUMOUR », pour démarrer la semaine dans la bonne humeur.

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.

ECHO DES MARCHES, c'est un bulletin d'information conçu et pensé pour le consommateur ivoirien.

Parce qu'ensemble c'est possible !

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



Ensemble c'est possible !

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	YAMOISSOUKRO	MAN		KORHOGO	
PRODUITS VIVRIERS	SAISON PRODUITS DE	IGNAME KPONAN						▲	
		IGNAME KLEGLE	650	400	400	700	-	550	■
		IGNAME ASSAWA							■
		IGNAME BÈTÈ BÈTÈ	500	-	300	500	400	500	■
		MANIOC	250	200	200	200	250	300	■
		CITRON	600	400	875	1000	350	1000	■
		POMME DE TERRE	500	450	400	500	500	500	▲
		ANANAS	500	300	400	500	150	500	■
		MIL	400	350	400	400	400	350	■
		FONIO	-	-	-	-	-	-	■
		RIZ LOCAL (LONGS GRAINS)	500	400	350	400	350	400	▼
		RIZ LOCAL (BRISURES)	300	400	300	350	350	300	▼
		GOMBO TYPE DIOULA	250	300	250	500	300	250	▲
		GOMBO TYPE BAOLÉ	250	300	250	500	-	400	■
		AUBERGINE N'DROWA	500	400	250	500	250	700	▼
		AUBERGINE VIOLETTE	500	400	250	500	250	400	▲
		BANANE DOUCE	450	300	300	350	100	500	■
		OIGNON VIOLET - NIGER- BF	550	500	400	400	400	400	▼
		OIGNON BLANC	500	500	400	400	-	500	▼
		PIMENT	1000	500	1000	500	300	500	▲
		GRAINE DE PALME	200	300	200	150	100	250	■
		CITRON	500	300	875	1000	500	800	▼
		GINGEMBRE	650	350	350	500	400	500	■
		CAROTTE	1000	800	1200	1000	1300	1300	▲
		CHOU	500	500	350	600	400	600	■
		COURGETTE	250	300	300	400	300	500	■
		NAVET	1200	500	500	500	-	600	■
		POIVRON	1100	1000	600	1500	2500	1000	▲
		CONCOMBRE	300	300	350	300	150	300	■
		HARICOT VERT	1100	1500	700	1500	900	900	▼
	HARICOT NIEBE BLANC	500	400	400	-	350	650	■	
	PAMPLEMOUSSE	-	-	-	-	-	-	■	
	PAPAYE	600	500	300	100	-	600	■	
	GOYAVE	-	-	-	-	-	-	■	
	MANGUE	250	300	500	400	400	150	▼	
	TANGELO	-	-	-	-	-	-	■	
	ORANGE	300	300	250	200	125	500	▲	
	AVOCAT	300	300	300	300	300	500	▼	
	COROSSOL	-	-	-	-	-	-	■	
	BANANE PLANTAIN	600	300	300	300	200	500	▼	
	TOMATE TYPE SALADE	800	700	700	800	600	800	▼	
	PATATE DOUCE	500	250	500	500	500	400	■	
	ARACHIDE DECORTIQUÉE	800	600	600	700	750	500	■	
	PRODUITS HORS SAISON	VIANDE DE BŒUF SANS OS	2800	2500	2200	2200	2400	2200	■
		VIANDE DE BŒUF AVEC OS	2400	2200	2000	2000	2000	1600	■
VIANDE DE MOUTON		3700	4000	3000	3500	4000	3000	■	
POULET DE CHAIR		2100	2500	2000	2500	2000	2000	■	
POISSONNERIE		CARPE NOIRE D'AQUACULTURE	2500	-	-	-	-	-	■
		CARPE ROUGE	2800	-	-	-	-	-	■
		THON NOIR	1400	-	-	-	-	-	■
		THON ROUGE	2500	-	-	-	-	-	■
		SOSSO	3000	-	-	-	-	-	■
		MÂCHOIRON FRAIS LOCAL	2000	-	-	-	-	-	■
	SARDINE FUMÉE (MANGNE)	850	-	-	-	-	-	■	
	ESCARGOT LOCAL	2500	-	-	-	-	-	■	
	CREVETTE	4000	-	-	-	-	-	■	
	MANUFACTURES	RIZ IMPORTE DU VIETNAM / SAC 5 KGS	Les prix de ces denrées sont plafonnés par le GOUVERNEMENT.						■
RIZ IMPORTE DU VIETNAM / SACHET 900G		Vous pouvez les retrouver sur le site du Conseil National de Lutte Contre la Vie Chère (CNLVC)						■	
RIZ IMPORTE DE THAÏLANDE / SAC 5 KGS		www www.cnlvc.ci						■	
RIZ IMPORTE DE THAÏLANDE / SACHET 900G								■	
HUILE DE PALME RAFFINÉE / BOUTEILLE 5L								■	
HUILE DE PALME RAFFINÉE / BOUTEILLE 3L								■	
HUILE DE PALME RAFFINÉE / BOUTEILLE 1,5L								■	
HUILE DE PALME RAFFINÉE / BOUTEILLE 0,9L								■	
TOMATE CONCENTRÉE / BOÎTE 2,2 KGS								■	
TOMATE CONCENTRÉE / BOÎTE 400G								■	
SUCRE EN POUDRE BLANC / SACHET 1 KG								■	
SUCRE EN POUDRE BLANC / VRAC								■	
SUCRE EN MORCEAU BLANC / PAQUET 1 KG								■	
LAIT EN POUDRE / BOITE 1,8 KG		8500	-	-	-	-	-	■	
LAIT EN POUDRE / BOITE 900G		4800	-	-	-	-	-	■	
LAIT EN POUDRE / BOITE 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 À LA BAISSE ■ PRIX STABLES ▼ PRIX EN HAUSSE

Retrouvez plus d'informations sur le site www.cnlvc.ci

Signalez tout contrevenant au N°VERT GRATUIT 800 000 99

cnlvc
Conseil National de Lutte Contre la Vie Chère
Ensemble c'est possible !



LE SOUCHET : UNE MINE DE BIENFAITS !

Le souchet, également appelé communément « tchongon », est un tubercule qui est utilisé depuis des siècles pour ses vertus curatives et régénératrices. Il est considéré comme un aliment complet grâce à ses nombreux apports. A la découverte du souchet.

APPORTS NUTRITIONNELS ET BÉNÉFICES SANTÉ

BON POUR LES DENTS ET LES OS Pour que le calcium adhère aux os, et par conséquent, pour combattre l'ostéoporose et les caries, les souchets fournissent toutes les clés pour maintenir aussi bien une dentition saine qu'une structure osseuse résistante.

BON POUR LE CŒUR

Contrôler la pression artérielle est une des principales fonctions du potassium. Et, dans ce sens, le souchet du fait de sa teneur en potassium aide à contrôler l'activité électrique du cœur.



UN BON DETOX

Le bénéfice des protéines d'origine végétale est l'incidence mineure de graisse et de cholestérol. Consommés régulièrement, les souchets sont l'antioxydant idéal et les alliés parfaits des régimes dépuratifs et d'élimination de toxines.

PRÉVIENT ET COMBAT LE DIABÈTE

Le grand apport en fibre saine et équilibrée des souchets n'augmente pas les taux de glucose dans le sang et, par conséquent, cet aliment est excellent pour prévenir et combattre le diabète.



Saisonnalité

D'Août à fin Octobre

Zone de production

Dans le nord de la Côte d'Ivoire (Ferkessedougou, Ouangolodougou, Nielle).





La Rizière®



**Tous
accros à
son goût
unique !**



**GRAND PRIX
ELU PRODUIT ET SERVICE DE L'ANNEE
PAR LES CONSUMMATEURS**



La Rizière, la source du bon riz





MOIS D'OCTOBRE MOIS DU CONSOMMER LOCAL

Les consommateurs sont de plus en plus nombreux à privilégier les produits locaux. Pour accompagner ce mouvement, l'Union économique et monétaire ouest africaine (UEMOA) initie cette année la première édition de « Mois d'octobre, mois du consommer local » dans les huit pays de l'UEMOA (Bénin, Burkina Faso, Côte d'Ivoire, Guinée-Bissau, Mali, Niger, Sénégal, Togo). Ainsi, pendant tout le mois d'octobre les consommateurs de l'espace UEMOA sont invités à consommer local. Qu'est-ce que le consommer local ? Quels sont les avantages du consommer local ? Comment se procurer les produits locaux ? Quels sont les produits locaux phares ivoiriens ? Votre bulletin « Echos des marchés » s'associe à l'initiative « Mois d'octobre, mois du consommer local ».



Locavorisme, alimentation responsable ou encore kilométrage alimentaire, quel que soit le nom qu'on lui donne, le mouvement consommer local, gagne en popularité. Si consommer local est de plus en plus en vogue, comment peut-on le définir ?

LE LOCAVORISME

Le mouvement "local" est depuis quelques années un sujet d'inspiration pour de nouveaux modes de vies, comme le "locavorisme", une pratique qui consiste à ne consommer que des aliments produits près de chez soi. En effet, produits de saison, frais, goûteux et sains, sont autant d'adjectifs positifs attribués au « local ». Le locavorisme est donc un mouvement qui prône la consommation de nourriture produite dans un rayon restreint autour de son domicile.

Le mouvement locavore a pris naissance à San Francisco (Etats-Unis) en 2005 à l'occasion de la Journée mondiale de l'environnement. A cette occasion, Jessica Prentice, une activiste, a lancé un défi aux habitants de ne consommer que des aliments locaux, et ce, pendant un mois. Le mouvement a connu un tel succès qu'il s'est rapidement fait connaître à travers le monde.



LA TRACABILITE DES PRODUITS

Pour d'autres consommateurs, la traçabilité des produits est plus importante que la proximité de production. En effet, pour eux, dans un monde qui réclame de plus en plus de transparence et de clarté sur les produits vendus, la possibilité de connaître l'origine et l'histoire de la denrée achetée est ce qu'il y a d'essentielle.

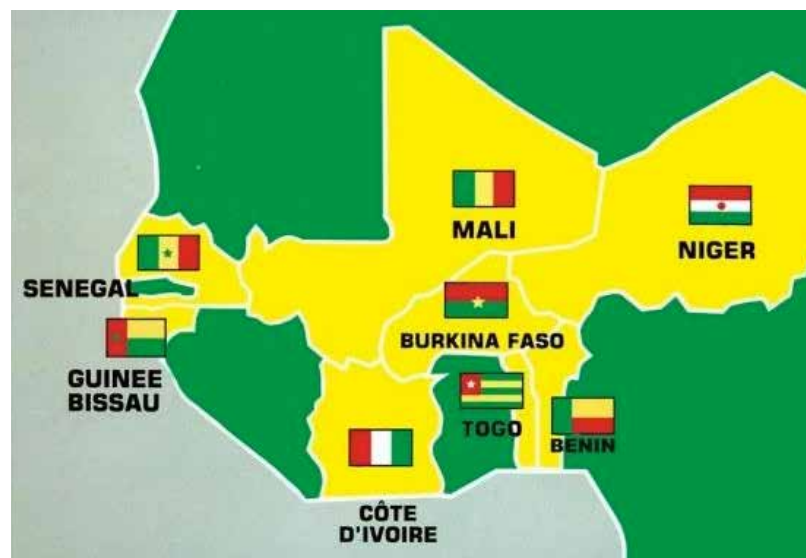


UN PÉRIMÈTRE D'ACHAT RESTREINT

Pour certains, la définition du « local » commence par la détermination d'une zone d'achat restreinte autour du lieu d'habitation qui a été défini officiellement en 2008 comme un périmètre de 640 km. Pour d'autres, la notion de distance doit être plus strict, en privilégiant l'approvisionnement direct chez le producteur pour une plus grande proximité. A l'inverse, pour certains consommateurs, le concept de consommer local doit être pris de manière beaucoup plus large en s'étendant au pays d'habitation c'est-à-dire à l'ensemble du territoire national.

« Mois d'octobre, mois du consommer local »

La Commission de l'Uemoa a décidé de consacrer désormais le mois d'octobre de chaque année à la promotion des produits locaux. L'initiative a débuté ce mois d'octobre 2020 avec la première édition du « Mois d'octobre, mois du consommer local » dans tous les huit pays membres de l'Uemoa (Bénin, Burkina Faso, Côte d'Ivoire, Guinée-Bissau, Mali, Niger, Sénégal, Togo). La cérémonie de lancement officiel de cette première édition se tiendra le mardi 06 octobre 2020 à son siège à Ouagadougou (Burkina Faso).



PROTECTION DU CONSOMMATEUR : INCINÉRATION DE PRODUITS PROHIBÉS



De la drogue et des produits pharmaceutiques prohibés, d'une valeur marchande d'environ 75 millions FCFA, saisis par la cellule antidrogue de la 5e légion territoriale de la gendarmerie, ont été incinérés à San Pedro.

Les stocks incinérés sont composés de divers produits, notamment, 75,05g d'Héroïne, 36g de Cocaine, 138,493 Kg de Cannabis, 16,608 Kg de Diazépam, 687g de Tramadol 120mg, 18g de valium, 434g d'Ephédrine et 2,498 tonnes de médicaments de qualité inférieure falsifiés (MQIF), saisis dans la période du 1er janvier 2018 au 28 septembre 2020, au cours des services de routine de la cellule antidrogue à savoir, les patrouilles, les enquêtes et les dénonciations anonymes.

Les produits ont été incinérés en présence des autorités sécuritaires et civiles.



ORDINATEUR PORTABLE : COMMENT L'ENTREtenir !



On l'utilise pour travailler ou pour se divertir. L'ordinateur portable fait désormais partie des objets du quotidien. Etant fragile, comment en prendre soin pour pouvoir le conserver le plus longtemps possible ? Voici quelques précautions à prendre.

L'AÉRATION

Le système de refroidissement d'un ordinateur portable n'est pas assez puissant pour évacuer la chaleur. Il est alors conseillé d'éviter de le poser sur vos genoux ou sur le lit trop longtemps. Posez-le sur une surface plane pour éviter d'obstruer l'entrée et la sortie d'air.

LE TRANSPORT

Transportez votre ordinateur portable dans un sac disposant d'une mousse de protection. Évitez de le déplacer lorsqu'il est en marche afin d'éviter les chocs et les secousses qui risquent de faire sauter l'aiguille et d'endommager les données.

LE NETTOYAGE

Attendez que votre ordinateur soit éteint et froid pour le nettoyer. Évitez d'utiliser les mousses nettoyantes. Utilisez un linge légèrement humide pour nettoyer l'écran mais privilégiez plutôt un linge sec pour les touches du clavier



Ce genre D'élève



[f allonsseulementcocorico](#)



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
et de l'Industrie

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**