

DOSSIER DE LA SEMAINE

# PAIEMENT EN LIGNE

COMMENT EVITER LES  
RISQUES DE PIRATAGE



## C'EST COMBIEN ?

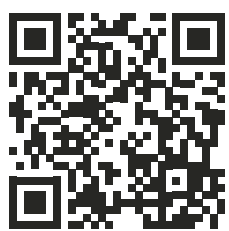
LES COÛTS MOYENS  
DES MARCHÉS DE LA SEMAINE

## LES PRODUITS DE SAISON

L'ANANAS POUR LA PLEINE FORME

## ASTUCES DE LA SEMAINE

COMMENT RATTRAPER UN PLAT  
TROP GRAS





# O t i b i

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

Les achats en ligne sur Internet sont entrés dans nos habitudes. En général ces achats se déroulent sans incidents. Mais on n'est jamais complètement à l'abri des pirates si on néglige certaines précautions. Pour certains fraudeurs, ces achats sont l'occasion de pirater les comptes bancaires des consommateurs. Quelques conseils pour réaliser des achats sécurisés dans LE DOSSIER DE LA SEMAINE

Appartenant à la famille des broméliacées, l'ananas compte 1900 espèces, 45 genres et 5 variétés parmi lesquelles la « Cayenne lisse », majoritairement cultivée en Côte d'Ivoire. Riche en vitamines et minéraux, l'ananas apporte une multitude de bienfaits pour la santé. L'ananas est notre PRODUIT DE SAISON.

Un « accident » culinaire peut vite arriver. Vous pouvez avoir eu la main leste sur l'huile et constater que votre plat est devenu ainsi trop gras ? Ne désespérez pas ! Il existe heureusement un procédé simple pour retirer la graisse très facilement. Découvrez le dans notre rubrique ASTUCE DE LA SEMAINE.

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'EVOLUTION 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	PRODUITS DE SAISON	IGNAME BÊTÉ BÊTÉ	500	350	300	300	300	500	▲	
		IGNAME KLÉGLÉ	1000	-	500	350	-	-	▼	
		MANIOC	250	250	200	200	150	300	■	
		POMME DE TERRE	500	500	500	600	600	550	▼	
		PATATE DOUCE	200	300	500	400	500	200	▼	
		MIL	400	400	400	400	400	400	■	
		ARACHIDE DECORTIQUÉE	1000	900	600	800	750	650	■	
		HARICOT	500	500	600	-	400	500	■	
		RIZ LOCAL (LONGS GRAINS)	660	450	450	400	450	500	▼	
		RIZ LOCAL (BRISURES)	460	450	450	350	450	400	▼	
		GOMBO Dioula	800	700	400	500	720	500	▼	
		GOMBO Baoulé	800	700	400	500	-	-	▼	
		PIMENT	1500	800	1300	500	250	800	▼	
		TOMATE TYPE SALADE	1200	1000	700	800	1500	900	■	
		AUBERGINE VIOLETTE	400	400	350	500	150	500	■	
		AUBERGINE N'DROWA	300	400	200	500	200	400	▼	
		OIGNON BLANC	500	500	500	400	500	500	▲	
		OIGNON VIOLET - NIGER-BF	500	500	500	500	500	500	▲	
		CHOU	400	400	350	600	500	400	■	
		COURGETTE	400	400	350	300	400	300	■	
	NAVET	600	700	500	500	500	500	■		
	HARICOT VERT	1300	1500	1000	1000	2000	1500	▼		
	CONCOMBRE	400	400	350	300	400	300	■		
	BANANE DOUCE	400	400	300	200	200	400	▼		
	BANANE	400	400	300	300	500	500	▼		
	ANANAS	450	500	700	500	300	500	■		
	ORANGE	300	200	125	200	200	300	■		
	AVOCAT	350	400	300	500	600	600	▼		
	CITRON	800	700	875	875	500	1000	▼		
	PAPAYE	300	400	200	100	200	600	▼		
	GINGEMBRE	800	600	350	500	400	400	■		
	PRODUITS HORS SAISON	GRAINE DE PALME	350	300	350	200	125	250	▲	
IGNAME KPONAN		-	500	700	-	350	-	▲		
ASSAWA		-	400	400	300	-	-	▲		
CAROTTE		1000	1200	1000	1500	1000	1200	▲		
POIVRON		1800	1500	900	1500	2000	2000	■		
PRODUITS FRAIS	BOUCHERIE	VIANDE DE BŒUF SANS OS LOCAL	3200	3000	2200	3000	2800	2200	■	
		VIANDE DE BŒUF AVEC OS LOCAL	2800	2600	2000	2500	2600	1600	■	
		VIANDE DE MOUTON LOCAL	4000	4000	3000	4000	4000	3000	■	
		POULET DE CHAIR LOCAL	2000	2500	2000	-	2100	2000	■	
		ROGNON DE BŒUFS IMPORTE	1500	-	-	-	-	-	■	
		PATTES DE BŒUF IMPORTES	1250	-	-	-	-	-	■	
		FOIE DE BŒUFS IMPORTE	1400	-	-	-	-	-	■	
		TRIPES IMPORTES	1500	-	-	-	-	-	■	
		LANGUES DE BŒUF IMPORTEES	1500	-	-	-	-	-	■	
		GESIERS DE POULETS IMPORTES	2500	-	-	-	-	-	■	
		AILERONS DE DINDES IMPORTES	2500	-	-	-	-	-	■	
		CROUPIONS DE DINDES IMPORTES	2700	-	-	-	-	-	■	
		CUISSIS DE POULETS IMPORTEES	2200	-	-	-	-	-	■	
		POISSONNERIE	DORADE LOCALE	2500	-	-	-	-	-	■
			SOSSO LOCAL	3000	-	-	-	-	-	■
	CARPE NOIRE D'EAU DOUCE LOCALE		3500	-	-	-	-	-	■	
	CARPE ROUGE LOCALE		3300	-	-	-	-	-	■	
	BROCHET LOCAL		2600	-	-	-	-	-	■	
	CREVETTE LOCALE		4500	-	-	-	-	-	■	
	MAQUEREAU IMPORTE		1300	-	-	-	-	-	■	
	MACHOIRON IMPORTE		1300	-	-	-	-	-	■	
	CHINCHARD		1500	-	-	-	-	-	■	
	CAPITAINE IMPORTE		2500	-	-	-	-	-	■	
	THON BLANC NON SALE IMPORTE	1800	-	-	-	-	-	■		
	DORADE IMPORTEE	1800	-	-	-	-	-	■		
SOSSO IMPORTE	2500	-	-	-	-	-	■			
CARPE NOIRE IMPORTEE	1500	-	-	-	-	-	■			
CARPE NOIRE D'AQUACULTURE	3500	-	-	-	-	-	■			

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

Retrouvez plus d'informations sur le site [www.cnlvc.ci](http://www.cnlvc.ci)

Signalez tout contrevenant au **800 000 99** N°VERT GRATUIT

**cnlvc**  
Centre National de  
Lutte contre la  
Vieillesse  
Ensemble c'est possible !



## L'ANANAS POUR LA PLEINE FORME

Appartenant à la famille des Broméliacées, l'ananas compte 1900 espèces, 45 genres et 5 variétés parmi lesquelles la « Cayenne lisse », majoritairement cultivée en Côte d'Ivoire. Riche en vitamines et minéraux, l'ananas apporte une multitude de bienfaits pour la santé. L'ananas est notre produit de saison.

### Saisonnalité

Septembre – juillet

#### BON POUR LES OS

Source de manganèse essentiel à la santé des os, l'ananas aide à réduire la perte de densité osseuse et soulage l'arthrite.

#### CONTRE LE CANCER

L'ananas contient de la bromélaïne, une enzyme qui permettrait de lutter naturellement contre les cellules cancéreuses, notamment le cancer du côlon, du sein et de l'abdomen.



#### ANTI-INFLAMMATOIRE

Toujours grâce à la bromélaïne qu'il contient, l'ananas est un anti-inflammatoire. Il guérit les gonflements et peut éliminer les tissus morts et endommagés que laissent les brûlures.

#### BON POUR LE SANG

L'ananas fluidifie le sang et limite la coagulation des plaquettes. Ainsi, il réduit les risques de caillots, de phlébite, de thrombose et d'AVC chez les personnes ayant une coagulation sanguine importante.

#### CONTRE LES RHUMES ET INFECTIONS

Riche en vitamine C, l'ananas redonne un coup de fouet à l'organisme. Il prévient de la fatigue, du rhume et des petites infections.

#### CONTRE LA CONSTIPATION



Grâce à ses fibres insolubles, plus précisément la cellulose, l'ananas permet d'améliorer le confort digestif en favorisant la digestion et en limitant les problèmes de constipation.

#### PUISSANT VERMIFUGE

La broméline de l'ananas, toujours elle, est dotée de propriétés anthelminthiques. C'est-à-dire qu'elle agit efficacement contre les oxyures, ces petits vers blancs qui colonisent nos intestins. Responsables de démangeaisons anales gênantes, ces vers infestent le plus souvent les enfants.

#### BON POUR LA LIGNE

Gorgé d'eau, frais et désaltérant il est très peu calorique. De plus, riche en fibres, l'ananas détoxifie l'organisme et aide le corps à éliminer les aliments consommés.

### Zone de production

Les principales zones de production sont les villes de Grand-Bassam, Bonoua, Adiaké et Aboisso, qui assurent 80 % de la production nationale.





**La Rizière**®



**Tous accros à son goût unique !**



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



**La Rizière, la source du bon riz**





## PAIEMENT EN LIGNE

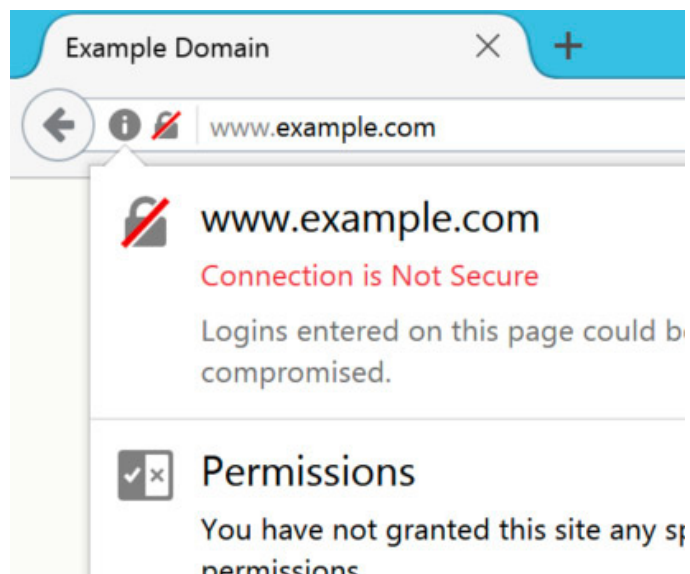
### COMMENT EVITER LES RISQUES DE PIRATAGE

Les achats en ligne sur Internet sont entrés dans nos habitudes. En général ces achats se déroulent sans incidents. Mais on n'est jamais complètement à l'abri des pirates si on néglige certaines précautions. Pour certains fraudeurs, ces achats sont l'occasion de pirater les comptes bancaires des consommateurs.

Quelques conseils pour réaliser des achats de manière sécurisée :



### ATTENTION AUX PAGES NON SÉCURISÉES



Il existe 2 types de sites internet. Ceux dont l'adresse commence par « http:// » et ceux dont l'adresse commence par « https:// ». Évitez de faire vos achats sur les sites en « http:// » et ne créez pas un compte sur un site lorsque l'url commence par « http:// » car les informations (mot de passe, informations personnelles, informations bancaires...) peuvent être interceptées par des tiers (attention, cette condition est nécessaire, mais pas suffisante). Et surtout : ne partagez jamais des informations personnelles (mot de passe par exemple) : aucun site fiable ne vous demande ce type d'informations.

### ATTENTION AUX SITES INCONNUS ET AUX OFFRES TROP ALLÉCHANTES

Quand l'offre est trop belle, le prix nettement plus bas que chez les concurrents, il faut y regarder à deux fois. Ne craquez pas sur de prétendues bonnes affaires sans avoir vérifié la réputation du site auparavant. Prenez également soin de lire les notes et avis de consommateurs.



### NE JAMAIS ENREGISTRER SES COORDONNÉES BANCAIRES

Il n'est pas recommandé de garder en mémoire votre numéro de carte sur votre téléphone ou votre ordinateur. Certaines applications et certains navigateurs internet vous proposent d'enregistrer vos coordonnées pour ne pas avoir à les retaper ultérieurement. Ces terminaux ne sont pas nécessairement conçus pour garantir une sécurité optimale des données bancaires. Alors...



### CHOISISSEZ LA DOUBLE SÉCURITÉ AVEC VOTRE BANQUE

Deux précautions valent mieux qu'une, utilisez les doubles sécurités de paiement proposées désormais par la plupart des banques.

Outre le traditionnel cryptogramme visuel (généralement un code à trois chiffres situé derrière votre carte), il vous est possible de valider votre paiement en ligne par une seconde étape, en rentrant un code qui est envoyé par votre banque juste après le paiement. Il s'agit la plupart du temps d'un code envoyé par SMS que vous devez renseigner pour confirmer votre commande. Parfois également, vous devez ouvrir l'application de votre banque sur votre smartphone pour valider la transaction.



## LUTTE CONTRE LA CHERTE DE LA VIE LE PREMIER MINISTRE PATRICK ACHI FELICITE LES INDUSTRIELS POUR LE MAINTIEN DES PRIX DES PRODUITS ESSENTIELS



Le Premier Ministre ivoirien, Patrick Achi, a félicité le 2 juillet 2021 à Abidjan, au cours d'une visite des installations du Grand Moulin d'Abidjan (GMA), les industriels qui ont maintenu les prix de certains produits essentiels, en dépit du programme de rationnement de la fourniture d'électricité.

« Après la visite du marché d'Adjamé, nous sommes venus écouter la réaction des industriels. On peut conclure que ces entretiens avec eux se sont bien passés. Nous avons convenu que la crise que nous avons traversée n'ait pas d'impact sur le consommateur. Ils ont compris le bien-fondé de cette requête ; et je voudrais saisir l'occasion pour les féliciter », a dit le Premier Ministre.

Patrick Achi a expliqué que parmi les produits susceptibles d'enregistrer une hausse, il y avait le pain. Ainsi, après avoir rencontré les boulangers, il a jugé opportun de discuter également avec les meuniers qui approvisionnent en farine les boulangeries.

Le Chef du gouvernement a indiqué que ces visites de terrain vont s'étendre à toutes les industries du pays. Car, selon lui, le gouvernement a une grande ambition avec le secteur privé, créateur d'emplois et de richesse.

Le Premier Ministre a annoncé une réunion prochaine avec le Conseil National de Lutte contre la Vie Chère (CNLVC) pour identifier, secteur par secteur, les problèmes qui se posent tout le long de la chaîne de production et ainsi envisager l'apport de l'Etat pour rendre performantes leurs activités.



## COMMENT RATTRAPER UN PLAT TROP GRAS



Un « accident » culinaire peut vite arriver. Vous pouvez avoir eu la main un peu lourde sur l'huile et constater que votre plat est devenu ainsi trop gras ? Ne désespérez pas ! Il existe heureusement un procédé simple pour retirer la graisse très facilement.

Pour retirer l'excès de gras, laissez votre plat refroidir pour laisser apparaître un nuage épais. Plongez 3 à 4 glaçons dans le plat, la graisse va automatiquement être attirée puis se coller comme un aimant.

Retirez-la avec une cuillère à soupe. Le froid va agglomérer ce surplus de graisse et l'huile va blanchir puis se solidifier.



**Tu viens acheter un coq chez moi et tu me demandes s'il chante le matin. Je te répond qu'il à déjà fait sortir 2 albums et tu veux me frapper**



*Leamsi Art*



[f allonseulementcocorico](#)





Conseil National de Lutte  
contre la Vie Chère

Ensemble c'est possible !



## Infoline Secrétariat Exécutif

**Responsable :** Dr Ranie-Didice BAH-KONE

+225 27 22 52 68 17

r.bah@cnlvc.ci

**Localisation :** 2 Plateaux, carrefour Las-Palmas

[www.cnlvc.ci](http://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 27 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