

DOSSIER DE LA SEMAINE

PRÉVENIR ET SE PRÉMUNIR

CONTRE LE CORONAVIRUS



C'EST COMBIEN ?

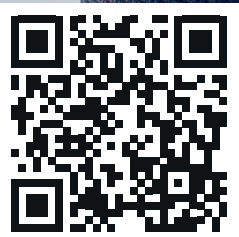
LES COÛTS MOYENS
DES MARCHÉS DE LA SEMAINE

LES PRODUITS DE SAISON

LE MAÏS, L'ALIMENT AUX MULTIPLES
FACETTES

ASTUCES DE LA SEMAINE

DES ASTUCES PRATIQUES POUR
LA MAISON AVEC DES BOUGIES



03 FEV AU 10 FEV 2020



cnlvc
Conseil National de Lutte
contre la Vie Chère

Ensemble c'est possible !



O t i b l

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

L'épidémie du 2019-nCov (pour nouveau coronavirus 2019) qui a éclaté en Chine depuis la mi-décembre. La présence de ce nouveau virus, le 2019-nCov, a pour la première fois été détectée à Wuhan, la sixième ville chinoise (11 millions d'habitants). Afin de lutter efficacement contre la nouvelle épidémie, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a établi une liste de conseils et de comportements à adopter. Notre DOSSIER DE LA SEMAINE les livre.

On le retrouve en grains frais ou secs, sous forme d'épis, en conserves, surgelés, soufflés, etc. Il peut également être raffiné pour être transformé en semoule, farine ou fécule. On produit également de l'huile de maïs, extraite principalement à partir de son germe. Cette semaine, allons à la découverte de cet aliment aux multiples facettes dans la rubrique PRODUIT DE SAISON.

Les bougies sont utiles pour éclairer, bien sûr, mais elles peuvent également être utiles pour des usages plus insolites. Dans l'ASTUCE DE LA SEMAINE, vous aurez des astuces pratiques pour la maison avec des bougies.

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



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	SAISON PRODUITS DE	IGNAME KPONAN	550	500	500	500	600	500	▲
		IGNAME KLEGLE	400	400	400	400	600	400	■
		IGNAME ASSAWA	400	400	200	400	600	400	■
		IGNAME BÊTÈ BÊTÈ	300	-	200	500	500	300	■
		MANIOC	250	200	200	200	300	300	■
		CITRON	500	700	600	700	350	500	▼
		POMME DE TERRE	500	600	500	500	600	600	■
		ANANAS	250	200	400	500	300	400	■
		MIL	400	400	400	400	400	350	■
		FONIO	800	-	-	-	-	-	■
		RIZ LOCAL (LONGS GRAINS)	500	400	350	400	300	350	▼
		RIZ LOCAL (BRISURES)	300	400	300	350	350	300	▼
		GOMBO TYPE DIOULA	600	500	250	500	750	500	▲
		GOMBO TYPE BAOULÉ	600	500	250	500	750	500	■
		AUBERGINE N'DROWA	800	400	300	500	800	600	▼
		AUBERGINE VIOLETTE	400	400	300	500	400	400	■
		BANANE DOUCE	385	300	100	100	125	400	■
		OIGNON VIOLET - NIGER- BF	600	600	500	500	500	900	▼
		OIGNON BLANC	500	400	400	400	400	500	▼
		PIMENT	1000	700	1200	500	250	1000	▲
		GRAINE DE PALME	250	300	250	250	175	250	■
		CITRON	500	700	600	700	350	500	▼
		GINGEMBRE	400	300	300	500	300	400	■
		CAROTTE	1000	700	1200	1200	1300	1000	▲
		CHOU	500	350	300	600	700	400	■
	COURGETTE	400	500	350	400	400	300	■	
	NAVET	1300	500	500	500	500	1200	■	
	POIVRON	800	1500	1000	1500	2000	1000	▲	
	CONCOMBRE	500	400	350	300	600	500	■	
	HARICOT VERT	700	800	700	1500	1000	800	▼	
	HARICOT NIEBE BLANC	500	400	400	-	400	650	■	
	PAMPLEMOUSSE	300	-	-	-	-	-	■	
	PAPAYE	300	600	300	100	150	400	■	
	GOYAVE	900	-	-	-	-	-	■	
	MANGUE	-	-	-	-	-	-	▼	
TANGELO	800	-	-	-	-	-	■		
ORANGE	300	300	200	200	350	250	▲		
AVOCAT	400	600	300	500	350	500	▼		
COROSSOL	1000	-	200	300	-	300	▲		
BANANE PLANTAIN	175	200	500	500	200	250	▲		
TOMATE TYPE SALADE	600	800	700	800	800	800	▲		
PATATE DOUCE	250	300	500	400	200	200	■		
ARACHIDE DECORTIQUÉE	800	600	500	750	700	400	■		
PRODUITS HORS SAISON	VIANDE DE BŒUF SANS OS	2700	2500	2200	2200	2300	2200	■	
	VIANDE DE BŒUF AVEC OS	2300	2200	2000	2000	2000	1600	■	
	VIANDE DE MOUTON	3700	4000	3000	3500	4000	3000	■	
	POULET DE CHAIR	1800	2000	2000	2500	2000	2000	■	
	CARPE NOIRE D'AQUACULTURE	2500	-	-	-	-	-	■	
	CARPE ROUGE	2800	-	-	-	-	-	■	
	THON NOIR	1400	-	-	-	-	-	■	
	THON ROUGE	2500	-	-	-	-	-	■	
	SOSSO	3000	-	-	-	-	-	■	
	MÂCHOIRON FRAIS LOCAL	2000	-	-	-	-	-	■	
PRODUITS FRAIS	SARDINE FUMÉE (MANGNE)	850	-	-	-	-	-	■	
	ESCARGOT LOCAL	2500	-	-	-	-	-	■	
	CREVETTE	4000	-	-	-	-	-	■	
	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 PÂTISSIERE / 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 / 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 EN HAUSSE
■ PRIX STABLES
▼ PRIX À LA BAISSE



LE MAÏS, L'ALIMENT AUX MULTIPLES FACETTES

On le retrouve en grains frais ou secs, sous forme d'épis, en conserves, surgelés, soufflés, etc. Il peut également être raffiné pour être transformé en semoule, farine ou fécule. On produit également de l'huile de maïs, extraite principalement à partir de son germe. Cette semaine, allons à la découverte de cet aliment aux multiples facettes !

APPORTS NUTRITIONNELS ET BÉNÉFICES SANTÉ

COCKTAIL D'ÉNERGIE

La plante la plus cultivée dans le monde contient 3 fois plus de vitamine B que la plupart des légumes frais ! Elle est aussi connue pour son fort apport en vitamine A, stimulateur du système immunitaire et excellent pour la peau, la vue et les gencives.

DIURÉTIQUE NATUREL

Riche en potassium, le maïs favorise l'élimination des toxines. Dans la lutte contre les calculs, la goutte, les coliques ou la cystite, rien ne l'égale !



PUISSANT ANTIOXYDANT

Comme la plupart des légumes, l'épi jaune est riche en antioxydants. Rien d'étonnant alors que sa consommation réduise les risques de maladies cardiovasculaires ou encore de certains types de maladies liées au vieillissement comme les rhumatismes et l'arthrose.

ALLIÉ ANTI-CHOLESTÉROL

Le maïs contient une grande quantité d'acides gras insaturés (polyinsaturés et monoinsaturés). Grâce à ces acides gras insaturés le mauvais cholestérol "LDL" disparaît pour ne laisser place qu'au bon cholestérol "HDL" !



CONTRE LES BRÛLURES

Sous forme de farine diluée ou de cataplasme, il apaise les contusions et les brûlures bénignes.



Saisonnalité

Février - Juin

Zone de production

Au nord de la Côte d'Ivoire, (Korhogo, Touba, Seguéla...) et la région des savanes.





PRÉVENIR ET SE PRÉMUNIR CONTRE LE CORONAVIRUS

L'épidémie du 2019-nCov (pour nouveau coronavirus 2019) qui a éclaté en Chine depuis la mi-décembre. La présence de ce nouveau virus, le 2019-nCov, a pour la première fois été détectée à Wuhan, la sixième ville chinoise (11 millions d'habitants). Afin de lutter efficacement contre la nouvelle épidémie, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a établi une liste de conseils et de comportements à adopter.



Même si les analyses se sont révélées négatives pour le cas suspecté de Coronavirus en Côte d'Ivoire, il est important d'adopter un certain nombre de comportements pour se prémunir contre cette maladie. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) donne quelques conseils pour cela.

Chacun doit « se laver fréquemment les mains en utilisant un désinfectant pour les mains à base d'alcool ou du savon et de l'eau » ; « couvrir la bouche et le nez avec un masque médical, un mouchoir en papier ou un coude fléchi lorsqu'il tousse ou éternue » ; « se laver les mains ensuite et jeter le masque ou le mouchoir » ; « d'éviter tout contact étroit non protégé avec des personnes ayant de la fièvre et de la toux et consultez un médecin si on a de la fièvre, de la toux et des difficultés respiratoires ».



Toute personne doit éviter de voyager en ayant la fièvre ou la toux. Pour chaque voyage, il faut « éviter tout contact étroit avec des personnes souffrant de fièvre et de toux ; se laver fréquemment les mains en utilisant un produit de friction à base d'alcool ou du savon et de l'eau ; éviter de se toucher les yeux, le nez ou la bouche ». De surcroît, il faut se

« couvrir la bouche et le nez avec un mouchoir en papier ou le coude fléchi lorsqu'on tousse ou éternue et se laver les mains ensuite ; éviter de cracher, ne manger que des aliments bien cuits etc. ».

Toute personne qui tombe malade en voyage, doit « informer l'équipage, consulter un médecin sans tarder et partager les antécédents de voyage ». En outre, il faut « éviter tout contact direct non protégé avec des animaux vivants et les surfaces en contact avec des animaux ».

Pour les pays déjà touchés, l'organisation demande de « rester vigilant pour les nouveaux cas et prendre en charge les cas existants ; mettre en œuvre le contrôle des voyageurs ; partager l'information avec l'OMS et les autres pays ».

LES MESURES DE PRÉVENTIONS PRISES PAR LES AUTORITÉS SANITAIRES IVOIRIENNES

Les mesures de prévention arrêtées par les autorités sanitaires ivoiriennes sont entre autres, le renforcement du contrôle sanitaire aux frontières aéroportuaires, maritimes et terrestres et la diffusion de directives sur la surveillance épidémiologique de la pneumonie due au 2019-nCoV aux directeurs départementaux de la santé.

Ainsi que le renforcement des capacités diagnostiques de l'Institut Pasteur de Côte d'Ivoire pour la confirmation des cas suspects et le renforcement des mesures de prévention et de contrôle de l'infection dans les établissements sanitaires.

CARBURANT : DES PRIX MAINTENUS STABLES



Les prix du gasoil et de l'essence maintenus respectivement à 615 et 630 FCFA pour le mois de février 2020.

Le prix du litre du gasoil et celui de l'essence super sans plomb ont été maintenus respectivement à 615 FCFA et à 630 FCFA sur la période du 1er au 29 février 2020, informe le Gouvernement à travers le Ministère du Pétrole, de l'Energie et des Energies renouvelables.

Ainsi, le prix du litre à l'ambient du pétrole lampant reste également fixé à 555 FCFA. Pour ce qui est du gaz butane, les prix des bouteilles de 6 kg, 12,5 kg et 15 kg sont respectivement fixés à 2000 FCFA, 5200 FCFA et à 6965 FCFA, quand celui des bouteilles de 17,5 kg, 25 kg et 28 kg sont respectivement de 8 125 FCFA, 11 610 FCFA et 13 000 FCFA.

Il est à noter que les prix du carburant et du gaz butane sont maintenus stables depuis plus de huit (8) mois.



DES ASTUCES PRATIQUES POUR LA MAISON AVEC DES BOUGIES



Les bougies sont utiles pour éclairer, bien sûr, mais elles peuvent également être utiles pour des usages plus insolites.

Pour ranger vos aiguilles et épingles

Vous possédez peut-être une pelote à épingles, mais si ce n'est pas le cas, ou si vous souhaitez ranger vos aiguilles, la bougie est une bonne solution. Plantez les aiguilles et épingles à coudre permet d'éviter de se faire mal par accident. Plantez-les tout simplement dans un gros morceau de bougie bien compact. L'avantage est double puisque les épingles et aiguilles glisseront bien mieux dans le tissu si elles sont rangées de cette manière.

Pour éviter que les portes ne grincent

Une porte qui grince c'est très désagréable. Mais heureusement, une simple bougie permet de régler le souci. Comment ? Commencez par enlever la porte de ses gonds. Frottez ensuite une bougie sur les surfaces en contact et replacez la porte dans ses gonds. Plus aucun bruit.



En Côte d'Ivoire tout ceux qui frappent à la porte s'appellent «MOI»



 [allonsseulementcocorico](https://www.facebook.com/allonsseulementcocorico)



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

[f](#) 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**