



Dossier de la Semaine

CONSOMMER LOCAL ET ALIMENTATION : QUELS BÉNÉFICES POUR LE CONSOMMATEUR ?

Quels sont les avantages des produits alimentaires locaux ? En quoi consommer les fruits et légumes locaux est bon pour l'économie ? Que gagne le consommateur à privilégier les produits alimentaires locaux ?

C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES
MARCHÉS DE LA SEMAINE

PRODUIT DE SAISON

LES BIENFAITS DE LA BANANE

ASTUCE DE LA SEMAINE

NEUTRALISER
NATURELLEMENT LES
REMONTÉES D'ODEUR DE
CANALISATION



SCANNEZ POUR
ACCÉDER
AUX NUMÉROS
PRÉCÉDENTS !



Le « consommer local » est à l'honneur en ce mois d'octobre. En effet, par son initiative intitulée « Mois d'octobre, mois du consommer local », l'Union économique et monétaire ouest-africaine (UEMOA) invite les consommateurs des huit pays membres à aller à la découverte de leurs produits locaux. Votre bulletin « Echos des marchés » s'associe à cette initiative en consacrant LE DOSSIER DE LA SEMAINE, durant tout le mois d'octobre, à un aspect du consommer local. Quels sont les avantages des produits alimentaires locaux ? En quoi le consommer les fruits et légumes locaux est bon pour l'économie ? Que gagne le consommateur à privilégier les produits alimentaires locaux ? Cette semaine, découvrez les raisons qui devraient vous convaincre d'opter pour la consommation de produits locaux.

En alloco, foutou, fofou, akpessi ou tout simplement braisée, les consommateurs de Côte d'Ivoire se délectent de la banane plantain. Mais savez-vous qu'hormis son bon goût, la banane plantain possède des vertus essentielles pour le bon fonctionnement de notre organisme ? A découvrir dans la

rubrique LE DOSSIER DE LA SEMAINE. Bien qu'étant très puissants, les produits anti-odeurs pour canalisation sont caustiques et nocifs pour l'environnement. La bonne nouvelle c'est qu'il existe des produits naturels qui ont fait leurs preuves pour éliminer durablement les remontées d'odeur d'eaux usées dans la maison. Rendez-vous dans L'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

Sécrétaire Exécutive du CNLVC

C'est Combien ?

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.

TABLEAU DE L'ÉVOLUTION DES PRIX DE LA SEMAINE

PRODUITS		COÛTS MOYENS FR/KG						TENDANCE DES PRIX		
		ABIDJAN	SAN PEDRO	BOUAKÉ	YAMOOUSSOUKRO	MAN	KORHOGO			
PRODUITS VIVRIERS	PRODUIT DE SAISON	IGNAME KPONAN COTE D'IVOIRE (kg)	550	600	600	700	600	500	■	
		PATATE DOUCE (kg)	300	400	500	500	300	200	■	
		MANIOC (kg)	400	250	300	250	200	400	■	
		PATE DE PLACALI (kg)	300						■	
		AVOCAT (kg)	350	400	400	600	500	500	■	
		GRAINE DE PALME (kg)	300	250	350	250	250	300	■	
		PIMENT FRAIS (kg)	850	1000	700	500	300	400	■	
		AUBERGINE N'DROWA (kg)	700	700	800	500	400	600	■	
		GOMBO (kg)	550	600	1000	500	450	500	▼	
		TOMATE TYPE SALADE (kg)	450	500	500	600	600	500	▼	
		HARICOT VERT (kg)	1300	1000	800	1600	1500	1300	■	
		CHOU (kg)	400	600	400	1500	300	500	▲	
		HUILE ROUGE (L)	1700						■	
		CONCOMBRE (kg)	250	300	350	300	250	300	■	
		COURGETTE (kg)	350	400	400	500	250	300	■	
		LES AUTRES PRODUITS VIVRIERS	NAVET (kg)	800	900	500	600	700	1000	■
			OIGNON VIOLET - NIGER-BF (kg)	800	800	900	900	1000	900	▲
OIGNON BLANC (kg)	800		950	800	800	1000	900	▲		
GNANGNAN (kg)	1800							■		
POIVRON (kg)	1000		1000	700	1700	1500	1000	■		
CAROTTE (kg)	1300		1300	1500	2500	1700	1500	■		
BANANE PLANTAIN (kg)	400		450	250	350	400	600	▼		
POMME DE TERRE (kg)	800		900	700	1000	800	1200	■		
PATE ARACHIDE (400 g.)	1200				500					
PATE PISTACHE (400 g.)	2000				1000					
PATE D'ANACARDE (500 g.)	2000									
GOMBO SEC EN POUVRE (400g.)	700									
VOS PROTEINES	VIANDE DE BŒUF SANS OS (kg)	3000	3000	3000	3200	3500	2500	■		
	VIANDE DE BŒUF AVEC OS (kg)	2800	2600	2500	2500	3000	2000	■		
	DINDE (kg)	5000								
	LAPINS (kg)	5000								
	PINTADE (kg)	5500								
	POULET DE CHAIR (kg)	2200	2100	2200	2200	2200	2000	■		
	PATTES DE POULETS (kg)	1200								
	PONDEUSES (kg)	2700						■		
	POISSON SOSSO IMPORTE (kg)	2500						■		
	POISSON MAGNE FRAIS MOYEN (4 unités)	250								
	POISSON MAGNE SEC MOYEN (4 unités)	500								
	POISSON CHINCHARD IMPORTE (kg)	1500						■		
	POISSON CARPE IMPORTE (kg)	2000						■		
	POISSON CARPE AQUACULTURE (kg)	3500								
	POISSON THON (kg)	850								
	POISSON MAQUEREAU IMPORTE (kg)	1500						■		
	POISSON MACHOIRON IMPORTE (kg)	1750								
	VIANDE DE MOUTON (kg)	4500		4000	4000	5000		■		
	KPLO (unité moyen)	500		500	500	400		■		
	ESCARGOT (LOT DE 6 MOYENS)	2000								
VIANDE DE PORC (kg)	2000									
COTE DE PORC (kg)	1100		1200	1200						
PATTE DE PORC (kg)	1200									
PATTE DE BŒUF (kg)	1200		2500	2500						
PRODUITS FRAIS	FRUIT	ANANAS (kg)	350	500	700	500	200	500	■	
		CITRON (kg)	350	600	700	450	300	700	▼	
		ORANGE (kg)	350	200	250	125	250	300	■	
		NOIX DE COCO (pièce taille moyenne)	150							
		BANANE DESSERT (kg)	400	400	300	350	400	400	■	
		PAPAYE (kg)	350	400	300	250	100	500	▼	
		PASTEQUES (kg)	500							
		RIZ LOCAL WITA 9 (kg)	500	500	500	600	450	400	■	
		RIZ LOCAL DANANE (kg)	650							
		MAIS (kg)	500							
AUTRES PRODUITS POUR UNE BONNE NUTRITION	SOJA (kg)	800								
	FARINE DE SOJA (kg)	900								
	MAIS DECORTIQUE (kg)	350								
	MAIS POUVRE - KABATO (kg)	500								
	PISTACHE (kg)	2250								
	ARACHIDE DECORTIQUES (kg)	900	900	800	1000	1000	650			
	MIL (KG)	500	500	600	350	500				
	FARINE DE MIL (kg)	500								
	AMANDE DE CAJOU (100 gr.)	1000								
	SORGHO (kg)	700								
	SESAME (kg)	1500								
	NIEBE (kg)	700								
	FONIO (kg)	1500								
DIVERS	GINGEMBRE (kg)	500								
	FEUILLE DE BISSAP (kg)	2500								
	TOMI (kg)	800								

LES BIENFAITS DE LA BANANE PLANTAIN

En alloco, foutou, fougou, akpessi ou tout simplement braisée, les consommateurs de Côte d'Ivoire se délectent de la banane plantain. Mais savez-vous qu'hormis son bon goût, la banane plantain possède des vertus essentielles pour le bon fonctionnement de notre organisme ? A découvrir.

Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

CONTRE L'ULCERE

Grâce à la leucocyanidine, un flavonoïde contenue dans la banane plantain, il est possible de freiner le risque d'érosion de la muqueuse de l'estomac. Par conséquent, le plantain réduit la probabilité d'avoir un ulcère.

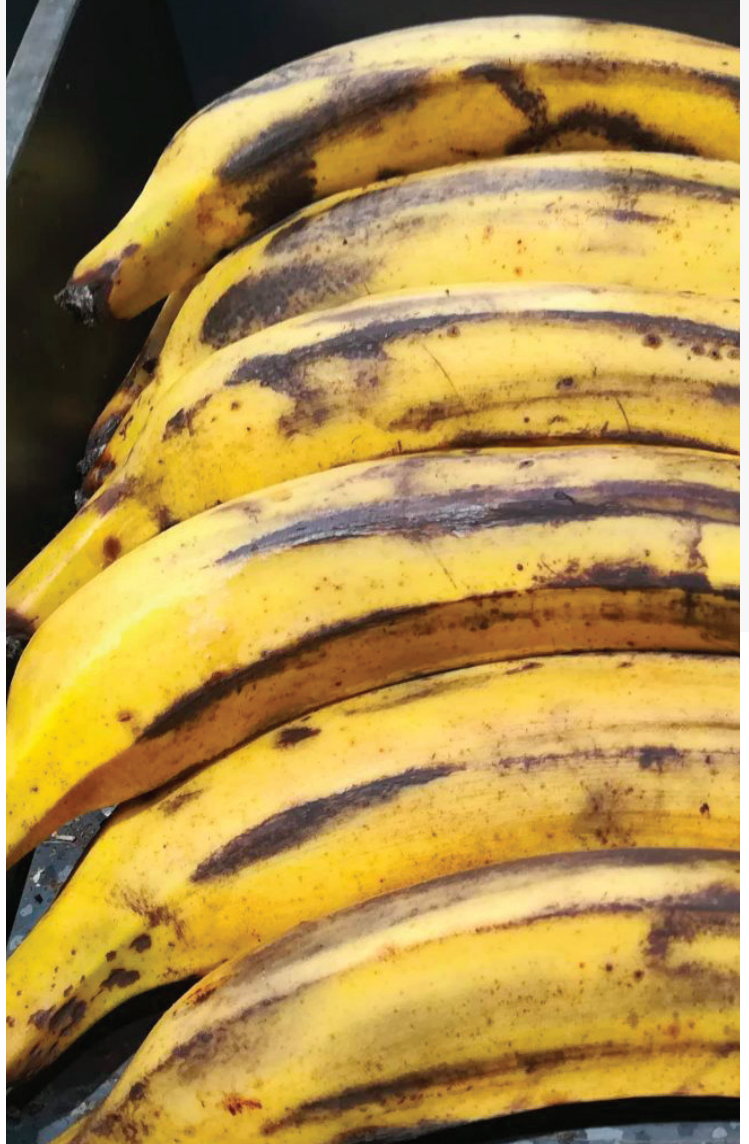
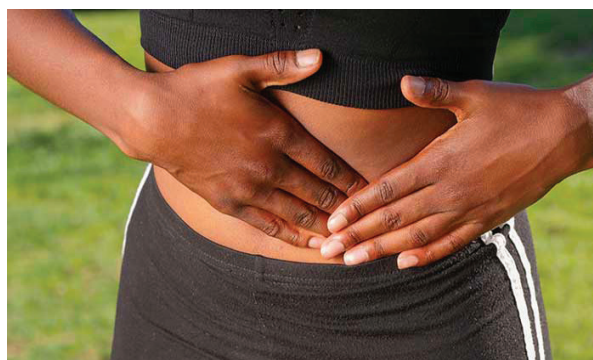
CONTRE L'INSOMNIE

La consommation de banane plantain favorise un meilleur équilibre nerveux, la détente, le bien-être et un sommeil réparateur sans aucune accoutumance.



CONTRE LES BALLONNEMENTS

La banane plantain aide à soulager la douleur et les ballonnements, notamment durant le cycle menstruel, en raison de sa teneur élevée en potassium.



BONNE PENDANT LA GROSSESSE

Elle contient de l'acide folique et d'autres nutriments du groupe folate, comme la niacine, la thiamine et la riboflavine, indispensables à la croissance nerveuse et cérébrale d'un bébé dans l'utérus.



Saisonnalité

Août à décembre

Zone de production

Zone ouest (Man, Guiglo, Daloa, Soubré...)
Zone sud (Agboville, Azaguié...)



Instantané

SACHETS 1 DOSE



LAIT ENTIER 28%

* PRIX MAXIMUM CONSEILLÉ

LAITY, LE MAXIMUM D'ÉNERGIE





Dossier de la Semaine

CONSOMMER LOCAL ET ALIMENTATION : QUELS BÉNÉFICES POUR LE CONSOMMATEUR ?

« Le consommer local » est à l'honneur en ce mois d'octobre. En effet, par son initiative intitulée « Mois d'octobre, mois du consommer local », l'Union économique et monétaire ouest-africaine (UEMOA) invite les consommateurs des huit pays membres à aller à la découverte de leurs produits locaux. Votre bulletin « Echos des marchés » s'associe à cette initiative en consacrant LE DOSSIER DE LA SEMAINE, durant tout le mois d'octobre, à un aspect du consommer local. Quels sont les avantages des produits alimentaires locaux ? En quoi consommer les fruits et légumes locaux est bon pour l'économie ? Que gagne le consommateur à privilégier les produits alimentaires locaux ?



ALIMENTATION VARIEE

En privilégiant l'alimentation locale, vous vous donnez la possibilité de consommer des produits de saison. Cela vous emmène à découvrir des fruits et légumes différents presque tous les mois. Et donc à mettre un peu plus de couleurs et de variété dans vos assiettes. En plus, comme vous devez sûrement le savoir, manger de saison est la garantie d'une meilleure qualité des produits. De plus, manger des fruits et légumes de saison permet de manger des aliments qui ont du goût. Car lorsque les fruits et les légumes sont cueillis au bon moment à savoir à bonne maturité et à la bonne saison, ces derniers développent des saveurs bien meilleures. La nature reprend ses droits et nous offre alors des produits goûteux en bouche. De quoi réaliser des plats savoureux pour tous !



POUR MAITRISER SON BUDGET

Consommer local, c'est souvent aussi manger mieux et moins cher. En effet, un produit de saison signifie par définition que l'offre est abondante et donc que les prix sont faibles. Les produits locaux sont moins coûteux à acheminer vers les marchés et points de vente en tout genre, ce qui fait qu'au final, ils peuvent être généralement vendus moins cher aux consommateurs.

SOUTENIR LES PRODUCTEURS LOCAUX

Manger local, c'est également encourager les producteurs locaux. En effet, acheter leurs produits, c'est soutenir nos braves paysans, nos transformateurs et nos industriels et donc l'économie locale dans son ensemble. En somme, consommer local, c'est contribuer au développement de son pays.



PRODUITS FRAIS

Les produits locaux n'ont pas à supporter de longs trajets. En effet, cueillis à maturité, ils sont vendus dans un laps de temps assez court et atterrissent vite dans nos assiettes. Cela signifie qu'il y a peu ou pas d'additifs alimentaires, colorants et autres. C'est l'assurance de bénéficier de produits frais et sains, qui conservent leurs valeurs nutritives.





Souveraineté alimentaire : la République de Corée appuie la Côte d'Ivoire à hauteur de 6, milliards FCFA pour améliorer la productivité Rizicole

Le Ministère de l'Agriculture, du Développement rural et des Productions vivrières de la République de Côte d'Ivoire et celui de l'Agriculture, de l'Alimentation et des Affaires rurales de la République de Corée ont signé, le mercredi 18 octobre 2023 à Abidjan, un protocole d'entente pour la mise en œuvre du projet "K-RiceBelt", en vue d'améliorer la productivité rizicole en Côte d'Ivoire.

Financé à hauteur de 6 440 204 000 FCFA par la République de Corée sous forme de don, le projet "K-RiceBelt" est un projet d'appui à la production de semences de riz à haut rendement. Le projet vise la création de complexes de production de semences de riz, l'amélioration de la productivité des semences de riz et des systèmes de distribution, la promotion de technologies de production semencière via la formation de professionnels de la culture de semences de riz et les échanges d'informations

sur les politiques agricoles des deux pays.

A travers cette convention, la Côte d'Ivoire disposera, à terme, de 100 hectares de champs de multiplication semencière chaque année sur 5 ans, de 1 040 tonnes de semence de riz produites chaque année, de 5 500 tonnes de semences de riz au total permettant la production de 650 000 tonnes de paddy.

Ce projet sera mis en œuvre dans le District Autonome de Yamoussoukro sur une durée de 5 ans.



Astuce de la Semaine

NEUTRALISER NATURELLEMENT LES REMONTÉES D'ODEUR DE CANALISATION

Bien qu'étant très puissants, les produits anti-odeurs pour canalisation sont caustiques et nocifs pour l'environnement. La bonne nouvelle c'est qu'il existe des produits naturels qui ont fait leurs preuves pour éliminer durablement les remontées d'odeur d'eaux usées dans la maison.

MODE D'EMPLOI

1. Pour dégraisser, détartrer et désodoriser efficacement vos siphons et votre tuyauterie, procurez-vous du bicarbonate de soude.
2. Versez deux à trois grandes cuillères de bicarbonate de soude dans le siphon bouché et ajoutez la même quantité de sel ainsi qu'un verre de vinaigre blanc. Une réaction chimique instantanée va se produire.
3. Laissez mousser pendant 30 minutes.
4. Rincez avec une grande quantité d'eau bouillante.

Humour de la Semaine





Infoline Secrétariat Exécutif

Responsable : Dr Ranie-Didice BAH-KONE

Tel. : +225 25 21 01 79 99 - Email : raniebah@yahoo.fr

Localisation : Cocody-Angré, en face de la CNPS

www.cnlvc.ci



conseil national de lutte
contre la vie chère



N° vert : 25 21 01 79 99



cnlvc
Conseil National de Lutte
contre la Vie Chère

Ensemble c'est possible

COM'ON
Distribution

Editeur :

MINISTÈRE DU COMMERCE, DE
L'INDUSTRIE ET DE LA PROMOTION
DES PME

Rédacteur en chef :

Secrétariat Exécutif du CNLVC

Rédaction : COM'ON :

Marie-Emile KABLANCHI

Regie : MOUSTIK SARL

Standard : +225 27 22 41 16 62

Email : commercial@comon.ci

Localisation : 2 Plateaux Vallon - Rue des Jardins

Production et Distribution : COM'ON