



N°115 Semaine du 02 juin au 09 juin 2025

Le bulletin d'information  
de la lutte contre la vie chère



Studio Côte d'Ivoire

Dossier de la Semaine

## LOISIRS : POURQUOI IL EST ESSENTIEL D'ENCOURAGER LA LECTURE CHEZ LES ENFANTS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

*Pendant les grandes vacances, l'école ferme ses portes... mais l'esprit, lui, ne demande qu'à rester éveillé. Entre les jeux, les visites à la famille et la télévision, il existe une habitude simple mais puissante qui peut transformer les vacances des enfants : la lecture.*

### C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES MARCHÉS DE LA SEMAINE

### PRODUIT DE SAISON

LES FEUILLES KPLALA UNE RICHESSE LOCALE PLEINE DE BIENFAITS

### ASTUCE DE LA SEMAINE

COMMENT ENLEVER DE LA COLLE FORTE SUR LES DOIGTS



SCANNEZ POUR ACCÉDER AUX NUMÉROS PRÉCÉDENTS !



Pendant les grandes vacances, l'école ferme ses portes... mais l'esprit, lui, ne demande qu'à rester éveillé. Entre les jeux, les visites à la famille et la télévision, il existe une habitude simple mais puissante qui peut transformer les vacances des enfants : la lecture. On vous dit pourquoi il est essentiel d'encourager la lecture chez les enfants pendant les vacances scolaires dans **LE DOSSIER DE LA SEMAINE**.

Faciles à cultiver, bon marché, et surtout excellentes pour la santé, les feuilles de kplala sont très appréciées dans la cuisine ivoirienne. Longtemps utilisées dans les recettes traditionnelles, elles reviennent aujourd'hui sur le devant de la scène pour leurs nombreuses vertus nutritionnelles. Les feuilles de kplala sont notre **PRODUIT DE SAISON**.

La colle forte est un adhésif de réparation rapide et puissant, mais si vous en avez sur les doigts, il peut être difficile de l'enlever. Comment enlever la colle sur

les doigts ? Réponse dans **L'ASTUCE DE LA SEMAINE**.

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.

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

**Parce qu'en 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 vivier aux produits manufacturés, en passant par les produits frais, etc.

## TABLEAU DE L'ÉVOLUTION DES PRIX DE LA SEMAINE

| PRODUIT                              | COUTS MOYENS FR/KG |           |        |             |      |         | TENDANCE DES PRIX |
|--------------------------------------|--------------------|-----------|--------|-------------|------|---------|-------------------|
|                                      | ABIDJAN            | SAN PEDRO | BOUAKE | YAMOUSOUKRO | MAN  | KORHOGO |                   |
| PATATE DOUCE (kg)                    | 450                | 400       | 700    | 500         | 400  | 350     | ▼                 |
| BANANE PLANTAIN (kg)                 | 450                | 450       | 500    | 500         | 400  | 500     | ■                 |
| IGNAME KPONAN GHANA (kg)             | 550                | 650       | 600    | 700         | 500  | 600     | ■                 |
| IGNAME KLEGLE (kg)                   |                    |           |        | 700         |      |         | ■                 |
| IGNAME ASSAWA (kg)                   |                    |           |        | 400         | 600  |         | ▲                 |
| IGNAME BETE BETE (kg)                |                    |           |        |             | 350  |         | ■                 |
| PATE DE PLACALI (kg)                 |                    |           |        |             |      |         | ■                 |
| OIGNON BLANC (kg)                    | 500                | 700       | 600    | 700         | 500  | 700     | ■                 |
| GRAINE DE PALME (kg)                 | 350                | 300       | 350    | 250         | 150  | 300     | ■                 |
| POIVRON (kg)                         | 1000               | 1800      | 800    | 1500        | 1500 | 1500    | ▼                 |
| CHOU (kg)                            | 500                | 650       | 400    | 1500        | 300  | 600     | ▼                 |
| TOMATE TYPE SALADE (kg)              | 700                | 800       | 600    | 600         | 800  | 550     | ▼                 |
| HARICOT VERT (kg)                    | 800                | 500       | 1000   | 900         | 1500 | 1000    | ■                 |
| AUBERGINE N'DROWA (kg)               | 600                | 1500      | 800    | 500         | 300  | 500     | ▼                 |
| PIMENT FRAIS (kg)                    | 1500               | 1500      | 900    | 500         | 500  | 1000    | ■                 |
| GOMBO (kg)                           | 1500               | 1000      | 1000   | 1000        | 750  | 1000    | ■                 |
| CAROTTE (kg)                         | 1100               | 800       | 1200   | 1500        | 1000 | 1200    |                   |
| CONCOMBRE (kg)                       | 600                | 500       | 400    | 600         | 500  | 500     |                   |
| COURGETTE (kg)                       | 500                |           | 400    | 500         | 800  | 500     |                   |
| NAVET (kg)                           | 800                | 900       | 400    | 600         | 1000 | 1000    | ■                 |
| MANIOC (kg)                          | 300                | 350       | 300    | 300         | 300  | 400     | ■                 |
| POMME DE TERRE (kg)                  | 700                | 900       | 700    | 700         | 800  | 900     | ■                 |
| PATE ARACHIDE (400 g.)               | 1200               |           |        | 1000        |      |         |                   |
| PATE PISTACHE(400 g.)                | 2000               |           |        | 1500        |      |         |                   |
| PATE D'ANACARDE(500 g.)              | 2000               |           |        |             |      |         |                   |
| HUILE ROUGE (L)                      | 1900               |           |        |             |      |         |                   |
| GOMBO SEC EN POUDRE (400g.)          | 700                |           |        | 500         |      |         |                   |
| VIANDE DE BŒUF SANS OS (kg)          | 3000               |           | 3000   | 3000        | 3000 |         | ■                 |
| VIANDE DE BŒUF AVEC OS (kg)          | 2800               |           | 2500   | 2500        |      |         | ■                 |
| DINDE (kg)                           | 5000               |           |        |             |      |         |                   |
| LAPINS (kg)                          | 5000               |           |        |             |      |         |                   |
| PINTADE (kg)                         | 5500               |           |        |             |      |         |                   |
| POULET DE CHAIR (kg)                 | 2500               |           | 2200   | 2200        |      |         | ■                 |
| 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)           | 1700               |           |        |             |      |         | ■                 |
| POISSON CARPE AQUACULTURE (kg)       | 3500               |           |        |             |      |         |                   |
| POISSON THON (kg)                    | 850                |           |        |             |      |         |                   |
| POISSON MAQUEREAU IMPORTE (kg)       | 1500               |           |        |             |      |         | ■                 |
| POISSON MACHOIRON IMPORTE (kg)       | 1750               |           |        |             |      |         |                   |
| VIANDE DE MOUTON (kg)                | 4500               |           |        |             |      |         | ■                 |
| KPLO (unité moyen)                   | 500                | 500       | 500    |             |      |         | ■                 |
| ESCARGOT (LOT DE 6 MOYENS)           | 3000               |           |        |             |      |         |                   |
| VIANDE DE PORC (kg)                  | 2000               |           | 2200   |             |      |         |                   |
| COTE DE PORC (kg)                    | 1100               |           | 1200   |             |      |         |                   |
| PATTE DE PORC (kg)                   | 1300               |           |        |             |      |         |                   |
| PATTE DE BŒUF (kg)                   | 1500               |           | 2500   |             |      |         |                   |
| ANANAS (kg)                          | 400                | 900       | 1000   | 700         | 500  |         | ■                 |
| CITRON (kg)                          | 500                | 875       | 500    | 720         | 900  |         | ■                 |
| AVOCAT (kg)                          | 700                | 800       | 1000   | 500         | 500  |         | ■                 |
| NOIX DE COCO (pièce taille moyenne)  | 150                |           |        |             |      |         |                   |
| BANANE DESSERT (kg)                  | 350                | 300       | 350    | 350         | 400  |         | ■                 |
| PAPAYE (kg)                          | 400                | 200       | 400    | 300         | 500  |         | ■                 |
| ORANGE (kg)                          | 350                | 500       | 350    | 300         | 300  |         | ■                 |
| PASTEQUE (kg)                        |                    |           |        |             |      |         |                   |
| RIZ LOCAL WITA 9 (kg)                | 500                |           | 500    |             |      |         |                   |
| RIZ LOCAL DANANE (kg)                | 700                |           | 600    |             |      |         |                   |
| FARINE DE SOJA (kg)                  | 800                |           |        |             |      |         |                   |
| FARINE DE MAIS (kg)                  | 500                |           |        |             |      |         |                   |
| FARINE DE SORGO (kg)                 | 600-700            |           |        |             |      |         |                   |
| FARINE DE MAIS - KABATO (kg)         | 600                |           |        |             |      |         |                   |
| FARINE DE MIL (kg)                   | 500                |           |        |             |      |         |                   |
| FARINE AMANDE DE CAJOU (kg)          | 5000               |           |        | 1000        |      |         |                   |
| FARINE DE MANIOC (PLACALI) kg        |                    |           |        |             |      |         |                   |
| PATE DE PISTACHE (kg)                |                    |           |        | 1500        |      |         |                   |
| PATE D'ARACHIDE (kg)                 |                    |           |        | 900         | 1000 |         |                   |
| SESAME (kg)                          |                    |           |        |             |      |         |                   |
| NIEBE (kg)                           |                    |           |        |             |      |         |                   |
| FONIO PRECUT (kg)                    |                    |           |        |             |      |         |                   |
| SUCRE ROUX (kg)                      |                    |           | 1000   | 1000        |      |         |                   |
| SUCRE BLANC (kg)                     |                    |           |        |             |      |         |                   |
| LAIT LIQUIDE (L)                     |                    |           |        |             |      |         |                   |
| GINGEMBRE (kg)                       |                    |           |        |             | 300  | 700     |                   |
| FEUILLE DE BISSAP (kg)               |                    |           |        |             |      |         |                   |
| TOMI (kg)                            |                    |           |        |             |      |         |                   |

# LES FEUILLES KPLALA UNE RICHESSE LOCALE PLEINE DE BIENFAITS

Faciles à cultiver, bon marché, et surtout excellentes pour la santé, les feuilles de kplala sont très appréciées dans la cuisine ivoirienne. Longtemps utilisées dans les recettes traditionnelles, elles reviennent aujourd’hui sur le devant de la scène pour leurs nombreuses vertus nutritionnelles.



## Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

### RENFORCENT LES DÉFENSES NATURELLES

Les feuilles de kplala contiennent beaucoup de vitamine C, comme celle que l'on trouve dans les oranges ou les citrons. Cette vitamine aide votre corps à mieux se protéger contre les infections, notamment pendant les saisons de pluie ou en cas de fatigue.



### PROTÈGENT LA SANTÉ DES YEUX

Grâce à leur teneur en vitamine A, les feuilles de kplala contribuent à maintenir une bonne vision, surtout dans l'obscurité. Elles sont également utiles pour prévenir les yeux secs ou irrités, ce qui est bénéfique pour les enfants et les personnes âgées.



### AIDENT À PRÉVENIR L'ANÉMIE

Les feuilles de kplala sont riches en fer, un minéral indispensable à la production du sang.

Si vous ressentez souvent de la fatigue, une pâleur ou un essoufflement, consommer du kplala peut vous aider à retrouver de l'énergie, notamment pour les femmes enceintes ou allaitantes.

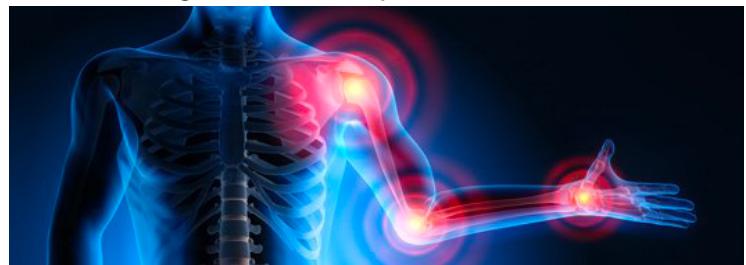
### AIDENT À PURIFIER L'ORGANISME

Les feuilles de kplala contiennent des antioxydants, des substances naturelles qui protègent votre corps en combattant les radicaux libres. Cela contribue à ralentir le vieillissement et à prévenir certaines maladies comme le diabète ou l'hypertension.



### POSSÈDENT DES PROPRIÉTÉS ANTI-INFLAMMATOIRES

Si vous souffrez souvent de douleurs articulaires ou de troubles digestifs, les feuilles de kplala peuvent contribuer à apaiser ces inflammations grâce à leurs composants naturels.



### Saisonnalité

Mars à novembre.

### Zone de production

Sud (Dabou, Grand-Lahou, Jacqueville et périphérie d'Abidjan).  
Sud-est (Aboisso).



# SACHETS 1 DOSE



\* PRIX MAXIMUM CONSEILLÉ

**LAITY, LE MAXIMUM D'ÉNERGIE**





Dossier de la Semaine

## LOISIRS : POURQUOI IL EST ESSENTIEL D'ENCOURAGER LA LECTURE CHEZ LES ENFANTS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

*Pendant les grandes vacances, l'école ferme ses portes... mais l'esprit, lui, ne demande qu'à rester éveillé. Entre les jeux, les visites à la famille et la télévision, il existe une habitude simple mais puissante qui peut transformer les vacances des enfants : la lecture. On vous dit pourquoi il est essentiel d'encourager la lecture chez les enfants pendant les vacances scolaires.*



## UN OUTIL DISCRET POUR ENTRETENIR LES ACQUIS SCOLAIRES

Trois mois sans cahiers ni livres, c'est souvent synonyme de "perte d'acquis", surtout pour les plus jeunes. Lire régulièrement, même quelques minutes par jour, permet à l'enfant de maintenir son niveau de vocabulaire, de compréhension et de concentration. Un enfant qui lit en vacances rentre souvent en classe avec une meilleure fluidité, prêt à apprendre de nouvelles choses plus rapidement.



## UNE GRAINE DE CURIOSITÉ SEMÉE DANS LE QUOTIDIEN

Lire, c'est ouvrir une fenêtre sur d'autres mondes. À travers un conte, un livre de devinettes, une bande dessinée drôle ou une histoire de super-héros, l'enfant explore, rêve, apprend sans s'en rendre compte. La lecture développe l'imagination et stimule la curiosité naturelle, si précieuse dans les apprentissages futurs.

## UN TEMPS D'ÉCHANGE ENTRE PARENTS ET ENFANTS

La lecture pendant les vacances peut également constituer un moment d'échange au sein de la famille. Lorsqu'un parent prend le temps de lire avec son enfant ou de l'accompagner dans la découverte d'un livre, cela renforce la relation adulte-enfant tout en favorisant l'apprentissage. Ces moments partagés permettent non seulement de soutenir les efforts de lecture de l'enfant, mais aussi d'encourager son intérêt pour les livres.



**Encourager la lecture chez les enfants pendant les vacances, ce n'est pas une injonction scolaire. C'est un cadeau pour leur futur, un moyen de grandir autrement, loin des écrans.**



## SURVEILLANCE DU MARCHÉ : DES AGENTS DE CONTRÔLE DU MINISTÈRE DU COMMERCE ET DE L'INDUSTRIE FORMÉS AUX PRATIQUES ANTICONCURRENTIELLES

**L**a Direction des Ressources Humaines du Ministère du Commerce et de l'Industrie a tenu du 20 au 21 mai 2025, à la salle de conférence de la chambre de commerce à Abidjan, un atelier de formation et de renforcement des capacités sur les pratiques anticoncurrentielles

Cet atelier a réuni une centaine d'agents de contrôle issus des différentes directions régionales du ministère. L'objectif était de mieux les outiller, en les dotant de compétences solides pour connaître et traiter les pratiques anticoncurrentielles conformément aux dispositions réglementaires.

Ces deux journées ont permis aux auditeurs de pouvoir faire la différence entre les pratiques anticoncurrentielles regroupées en plusieurs catégories. Entre autres, les pratiques anticoncurrentielles au sens strict du terme, les pratiques de concurrence déloyale et les pratiques individuelles restrictives de concurrence.

A l'issue de l'atelier sanctionné par la remise de diplômes, le Directeur des Ressources Humaines, au nom du Ministre du Commerce et de l'Industrie, Dr Souleymane Diarrassouba, a réaffirmé l'engagement et la disponibilité du ministère à

travailler pour la formation et le bien-être des agents : « (...) un agent bien formé, est un agent efficace qui permet également d'augmenter les performances du ministère dans sa globalité », a-t-il soutenu.



## Astuce de la Semaine



### COMMENT ENLEVER DE LA COLLE FORTE SUR LES DOIGTS

La colle forte est un adhésif de réparation rapide et puissant, mais si vous en avez sur les doigts, il peut être difficile de l'enlever. Comment enlever la colle sur les doigts ? Réponse.

#### Mode d'emploi

1. Trempez vos doigts dans de l'eau tiède et savonneuse pendant quelques minutes et frottez doucement avec une brosse à ongles ou un objet similaire comme une brosse à dent.
2. Rincez et séchez vos mains et appliquez une huile alimentaire douce, comme de l'huile d'olive, sur un morceau d'essuie-tout plié ou sur du coton et frottez doucement sur la zone concernée.
3. Lavez et essuyez vos mains.

## Humour de la Semaine

SELON UNE ÉTUDE, LA LECTURE AMÉLIORE LE VOCABULAIRE, LA GRAMMAIRE, RÉDUIT LE STRESS ET LE RISQUE DE MALADIE COMME LA DÉMENCE.





## Infoline Sécrétariat Exécutif

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

Tel. : **+225 25 21 01 79 99** - Email : [raniebah@yahoo.fr](mailto:raniebah@yahoo.fr)

Localisation : **2 plateaux carrefour las palmas**

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

conseil national de lutte  
contre la vie chère

N° vert : **25 21 01 79 99**



**Ensemble c'est possible**

**COM'ON**  
Studio Crédit

**Editeur :**

MINISTÈRE DU COMMERCE, ET DE  
L'INDUSTRIE

**Rédacteur en chef :**

Sécrétariat Exécutif du CNLVC

Rédaction : **COM'ON :**

**Oumar NDAO**

**Mathilde Oulai - Fabrice Abou**

Regie : **COM'ON**

Standard : **+225 27 22 41 16 62**

Email : [commercial@comon.ci](mailto:commercial@comon.ci)

Localisation : **2 Plateaux Vallon - Rue des Jardins**

Production et Distribution : **COM'ON**