



COM'ON
S'entraide et réussit

Dossier de la Semaine

ASSOCIATIONS DE CONSOMMATEURS : QUELLE IMPORTANCE ?

Quels sont leurs champs d'action ? Comment bénéficier de leur appui ?

C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES
MARCHÉS DE LA SEMAINE

PRODUIT DE SAISON

LA NOIX DE COCO, FRAICHEUR ET
VITALITE

ASTUCE DE LA SEMAINE

ELIMINER L'HUMIDITE DANS
SA MAISON



SCANNEZ POUR
ACCÉDER
AUX NUMÉROS
PRÉCÉDENTS !



Toujours dans la lignée de la Journée Mondiale des Droits des Consommateurs (JMDC) célébrée le 15 mars de chaque année, et pour clôturer la thématique, LE DOSSIER DE LA SEMAINE vous présente les missions et les modes d'intervention des associations de consommateurs. En Côte d'Ivoire, les associations de consommateurs sont réparties en deux grandes catégories : les organisations généralistes et les associations spécialisées. Quels sont leurs champs d'action ? Comment bénéficier de leur appui ? Eléments de réponse.

Râpée, en copeaux, en lait ou encore en crème, la noix de coco peut s'incorporer aussi bien dans les plats sucrés que salés. Délicieuse et charnue, la noix de coco est un fruit prisé pour ses vertus gustatives mais également cosmétiques et thérapeutiques. Petit tour d'horizon des vertus de la noix de coco dans la rubrique LE PRODUIT DE SAISON.

Ce n'est pas agréable de vivre dans une maison humide et c'est d'autant plus inconfortable lorsque l'humidité s'imprègne dans les affaires personnelles tels que les vêtements, les meubles en tissu ou encore les murs. L'excès

d'humidité s'accumule, provoquant à la fois des bactéries et une odeur de moisissure difficile à éliminer. Comment venir à bout de l'humidité ? Une technique simple et efficace à découvrir dans l'ASTUCE DE LA SEMAINE.

Les Comités Locaux de Lutte contre la Vie Chère sont les prolongements du Conseil National de Lutte contre la Vie Chère dans les différentes régions. Installés depuis 2021, ils sont en action sur l'ensemble du territoire. Cette semaine, nous vous présentons les activités du Comité local de la Marahoué (Bouaflé).

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.

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

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

PRODUIT	COÛTS MOYENS FR/KG						TENDANCE DES PRIX		
	ABIDJAN	SAN PEDRO	BOUAKÉ	YAMOOUSSOUKRO	MAN	KORHOGO			
PRODUIT VIVRIERS	PRODUIT DE SAISON	IGNAME "KPONAN GHANA" (kg)	600						
		IGNAME KLEGLE	450	450	350	700	600	500	■
		IGNAME BETE BETE	350	350	300	350	350	300	■
		MANIOC (kg)	350	300	300	200	500	300	■
		PÂTE DE PLACALI (kg)	300				250		■
		POMME DE TERRE (kg)	600	650	500	600	600	650	■
		BANANE PLANTAIN (kg)	350	300	250	500	250	350	■
		AVOCAT (kg)	300	400	400	500	500	500	■
		HUILE ROUGE (L)	1500				1300		▼
		OIGNON BLANC (kg)	600	600	300	400	500	500	■
		OIGNON VIOLET - NIGER-BF (kg)	500	500	350	500	400	500	▼
		TOMATE TYPE SALADE (kg)	800	900	1000	800	1500	900	▲
		PIMENT FRAIS (kg)	800	950	900	500	250	700	■
		PIMENT SEC (kg)	5000						■
		AUBERGINE N'DROWA (kg)	600	500	700	500	450	500	■
		GNANGNAN (kg)	1600						■
		POIVRON (kg)	1200	1500	600	1700	2000	1700	■
		CONCOMBRE (kg)	450	500	350	350	700	300	■
		COURGETTE (kg)	350	400	350	500	300	300	■
		HARICOT VERT (kg)	1200	1000	1500	1600	1000	1300	■
	CHOU (kg)	450	400	350	600	400	350	■	
	NAVET (kg)	800	1000	500	600	1000	1000	■	
	GOMBO (kg)	900	1000	1000	500	900	1300	▼	
	CAROTTE (kg)	1100	1200	1500	2000	1500	1500	■	
	PATE ARACHIDE (400 g.)	1000						■	
	PATE PISTACHE(400 g.)	2000						■	
	PATE DANACARDE(500 g.)	2000						■	
	GRAINE DE PALME (kg)	250	250	200	300	150	300	■	
	GOMBO SEC EN POWDRE (400g.)	700		500	500	700		■	
	PATATE DOUCE (kg)	300	400	500	500	400	250	■	
	VOS PROTEINES	VIANDE DE BŒUF SANS OS (kg)	3000	3000	3000	3200	3000	2500	■
		VIANDE DE BŒUF AVEC OS (kg)	2800	2600	2500	2500	2500	2000	■
		DINDE (kg)	5000						■
		LAPINS (kg)	5000						■
		PINTADÉ (kg)	5500						■
		POULET DE CHAIR (kg)	2000	2100	2200	2200	2200	2000	■
		PATTES DE POULETS (kg)	1200						■
		PONDEUSES (kg)	2700		2700	2700	4000		■
		POISSON SOSSO IMPORTE (kg)	2500						■
		POISSON MAGNE FRAIS MOYEN (4 unités)	250						■
POISSON MAGNE SEC MOYEN(4 unités)		500						■	
POISSON CHINCHARD IMPORTE (kg)		1800						■	
POISSON CARPE IMPORTE (kg)		2000						■	
POISSON CARPE AQUACULTURE (kg)		3250						■	
POISSON THON (kg)		850						■	
POISSON MAQUEREAU IMPORTE (kg)		1500						■	
POISSON MACHOIRON IMPORTE (kg)		1750						■	
VIANDE DE MOUTON (kg)		4300		4000	4000	5000		■	
KPLO (unité moyen)		500			500			■	
ESCARGOT (LOT DE 4 MOYENS)		1500						■	
VIANDE DE PORC (kg)	2000			1200			■		
COTE DE PORC (kg)	1100			1200	1200		■		
PATTE DE PORC (kg)	900			1200	1200		■		
PATTE DE BŒUF (kg)	1200			2500			■		
PRODUIT FRAIS	FRUIT	ANANAS (kg)	350	500	500	500	300	500	■
		CITRON (kg)	400	500	875	450	875	800	■
		ORANGE (kg)	350	200	250	125	250	300	■
		NOIX DE COCO (pièce taille moyenne)	150						■
		BANANE DESSERT (kg)	400	400	350	350	400	400	▲
	PAPAYE (kg)	380	400	300	250	100	500	▼	
	MANGUE (kg)				500			■	
	RIZ LOCAL WITA 9 (kg)	500	500	500	600	450	400	■	
	RIZ LOCAL DANANE (kg)	600						■	
	MAIS (kg)	500						■	
	SOJA (kg)	800						■	
	FARINE DE SOJA (kg)	900						■	
	MAIS DECORTIQUE (kg)	350						■	
	MAIS POWDRE - KABATO (kg)	500						■	
	PISTACHE (kg)	2250						■	
ARACHIDE DECORTIQUES (kg)	800	900	1000	1000		650	■		
MIL (KG)	550	500	600	400			■		
FARINE DE MIL (kg)	500						■		
AMANDE DE CAJOU (100 gr.)	1000						■		
SORGHO (kg)	700						■		
SESAME (kg)	1500						■		
NIEBE (kg)	700						■		
FONIO (kg)	1500						■		
DIVERS	SUCRE ROUX (kg)							■	
	SUCRE BLANC (kg)							■	
	LAIT LIQUIDE (L)							■	
	GINGEMBRE (kg)	450						■	
	FEUILLE DE BISSAP (kg)	3000						■	
TOMI (kg)	1000						■		

LA NOIX DE COCO, FRAICHEUR ET VITALITE

Râpée, en copeaux, en lait ou encore en crème, la noix de coco peut s'incorporer aussi bien dans les plats sucrés que salés. Délicieuse et charnue, la noix de coco est un fruit prisé pour ses vertus gustatives mais également cosmétiques et thérapeutiques. Petit tour d'horizon des vertus de la noix de coco.

Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

BONNE PENDANT LA GROSSESSE

La consommation de noix de coco est conseillée aux femmes lors de leur grossesse. En effet, la pulpe, l'eau et le lait de coco sont riches en nutriments et vitamines. Des éléments qui sont bénéfiques au développement du fœtus et pour la santé de la mère. La noix de coco permet également d'apaiser les aigreurs d'estomac et les nausées des premières semaines. Enfin, le lait ou l'eau de coco permet d'éviter les gonflements des chevilles fréquents chez les femmes enceintes.

BONNE POUR LA PEAU

L'acide laurique que contient l'huile de coco agit comme antibactérien pour la peau et peut donc apaiser des plaies superficielles. L'huile de coco aiderait même à prévenir et atténuer les rides du visage.



CONTRE LES MALADIES CARDIO- VASCULAIRES

Si elle est riche en oligo-éléments comme le manganèse, le fer, le phosphore ou le cuivre, la noix de coco possède également une forte teneur en potassium (environ 350 g pour 100 g de chair) et de magnésium ce qui en fait un formidable allié pour combattre la tension artérielle et les risques cardiovasculaires.



CONTRE LA DESHYDRATATION

Hydratante et riche en sels minéraux et oligoéléments, l'eau de coco évite la déshydratation. Le fait qu'elle soit reminéralisante permet d'améliorer la fonction cardiaque, d'aider à la tonicité musculaire et de diminuer le risque de crampes musculaires. De façon générale, en consommer après une longue journée ou lorsqu'il fait chaud, l'eau de coco permet au corps, aux muscles, au cœur et au cerveau de gagner de l'énergie.



Saisonnalité

La noix de coco a la particularité de pousser quasiment toute l'année.

Zone de production

Zones côtières du sud-ouest (San-Pedro, Sassandra, Tabou, Fresco, Grand -Lahou, Jacqueline).

Zone côtières du sud-est (Assinie, Grand -Bassam).



BOITES ÉCONOMIQUES

400 G
1800 F*



400 G
2000 F*



LAIT
ENTIER 28%

* PRIX MAXIMUM CONSEILLÉ

LAITY, LE MAXIMUM D'ÉNERGIE





Dossier de la Semaine

ASSOCIATIONS DE CONSOMMATEURS : QUELLE IMPORTANCE ?

Toujours dans la lignée de la Journée Mondiale des Droits des Consommateurs (JMDC) et pour clôturer la thématique, LE DOSSIER DE LA SEMAINE vous présente les missions et les modes d'intervention des associations de consommateurs. En Côte d'Ivoire, les associations de consommateurs sont réparties en deux grandes catégories : les organisations généralistes et les associations spécialisées. Quels sont leurs champs d'action ? Comment bénéficier de leur appui ? Eléments de réponse.



Le rôle des associations de consommateurs est crucial dans le monde économique. Elles permettent d'équilibrer les forces entre ceux qui vendent et ceux qui achètent.

PROTECTION ET INFORMATION

Une des premières missions des associations de consommateurs est d'informer les consommateurs. Elles proposent de nombreux supports pour que les consommateurs soient avertis, et ainsi éviter toute forme de litige. Si, malheureusement, la situation devient conflictuelle, l'association de consommateurs accompagne les individus sur leur parcours pour obtenir justice et leur permettre d'aller au bout de la démarche. La défense des intérêts, c'est la deuxième grande mission des associations de consommateurs.



DEFENSE DES INTERETS

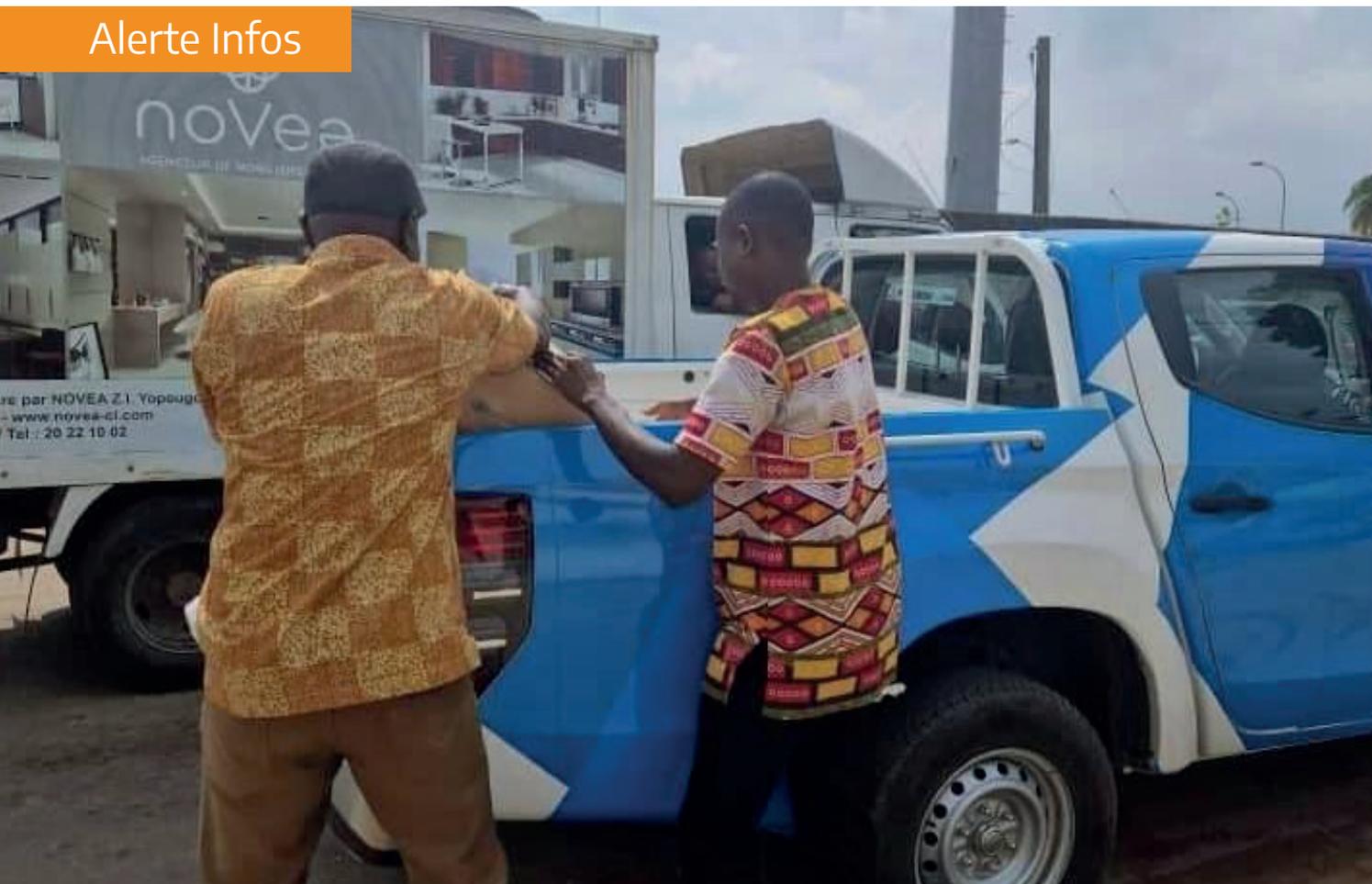
Vous avez acheté un produit et vous vous estimez trompé par l'entreprise qui vous l'a vendu ? N'hésitez pas à faire appel à une association de consommateurs. Les associations de consommateurs peuvent activer de nombreux leviers afin de protéger vos intérêts en matière de consommation. Chargées de la défense de vos intérêts, elles sont là pour vous aider. Elles aident à régler les litiges de la vie quotidienne, soit à l'amiable

soit par l'action en justice. Les associations de consommateurs peuvent également mener pour vous une action en justice ou vous soutenir dans le cas où vous avez déjà entamé une procédure. La force du groupe, c'est en cela que les associations de consommateurs sont importantes. Si vous rencontrez un quelconque problème, n'hésitez donc pas à les consulter avant de penser à prendre un avocat. Un individu seul peut difficilement faire le poids face à une entreprise.

DEVENIR MEMBRE

Comme toute association, une grande partie du travail est fournie par des bénévoles. Les finances sont fournies par les adhérents qui paient des cotisations. Cela leur permet de se déployer au niveau national et local. Sous réserve que vous vous acquittiez des droits d'adhésion, l'association de consommateurs va prendre en charge votre dossier. Cette cotisation représente un budget minime en comparaison des services d'un cabinet d'avocat. Disponibles par téléphone, courriel, ou dans leurs locaux, les associations de consommateurs répondent toujours présent à ceux qui demandent des informations préalables à toute action.





PLAFONNEMENT DES PRIX : DES MARCHANDISES SAISIES POUR NON-RESPECT DE LA MESURE

Dans le cadre de la lutte contre la vie chère et du respect des prix arrêtés par le Gouvernement, la Brigade de Contrôle Rapide (BCR) du Ministère du Commerce, de l'Industrie et de la Promotion des PME a procédé à des saisies de marchandises dans des commerces pour non-respect des prix plafonnés.

Des contrôles inopinés dans des grandes surfaces et superettes de quartiers ont été effectués le jeudi 23 mars 2023, dans la commune de Cocody, par des agents contrôleurs de la Brigade de contrôle Rapide du Ministère du Commerce, de l'Industrie et de la Promotion des PME. Cette descente qui fait suite à des dénonciations anonymes portant sur le non-respect des prix plafonnés touchant certains produits de grande consommation, s'est soldée par la saisie de plusieurs

produits, notamment des sacs de riz, des bouteilles d'huile de table, des cartons de sucre, des boîtes de tomate concentrée, des pâtes alimentaires etc.

De même, la présence des collaborateurs du Ministre Souleymane Diarrassouba a permis de constater que les prix de certains produits n'étaient pas affichés dans plusieurs commerces visités. Ce qui constitue une infraction au regard de la loi.

COMITE LOCAL DE BOUAFLE

Sous la présidence du Préfet du département de Sinfra, représentent le préfet de région de Bouaflé, président du comité local de lutte contre la vie chère de la région de la Marahoué, s'est tenue une reunion avec les acteurs du secteur de la boulangerie (boulangers et livreurs).



L'objet de la réunion était de trouver une solution à la mésentente entre ces acteurs qui a débouché sur un arrêt de travail.



Autermedesdiscussions, le Prefet de Sinfra a invité les parties prenantes à l'apaisement et à la reprise du travail.





Astuce de la Semaine

ELIMINER L'HUMIDITE DANS SA MAISON

Ce n'est pas agréable de vivre dans une maison humide et c'est d'autant plus inconfortable lorsque l'humidité s'imprègne dans les affaires personnelles tels que les vêtements, les meubles en tissu ou encore les murs. L'excès d'humidité s'accumule, provoquant à la fois des bactéries et une odeur de moisissure difficile à éliminer. Comment venir à bout de l'humidité ? Une technique simple et efficace à découvrir.

MODE D'EMPLOI

- Procurez-vous du riz ainsi que des sacs en plastiques de type sac de congélation.
- Versez du riz dans les sacs en plastique en remplissant chaque sac au $\frac{3}{4}$.
- Laissez chaque sac en plastique ouvert et placez-les dans les zones de la maison qui accumulent l'humidité.
- Le riz absorbera et emprisonnera l'excès d'humidité dans l'air, tandis que le sac plastique empêchera l'humidité emprisonnée de s'échapper. A renouveler environ toutes les une à deux semaines en fonction du taux d'humidité.

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
COMMERCIAL

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 KABLANTCHI

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**