



Dossier de la Semaine

NOËL : QUELS CADEAUX POUR QUELS ENFANTS

Les fêtes de fin d'année approchent, et avec elles, le moment tant attendu de trouver le cadeau parfait pour chaque enfant. Cette année, pourquoi ne pas saisir l'occasion pour privilégier des cadeaux Made in Côte d'Ivoire ?

C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES MARCHÉS DE LA SEMAINE

PRODUIT DE SAISON

LA POMME DE TERRE, LE FÉCULENT PHARE DU MOMENT

ASTUCE DE LA SEMAINE

COMMENT REDONNER DE L'ÉCLAT À VOS CARREAUX ?



SCANNEZ POUR ACCÉDER AUX NUMÉROS PRÉCÉDENTS !



Les fêtes de fin d'année approchent, et avec elles, le moment tant attendu de trouver le cadeau parfait pour chaque enfant. Cette année, pourquoi ne pas saisir l'occasion pour privilégier des cadeaux Made in Côte d'Ivoire ? Que vous cherchiez à stimuler la créativité, encourager l'apprentissage ou simplement offrir un moment de plaisir, découvrez nos suggestions de cadeaux locaux dans notre DOSSIER DE LA SEMAINE.

Cuisinées et sublimes dans de nombreuses recettes, les pommes de terre sont populaires auprès des grands comme des petits. Et ce n'est pas pour rien car ce savoureux tubercule en plus d'être bon est également très nutritif. A la découverte de tous les bienfaits et vertus de la pomme de terre dans le PRODUIT DE SAISON.

Cuisine, salle de bain ou encore salon, les carreaux sont partout dans les maisons. Mais avec le temps, ils peuvent perdre leur éclat, accumulant saleté, résidus de

savon et autres impuretés. Heureusement, il existe deux astuces simples et efficaces pour leur redonner toute leur brillance. A retrouver dans L'ASTUCE DE LA SEMAINE.

Pour terminer sur un sourire, rendez-vous dans la 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.

ÉCHO 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

PRODUIT	COÛTS MOYENS FR/KG						TENDANCE DES PRIX			
	ABIDJAN	SAN PEDRO	BOUAKÉ	YAMOISSOUKRO	MAN	KORHOGO				
PRODUIT VIVRIERS	PRODUIT DE SAISON	PATATE DOUCE (kg)	400	400	700	1000	300	300	▼	
		BANANE PLANTAIN (kg)	350	500	500	500	300	500	■	
		IGNAME KPONAN LOCAL (kg)	500	650	600	700	500	600	■	
		KLEGLE (kg)				700			■	
		ASSAWA (kg)				Manque			▲	
		PATE DE PLACALI (kg)							■	
		OIGNON BLANC (kg)	700	600	700	600	500	700	■	
		GRAINE DE PALME (kg)	350	300	350	200	250	300	■	
		POIVRON (kg)	1200	1500	1000	1500	1500	1500	■	
		CHOU (kg)	400	400	450	1500	400	600	▼	
		TOMATE TYPE SALADE (kg)	600	600	600	300	700	600	▼	
		HARICOT VERT (kg)	1200	700	1500	1600	1300	1500	▼	
		AUBERGINE N'DROWA (kg)	450	500	800	500	400	500	■	
		PIMENT FRAIS (kg)	1500	800	900	500	500	1300	▼	
		GOMBO (kg)	900	800	1000	500	450	700	■	
		CAROTTE (kg)	1000	1000	900	2000	1000	1000	■	
		CONCOMBRE (kg)	350	500	350	600	500	500	■	
		COURGETTE (kg)	350	400	400	500	400	400	■	
		AUTRES PRODUITS POUR UNE BONNE NUTRITION	NAVET (kg)	800	900	400	600	1000	1000	■
			MANIOC (kg)	400	350	300	300	250	400	■
POMME DE TERRE (kg)	800		900	900	1000	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			■		
VOS PROTÉINES	VIANDE DE BŒUF SANS OS (kg)		3000		3000	3200			■	
	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			■			
FRUIT	ANANAS (kg)	400		700	700	700	500	■		
	CITRON (kg)	400		600	700	720	900	■		
	AVOCAT (kg)	700		700	800	500	500	■		
	NOIX DE COCO (pièce taille moyenne)	150						■		
	BANANE DESSERT (kg)	350		300	350	350	400	■		
	PAPAYE (kg)	350		200	400	300	500	■		
	ORANGE (kg)	300		350	200	300	300	■		
	PASTEQUE (kg)							■		
	CÉRÉALES ET LÉGUMINEUSES	RIZ LOCAL WITA 9 (kg)	500		500				■	
		RIZ LOCAL DANANE (kg)	650		600				■	
FARINE DE SOJA (kg)		800						■		
FARINE DE MAIS (kg)		500						■		
FARINE DE SORGHO (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)								■		
PATE D'ARACHIDE (kg)								■		
SESAME (kg)								■		
NIEBE (kg)								■		
FONIO PRECUI (kg)								■		
DIVERS		SUCRE ROUX (kg)			1000	1000			■	
	SUCRE BLANC (kg)							■		
	LAIT LIQUIDE (L)							■		
	GINGEMBRE (kg)			300	700			■		
	FEUILLE DE BISSAP (kg)							■		
TOMI (kg)							■			

LA POMME DE TERRE, LE FÉCULENT PHARE DU MOMENT

Cuisinées et sublimes dans de nombreuses recettes, les pommes de terre sont populaires auprès des grands comme des petits. Et ce n'est pas pour rien, car ce savoureux tubercule, en plus d'être bon, est également très nutritif. A la découverte de tous les bienfaits et vertus de la pomme de terre.

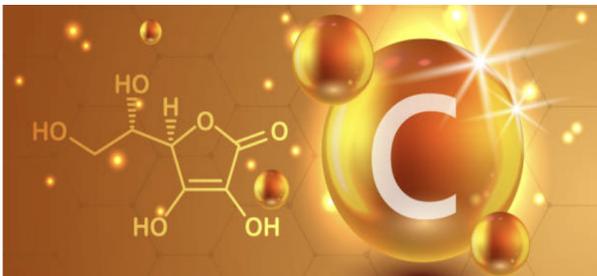
Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

BONNE SOURCE D'ÉNERGIE

La pomme de terre contient beaucoup d'amidon, qui est un glucide complexe. Les glucides sont l'une des trois grandes familles de macronutriments essentiels à l'organisme. Ils sont la principale source d'énergie du corps humain.

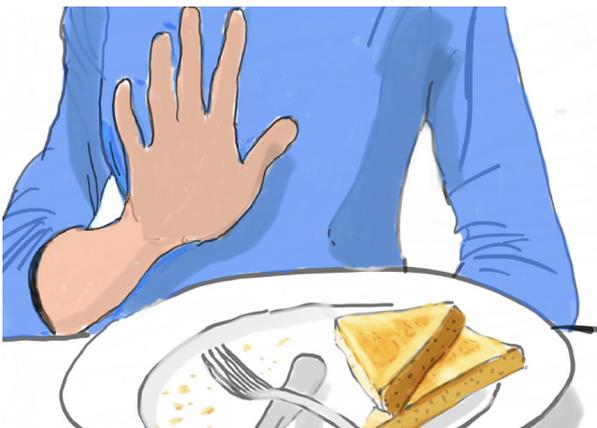
RICHE EN VITAMINE C

La pomme de terre est l'un des féculents contenant le plus de vitamine C. La vitamine C intervient dans plusieurs fonctions du corps humain, notamment l'assimilation du fer, la défense contre les infections virales et bactériennes et la protection de la paroi des vaisseaux sanguins. La vitamine C a aussi une action antioxydante.



FAVORISER LA SATIÉTÉ

Grâce à leur richesse en amidon résistant, les pommes de terre aident à se sentir rassasié plus longtemps, ce qui peut être bénéfique pour les personnes qui souhaitent perdre du poids.



BON POUR LES MUSCLES

Grâce à leur teneur en protéines végétales et en vitamines B6, les pommes de terre contribuent à la régénération musculaire, ce qui en fait un aliment de choix pour les sportifs.



Saisonnalité

Avril à décembre.

Zone de production

Essentiellement importée (Europe, Chine).

laity
Instantané

LAITY
BIEN PLUS
QUE DU LAIT



LAITY, LE MAXIMUM D'ÉNERGIE !



*Les pâtes maman,
un vrai régal !*



Maman, c'est toi qu'on préfère





Dossier de la Semaine

NOËL : QUELS CADEAUX POUR QUELS ENFANTS

Les fêtes de fin d'année approchent, et avec elles, le moment tant attendu de trouver le cadeau parfait pour chaque enfant. Cette année, pourquoi ne pas saisir l'occasion pour privilégier des cadeaux Made in Côte d'Ivoire ? Que vous cherchiez à stimuler la créativité, encourager l'apprentissage ou simplement offrir un moment de plaisir, découvrez nos suggestions de cadeaux locaux.



Le choix du cadeau dépend souvent des intérêts, de l'âge et des besoins de l'enfant. Et quoi de mieux que de lui offrir un produit fabriqué localement ?

POUR LES TOUT-PETITS (1-3 ANS)

À cet âge, les tout-petits commencent à explorer leur environnement et à affiner leurs compétences motrices de base. Les cadeaux qui favorisent leur motricité fine et leur imagination sont idéaux. Les blocs de construction, en bois ou en plastique, sont parfaits pour stimuler la coordination de leurs petites mains et leurs doigts. Ces jeux permettent aux enfants de réaliser des constructions simples tout en affinant leur précision motrice. De même, les poupées et peluches, douces et câlines, restent des compagnons incontournables. Ces jouets aident les enfants à développer des jeux symboliques et imaginatifs, tout en renforçant leur lien affectif et leur compréhension du monde qui les entoure. Enfin, les livres de coloriage d'auteurs ivoiriens, avec des dessins à personnaliser, sont idéaux pour stimuler la créativité des plus jeunes.



POUR LES ENFANTS DE 3 À 5 ANS

À cet âge, les enfants développent leurs compétences sociales et intellectuelles. Les jeux de société simples sont parfaits pour leur apprendre à jouer en groupe, à partager et à coopérer. Ainsi, les kits de bricolage, comprenant pâte à modeler, crayons et pinceaux, permettent aux enfants de laisser libre cours à leur imagination. Ces activités créatives améliorent leur motricité tout en explorant de nouvelles textures et couleurs. Par ailleurs, les livres illustrés, remplis d'histoires captivantes et d'images colorées, sont parfaits pour éveiller le goût de la lecture. Ces récits stimulent leur imagination et ouvrent des portes vers de nouveaux univers.

POUR LES ENFANTS D'ÂGE SCOLAIRE (6-12 ANS)

À cette étape, les enfants deviennent plus indépendants et cherchent des défis qui stimulent leur esprit. Les puzzles sont des cadeaux parfaits pour développer leur logique et leur concentration. Selon l'âge et les compétences, des puzzles de plus en plus complexes les aident à renforcer leur réflexion et leur patience. Les jeux de construction restent également un grand classique. Ces jeux permettent aux enfants de créer des structures et des objets, tout en favorisant leur développement intellectuel et leur créativité. Et pour les enfants curieux, les jeux éducatifs et les livres axés sur les mathématiques, les sciences ou les découvertes sont idéaux pour apprendre en s'amusant. Ces cadeaux motivent les enfants tout en leur offrant des opportunités d'apprentissage pratiques et ludiques.

POUR LES ADOLESCENTS (13 ANS ET PLUS)

Les adolescents recherchent des cadeaux en phase avec leurs passions et leur besoin d'indépendance. Les écouteurs ou casques audio sont des incontournables pour les mélomanes et les joueurs. Que ce soit pour écouter de la musique ou jouer à des jeux vidéo, ces accessoires leur offrent confort et qualité sonore. Les vélos, parfaits pour les jeunes entre 6 et 12 ans, restent un cadeau populaire. Les adolescents apprécient la liberté qu'offre le vélo, que ce soit pour des balades ou des moments de détente entre amis. Il en est de même pour les livres, souvent liés à leurs intérêts personnels, sont également des cadeaux parfaits pour les jeunes lecteurs. Ces livres permettent de s'évader et de développer l'imagination, tout en affinant leurs compétences en lecture.



Cette année, pourquoi ne pas offrir un cadeau qui allie à la fois plaisir et responsabilité, en choisissant des produits locaux ? Vous ferez non seulement plaisir aux enfants, mais vous soutiendrez également les entreprises et artisans ivoiriens.



VENTE DE VOLAILLES ET DE POISSONS : LE GOUVERNEMENT RAPPELLE LES RESTRICTIONS EN CÔTE D'IVOIRE

Le Ministère des Ressources Animales et Halieutiques (MIRAH) rappelle que la vente de volailles vivantes et de produits de pêche est strictement réglementée en Côte d'Ivoire.

Selon cette réglementation, basée sur le Code de la Santé Publique Vétérinaire, tout vendeur de volailles ou de poissons doit obligatoirement déclarer son activité et exercer uniquement dans les marchés conventionnels ou les points de vente autorisés par les autorités compétentes.

Toute personne ou structure ne

respectant pas ces nouvelles dispositions s'expose à des sanctions. Les services du MIRAH sont habilités à procéder à la saisie systématique de toutes les volailles et produits de pêche vendus illégalement, c'est-à-dire en dehors des lieux autorisés.

Selon les autorités, ces mesures s'inscrivent dans une volonté de garantir la sécurité sanitaire et alimentaire de la population. En limitant la vente de ces produits à des lieux contrôlés, les autorités espèrent mieux lutter contre la propagation de maladies et assurer la qualité des produits consommés.



Astuce de la Semaine

COMMENT REDONNER DE L'ÉCLAT À VOS CARREAUX ?

Cuisine, salle de bain ou encore salon, les carreaux sont partout dans les maisons. Mais avec le temps, ils peuvent perdre leur éclat, accumulant saleté, résidus de savon et autres impuretés. Heureusement, il existe deux astuces simples et efficaces pour leur redonner toute leur brillance.

MODE D'EMPLOI

Astuce 1 : Manger du pain

Vinaigre blanc + bicarbonate de soude : Mélangez une demi-tasse de vinaigre blanc avec une demi-tasse de bicarbonate de soude dans un seau d'eau chaude. Le mélange va mousser, appliquer la mousse sur les carreaux environ 10 à 15 minutes, ensuite frotter et rincer.

Astuce 2 : Utiliser le vinaigre

Jus de citron + bicarbonate de soude : Mélanger les deux solutions pour avoir une pâte épaisse, puis appliquez la pâte sur les carreaux à l'aide d'une éponge ou d'une brosse, laissez agir 10 à 15 minutes, ensuite frotter et rincer.

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 : 2 plateaux carrefour las palmas

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 Créatif

Editeur :

MINISTÈRE DU COMMERCE, ET DE
L'INDUSTRIE

Rédacteur en chef :

Secrétariat Exécutif du CNLVC

Rédaction : **COM'ON :**

Oumar NDAO

Mathilde Oulai

Regie : **COMON**

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

Email : **commercial@comon.ci**

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

Production et Distribution : **COM'ON**