



N°113 Semaine du 19 mai au 26 mai 2025

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

Dossier de la Semaine

COURS DE VACANCES, ATELIERS CULTURELS, SOUTIEN SCOLAIRE : DES SOLUTIONS POUR GARDER LES ÉLÈVES MOTIVÉS

Comment occuper intelligemment ces semaines de congés pour maintenir la motivation et consolider les acquis ?

C'EST COMBIEN ? LES COÛTS MOYENS DES MARCHÉS DE LA SEMAINE	PRODUIT DE SAISON LE LAURIER, UNE FEUILLE AROMATIQUE AUX VERTUS INSOUPÇONNÉES	ASTUCE DE LA SEMAINE COMMENT RETIRER LA TÂCHE DE VERNIS SUR UN TISSU
--	---	--



SCANNEZ POUR ACCÉDER AUX NUMÉROS PRÉCÉDENTS !

EDITORIAL



Les grandes vacances ont déjà commencé pour la plupart des élèves. Cette période rime avec repos et détente pour les écoliers. Toutefois, cette longue période sans apprentissage peut entraîner un désintérêt progressif pour l'école, voire un décrochage scolaire, notamment chez les enfants en difficulté. Alors, comment occuper intelligemment ces semaines de congés pour maintenir la motivation et consolider les acquis ? Tour d'horizon des solutions dans **LE DOSSIER DE LA SEMAINE**.

Le laurier est un arôme qui fait partie du fameux bouquet garni que l'on retrouve dans plusieurs plats en sauce partout dans le monde. A la fois herbe aromatique et plante médicinale aux multiples bienfaits. Cet allié santé polyvalent est notre **PRODUIT DE SAISON**.

Un geste maladroit, un flacon renversé ou un ongle fraîchement verni qui frôle un vêtement, et c'est la catastrophe : une tache de vernis à ongles ! Heureusement,

il est possible de rattraper le coup. Voici, dans **L'ASTUCE DE LA SEMAINE**, les étapes à suivre pour éliminer efficacement une tache de vernis à ongles sur du tissu, sans l'abîmer.

Sans oublier la rubrique **C'EST COMBIEN ?** Qui vous livre les tendances du marché des produits de grande consommation. Du vivier 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 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	BOKAKÉ	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						■
KPL0 (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 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)				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)							

Produit de Saison

LE LAURIER, UNE FEUILLE AROMATIQUE AUX VERTUS INSOUPÇONNÉES

Le laurier est un aromate qui fait partie du fameux bouquet garni que l'on retrouve dans plusieurs plats en sauce partout dans le monde. A la fois herbe aromatique et plante médicinale aux multiples bienfaits. Zoom sur cet allié santé polyvalent.



Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

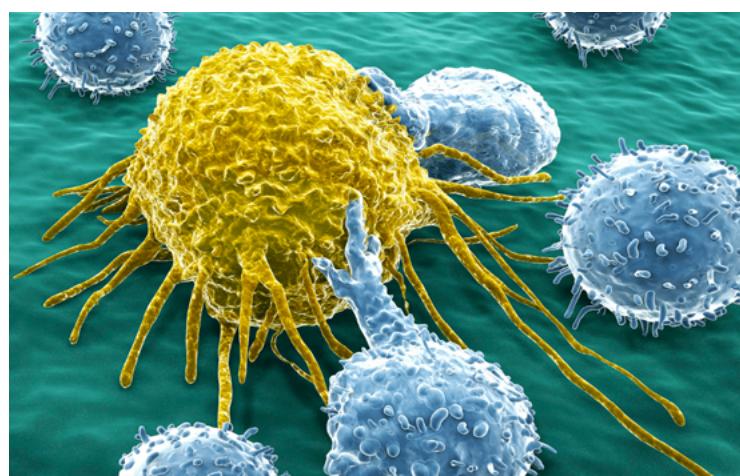
BON POUR LA RESPIRATION

Les herboristes conseillent fréquemment le laurier car c'est un expectorant qui aide à se débarrasser des rhumes et des bronchites. L'inhalation de vapeurs provenant des feuilles de laurier peut aider à dégager les voies respiratoires et à soulager la congestion nasale, la toux et les maux de gorge. De plus, les propriétés antibactériennes du laurier peuvent contribuer à combattre les infections respiratoires.



PRÉVIENT LES TUMEURS

L'huile essentielle de laurier et certaines de ses substances actives ont une activité antioxydante et anticancéreuse, empêchant la croissance des cellules tumorales.



SOULAGE LA DOULEUR

Le laurier possède des propriétés anti-inflammatoires qui aident à soulager les douleurs rhumatismales et les inflammations ostéo-articulaires, l'arthrite, les entorses et les contusions.



Saisonnalité

Disponible quasiment toute l'année.

Zone de production

Abidjan (notamment Anyama, Bingerville), Alépé, Dabou, Grand-Bassam, Aboisso et Adzopé, Bouaké et Yamoussoukro



SACHETS 1 DOSE



* PRIX MAXIMUM CONSEILLÉ

LAITY, LE MAXIMUM D'ÉNERGIE





Dossier de la Semaine

COURS DE VACANCES, ATELIERS CULTURELS, SOUTIEN SCOLAIRE : DES SOLUTIONS POUR GARDER LES ÉLÈVES MOTIVÉS

Les grandes vacances ont déjà commencé pour la plupart des élèves. Cette période rime avec repos et détente pour les écoliers. Toutefois, cette longue période sans apprentissage peut entraîner un désintérêt progressif pour l'école, voire un décrochage scolaire, notamment chez les enfants en difficulté. Alors, comment occuper intelligemment ces semaines de congés pour maintenir la motivation et consolider les acquis ? Tour d'horizon.



LES COURS DE VACANCES : UN CLASSIQUE TOUJOURS EFFICACE

Les cours de vacances restent une option privilégiée pour bon nombre de parents soucieux de maintenir le niveau scolaire de leurs enfants. Organisés par certaines écoles ou des associations, ces cours permettent de revoir les fondamentaux dans une ambiance plus détendue qu'en période scolaire.



UN SOUTIEN SCOLAIRE PERSONNALISÉ

Pour les élèves qui ont accumulé du retard ou des lacunes, un accompagnement individualisé peut être utile. Des enseignants ou étudiants proposent des séances à domicile ou en ligne, adaptées au rythme de chaque enfant. Ce suivi personnalisé est particulièrement recommandé pour les enfants en situation de décrochage ou à besoins particuliers.

LES ATELIERS CULTURELS ET ARTISTIQUES

Théâtre, musique, arts plastiques, danse, lecture... Ces activités permettent de stimuler la curiosité et la créativité des enfants tout en renforçant des compétences utiles à l'école comme la concentration, l'expression orale ou la confiance en soi. De nombreuses structures culturelles organisent des stages pendant les vacances.



Les vacances sont une opportunité précieuse pour réconcilier les enfants avec le plaisir d'apprendre, à condition de choisir les bons outils. Entre renforcement scolaire, activités culturelles et autres, de nombreuses options s'offrent aux familles pour transformer les vacances en tremplin vers la réussite.



TABASKI 2025 : L'INTERPROFESSION DES PETITS RUMINANTS REDOUBLE D'EFFORTS POUR UN APPROVISIONNEMENT EN PETITS RUMINANTS

Alors que la Tabaski approche à grands pas, l'Interprofession des Petits Ruminants (INTERPRU) se distingue par sa détermination à assurer un approvisionnement fluide, sécurisé et abordable du marché ivoirien en moutons. À travers notamment une série de concertations stratégiques avec les acteurs clés de la filière à Noé, ville frontalière avec le Ghana.

En effet, le 13 mai dernier, INTERPRU a organisé une importante réunion à Noé en présence des autorités administratives, des représentants syndicaux des transitaires, des douaniers et des forces de sécurité. Cette séance de travail a permis de faire un état des lieux du transit des petits ruminants, d'identifier les éventuelles contraintes et de mettre en place des solutions concrètes.

Soucieuse d'apporter un appui de proximité, INTERPRU a installé des bureaux à Noé. Ces structures ont pour

mission de faciliter les démarches des opérateurs de la filière, d'assister les transitaires et de fluidifier les opérations de passage aux frontières.



Astuce de la Semaine



COMMENT RETIRER LA TÂCHE DE VERNIS SUR UN TISSU

Un geste maladroit, un flacon renversé ou un ongle fraîchement verni qui frôle un vêtement, et c'est la catastrophe : une tache de vernis à ongles ! Heureusement, il est possible de rattraper le coup. Voici les étapes à suivre pour éliminer efficacement une tache de vernis à ongles sur du tissu, sans l'abîmer.

1. Placez un papier absorbant ou un chiffon propre sous le tissu où se trouve la tâche.
2. Tamponnez doucement la tâche avec le coton imbibé de dissolvant sans acétone ou d'alcool à 90°. Changez de coton dès qu'il est taché, pour ne pas redéposer le vernis
3. Après avoir retiré le maximum de vernis, rincez à l'eau froide ; appliquez ensuite un peu de savon ou de lessive liquide sur la zone et frottez légèrement.

Humour de la Semaine





Infoline Sécrétariat 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 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

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

Production et Distribution : **COM'ON**