



COM'ON
Échange d'opinion

Dossier de la Semaine

CONTRÔLE CITOYEN : L'APPLICATION QUI PERMET DE DÉFENDRE SON POUVOIR D'ACHAT

Cet outil existe désormais : il s'agit de l'application « Contrôle citoyen ».

C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES MARCHÉS DE LA SEMAINE

PRODUIT DE SAISON

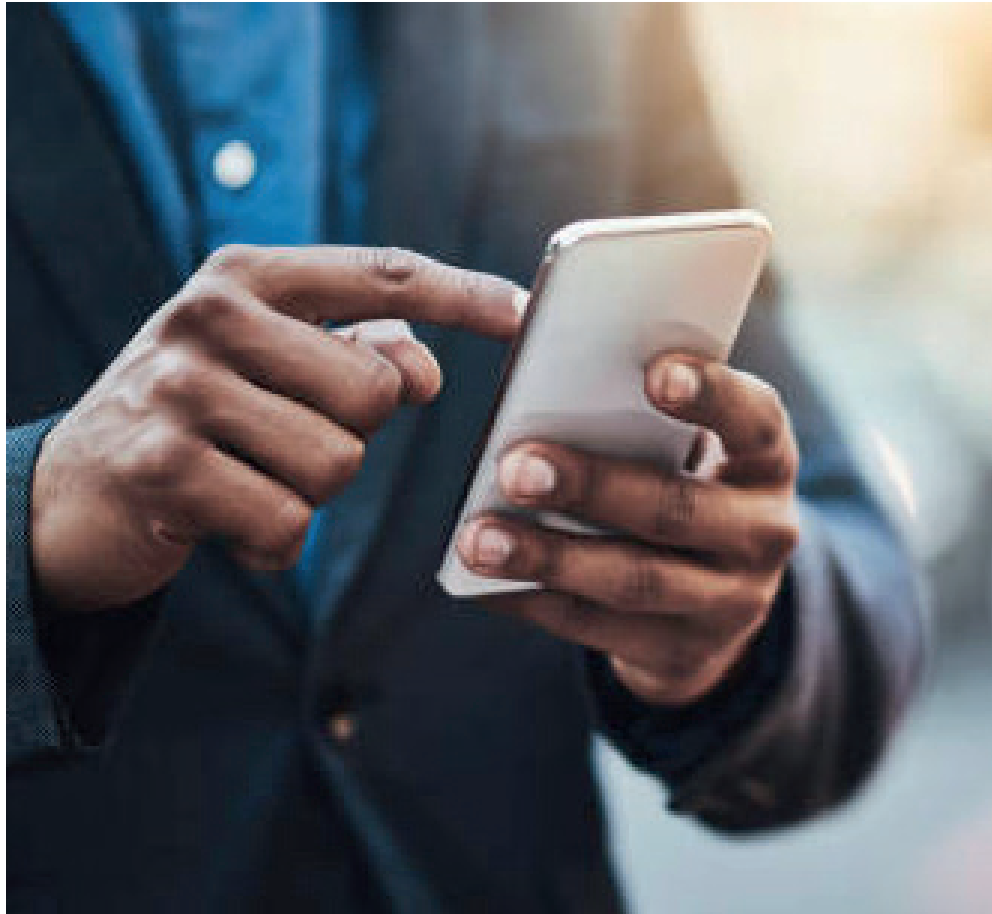
LES BIENFAITS DE LA PAPAYE

ASTUCE DE LA SEMAINE

COMMENT RETIRER LE SURPLUS DE GRAISSE DANS UN PLAT ?



SCANNEZ POUR ACCÉDER AUX NUMÉROS PRÉCÉDENTS !



Imaginez un outil qui vous permet de vérifier les prix homologués par le gouvernement, de signaler le non-respect desdits prix, ou encore le non-affichage des prix ! Et même de signaler les commerçants qui ont dans leurs rayons des denrées avariées ou périmées. Et surtout qui permet le déploiement immédiat sur le terrain d'une équipe de contrôleurs. Cet outil existe désormais : il s'agit de l'application mobile « Contrôle citoyen ». Découverte dans LE DOSSIER DE LA SEMAINE.

La papaye, ce fruit à la chair savoureuse est actuellement visible sur la plupart des étals de marché. Mais savez-vous que les graines de papaye sont tout aussi bienfaites pour notre organisme ? Zoom sur les bienfaits des graines de papaye dans la rubrique LE PRODUIT DE SAISON.

Vous avez concocté un magnifique et délicieux repas, mais vous remarquez que la sauce est bonne, mais trop grasse ? Vous avez certainement eu la main un peu lourde avec l'huile ou encore vos ingrédients regorgent de trop de gras. Pour vous débarrasser du surplus de gras de votre plat, découvrez une astuce

rapide et efficace dans la rubrique 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. Découvrez désormais chaque semaine leurs activités dans la rubrique LES COMITES LOCAUX EN ACTION. Cette semaine, nous vous présentons les activités du Comité local du TONKPI

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 "KPNON GHANA" (kg)	600		500	500			
		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	700	700	700	650	■
		AVOCAT (kg)	300	400	400	500	500	500	■
		HUILE ROUGE (L)	1500				1300		■
		OIGNON VIOLET - NIGER-BF (kg)	500	500	350	500	350	500	■
		CONCOMBRE (kg)	350	400	350	300	500	300	■
		COURGETTE (kg)	350	400	350	500	300	300	▲
		CHOU (kg)	550	500	400	600	800	500	▲
		LE SAISONNIER INDISPENSABLES POUR VOS REPAS	NAVET (kg)	1000	1000	600	600	1000	1000
BANANE PLANTAIN (kg)	400		400	250	500	300	350	▲	
OIGNON BLANC (kg)	900		950	800	800	800	900	▲	
TOMATE TYPE SALADE (kg)	1500		1500	900	1000	1800	1400	▲	
PIMENT FRAIS (kg)	1400		1300	1000	1000	800	1000	▲	
AUBERGINE NDROWA (kg)	1000		900	800	500	600	800	▲	
GNANGNAN (kg)	1600							■	
GOMBO (kg)	1000		800	1000	500	500	800	▲	
HARICOT VERT (kg)	1800		1000	1500	1600	1500	1300	■	
POIVRON (kg)	1350		1500	800	1700	2000	1700	■	
CAROTTE (kg)	1300		1500	1500	2000	1500	1500	■	
PATE ARACHIDE (400 g.)	1000				500			■	
PATE PISTACHE(400 g.)	2000				1000			■	
PATE D'ANACARDE(500 g.)	2000							■	
GRAINE DE PALME (kg)	250		250	200	500	150	300	■	
GOMBO SEC EN POUVRE (400g.)	700				500	700		■	
PATATE DOUCE (kg)	400		400	500	500	400	250	■	
PRODUIT FRAIS	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						■
		PINTADE (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						■		
COTE DE PORC (kg)	1100						■		
PATTE DE PORC (kg)	900			1200			■		
PATTE DE BŒUF (kg)	1200			2500			■		
FRUIT	ANANAS (kg)	350	500	500	500	300	500	■	
	CITRON (kg)	1100	950	875	450	875	800	■	
	ORANGE (kg)	350	200	250	250	250	300	■	
	NOIX DE COCO (pièce taille moyenne)	150						■	
	BANANE DESSERT (kg)	350	400	350	350	400	400	▲	
	PAPAYE (kg)	380	400	300	250	100	500	▼	
	MANGUE (kg)	400			200			■	
	RIZ LOCAL WITA 9 (kg)	500	500	500	600	450	400	■	
	RIZ LOCAL DANANE (kg)	600						■	
	MAIS (kg)	500						■	
AUTRES PRODUITS POUR VOTRE NUTRITION	SOJA (kg)	800						■	
	FARINE DE SOJA (kg)	900						■	
	MAIS DECORTIQUE (kg)	350						■	
	MAIS POUVRE - KABATO (kg)	500			500			■	
	PISTACHE (kg)	2250						■	
	ARACHIDE DECORTIQUES (kg)	800	900	1000	800		650	■	
	MIL (KG)	500	500	600	400			■	
	FARINE DE MIL (kg)	500						■	
	AMANDE DE CAJOU (100 gr.)	1000			1000			■	
	SORGHO (kg)	700						■	
	SESAME (kg)	1500						■	
	NIEBE (kg)	700						■	
	FONIO (kg)	1500						■	
	DIVERS	SUCRE ROUX (kg)				1000			■
		SUCRE BLANC (kg)							■
LAIT LIQUIDE (L)						2800		■	
GINGEMBRE (kg)		550		300	500			■	
FEUILLE DE BISSAP (kg)		2500						■	
TOMI (kg)		1000						■	
PASSION (kg)			400	300			■		

LES BIENFAITS DE LA PAPAYE

La papaye, ce fruit à la chair savoureuse est actuellement visible sur la plupart des étals de marché. Mais savez-vous que les graines de papaye sont tout aussi bienfaites pour notre organisme ? Zoom sur les bienfaits des graines de papaye.

Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

BONNE POUR LES REINS

La consommation de graines de papaye aide à prévenir les problèmes d'insuffisance rénale, et permet de les traiter lorsqu'ils sont déjà survenus.

BONNE POUR LE FOIE

Le foie est l'un des organes les plus importants de notre corps. En effet, sa fonction est de filtrer les toxines et les substances toxiques, dans le but de prévenir de nombreuses maladies. Lorsque cet organe est touché par une affection, nous courons le risque de développer des problèmes chroniques. Pour cela, les graines de papaye peuvent nous aider, notamment en cas de cirrhose hépatique. Il suffit simplement de mouliner des graines de papaye, et de les mélanger avec une cuillerée de jus de citron.

BONNE POUR LA SANTÉ DES INTESTINS

Grâce à leur forte teneur en enzymes antiparasitaires, les graines de papaye améliorent notre santé intestinale. Elles contiennent un alcaloïde anti helminthique, appelé carpaïne, qui a la capacité d'éliminer les parasites intestinaux. Pour cela, il suffit de faire sécher les graines, puis de les mouliner. Ensuite, diluez une cuillerée de cette poudre dans de l'eau, et faites bouillir le tout. Vous pouvez ajouter une cuillerée de miel pour adoucir le mélange.



BONNE POUR LE SYSTÈME DIGESTIF

Les graines de papaye possèdent également de puissantes propriétés antibactériennes et anti-inflammatoires. Ainsi, ces graines combattent la salmonelle, les staphylocoques, et d'autres types d'agents infectieux.



Saisonnalité

En cas d'une bonne pluviométrie, les récoltes de papayes peuvent s'étaler tout au long de l'année. Toutefois, des baisses passagères de production peuvent avoir lieu de juin à août.

Zone de production

La principale zone de production de la papaye reste le Sud de la Côte d'Ivoire, et plus précisément la zone d'Azaguié. Un autre pôle de production de papaye se dégage de plus en plus dans certaines régions comme Yamoussoukro, Tiassalé, Lakota et Divo.

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

CONTRÔLE CITOYEN : L'APPLICATION QUI PERMET DE DÉFENDRE SON POUVOIR D'ACHAT

Imaginez un outil qui vous permet de vérifier les prix homologués par le gouvernement, de signaler le non-respect desdits prix, ou encore le non-affichage des prix ! Et même de signaler les commerçants qui ont dans leurs rayons des denrées avariées ou périmées. Et surtout qui permet le déploiement immédiat sur le terrain d'une équipe de contrôleurs. Cet outil existe désormais : il s'agit de l'application mobile « Contrôle citoyen ».



Dans le cadre de la lutte contre la vie chère et du renforcement de la surveillance du marché, le Ministère du Commerce, de l'industrie et de la Promotion des PME a fait concevoir une application mobile gratuite, sécurisée et anonyme dénommée "Contrôle citoyen" qui permet à toute personne résidant sur le territoire ivoirien d'alerter sur les pratiques commerciales non réglementaires (non-respect des prix plafonnés, non affichage des prix, produits périmés...) assurant ainsi l'implication de chaque citoyen dans la surveillance du marché et la défense de son pouvoir d'achat.

VÉRIFICATION DES PRIX HOMOLOGUÉS

Les prix homologués par le Gouvernement sont mis à la disposition de la population par le biais de l'application mobile « Contrôle citoyen ».

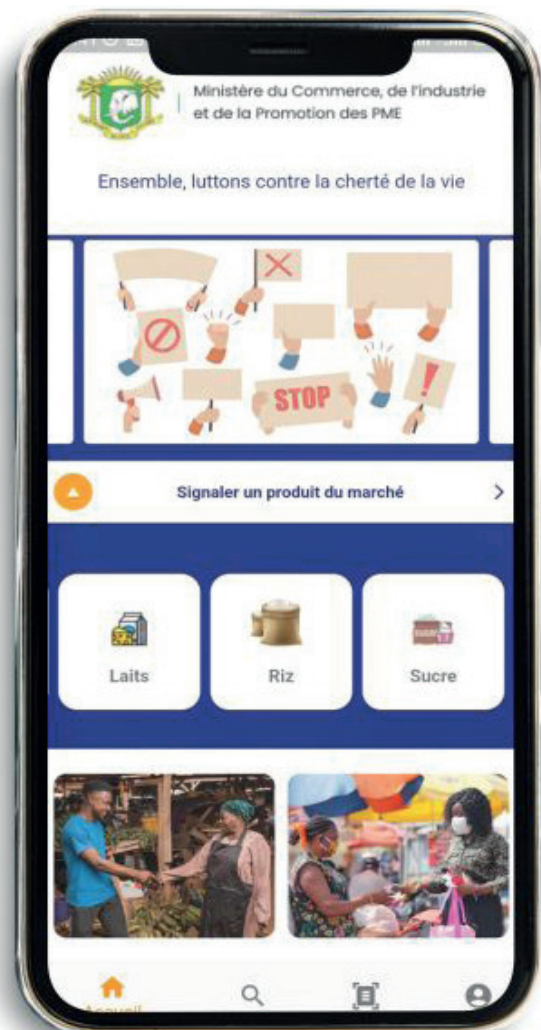
SIGNALEMENT DU NON-RESPECT DES PRIX PLAFONNÉS

En cas de non-respect des prix plafonnés par le Gouvernement, vous avez la possibilité de le signaler.

RÉPRESSION ET SANCTION

En cas de constat effectif d'infraction, une équipe de contrôleur du Ministère du Commerce, de l'Industrie et de la Promotion des PME se déploie immédiatement.

L'application mobile « Contrôle citoyen » est disponible en téléchargement sur Google Play et App Store.





FÊTE DU TRAVAIL : LE MINISTÈRE EN CHARGE DU COMMERCE CÉLÈBRE LES FEMMES DU VIVRIER DE BINGERVILLE

En marge de la célébration officielle de la Fête du Travail le 1er mai 2023, le ministère du Commerce, de l'Industrie et de la Promotion des PME, à travers le Conseil national de Lutte contre la Vie chère (Cnlvc), a mis à l'honneur les femmes du secteur du vivrier. Celles du marché « St Joseph des cités » de la commune de Bingerville ont notamment été célébrées pour leur courage et leur ardeur.

Au nom du ministre Souleymane Diarrassouba, la Secrétaire Exécutive du Conseil national de Lutte contre la Vie Chère (CNLVC), Dr Ranie-Didice Bah-Koné, a salué les efforts de toutes ces braves femmes qui se battent au quotidien pour approvisionner régulièrement les marchés ivoiriens en produits vivriers. « Vous parcourez des kilomètres pour ramener des champs des produits vivriers et les proposer à nos populations. Grâce à vous, nous avons chaque jour sur nos marchés, de la banane, des tomates, du manioc, des aubergines, du piment, du gombo, des ignames et j'en passe. Vous faites la fierté de notre pays », les a-t-elle magnifiées.

Dr Ranie-Didice Bah-Koné a réitéré aux commerçantes du vivrier la volonté du gouvernement, à travers le ministère en charge du Commerce, de toujours les soutenir et d'améliorer les conditions de leur travail, par la réalisation de voiries, la construction de marchés... « L'un des pans de l'intervention du

gouvernement et qui est tout aussi remarquable, c'est le bitumage des routes et la réhabilitation des pistes, afin de réduire les coûts de transport de vos marchandises, en réduisant les temps que vous mettez pour relier les différentes localités. Ceci vous permettra d'avoir de moins en moins de perte, car nous n'ignorons pas que vos marchandises sont périssables et doivent être sur le marché au plus tôt », leur a-t-elle dit.

La Secrétaire Exécutive du CNLVC a encouragé les femmes à persévérer dans leurs efforts et à redoubler d'ardeur dans le travail pour que les populations ivoiriennes voient toujours leurs marchés approvisionnés en vivres.

Tout en saluant la présence de Dr Ranie-Didice Bah-Koné, la présidente de la plateforme du secteur vivrier de Côte d'Ivoire, forte d'une quarantaine d'associations de femmes, Madame Lucie Gbakayoro et la fondatrice du marché Saint Joseph, Madame Blanche Koffi, ont exprimé leur gratitude au gouvernement.

COMITE LOCAL DU TONKPI

Le Comité local de lutte contre la vie chère de la région du Tonkpi, a effectué des visites de boulangeries de la commune de Man. Le Prefet de région, par ailleurs Président du Comité local de lutte contre la vie chère, a saisi l'occasion pour rappeler l'obligation pour les boulangeries de se conformer à l'arrêté n° 025/MC/CAB du 1er avril 2022 fixant les caractéristiques et le prix des pains baguettes vendus en Côte d'Ivoire.



Astuce de la Semaine

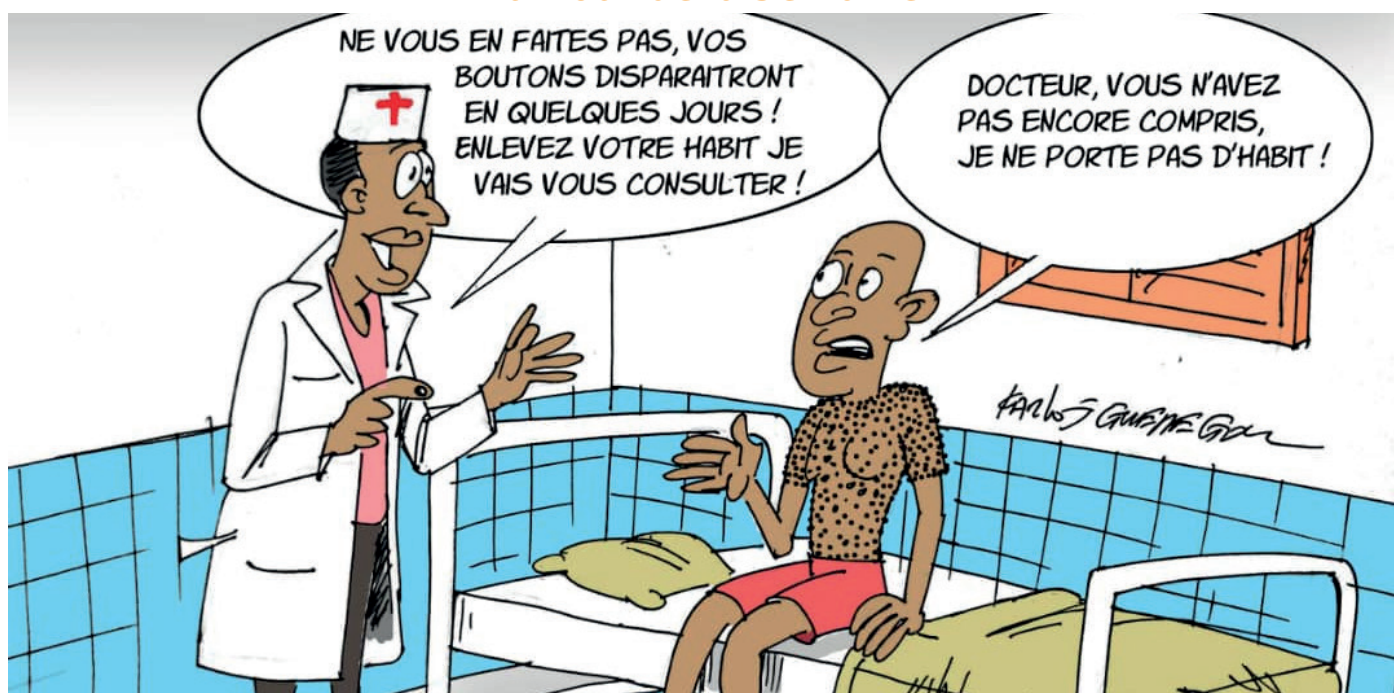
COMMENT RETIRER LE SURPLUS DE GRAISSE DANS UN PLAT ?

Vous avez concocté un magnifique et délicieux repas, mais vous remarquez que la sauce est bonne, mais trop grasse ? Vous avez certainement eu la main un peu lourde avec l'huile ou encore vos ingrédients regorgent de trop de gras. Pour vous débarrasser du gras de votre plat, découvrez une astuce rapide et efficace.

MODE D'EMPLOI

- Prenez une grande louche et remplissez-la de glaçons ;
- Plongez doucement le dessous de la louche jusqu'à la mi-hauteur dans la sauce. Assurez-vous que les glaçons ne touchent pas la sauce et restent bien dans la louche ;
- Les glaçons vont agir comme un aimant et le gras va se coller sur toute la surface du dos de la louche. Vous voilà avec une sauce débarrassée de son surplus de gras.

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**