



COMON
Bureau Central

Dossier de la Semaine

SAINT-VALENTIN : DES IDÉES DE CADEAUX LOCAUX

Au-delà des différents avis sur l'opportunité de célébrer ou pas la Saint-Valentin, et si on saisisait cette fête pour promouvoir nos artisans et créateurs locaux ?

C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES MARCHÉS DE LA SEMAINE

PRODUIT DE SAISON

LA PASTÈQUE, UN TRÉSOR DE FRAÎCHEUR ET DE SANTÉ

ASTUCE DE LA SEMAINE

COMMENT PRÉVENIR ET GUÉRIR D'UN RHUME OU D'UNE GRIPPE RAPIDEMENT



SCANNEZ POUR ACCÉDER AUX NUMÉROS PRÉCÉDENTS !



Considérée comme la fête de l'amour, la Saint-Valentin est célébrée le 14 février de chaque année partout dans le monde. Et ces dernières années, la Côte d'Ivoire ne fait pas exception. Au-delà des différents avis sur l'opportunité de célébrer ou pas la Saint-Valentin, et si on saisisait cette fête pour promouvoir nos artisans et créateurs locaux ? En effet, la Saint-Valentin peut être une occasion parfaite pour offrir un cadeau original et porteur de sens à votre bien-aimé(e). Plutôt que d'opter pour des objets classiques, pourquoi ne pas choisir des cadeaux locaux qui lui feront plaisir, tout en soutenant les artisans et créateurs ivoiriens ? Le DOSSIER DE LA SEMAINE vous donne quelques idées inspirantes.

La pastèque, ce fruit juteux et rafraîchissant, est bien plus qu'un simple plaisir gourmand. Riche en nutriments et en eau, elle regorge de bienfaits pour la santé. Découvrez dans la rubrique PRODUIT DE SAISON la raison pour laquelle elle

devrait être un incontournable de votre alimentation.

Le rhume et la grippe sont des infections courantes. Bien qu'ils soient généralement bénins, leurs symptômes peuvent être incommodants. Heureusement, deux méthodes naturelles existent pour prévenir leur apparition et accélérer la guérison. À retrouver dans la rubrique 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'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	YAMOULSOUKRO	MAN	KORHOGO	
PRODUIT VIVRIERS							
PRODUIT DE SAISON							
PATATE DOUCE (kg)	400	400	700	500	300	300	■
BANANE PLANTAIN (kg)	450	450	500	500	350	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)	600	700	700	700	700	700	■
GRAINE DE PALME (kg)	350	300	350	250	250	300	▼
POIVRON (kg)	1000	1800	800	1500	1500	1500	■
CHOU (kg)	500	600	400	1500	500	600	▼
TOMATE TYPE SALADE (kg)	700	650	600	600	700	550	▲
HARICOT VERT (kg)	700	800	1200	1600	1000	1000	■
AUBERGINE N'DROWA (kg)	600	500	800	500	500	500	■
PIMENT FRAIS (kg)	1100	1500	900	500	600	1300	■
GOMBO (kg)	1800	1500	1000	1000	1000	1000	■
CAROTTE (kg)	1100	1000	1500	1500	1500	1200	■
CONCOMBRE (kg)	600	800	400	600	700	500	■
COURGETTE (kg)	500	500	400	500	500	500	■
AUTRES PRODUITS POUR UNE BONNE NUTRITION							
NAVET (kg)	800	900	400	600	1000	1000	■
MANIOC (kg)	300	350	300	300	250	400	▼
POMME DE TERRE (kg)	700	900	800	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			
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)	500		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 4 MOYENS)	3000						
VIANDE DE PORC (kg)	2000			2200			
COTE DE PORC (kg)	1100			1200			
PATTE DE PORC (kg)	1300						
PATTE DE BŒUF (kg)	1 500			2500			
PRODUIT FRAIS							
FRUIT							
ANANAS (kg)	400		900	1000	700	500	■
CITRON (kg)	600		875	700	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)	300		500	350	300	300	
PASTEQUE (kg)							
AUTRES PRODUITS POUR UNE BONNE NUTRITION							
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 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 PASTÈQUE, UN TRÉSOR DE FRAÎCHEUR ET DE SANTÉ

La pastèque, ce fruit estival juteux et rafraîchissant, est bien plus qu'un simple plaisir gourmand. Riche en nutriments et en eau, elle regorge de bienfaits pour la santé. Découvrez pourquoi elle devrait être un incontournable de votre alimentation.

Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

UNE HYDRATATION OPTIMALE

Composée à plus de 90 % d'eau, la pastèque est un excellent moyen de rester hydraté, surtout en cette période de forte chaleur. Elle contribue à prévenir la déshydratation et à maintenir un bon équilibre hydrique dans le corps.



UN ALLIÉ POUR LE CŒUR

Grâce à sa teneur en citrulline, un acide aminé qui favorise la circulation sanguine et aide à réduire la pression artérielle, la pastèque est bénéfique pour le système cardiovasculaire. Elle contribue ainsi à la prévention des maladies cardiaques.



UN DÉTOXIFIANT NATUREL

Sa forte teneur en eau et en potassium favorise l'élimination des toxines et aide les reins à bien fonctionner. Consommer de la pastèque peut donc participer au bon drainage de l'organisme et à la prévention des calculs rénaux.



UNE SOURCE D'ÉNERGIE POUR LES SPORTIFS

La pastèque est idéale après un effort physique, car elle permet de réhydrater le corps et de reconstituer les réserves en minéraux. Son apport en citrulline aide également à réduire les courbatures et à favoriser la récupération musculaire.



BON POUR LA PEAU

Grâce à ses antioxydants et à sa vitamine C, la pastèque contribue à une peau plus éclatante et hydratée. Elle aide également à prévenir le vieillissement cutané en luttant contre les radicaux libres responsables des rides et ridules.

Saisonnalité

De janvier à avril et de septembre à décembre, avec une disponibilité plus limitée entre mai et août en raison de la saison des pluies

Zone de production

zone de production : Bonoua, Grand-Bassam

laity[®]
Instantané

LAITY
BIEN PLUS
QUE DU LAIT



02 FÉVRIER 2022

LAITY, LE MAXIMUM D'ÉNERGIE !



*Les pâtes maman,
un vrai régal !*



Maman, c'est toi qu'on préfère





Dossier de la Semaine

SAINT-VALENTIN, DES IDÉES DE CADEAUX LOCAUX

Considérée comme la fête de l'amour, la Saint-Valentin est célébrée le 14 février de chaque année partout dans le monde. Et ces dernières années, la Côte d'Ivoire ne fait pas exception. Au-delà des différents avis sur l'opportunité de célébrer ou pas la Saint-Valentin, et si on saisisait cette fête pour promouvoir nos artisans et créateurs locaux ? En effet, la Saint-Valentin peut être une occasion parfaite pour offrir un cadeau original et porteur de sens à votre bien-aimé(e). Plutôt que d'opter pour des objets classiques, pourquoi ne pas choisir des cadeaux locaux qui lui feront plaisir, tout en soutenant les artisans et créateurs ivoiriens ? Le « DOSSIER DE LA SEMAINE » vous donne quelques idées inspirantes.



UN COFFRET DE DOUCEURS ARTISANALES

Offrez à votre partenaire une expérience gustative unique avec un coffret de gourmandises locales. Comme les chocolats ivoiriens, les tablettes ou truffes artisanales à base de cacao du pays. Ou encore du bon miel 100% ivoirien de producteurs régionaux pour une touche sucrée et naturelle dans votre relation. Vous pouvez aussi penser à des paniers gourmands avec à l'intérieur des confitures maison ou encore des macarons artisanaux. Rien de tel pour ravir les papilles et partager un moment de dégustation complice.



BIJOU ET ACCESSOIRES MADE IN CÔTE D'IVOIRE

Les créateurs locaux proposent des bijoux uniques, confectionnés avec passion et savoir-faire. Optez pour un bracelet, un collier ou des boucles d'oreilles en perles Akan ou en bronze faits main ou fabriqués à partir de matières naturelles comme le bois, les pierres semi-précieuses ou le cuir local. Un cadeau qui allie esthétique et personnalisation.

Il y a aussi des sacs en pagne ou Raphia de marques purement ivoiriennes. De même, profitez de cette occasion pour mettre en valeur les sandales ou chaussures en cuir ivoirien, élégance et confort seront au rendez-vous.

VIVEZ UNE ESCAPADE INOUBLIABLE

Pourquoi ne pas offrir un moment de partage et de découverte ? Pensez à une nuit dans une éco-lodge, un massage dans un spa local ou encore un atelier

d'initiation à la poterie. Un présent immatériel à partager à deux qui créera des souvenirs inoubliables.

PENSEZ À VOUS ÉVADER

Pensez à vous évader ce jour, un séjour ou une escapade en bordure de lagune ou la plage, ça vous dit ? Des villes comme Grand-Bassam, Assinie, Sassandra, San Pedro, Grand Béreby... sont des destinations parfaites. Naviguer sur la lagune Ebrié dans une pirogue ou un bateau est aussi très romantique et dépaysant.

OFFREZ-LUI UNE CRÉATION ARTISTIQUE LOCALE

Encouragez nos artistes et artisans en offrant une œuvre unique : une illustration, une peinture, une sculpture ou encore un objet de décoration fabriqué à la main. Un cadeau qui ajoutera une touche d'originalité et de personnalité à votre intérieur.

LAISSEZ-VOUS EMPORTER PAR LA MAGIE DES PLUMES

Pourquoi pas des livres d'auteurs ivoiriens ? Pour les amoureux de roman d'amour, découvrez des livres de la collection Adoras avec des auteurs tels que TS N'Guetta , Fatym Kaba ou encore Marie Ginette Amani.



Choisir un cadeau local pour la Saint-Valentin, c'est offrir bien plus qu'un simple objet : c'est transmettre une histoire, un savoir-faire, une culture et une démarche engagée. Que ce soit une gourmandise, un bijou, une expérience ou une œuvre d'art, votre attention aura une valeur sentimentale et solidaire. Alors, cette année, misez sur l'authenticité et faites vibrer le cœur de votre bien-aimé(e) avec un cadeau local.



MINISTÈRE DU COMMERCE ET DE L'INDUSTRIE/VŒUX DU NOUVEL AN : LE MINISTRE SOULEYMANE DIARRASSOUBA ENGAGE LE PERSONNEL À ÊTRE ENCORE PLUS PERFORMANT EN 2025

Le personnel de toutes les structures du Ministère du Commerce et de l'Industrie s'est donné rendez-vous, le jeudi 6 février 2025, à l'auditorium de la CAISTAB au Plateau, autour du Chef de ce Département ministériel, Dr. Souleymane Diarrassouba, en vue de sacrifier à la tradition annuelle de présentation des vœux du nouvel an.

Le Ministre du Commerce et de l'Industrie a saisi cette occasion de grand rassemblement pour saluer et féliciter ses collaborateurs pour l'immense travail réalisé au cours de l'année écoulée. Rappelant, à cet effet, la mise en œuvre réussie de plusieurs réformes et projets majeurs avec un taux de réalisation très satisfaisant. En témoigne la construction de plusieurs infrastructures commerciales et industrielles pour la modernisation du commerce et l'accélération de la transformation structurelle de l'économie par l'industrialisation. Grâce aux politiques en vigueur, le secteur privé a contribué à plus de 80% à la croissance économique en 2024 avec un taux d'investissement privé de 19,2% du PIB.

En plus du dynamisme constaté dans les divers secteurs industriels (matériaux de construction, chimie, métallurgie, plasturgie...), les volumes de transformation des principales spéculations se sont améliorés notamment le cacao (46%), l'anacarde (36,5%) et l'hévéa (96%) avec à la clé des inaugurations de différentes unités industrielles à Abidjan et à l'intérieur du pays.

L'engagement des équipes a permis de contenir le niveau d'inflation, de protéger le pouvoir d'achat des populations et d'extraire des marchés plus de 1107 tonnes de produits contrefaits et prohibés. Le respect des mesures de plafonnement des prix des produits de grande consommation par les inspecteurs de commerce a été constaté dans la majorité des espaces de commerce sur le territoire national. A cet effet, la Brigade de contrôle rapide (BCR) a été mise à contribution à travers des dénonciations à partir du numéro vert 1343 et l'application contrôle citoyen, avec plus de 2 445 visites aux espaces de commerce.

Pour l'année 2025, monsieur le Ministre les a engagés à être encore plus performants pour relever les défis liés à l'amélioration du bien-être des Ivoiriens. « Pour l'année

2025, la primauté sera accordée à une dizaine de réformes et plusieurs projets majeurs inscrits sur la feuille de route de notre Ministère », a-t-il indiqué.

Ainsi, la priorité, en matière de réformes, sera accordée au renforcement de la compétitivité et de la croissance en soutenant l'innovation et la transition environnementale, avec la réglementation du commerce électronique, la révision des règles applicables aux zones industrielles, ainsi que l'opérationnalisation des échanges commerciaux dans le cadre de la ZLECAf, le renforcement de la mobilisation de l'investissement privé national et étranger et la promotion des champions nationaux et du contenu local.

Au titre des projets majeurs, le Ministre Souleymane Diarrassouba a soutenu que les efforts devront porter sur la poursuite de la lutte contre la vie chère, avec le renforcement de la surveillance des marchés et de la communication. L'accent sera également mis sur la promotion du consommateur local et du made in Côte d'Ivoire pour rendre l'économie plus inclusive avec une balance commerciale excédentaire : « Nous allons poursuivre l'amélioration de la compétitivité du secteur industriel, avec l'intensification des contrôles de terrain sur la qualité des produits et le respect des normes, la mise en œuvre du projet Diversification, Accélération Industrielle, Compétitivité, Emplois (DAICE) d'un montant de 116,7 milliards Fcfa, la mise en œuvre du programme de Restructuration et de Mise à Niveau des Industries (PNRMN Durable) », a-t-il poursuivi. A cela, monsieur le Ministre a ajouté l'accélération de la cadence d'industrialisation avec la mise en œuvre effective de la stratégie des sept (7) filières industrielles prioritaires créatrice de milliers d'emplois et de richesse, l'aménagement de zones industrielles en partenariat public privé. Aussi, a-t-il indiqué que le démarrage de Choose africa 2 pour un montant de 52 Milliards Fcfa permettra au GUDE PME et à ses filiales CI PME et SG PME de mieux accompagner les TPE, PME et entreprises de taille intermédiaire. Le renforcement des capacités au niveau de l'artisanat, la construction d'infrastructures artisanales, de marchés de proximité et de marchés de gros seront poursuivis au cours de cette année 2025.



Astuce de la Semaine

COMMENT PRÉVENIR ET GUÉRIR D'UN RHUME OU D'UNE GRIPPE RAPIDEMENT

Le rhume et la grippe sont des infections courantes. Bien qu'ils soient généralement bénins, leurs symptômes peuvent être incommodants. Heureusement, deux méthodes naturelles existent pour prévenir leur apparition et accélérer la guérison.

MODE D'EMPLOI

- Miel et citron : le miel possède des propriétés antibactériennes, et le citron est riche en vitamine C. Ensemble, ils apaisent la gorge et renforcent l'immunité.
- Lavapeur: inhalez de la vapeur pour décongestionner les voies nasales. Vous pouvez ajouter quelques gouttes d'huiles essentielles, comme l'eucalyptus, reconnues pour leurs propriétés antivirales.

Nettoyez-vous régulièrement les mains avec de l'eau et du savon pour éliminer les agents pathogènes. Et aérez quotidiennement les pièces de vie pour renouveler l'air et réduire la concentration de virus en suspension.

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



cnlvc

Conseil National de Lutte
contre la Vie Chère

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**