



Dossier de la Semaine

SOLDES 2025 : À VOS MARQUES, PRÊTS, ÉCONOMISEZ !

Les périodes de soldes permettent aux consommateurs d'accéder à des réductions significatives sur une diversité de produits, et aux commerçants d'optimiser la gestion de leurs stocks.

C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES MARCHÉS DE LA SEMAINE

PRODUIT DE SAISON

LE HARICOT, UN ALIMENT INCONTOURNABLE

ASTUCE DE LA SEMAINE

ODEUR DE POISSON, VOICI LE SECRET POUR VOUS EN DÉBARRASSER



SCANNEZ POUR ACCÉDER AUX NUMÉROS PRÉCÉDENTS !



Les périodes de soldes offrent aux consommateurs un accès à des biens à prix compétitifs, tout en permettant aux entreprises d'ajuster leurs stocks dans le respect des normes légales. La première session de la période des soldes se tient du 10 au 31 mars 2025, tandis que la seconde est programmée du 10 au 31 août 2025. Ces périodes permettent aux consommateurs d'accéder à des réductions significatives sur une diversité de produits, et aux commerçants d'optimiser la gestion de leurs stocks. **LE DOSSIER DE LA SEMAINE** vous donne toutes les informations sur les soldes.

Les haricots, comme tous les légumes secs sont parmi les aliments d'origine végétale les plus riches en protéines, tout en étant dépourvus de graisses, contrairement à celles de sources animales. Ces deux caractéristiques en font un atout important pour la santé, contribuant à une alimentation équilibrée, à moindre coût et avec un faible impact environnemental. Découvrez tous ses bienfaits dans le **PRODUIT DE SAISON**.

Pour concocter des plats délicieux et sains, le poisson est souvent en haut de la liste. Cependant, il vient avec son propre lot de défis, dont l'un des plus notoires est l'odeur persistante qui peut hanter votre cuisine bien après que le dîner soit terminé. Pour les amateurs de poissons qui ne veulent pas que leur maison sente comme un quai de pêche, **L'ASTUCE DE LA SEMAINE** vous donne deux techniques pour éliminer cette odeur de poisson indésirable.

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) | 450 | 500 | 700 | 800 | 500 | 400 | ▼ |
| | | BANANE PLANTAIN (kg) | 450 | 400 | 500 | 500 | 500 | 500 | ■ |
| | | IGNAME KPONAN GHANA (kg) | 700 | 650 | 600 | 700 | 500 | 600 | ■ |
| | | IGNAME KLEGLE (kg) | 600 | | | 700 | 800 | | ■ |
| | | IGNAME ASSAWA (kg) | | | 400 | 600 | 800 | | ▲ |
| | | IGNAME BETE BETE (kg) | | | | 350 | | | ■ |
| | | PATE DE PLACALI (kg) | | | | | 500 | | ■ |
| | | OIGNON BLANC (kg) | | 700 | 600 | 700 | 150 | 700 | ■ |
| | | GRAINE DE PALME (kg) | 500 | 300 | 350 | 250 | 1500 | 300 | ■ |
| | | POIVRON (kg) | 350 | 1800 | 800 | 1500 | 300 | 1500 | ▼ |
| PRODUIT VIVRIERS | AUTRES PRODUITS POUR UNE BONNE NUTRITION | CHOU (kg) | 1000 | 650 | 400 | 1500 | 800 | 600 | ▼ |
| | | TOMATE TYPE SALADE (kg) | 500 | 800 | 600 | 600 | 1500 | 550 | ▼ |
| | | HARICOT VERT (kg) | 700 | 500 | 1000 | 900 | 300 | 1000 | ■ |
| | | AUBERGINE N'DROWA (kg) | 800 | 1500 | 800 | 500 | 500 | 500 | ▼ |
| | | PIMENT FRAIS (kg) | 600 | 1500 | 900 | 500 | 750 | 1000 | ■ |
| | | GOMBO (kg) | 1500 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | ■ |
| | | CAROTTE (kg) | 1500 | 800 | 1200 | 1500 | 500 | 1200 | ■ |
| | | CONCOMBRE (kg) | 1100 | 500 | 400 | 600 | 800 | 500 | ■ |
| | | COURGETTE (kg) | 600 | | 400 | 500 | | 500 | ■ |
| | | PRODUIT VIVRIERS | VOS PROTÉINES | NAVET (kg) | 800 | 900 | 400 | 600 | 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 POUFRE (400g.) | 700 | | | | | 500 | | | ■ |
| VIANDE DE BŒUF SANS OS (kg) | 3000 | | | | 3000 | 3000 | 3000 | | ■ |
| VIANDE DE BŒUF AVEC OS (kg) | 2800 | | | | 2500 | 2500 | | | ■ |
| PRODUIT VIVRIERS | FRUIT | 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 | | | | | | ■ |
| PRODUIT VIVRIERS | CÉRÉALES ET LÉGUMINEUSES | 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 | | | ■ |
| | | CÔTE DE PORC (kg) | 1100 | | | 1200 | | | ■ |
| PRODUIT VIVRIERS | DIVERS | 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) | | | | | | | ■ |
| PRODUIT VIVRIERS | DIVERS | 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 | | | ■ |
| PRODUIT VIVRIERS | DIVERS | PATE D'ARACHIDE (kg) | | | 900 | 1000 | | | ■ |
| | | SESAME (kg) | | | | | | | ■ |
| | | NIEBE (kg) | | | | | | | ■ |
| | | FONIO PRECUIT (kg) | | | | | | | ■ |
| | | SUCRE ROUX (kg) | | | 1000 | 900 | | | ■ |
| | | SUCRE BLANC (kg) | | | | | | | ■ |
| | | LAIT LIQUIDE (L) | | | | | | | ■ |
| | | GINGEMBRE (kg) | | | 300 | 700 | | | ■ |
| | | FEUILLE DE BISSAP (kg) | | | | | | | ■ |
| | | TOMI (kg) | | | | | | | ■ |

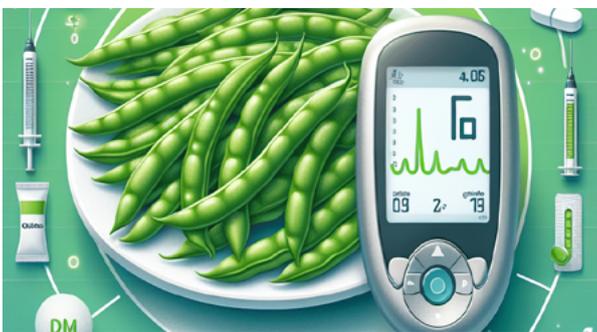
LE HARICOT, UN ALIMENT INCONTOURNABLE

Les haricots, comme tous les légumes secs sont parmi les aliments d'origine végétale les plus riches en protéines, tout en étant dépourvus de graisses, contrairement à celles de sources animales. Ces deux caractéristiques en font un atout important pour la santé, contribuant à une alimentation équilibrée, à moindre coût et avec un faible impact environnemental !

Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

BON POUR LES DIABÉTIQUES

Les haricots ont un faible indice glycémique, ce qui signifie qu'ils n'entraînent pas de pics rapides de la glycémie après leur consommation. Cela en fait un excellent choix pour les personnes atteintes de diabète ou celles qui cherchent à maintenir une glycémie stable. Leur teneur élevée en fibres contribue également à ralentir l'absorption du sucre dans le sang.



AMÉLIORE LA SANTÉ DIGESTIVE

Les fibres solubles contenues dans les haricots peuvent également aider à améliorer la santé digestive en favorisant la croissance de bonnes bactéries dans l'intestin. Elles aident à prévenir les problèmes tels que la constipation et les ballonnements. De plus, ces fibres soutiennent une flore intestinale saine, essentielle pour un système immunitaire fort.



AIDE À LA GESTION DU POIDS

Grâce à leur richesse en fibres et en protéines, les haricots contribuent à la gestion du poids en augmentant la sensation de satiété et en réduisant les fringales. Ils permettent de maintenir un niveau d'énergie constant tout au long de la journée sans provoquer de pics d'insuline.



SUPPORTE DES FONCTIONS CÉRÉBRALES

Les haricots sont également une bonne source de vitamines B, en particulier de folate, qui est essentiel à la production de nouvelles cellules et à la bonne santé du cerveau. Le folate joue un rôle clé dans la prévention des troubles cognitifs et dans la réduction du risque de maladies neurologiques.



Saisonnalité

Mars à Octobre.

Zone de production

La région de la Vallée du Bandama, le centre-ouest et le sud-ouest. Des régions comme le Haut-Sassandra, le Guémon, et la région du San-Pédro sont également des zones de production de haricots. Certaines zones des montagnes, comme le département de Man, sont également impliquées dans la production d'haricots.



Instantané

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

SOLDES 2025 : À VOS MARQUES, PRÊTS, ÉCONOMISEZ !

Les périodes de soldes offrent aux consommateurs un accès à des biens à prix compétitifs, tout en permettant aux entreprises d'ajuster leurs stocks dans le respect des normes légales.

La première session de la période des soldes se tient du 10 au 31 mars 2025, tandis que la seconde est programmée du 10 au 31 août 2025. Ces périodes permettent aux consommateurs d'accéder à des réductions significatives sur une diversité de produits, et aux commerçants d'optimiser la gestion de leurs stocks.



CADRE RÉGLEMENTAIRE

Conformément au décret n°2013-167 du 6 mars 2013, les ventes soldes en Côte d'Ivoire sont strictement encadrées. Ce texte législatif définit les périodes autorisées, les obligations de transparence tarifaire et les conditions d'affichage des promotions, garantissant un équilibre entre les intérêts des consommateurs et des professionnels.

SANCTIONS APPLICABLES

Le non-respect de la réglementation expose les contrevenants à des mesures coercitives graduées :

- **Amendes administratives pour les manquements mineurs**
- **Fermeture temporaire de l'établissement en cas de violations graves**

Ces sanctions visent à préserver l'équité du marché et la confiance des consommateurs.



ENGAGEMENTS DES COMMERÇANTS

Les professionnels sont tenus de :

- **Respecter scrupuleusement les périodes officielles annoncées**
- **Afficher de manière lisible et non équivoque les prix initiaux et soldés**
- **S'abstenir de toute publicité mensongère**
- **Garantir la disponibilité effective des articles promus**

Des contrôles renforcés seront menés par le Ministère du Commerce et de l'Industrie pour assurer le respect de ces dispositions.

RECOMMANDATIONS AUX CONSOMMATEURS

Pour maximiser les bénéfices des soldes en toute sécurité, il est conseillé de :

- **Effectuer une veille préalable des prix pour identifier les réductions réelles**
- **Exiger systématiquement une facture justificative**
- **Vérifier la conformité des produits aux descriptions annoncées**





COMMERCIALISATION DES PRODUITS VIVRIERS : LE MARCHÉ DE PROXIMITÉ DE LOMOKANKRO (TIÉBISSOU) OFFICIELLEMENT INAUGURÉ

C'est la sous-préfecture de Lomokankro dans le département de Tiebissou qui a abrité la cérémonie officielle d'inauguration conjointe des marchés de proximité de ce village et de Bocanda.

Le Ministre du Commerce et de l'Industrie, Dr Souleymane Diarrassouba, a saisi cette occasion pour rappeler les enjeux de la construction des marchés de proximité sur toute l'étendue du territoire national. Ces deux marchés, a-t-il indiqué, font partie des 40 premiers marchés de la phase 1 du projet de construction de 155 marchés dans les 31 régions du pays. Le coût de cette première phase s'élève à 6,2 milliards Fcfa financé par le budget de l'Etat.

« La construction de ces marchés de proximité s'inscrit dans le cadre du projet d'appui à la collecte et à la mise à marché des produits vivriers initié par le Gouvernement », a soutenu Dr. Souleymane Diarrassouba. Qui a rappelé que l'objectif de ce projet est de contribuer à lutter contre la vie chère, grâce à l'approvisionnement

régulier des marchés en produits vivriers de qualité en quantité suffisante.

En effet, ce projet contribue à apporter des réponses structurelles durables à la problématique de l'approvisionnement adéquat des marchés urbains en produits vivriers, grâce à un plan qui comporte la construction des marchés de proximité destinés à la collecte et au groupage des denrées alimentaires.

Il constitue également une réponse durable aux pertes post-récoltes constatées chaque année dans le secteur des produits vivriers. En toile de fond, cet important projet, a reconnu le Ministre Souleymane Diarrassouba, contribuera à créer une dynamique économique pour les acteurs de la chaîne de commercialisation de ces produits. A juste titre, il a invité les bénéficiaires de ces deux localités à se les approprier et a invité à la responsabilité de leurs comités de gestion.

La cérémonie d'ouverture officielle des marchés de proximité de Lomokankro et Bocanda fait suite à celui de Daboré, dans le département de Divo, inauguré par le Premier ministre Robert Beugré Mambé, le vendredi 28 février dernier.



ODEUR DE POISSON, VOICI LE SECRET POUR VOUS EN DÉBARRASSER

Pour concocter des plats délicieux et sains, le poisson est souvent en haut de la liste. Cependant, il vient avec son propre lot de défis, dont l'un des plus notoires est l'odeur persistante qui peut hanter votre cuisine bien après que le dîner soit terminé. Pour les amateurs de fruits de mer qui ne veulent pas que leur maison sente comme un quai de pêche, voici deux astuces pour éliminer cette odeur de poisson indésirable.

MODE D'EMPLOI

1. Le vinaigre blanc : Cet humble ingrédient de cuisine, se révèle être un allié puissant dans la lutte contre les odeurs tenaces de poisson. En faisant bouillir de l'eau avec une généreuse dose de vinaigre blanc dans une casserole, vous pouvez non seulement neutraliser les effluves désagréables lors de la cuisson, mais aussi éliminer les résidus malodorants qui se sont déjà infiltrés dans votre maison.

2. Le gingembre frais : Ajouter un peu de gingembre frais à votre poisson en cours de cuisson. Outre son goût distinctif, le gingembre a la capacité de neutraliser les odeurs, agissant comme une barrière olfactive entre votre dîner et vos narines sensibles.

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 - Fabrice Abou

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**