

Dossier de la Semaine

LECTURE ET RÉUSSITE SCOLAIRE

Lire, c'est comprendre un énoncé de mathématiques, décrypter une consigne en physique ou encore interpréter une carte du monde. C'est la clé qui ouvre toutes les portes du savoir, quel que soit le domaine choisi.

C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES
MARCHÉS DE LA SEMAINE

PRODUIT DE SAISON

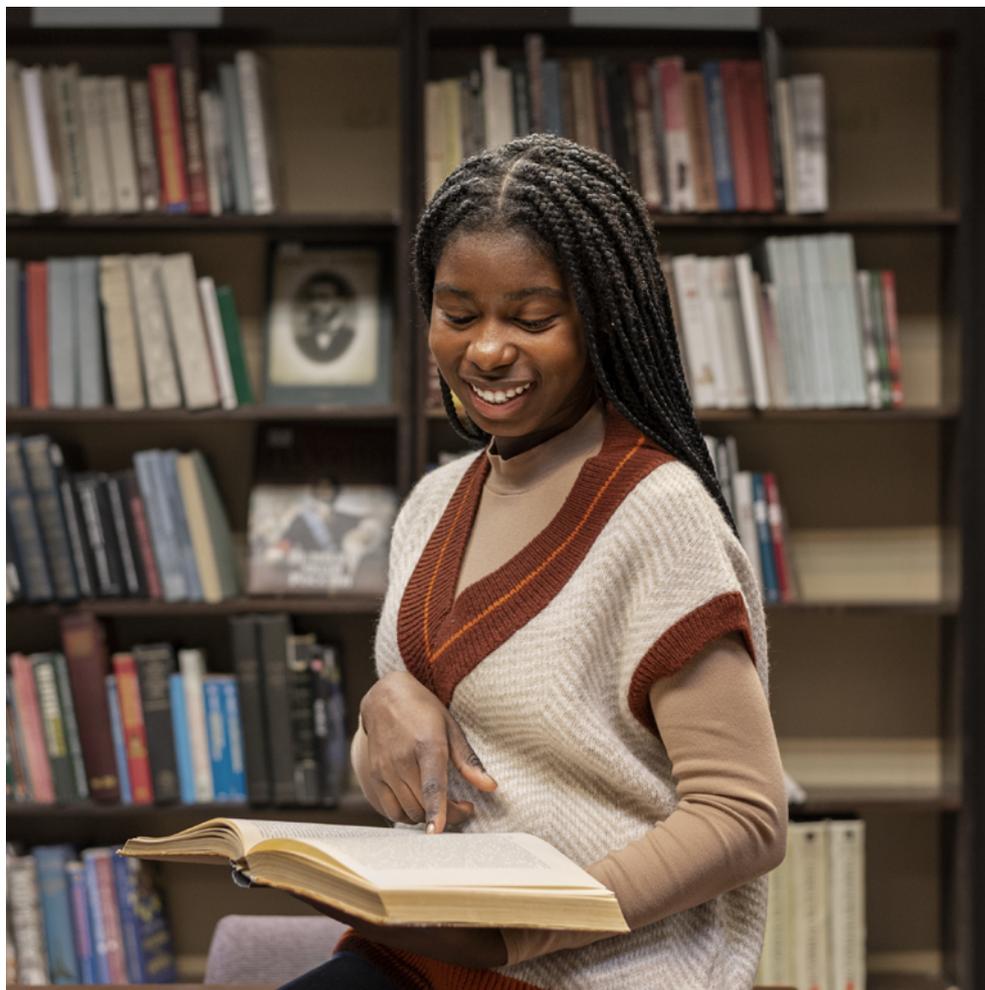
L'ANANAS, UNE BOMBE DE
VITAMINES

ASTUCE DE LA SEMAINE

COMMENT LUTTER
EFFICACEMENT CONTRE LA
TOUX



SCANNEZ POUR
ACCÉDER
LES NUMÉROS
PRÉCÉDENTS !



C'est la rentrée. On pense alors aux mathématiques, à l'histoire, aux sciences, aux langues... Mais derrière toutes ces matières, il y a un outil qui conditionne tout : la lecture. Souvent réduite à la littérature, aux romans ou à la poésie, elle est en réalité bien plus qu'un plaisir culturel. Lire, c'est comprendre un énoncé de mathématiques, décrypter une consigne en physique ou encore interpréter une carte du monde. C'est la clé qui ouvre toutes les portes du savoir, quel que soit le domaine choisi. Dans notre **DOSSIER DE LA SEMAINE**, on se penche sur l'importance de la lecture.

L'ananas, est un fruit tropical à la chair juteuse et sucrée, qui ne séduit pas seulement par son goût exotique, car, derrière son écorce rugueuse se cache une véritable mine de nutriments et de bienfaits pour la santé. Riche en vitamines, en minéraux et en enzymes, retrouvez les vertus de l'ananas dans la rubrique **PRODUIT DE SAISON**.

Elle peut être sèche, grasse, allergique ou encore liée à une infection, la toux est une sensation désagréable de picotement et d'irritation qui prend place au fond de

la gorge. Que ce soit pendant la nuit ou tout au long de la journée, elle perturbe notre quotidien, surtout lorsqu'elle persiste et devient chronique. Comment soigner la toux ? Quels remèdes efficaces ? Éléments de réponse dans **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				
	DANANA	SAN PEDRO	BOUAKÉ	YAMOUSSOUKRO	VIARA	KOFIHOLO					
PRODUIT VIVRIERS	PRODUIT DE SAISON	PATATE DOUCE (kg)	400	500	500	700	500	400	▲		
		BANANE PLANTAIN (kg)	600	500	500	500	600	500	■		
		IGNAME KPONAN GHANA (kg)	700	650	600	700	700	600	■		
		IGNAME KLEGLE (kg)	600			700		800	■		
		IGNAME ASSAWA (kg)			400	600	700		▲		
		IGNAME BETE BETE (kg)	400			350	500		■		
		PATE DE PLACALI (kg)							■		
		OIGNON BLANC (kg)	750	700	600	700	800	800	■		
		GRAINE DE PALME (kg)	350	390	300	250	150	300	■		
		POIVRON (kg)	1300	1500	600	1000	1200	1500	▼		
		CHOU (kg)	400	600	500	500	500	600	▼		
		TOMATE TYPE SALADE (kg)	1200	1200	1000	1000	1000	1200	▼		
		HARICOT VERT (kg)	700	600	600	700	1000	1000	■		
		AUBERGINE N'DROWA (kg)	800	800	800	700	600	700	▼		
		PIMENT FRAIS (kg)	1500	1500	900	500	500	1000	■		
		GOMBO (kg)	1000	700	600	500	500	400	■		
		CAROTTE (kg)	1300	1300	1200	1500	1500	1500	■		
		CONCOMBRE (kg)	500	500	400	600	500	500	■		
		COURGETTE (kg)	500		400	500	800	500	■		
		PRODUIT VIVRIERS	AUTRES PRODUITS POUR UNE BONNE NUTRITION	NAVET (kg)	800	900	400	600		1000	■
MANIOC (kg)	250			350	300	300	300	400	■		
POMME DE TERRE (kg)	600			700	800	600	700	700	■		
PATE ARACHIDE (400 g.)	1200					1000			■		
PATE PISTACHE(400g.)	2000				1000	1500			■		
PATE DANACARDE(500 g.)	2000								■		
HUILE ROUGE (L)	1900								■		
GOMBO SEC EN POUVRE (400g.)	700					500			■		
PRODUIT VIVRIERS	VOS PROTEINES			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						■		
PRODUIT FRAIS	FRUIT	KPLO (unité moyen)	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	■				
PASTÈQUE (kg)							■				
PRODUIT FRAIS	CEREALES ET LÉGUMINEUSES	RIZ LOCAL WITA 9 (kg)	500		500				■		
		RIZ LOCAL DANANA (kg)	700		600				■		
		FARINE DE SOJA (kg)	800						■		
		FARINE DE MAÏS (kg)	500						■		
		FARINE DE SORGHO (kg)	600-700						■		
		FARINE DE MAÏS - 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)							■		
PRODUIT FRAIS	DIVERS	NIEBE (kg)						■			
		FONIO PRECUIT (kg)						■			
		SUCRE ROUX (kg)			1000	1000			■		
		SUCRE BLANC (kg)							■		
		LAIT LIQUIDE (L)							■		
GINGEMBRE (kg)			300	700			■				
FEUILLE DE BISSAP (kg)							■				
TOMI (kg)							■				



L'ANANAS, UNE BOMBE DE VITAMINES

L'ananas, est un fruit tropical à la chair juteuse et sucrée, qui ne séduit pas seulement par son goût exotique : derrière son écorce rugueuse se cache une véritable mine de nutriments et de bienfaits pour la santé. Riche en vitamines, en minéraux et en enzymes, retrouvez les vertus de l'ananas.

Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

BON POUR LA DIGESTION

Ce fruit contient une enzyme appelée bromélaïne, qui facilite la digestion des protéines. Elle peut ainsi contribuer à une meilleure assimilation des repas, notamment ceux riches en viandes ou en protéines animales. La bromélaïne est également réputée pour ses propriétés anti-inflammatoires.



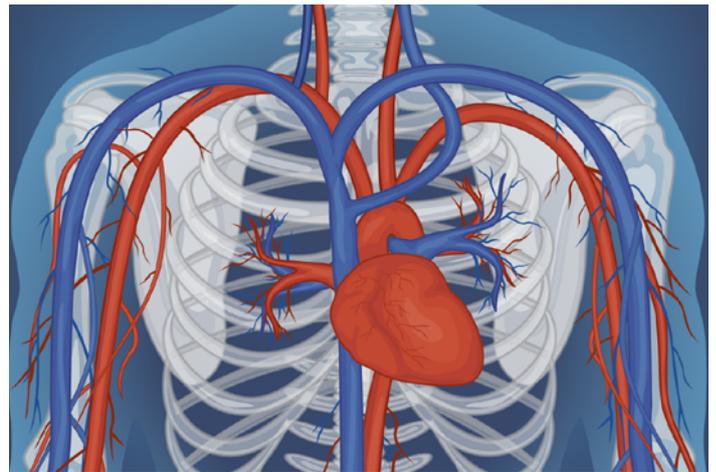
AIDE À LA PERTE DE POIDS

Faible en calories et riche en eau et en fibres, l'ananas est un excellent choix pour ceux qui surveillent leur ligne. Il procure une sensation de satiété, tout en aidant le corps à éliminer les toxines. Attention toutefois : malgré son goût acidulé, l'ananas est naturellement sucré, il est donc à consommer avec modération dans le cadre d'un régime.



BON POUR LE CŒUR ET LA CIRCULATION SANGUINE

Grâce à ses antioxydants et à la bromélaïne, l'ananas pourrait contribuer à améliorer la circulation sanguine et à réduire les risques de formation de caillots. Il joue ainsi un rôle protecteur pour le système cardiovasculaire.



UN ATOUT BEAUTÉ

En plus de renforcer la peau grâce à la vitamine C, l'ananas contient des acides naturels qui, en usage externe, peuvent être utilisés pour exfolier et illuminer le teint. C'est aussi un bon ingrédient pour des masques faits maison.

Saisonnalité

Une pleine saison de récolte qui s'étend d'octobre à avril, et une saison secondaire plus limitée entre août et septembre.

Zone de production

Zone Sud-est (Bonoua, Adiaké, Aboisso).

Zone Est: (Azaguié, Agboville).



Instantané

SACHETS ÉCONOMIQUES

400 G
1500 F*



400 G
1750 F*



LAIT ENTIER 28%

* PRIX MAXIMUM CONSEILLÉ

LAITY, LE MAXIMUM D'ÉNERGIE





Dossier de la Semaine

LECTURE ET RÉUSSITE SCOLAIRE

C'est la rentrée. On pense alors aux mathématiques, à l'histoire, aux sciences, aux langues... Mais derrière toutes ces matières, il y a un outil qui conditionne tout : la lecture. Souvent réduite à la littérature, aux romans ou à la poésie, elle est en réalité bien plus qu'un plaisir culturel. Lire, c'est comprendre un énoncé de mathématiques, décrypter une consigne en physique ou encore interpréter une carte du monde. C'est la clé qui ouvre toutes les portes du savoir, quel que soit le domaine choisi.



LIRE, C'EST COMPRENDRE LES EXERCICES

La lecture est avant tout un outil de compréhension. Comprendre un énoncé de mathématiques, une consigne en histoire-géographie ou un problème en physique nécessite une bonne maîtrise de la lecture. Sans cela, même un élève qui possède les connaissances nécessaires peut échouer à résoudre un exercice, simplement parce qu'il n'a pas saisi ce qu'on attend de lui. La lecture permet de décoder, analyser, interpréter. Des compétences qui s'appliquent partout.



LA LECTURE, UNE PORTE VERS L'AUTONOMIE INTELLECTUELLE

Lire régulièrement développe aussi l'autonomie. En lisant, l'élève apprend à chercher des informations, à structurer sa pensée, à s'ouvrir à d'autres points de vue. Cela lui permet de mieux argumenter à l'oral comme à l'écrit, que ce soit dans une dissertation de philosophie ou un exposé de sciences. C'est un exercice qui renforce l'esprit critique et prépare à l'université, au monde professionnel, et plus largement, à la vie citoyenne.



MÊME LES SCIENTIFIQUES LISENT

Contrairement à ce que la majorité pense, les sciences ne se passent pas de la lecture. Par ailleurs, les grands scientifiques sont souvent de grands lecteurs. La lecture nourrit la curiosité, ouvre des horizons, stimule la créativité. Dans un monde où l'information est partout, savoir lire avec discernement est devenu une compétence-clé, y compris pour les métiers techniques ou numériques.



LECTURE ET RÉUSSITE : UNE CORRÉLATION PROUVÉE

De nombreuses études montrent une forte corrélation entre le temps consacré à la lecture et la réussite scolaire. Les élèves qui lisent régulièrement, même en dehors du cadre scolaire, développent un vocabulaire plus riche, une meilleure capacité de concentration, et réussissent mieux dans l'ensemble des disciplines. La lecture n'est donc pas un loisir réservé à quelques passionnés de littérature, mais un levier puissant de réussite pour tous.





MINISTÈRE DU COMMERCE
ET DE L'INDUSTRIE

Abidjan, le 28 août 2025

COMMUNIQUÉ

PROROGATION SOLDE 2025

Le Ministre du Commerce et de l'Industrie porte à la connaissance de l'ensemble des opérateurs économiques et des consommateurs que la date de clôture de la seconde période réglementaire des ventes soldes, initialement prévue pour le dimanche 31 août 2025, est exceptionnellement prorogée au dimanche 07 septembre 2025 (inclus).

Cette prorogation répond à la volonté du Gouvernement d'offrir, en cette veille de rentrée scolaire 2025-2026, le temps nécessaire aux familles pour réaliser des économies sur l'achat des fournitures indispensables et donner aux commerçants l'opportunité de booster leurs ventes.

A cet effet, les commerçants désireux de continuer les ventes soldes sont autorisés à le faire conformément aux dispositions du décret n°2013-167 du 06 mars 2013 portant organisation des ventes soldes et autres formes de ventes équivalentes.

Des équipes du Ministère du Commerce et de l'Industrie procéderont à des contrôles en vue de s'assurer de l'application effective desdites dispositions.

Pour toutes informations complémentaires, les Services du Ministère du Commerce et de l'Industrie se tiennent à la disposition des opérateurs économiques aux numéros suivants :
+225 07 07 31 08 59 / 07 07 24 26 73 / 05 75 71 64 64.

Souleymane DIARRASSOUBA

***Pour toute authentification des communiqués du Ministère du Commerce et de l'Industrie,
rendez-vous sur les sites : www.gouv.ci, www.commerce.gouv.ci
et sur la page Facebook/commerceindustrie225***

Immeuble Postel 2001, 18^{ème} étage
BP V 142/143 Abidjan Tél: (+225) 27 20 22 95 28
E-Mail: info@commerce.gouv.ci

 facebook.com/commerceindustrie225  www.commerce.gouv.ci

COMMENT LUTTER EFFICACEMENT CONTRE LA TOUX

Elle peut être sèche, grasse, allergique ou encore liée à une infection, la toux est une sensation désagréable de picotement et d'irritation qui prend place au fond de la gorge. Que ce soit pendant la nuit ou tout au long de la journée, elle perturbe notre quotidien, surtout lorsqu'elle persiste et devient chronique. Comment soigner la toux ? Quels remèdes efficaces ? Éléments de réponse.

Mode d'emploi

Astuce 1 : Le gingembre

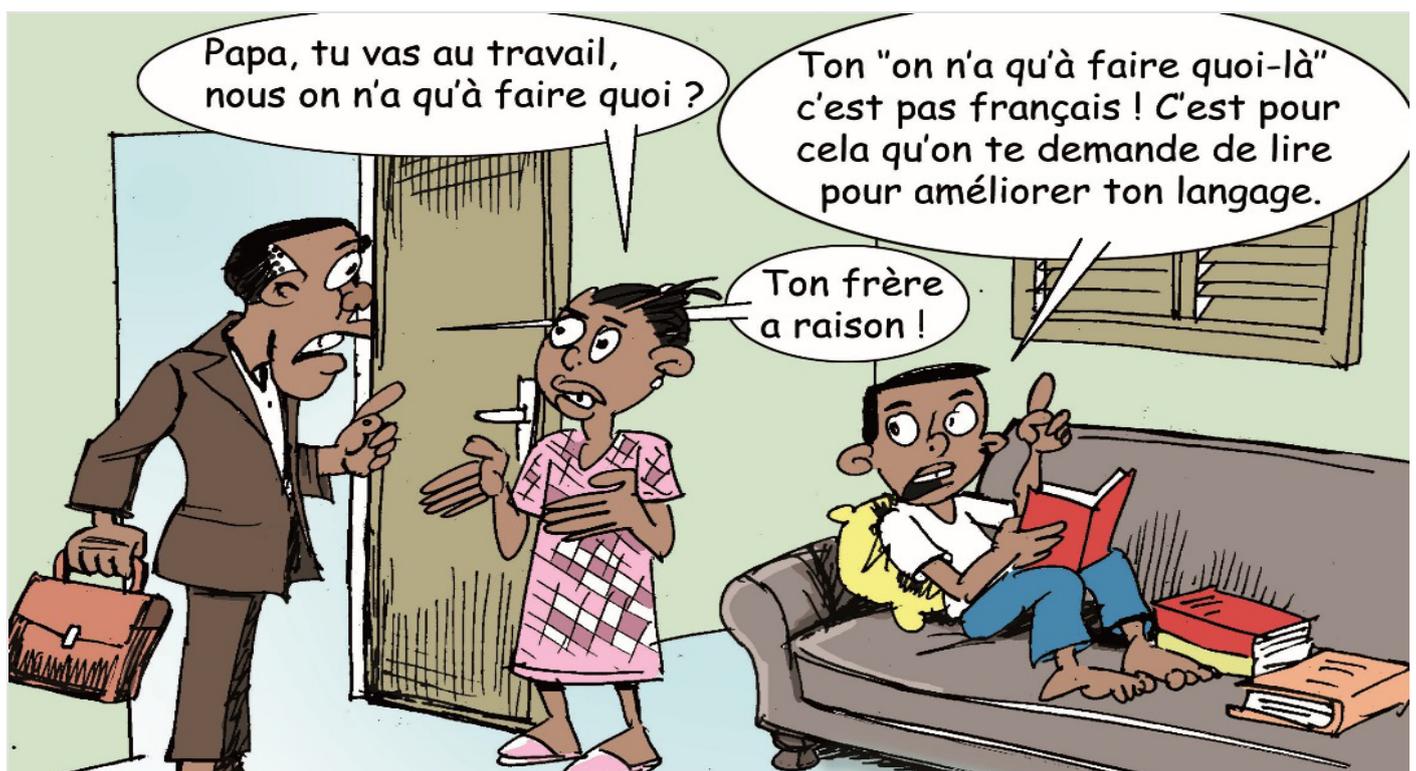
Pour calmer une toux sèche et persistante, rien de tel que le gingembre avec ses propriétés anti-inflammatoires. Infusez quelques morceaux de gingembre dans de l'eau froide ou chaude. Vous pouvez aussi créer un mélange de gingembre, miel et citron fraîchement pressé.



Astuce 2 : Inhalation de vapeur

Ajoutez quelques gouttes de menthol dans un bol d'eau chaude, puis inhalez la vapeur pour dégager les voies respiratoires.

Humour de la Semaine





Ensemble c'est possible



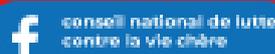
Infoline Secrétariat Exécutif

Responsable : **Dr Ranie-Didice BAH-KONE**

Tel. : +225 27 22 52 68 17 - Email : r.bah@cnlvc.ci

Localisation : **Cocody-Angré, en face de la CNPS, Abidjan**

www.cnlvc.ci



 N° vert : 25 21 01 79 99

Editeur :

MINISTÈRE DU COMMERCE ET DE
L'INDUSTRIE

Rédacteur en chef :

Secrétariat Exécutif du CNLVC

Rédaction : **COM'ON** :

Oumar NDAO

Mathide oulai - Fabrice Abou

Regie : **MOUSTIK SARL**

Standard : **+225 2521017999**

Email : **commercial@comon.ci**

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

Production et Distribution : **COM'ON**