



Dossier de la Semaine

# ÉNERGIES RENOUVELABLES ET COÛT DE LA VIE : PROMESSES, DÉFIS ET PERSPECTIVES

Face aux fluctuations des marchés mondiaux et aux impératifs climatiques, la Côte d'Ivoire est engagée dans une profonde transformation de son secteur énergétique. Si la transition vers les énergies renouvelables est souvent abordée sous l'angle environnemental, elle représente désormais un levier économique majeur pour stabiliser le coût de la vie et renforcer la souveraineté énergétique des ménages.

## C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES  
MARCHÉS DE LA SEMAINE

## PRODUIT DE SAISON

LES VERTUS CACHÉES DE  
L'ÉPINARD

## ASTUCE DE LA SEMAINE

COMMENT CALMER UNE  
BRÛLURE



SCANNEZ POUR  
ACCÉDER  
LES NUMÉROS  
PRÉCÉDENTS !

# JUILLET EDITORIAL



**F**ace aux fluctuations des marchés mondiaux et aux impératifs climatiques, la Côte d'Ivoire est engagée dans une profonde transformation de son secteur énergétique. Si la transition vers les énergies renouvelables est souvent abordée sous l'angle environnemental, elle représente désormais un levier économique majeur pour stabiliser le coût de la vie et renforcer la souveraineté énergétique des ménages. **Le DOSSIER DE LA SEMAINE** se penche sur le sujet.

Longtemps associé à la force et à la vitalité, l'épinard est bien plus qu'un simple légume vert. Riche en vitamines, minéraux, fibres et antioxydants, il constitue un véritable allié pour préserver une bonne santé. Découvrez dans le **PRODUIT DE SAISON** pourquoi il mérite une place de choix dans nos assiettes et quels sont ses principaux bienfaits pour la santé.

Une brûlure peut arriver en quelques secondes, mais les premiers gestes font toute la différence. Une astuce simple pour soulager la douleur et limiter les dégâts, à découvrir 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 MARCHÉS**, 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 (FRG)						TENDANCE DES PRIX
	DANANA	SAN PEDRO	BOUAKÉ	YAMOUSSOUKRO	VIARA	KOFIHOLO	
<b>PRODUIT VIVRIERS</b>							
<b>PRODUIT DE SAISON</b>							
PATATE DOUCE (kg)	400	600	1000	1000	400	400	▲
BANANE PLANTAIN (kg)	400	1000	300	1000	300	600	■
IGNAME KPONAN GHANA (kg)	600	600	700	700	600	700	■
IGNAME KLEGLE (kg)	600			700		800	■
IGNAME ASSAWA (kg)		600	600	600			▲
IGNAME BETE BETE (kg)	400			350	500		■
PATE DE PLACALI (kg)		500		500			■
OIGNON BLANC (kg)	550	800	500	700	600	900	■
GRAINE DE PALME (kg)	350	250	300	500	150	300	■
POIVRON (kg)	1300	1500	600	1000	1200	1500	▼
CHOU (kg)	650	500	400	700	600	500	▼
TOMATE TYPE SALADE (kg)	1200	1200	1000	1000	1000	1200	▼
HARICOT VERT (kg)	700	600	600	700	1000	1000	■
AUBERGINE N'DROWA (kg)	700	500	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)	700	1500	300	1000	500	500	■
COURGETTE (kg)	500	1000	400	1000	400	800	■
<b>AUTRES PRODUITS POUR UNE BONNE NUTRITION</b>							
NAVET (kg)	1000	600	400	600		1000	■
MANIOC (kg)	250	500	300	300	250	500	■
POMME DE TERRE (kg)	600	700	800	600	700	700	■
PATE ARACHIDE (400 g.)	1200			1000			■
PATE PISTACHE (400 g.)	2000		1000	1500			■
PATE D'ANACARDE (500 g.)	2000						■
HUILE ROUGE (L)	1900						■
GOMBO SEC EN POUVRE (400g.)	700			500			■
<b>VOS PROTEINES</b>							
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						■
KPLO (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			■
<b>PRODUIT FRAIS</b>							
<b>FRUIT</b>							
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)							■
<b>CEREALES ET LÉGUMINEUSES</b>							
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)							■
NIEBE (kg)							■
FONIO PRECUIT (kg)							■
<b>DIVERS</b>							
SUCRE ROUX (kg)			1000	1000			■
SUCRE BLANC (kg)							■
LAIT LIQUIDE (L)							■
GINGEMBRE (kg)			300	700			■
FEUILLE DE BISSAP (kg)							■
TOMI (kg)							■



### LES VERTUS CACHÉES DE L'ÉPINARD

Longtemps associé à la force et à la vitalité, l'épinard est bien plus qu'un simple légume vert. Riche en vitamines, minéraux, fibres et antioxydants, il constitue un véritable allié pour préserver une bonne santé. Qu'il soit consommé cru en salade ou cuit dans vos plats préférés, l'épinard apporte de nombreux nutriments essentiels qui contribuent au bon fonctionnement de l'organisme. Découvrez pourquoi il mérite une place de choix dans nos assiettes.

## Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

### AIDE À LUTTER CONTRE LE CANCER

Les régimes riches en légumes, y compris les légumes à feuilles vertes comme les épinards, peuvent contribuer à réduire le risque de cancer. Cela est dû au fait qu'ils regorgent de composés végétaux appelés polyphénols. Ce sont ces derniers, ainsi que leur teneur en vitamines, qui peuvent expliquer les propriétés protectrices des épinards contre le cancer.



### FAVORISE LA SANTÉ MENTALE

Les épinards semblent avoir des propriétés anti-stress et antidépressives, car on a constaté qu'ils réduisaient l'hormone du stress, le cortisol, et augmentaient les neurotransmetteurs qui régulent l'humeur, tels que le glutamate et la glutamine.



### BON POUR LES INTESTINS

Les épinards sont une source utile de fibres insolubles. Ce type de fibres favorise le passage des déchets alimentaires dans les intestins et contribue à la santé et à l'immunité des intestins.



### UNE SOURCE D'ÉNERGIE

Les épinards sont depuis longtemps considérés comme une plante capable de redonner de l'énergie, d'augmenter la vitalité et d'améliorer la qualité du sang. Il y a de bonnes raisons à cela, notamment sa teneur en fer. Le fer joue un rôle central dans le fonctionnement des globules rouges, contribuant au transport de l'oxygène dans l'organisme, à la production d'énergie et à la synthèse de l'ADN.

## Saisonnalité

Mai à juillet.

## Zone de production

**Zone sud** (Abidjan, Dabou, et Bingerville),  
**Zone centre** (Yamoussoukro et Bouaké)  
**Zone nord** (Ferkessedougou et Korhogo).



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

# ÉNERGIES RENOUVELABLES ET COÛT DE LA VIE : PROMESSES, DÉFIS ET PERSPECTIVES

*Face aux fluctuations des marchés mondiaux et aux impératifs climatiques, la Côte d'Ivoire est engagée dans une profonde transformation de son secteur énergétique. Si la transition vers les énergies renouvelables est souvent abordée sous l'angle environnemental, elle représente désormais un levier économique majeur pour stabiliser le coût de la vie et renforcer la souveraineté énergétique des ménages.*



## DES PROMESSES À LA RÉALITÉ : L'AMBITION NATIONALE

Le gouvernement ivoirien a franchi une étape décisive avec la troisième génération des Contributions Déterminées au niveau National (CDN 3.0), présentée en octobre 2025. Son objectif est de porter la part des énergies renouvelables à 46,3 % d'ici 2035. Porté par le Pacte National Énergie, ce déploiement fait de la décarbonation un axe central de la stratégie nationale de croissance.

## UN MIX DIVERSIFIÉ POUR SÉCURISER

### L'APPROVISIONNEMENT

Afin de garantir une énergie constante et compétitive, le pays s'appuie sur trois piliers complémentaires.

**-L'hydroélectricité**, pilier historique du système, poursuit son développement. Aux côtés des barrages structurants de Kossou, Taabo, Buyo et Soubré, la mise en service du barrage de Gribo-Popoli (112 MW), sur le fleuve Sassandra, constitue une avancée majeure pour la stabilité du réseau.

**-L'énergie solaire** connaît un changement d'échelle. Inaugurée en avril 2024 avec une capacité de 37,5 MWc, la centrale de Boundiali est en cours de finalisation pour atteindre 83 MWc, illustrant la compétitivité croissante du photovoltaïque.

**-La biomasse** s'impose également comme une solution circulaire innovante grâce au projet BIOVEA, à Aboisso. Cette centrale de 46 MW valorise les résidus agricoles - pétiotes de palmiers à huile et coques de cacao - en les transformant en une ressource énergétique locale et

durable.

## DÉFIS TECHNIQUES ET BÉNÉFICES POUR LE POUVOIR D'ACHAT

Le développement de ces nouvelles sources d'énergie nécessite certes d'importants investissements pour moderniser les réseaux et adapter les infrastructures de stockage. En contrepartie, les bénéfices attendus pour le consommateur sont structurants.

**Stabilité tarifaire** : la réduction de la dépendance aux hydrocarbures importés protège les factures des ménages contre la volatilité des cours mondiaux.

**Fiabilité du réseau** : la diversification du mix énergétique sécurise l'approvisionnement et limite les coûts indirects liés aux interruptions de service.

**Maîtrise de la consommation** : le développement des technologies solaires ouvre la voie à l'autoconsommation, permettant aux foyers de mieux maîtriser leur budget énergétique.

**Dynamisme local** : la valorisation de la biomasse favorise la création d'emplois qualifiés et stimule l'économie rurale, contribuant ainsi à une richesse mieux répartie sur le territoire.

## PERSPECTIVES : VERS UNE SOUVERAINETÉ DURABLE

La transition énergétique ivoirienne dépasse le cadre d'une simple évolution technique. En s'appuyant sur des ressources locales et diversifiées, la Côte d'Ivoire se donne les moyens de construire un avenir où l'énergie sera plus prévisible et plus compétitive.



## RESSOURCES HALIEUTIQUES : LA CÔTE D'IVOIRE DÉCRÈTE LA FERMETURE SAISONNIÈRE DES PÊCHES

Le ministre des Ressources Animales et Halieutiques, Monsieur Sidi Tiémoko Touré, a annoncé l'entrée en vigueur du repos biologique 2026, à compter du 1er juillet. Dans une déclaration adressée aux acteurs de la filière pêche et aux populations, il a rappelé que cette suspension temporaire des activités constitue un impératif écologique, économique et social.

« Le repos biologique n'est pas une simple mesure administrative. Il constitue un impératif écologique, économique et social. Suspendre ou encadrer temporairement certaines activités de pêche permet de favoriser la reproduction des espèces, la croissance des juvéniles et la reconstitution naturelle des stocks », lit-on dans la déclaration du ministre.

Selon le Ministre, les résultats enregistrés depuis l'instauration progressive de cette mesure en 2023 sont encourageants. Les captures globales dans les eaux sous juridiction ivoirienne

sont passées de 85 727 tonnes en 2022 à 102 873 tonnes en 2025, soit une progression d'environ 20 %, confortant le gouvernement dans sa stratégie de gestion durable des ressources.

Pour l'édition 2026, le repos biologique sera appliqué selon deux approches. Dans les eaux marines, la pêche industrielle chalutière et celle des petits pélagiques seront totalement suspendues du 1er juillet au 31 août. La pêche semi-industrielle sera limitée au thon et aux espèces apparentées durant cette période, tandis que la pêche artisanale maritime sera interrompue du 1er au 31 juillet.



### COMMENT CALMER UNE BRÛLURE

*Une brûlure peut arriver en quelques secondes, mais les premiers gestes font toute la différence. Voici une astuce simple pour soulager la douleur et limiter les dégâts.*

#### Mode d'emploi

1. Procurez-vous un linge propre et du gel aloé vera.
2. Imbibez le linge d'eau froide et appliquez-le sur la zone affectée pendant plusieurs minutes.
3. Appliquez une couche fine de gel d'aloé vera, qui favorise la guérison et soulage la douleur.



## Humour de la Semaine

