



Dossier de la Semaine

# ENCADREMENT ET SUIVI DES DEVOIRS : COMMENT AIDER NOS ENFANTS ?

*C'est la rentrée ! Outre l'achat des fournitures et autres livres, il faut penser également au suivi pédagogique des enfants. En effet, l'encadrement et le suivi des devoirs scolaires sont des aspects cruciaux pour la réussite académique des enfants.*

**C'EST COMBIEN ?**

LES COÛTS MOYENS DES MARCHÉS DE LA SEMAINE

**PRODUIT DE SAISON**

TOUT SAVOIR SUR LE CHOU ET SES ATOUTS SANTÉ

**ASTUCE DE LA SEMAINE**

COMMENT ENLEVER DU FEUTRE SUR UN VÊTEMENT



SCANNEZ POUR ACCÉDER AUX NUMÉROS PRÉCÉDENTS !



**C**'est la rentrée ! Outre l'achat des fournitures et autres livres, il faut penser également au suivi pédagogique des enfants. En effet, l'encadrement et le suivi des devoirs scolaires sont des aspects cruciaux pour la réussite académique des enfants. Un bon encadrement permet non seulement d'améliorer les résultats scolaires, mais aussi de développer des compétences essentielles comme l'autonomie, l'organisation et la gestion du temps. Quelques stratégies pratiques à retrouver dans **LE DOSSIER DE LA SEMAINE** pour aider les enfants à bien faire leurs devoirs et rester motivés tout au long de l'année scolaire.

Appartenant à la famille des Brassicacées, le chou se décline sous plusieurs formes : chou vert, chou rouge, chou frisé, chou chinois, etc. Chacun possède ses propres vertus, mais tous partagent une richesse nutritionnelle exceptionnelle. Tout savoir sur le chou dans le **PRODUIT DE SAISON**.

Une tache de feutre sur un vêtement peut sembler catastrophique, surtout si elle est récente et colorée. Heureusement il existe une technique efficace pour éliminer ce type de tache sur les vêtements. Comment enlever les traces de feutre sur les habits ? Élément 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 |
|-------------------------------------------------|--------------------|-----------|--------|--------------|------|---------|-------------------|
|                                                 | ABIDJAN            | SAN PEDRO | BOUAKÉ | YAMOUSSOUKRO | MAN  | KORHOGO |                   |
| <b>PRODUIT VIVRIERS</b>                         |                    |           |        |              |      |         |                   |
| <b>PRODUIT DE SAISON</b>                        |                    |           |        |              |      |         |                   |
| PATATE DOUCE (kg)                               | 450                | 400       | 700    | 500          | 400  | 350     | ▼                 |
| BANANE PLANTAIN (kg)                            | 450                | 450       | 500    | 500          | 400  | 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)                               | 500                | 700       | 600    | 700          | 500  | 700     | ■                 |
| GRAINE DE PALME (kg)                            | 350                | 300       | 350    | 250          | 150  | 300     | ■                 |
| POIVRON (kg)                                    | 1000               | 1800      | 800    | 1500         | 1500 | 1500    | ▼                 |
| CHOU (kg)                                       | 500                | 650       | 400    | 1500         | 300  | 600     | ▼                 |
| TOMATE TYPE SALADE (kg)                         | 700                | 800       | 600    | 600          | 800  | 550     | ▼                 |
| HARICOT VERT (kg)                               | 800                | 500       | 1000   | 900          | 1500 | 1000    | ■                 |
| AUBERGINE N'DROWA (kg)                          | 600                | 1500      | 800    | 500          | 300  | 500     | ▼                 |
| PIMENT FRAIS (kg)                               | 1500               | 1500      | 900    | 500          | 500  | 1000    | ■                 |
| GOMBO (kg)                                      | 1500               | 1000      | 1000   | 1000         | 750  | 1000    | ■                 |
| CAROTTE (kg)                                    | 1100               | 800       | 1200   | 1500         | 1000 | 1200    | ■                 |
| CONCOMBRE (kg)                                  | 600                | 500       | 400    | 600          | 500  | 500     | ■                 |
| COURGETTE (kg)                                  | 500                |           | 400    | 500          | 800  | 500     | ■                 |
| <b>AUTRES PRODUITS POUR UNE BONNE NUTRITION</b> |                    |           |        |              |      |         |                   |
| NAVET (kg)                                      | 800                | 900       | 400    | 600          | 1000 | 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 POWDRE (400g.)                     | 700                |           |        | 500          |      |         | ■                 |
| <b>VOS PROTÉINES</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         |      |         | ■                 |
| CÔTE 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     | ■                 |
| PASTEQUE (kg)                                   |                    |           |        |              |      |         | ■                 |
| <b>CÉRÉALES ET LÉGUMINEUSES</b>                 |                    |           |        |              |      |         |                   |
| 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)                                     |                    |           |        |              |      |         | ■                 |
| NIEBÉ (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)                                       |                    |           |        |              |      |         | ■                 |

## TOUT SAVOIR SUR LE CHOU ET SES ATOUS SANTÉ

Appartenant à la famille des Brassicacées, le chou se décline sous plusieurs formes : chou vert, chou rouge, chou frisé, chou chinois, etc. Chacun possède ses propres vertus, mais tous partagent une richesse nutritionnelle exceptionnelle. Tout savoir sur le chou.



## Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

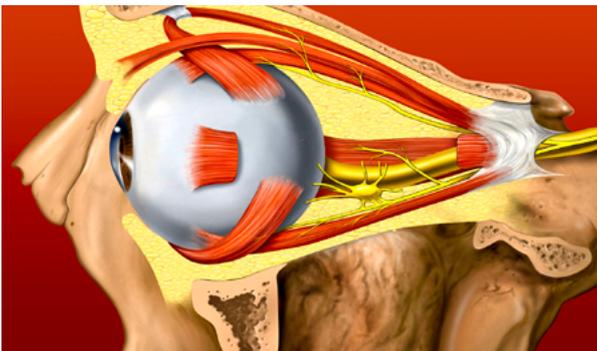
### PEUT FAVORISER L'ÉQUILIBRE HORMONAL

Les légumes crucifères, comme le chou, contiennent un composé végétal appelé indole-3-carbinol (I3C) qui agit comme un œstrogène végétal et peut contribuer à l'équilibre hormonal en régulant les niveaux d'œstrogènes. L'I3C s'est également révélé prometteur pour réduire le risque de cancer du sein et de la reproduction induit par les œstrogènes, tant chez les hommes que chez les femmes.



### BON POUR LES OS ET LA VISION

Grâce à sa richesse en vitamine K et en calcium, le chou contribue à la santé osseuse. La vitamine A, sous forme de bêta-carotène, présente dans certains types de chou aide à maintenir une bonne vision.



### EFFET DÉTOXIFIANT

Le chou est reconnu pour ses vertus détoxifiantes. Il aide le foie à éliminer les toxines et peut contribuer à la purification de l'organisme, surtout lorsqu'il est consommé cru ou légèrement cuit.



### PROTÈGE CONTRE CERTAINS CANCERS

Des recherches ont montré que les légumes crucifères, comme le chou, peuvent aider à réduire le risque de certains cancers, notamment du côlon, du poumon et de la prostate. Ceci est dû à la présence de glucosinolates, qui se transforment en substances protectrices lors de la digestion.



### Saisonnalité

Mars à juin et d'août à octobre.

### Zone de production et saisonnalité

Zone Sud : Abidjan, Songon, Tiassalé.

Zone Centre : Yamoussoukro, Toumodi, Bouaké, Djébonoua.

Zone Est : Abengourou, Agnibilékrou, Bongouanou.

Zone Nord : Korhogo.



Instantané

# SACHETS ÉCONOMIQUES

400 G  
1500 F\*



400 G  
1750 F\*



LAIT ENTIER 28%

\* PRIX MAXIMUM CONSEILLÉ

## LAITY, LE MAXIMUM D'ÉNERGIE

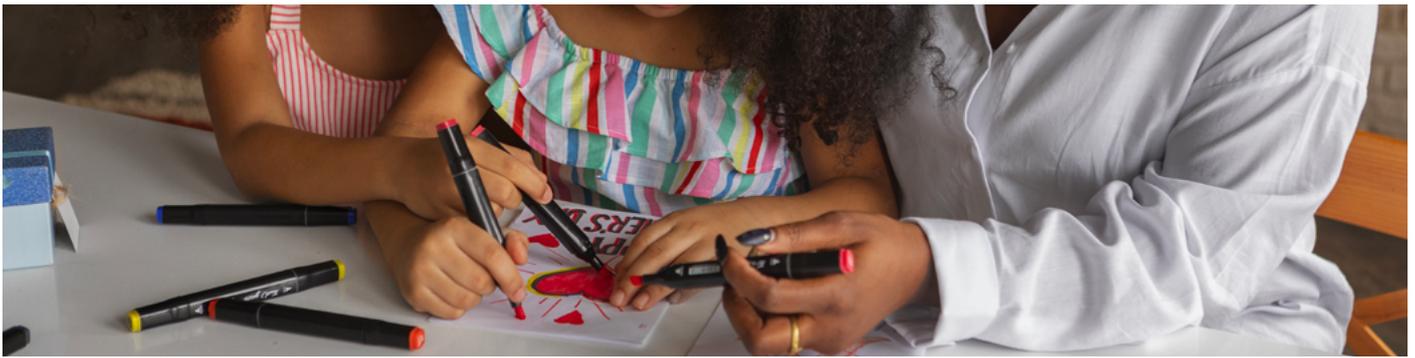




## Dossier de la Semaine

# ENCADREMENT ET SUIVI DES DEVOIRS : COMMENT AIDER NOS ENFANTS ?

*C'est la rentrée ! Outre l'achat des fournitures et autres livres, il faut penser également au suivi pédagogique des enfants. En effet, l'encadrement et le suivi des devoirs scolaires sont des aspects cruciaux pour la réussite académique des enfants. Un bon encadrement permet non seulement d'améliorer les résultats scolaires, mais aussi de développer des compétences essentielles comme l'autonomie, l'organisation et la gestion du temps. Quelques stratégies pratiques pour aider les enfants à bien faire leurs devoirs et rester motivés tout au long de l'année scolaire.*



## ÉTABLIR UNE ROUTINE

Il est important de fixer une routine quotidienne pour les devoirs. Définissez une heure précise chaque jour après l'école pour que votre enfant s'installe et commence à travailler. Cette régularité aide les enfants à se mettre dans un état d'esprit de travail et réduit les résistances face aux devoirs. Assurez-vous également que cette heure tienne compte de son niveau d'énergie, en évitant les moments où il est fatigué ou distrait.



## DIVISER LES TÂCHES

Les devoirs peuvent parfois sembler accablants, surtout lorsqu'ils impliquent de grands projets ou des études pour des examens. Apprenez à votre enfant à diviser ses tâches en petites étapes plus gérables. Cela peut inclure la répartition du travail sur plusieurs jours ou la fixation de petits objectifs intermédiaires. Cette approche réduit le stress et aide à maintenir la motivation.



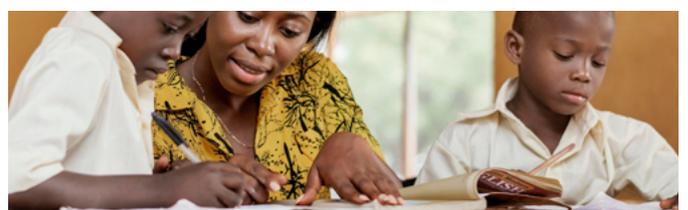
## ENCOURAGER L'AUTONOMIE

Il est important d'encourager les enfants à travailler de manière autonome. Laissez-les d'abord essayer de résoudre les problèmes par eux-mêmes avant d'intervenir. Cette pratique renforce leur confiance en leurs propres capacités et les habitue à réfléchir de manière critique. Cependant, soyez disponible pour répondre à leurs questions ou les aider en cas de besoin, sans pour autant faire le travail à leur place.



## COLLABORER AVEC LES ENSEIGNANTS

Maintenez une communication régulière avec les enseignants de votre enfant. Cette collaboration permet de suivre de près ses progrès et d'identifier les domaines où il pourrait avoir besoin d'une aide supplémentaire. Les enseignants peuvent également fournir des conseils spécifiques sur la manière de soutenir votre enfant dans certaines matières.





## ANNEE ACADÉMIQUE 2025-2026: LES RÉFORMES POUR LA NOUVELLE ANNÉE SCOLAIRE

**P**résidant la grande réunion de rentrée au titre de l'année académique 2025-2026, lundi 1er septembre 2025, au Lycée Classique d'Abidjan-Cocody, la Ministre de l'Éducation Nationale et de l'Alphabétisation, a présenté les réformes mises en œuvre par son département pour promouvoir l'excellence en milieu scolaire.

Cette année scolaire est en effet placée sous le thème : « l'éducation de qualité, levier de transformation durable de la Côte d'Ivoire ». La Ministre en charge de l'Éducation entend ainsi mobiliser toute la communauté éducative afin de relever les défis assignés à son département.

Il s'agit notamment de :

- La révision de la carte scolaire : les nouvelles normes exigent désormais l'intégration systématique d'une classe de pré-primaire dans la construction de toute nouvelle école, dans le but de généraliser l'accès au préscolaire. Désormais, c'est 7 classes au lieu de 6.
- Du soutien aux Comités de Gestion des Établissements Scolaires (COGES) : l'État a maintenu la suppression des cotisations exceptionnelles et a augmenté la subvention des COGES. Celle-ci s'élève désormais à plus de 18 milliards de FCFA.

- La valorisation des enseignants : le MENA va récompenser le « meilleur enseignant du primaire » et le « meilleur enseignant du secondaire ».

- Des Contrats d'Objectifs et de Performance (COP) : l'expérimentation des COP avec les Directeurs Régionaux sera étendue aux chefs d'établissements scolaires. Une enveloppe de plus de 3 milliards de FCFA sera allouée à 10 Inspections de l'Enseignement Préscolaire et Primaire (IEPP) et 400 collèges pour les aider dans la mise en œuvre de leurs plans d'accompagnement.

La digitalisation, qui est une mesure phare des États Généraux de l'Éducation Nationale et de l'Alphabétisation (EGENA), va, en outre, occuper une place prépondérante durant cette année scolaire avec l'introduction des Technologies de l'Information et de la Communication pour l'Enseignement (TICE) dans le programme du pré-primaire et du primaire.

Enfin, le découpage de l'année scolaire 2025-2026 s'établit comme suit :

- Le premier trimestre : du lundi 08 septembre au vendredi 28 novembre 2025 ;
- Le second trimestre : du lundi 1er décembre 2025 au vendredi 27 février 2026 ;
- Le troisième trimestre du lundi 02 mars au vendredi 08 mai 2026.



### COMMENT ENLEVER DU FEUTRE SUR UN VÊTEMENT

*Une tache de feutre sur un vêtement peut sembler catastrophique, surtout si elle est récente et colorée. Heureusement il existe une technique efficace pour éliminer ce type de tache sur les vêtements. Comment enlever les traces de feutre sur les habits ? Élément de réponse.*

#### Mode d'emploi

1. Placez un chiffon propre ou de l'essuie-tout sous la tache.
2. Tamponnez la tache avec un coton imbibé d'alcool sans frotter. Changez le coton au fur et à mesure que l'encre se transfère.
3. Rincez à l'eau claire puis lavez normalement.

## Humour de la Semaine





## 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](http://www.cnlvc.ci)

 conseil national de lutte  
contre la vie chère

 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