



COMON
Bureau COMON

Dossier de la Semaine

ENCADREMENT SCOLAIRE : LE PROFIL DU BON REPETITEUR

La réussite scolaire est un enjeu majeur pour les élèves et leurs familles. Recourir à un répétiteur peut alors s'imposer comme une solution pour surmonter les difficultés que peuvent rencontrer les enfants.

C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES
MARCHÉS DE LA SEMAINE

PRODUIT DE SAISON

LES MULTIPLES BIENFAITS DE LA
PISTACHE

ASTUCE DE LA SEMAINE

COMMENT NETTOYER UNE
TÂCHE DE CAFÉ



SCANNEZ POUR
ACCÉDER
LES NUMÉROS
PRÉCÉDENTS !



Voilà un mois que les élèves ont repris le chemin de l'école. Après les inscriptions et l'achat des fournitures, se pose bien souvent la question de l'accompagnement scolaire. En effet, la réussite scolaire est un enjeu majeur pour les élèves et leurs familles. Recourir à un répétiteur peut alors s'imposer comme une solution pour surmonter les difficultés que peuvent rencontrer les enfants. Quel est le profil du bon répétiteur ? Quels sont les critères à privilégier pour garantir un encadrement scolaire de qualité ? le **DOSSIER DE LA SEMAINE** vous donne des conseils pour mieux orienter vos choix.

La pistache est un incontournable de la cuisine ivoirienne surtout en période de fête. Au-delà de son goût succulent en sauce, ce fruit sec, issu du pistachier, regorge de nutriments essentiels et possède de nombreuses vertus pour la santé. Découvrons ensemble dans la rubrique **PRODUIT DE SAISON** les apports nutritionnels de la pistaches.

Renverser du café sur de la moquette ou un tissu peut arriver même aux plus précautionneux. Malheureusement, ces tâches de café peuvent être souvent tenaces et difficiles à éliminer. Heureusement, il existe une astuce simple et rapide, 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 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 (FRS)						TENDANCE DES PRIX				
	DANANA	SAN PEDRO	BONAÏ	YAMOUSSOUKRO	VIARA	KOFIHO					
PRODUIT VIVRIERS	PRODUIT DE SAISON	PATATE DOUCE (kg)	400	600	1000	1000	500	400	▲		
		BANANE PLANTAIN (kg)	400	1000	1000	1000	300	600	■		
		IGNAME KPONAN GHANA (kg)	500	600	700	700	600	800	■		
		IGNAME KLEGLE (kg)	600			700		800	■		
		IGNAME ASSAWA (kg)		600	600				▲		
		IGNAME BETE BETE (kg)	400			350	500		■		
		PATE DE PLACALI (kg)		500		500			■		
		OIGNON BLANC (kg)	550	700	600	600	600	650	■		
		GRAINE DE PALME (kg)	350	250	300	500	150	300	■		
		POIVRON (kg)	1300	1500	600	1000	1200	1500	▼		
		CHOU (kg)	600	575	400	600	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 (400 g.)	2000				1000	1500			■		
PATE D'ANACARDE (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						■		
		PRODUIT VIVRIERS	FRUIT	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			■		
ANANAS (kg)	400				900	1000	700	500	■		
CITRON (kg)	500				875	500	720	900	■		
AVOCAT (kg)	700				800	1000	500	500	■		
PRODUIT VIVRIERS	CEREALES ET LÉGUMINEUSES	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)							■		
		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						■		
PRODUIT VIVRIERS	DIVERS	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)							■		
		SUCRE ROUX (kg)			1000	1000			■		
SUCRE BLANC (kg)							■				
LAIT LIQUIDE (L)							■				
GINGEMBRE (kg)			300	700			■				
FEUILLE DE BISSAP (kg)							■				
TOMI (kg)							■				



LES MULTIPLES BIENFAITS DE LA PISTACHE

La pistache est un incontournable de la cuisine ivoirienne surtout en période de fête. Au-delà de son goût succulent en sauce, ce fruit sec, issu du pistachier, regorge de nutriments essentiels et possède de nombreuses vertus pour la santé. Découvrons ensemble les apports nutritionnels de la pistache.

Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

BON POUR LE CERVEAU

Grâce à leur richesse en vitamine B6, les pistaches participent au bon fonctionnement du système nerveux et favorisent la production de neurotransmetteurs, tels que la sérotonine et la dopamine. Une poignée de pistaches peut donc soutenir votre mémoire et votre concentration.



BON POUR LES YEUX

Les pistaches contiennent de la lutéine et de la zéaxanthine, deux antioxydants qui jouent un rôle essentiel dans la protection de la rétine contre les effets néfastes de la lumière bleue et du vieillissement.

LUTTE CONTRE LA FATIGUE

En cas de fatigue, misez sur les pistaches. Ces dernières contribuent aux fonctions cognitives et aux systèmes nerveux tout en apportant de l'énergie à l'organisme. Toutes ces propriétés proviennent de leurs micronutriments très reconnus pour réduire la fatigue, tels que le magnésium, le fer, la vitamine B9 et la vitamine B6.



BON POUR LES OS

Une perte de minéralisation osseuse accroît leurs fragilités et les risques de fractures. Les pistaches regorgent de minéraux et d'oligo-éléments qui vont être stockés dans les os. Cette minéralisation renforce la solidité des os. Par l'apport de ces minéraux, les pistaches participent à la solidité des os, à intégrer dans le cadre d'une alimentation équilibrée.



Saisonnalité

Juillet à novembre

Zone de production

Zone Nord (Katiola, Ferkessedougou, 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 SCOLAIRE : LE PROFIL DU BON RÉPÉTITEUR

Voilà un mois que les élèves ont repris le chemin de l'école. Après les inscriptions et l'achat des fournitures, se pose bien souvent la question de l'accompagnement scolaire. En effet, la réussite scolaire est un enjeu majeur pour les élèves et leurs familles. Recourir à un répétiteur peut alors s'imposer comme une solution pour surmonter les difficultés que peuvent rencontrer les enfants. Quel est le profil du bon répétiteur ? Quels sont les critères à privilégier pour garantir un encadrement scolaire de qualité ?



Solide maîtrise des contenus scolaires

Le bon répétiteur est avant tout une personne compétente dans les matières qu'il enseigne. Il connaît parfaitement les programmes scolaires, les exigences des examens et les méthodes pédagogiques adaptées à chaque niveau. Qu'il soit étudiant, enseignant ou professionnel, il doit être capable d'expliquer clairement les notions, d'adapter son discours et d'apporter des exemples concrets pour faciliter la compréhension.

Avoir une excellente capacité pédagogique

Une bonne connaissance des matières ne suffit pas. Le bon répétiteur doit également faire preuve de pédagogie. Il doit être patient, à l'écoute et capable de s'adapter au rythme de l'élève. Son rôle est de diagnostiquer les difficultés, de proposer des approches personnalisées et de redonner confiance à l'élève. La pédagogie passe aussi par la valorisation des progrès, même minimes, pour encourager la persévérance.

Savoir écouter et comprendre

Un bon répétiteur sait que chaque élève est unique. Il prend le temps d'écouter, de comprendre les blocages et d'instaurer un climat de confiance. La bienveillance est essentielle : elle permet à l'élève de poser des questions librement, sans crainte d'être jugé. Cette relation de confiance est souvent la clé de la progression.

Être organisé et rigoureux

Un accompagnement scolaire efficace repose sur une certaine méthodologie. Le bon répétiteur est organisé : il planifie les séances, fixe des objectifs clairs, suit les progrès régulièrement et adapte son programme en fonction des résultats. Il peut également aider l'élève à adopter de bonnes habitudes de travail, comme la gestion du temps ou la prise de notes.

Motivant et engagé

Un bon répétiteur est impliqué dans la réussite de son élève. Il ne se contente pas de "faire réciter les leçons", mais cherche à susciter l'intérêt, à motiver, à éveiller la curiosité. Par son attitude, il devient un modèle de rigueur et de passion pour le savoir, ce qui peut avoir un effet très positif sur l'élève.

Le bon répétiteur est bien plus qu'un simple accompagnant scolaire. Il est à la fois pédagogue, coach, mentor et parfois même confident. Son rôle ne se limite pas à transmettre des connaissances, mais s'étend au développement global de l'élève, tant sur le plan scolaire que personnel. Choisir un bon répétiteur, c'est donc investir dans un encadrement de qualité qui peut transformer une scolarité difficile en un parcours de réussite.



OCTOBRE ROSE : UNE UNITÉ DE DÉPISTAGE DES CANCERS FÉMININS INSTALLÉE À COCODY

Le ministère de la Femme, de la Famille et de l'Enfant (MFFE) a procédé, mercredi 8 octobre 2025, au lancement officiel d'une unité de dépistage du cancer du sein et du col de l'utérus, au sein de la Cellule médico-sociale (CMS) de la Riviera Palmeraie, à Abidjan, en marge des activités du mois d'Octobre rose.

Cette initiative s'inscrit dans la dynamique de lutte contre les cancers féminins, considérés comme des problèmes majeurs de santé publique en Côte d'Ivoire. Elle vise à renforcer la prévention et le diagnostic précoce de ces maladies, qui touchent particulièrement les femmes en âge de procréer.

Le directeur de cabinet du MFFE, Moussa Diarrassouba, a salué l'appui technique et logistique du laboratoire Roche, partenaire de ce projet, tout en réaffirmant l'engagement du ministère à intensifier la sensibilisation et le dépistage.

Pour sa part, la directrice de la CMS, Dr Améthier Solange, a rappelé que cette unité vient renforcer le rôle de la cellule médico-sociale, espace d'écoute, de prévention et de soins dédié à la santé et au bien-être des femmes, des enfants et du personnel du ministère.

La présidente de la Coalition des ONG de lutte contre le cancer, Fadiga Fatou, a salué cette action du Gouvernement qui vient compléter les efforts de la société civile dans la sensibilisation et le dépistage. Elle a plaidé pour le déploiement de camions mobiles de mammographie et d'échographie afin de toucher les zones rurales.

Dotée d'équipements modernes, la nouvelle unité servira également de centre d'information, de sensibilisation et de formation continue pour le personnel médical. Ce projet constitue une étape importante dans la promotion de la santé de la femme et la réduction de la mortalité liée aux cancers gynécologiques en Côte d'Ivoire.



COMMENT NETTOYER UNE TÂCHE DE CAFÉ

Renverser du café sur de la moquette ou un tissu peut arriver même aux plus précautionneux. Malheureusement, ces tâches de café peuvent être souvent tenaces et difficiles à éliminer. Heureusement, il existe une astuce simple et rapide, à découvrir.

Mode d'emploi

1. Dans une petite tasse, mélangez à parts égales de l'eau et du vinaigre blanc.
2. Munissez-vous d'un papier absorbant et posez-le sur la tâche de café.
3. Versez un peu de votre mélange sur le papier absorbant et la tâche avant de tamponner doucement sur la tâche, plusieurs fois.
4. Rincez ensuite à l'eau froide.



Humour de la Semaine





Ensemble c'est possible



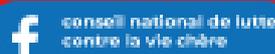
Infoline Secrétariat Exécutif

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**