



MAISON FAMILIALE RURALE DU LOCHOIS

49 Rue H Lhéritier de Chézelle

Les Bournais

37600 LOCHES

Tél : 02 47 91 54 15 Fax : 02 47 91 53 73

Mail : mfr.loches@mfr.asso.fr

Site : www.mfrlochois.fr

**METHODOLOGIE ET
ORGANISATION
DU TRAVAIL DANS L'ENTRETIEN
DU CADRE DE VIE ET DU LINGE**

RÉUSSIR
autrement

PROPOSITION DE FORMATION

PROGRAMME

Méthodologie et organisation du travail dans l'entretien du cadre de vie et linge.

OBJECTIFS DU MODULE

- ↳ Développer la méthodologie en tenant compte des priorités.
- ↳ Perfectionner les techniques de travail pour gagner en temps et en efficacité.
- ↳ Privilégier l'hygiène et la sécurité dans l'exécution du travail.
- ↳ Adapter ses prestations et son professionnalisme aux habitudes de l'employeur.

CONTENU

2 Pôles principaux :

- ↳ L'entretien du cadre de vie
- ↳ L'entretien du linge

ENTRETIEN DU CADRE DE VIE

Notion d'hygiène et de sécurité

- Le lavage des mains
- Tenue

Appréhender les risques sanitaires

Organisation du travail

- Gestes et Postures (acquérir de bonnes habitudes de travail en préservant sa santé)
- Comment organiser son travail et le réaliser avec efficacité, avec peu de moyens matériels (appareils – outils)
- Comment effectuer des économies dans le choix des produits

Les Produits

- Classification et spécificité
- Savoir lire une étiquette
- Choix, utilisation, prix et rangement
- Produits de substitution

Etude des modes opératoires et d'un produit spécifique : l'eau de javel

Cuisine

Techniques simples

- Utilisation des restes
- Préparation des repas
- Valorisation des plats
- Notion de diététique

Le Matériel

- Principe de fonctionnement
- Précaution d'utilisation et d'entretien

Connaître le matériel afin de l'utiliser au mieux

S'adapter au matériel disponible

Techniques d'entretien

- En fonction des supports
- En fonction des différentes pièces : sanitaires / cuisine / chambre / pièce à vivre
- Entretien courant – hebdomadaire – à fond
- Entretien du matériel spécifique : réfrigérateur, vitres...

Perfectionner les techniques de base et les méthodologies de travail pour l'entretien du cadre de vie d'un particulier

Adapter ses prestations aux habitudes de l'employeur et professionnaliser ses gestes.

ENTRETIEN DU LINGE

Règles élémentaires d'hygiène, de sécurité et d'ergonomie

➔ Notion de circuit propre – circuit sale et de travail en ligne
Appréhender les risques sanitaires

Gestion de l'activité

➔ Organisation dans le temps et dans l'espace
Acquérir de bonnes habitudes de travail en préservant sa santé

Tri du linge

➔ Observation du linge et séparation
➔ Connaissance des différents textiles par la lecture des étiquettes et codes d'entretien
➔ Techniques et astuces de détachage du linge
Parvenir à trier le linge de façon rationnelle pour un entretien efficace et sans risques

Le lavage du linge (main – machine)

- ➔ Produits et matériels
- ➔ Techniques et modes opératoires
- ➔ Précautions et économies possibles (savoir s'adapter à différents produits, économiser et optimiser leur utilisation)

Le séchage du linge

- ➔ Techniques d'étendage
- ➔ Modes opératoires du sèche linge et précautions d'utilisation

Le repassage

- ➔ Les matériels et produits facilitant le repassage
- ➔ Les techniques de repassage et de pliage du linge plat, du linge ouvert et du linge en forme

METHODE

Méthode inductive

La formation s'appuiera sur les situations vécues par les participants et difficultés rencontrées dans leur travail quotidien afin d'y apporter des réponses

Mise en situation pratique

Travail à partir de fiches techniques

Etude de produits et d'étiquettes en réel

INTERVENANTS

Mme VILAIN Valérie

Titulaire du BTS « ESF » (Economie Sociale Familiale)

Formatrice de la Maison Familiale Rurale du Lochois (17 d'ancienneté).

DUREE

5 jours de 7h00 soit au total 35h00

Sur 3 semaines soit :

- 1 journée la 1^{ère} semaine
- 2 journées la 2^{ème} semaine
- 2 journées la 3^{ème} semaine

Proposition à l'année

- stage en Novembre
- stage en Avril

LIEU

Locaux de :

la Maison Familiale Rurale du Lochois
49 Rue H Lhéritier de Chézelle
Les Bournais
37600 LOCHES

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Groupes de 8 stagiaires

COUT

Voir devis ci-joint.

Possibilité de restauration sur place : 9€ / repas