Formation
“Les bonnes pratiques de l'assistante ménagère”

Formation qualifiante

Durée :
4h00

Tarif :
100.00 € HT

Formation en Distanciel

Public :

Toute personne souhaitant acquérir ou renforcer ses compétences en entretien du domicile, que ce soit pour découvrir le secteur ou pour revoir ses méthodes et bonnes pratiques.

Prérequis :

Travailler dans le secteur du service à la personne.

Modalités et délais d'accès :

Dates définies avec l'entreprise. Délai d'accès estimé à 2 à 4 semaines après la demande, selon les disponibilités et l'organisation des sessions.

Moyens pédagogiques :

- Plateforme e-learning dédiée : accès à des contenus interactifs et des modules en ligne.
- Découpage pédagogique : utilisation de granules d’apprentissage pour un format micro-learning, favorisant une assimilation progressive et continue des savoirs.
- Formation engageante mettant en avant l’essai/erreur et des modalités pédagogiques variées.

Objectifs pédagogiques :

- Connaître et utiliser les produits et matériels ménagers adaptés
- Maîtriser l’entretien complet d’un domicile et la gestion du linge
- Appliquer les règles de prévention et sécurité au domicile d’un client
- Optimiser l’organisation et la structuration d’une prestation de ménage

Programme de la formation :

Chapitre 1 : Organisation, produits et matériels ménagers

1. **Choix et utilisation des produits ménagers :**
   - Types de produits, compatibilité avec les surfaces, précautions d’usage.
2. **Choix du matériel ménager et entretien :**
   - Entretien et efficacité des outils (aspirateurs, microfibres, etc).
3. **Organisation d’une prestation de ménage :**
   - Gestion du temps, méthodes d’intervention.
4. **Structuration d’une prestation de ménage :**
   - Enchaînement des tâches pour un nettoyage efficace.
5. **Nettoyage d’une maison à étage :**
   - Gestion du matériel, optimisation des déplacements.
6. **Les différents matériaux à nettoyer :**
   - Bois, carrelage, inox, verre, textiles…
7. **Implication du bénéficiaire âgé, si présent :**
   - Communication, respect des habitudes et des préférences.

Chapitre 2 : Entretien complet d’une maison

1. **Entretien des pièces :**
   - Techniques spécifiques pour les vitres, toilettes, salon, bureau, salle à manger, cuisine, chambres, salle de bain.
2. **Nettoyage et entretien des appareils électroménagers :**
   - Réfrigérateur, four, lave-vaisselle, micro-ondes, etc.
3. **Gestion et tri des déchets :**
   - Principes du tri sélectif, bonnes pratiques écologiques.
4. **Entretien des poubelles :**
   - Fréquence, désinfection, élimination des mauvaises odeurs.

- Approche individualisée : chaque apprenant progresse à son rythme et a un accès flexible à la plateforme.

<u>Moyens techniques</u> :

Au choix : ordinateur, tablette ou téléphone avec accès internet.

<u>Satisfaction et évaluation</u> :

Une évaluation finale de 30 minutes permet de valider les acquis. La formation est validée à partir de 70 % de bonnes réponses.

<u>Évaluation de l'action de formation</u> :

- A chaud, dès la fin de la formation, pour mesurer votre satisfaction et votre perception de l'évolution de vos compétences par rapport aux objectifs de la formation. Avec votre accord, votre note globale et vos verbatims seront publiés sur notre site au travers d'avis/témoignages.

- A froid, 60 jours après la formation pour valider le transfert de vos acquis en situation de travail.

Suivi des présences et remise d'une attestation individuelle de formation ou d'un certificat de réalisation.

<u>Assistance technique</u> :

contact@asf-formation.fr

Chapitre 3 : Gestion et soin du linge au quotidien

1. Techniques de lavage du linge et linge délicat :
- Température, programmes adaptés, lavage à la main.

2. Séchage du linge :
- A l'air libre, en machine, précautions selon les matières.

3. Techniques de pliage du linge :
- Optimisation du rangement.

4. Techniques de repassage et entretien du fer :
- Température selon les tissus, astuces pour éviter les plis.

5. Repassage d'une chemise :
- Méthode étape par étape.

6. Rangement et rotation du linge :
- Organisation pour éviter l'usure prématurée.

Chapitre 4 : Prévention et sécurité au domicile d'un client :

1. Identifier les risques domestiques courants :
- Chutes, brûlures, intoxications, électrocution, coupures…

2. Prévention et gestion des sinistres chez un client :
- Premiers réflexes en cas d'incident.

3. Gestes et postures :
- Prévention des douleurs, techniques pour préserver son dos et ses articulations.



Académie Savoir & Faire (GO LEARN) - 3 rue René Dupont 08090 TOURNES
Société par Action Simplifiée enregistrée au RCS de Sedan sous le numéro 930165246 - Siret 930 165 246 00016
CODE NAF : 8559A - NDA : 44 08 00740 08 – Certification QUALIOPI : N° 24FOR02265.1
N° habilitation SST : H36022/2025/SST-1/O/09 – N° habilitation Prap-2S : H38106/2026/Prap-2S-1/O/09
Tél 03 24 29 91 16 – contact@asf-formation.fr – www.asf-formation.fr