

# Liste des tâches admises

Dans ce tableau, découvrez les tâches qu'un.e aide-ménager.e peut faire, ainsi que celles non autorisées

## ✓ L'aide-ménager.e peut

### À domicile

- ✓ Nettoyer les sols, escaliers et vitres
- ✓ Ranger au préalable les espaces pour nettoyer
- ✓ Nettoyer et désinfecter les sanitaires / cuisines
- ✓ Utiliser l'aspirateur et aspirer les surfaces
- ✓ Dépoussiérer et nettoyer avec des produits adaptés à la surface à traiter
- ✓ Nettoyer et ranger l'intérieur des armoires et des tiroirs
- ✓ Evacuer et enlever les déchets, et respecter le tri sélectif
- ✓ Effectuer la vaisselle, dresser et débarasser la table
- ✓ Vider et/ou remplir le lave-vaisselle
- ✓ Faire les lits
- ✓ Préparer ou réchauffer les repas
- ✓ Laver, repasser, raccommoder le linge, recoudre des boutons
- ✓ Arroser les plantes intérieures

### Hors du domicile
















- ✓ Le repassage et le raccommodage
- ✓ Les courses ménagères
- ✓ Le transport accompagné de personnes à mobilité réduite (avec véhicule adapté fourni par vos soins)

## ✗ L'aide-ménager.e ne peut pas












- ✗ Monter sur une escabelle de plus de trois marches
- ✗ Faire des travaux de réparation, aménagement et construction du bâtiment
- ✗ Tapissage et peinture
- ✗ Entretien du jardin
- ✗ Baby-sitting, garde d'enfant(s) malade(s) et garde de personne(s) âgée(s) ou handicapée(s)
- ✗ Travail d'aide familiale ou aide-soignante
- ✗ Garde, soins aux animaux et le nettoyage des excréments et litière(s)
- ✗ Travaux administratifs en dehors des démarches à effectuer (titres-services, planning, carnet de reçus,...)
- ✗ Nettoyage des parties professionnelles du bâtiment, les communs d'immeuble
- ✗ Nettoyage de la voiture
- ✗ Entretien du poêle limité au nettoyage extérieur de la vitre
- ✗ Déménagement des meubles

# L'utilisation des produits chimiques et du matériel

Tableau récapitulatif sur les dangers des produits et les moyens de substitution ainsi que le matériel nécessaire fourni par le client.

Utilisation	Danger	Produits de substitution
 <p><b>Laver le sol</b></p>	 <p>Peuvent être toxiques ou provoquer des irritations, voire des allergies respiratoires.</p>	 <p>Selon le type de sol, mélange d'eau et de vinaigre blanc ou de savon de Marseille. Si le sol est vraiment très sale, utiliser un produit nettoyant multi usage d'origine végétale adapté au sol.</p>
 <p><b>Faire la vaisselle</b></p>	 <p>Détergents composés d'agents nettoyants irritants pour la peau et pouvant provoquer crevasses, dessèchement et allergies.</p>	 <p>Savon de Marseille ou savon noir. Cristaux de soude : détachent et redonnent de l'éclat aux verres (trempage avec de l'eau chaude, aux casseroles et poêles (couche de cristaux + eau bouillante) + utilisation de gants de vaisselle.</p>
 <p><b>Laver la salle de bain</b></p>	 <p>Contiennent des acides, des colorants, des parfums et autres agents. Risques d'irritations des yeux et des voies respiratoires ou de brûlures.</p>	 <p>Savon de Marseille pour le sol, du vinaigre blanc pour le calcaire (robinetterie, paroi de douche, miroir) avec une utilisation de gants de vaisselle.</p>
 <p><b>Laver les vitres</b></p>	 <p>Contiennent de l'ammoniaque et peuvent déclencher des irritations des voies respiratoires. L'exposition prolongée est encore plus dangereuse.</p>	 <p>Papier journal froissé avec du vinaigre blanc dilué dans l'eau. Ou une goutte de savon vaisselle avec du vinaigre blanc et de l'eau tiède.</p>
 <p><b>Nettoyer le four</b></p>	 <p>Peuvent réellement nuire à la santé. Vendus en aérosols. Graves brûlures en cas de projection dans les yeux ou sur la peau. Irritation des voies respiratoires par inhalation. Une ingestion entraîne des brûlures du tube digestif.</p>	 <p>Lavage régulier du four avec de l'eau chaude et un produit multi usage écologique ou du savon de Marseille.</p>



# L'utilisation des produits chimiques et du matériel

Utilisation	Danger	Produits de substitution
 <b>Eau de javel</b>	 Ne nettoie pas, mais décolore et désinfecte (inutile de l'utiliser comme détergent). Son utilisation excessive ou imprudente peut provoquer des maux de tête et des nausées, des brûlures aux yeux et sur la peau.	 Si possible, supprimer son emploi !  Cristaux de soude, savon de Marseille, savon noir, vinaigre blanc, citron. Solution hydroalcoolique (min 70% vol).
 <b>Gel pour WC</b>	 Composés de détergents, d'acides et de parfums pouvant causer des brûlures et des irritations.	 Vinaigre préalablement chauffé dans la cuvette (laisser agir assez longtemps). Les cristaux de soude peuvent aussi être utilisés, mélangés avec du vinaigre.
 <b>Blocs pour WC</b>	 Composés de détergents, d'acides et de parfums pouvant causer des brûlures et des irritations.	 Eviter l'emploi des blocs WC. Nettoyer en utilisant du vinaigre blanc peu dilué dans de l'eau chaude (laisser agir longtemps).
 <b>D�sodorisants</b>	 Les sprays et blocs (parfums d'ambiance, désodorisants,...) pénètrent facilement dans les voies respiratoires. Ils sont une source de réactions allergiques.	 Aérer !

**L'ammoniaque et l'eau de javel sont à éviter!**

# L'utilisation des produits chimiques et du matériel

Check-list afin de posséder le matériel indispensable pour  
une prestation de qualité !

Matériel indispensable pour le nettoyage	 OK	 NON OK
<b>Raclette sol</b> (avec manche télescopique ou taille correspondant à la hauteur de l'épaule de la travailleuse)		
<b>Seaux plastiques</b> d'une contenance adaptée 10L et/ou 5L avec une anse solide, minimum un seau de 10L		
<b>Torchons</b> (souples et en bon état)		
<b>5 lavettes microfibr�s</b> de minimum deux couleurs différentes (souples et en bon état) > les couleurs différentes permettent une utilisation hygiénique des lavettes.		
<b>Point d'eau froide et chaude</b>		
<b>Détergent multi-usage</b> (produit non agressif dans l'emballage d'origine, bien étiqueté et adapté à la surface à traiter) > sol, vaisselle, sanitaire		
<b>Aspirateur</b> (en bon état de fonctionnement, manche télescopique) > sac aspirateur (si besoin)		
<b>Essuie vaisselle et main</b>		
<b>Savon pour les mains</b>		
<b>Sac poubelle</b>		
<b>Brosse WC</b>		
<b>Un escabeau de 3 marches maximum</b> , stable et en bon état (le.la travailleur.euse peut monter à une hauteur d'un mètre maximum)		


# L'utilisation des produits chimiques et du matériel

Check-list afin de posséder le matériel indispensable pour une prestation de qualité !

Matériel indispensable pour le nettoyage (suite)	OK	NON OK
Brosse / ramassette + un balai		
Raclette pour les vitres		
Lavette pour les vitres + éponge		
Paire de gants de ménage		
Tête de loup (avec long manche ou téléscopique)		

Matériel indispensable pour le repassage	OK	NON OK
Planche à repasser (réglable en hauteur et en bon �tat)		
Fer à repasser (en bon �tat)		

Nous rappelons également l'importance de toujours avoir du **matériel propre** lors de chaque prestation



# Gestion des animaux de compagnie

Fiche récapitulative des risques liés à la présence d'animaux chez les clients et des conseils de prévention.

## ! Contexte, dangers & risques








Les clients peuvent disposer d'animaux à la maison : chat(s), chien(s), oiseau(x), NAC, terrarium.

Indépendamment de la nature de l'animal, de son espèce, de sa taille, les risques inhérents demeurent :



### Comportement imprévisible





*Par sa nature, un animal conserve un comportement non prévisible. Ce qui est vrai un jour, ne l'était pas hier, ni ne le sera demain.*

-  **Morsure**
-  **Griffure**
-  **Maladies**
-  **Allergies**
-  **Peur, stress**
-  **Chute**



## Signalement des (nouveaux) animaux



-  Le client doit fournir toutes les informations à son agence concernant les animaux présents à son domicile (nombre, espèce, etc)
-  Le client doit prévenir de l'arrivée d'un nouvel animal et le signaler avant la prestation de l'aide-ménager.e auprès de son agence
-  Le client doit avoir reçu les consignes de bonnes pratiques de cette procédure
-  L'aide-ménager.e doit avoir été informée de la présence d'animaux (nouveaux ou anciens) avant sa (première) prestation



## Bonnes pratiques



### Idéalement

L'animal doit être mis à l'écart dans une pièce où l'aide-ménager.e n'entre pas.

**En cas de présence du client** : l'animal pourra être déplacé, par le client, dans une autre pièce, pour laisser la possibilité à l'aide-ménager.e d'y faire le nettoyage.

**En cas d'absence du client** : l'animal ne sera pas déplacé, le nettoyage de cette pièce se fera à la prestation suivante.

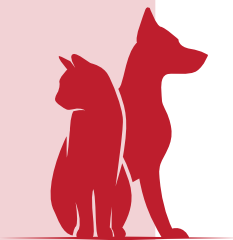


Dans tous les cas, il est interdit de prendre en charge et de soigner les animaux de compagnie (nourrissage, lavage, brossage et promenade) ainsi que le nettoyage de la litière.



### Aide-ménager.e, les comportements à éviter :

- ✗ Avoir des gestes rapides près de l'animal
- ✗ Avoir l'animal dans son environnement de travail/ passage
- ✗ Aspirer près de l'animal
- ✗ Être proche de l'animal lorsqu'il boit/ se nourrit/ se repose
- ✗ Caresser l'animal / jouer avec l'animal
- ✗ Déplacer l'animal



### Bon à savoir

Eviter ces comportements réduit grandement le risque de morsure, griffure, chute et de transmission de maladie.



### Aide-ménager.e, les bons gestes à adopter :

- Se **laver/ désinfecter les mains** après avoir touché un animal
- Vigilance accrue d'**une travailleuse enceinte** (transmission de maladies)





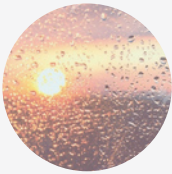
# Fortes chaleurs ou grand froid ? Que faire ?

La sécurité et le bien-être de nos travailleur.euse.s est plus que jamais l'une de nos priorités. Voici quelques conseils à respecter lors de fortes chaleurs ou de grand froid :





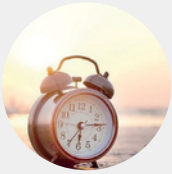
## L'importance de l'hydratation

-  Une hydratation régulière avec de l'eau fraîche est importante. Il est recommandé de placer les boissons fraîches au réfrigérateur durant la prestation.
-  En cas de froid, il est conseillé d'avoir des boissons tempérées à disposition.




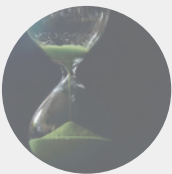
## Le nettoyage des vitres est déconseillé

-  Le nettoyage des vitres exposées en plein soleil par forte chaleur est déconseillé. Il est préférable de prévoir cette tâche à un autre moment, lorsque la température est plus fraîche.
-  Également, le nettoyage des vitres ne peut pas être effectué lorsqu'il gèle. Il est recommandé de les nettoyer un jour où il fait doux, sans pluie et à l'abri du soleil.





## La prestation peut démarrer plus tôt

-  En cas de forte chaleur, l'aide-ménagère.e peut commencer le travail plus tôt avec l'accord de son·sa client·e et de sa référente.




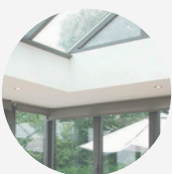
## Chaleur = travail plus lent / Froid = travail plus difficile

-  Avec la chaleur, il est possible que le travail de l'aide-ménagère.e se fasse plus lentement.
-  Avec le froid, le travail est plus difficile. Un minimum de 16 degrés dans le domicile du client est nécessaire.





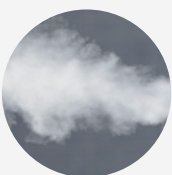
## Les tâches peuvent être alternées

-  Il est conseillé pour l'aide-ménagère.e d'alterner les tâches plus intenses (pousser,...) avec celles plus légères afin de travailler de la façon la plus ergonomique possible et d'éviter tout coup de chaleur éventuel.




## Le nettoyage de la véranda / grenier

-  Il est déconseillé de nettoyer la véranda ou le grenier lorsqu'il fait trop chaud. Il est recommandé de nettoyer ces pièces à un moment ou un jour plus frais.
-  En cas de froid, il est conseillé de nettoyer ces pièces un jour plus tempéré (excepté si la véranda est chauffée).



## L'utilisation du fer à repasser ou alternative au moment le plus frais

-  Dans la mesure du possible, l'utilisation d'un appareil produisant beaucoup de chaleur, comme le fer à repasser, doit se faire au moment le moins chaud de la journée ou dans une pièce fraîche et ventilée lors de la prestation.