



## Formation remue-ménage

### Offre de prestation

### Objectifs et type de pédagogie

- Comprendre les impacts du nettoyage (produits d'entretien) sur la santé, l'environnement associés aux produits d'entretien.
  - Apprendre les ingrédients de base et recettes pour fabriquer soi-même des produits d'entretien naturels.
  - Apprendre à décrypter les étiquettes des produits du commerce de différentes marques.
- Fabriquer quelques produits de base pour nettoyer et entretenir les surfaces au naturel.
  - Notre méthodologie donne une place primordiale à l'expérimentation, au vécu, et à l'échange entre participants.

### Déroulé de la journée de formation et contenu

- ❖ *Accueil : représentation initiale* : que veut dire nettoyer pour vous ? Vos attentes par rapport à cette journée ? Photo langage : photos dispersées sur la table, les participants piochent une/deux photos pour illustrer leur propos et on fait un tour de table : chacun s'exprime (s'il le souhaite) (30 minutes)
- ❖ *Présentation du PowerPoint : approche théorique et interactive* (1h30)
  - Tour d'horizon des dangers liés à l'utilisation des produits d'entretien du commerce conventionnels,
  - Les tensioactifs,
  - Composition des produits de nettoyage,
  - La biodégradabilité,
  - L'étiquetage,
  - Pictogrammes,
  - Nettoyer/désinfecter,
  - Produits écologiques : caractéristiques,
  - Les labels,
  - Produits de base,
  - Les trucs de « grand-mère » qui fonctionnent.
- ❖ *Questions-réponses/témoignages* (30-45 minutes)

#### Pause de midi (45minutes)

- ❖ Lecture et décryptage d'étiquettes de produits d'entretien du commerce (30minutes)
- ❖ Fabrication de produits d'entretien naturels (2h)
  - Produit wc
  - Nettoyant/désinfectant multi- usages
  - Produit de lessive
  - Crème à récurer
  - Détachant de base pour vêtements



- Produit dégraissant au citron
- ❖ *Evaluation de la journée* : attentes rencontrées : partages des vécus et apprentissages (20minutes)
- ❖ *Soin personnel pour chaque participant* : soin du visage avec des ingrédients naturels (sucre, huile d'olive, miel) (gommage et nettoyage à chaud du visage) (entretien du corps en écho à l'entretien de son intérieur, prendre soin de sa maison, c'est prendre aussi soin de soi et de son environnement : tout est lié !)

\*Les durées sont mises à titre indicatif mais peuvent varier dans la pratique.

## Fiche technique (à charge du formateur par défaut)

Pc portable

Projecteur

Ecran blanc

Bouilloire électrique

Entonnoirs

Taques électriques

Casseroles (3)

Cuillères en bois

Balance de ménage

Cuillères à soupe et cuillères à café

Calculatrice

Verres mesureurs/gradués

Fouet à main

Bols et plats

Accès à un lavabo et eau courante + prise électrique. (A charge de l'entreprise organisatrice)

## Offre de prix

- Animation/formation + documents pédagogiques : **220 euros/journée/formateur**
- Frais de déplacements : **0,344 eur/km**
- Frais d'ingrédients (pour la préparation des produits d'entretien) : **6 produits/participants**

**Soit 1 euro/participant/produit réalisé x le nombre de participants + nombre de produits à réaliser<sup>1</sup>** =montant total pour frais d'ingrédients.

Détails des ingrédients compris dans la formation :

<sup>1</sup> L'entreprise peut demander un nombre allant de 3 à 6 produits d'entretien pour alléger son budget. Elle peut aussi demander de s'occuper de fournir les ingrédients de base et les contenants dans le même objectif.

- Bicarbonate de soude
- Cristaux de soude
- Flocons de savon de Marseille
- Savon noir
- Savon de vaisselle écologique (biotop ou sonnet)
- Huiles essentielles de citron, tea tree et lavande vraie Pranarom Belgique
- Vinaigre blanc (d'alcool)
- Glycérine
- Citrons
- Flacons de 80 ml (4/participant) : 2 euros/participants

**IMPORTANT** : Matériel à prévoir (de la part des participants/entreprise) : 2 vaporisateurs ménagers de récupération ou neufs (vides) à acheter dans le commerce (grande surfaces type Delhaize, carrefour, etc.). Si vous désirez que l'on s'en occupe, c'est 7 euros/participant (soit 2 vaporisateurs/3,5 euros.)