DETAIL DES FORMULES APEF

Ménage / Repassage *	Détente	Bien-être	Evasion
MENAGE			
Dépoussiérer, aspirer, balayer et laver les sols	X	X	X
Nettoyer le plan de travail, l'évier et laver la vaisselle	X	X	X
Nettoyer et désinfecter les points d'eau (lavabo, sanitaires, baignoire, douche)	X	X	X
Remplir, programmer et vider le lave-vaisselle	X	X	X
Nettoyer les extérieurs des placards et appareils ménagers		X	X
Faire les lits		X	X
Nettoyer l'intérieur et le dessus des placards et appareils ménagers			X
Entretenir les matériaux nobles (parquet, cuivre, cuir, argenteries, …)			X
Cirer et ranger les chaussures			X
REPASSAGE			
Repasser et ranger les vêtements		X	X
Repasser et ranger les matières délicates		X	X
Repasser et ranger le linge de maison		X	X
ENTRETIEN DU LINGE			
Trier, étendre, plier le linge		X	X
Programmer le lave linge et le sèche linge		X	X
Laver à la main, détacher, repasser des matières délicates			X
Assurer la rotation du linge (serviettes de bain, de toilette) et changer les draps			X
Entretenir la literie, les voilages et rideaux			X
Apporter et récupérer au pressing			X
Effectuer des travaux simples de couture			X
GESTION DES COURSES			
Réceptionner la livraison de courses à domicile		X	X
Ranger et conditionner les produits achetés		X	X
Réaliser des courses à partir d'une liste ou en autonomie			X
PREPARATION DES REPAS			
Préparer des repas simples		X	X
Gérer les repas de la semaine en autonomie			X
ENTRETIEN DU CADRE DE VIE			
Vider, sortir et rentrer les poubelles	X	X	X
Entretenir les plantes		X	X
Nettoyer les fenêtres et vitres		X	X
Entretenir la terrasse et du mobilier de jardin			X
Maintenir une vigilance au domicile (fermer, ouvrir les volets, ramasser le courrier)			X

* Pour les prestations ponctuelles, toutes les tâches peuvent être réalisées dans le respect de la fiche mission définie.

Aide à domicile *
ENTRETIEN DU LOGEMENT
Nettoyer les sols et faire les poussières
Nettoyer les sanitaires et les points d'eau
Nettoyer les pièces de vie (cuisine, chambres, sanitaires, ….)
Faire les lits et changer les draps
Ranger et organiser les pièces
GESTION DU LINGE
Trier, laver, étendre, plier, repasser les vêtements et le linge de maison
Effectuer des travaux simples de couture
GESTION DES REPAS ET COURSES
Organiser les repas (mettre la table, servir et débarasser, …)
Préparer un repas simple ou adapté (selon les besoins)
Réaliser les courses (en autonomie ou à partir d'une liste)
Ranger et conditionner les produits achetés
ENTRETIEN CADRE DE VIE
Nettoyer les fenêtres et les vitres
Entretenir les plantes de balcon, terrasses et jardinières
Vider et sortir les poubelles
Maintenir une vigilance au domicile
Soins et promenades d'animaux de compagnie **
ACTVITES ET SORTIES
Accompagner à des balades, courses, rdv médicaux, etc. ***
Aider aux tâches administrative
CONFORT ET BIEN ETRE
Mise en beauté (lavage, séchage des cheveux,massage des mains et des pieds) **

* Prestations relevant du régime de la déclaration en mode prestataire.

** Service réservé uniquement aux personnes dépendantes.

*** Service réservé uniquement aux personnes temporairement dépendantes.

Garde d'enfants *

	Garde d'enfant + 3 ans	Garde partagée **
DEPLACEMENTS / ACCOMPAGNEMENTS		
Amener et aller chercher à l'école, à la garderie	X	X
Amener et aller chercher aux activités extra-scolaires	X	X
COURSES / REPAS		
Réaliser des petites courses pour les repas de l'enfant	X	X
Préparer et aider à la prise des repas	X	X
SOMMEIL		
Organiser les réveils et les couchers	X	X
Organiser les siestes	X	X
SOINS D'HYGIENE ET DE CONFORT		
Accompagner à la propreté	X	X
Accompagner au bain, à la douche	X	X
Accompagner dans la petite toilette	X	X
Aider à l'habillage et au déshabillage	X	X
DEVELOPPEMENT / APPRENTISSAGE		
Proposer des activités d'expression, de construction, des activités ludo-éducatives et des activités de détente	X	X
Aider aux devoirs	X	X
ENTRETIEN DU CADRE DE VIE DE L'ENFANT		
Nettoyer et ranger les espaces de vie de l'enfant	X	X
Nettoyer le matériel, les jeux et jouets de l'enfant	X	X
Nettoyer et ranger le linge de l'enfant	X	X

* Prestations relevant de la déclaration en mode prestataire pour les enfants de + 3 ans pour 3 enfants maximum par intervention

** Formule comprenant la garde de 2 voir 3 familles alternativement au domicile de l'une ou de l'autre.

Jardinage / Bricolage

La tonte
Le désherbage
Le ramassage des feuilles
Le débroussaillage
La plantation de petits végétaux
La taille des haies, arbustes et arbres
L'enlèvement des déchets occasionnés par la prestation
Le déneigement des abords immédiats du domicile
L'entretien des massifs (bêchage, binage et griffage …)
Petit arrachage manuel et évacuation des végétaux
L'entretien régulier des allées et des terrasses
Le traitement des arbres et des arbustes
L'application d'engrais et/ou d'amendements
L'arrosage manuel des végétaux,
La petite maintenance régulière du mobilier de jardins et accessoires, …
L'entretien des plantes de balcons, terrasses et jardinières
LE POTAGER
La cueillette des fruits et légumes à des fins de consommation personnelle
LE BRICOLAGE
Démonter, monter des meubles simples
Poser des étagères ou des tringles à rideaux
Fixer un porte manteau, un abat jour, un cadre
Resserrer une poignée de porte, remettre une latte de sommier, etc
Aider au déplacement/installation de petit mobilier dans une pièce
Petites retouches de joints de silicone dans la salle de bain (sans démontage
Installer des équipements de sécurité (capteur, détecteurs de fumée)

La taille des fruitiers, des rosiers et des plantes grimpantes est faite dans le respect du décret du 1er septembre 2004 n°2004-924 relatif à l'utilisation des équipements de travail mis à la disposition pour des travaux temporaires en hauteur.

Attention : La taille ou l'élagage d'arbustes ne peuvent être considérés comme travaux de petit jardinage que dans la mesure où il s'agit **d'entretien courant effectué à hauteur d'homme**, ne nécessitant pas le déplacement de l'intervenant dans l'arbre et le matériel adéquat (cordes et harnais, évacuation par camion).