

## DETAIL DES FORMULES

### Ménage / Repassage

	ESSENTIELLE	CONFORT
<b>MENAGE</b>		
Dépoussiérer, aspirer, balayer et laver les sols	X	X
Nettoyer le plan de travail, l'évier et laver la vaisselle	X	X
Nettoyer et désinfecter les points d'eau (lavabo, sanitaires, baignoire, douche)	X	X
Remplir, programmer et vider le lave-vaisselle		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
<b>REPASSAGE</b>		
Repasser et ranger les vêtements		X
Repasser et ranger le linge de maison		X
<b>ENTRETIEN DU LINGE</b>		
Trier, étendre, plier le linge		X
Programmer le lave-linge et le sèche-linge		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
<b>GESTION DES COURSES</b>		
Réceptionner la livraison de courses à domicile		X
Ranger et conditionner les produits achetés		X
Réaliser des courses à partir d'une liste ou en autonomie		X
<b>PREPARATION DES REPAS</b>		
Préparer des repas simples		X
Gérer les repas de la semaine en autonomie		X
<b>ENTRETIEN DU CADRE DE VIE</b>		
Vider, sortir et rentrer les poubelles	X	X
Arroser les plantes		X
Nettoyer les fenêtres et vitres		X
Entretien courant de la terrasse et du mobilier de jardin		X
Maintenir une vigilance au domicile (fermer, ouvrir les volets, ramasser le courrier)		X

#### Frais kilométriques

- Pour les déplacements effectués par l'intervenant pendant sa prestation, une facturation de 0.50 € TTC (0.45 € HT) par kilomètre parcouru est appliquée.