

« Rangement »



Pour gérer le quotidien compliqué, il faut savoir être efficace. Le fait de mettre chaque chose à sa place facilite grandement le rangement quotidien et contribue pleinement à être efficace, tant personnellement que professionnellement. En effet, vivre dans un milieu rangé apporte une sérénité d'esprit incontestable. Tout au long des 3 modules que nous allons développer ensemble, nous allons voir les bienfaits du rangement sur le mental. Nous allons voir également que l'organisation est le fondement d'un modèle de rangement réussi.

Dans le premier module, nous allons voir que ranger permet de mieux vivre, car le rangement procure une satisfaction personnelle face à un travail réalisé. Ensuite, vous apprendrez à désencombrer votre intérieur et vous verrez que cela se répercutera sur votre esprit, et vous aidera à mieux vous connaître et à reprendre le contrôle de votre vie. Toujours dans ce même module, nous adopterons le minimalisme en tant que décoration en sélectionnant des meubles et des objets selon leur utilité. Nous vous dévoilerons également des méthodes de rangement et des conseils pratiques.

Dans le second module, nous nous pencherons sur la gestion des tâches ménagères. Nous déterminerons la fréquence des tâches grâce à un tableau de bord et vous apprendrez à les organiser en fonction de votre rythme de vie. Ensuite, nous verrons que la participation de chaque membre du foyer sera cruciale pour assurer le bon déroulement du planning. Pour

Document actualisé le 01/03/2023

créer une harmonie familiale, vous verrez que grâce au dialogue, à la tolérance et à la bienveillance, il sera très facile de collaborer. Nous verrons également que l'inégale répartition des tâches ménagères peut engendrer une charge mentale néfaste. Nous vous donnerons des astuces pour garder votre maison propre et des conseils et outils d'organisation personnelle.

Dans le troisième et dernier module, nous verrons comment initier l'enfant au rangement. C'est un défi majeur, car l'enfant n'est pas réellement attentif à ce genre d'activité. Mais, nous vous donnerons les clés pour, petit à petit, conduire vos enfants sur le chemin du rangement. En premier lieu, nous tâcherons de comprendre pourquoi l'enfant n'aime pas ranger ses jouets. Ensuite, nous évoquerons des astuces pour les inciter à ranger : utilisation de rangements malins, verbalisation des actions, jeux, etc. Il est aussi nécessaire d'organiser le lieu de vie en faisant participer l'enfant pour l'impliquer : tri, délimitation des aires de jeux, etc.

Puis, nous vous donnerons des astuces pour gagner de la place à la maison, et exploiter tout l'espace disponible. Ceci dans le but de créer un milieu dégagé où il fait bon vivre. Pour terminer ce module, et pousser l'organisation dans tous les aspects de votre vie, nous vous donnerons des conseils pour ranger votre sac à main, votre valise et votre ordinateur.

À l'issue de cette formation, vous serez capable d'organiser, trier, ranger et maintenir l'ordre dans votre intérieur, sans pour autant ressentir la moindre contrainte.

Public :

Tout public

Prérequis :

Aucun

Durée de formation :

12 heures

Inscription :

Pour toute demande d'inscription, veuillez vous rendre sur le site : <https://elearningformalis.fr> ou nous contacter par email : equipepedagogique@elearningformalis.fr

Document actualisé le 01/03/2023



Objectifs :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de maîtriser les notions fondamentales du rangement

Moyen et modalité :

FOAD

Alternance de théorie et de cas pratiques

À l'issue de la période de formation le stagiaire se verra remettre son relevé de connexion certifié par le centre de formation pour contre-signature.

Moyens Techniques :

3 modules au format PDF

3 fichiers audio au format mp3

Un examen final

Notre support qui est là pour répondre à toutes vos questions

Adaptation et suivi de la formation :

Un suivi de la formation et un accompagnement seront réalisés tout au long de la formation. La formation pourra être adaptée pour pallier des difficultés majeures rencontrées par l'apprenant.

Évaluation de parcours :

Le contrôle de connaissances permettant de vérifier le niveau de connaissances acquis par les Stagiaires est effectué selon les modalités suivantes :

QCM

Document actualisé le 01/03/2023



Délai d'accès :

Un délai minimum et incompressible de 24 heures entre l'inscription et l'accès à la formation est appliqué.

Handicap :

Toutes les formations dispensées à FORMALIS sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Lors de l'inscription à nos formations, nous étudions avec le candidat en situation de handicap et à travers un questionnaire les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser son apprentissage.

Pour cela, nous pouvons également nous appuyer sur un réseau de partenaires nationaux préalablement identifiés.

Coordonnées des partenaires handicap :

AGEFIPH

Bastien GIESBERGER M'Ballo SECK

Contact mail uniquement

rhf-idf@agefiph.asso.fr

MDPH

MDPH 75 de Paris 69 rue de la Victoire 75009 Paris

0 805 800 909

contact@mdph.paris.fr

Évaluation du besoin :

Un questionnaire sera proposé pour analyser l'adéquation du besoin de formation avec les formations dispensées.

Le Prix :

99 €

Document actualisé le 01/03/2023

Contact :

MARIN JONES Harriet
equipepedagogique@elearningformalis.fr
+ 33 1 87 20 06 98

« Location saisonnière »

PROGRAMME DE FORMATION DÉTAILLÉ

Module 1 : Le rangement : un art de vivre

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'identifier l'importance du rangement

Chapitre 1: Ranger pour une vie meilleure

Chapitre 2 : La nécessité de désencombrer son intérieur et son esprit

Chapitre 3 : Le minimalisme : décoration et art de vivre

Chapitre 4 : Des méthodes pour vous inspirer

chapitre 5 : Conseils pratiques

...

Évaluation module 1

Module 2 : Tâches ménagères : gérer le quotidien

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de maîtriser la répartition des tâches ménagères au sein du foyer

Chapitre 1: Organisation des tâches ménagères

Chapitre 2 : Le partage des tâches ménagères

Chapitre 3 : La conséquence de l'inégalité : la charge mentale

Chapitre 4 :Astuces à retenir pour garder une maison propre

chapitre 5 : L'organisation personnelle

...

Évaluation module 2

Document actualisé le 01/03/2023

Module 3 : Le rangement dans tous ses états

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'adapter les méthodes de rangement à l'ensemble des domaines de la vie

Chapitre 1 : Initier l'enfant au rangement

Chapitre 2 : Être organisé partout

Chapitre 3 : Astuces pour gagner de la place à la maison

Chapitre 4 : Utiliser tout l'espace disponible chez nous

...

Évaluation module 3

ACCESSIBILITÉ

En application de l'article 47 de la loi n° 2005-102 du 11 février 2005 et du décret n° 2019-768 du 24 juillet 2019 ce document présente la politique de FORMALIS en matière d'accessibilité numérique.

1. RESPONSABLE ACCESSIBILITÉ NUMÉRIQUE

Pour veiller continuellement à l'accessibilité des contenus numériques, FORMALIS a nommé un responsable de l'accessibilité numérique.

Celui-ci a pour missions :

- De veiller à la mise en place de processus pour l'accessibilité des contenus numériques ;
- De rendre compte au responsable de la formation des contenus et des services numériques, ainsi que de tout besoin d'amélioration ;
- De s'assurer que la sensibilisation aux exigences de l'accessibilité est encouragée dans l'établissement ;
- D'être l'interlocuteur premier sur tous les sujets d'accessibilité numérique.

Document actualisé le 01/03/2023



2. ACTION DE FORMATION ET DE SENSIBILISATION

Pour répondre au besoin de sensibilisation et de formation des membres de FORMALIS, un plan de formation sera déroulé sur les trois prochaines années. Ces formations seront réalisées selon la méthode la plus appropriée pour répondre aux spécificités de la formation, soit par des dispositifs à distance synchrones ou asynchrones, soit par des dispositifs en présentiel.

3. GUIDE DES BONNES PRATIQUES

Pour que la prise en compte de l'accessibilité dans la fabrication des contenus et la mise en place des services numériques deviennent des éléments de la qualité, chaque pôle intègrera les bonnes pratiques de l'accessibilité adaptées à ses contenus et outils. Cette adaptation sera issue des expériences faites lors de nos formations.

CGV disponibles sur ce lien :

<https://elearningformalis.fr/wp-content/uploads/2021/04/CGV-Formalis.pdf>

Document actualisé le 01/03/2023