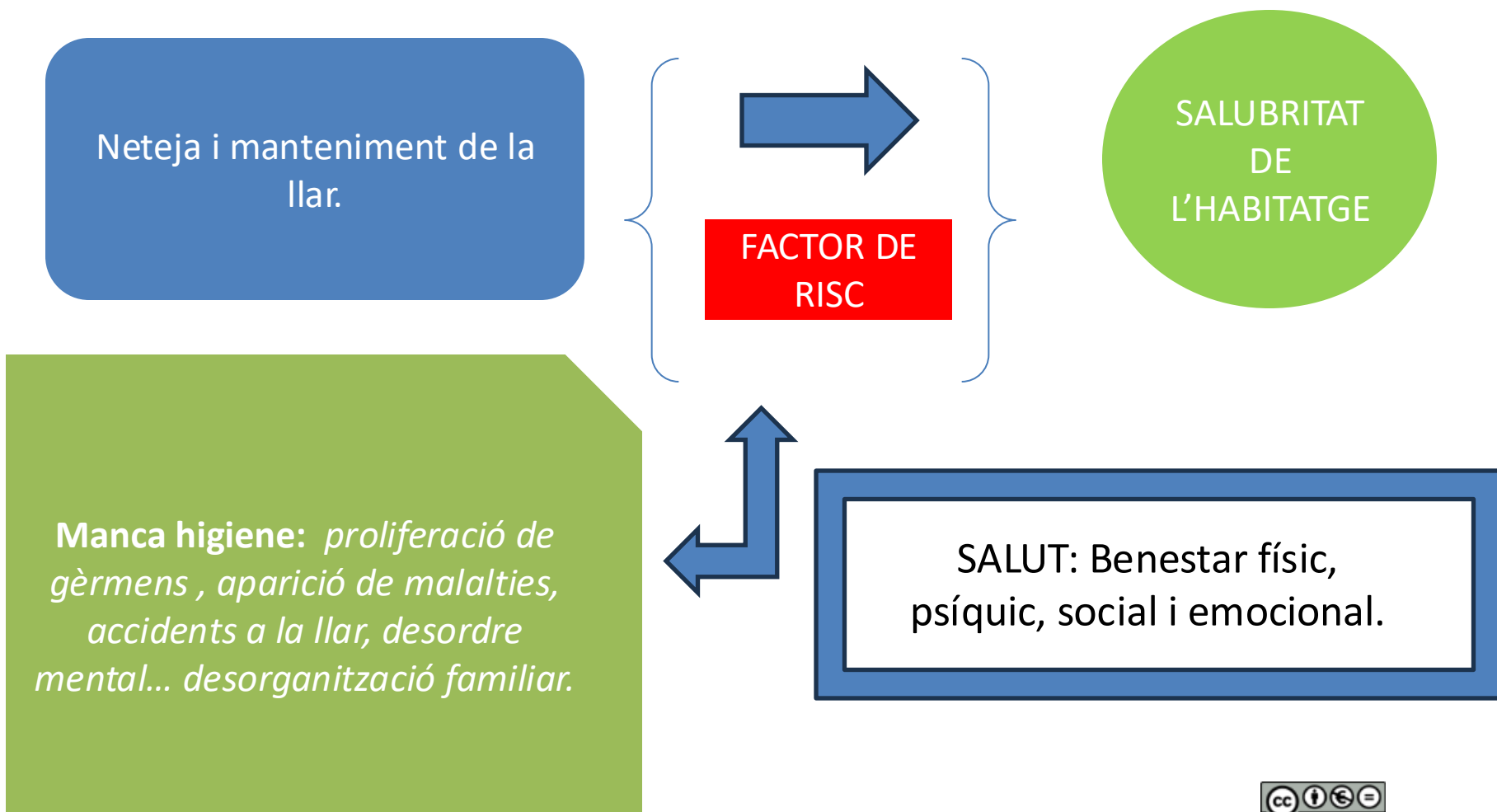


NETEJA I ORDRE DE L'HABITATGE



Pixabay

NETEJA I ORDRE DE L'HABITATGE



TASCA DEL/A TIS

Augmentar i desenvolupar l'autonomia dels usuaris per tal de viure de la manera més independent possible, assessorant en la realització de les tasques de neteja i el manteniment de la llar, tasques imprescindibles per al bon funcionament de la llar i la bona convivència entre els usuaris.

TASCA DEL/A TIS

1. Establir tasques.
2. Establir freqüència.
3. Organitzar tasques integrants de la llar.

ORDRE DE LA LLAR

**UN ESPAI PER CADA
COSA I CADA COSA
AL SEU ESPAI.**



ORDRE DE LA LLAR

Taula 3.1. Ordre a la llar

Sala	Elements d'ordre i objectes que s'hi poden posar
Cuina	Els armaris de la cuina es poden emprar per guardar-hi la vaixel·la, els estris de cuina i els aliments. Els productes de neteja i la brossa han d'estar en espais diferents del menjar.
Lavabo/banys	En aquest espai s'hi distribuïran els productes d'higiene personal, les tovalloles i, si escau, s'hi solen guardar els medicaments.
Menjador/sala d'estar	És l'espai on es reben les visites i on es relaxa la família. Es recomana que estigui endreçat (es poden emprar capsos i lleixes per ordenar). Cada objecte ha de tenir el seu espai, atès que és un espai compartit.
Habitacions	Sovint hi ha el llit, l'armari i la tauleta de nit. La roba cal desar-la a l'armari. Cal que hi hagi un espai diferenciat per a la roba bruta. D'aquesta manera, quan s'hagi de preparar la rentadora, estarà localitzada.
Rebedor	Hi ha d'haver algun lloc on poder fer el canvi de sabates (del carrer a les de casa) i on penjar les jaquetes i els paraigües. Generalment es fa en el rebedor, però hi ha llars que no en tenen i per tant cal buscar un espai per desar-hi aquests objectes.

CUINA: Has de separar productes de neteja i brossa dels estris de cuina i aliments.

BANY: ÚNICAMENT has de tenir allò que facis servir i com a molt un de recanvi per quan s'acabi.

MEDICAMENT. Revisar caducitat.

MENJADOR: És una espai comú. Cada nit i cada matí s'ha de deixar endreçat. No es poden deixar sabates, papers, llibres, menjar ni altres elements.

HABITACIONS: Cal que el llit sempre estigui fet i l'habitació ventilada. És important no acumular res que no sigui necessari.

REBEDOR: No és un espai per acumular objectes. És interessant deixar les sabates a l'entrada de la llar.

<https://ioc.xtec.cat/>



DECÀLEG DE L'ORDRE

1. **ABANS D'ANAR A DORMIR:** Preparem la roba de l'endemà, tot el que necessitem per fer fàcil la sortida de casa. Deixar cuina, menjador, bany recollit per no haver de fer-ho al matí.
2. **PEL MATÍ O TARDA:** Recollir el sofà, la taula del menjador i cuina, la cadira amb roba de l'habitació, el bany... Deixar la roba bruta a la rentadora i si podem posar i estendre. Si no podem estendre la posem a la tornada.

NO ACUMULAR OBJECTES A CALAIXOS

DECÀLEG

ORDRE I NETEJA A LA LLAR

1. Cada matí al llevar-te ventila la casa, fes els llits i escombra la teva llar.
2. Quan facis un àpat recull sempre el menjador i la cuina, no deixis els plats sense rentar. Frega la cuina.
3. Deixa les sabates en un sabater, només arribar a casa.
4. Les claus pots deixar-les posades a la porta o sempre en el mateix clauer.
5. Guarda el moneder o les claus de la feina sempre al mateix lloc. Les claus pots portar-les penjades.
6. Cada cosa ha de tenir un lloc i un lloc per cada cosa. Si tot està més ordenat és més fàcil netejar.
7. Canvia els llençols del llit i les tovalloles un cop per setmana. Dissabte o diumenge.
8. No acumulis allò que no fas servir. Cada mes fes neteja, si no serveix ho pots donar o si no serveix, llençar. Treu la brossa cada dia. RECICLA.
9. Un cop per setmana neteja la pols, frega el terra mínim dos cops, banys a fons un cop per setmana.
10. La roba bruta **SEMPRE** a la cistella i separada per blanc / negre / color.

TOT NET, TOT SA

ESTRIS DE NETEJA

- ☐ **ESCOMBRA**
- ☐ **RECOLLIDOR**
- ☐ **MÀNEC DE FREGAR**
- ☐ **GALLEDA DE FREGAR**
- ☐ **DRAPS DE POLS**
- ☐ **BAIETES**
- ☐ **GUANTS**
- ☐ **FREGALLS**
- ☐ **LLEIXIU**
- ☐ **VINAGRE BLANC**
- ☐ **BICARBONAT**
- ☐ **NETEJAVIDRES O AMONÍAC**
- ☐ **NETEJATERRES (AMB BIOALCOHOL)**
- ☐ **NETEJAMOBLES O VINAGRE BLANC**
- ☐ **RENTAVAIXELLES LÍQUID**
- ☐ **DESGREIXADOR**
- ☐ **DETERGENT ROBA I VINAGRE BLANC**

EMMAGATZEMATGE



PRODUCTES NETEJA:

- Mai barrejats amb productes d'alimentació.
- Mai barrejar diferents productes de neteja.
- Espais ventilats, lluny nens/es, apartat de fonts de calor.
- Envàs original per evitar accidents.

ALIMENTS:

- Organitzar per data de caducitat.
- Tenir en compte condicions de conservació. Fred, congelació, ventilació...
- Fer apartats diferenciats (esmorzar, nevera, pasta, llegums, arròs, pa...)



CASSOLES I PAELLES:

- Paelles: posar una tela entre una i altre per millorar conservació.
- Ajudar les cassoles amb la tapa a part.
- Fer un calaix per carmanyoles.
- Tenir sempre endreçat els calaixos diferenciant apartats.

ARMARIS CUINA:

- Cada dos mesos treure tot el contingut dels armaris per netejar i evitar que apareguin insectes o ratolins.
- No deixar aliments en mal estat a l'armari.
- Revisar data de caducitat dels aliments.



MEDICAMENTS:

- És fonamental controlar la data de caducitat.
- No poden estar a l'abast dels nens/es.
- Es poden reciclar a les farmàcies quan ja no hagi de prendre'l.
- Compra el genèric i envàs petit.

DOCUMENTS:

- Els documents importants han d'estar classificats i localitzables. Contractes, factures, documentació sanitària, documentació de la llar, banc, hisenda...
- Fes carpetes amb diferents apartats.
- Sempre al mateix espai.



BROSSA:

- L'acumul de brossa és sinònim de malaltia.
- La brossa hauria d'estar en un espai ventilat.
- Separa vidre - plàstic - paper - orgànica i brossa i treu cada dia al matí o la nit.
- La brossa orgànica amb altes temperatures pot generar insectes.

Neteja diària

- Neteja ràpida de la pols (passar un drap humit o no per sobre dels mobles).
- Neteja de bany (passar un drap humit pels elements i després eixugar).
- Neteja de fogons i vitroceràmiques (cada vegada que cuinem, deixar-ho tot en ordre).
- Escombrar el terra.
- Rentadores de la roba diària (depenent del volum de persones a la llar, seran necessàries més o menys).



Neteja setmana

- Neteja a fons del bany i la cuina (sanitaris, aixetes, vitroceràmiques, fogons, etc.)
- Aspiració i neteja de terra.
- Canvi de llençols i tovalloles d'ús individual.
- Neteja de miralls.
- Neteja de la pols de mobles i objectes.
- Rentadores de gran càrrega (llençols i tovalloles).
- Neteja del forn en funció del que es faci servir.



Neteja mensual

- Canvi de mantes i fundes nòrdiques.
- Neteja de persianes.
- Neteja de rajoles i juntes.
- Neteja i organització de l'interior de la nevera i el congelador.
- Reorganització dels armaris.





NENS/ES

<https://comaprendreaaprendre.blogspot.com/>

RESPONSABILITATS ADEQUADES PER EDATS

2-3 ANYS

- Vestir-se sols
- Posar la roba bruta en la cistella
- Recollir les joguines
- Ajudar a treure la pols
- Ajudar a posar la roba a la rentadora / assecadora
- Ajudar a eliminar les males herbes del jardí
- Alimentar a les mascotes

4-5 ANYS

- Totes les tasques anteriors
- Fer el llit
- Servir-se les seves pròpies begudes
- Posar els plats bruts al rentaplats
- Buidar les escombraries més petites de la casa al cub de les escombraries més gran

6-8 ANYS

- Totes les tasques anteriors
- Preparar la roba per al dia següent
- Dutxar-se sol
- Escombrar el terra
- Doblegar la seva roba i guardar-la a l'habitació
- Ajudar amb el treball a l'aire lliure (treure la neu, rastellar, escombrar)
- Sacsejar les catifes
- Fer menjars bàsics (entrepans, sobres per al microones, etc.)

9-11 ANYS

- Totes les tasques anteriors
- Rentar / eixugar la roba de tots els membres de la família
- Començar a ensenyar als seus germans més petits com fer-ho
- Netejar els taulells del bany, banyera i WC
- Ajudar amb la llista de la compra
- Netejar els miralls
- Fregar el terra
- Treure les escombraries

+ 12 ANYS

- Totes les tasques anteriors
- Fer menjars i ajudar amb la planificació dels menjars de la família
- Netejar els banys
- Començar a explorar amb les feines fora de casa (treballs veïnals, cura de nens, el voluntariat)

SEGURETAT A LA LLAR

Mesures de seguretat a la llar

- Mantenir el terra el més lliure possible d'obstacles.
- Evitar tenir les superfícies lliscants.
- Fixar a terra adequadament catifes i estores.
- Fer servir catifes antilliscants o adhesius antilliscants al plat de dutxa o banyera.
- Fer servir banqueteta a la dutxa o a la banyera si l'usuari té poca mobilitat.
- Il·luminar les zones de pas de manera adequada.
- Revisar l'escala de mà abans d'utilitzar-la.
- No enfilarse als mobles ni romandre-hi amb pes a sobre.
- Les baranes d'escals i balcons, si existeixen, han d'estar col·locats verticalment i la separació entre els barrots no ha de permetre que hi passi el cap d'un nen petit.
- Les portes, balconades i finestres que donen accés a zones on existeixi risc de caigudes han de disposar d'un sistema de bloqueig que impedeixi que els nens l'obrin.
- Si l'habitatge té escales, col·locar tires antilliscants als esglaons.
- Guardar cada producte en un lloc segur (armari de neteja, farmaciola, etc.).
- No polvoritzar insecticides i productes de neteja sobre aliments, persones o animals domèstics.
- No romandre en espais en els quals s'hagin fet servir insecticides fins passat un cert temps.
- Fer servir pintures, dissolvents, etc., en espais amb bona ventilació.
- Evitar els corrents d'aire sobre els cremadors de la cuina de gas.
- No accionar interruptors elèctrics, ni encendre llumins o encenedors si hi ha olor de gas.
- Quan s'està cuinant, no deixar mai els mànecs de les paelles a fora.
- Fer servir guants o manyoples per manipular estris de cuina calents o safates del forn.
- Fer servir tapes per cuinar aliments que esquixen.
- Agafar la planxa, les estufes, les olles, etc., per les zones previstes.