

2

LE PARCOURS

#PartageDesTaches



Pendant 2 semaines,
relevez le temps passé
par partenaire sur
chacune des tâches.

ANALYSER POUR MIEUX RÉPARTIR

Une barre  = 5 minutes
Deux barres  = 10 minutes

J'aime J'aime pas	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
----------------------	-------	-------	----------	-------	----------	--------	----------

ENTRETIEN DE LA MAISON

Passer l'aspirateur
Nettoyer les sols

Nettoyer la(es) salle(s)
de bain

Nettoyer les WC

Faire la poussière

Sortir les poubelles

Faire la vaisselle

Mettre la vaisselle
au lave-vaisselle

Vider le lave-vaisselle

ENTRETIEN DU LINGE

Trier le linge
Lancer une machine

Étendre le linge ou le
mettre dans le sèche-linge

Repasser

Plier et ranger le linge

		J'aime J'aime pas	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
LES REPAS	Mettre la table								
	Faire la cuisine								
	Débarrasser la table								
LES COURSES	Faire la liste								
	Aller en magasin ou commander								
	Ranger les courses								
LES ENFANTS	Trajets maison-école-maison								
	Aide au devoir								
	Soins quotidiens (habiller, laver, nourrir quand le repas n'est pas pris avec les parents								
	Accompagnement activité extra-scolaires								
LA VOITURE	Laver la voiture								
	Aller chercher de l'essence								
LE JARDIN	Tondre la pelouse								
	Arroser								

Une fois les deux semaines terminées, indiquer pour chaque tache « j'aime/j'aime pas ». Ce sera également l'occasion de s'interroger sur le temps total passé sur chacune des tâches et les optimisations éventuelles.

#PartageDesTaches