

chap1 : LE BUDGET FAMILIAL

I DEFINITION

Le budget familial est le relevé des recettes et des dépenses d'une famille. il est établi pour une période déterminée : un mois, un trimestre ou un an.

2. DIFFERENTES SOURCES DE RECETTES ET DE DEPENSES

2.1 SOURCES DE RETTES

2.1.1 recettes régulières

Ce sont les recettes sûres, arrivant à la date fixe et dont on connaît à l'avance le montant (salaire).

2.1.2 recettes occasionnelles

Ce sont les recettes irrégulières ou incertaines .on ne peut pas prévoir à l'avance le montant.

2.2. DEPENSES

2.2.1 Dépense fixe ou générale.

Elles représentent les dépenses qu'on ne peut modifier et dont il faut s'acquitter à la date fixée

- Prime et assurances, scolarité des enfants
- Impôt, loyer, gaz
- Règlement d'une tranche de crédit

2.2.2. Dépenses courantes et vitales

Ce sont les dépenses de subsistances, de tous les jours

- Nourriture
- Produit d'entretien, réparation
- Agent de poche, transport

2.2.3 Dépenses occasionnelles

Ce sont les dépenses d'équipement et de renouvellement telles que :

L'habillement (vêtement, chaussures, bijoux)

La réparation ou le remplacement de certains mobiliers usés

Les dépenses non obligatoires mais qui ont un impact social et culturel (mariage, baptême, sortie).

3. ETABLISSEMENT DU BUDGET

3.1établir le budget

C'est :

- ❖ Prévoir les recettes et les dépenses
- ❖ Calculer les dépenses en fonction des recettes
- ❖ Chercher l'équilibre entre les deux.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3 La gestion du budget

Gérer un budget, c'est :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4 Etat provisionnel

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2. LES DIFFERENTS MODES DE PAIEMENT

2.1 Au comptant

On paye immédiatement la marchandise achetée en espèce ou par chèque. En principe, tout achat devrait être réglée au comptant surtout si l'on a un petit budget ou des revenus réguliers.

2.2. A crédit

Le paiement n'est pas effectué au moment de l'acquisition mais ultérieurement,

- ✓ Soit en une seule fois
- ✓ Soit par versement périodiquement, généralement mensuel, d'où le nom de mensualité.

Les achats à crédit sont aussi appelé « achat à tempérament».

Chap3 : LES MATIERS USEES

1. Classification

1.1 Les ordures ménagères solides

Ce sont les épluchures, la poussière, les cendres, les vieux papiers les chiffons, les vieux ustensiles, les bouteilles cassées, boites etc.

1.2 Les eaux ménagères

Ce sont :

Les eaux de vaisselle, les eaux de lavage du linge et de la maison, les eaux de toilette

1.3 Les matières fécales et les urines

Généralement ces matières proviennent des animaux.

2. Dangers des matières usées

Les dangers sont :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ordures ménagères solide ou gadoue

3.1 Il faut rassembler :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1.2 Il faut les évacuer et les détruire

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

chap4 : L'HABITAT

1. DEFINITION ET CARACTERISTIQUES

L'habitat est le terme concernant «tout local servant, de jour ou de nuit au logement ainsi qu'au travail, au repos, au sommeil, à l'agrément ou aux loisirs, lorsque des activités spécifiques s'exercent au moins partiellement dans le même ensemble de pièces que la vie familiale». Dans ce cadre, on considère également certains locaux affectés à l'hébergement collectif (foyer de travailleurs, de personnes âgées) et les logements meublés ou hôtels.

Le nombre important d'heures vécues dans ces locaux nécessite, de façon impérative, qu'existe un minimum de conditions de salubrité pour que soient respectées les règles d'hygiène élémentaire visant à prévenir de nombreux troubles, favoriser le bien-être et le confort.

2. FONCTIONS

L'habitation protège contre les facteurs tels que l'humidité, le vent, le froid, la chaleur, le bruit :

- L'humidité qui permet le développement des microbes et des moisissures
- Le vent qui peut provoquer des refroidissements
- Le froid qui diminue la résistance de l'organisme aux microbes empêchant ainsi la pleine activité
- La chaleur qui entraîne, lorsqu'elle est très intense, une sensation très désagréable, la transpiration et rend toute activité pénible
- Le bruit qui entraîne le surmenage du système nerveux, lorsqu'il est continu et plus ou moins violent. Tout ceci représente les facteurs dont on cherche à se protéger. Par contre, il y en a dont on cherche à bénéficier. Ce sont :

- l'air pur, indispensable à la respiration (car riche en oxygène, pauvre en gaz carbonique, en microbes, en vapeurs malsaines et en poussière)

- le soleil, indispensable car ses rayons détruisent les microbes et favorisent la fixation du calcium. L'espace suffisant, favorisant le repos et le calme à chaque occupant de l'habitation ; la vie facile grâce à la disposition de l'habitation (réalisation du travail ménager, la vie familiale) à l'installation des équipements et à son emplacement dans l'agglomération (proximité des écoles et moyens de transport). Dans tous les cas, les règles d'hygiène doivent être respectées, le confort et le bien-être favorisés.

3. REGLEMENTATION

Elle concerne les règles générales de construction des bâtiments d'habitation. Le règlement sanitaire applicable à tout logement d'usage familial ou collectif (construction neuve ou logement rénové). À savoir les conditions d'occupation, d'utilisation et d'entretien des habitations, de leur équipement et de leur indépendance ; le traitement des déchets ménagers (collecte, stockage, transport). Le niveau de pollution, en fonction des conditions d'utilisation

des locaux ; des textes officiels servent de référence pour imposer le respect des règles minimales d'hygiène, de salubrité et de l'habitat.

3.1 La construction

Voir procédure à suivre à partir des enquêtes terrain : demande de permis de construire avec les précisions permettant d'apprécier la densité de la construction sur le terrain, la nature de l'ouvrage et les caractéristiques : plan, coupe, autorisation de construction, l'attestation de conformité de la construction au plan déposé, établi par l'architecte après réalisation de l'ouvrage.

3.2 Règles d'habitabilité

Le règlement sanitaire établit les conditions minimales nécessaires pour l'aménagement des locaux d'habitation qui puissent satisfaire les règles d'habitabilité qui concernent principalement : la superficie des pièces et hauteur des plafonds, les conditions d'aération et d'éclairage, la nécessité de moyens de chauffage satisfaisants, l'alimentation intérieure en eau potable, l'équipement sanitaire obligatoire d'un cabinet d'aisance par logement et pour les occupants et l'équipement électrique et l'isolation acoustique.

3.3 Aménagement intérieur

Les dispositions générales du logement doivent permettre le respect de certains principes tels que : la séparation des pièces communes d'avec les chambres à coucher dont le nombre doit permettre d'attribuer une aux parents et aux enfants de chaque sexe ; la salle de bain avec lavabo ou cabinet de toilette avec douche ; le cabinet d'aisance ne communiquant pas directement avec la cuisine ou la salle de séjour et d'accès facile à tous les occupants ; la cuisine, pièce privilégiée, bien aménagée pour faciliter au maximum les tâches ménagères dans les conditions minimisant les risques d'accidents domestiques.

3.4 Logements insalubres et taudis

L'insalubrité caractérise les logements qui ne satisferont pas les conditions minimales précitées. Le logement insalubre n'est pas conforme aux règlements sanitaires. Le taudis est un logement très insalubre où se multiplient les effets néfastes des trois (3) facteurs :

- L'insalubrité plus ou moins prononcée : manque d'aération
- Promiscuité par le surpeuplement ne permettant pas l'isolement, aménagement non rationnel et non fonctionnel, facteur de gestes inutiles d'où fatigue.

3.5 Problèmes posés par les taudis

Le taudis pose des problèmes aussi bien à ses occupants qu'à l'Etat. La mortalité y est plus forte et l'état physique des occupants souvent difficile. Ces tristes foyers sont souvent délaissés par l'homme pour s'adonner à l'alcool. Dans sa politique de lutte contre le taudis, l'Etat se trouve souvent confronté à divers obstacles. Si les considérations sanitaires poussent les urbanistes à détruire ces logements insalubres, la politique sociale recommence qu'on permette aux locataires des taudis de se reloger, or les expropriations sont coûteuses.

4. FACTEURS GENERAUX DE SALUBRITE

4.1 L'humidité des locaux

Considéré comme le plus grand fléau de l'habitation, l'humidité est malsaine pour cette dernière et pour les habitants. Elle concourt à la dégradation de certains matériaux qui détériorent la construction, à une sensation d'inconfort, au développement de microorganismes et des moisissures et à l'apparition d'affections respiratoires ou rhumatismales.

4.1.2 Différents types d'humidité

L'humidité résulte de plusieurs origines dont l'importance et la permanence sont variables.

Il faut en distinguer quatre (4) types :

L'humidité résiduelle après une construction ou rénovation qui résulte de l'élimination de l'excès d'eau contenue dans les bétons-mortiers, plâtres ou enduits. Cette humidité qui n'est pas permanente disparaît dans un délai de plusieurs semaines au moins entre la fin des travaux et l'occupation de la maison.

L'humidité par infiltration des eaux météorologiques qui provient des défauts d'étanchéité des terrasses ou toiture, des fuites de gouttières de fissure des murs ou de l'usage de matériaux de construction trop poreux. Le bon entretien des ouvrages d'évacuation des eaux, l'usage des matériaux hydrofuges en revêtements extérieurs (enduits, peintures) ainsi que les techniques de sudation, le fonctionnement des appareils à combustion vive, au chauffage, aux odeurs et baignoires provenant de la cuisine, des installations sanitaires. On peut donc parler de trois (3) ordres de viciations :

✓ **La viciation chimique :**

Cette forme d'altération de l'air provient de la modification de la composition de l'air qui résulte de la respiration. La respiration consomme de l'oxygène et dégage du gaz carbonique (20 litres par heure) et des vapeurs d'eau, des émanations de gaz d'origine intestinale et sudoripare et également de la fumée du tabac (phase gazeuse)

✓ **La viciation physique :**

Elle provient de l'augmentation du degré d'hygrométrie et de la température ambiante. L'air se trouve ainsi saturé en vapeur d'eau et à forte température, ce qui limite la possibilité d'évaporation et d'élimination calorifique entraînant une hyperthermie interne.

✓ **La viciation bactérienne :**

Favorisée par la promiscuité et le confinement, cette viciation provient de l'augmentation de la densité en microorganismes qui restent en suspension dans l'air et sont véhiculés par la poussière. Ces microbes émis par la parole, la toux ou l'éternuement peuvent être pathologiques. Ces types de viciations peuvent être aggravés par la présence d'animaux, les activités ménagères ainsi que les pollutions extérieures de l'air.

Remarque : une atmosphère viciée et polluée est nuisible à la santé car, chargée de poussière, de microbes, de mauvaises odeurs, l'air respire n'a plus la composition d'un air pur.

chap5 : PROTECTION DE L'HABITATION

1. Définition

Les parasites sont des êtres désagréables et dangereux qui vivent dans nos habitations.

1.1 Classification

Ils sont classés en deux groupes :

- ✓ Les insectes
- ✓ Les rongeurs

1.1.1 Les insectes

Ce sont les mouches, les moustiques, les poux, les punaises, les termites, les cafards, les fourmis et araignées.

a) Mode de vie et reproduction

.....
.....
.....
.....
.....

b) Dégâts

.....
.....
.....
.....
.....

c) Prévention

.....
.....
.....
.....
.....

1.1.2 Les rongeurs

Ce sont les rats et les souris.

a) Mode de vie et reproduction

.....
.....
.....
.....
.....

b) Dégâts

• **Dégâts économiques**

.....
.....
.....
.....
.....

• **Transmissions des maladies : pestes, rage, teigne, typhoïde**

.....
.....
.....
.....
.....

c) Prévention

.....
.....
.....
.....
.....

d) Destruction

.....
.....
.....
.....

Remarque : éviter de placer les pièges ou produits toxiques à la portée des enfants, des aliments et près des animaux domestiques.

chap6 : LES PRODUITS D'ENTRETIEN

Il existe plusieurs types de produits d'entretien vendu dans le commerce. Ces produits aident la maitresse de maison à accomplir ces taches ménagères notamment dans le nettoyage et l'entretien de la maison.

Les produits d'entretien sont des préparations de substances chimiques destinées à laver et à nettoyer. La plupart des produits de nettoyage sont basiques (), d'autres sont acides ()

Produits acides

Produits basiques

Produits neutres

1. CLASSIFICATION

Les différents types de produits d'entretien sont :

1.1 Produits de lavage

Les dégraisseurs ou solvants des graisses, ils modifient les souillures grasses qui sont dissoutes dans l'eau.

a) Les savons

Ils sont fabriqués en faisant agir la soude ou la potasse sur l'huile. On distingue :

✓ Le savon blanc

Il est à base de soude et d'huile végétale. Il sert au lavage du linge, de la vaisselle, des toilettes. Ex : savon de Marseille

✓ Le savon noir

Il est à base de potasse et d'huile. Il est noir et en pâte. Il sert au gros nettoyage (entretien des sols, lavage du linge très sale)

b) Les détergents modernes

Ce sont des produits synthétiques, solides ou liquides. Leur composition est très complexe, ces produits ont de nombreuses qualités. Ils sont faciles à employer, ils sont pratiques, ils donnent de bons résultats et conviennent pour tous les lavages. Les détergents modernes se présentent sous forme de:

- ✓ Détergent en poudre pour les lavages des mains. Il est plus mouillant additionne de produits d'azurage et agent protecteur des fibres. Ex : Omo, Nil, Hélios

Attention : il faut lire attentivement le mode d'emploi mentionné sur la boîte

- ✓ Détergent en poudre pour les machines à laver. Ils ne moussent pas a la main. Ce sont : Ariel, Dash, Skip
- ✓ Détergent liquides : ils servent au lavage du linge délicat, au lavage de la vaisselle.
Ex : Heliopol

Produits décolorants

Ils agissent par décoloration, ce sont :

a) L'eau de javel :

.....
.....
.....

1) Les produits détartrant : éliminer les traitres (dépôt coloré)

Ce sont les produits dangereux qui se présentent sous forme de poudre ou liquide compose d'argent alcalin ou acide, il faut les utiliser avec précaution, ce sont :

- ✓ utilisation dans la robinetterie et des canalisations
- ✓ appareils sanitaire, laboratoire, lave vaisselles, WC, et canalisation
- ✓ détartrant robinetterie
- ✓ sel wc
- ✓ top mousse

Les enduits protecteurs

Ils jouent un double rôle : décoratif et protection, ils sont constitués par :

- a- les cirages
- b- les encaustiques synthétiques
- c- vernis et peintures

2) Produits désodorisant

3) Produits nouveaux

- a- les nettoyeurs de vitre
- b- les décape- four

Remarque : il faut lire attentivement le mode d'emploi mentionné sur la bombe à aérosol.

Chap 7 : PROCEDES DE NETTOYAGE

1. PROCEDES MECANIKES

Ce sont les plus employés :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. PROCEDES PHYSIQUES

Ils sont constitués par :

.....

.....

.....

.....

.....

Procédés chimiques

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Chap 8 : LE MATERIEL D'ENTRETIEN

Le matériel d'entretien doit faciliter les travaux de nettoyage. il doit être commode, facile à entretenir résistant à l'usage.

1. Le matériel d'entretien manuel.

Il se compose de :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2. Le matériel d'entretien électrique.

Il se compose de la machine à laver, le linge, la vaisselle, l'aspirateur et la cireuse électrique.

a. L'aspirateur

Il permet un dépoussiérage complet .L'aspirateur doit être bien entretenu (surveillance du câble électrique, nettoyage du réservoir à poussière).

b. La. Cireuse.

Elle permet d'entretenir rapidement les sols sans fatigue. Certains modèles contiennent en outre un distributeur de cire et peuvent également laver les sols.

NB : Tous les accessoires peuvent être démontés et facilement nettoyés.

C .La machine à laver le linge

C'est un appareil dans lequel on effectue les différentes opérations du lavage du linge. Elle procède :

- o Un prélavage ou trempage
- o Au lavage du linge à l'eau chaude
- o A l'essorage du linge.

NB :

.....
.....
.....

Chap 9 : LA CUISINE

La cuisine de nos jours est un endroit agréable et confortable de la maison. Les éléments de la cuisine concourent à faciliter le travail de la ménagère en économisant son temps et sa fatigue. Elle constitue une pièce de la maison dans laquelle on fait cuire les aliments pour les repas.

1. Installation

Les installations de la cuisine varient selon le genre de vie de la famille. Si elle sert uniquement à la préparation des repas, une petite pièce est suffisante.

Elle sera équipée d'un matériel et d'un outillage pratique, pour rendre le travail plus facile et plus rapide. Il convient d'assurer une communication directe avec la salle à manger, afin de faciliter le service de la table.

2. Aménagement

La cuisine doit comporter :

- De l'eau courante
- Un système d'évacuation des eaux usées
- Une ventilation suffisante pour chasser les odeurs et les buées
- Un bon éclairage (prévoir un éclairage sur chaque plan de travail)
- Les murs, le sol et les surfaces des plans de travail doivent être recouverts de matériaux imperméables, résistants, faciles à entretenir et décoratifs.

Le mobilier :

Les meubles de la cuisine seront à bonne hauteur (dimensions normalisées). Ils seront peints ou recouverts de carreaux de faïence, et de formica, ce qui facilite leur entretien. Les meubles seront disposés dans le sens du travail.

- Un petit placard dont le dessus sert de plan de travail .
- Une table moyenne
- Un tabouret ou une chaise.
- Un réfrigérateur avec un congélateur.

Elle est déterminée par l'ordre logique des actes de la ménagère (le rangement, la préparation, le lavage et la cuisson).

4.1 Les différents postes de travail

Un poste de travail est l'endroit de la cuisine qui permet une fonction bien précise. Il permet de travailler aisément. Les postes seront regroupés pour permettre le travail facile et éviter les allés et retours inutiles et fréquents.

4.1.1 Le poste de cuisson.

Il comporte un appareil de cuisson (cuisinière, réchaud trépieds).

4.1.2. Le poste de lavage

Il est constitué par un évier (lavage des aliments, vaisselle).

4.1.2 Le poste de rangement et de conservation

Pour les denrées, les ustensiles et les produits.

5. Différentes possibilités de disposer les postes de travail.

Diverses possibilités sont possibles en fonction de la forme et des dimensions locales.

5.1. Disposition en « I »

Elle permet la continuité des phases de travail. C'est le plan classique qui convient aux cuisines moyennes, carrées ou rectangulaires.

5.1 Disposition en parallèle.

Elle est utilisée lorsque l'on dispose d'une grande cuisine

5.2. Disposition en « U ».

Les différents postes de travail sont repartis sur trois panneaux : cuisine idéale, fonctionnelle. Elle convient aux grandes cuisines.

5.3 Disposition en « L ».

POSTE DE CUISSON

Il permet d'y faire cuire les aliments après les avoir nettoyés et lavés.

Il comporte un appareil de cuisson qui peut être :

- Un trépied en fer ou en terre
- Un fourneau à pétrole ou électrique
- Une cuisinière à gaz ou électrique.

1. La cuisinière à gaz

C'est un parallépipède en tôle émaillée à l'intérieur duquel un réseau amène le gaz du robinet d'arrivée au robinet de chaque brûleur, il est constitué :

1.1 D'un couvercle en tôle émaillée ou Dosseret

1.2 D'une table de cuisson.

Qui est aussi en tôle émaillée et qui porte des brûleurs, de la grille de support des ustensiles. Les brûleurs de différentes tailles sont aux nombres de 2,3 ou 4 selon les cuisinières. Leurs

puissances sont variables et adaptées à la grandeur du récipient et au mode de cuisson utilisé. On distingue ainsi : le brûleur intensif, le brûleur rapide et le brûleur lent.

La grille qui supporte les ustensiles de cuisine est en fonte ou en acier inoxydable.

1.3. Les boutons d'allumage et de réglage du feu.

Il correspond à chaque brûleur .Ils sont situés à l'avant de l'appareil. Ils doivent être de forme pratique et pouvoir tourner facilement.

1.4 Un four.

L'enceinte du four est fermée et calorifugée. Il comporte une grille lèchefrite pour les cuissons, une plaque appelée sole qui protège la rampe de brûleur située en dessous , un thermostat qui règle la température du four et un grilloir situé dans la partie .

2. Installation

Le bon fonctionnement des appareils exige une installation rationnelle.

On distingue deux sortes d'installation.

2.1 Une installation collective du gaz de ville qui comporte :

- Une grande bouteille de gaz collectif
- Une conduite de gaz rigide
- Un robinet d'arrivée de gaz placé près de la cuisine
- **Et un cordon du caoutchouc**

2.2. Une installation individuelle qui comprend :

- Une bouteille individuelle de gaz butane (grande ou moyenne)
- Un robinet d'arrivée de gaz situé sur la bouteille.
- Un détendeur qui règle le débit du gaz de la bouteille à la cuisinière.
- Un cordon de caoutchouc qui relie la cuisinière à la bouteille.

3. Utilisation économique de la cuisinière à gaz.

3.1. Utilisation des brûleurs.

Pour l'allumage, il faut :

- Ouvrir le robinet d'arrivée du gaz
- Choisir le brûleur en fonction du récipient utilisé
- Poser le récipient au feu avant d'allumer
- Présenter l'allumette enflammée au niveau du brûleur avant de tourner le bouton.
- Régler le feu dès que l'ébullition est atteinte et réduire la flamme si elle est forte.

Remarque :

Ne pas remplir le récipient de liquide pour éviter le débordement qui éteint le feu et bouchent les orifices du brûleur. A la fin de la cuisson ,éteindre le feu avant de retirer la casserole du feu. Fermer le robinet d'arrivée du gaz.

3.2 Utilisation du four .

Pour allumer le four il faut :

- S'assurer que la sole du four est bien en place, vider le four de ces accessoires (la lèchefrite, le gril)
- Ouvrir le robinet d'arrivée du gaz
- Repérer le trou d'allumage dans la sole,
- Présenter l'allumette enflammée au bord du trou. Tourner le bouton du four à fond,
- S'assurer que toute la rampe du brûleur à pris feu.
- Régler le thermostat selon l'intensité de chaleur voulu(100 à 300degré)
- Choisir un emplacement pour la lèchefrite.
- Laisser le four chauffer avec la porte fermée pendant une dizaine de minutes avant d'enfourner les aliments.
- Cuire les aliments pendant que la porte fermée
- Ouvrir le four le moins souvent possible
- Ne jamais rien poser à même la sole
- Eteindre une fois la cuisson terminée.

4. Entretien de la cuisinière.

Il faut nettoyer la cuisinière à gaz après chaque séance de cuisine. Laver à l'eau chaude savonneuse et une éponge métallique : La grille de support des ustensiles, le gril, la lèchefrite. Brosser les orifices des brûleurs s'ils sont bouchés à l'eau savonneuse. Rincer et retourner pour laisser égoutter. Toutes les parties en émaillées (dosseret, corps de la cuisinière, table de cuisson) seront lavées à l'eau additionnée de savon ou de détergent, de la poudre à récurer et une éponge végétale ou métallique bien rincer et essuyer ensuite.

Enfin après chaque cuisson dans le four, laver les parois avec une éponge métallique ou végétale et de l'eau savonneuse ou un produit spécial pour four(décape-four) puis rincer et sécher soigneusement.

5. Avantages

La cuisinière à gaz est d'une utilisation très pratique.

- Elle n'est pas salissante
- Elle ne chauffe pas les pièces
- Le fonctionnement est rapide,
- Le réglage est facile,
- L'entretien est couteux.

6. Inconvénients

Il peut avoir des risques d'accidents si le gaz vient à s'éteindre dans la pièce. Pour éviter les pertes de gaz, il est nécessaire d'adapter les ustensiles à la dimension des brûleurs. Il y'a perte de gaz, si les récipients ne sont pas adaptés à la dimension des brûleurs d'où les nécessités d'utiliser des brûleurs qui conviennent aux grandeurs des récipients.

Chap. 10 : LA BATTERIE DE CUISINE

1. DEFINITION

Pour faire une cuisine saine et variée, la ménagère doit posséder une batterie de cuisine complète, pratique et de bonne qualité. La batterie de cuisine est l'ensemble des ustensiles et des récipients utilisés pour la préparation, La cuisson et le service des aliments.

2. QUALITE DE LA BATTERIE DE CUISINE

Elle doit être :

- Résistante (choc, chaleur, nettoyage fréquent)
- Inaltérable (air, contact des aliments)
- Avoir une bonne conductibilité et répartition de la chaleur ;
- Elle sera facile à l'utilisation, à l'entretien et esthétique.

3. MATERIAUX UTILES POUR LA FABRICATION

3.1. L'aluminium

C'est le métal qui offre le plus d'avantage pour les ustensiles de cuisine. Il est bon conducteur de la chaleur, d'un entretien facile et peu coûteux.

3.2. La fonte

La cuisson y est lente, mais les aliments gardent longtemps la chaleur. Elle se casse facilement et se rouille si on ne l'essuie pas.

3.3 Le fer

Métal résistant à la chaleur et au choc et se rouille facilement (poêle à frire, fouet)

3.4 L'émail

Pas cher mais s'abîme très vite. Faire attention aux cuillères emmaillées.

3.5. Le bois

Il doit être lisse, dur, inodore.

3.6. Le pyrex.

Il est agréable et très résistant à la chaleur (plat allant au four)

3.7. L'acier inoxydable

Il est solide, très facile d'entretien et couteux.

3.8. Le plastique

Il est très pratique, il ne supporte pas la chaleur, il est assez durable et peu couteux.

3.9. La vaisselle (bols, plats assiettes) en faïence ou en porcelaine

3.10. Le métal argenté : utilisé pour le couvert de luxe.

4. LES PRINCIPAUX USTENSILES DE CUISINE

4.1. Matériel de préparation

4.1.1 Le gros matériel

- Bassine à légume
- Passoire à pieds ou à manche.
- Entonnoir
- Hachoir à viande et hachoir à légumes : terrine
- Moulin à légume, moulin à persil, moulin à café , cafetière, verre mesureur, balance à poids, panier à salade, planche à découper, salière, poivrière, assiettes creuses, assiettes plates, bol, mortier, pilon.

4.1.2. Le petit matériel

Couteaux de cuisine (grand et petit), couteaux éplucheur, couteau scie, couteau spatule, cuillères, fourchette, écumoire, louche, râpe, cuillère de bois, ouvre boîte, clef universelle, tire-bouchon, presse citron, presse fruits, dénoyauteur.

4.1.2.1 Le matériel de pâtisserie

Terrine, tamis, planche, rouleau, fouet à œuf ou batteur électrique, Emporte pièces, moule à tarte, moule à tartelette, moule à charlotte, moule cake, moule à savarin, moule à madeleine, moule à brioche, moule à manque.

4.1.2.2 Le matériel de cuissons

Casserole, couvercle, faitout, poêle, marmite, grilloir, Bassine, à friture, la marmite à pression qui permet des cuissons économiques et rapides. La pression est maintenue constante par un pointeau fixe sur le couvercle. La température intérieure atteint 115 degré. Cet appareil s'entretient comme une marmite ordinaire, mais les consignes données par les fabricants doivent être suivies strictement. La friteuse électrique est munie d'un thermostat qui contrôle la température du bain de friture

Son couvercle laisse échapper la vapeur mais retient les parties grasses

Ainsi équipée, la friteuse électrique :

- Ne dégage ni fumée, ni odeur

- Ne projette pas de graisse
- Préserve la digestibilité des aliments
- Permet de frire des aliments variés dans un même bain de friture

4-4 le matériel de service

Il est en faïence, porcelaine, céramique, pyrex, acier inoxydable, métal argenté ou argent. Il se compose de plat creux ou plats ou ovales, de soupière, de légumier, de saladier, des assiettes à hors d'œuvre, à gâteaux, les plats à tarte, à cake etc.

5 – entretien de la batterie de cuisine

Il se fait après chaque séance de cuisine. L'ensemble des ustensiles doit être entretenu avec beaucoup de soin pour raison d'hygiène et d'économie. Les consignes d'entretien et d'utilisation données par les fabricant doit être suivi.

LES POSTES DE RANGEMENT ET DE CONSERVATION

1- But de rangement

Le rangement est fonctionnel lorsqu'il est pour une activité bien déterminée et dans un local bien précis

Il permet :

- D'économiser les gestes
- De gagner du temps

2- différents éléments du rangement

Les objets doivent toujours rangé au même endroit, dans les placards ou armoire dotés d'étagères

2-1 le placard pour les ustensiles de cuisine

Le matériel de préparation et de cuisson est rangé et placé le plu près de l'étagère.

2-2 le placard ou buffet pour le matériel de table

On y rangera : le couvert, verres, assiettes, plats de service, serviettes et nappes.

2-3 le placard sur l'entretien de la maison et la vaisselle.

2-4 l'armoire de réserve

Prévoir une armoire dans laquelle on rangera les denrées non périssables : bouteille d'huile, bouteille de conserve, pâte alimentaire, riz, farine, sucre, aromate.

2-5 entretiens

Une fois par mois les placards et les armoires seront vidés, nettoyés et rangés.

2-6 le réfrigérateur (voir chapitre prochain)

Chap 11 : LE REFRIGERATEUR

1. Définition

C'est un appareil électroménager muni d'un organe producteur de froid et destiné à conserver et à rafraîchir certaines denrées.

2. Rôle

Il permet à la maitresse de maison de conserver les aliments périssables, surtout le poisson et la viande pendant un certain temps. Cela lui permet, ainsi de faire des achats pour plusieurs jours et d'économiser son temps.

Le réfrigérateur le stockage et la conservation des aliments en éliminant les risques de perte. A l'intérieur du réfrigérateur le froid a une action sur les aliment pour les conserver. Il empêche momentanément la décomposition des aliment car il ralentit l'action des diastases, il arrête l'action des microbes mais sans les détruire. Ainsi le froid maintient les aliment dans l'état ou il lui sont confié, de sorte que si les aliments entreposés dans le réfrigérateur sont sains il resteront sains . mais s'ils sont altérés avant leur mise au réfrigérateur le froid n'améliorera pas leur état.

3. Description de l'armoire frigorifique

Il se compose d'une double parois contenant un calorifuge chargé d'assurer l'isolation thermique. La paroi intérieure du réfrigérateur est en matière plastique. La paroi extérieure est en tôle émaillée. A l'intérieur l'armoire on trouve de haut en bas :

- Un évaporateur où se produit le froid
- Des clayettes mobiles
- Un bac à légumes
- Un bac à dégivrage
- La contre porte équipée pour l'entreposage des œufs, du beurre, des pots yaourt, des bouteilles.
- Le thermostat ; il maintient à l'intérieur de l'appareil choisie

4. Fonctionnement du réfrigérateur

La production du froid résulte des changements d'état subit par un fluide frigorigène suivant un cycle continu de transformation ; liquéfaction, évaporation etc.

Pour établir le circuit on utilise soit une source de chaleur soit un compresseur qui les refoule vers le condenseur (système à absorption, système à compression).

4.1 Système à absorption.

Les réfrigérants à absorption sont de moins en moins fabriqués car leur construction demande une très grande précision à cause des fluides utilisés(eau , ammoniac, hydrogène). Ces appareils peuvent fonctionner sans électricité et peuvent donc être utilisés au village.

4.2. Système à compression

Dans le réfrigérateur à compression le fluide frigorigène ou fréon arrive à l'évaporateur ou il se vaporise en empruntant la chaleur des aliments contenus dans l'armoire. Les vapeurs sont aspirées et comprimées par le compresseur qui les refoule vers le condenseur ou elles retournent à l'état liquide et le cycle reprend.

Remarque : Le réfrigérateur à compression est le plus utilisé car le moteur qui commande le compresseur fonctionne à l'électricité.

4.3. Utilisation du réfrigérateur.

- ✓ Il faut disposer rationnellement les denrées.
 - En haut de l'armoire : froid sec et intense (y placer les aliments frais ,viande, poisson).
 - En bas de l'armoire : froid moins vif (y placer les légumes et légumes verts.
 - Secteur intermédiaire : température à peu près uniforme (y ranger les aliments cuits, les laitages).
- ✓ Il faut respecter la circulation de l'air .
 - Ne pas bourrer le réfrigérateur
 - Ne jamais tapisser les clayettes de plastique ou de papier, car l'air doit circuler librement pour permettre le refroidissement des denrées.
- ✓ Eviter le dessèchement et la transmission d'odeur.

La grande diversité des conservées dans un réfrigérateur oblige à envelopper celle-ci de papier sulfuré ou de papier plastique. Les fruits et les légumes doivent être lavés avant d'être rangées dans l'armoire.

4.4. Entretien du réfrigérateur.

Dégivrage : Il faut dégivrer régulièrement car le givre entraine une consommation d'énergie.

Nettoyage : Débrancher l'appareil avant tout nettoyage

Le nettoyage peut se faire une fois par semaine, les clayettes, les bacs à glace sont lavés à l'eau savonneuse, rincé puis essuyés.

L'armoire se nettoie à l'eau tiède bicarbonatée les joints de caoutchouc sont nettoyées avec une éponge humide, puis essuyés avec un chiffon sec et propre. L'extérieur est nettoyé avec une éponge humide, puis essuyés de temps à autre dépoussiéré le condensateur à l'arrière de l'appareil. Ne jamais utiliser de poudre à récureur dans l'entretien du réfrigérateur

Conseil pratiques

- Eviter de gratter à l'intérieur du réfrigérateur et de décoller la givre ou bacs à glace avec un objet dur ou pointu tel que le couteau ou la queue de cuillère ou de fourchette. Ne jamais mettre d'aliment encore chauds dans le réfrigérateur.
- Ne pas mettre les oignons, orange, citron, bananes, dans un réfrigérateur

- N'arrêter jamais un réfrigérateur que pour le dégivrer ou pour une longue absence de plus de trois jours
- Pour absence prolongée : le débrancher, le vider, le nettoyer, laisser la porte entrouverte jusqu'à une nouvelle utilisation (éviter les mauvaises odeurs ou moisissures)
- Emplacement de l'appareil : l'emplacement idéal c'est la cuisine pour faciliter le déplacement de la maitresse de maison pour plus de sécurité dans l'usage.

LOGEMENT FAMILIAL (la salle à séjour)

Définition

La salle à séjour est la pièce la plus vaste et la plus importante de la maison. C'est le lieu où la famille se réunit pour prendre ses repas, se distraire et reçoit ses invités. Elle sera également accueillante, gaie, bien éclairée, aérée, et confortable, afin que chacun se sente à l'aise et s'y plait

2. INSTALLATION DE LA SALLE DE SEJOUR

Selon la composition des meubles dans cette pièce, on peut

Déterminer deux parties : le coin repos ou salle à manger ; le coin salon

2-1 le coin repas ou salle à manger

Il permet de prendre les repas et peut servir aussi à certaines activités familiales (jeux, couture, bricole, travaux scolaires des enfants etc.). Il comprend : une table à manger, des chaises assorties en nombre suffisant, un buffet pour ranger la vaisselle, le couvert et le linge de table (nappes et serviettes de tables)

2-2 le coin salon

Il est situé près de l'entrée principale et se compose de fauteuil confortables, divan ou canapé, petite table basse ou table à apéritif pour les cendriers et les vases, parfois un grand bahut servant en partie de bibliothèque et pouvant assurer aussi le rangement rationnel du poste téléviseur ou du poste radio, tourne disque, de jeux et de bibelots.

Remarque : éviter d'encombrer la salle de séjour de meuble, de bibelots et de photos afin de faciliter l'entretien.

3 – ENTRETIEN DE LA SALLE DE SEJOUR

3-1. par jour

Balayer le sol et nettoyer avec une serpillière propre et de l'eau savonneuse javellisé, battre les coussins des fauteuils si on en dispose ; essuyer les meubles, les bibelots avec un chiffon propre.

3-2 par semaine

Laver le sol à grande eau savonneuse, bien essuyer et sécher à l'aide d'une serpillière. Faire sortir et battre les tapis du salon ; enlever les toiles d'araignées ; laver les murs ; les portes et les fenêtres avec une éponge et de l'eau savonneuse, bien rincer et essuyer. Nettoyer l'intérieur du buffet et bien ranger le contenu ; laver le globe des lampes et essuyer les lampes.

3-3 par an

Laver les rideaux et brosser les coussins.

Chap 12 : LES CHAMBRES A COUCHER

1. Définition

C'est une pièce où l'on se couche, où l'on dort

2. Conditions de salubrité

La chambre à coucher doit être salubre, bien aéré et confortable pour permettre un sommeil profond et réparateur. Elle doit avoir des portes et des fenêtres bien larges afin de recevoir les rayons de soleil et d'avoir une aération permanente. Elle doit être simplement meublée ; pas trop encombrée afin d'éviter l'installation de la poussière.

3. Installation de la chambre à coucher

3-1 le sol cimenté ou carrelé

Il doit être solide et d'entretien facile. Il peut être recouvert de matériaux de revêtement qui embellissent les murs (gerflex, moquette etc.)

3-2 les murs

Ils devront être de teinte douce et harmonieuse, favorable au repos.

3-3 le mobilier

Il doit être simple et comprendre

- Un lit
 - Un meuble de rangement (armoire ou placard) pour le linge et les vêtements
 - Un siège (fauteuil et chaises)
- Composition de la literie
- un sommier métallique ou en bois
 - un matelas en crin ou en mousse de latex ou en caoutchouc
 - une paire de chapes
 - une couverture légère pour les saisons sèches
 - une couverture
 - un couvre lit
 - une moustiquaire

4 – types de chambre

4-1 la chambre des parents

Comporte :

- un lit de milieu
- un meuble de rangement pour le linge et les vêtements
- un siège
- deux tables de chevet

4-2 la chambre des enfants

Il est souhaitable que les enfants aient une chambre bien à eux, afin qu'ils puissent travailler, jouer et se reposer à leur guise

Elle comporte

- Un meuble de rangement
- Meuble de rangement des jouets
- Selon l'âge des enfants, on installe en plus du mobilier une table de travail, un siège et un rayonnage (étagère) pour le rangement du matériel scolaires

4-1 la chambre d'amis ou de passage

Elle aura si possible, un accès indépendant. Elle sera de petite dimension, simplement aménagé ou assez *coquette*. Elle comportera le mobilier habituel.

5-Entretien des chambres

5-1 chaque jour

- Faire le lit
- Balayer et essuyer le sol avec une serpillère et de l'eau savonneuse javellisée
- essuyer les meubles avec un chiffon propre

5-2 une fois par semaine

- ranger et laver les draps
- retourner et battre le matelas
- enlever les toiles d'araignées avec une tête de loup
- laver le sol à grande eau
- laver ou repeindre les murs
- laver les rideaux et le couvre lit

Chap 12 : LES LOCAUX SANITAIRES

1 – définition

Les installations sanitaires sont celles qui permettent l'hygiène corporelle. Elles sont nécessaires dans la maison et doivent être tenues en parfait état de propreté et être facilement accessibles. On regroupe sous le nom de locaux sanitaires : la salle de bain, la salle d'eau, le WC et la buanderie.

2 La salle d'eau

Il y a toutes sortes de disposition possible pour l'installation des lieux de toilettes. Tout dépend de l'approvisionnement en eau et de la place dont on dispose. Une chose est indisponible : il faut prévoir un lieu réservé au soin de la, propreté corporelle. De référence, on installe dans la salle d'eau dans une pièce facilement accessible à partir des chambres à coucher. Si on n'a pas de place à l'intérieur de la maison on aménagera un endroit isolé à l'intérieur de la maison. La salle d'eau comportera :

- De l'eau courante
- Un système d'évacuation des eaux usées, une bonne ventilation
- Un éclairage convenable
- Un revêtement lavable et imperméable tant pour le sol que pour les murs (soit cimenté ou carrelé ; murs recouvert de carreau ou de peinture à huile)

Les appareils de salle d'eau sont :

3. lavabos à eau courante chaude ou froide

Il est en faïence, en porcelaine vitrifié ou en grés émaillé, fixé et mur et surmonté d'un robinet d'eau froide ou chaude. Il se vide par le siphon, au dessus du lavabo sont installés :

- Une tablette en faïence sur laquelle on dispose le matériel de toilettes
- Un miroir éclairé par une lampe
- Si possible une prise de courant pour les rasoirs électriques

4. la douche

C'est un appareil en pompe d'arrosoir projetant de l'eau en jet ou en pluie qui arrose le corps et produit une action hygiénique. C'est aussi l'installation sanitaire qui permet de prendre une douche. On peut installer avec ou sans lavabo, parfois on la combine avec les w.-c. Il est indispensable que les murs de la douche soit lavables.

5. la baignoire

C'est une cuve plus ou moins allongée qui permet de prendre un bain par trempage. Elle se rencontre surtout dans les habitations modernes. Elle occupe beaucoup de place dans la salle d'eau. Elle peut être en faïence, en toute fonte émaillée, en grés émaillée ou en plastique. Elle est fixée au mur et est dotée d'une entrée d'eau courante chaude ou froide et d'un système d'évacuation d'eau.

6. les accessoires de la salle d'eau

La porte serviette en acier inoxydable, la porte savon, la porte éponge en plastique et en acier inoxydable. Une armoire de toilette placée généralement au dessus ou à côté du lavabo et comportement généralement un miroir, un tiroir pour les objets de toilettes, L'armoire en pharmacie qui sera placée assez haut pour que les enfants ne puissent pas y avoir accès, Un élément de rangement pour linges sales (sac à linge , panier à linge)

7. le water closet ou WC

L'habitation doit posséder un WC en ville comme au village. Il peut être placé dans la salle d'eau ou dans une pièce indépendante aux dimensions réduites avec sol carrelé ou cimenté et mur en carreau de faïence ou peinture à huile. il sera doté d'une bonne ventilation avec une petite fenêtre donnant sur l'extérieur.

Remarque : le WC sera doté d'un porte papier avec papier hygiénique. Supprimer les odeurs en utilisant des déodorants. A défaut de WC, il faut utiliser des latrines derrière la maison. Le lave- mains : c'est un petit lavabo près du WC

8. la buanderie

On y effectue les opérations de lavage et de séchage du linge et quelques fois de repassage. Cette pièce aura :

- Un sol glissant à base de ciment
- Des murs avec de la peinture à l'huile
- Une bonne aération et un bon éclairage avec une lampe disponible au dessus du poste de travail

9. L'ECLAIRAGE

La lumière est indispensable à la vie : elle donne la santé, elle permet le travail avec le maximum de sécurité, de qualité et de rendement. Elle apporte au milieu environnant, gaieté et confort. Il existe deux types d'éclairage

9.1 L'éclairage naturel

Il est dispensé par le soleil .Il entre dans les habitations par les portes et les fenêtres. Pour qu'il soit efficace, c'est-à-dire uniforme et suffisant ; il faut que ces couvertures soient assez grandes, nombreuses, propre (vitres aux voilages transparents), il est hygiénique. il combat le rachitisme, tue les microbes, permet de combattre l'humidité. Il est pratique et économique.

9.2 L'éclairage artificiel

Il remplace l' éclairage naturel quand il est insuffisant (le soir, la nuit). On distingue :

9.2-1 la bougie : elle est d'emploi facile, peu coûteuse mais elle est salissante, donne une fumée et une odeur désagréable. Elle procure un éclairage insuffisant et s'use vite.

9.2-2 la lampe à huile : éclairage faible ; elle fume

9.2-3 la lampe à pétrole : encombrante fragile (risque d'incendie). Odeur désagréable, éclairage faible. Elle est peu couteuse.

9.2-4 la lampe à gaz : fragile (verre cassable) , nécessite de trouver des rechanges de gaz. Mais elle est encombrante et l éclairage est un peu faible.

9.2-5 l'éclairage électrique : il procure instantanément (il suffit d'appuyer sur un bouton, l'éclairage devient vif et clair a partir d'une source lumineuse esthétique et peu encombrante. Il y a l'éclairage par incandescence et par fluorescente.

9.3-L éclairage par incandescence

Il est produit par une lampe

9.3-1- description

Une ampoule de verre (formes variées) vide d'air (l'air étant remplacé par une petite quantité de gaz neutre), azote, argon ou krypton.

A l'intérieur : un filament très fin enroulé en spirale, sauteur par 2 fils soutenus dans une tige de verre épais. a la partie inférieur : un culot a vis ou à la bâillonnent, s'adaptant sur une douille, le reliant à l'installation électrique par 2 fils de cuivre

9.3-2- fonctionnement

Le courant passe dans le filament et le chauffe « à blanc ». La présence d'un gaz inerte dans l'ampoule empêche la combustion du filament et même à 3000°C. Le filament devient ainsi source lumineuse

9.3-3 indication de l ampoule

- La tension du courant : en volts (v) de nos jours, les installations sont pratiquement toujours à 220 volts
- La puissance de la lampe en watts (w), le choix de cette puissance doit être fait en fonction de sont poids
- Le flux lumineux : quantité de lumière émise en lumens

9.3-4 avantage et inconvénients

L'éclairage procuré est :

Suffisante, Agréable, Peu encombrant (lampe), d'un entretien facile

Remarque : la durée de vie d'une lampe n'est que 1000 heures en moyenne, au Delas de ce temps, la lampe noircit, éclaire moins tut en consommant autant d'électricité. Il est préférable de le changer.

4-L éclairage de fluorescence

4-1- description

Un tube de verre, rempli de vapeur de mercure. A chaque extrémité, un filament relié à des broches

4-2- fonctionnement

Une décharge électrique produite

Un rayonnement riche en rayons ultra- violet qui sont transformés en rayons lumineux grâce à une poudre fluorescente tapissant la face interne du tube

4-3 avantages

L éclairage obtenu est très intense (3 à 4 fois plus que pour l'éclairage par incandescence pour la même puissance)

L'éclairage est uniforme et sans échauffement de l'atmosphère

Durée de vie plus longue

5. L'éclairage de l'habitat

5-1 origine du courant électrique (voir CIE)

5-2 divers éléments d'une installation

Toutes installations débutent par un compteur qui enregistre la consommation. On peut y lire 2 indications

La tension ou force du courant au secteur (en volt : 220 en cote d'ivoire)

L'intensité du courant : ou quantité d'électricité transporté par le courant (en ampère : A)

La puissance du compteur (en watt : w) est la puissance déterminée au moment de son installation et en fonction de son utilisation (tenir compte des différents appareils et des lampes susceptible d'être utilisés en même temps avec une marge de sécurité) . Le compteur compose un disque qui tourne plus ou moins vite suivant la consommation du courant et qui permet de connaître par simple lecture l'importance de cette consommation

EXERCICES D'ECONOMIE DOMESTIQUE

- 1- Comment faire la vaisselle ?
- 2- Citez les produits d'entretien
- 3- Expliquez les procédés de nettoyage
- 4- Une amie vous demande des conseils pour protéger son habitation contre les insectes et les rongeurs. quels conseils lui donnez- vous ?
- 5- L'insalubrité de la ville d'Abidjan est une préoccupation pour nos autorités. Quelles sont les mesures d'hygiène que vous proposez pour la résolution de ce problème ?
- 6- Définissez le budget
- 7- Quelles sont les différentes sources de recettes et de dépenses ?
- 8- Entretien du réfrigérateur
- 9- Entretien du four
- 10- Les différents postes de travail dans une cuisine
- 11- Décrire l'armoire frigorifique
- 12- Définissez le logement familial
- 13- Expliquez l'entretien des chambres
- 14- Expliquez les grands nettoyages
- 15- Expliquez les différents procédés d'épuration de l'eau
- 16- Les différentes étapes du blanchissage des linges
- 17- Utilisation du réfrigérateur
- 18- Citez les différents types d'éclairage
- 19- Entretien de la salle de séjour
- 20- Composition de la literie
- 21- Qu'entend-on par locaux sanitaires
- 22- Les différents postes de rangement