



Challenge
Vent de Fraîcheur

7 jours pour une maison clean

- Tour 1 : Dépoussiérage en profondeur**
- Tour 2 : Vitres, miroirs et surfaces brillantes**
- Tour 3 : Sols, tapis et escaliers**
- Tour 4 : Cuisine ultra-propre**
- Tour 5 : Salle de bain éclatante**
- Tour 6 : Murs, portes et textiles**
- Tour 7 : Entrée et senteurs fraîches**





Challenge Vent de Fraîcheur

7 jours pour une maison clean



Jour 1 : Dépoussiérage en profondeur

- Haut des meubles, étagères, luminaires, plinthes, radiateurs, aérations.
- Éliminer les toiles d'araignée sur les murs et plafonds.
- Aspirer les murs pour enlever la poussière incrustée.
- Dépoussiérer les plantes

<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____

Jour 2 : Vitres, miroirs, surfaces brillantes

- Nettoyage des vitres, miroirs, écrans et surfaces laquées.
- Nettoyage des portes vitrées et des baies coulissantes, fenêtres de toit

<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____



Challenge Vent de Fraîcheur

7 jours pour une maison clean



Jour 3 : Sols, tapis et escaliers

- Aspiration et lavage de tous les sols
- Nettoyage en profondeur des tapis et moquettes
- Nettoyage des marches et rambarde d'escalier

<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____

Jour 4 : Cuisine nickel

- Dégraissage du frigo (étagères, bacs, joints)
- Nettoyage du plan de travail, plaques de cuisson, hotte, micro-ondes, évier...
- Aspirer et nettoyer les placards
- Nettoyer les façades

<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____



Challenge Vent de Fraîcheur

7 jours pour une maison clean



Jour 5 : Salle de bain éclatante

- Détartrage des robinets, douche, baignoire, joints, parois vitrées.
- Nettoyage des toilettes en profondeur

<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____

Jour 6 : Murs, portes et textiles

- Détailler les murs
- Nettoyage des portes, poignées, interrupteurs.
- Aspiration et détachage des canapés, fauteuils, matelas.

<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____



7 jours pour une maison clean

Jour 7 : Entrées et bilan



- Nettoyage de la porte d'entrée (intérieur/extérieur), boîte aux lettres, paillasson...

<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____

Bilan

Viens partager ton résultat du challenge
sur le groupe Facebook ! 😊

Ce que tu as aimé... Tes Avant / Après 😊

Kris