



## 2 wekenschema week 37



Deze week is het superpoets!

### Slaapkamers

Bedden verschoneren	0 0 0 0
Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Stofzuigen / dweilen	0 0 0 0

### Badkamer / wc

Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Wc en badmat wassen	0 0 0 0
Sanitair + wc soppen	0 0 0 0
Kranen, spiegels	0 0 0 0
Afvalbakje	0 0 0 0
WCborstel en houder schoonmaken	0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen	0 0 0 0

### Hal, trappen, overloop, zolder etc

Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Deurmat uitkloppen	0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen	0 0 0 0

### Overige klussen

Tuinklussen	0 0 0 0
Administratie bijwerken	0 0 0 0
Kattenbak/kooien etc	0 0 0 0

### Ochtendroutine

Momentje voor jezelf	0 0 0 0 0 0
Douchen/aankleden	0 0 0 0 0 0
Ramen open	0 0 0 0 0 0
Beddengoed laten luchten	0 0 0 0 0 0
Ontbijten/event medicijnen	0 0 0 0 0 0
Event. lunch klaarmaken	0 0 0 0 0 0
Ontbijttafel afruimen	0 0 0 0 0 0
Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0
Aanrecht opruimen	0 0 0 0 0 0
Niks vergeten om mee te nemen	0 0 0 0 0 0

### Dagelijkse routine

WC opfrissen	0 0 0 0 0 0
Wastafel/kraan opfrissen	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje slaapkamers	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje wc/badkamer	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje trappen/overloop	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje woonkamer	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje (bij)keuken	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje hal/overige ruimte	0 0 0 0 0 0
Aanrecht opgeruimd houden	0 0 0 0 0 0
Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0
Hand/thee/vaatdoek verschoneren	0 0 0 0 0 0
Kattenbak/kooien etc opfrissen	0 0 0 0 0 0
Wassen/drogen/vouwen	0 0 0 0 0 0
Email/post openen	0 0 0 0 0 0
Boodschappen	0 0 0 0 0 0
Planten verzorgen	0 0 0 0 0 0

### Reminders

Een weekmenu maken	0 0 0 0 0 0
Wat staat er voor volgende week in de agenda	0 0 0 0 0 0

### Avondroutine

Koken	0 0 0 0 0 0
Tafel afruimen	0 0 0 0 0 0
Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0
Aanrecht opruimen	0 0 0 0 0 0
Doekje over kookplaat/afzuigkap	0 0 0 0 0 0
Vegen/kruimeldief	0 0 0 0 0 0
Event. lunch klaarmaken	0 0 0 0 0 0
Iets uit de vriezer halen?	0 0 0 0 0 0
E.e.a. voor morgen klaarleggen	0 0 0 0 0 0
Afvalbakjes legen	0 0 0 0 0 0
Email en agenda nakijken	0 0 0 0 0 0
Event. medicijnen	0 0 0 0 0 0
Relaxen	0 0 0 0 0 0

### Poetsklus voor deze week

Koelkast berging schoonmaken	0 0 0 0 0 0
Auto opruimen	0 0 0 0 0 0
Auto wassen / wasstraat	0 0 0 0 0 0
Stofzuigen + matten uitkloppen	0 0 0 0 0 0
Interieur afnemen	0 0 0 0 0 0
Ramen en spiegels schoonmaken	0 0 0 0 0 0
Controleren bandenspanning, remmen en verlichting	0 0 0 0 0 0
Checken oliepeil, koelvloeistof, ruitensproeistof en indien nodig bijvullen	0 0 0 0 0 0
Fietsbanden oppompen	0 0 0 0 0 0