



# Basisschema week 46



## Maandag

Een kast naar keuze opruimen en schoonmaken 0 0 0 0 0 0 0

## Dinsdag

Matten uitwassen 0 0 0 0 0 0 0  
WC pot rondom incl bril + drukknop 0 0 0 0 0 0 0  
Sanitair zoals de douche, wastafel en bad soppen 0 0 0 0 0 0 0  
Spiegel en kranen afnemen 0 0 0 0 0 0 0  
WC houder en borstel schoonmaken 0 0 0 0 0 0 0  
Afvalbakje legen/schoonmaken 0 0 0 0 0 0 0

## Woensdag

Bedden verschonen 0 0 0 0 0 0 0

## Donderdag

Stoffen / klamvochtig afnemen 0 0 0 0 0 0 0

## Vrijdag

Stoffen/klamvochtig afnemen 0 0 0 0 0 0 0

## Weekend

Planten verzorgen 0 0 0 0 0 0 0  
Kooien/kattenbak etc verzorgen 0 0 0 0 0 0 0  
Deurmatten uitkloppen 0 0 0 0 0 0 0  
Stofzuigen / dweilen hele huis 0 0 0 0 0 0 0  
Klussen van de tuinkalender 0 0 0 0 0 0 0

## Ochtendroutine

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

## Dagelijkse routine

WC opruisen 0 0 0 0 0 0 0  
Wastafel/kraan opruisen 0 0 0 0 0 0 0  
Opruimrondje slaapkamer 0 0 0 0 0 0 0  
Opruimrondje (kinder)kamers 0 0 0 0 0 0 0  
Opruimrondje wc/badkamer 0 0 0 0 0 0 0  
Opruimrondje trappen/overloop 0 0 0 0 0 0 0  
Opruimrondje woonkamer 0 0 0 0 0 0 0  
Opruimrondje (bij)keuken 0 0 0 0 0 0 0  
Opruimrondje hal 0 0 0 0 0 0 0  
Aanrecht opgeruimd houden 0 0 0 0 0 0 0  
Afwassen / vaatwasser 0 0 0 0 0 0 0  
Hand/thee/vaatdoek verschonen 0 0 0 0 0 0 0  
Kattenbak etc opruisen 0 0 0 0 0 0 0  
Wassen/drogen 0 0 0 0 0 0 0  
Was vouwen en opbergen 0 0 0 0 0 0 0  
Email/post openen 0 0 0 0 0 0 0  
Boodschappen 0 0 0 0 0 0 0  
Planten verzorgen 0 0 0 0 0 0 0

## Avondroutine

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

## Reminder

Weekmenu maken 0 0 0 0 0 0 0  
Agenda wat staat er voor komende week op de planning? 0 0 0 0 0 0 0  
Vriezer leegeten ivm de schoonmaak in nov/dec 0 0 0 0 0 0 0