



3-wekenschema week 1



Badkamer

| | |
|--|---------|
| Matten uitwassen | 0 0 0 0 |
| Stoffen/klamvochtig afnemen waar nodig | 0 0 0 0 |
| WC pot inspuiten / doorborstelen | 0 0 0 0 |
| WC pot rondom incl bril + drukknop | 0 0 0 0 |
| Overige sanitair opfrissen | 0 0 0 0 |
| Spiegel en kranen afnemen | 0 0 0 0 |
| WC houder en borstel schoonmaken | 0 0 0 0 |
| Afvalbakje legen | 0 0 0 0 |

Woonkamer

| | |
|-----------------------------|---------|
| Opruimen | 0 0 0 0 |
| Stoffen/klamvochtig afnemen | 0 0 0 0 |
| Bank stofzuigen | 0 0 0 0 |

Slaapkamer(s)

| | |
|-----------------------------|---------|
| Stoffen/klamvochtig afnemen | 0 0 0 0 |
| Bedden verschoneren | 0 0 0 0 |

Poetsklus

| | |
|--|---------|
| Superpoets in de slaapkamer(s) | 0 0 0 0 |
| Superpoets in de woonkamer | 0 0 0 0 |
| Superpoets in de badkamer | 0 0 0 0 |
| Of een (extra) klusje naar keuze in huis | 0 0 0 0 |

Algemeen

| | |
|-------------------------------------|---------|
| Planten verzorgen | 0 0 0 0 |
| Hele huis stofzuigen en/of dweilen | 0 0 0 0 |
| Kattenbak/kooien etc van huisdieren | 0 0 0 0 |
| Gras maaien indien nodig | 0 0 0 0 |
| Tuinklussen | 0 0 0 0 |
| Administratie | 0 0 0 0 |

Dagelijkse routine

| | |
|---------------------------------|---------------|
| Momentje voor jezelf | 0 0 0 0 0 0 0 |
| WC opfrissen | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Wastafel/kraan opfrissen | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Opruimrondje eigen 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/overige ruimte | 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 verschoneren | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Katten/kooien etc opfrissen | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Wassen/drogen | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Was vouwen/strijken+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 |

Reminder

| | |
|--------------------|---------------|
| Weekagenda checken | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Een weekmenu maken | 0 0 0 0 0 0 0 |

Ochtendroutine

| | |
|--------------------------------|---------------|
| 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 |

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/afzuigkap | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Vegen/kruimeldief | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Event. lunch klaarmaken | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Iets uit de vriezer halen? | 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 |
| Relaxen | 0 0 0 0 0 0 0 |