



# Maandschema week 5



## Badkamer en WC

Bad/wc mat/badjas wassen	0 0 0 0
Opruimen	0 0 0 0
Stoffen, vergeet de luxaflex niet	0 0 0 0
Klamvochtig afnemen waar nodig	0 0 0 0
Losse spulletjes afnemen	0 0 0 0
Sanitair en WC soppen	0 0 0 0
WC borstel en houder schoonmaken	0 0 0 0
Douchegordijn/deur ontkalken en schoonmaken	0 0 0 0
Afvalbakjes schoonmaken	0 0 0 0
Handje soda door afvoer	0 0 0 0
Kammen/borstels reinigen	0 0 0 0
Make-upkwasten ed reinigen	0 0 0 0
Kranen en spiegel afnemen	0 0 0 0
Voorraad controleren van shampoo wc papier, maandverband etc	0 0 0 0
Grondig stofzuigen/dweilen	0 0 0 0

## Poetsklus badkamer en WC

Plafonds en muren ontstoffen	0 0 0 0
Bovenop hoge kasten stoffen/afnem	0 0 0 0
Houtwerk/plinten schoonmaken	0 0 0 0
Radiatoren ontstoffen/schoonmaken	0 0 0 0
Lampen schoonmaken	0 0 0 0
Stopcontact/lichtknopjes schoonmn	0 0 0 0
Voorraad lampen controleren	0 0 0 0
Ventilatioerosters schoonmaken	0 0 0 0
Accessoires schoonmaken	0 0 0 0
Vitrinekast+inhoud schoonmaken	0 0 0 0
Tegels schoonmaken	0 0 0 0
Voeg- en kitranden schoonmaken	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 oprfrissen	0 0 0 0 0 0 0
Wastafel/kraan oprfrissen	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
Vaatwasser/afwassen	0 0 0 0 0 0 0
Hand/thee/vaatdoek verschonon	0 0 0 0 0 0 0
Katten/kooien etc oprfrissen	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

## 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
Ontspannen	0 0 0 0 0 0 0

## Wekelijkse klusjes

Opruimen 15 min in 1 vertrek	0 0 0 0 0 0 0
Bedden verschonon of 2 wekel.	0 0 0 0 0 0 0
Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0 0 0 0
Koelkast oprfrissen	0 0 0 0 0 0 0
Keukenapparatuur nalopen	0 0 0 0 0 0 0
Deurmat uitkloppen	0 0 0 0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen	0 0 0 0 0 0 0
Strijken (alleen het echt nodige)	0 0 0 0 0 0 0
Tuinklussen	0 0 0 0 0 0 0
Auto opruimen	0 0 0 0 0 0 0
Kattenbak/kooien schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Administratie bijwerken	0 0 0 0 0 0 0

## Reminders

Weekagenda checken	0 0 0 0 0 0 0
Een weekmenu maken	0 0 0 0 0 0 0