



Basisschema Plus week 29



Woonkamer, (bij)keuken, hal

Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Losse spulletjes o/h aanrecht	0 0 0 0
Keukendeurtjes afnemen	0 0 0 0
Aanrecht + achterwand	0 0 0 0
Keukenapparatuur snel oprissen	0 0 0 0
Afvalbakjes	0 0 0 0
Gootsteen + kraan	0 0 0 0

WC

WC matten uitwassen	0 0 0 0
WC rondom schoonmaken	0 0 0 0
Fonteyntje rondom schoonmaken	0 0 0 0
Spiegel en kraantje afnemen	0 0 0 0
Deurklink en lichtknopje afnemen	0 0 0 0
WC borstel en houder schoonmaken	0 0 0 0
Afvalbakje legen	0 0 0 0

Poetsklus voor deze week

Magnetron schoonmaken	0 0 0 0
Vaatwasser reinigen/ontkalken	0 0 0 0
Kleine huish.app. ontkalken/schoonmaken indien nodig bv waterkoker	0 0 0 0
Keukenkraan + quooker ontkalken	0 0 0 0

Kraantje wc ontkalken indien nodig	0 0 0 0
Afvalbakje op de wc schoonmaken	0 0 0 0
Handje soda door de afvoeren	0 0 0 0
Voorraad wc papier etc checken	0 0 0 0
Tegels op de wc schoonmaken	0 0 0 0
Voeg- en kitranden schoonmaken	0 0 0 0

Lectuurmand opschonen	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

Dagelijkse routine

WC oprissen	0 0 0 0 0 0 0
Wastafel/kraan oprissen	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 verschonen	0 0 0 0 0 0 0
Katten/kooien etc oprissen	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/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/tijd voor jezelf	0 0 0 0 0 0 0

Wekelijkse klusjes

Kwartiertje opruimen in 1 vertrek	0 0 0 0 0 0 0
Badkamer indien nodig	0 0 0 0 0 0 0
Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0 0 0 0
Kooien, kattenbak, aquarium etc	0 0 0 0 0 0 0
Deurmatten 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
Gras maaien	0 0 0 0 0 0 0
Administratie bijwerken	0 0 0 0 0 0 0
Schoenen, jassen en tassen nalopen	0 0 0 0 0 0 0
Oud papier, glaswerk etc wegbrengen	0 0 0 0 0 0 0

Reminder

Weekagenda checken	0 0 0 0 0 0 0
Weekmenu maken	0 0 0 0 0 0 0
Speelgoed nalopen/schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Buitenspeelgoed schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Tuinmeubelen schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Tandenborstel(s) vervangen	0 0 0 0 0 0 0