



## Basisschema week 12



### Maandag superpoets

Superpoets in de badkamer (event.  
vast beginnen in de badkamer) 0 0 0 0 0 0 0

### Dinsdag badkamer

Superpoets badkamer 0 0 0 0 0 0 0  
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 schoonmaken 0 0 0 0 0 0 0

### Woensdag

Superpoets slaapkamer 0 0 0 0 0 0 0  
Bedden verschonen 0 0 0 0 0 0 0

### Donderdag

Superpoets in de slaapkamer 0 0 0 0 0 0 0  
Stoffen / klamvochtig afnemen trap,  
overloop en slaapkamer(s) 0 0 0 0 0 0 0

### Vrijdag woonkamer

Planten verzorgen 0 0 0 0 0 0 0  
Stoffen/klamvochtig afnemen 0 0 0 0 0 0 0

### Weekend

Kooien/kattenbak etc verzorgen 0 0 0 0 0 0 0  
Tuinklussen/gras maaien 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

### 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  
Vaatwasser/afwassen 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/vouwen/opbergen 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?  
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  
Belastingaangifte 0 0 0 0 0 0 0  
Vlooiënbestrijding huis-  
dieren 0 0 0 0 0 0 0  
Tuinmeubelen schoon-  
maken 0 0 0 0 0 0 0