



Basisschema Plus week 28



Slaapkamers, kantoor, hobbyruimte

| | |
|-----------------------------|---------|
| Opruimen | 0 0 0 0 |
| Bedden verschonen | 0 0 0 0 |
| Stoffen/klamvochtig afnemen | 0 0 0 0 |
| Stofzuigen / dweilen | 0 0 0 0 |

Trappen/overloop/bergruimtes

| | |
|-----------------------------|---------|
| Opruimen | 0 0 0 0 |
| Stoffen/klamvochtig afnemen | 0 0 0 0 |
| Stofzuigen/dweilen | 0 0 0 0 |

Badkamer/WC

| | |
|----------------------------------|---------|
| Opruimen | 0 0 0 0 |
| Stoffen/klamvochtig afnemen | 0 0 0 0 |
| Bad en wcmatten wassen | 0 0 0 0 |
| WC soppen | 0 0 0 0 |
| Sanitair soppen | 0 0 0 0 |
| Kranen en spiegels | 0 0 0 0 |
| WC borstel en houder schoonmaken | 0 0 0 0 |
| Afvalbakjes | 0 0 0 0 |
| Stofzuigen/dweilen | 0 0 0 0 |

Poetsklus

| | |
|--|---------|
| Pluizenfilter + zeeplade wasmachine | 0 0 0 0 |
| Deur + rubberen rand (manchet) | 0 0 0 0 |
| Wasmachine leeg laten draaien en eventueel ontkalken | 0 0 0 0 |
| Buitenkant wasmachine en droger | 0 0 0 0 |
| Pluizenfilter droger schoonmaken | 0 0 0 0 |
| Condensbakje en condensator | 0 0 0 0 |
| Trommel en sensoren reinigen | 0 0 0 0 |
| Strofzuigen/dweilen bij wasmachine en droger | 0 0 0 0 |
| Was- en strijkmanden schoonmaken | 0 0 0 0 |
| Strijkplank en strijkijzer schoonmaken en ontkalken indien nodig | 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 opruimen | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Wastafel/kraan opruimen | 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 verschonen | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Katten/kooien etc opruimen | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Wassen/drogen/vouwen/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 | 0 0 0 0 0 0 0 |

Wekelijkse klusjes

| | |
|-------------------------------------|---------------|
| WC wekelijkse beurt | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Opruimen 15 min in 1 vertrek | 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 |
| Tuinklussen, gras maaien | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Berging opruimen/vegen | 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 |
| Schoenen, jassen en tassen nalopen | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Oud papier, glaswerk etc wegbrengen | 0 0 0 0 0 0 0 |

Reminders

| | |
|-----------------------------------|---------------|
| Agenda 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 schoonmkn/spuiten | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Tuinmeubelen schoonmkn/spuiten | 0 0 0 0 0 0 0 |