



Weekschema week 15



Slaapkamers

Bedden verschonon	0 0 0 0
Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Stofzuigen / dweilen	0 0 0 0

Badkamer / wc

Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Sanitair + wc soppen	0 0 0 0
WC borstel met houder	0 0 0 0
Kranen, spiegels	0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen	0 0 0 0

Hal, trappen, overloop etc

Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Deurmat uitkloppen	0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen	0 0 0 0

Keuken

Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Losse spullen afwassen	0 0 0 0
Keukendeurtjes/bovenkant	0 0 0 0
Achterwand aanrecht	0 0 0 0
Koelkast oprissen	0 0 0 0
Overige keukenapparatuur oprissen	0 0 0 0
Afvalbakjes	0 0 0 0
Gootsteen/kraan	0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen	0 0 0 0

Woonkamer

Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen	0 0 0 0

Buitenboel, administratie etc

Tuinklussen/gras maaien	0 0 0 0
Berging losse spullen opruimen	0 0 0 0
Berging vegen	0 0 0 0
Administratie	0 0 0 0
Kattenbak/kooien etc	0 0 0 0

Ochtendroutine

Momentje voor jezelf	0 0 0 0 0 0
Douchen/aankleden	0 0 0 0 0 0
Ramen open	0 0 0 0 0 0
Beddengoed laten luchten	0 0 0 0 0 0
Ontbijten/event medicijnen	0 0 0 0 0 0
Event. lunch klaarmaken	0 0 0 0 0 0
Ontbijttafel afruimen	0 0 0 0 0 0
Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0
Aanrecht opruimen	0 0 0 0 0 0
Niks vergeten om mee te nemen	0 0 0 0 0 0

Dagelijkse routine

WC oprissen	0 0 0 0 0 0
Wastafel/kraan oprissen	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje slaapkamers	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje wc/badkamer	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje trappen/overloop	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje woonkamer	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje (bij)keuken	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje hal/overige ruimte	0 0 0 0 0 0
Aanrecht opgeruimd houden	0 0 0 0 0 0
Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0
Hand/thee/vaatdoek verschonon	0 0 0 0 0 0
Katten/kooien etc oprissen	0 0 0 0 0 0
Wassen/drogen/vouwen	0 0 0 0 0 0
Email/post openen	0 0 0 0 0 0
Boodschappen	0 0 0 0 0 0
Planten verzorgen	0 0 0 0 0 0

Reminders

Weekmenu maken	0 0 0 0 0 0
Agenda nakijken	0 0 0 0 0 0
Belastingaangifte verzorgen	0 0 0 0 0 0
WC borstel vervangen	0 0 0 0 0 0

Avondroutine

Koken	0 0 0 0 0 0
Tafel afruimen	0 0 0 0 0 0
Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0
Aanrecht opruimen	0 0 0 0 0 0
Doekje over kookplaat/afzuigkap	0 0 0 0 0 0
Vegen/kruimeldief	0 0 0 0 0 0
Event. lunch klaarmaken	0 0 0 0 0 0
Iets uit de vriezer halen?	0 0 0 0 0 0
E.e.a. voor morgen klaarleggen	0 0 0 0 0 0
Afvalbakjes legen	0 0 0 0 0 0
Email en agenda nakijken	0 0 0 0 0 0
Relaxen	0 0 0 0 0 0

Poetsklus voor deze week

Kast naar keuze opruimen en/of schoonmaken	0 0 0 0 0 0
Afzuigkap schoonmaken	0 0 0 0 0 0
Filters afzuigkap afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0
Eventuele koolstoffilters vervangen indien nodig	0 0 0 0 0 0
Kookplaat schoonmaken	0 0 0 0 0 0
Kindermeubilair schoonmaken zoals box, kinderstoel, kinderwagen etc	0 0 0 0 0 0
Boxkleed + lakentje etc kinderwagen wassen	0 0 0 0 0 0
Speelgoed wat veel in de mond wordt genomen schoonmaken	0 0 0 0 0 0
Wipstoeltje, loopstoeltje etc schoonmaken indien nodig	0 0 0 0 0 0
Koelkast in de berging/garage schoonmaken	0 0 0 0 0 0