



## 3-wekenschema week 33



### WC en badkamer

|  |         |
|--|---------|
| Matten uitwassen                       | 0 0 0 0 |
| Stoffen/klamvochtig afnemen waar nodig | 0 0 0 0 |
| WC pot inspuiten / doorborstelen       | 0 0 0 0 |
| WC pot rondom incl bril + drukknop     | 0 0 0 0 |
| Overige sanitair opfrissen             | 0 0 0 0 |
| Spiegel en kranen afnemen              | 0 0 0 0 |
| WC houder en borstel schoonmaken       | 0 0 0 0 |
| Afvalbakjes legen                      | 0 0 0 0 |

### Trap, overloop, hal

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

### Keuken

|  |         |
|--|---------|
| Stoffen/klamvochtig afnemen            | 0 0 0 0 |
| Keukendeurtjes afnemen                 | 0 0 0 0 |
| Achterwand aanrecht afnemen            | 0 0 0 0 |
| Losse spulletjes o/h aanrecht afwassen | 0 0 0 0 |
| Keukenapparatuur snel opfrissen        | 0 0 0 0 |
| Afvalbakjes omspoelen/schoonmaken      | 0 0 0 0 |
| Gootsteen met kraan                    | 0 0 0 0 |

### Slaapkamer(s)

|                                   |         |
|-----------------------------------|---------|
| Bedden verschonen                 | 0 0 0 0 |
| Stoffen en/of klamvochtig afnemen | 0 0 0 0 |

### Poetsklus

|                                       |         |
|---------------------------------------|---------|
| Tegels badkamer schoonmaken           | 0 0 0 0 |
| Voeg- en kitranden badkamer schoonmkn | 0 0 0 0 |

### Algemeen

|                                     |         |
|-------------------------------------|---------|
| Planten verzorgen                   | 0 0 0 0 |
| Kattenbak/kooien etc van huisdieren | 0 0 0 0 |
| Tuinklussen                         | 0 0 0 0 |
| Berging opruimen/vegen              | 0 0 0 0 |
| Administratie                       | 0 0 0 0 |
| Oud papier, glaswerk etc wegbrengen | 0 0 0 0 |
| Schoenen, jassen en tassen nalopen  | 0 0 0 0 |
| Kwartiertje opruimen in 1 vertrek   | 0 0 0 0 |

### Dagelijkse routine

|                                 |               |
|---------------------------------|---------------|
| Momentje voor jezelf            | 0 0 0 0 0 0 0 |
| WC opfrissen                    | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Wastafel/kraan opfrissen        | 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 opfrissen     | 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 |

### Reminder

|                    |               |
|--------------------|---------------|
| Weekagenda checken | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Een weekmenu maken | 0 0 0 0 0 0 0 |

### Ochtendroutine

|                                |               |
|--------------------------------|---------------|
| 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 |

### 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 |