



## Basisschema Plus week 36



### 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 met houder       | 0 0 0 0 |
| Afvalbakjes                 | 0 0 0 0 |
| Stofzuigen/dweilen          | 0 0 0 0 |

### Poetsklus

|                                     |         |
|-------------------------------------|---------|
| Muren en plafonds ontstoffen        | 0 0 0 0 |
| Bovenop hoge kasten ontstoffen      | 0 0 0 0 |
| Radiator ontstoffen/schoonmaken     | 0 0 0 0 |
| CV ketel + toebehoren afnemen       | 0 0 0 0 |
| Deuren met deurkozijnen schoonmaken | 0 0 0 0 |
| Deur berging/garage schoonmaken     | 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 |
| Afwassen/vaatwasser             | 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                   | 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                         | 0 0 0 0 0 0 0 |

### Wekelijkse klusjes

|                                     |               |
|-------------------------------------|---------------|
| Stoffen/klamvochtig afnemen         | 0 0 0 0 0 0 0 |
| WC wekelijkse beurt                 | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Koelkast opruimen                   | 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 |
| Berging opruimen en vegen           | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Tuinklussen                         | 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 |
| Planten verzorgen                   | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Oud papier, glaswerk etc wegbrengen | 0 0 0 0 0 0 0 |
| Schoenen, jassen en tassen nalopen  | 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 |