



Weekschema week 4



Slaapkamers

Bedden verschoneren	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
Keukenapparatuur opruimen	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	0 0 0 0
Berging losse rommel / vegen	0 0 0 0
Administratie	0 0 0 0

Kattenbak/kooien etc	0 0 0 0
Deurmatten uitkloppen	0 0 0 0

Schoenen, jassen en tassen nalopen	0 0 0 0
Oud papier, glaswerk etc wegbrengen	0 0 0 0

Kwartier opruimen in 1 vertrek	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 slaapkamers	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 verschoneren	0 0 0 0 0 0 0
Katten/kooien etc opruimen	0 0 0 0 0 0 0

Wassen/drogen/vouwen	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

Reminders

Weekmenu maken	0 0 0 0 0 0 0
Agenda nakijken	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

Poetsklus voor deze week

Afvalbakje wc schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Kraantje wc event. ontkalken	0 0 0 0 0 0 0

Handje soda + kokend water door afvoeren wc gieten	0 0 0 0 0 0 0
Voorraad wc papier etc checken	0 0 0 0 0 0 0

Tegels WC schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Voeg- en kitrand wc schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0

Keukenkraan + event. quooker ontkalken indien nodig	0 0 0 0 0 0 0
Kl huish. app ontkalken/schoonmkn	0 0 0 0 0 0 0

Vaatwasser reinigen/ontkalken	0 0 0 0 0 0 0
Magnetron schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0

Lectuurmand opschoneren	0 0 0 0 0 0 0
-------------------------	---------------