



Basisschema week 12



Maandag poetsklus

Wasmachine pluizenfilter reinigen	0 0 0 0 0 0
Zeeplade wasmachine schoonmaken	0 0 0 0 0 0
Wasmachine deur/manchet	0 0 0 0 0 0
Buitenkant wasmachine afnemen	0 0 0 0 0 0
Wasmachine ontkalken/leeg laten draaien op 95 graden	0 0 0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen bij wasmachine	0 0 0 0 0 0
Wasmanden schoonmaken	0 0 0 0 0 0

Dinsdag badkamer

Superpoets in de badkamer	0 0 0 0 0 0
Matten uitwassen	0 0 0 0 0 0
WC pot rondom incl bril + drukknop	0 0 0 0 0 0
Sanitair zoals de douche, wastafel en bad soppen	0 0 0 0 0 0
Spiegel en kranen afnemen	0 0 0 0 0 0
WC houder en borstel schoonmaken	0 0 0 0 0 0
Afvalbakje schoonmaken	0 0 0 0 0 0

Woensdag

Superpoets in de slaapkamer	0 0 0 0 0 0
Bedden verschoneren	0 0 0 0 0 0

Donderdag trap, overloop slaapkmr

Superpoets trap, overloop, slaapkmr	0 0 0 0 0 0
Stoffen / klamvochtig afnemen	0 0 0 0 0 0

Vrijdag woonkamer

Planten verzorgen	0 0 0 0 0 0
Superpoets in de woonkamer	0 0 0 0 0 0
Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0 0 0

Weekend

Kwartaartje opruimen in 1 vertrek	0 0 0 0 0 0
Kooien/kattenbak etc verzorgen	0 0 0 0 0 0
Deurmatten uitkloppen	0 0 0 0 0 0
Stofzuigen / dweilen hele huis - superpoets	0 0 0 0 0 0
Schoenen, jassen en tassen nakijken	0 0 0 0 0 0

Weekend vervolg

Oud papier, glaswerk etc wegbrengen	0 0 0 0 0 0
Berging losse rommel opruimen	0 0 0 0 0 0
Berging vegen indien nodig	0 0 0 0 0 0
Tuinklussen	0 0 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 opfrissen	0 0 0 0 0 0
Wastafel/kraan opfrissen	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje slaapkamer	0 0 0 0 0 0
Opruimrondje (kinder)kamers	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	0 0 0 0 0 0
Aanrecht opgeruimd houden	0 0 0 0 0 0
Vaatwasser/afwassen	0 0 0 0 0 0
Hand/thee/vaatdoek verschoneren	0 0 0 0 0 0
Kattenbak etc opfrissen	0 0 0 0 0 0
Wassen/drogen/vouwen/opbergen	0 0 0 0 0 0
Was vouwen en opbergen	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

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 en 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 voor morgen?	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
Ontspannen	0 0 0 0 0 0

Reminder

Weekmenu maken	0 0 0 0 0 0
Agenda wat staat er voor komende week op de planning?	0 0 0 0 0 0
Belastingaangifte verzorgen	0 0 0 0 0 0