



Basisschema week 42



Badkamer

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

Slaapkamer(s), trap(pen), overloop

Bedden verschonen	0 0 0 0 0 0 0
Stoffen / klamvochtig afnemen	0 0 0 0 0 0 0

Woonkamer

Planten verzorgen	0 0 0 0 0 0 0
Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0 0 0 0

Poetsklus

Wasmachine pluizenfilter reinigen	0 0 0 0 0 0 0
Zeeplade wasmachine schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Wasmachine deur/manchet	0 0 0 0 0 0 0
Buitenkant wasmachine afnemen	0 0 0 0 0 0 0
Wasmachine ontkalken/leeg laten draaien op 90 graden	0 0 0 0 0 0 0
Droger pluizenfilter reinigen	0 0 0 0 0 0 0
Trommel droger afnemen	0 0 0 0 0 0 0
Condensor, condensbakje	0 0 0 0 0 0 0
Ventilator of ventilatierooster	0 0 0 0 0 0 0
Deur droger	0 0 0 0 0 0 0
Warmtepompfilter/luchtafvoerslang	0 0 0 0 0 0 0
Buitenkant droger afnemen	0 0 0 0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen bij wasm/droger	0 0 0 0 0 0 0
Was/strijkmand schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Strijkijzer/strijkplank	0 0 0 0 0 0 0

Weekend

Kwartiertje opruimen in 1 vertrek	0 0 0 0 0 0 0
Planten verzorgen	0 0 0 0 0 0 0
Kooien/kattenbak etc verzorgen	0 0 0 0 0 0 0
Deurmatten uitkloppen	0 0 0 0 0 0 0
Stofzuigen / dweilen hele huis	0 0 0 0 0 0 0
Schoenen, jassen en tassen nakijken	0 0 0 0 0 0 0
Oud papier, glaswerk etc wegbrengen	0 0 0 0 0 0 0
Berging, tuin en balkon de losse rommel opruimen en vegen indien nodig	0 0 0 0 0 0 0
Tuinklussen, gras maaien	0 0 0 0 0 0 0
Kasten opruimen/schoonmaken	0 0 0 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 opfrissen	0 0 0 0 0 0 0
Wastafel/kraan opfrissen	0 0 0 0 0 0 0
Opruimrondje 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	0 0 0 0 0 0 0
Aanrecht opgeruimd houden	0 0 0 0 0 0 0

Dagelijkse routine

Vaatwasser/afwassen	0 0 0 0 0 0 0
Hand/thee/vaatdoek	0 0 0 0 0 0 0
Kattenbak etc opfrissen	0 0 0 0 0 0 0
Wassen/drogen	0 0 0 0 0 0 0
Was vouwen/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 en 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 voor morgen?	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 checken	0 0 0 0 0 0 0
Ontspannen	0 0 0 0 0 0 0

Reminder

Weekmenu maken	0 0 0 0 0 0 0
Agenda: wat staat komende week op de planning?	0 0 0 0 0 0 0
Tandenborstels vervangen	0 0 0 0 0 0 0