



## 3-wekenschema week 1



<b>Badkamer</b>		<b>Algemeen</b>		<b>Ochtendroutine</b>	
Bad- en/of wcmat uitwassen	0 0 0 0	Planten verzorgen	0 0 0 0	Douchen/aankleden	0 0 0 0 0 0
WC pot rondom met bril en knop schoonmaken	0 0 0 0	Kattenbak/kooien etc van huisdieren	0 0 0 0	Ramen open	0 0 0 0 0 0
Sanitair schoonmaken	0 0 0 0	Tuinklussen	0 0 0 0	Beddengoed laten luchten	0 0 0 0 0 0
Kranen en spiegel afnemen	0 0 0 0	Berging, tuin en balkon de losse rommel opruimen/vegen indien nodig	0 0 0 0	Ontbijten/event medicijnen	0 0 0 0 0 0
Afvalbakje legen, event schoonmaken	0 0 0 0	Administratie	0 0 0 0	Event. lunch klaarmaken	0 0 0 0 0 0
WC borstel met houder schoonmaken	0 0 0 0	Oud papier, glaswerk etc wegbrengen	0 0 0 0	Ontbijttafel afruimen	0 0 0 0 0 0
		Schoenen, jassen en tassen nalopen	0 0 0 0	Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0
		Kwartiertje opruimen in 1 vertrek	0 0 0 0	Aanrecht opruimen	0 0 0 0 0 0
				Niks vergeten om mee te nemen?	0 0 0 0 0 0
<b>Keuken</b>		<b>Dagelijkse routine</b>		<b>Avondroutine</b>	
Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0	Momentje voor jezelf	0 0 0 0 0 0	Koken	0 0 0 0 0 0
Keukendeurtjes afnemen	0 0 0 0	WC opfrissen	0 0 0 0 0 0	Tafel afruimen	0 0 0 0 0 0
Achterwand aanrecht afnemen	0 0 0 0	Wastafel/kraan opfrissen	0 0 0 0 0 0	Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0
Losse spulletjes o/h aanrecht afwassen	0 0 0 0	Opruimrondje eigen slaapkamer	0 0 0 0 0 0	Aanrecht opruimen	0 0 0 0 0 0
Keukenapparatuur snel opfrissen	0 0 0 0	Opruimrondje (kinder)kamers	0 0 0 0 0 0	Doekje over kookplaat/afzuigkap	0 0 0 0 0 0
Afvalbakjes omspoelen/schoonmaken	0 0 0 0	Opruimrondje wc/badkamer	0 0 0 0 0 0	Vegen/kruimeldief	0 0 0 0 0 0
Gootsteen met kraan	0 0 0 0	Opruimrondje trappen/overloop	0 0 0 0 0 0	Event. lunch klaarmaken	0 0 0 0 0 0
		Opruimrondje woonkamer	0 0 0 0 0 0	Iets uit de vriezer halen?	0 0 0 0 0 0
		Opruimrondje (bij)keuken	0 0 0 0 0 0	E.e.a. voor morgen klaarleggen	0 0 0 0 0 0
		Opruimrondje hal/overige ruimte	0 0 0 0 0 0	Afvalbakjes legen	0 0 0 0 0 0
		Aanrecht opgeruimd houden	0 0 0 0 0 0	Email en agenda nakijken	0 0 0 0 0 0
		Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0	Relaxen	0 0 0 0 0 0
		Hand/thee/vaatdoek verschoneren	0 0 0 0 0 0		
		Katten/kooien etc opfrissen	0 0 0 0 0 0		
		Wassen/drogen	0 0 0 0 0 0		
		Was vouwen/strijken+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		
				<b>Reminder</b>	
				Weekagenda checken	0 0 0 0 0 0
				Een weekmenu maken	0 0 0 0 0 0
				WC borstel vervangen	0 0 0 0 0 0