

**Slaapkamers**

Bedden verschonen	0 0 0 0
Opruimen	0 0 0 0
Grondig ontstoffen	0 0 0 0
Klamvochtig afnemen waar nodig	0 0 0 0
Luxaflex ontstoffen	0 0 0 0
Grondig stofzuigen/dweilen	0 0 0 0

**Poetsklus slaapkamer**

Hoes matras uitwassen	0 0 0 0
Bedombouw schoonmaken	0 0 0 0
Matrassen keren, let op, niet elk matras mag gekeerd worden!	0 0 0 0
Dekbed/kussens wassen	0 0 0 0
Losse dekentjes/kussentjes wassen	0 0 0 0
Nachtkastje opruimen/schoonmaken	0 0 0 0
Onder/achter bedden zuigen/dweilen	0 0 0 0

Let bij het wassen op het wasvoorschrift! En alleen wassen indien nodig

Muren slaapkamers op vlekken controleren en schoonmaken	0 0 0 0
Overgordijnen wassen of naar de stomerij brengen	0 0 0 0
Vloerbedekking in de slaapkamers indien nodig reinigen (tapijtreiniger)	0 0 0 0
Vloeren grondig schoonmaken en indien nodig een onderhoudsproduct gebruiken	0 0 0 0

**Ochtendroutine**

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
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/strijken+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
Ontspannen	0 0 0 0 0 0 0

**Wekelijkse klusjes**

Opruimen 15 min in 1 vertrek	0 0 0 0 0 0 0
Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0 0 0 0
Koelkast opruimen	0 0 0 0 0 0 0
Keukenapparatuur nalopen	0 0 0 0 0 0 0
Deurmat uitkloppen	0 0 0 0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen	0 0 0 0 0 0 0
Strijken (alleen het echt nodige)	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
Weekagenda checken	0 0 0 0 0 0 0
Een weekmenu maken	0 0 0 0 0 0 0