

Persoonlijke FlyLady Zone Schoonmaak

15
min.

Zone 1 eetkamer - hal - wc - voordeur

- Plumeau
- Stoffen
- Stofzuigen
- Dweilen
- Ramen + spiegels
- Kelderkast
- Gangtafel
- Kapstok
- Schoenenrek
- Voordeur binnen en buiten
- Ventilatie-rooster wc
- WC

Zone 2 keuken

- Plumeau
- Stoffen
- Stofzuigen
- Dweilen
- Ventilatie-rooster
- Afzuigkap
- Koelkast
- Vriezer
- Waterkoker +
koffiezetapparaat
ontkalken
- Ramen
- Oven / gasstel
- Lades
- Kasten
- Prullenbakken

Zone 3 badkamer + andere kamer

- Plumeau
- Stoffen
- Stofzuigen
- Dweilen
- Spiegel
- Douchewand / badkuip
- Raam
- Lades
- Evt. schimmel verwijderen
- Ventilatie-rooster
- Verwarming
- Kasten studeerkamer
- Bureau

Zone 4 slaapkamer + voorzolder

- Plumeau
- Stoffen
- Stofzuigen
- Dweilen
- Matrassen keren
- Kledingkast opruimen
- Spiegel + ramen
- Kussens wassen
- Kamer ontspullen
- Nachtkastje
- Wasmachine + zeepbakje
- Handdoekenkast
- Dekbedkast

Zone 5 woonkamer

- Plumeau
- Stoffen
- Stofzuigen
- Dweilen
- Witte kast opruimen
- DRESSOIR opruimen
- Ramen
- Gordijnen uitkloppen
- Administratie
- Bankhoezen wassen

Weekly Home Blessing

10
min.

- Stoffen
- Stofzuigen
- Dweilen
- Spiegel + deuren afnemen
- Bed verschoneren
- Post verwerken
- Vuil verzamelen en wegbrengen
- Kattenbak
- Kattenplateau
- WC
- Planten watergeven
- Tapijt ontharen

Daily Routines

- Bed opmaken
- Aankleden tot schoenen
- Was aanzetten / was wegvouwen
- Kleding voor morgen klaar hangen
- Badkamer swish & swipe
- Hotspot
- Planner check
- Gootsteen schoon en blinkend
- Op tijd naar bed

Daily Focus

- Maandag: weekly home blessing
- Dinsdag: plan & play
- Woensdag: anti uitstel dag
- Donderdag: boodschappen
- Vrijdag: auto en handtas
- Zaterdag: familie tijd
- Zondag: opladen

