

# HERVERDELEN

## HUISHOUDEN

### stap 1:

**het zien** (opmerken, vooruitkijken, bespreken)

### stap 2:

**plannen** (een (vast) moment kiezen voor uitvoering, noteren, onthouden)

### stap 3:

**uitvoeren** (het doen, houden aan kwaliteitsstandaard, verantwoordelijkheid nemen, afmaken, checken)

**wie is verantwoordelijk?**

#### Dagelijks

bedden opmaken			
gordijnen open			
keuken/kamer opruimen voor vertrek			
de was doen en opruimen			
schoon houden			
afwassen of vaatwasser inruimen			
boodschappen			
koken			
afruimen en keuken opruimen			
kleding kinderen opruimen			
post openmaken en afhandelen			
opruimen huis einde dag			
gezellig maken			

#### (Twee)Wekelijks

bedden verschoneren			
schoonmaken			
badkamer			
wc			
keuken			
stoffen			
stofzuigen			
dweilen			
deuren en deurklinken			
vuilnis			
oud papier & glas			

#### Maandelijks

kleden uitkloppen			
onderhoud tuin			
financien huis (huur of hypotheek)			
administratie/ rekeningen betalen			
verzekeringen			
cash/pin betalingen gedurende de maand			

#### Incidenteel

opslag opruimen (berging, schuur, zolder)			
ramen lappen			
raambekleding schoonmaken/wassen			
lampen en hoge planken schoonmaken			
auto schoonmaken			
fietsonderhoud			
APK auto			
reparatiewerk			
installatiewerk			
zorgen dat computers en andere apparaten werken			
monteurs inschakelen (elektra, internet, gas etc)			
huis & interieur updaten naar behoeften gezin			

# TAKEN

## MENTALE LAST – algemeen

### stap 1:

**het zien** (opmerken, vooruitkijken, bespreken)

### stap 2:

**plannen** (een (vast) moment kiezen voor uitvoering, noteren, onthouden)

### stap 3:

**uitvoeren** (het doen, houden aan kwaliteitsstandaard, verantwoordelijkheid nemen, afmaken, checken)

**wie is verantwoordelijk?**

voorraden bijhouden (wc papier, basisvoedingsmiddelen etc.)			
communicatie schoonmaker als die er is			
verjaardagen onthouden			
feestdagen organiseren			
cadeaus bedenken			
vakanties plannen			
entjes/uitjes met vrienden organiseren			
sociale afspraken met eigen vrienden			
week- en maandplanning bijhouden			
huishoudelijke en zorgtaken onthouden			
huishoudelijke en zorg taken delegeren aan partner/vragen om hulp			

## MENTALE LAST – met kinderen

### stap 1:

**het zien** (opmerken, vooruitkijken, bespreken)

### stap 2:

**plannen** (een (vast) moment kiezen voor uitvoering, noteren, onthouden)

### stap 3:

**uitvoeren** (het doen, houden aan kwaliteitsstandaard, verantwoordelijkheid nemen, afmaken, checken)

**wie is verantwoordelijk?**

contact met creche of school (ziekte, vakantie, verjaardag)			
oudergesprekken			
weten welk gezinslid waar is op de dag			
dagelijkse oppascoördinatie			
incidentele oppas avond/weekend weg			
regelen afspraken dokter, tandarts, consultatiebureau maken			
feestjes kinderen organiseren			
speelafspraken maken met vriendjes kinderen			
gezinsuitjes plannen			
gezinsagenda bijhouden			
schoolagenda bijhouden(studiedagen, uitjes, feestdagen etc.)			
kinderprogramma schoolvakanties			
bijles regelen			
contact onderhouden familie & schoonouders			