

**2015-
2016**

Noorderpoort

Beroepsonderwijs Stads kanaal

Huishoudelijke Vaardigheden Theorie

1 VEGEN

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- zachte of harde bezem
- stoffer en blik
- afvalbak.

Nazorg

- Gooi het vuil in de afvalbak.
- Maak de gebruikte materialen schoon.
- Ruim ze op.
- Was je handen.

Uitvoering

- 1 Veeg eerst langs randen en plinten en veeg stof naar het midden van de ruimte.
- 2 Start vervolgens in een hoek, ver van de deur af.
- 3 Werk naar de deur toe.
- 4 Veeg met rustige bewegingen.
- 5 Veeg in banen voor je uit met steeds een kleine overlapping.
- 6 Sta rechtop tijdens het vegen.
- 7 Verzamel alle stof.
- 8 Veeg het stof op met stoffer en blik.

Tips

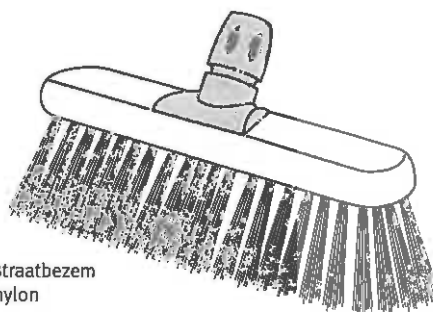
Een harde bezem gebruik je buiten, om paden en terrassen aan te vegen.

(Let op de windrichting.)

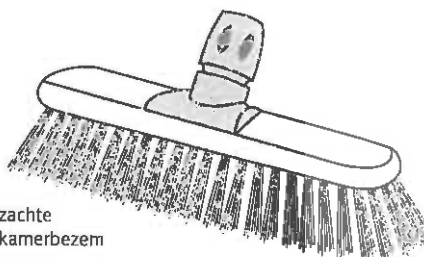
- Binnenshuis kan een zachte bezem worden gebruikt.
- Zorg voor een juiste steellengte.
- Met rustige bewegingen vegen voorkomt dat stof opwaait.



harde straatbezem
van natuurlijk materiaal
bijvoorbeeld kokosvezels



straatbezem
nylon



zachte
kamerbezem

2 STOFFEN

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- stofdoek.

Nazorg

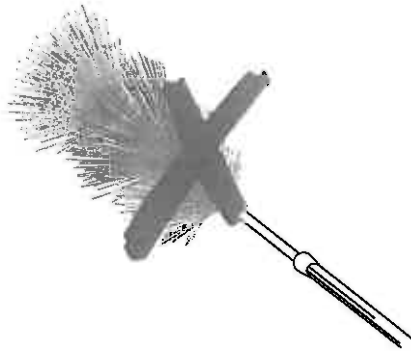
- Was de stofdoek als deze erg vuil is.
- Berg de stofdoek op als deze droog is.

Uitvoering

- 1 Vouw een stofdoek één keer dubbel in de lengterichting.
- 2 Vouw daarna de stofdoek in de breedterichting. De stofdoek moet goed onder je hand passen.
- 3 Neem de materialen waarop droog vuil (bijv. stof) aanwezig is af met de stofdoek. Voorkom dat stof opdwarrelt. Klop de stofdoek, indien nodig, tussentijds uit of anders na het afstoffen.

Tips

- Klamvochtig afstoffen kan met een interieur- of een huishoudzeem of met een werkdoekje.
Je hebt dan ook een emmer sop en een reinigingsmiddel nodig. Tussendoor spoel je de doek goed uit.
- Er bestaan ook geïmpregneerde stofdoeken.
- Hoog stoffen is vermoeiend werk. Zorg hierbij voor een huishoudtrap.
- Stof van boven naar beneden.
- Stoffen met een plumeau verspreidt alleen stof.

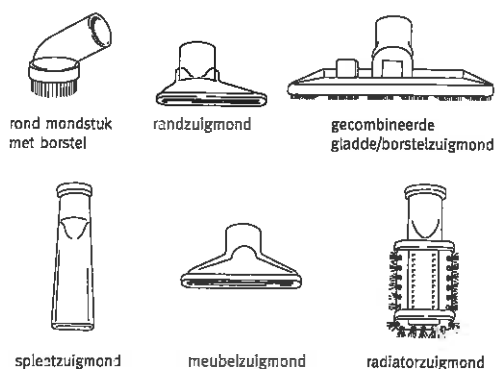


3 STOFZUIGEN

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- stofzuiger
- diverse zuigmonden
- eventueel een reservestofzak
- indien nodig de gebruiksaanwijzing van de stofzuiger. Zo nodig voor gebruik lezen
- eventueel een nieuwe papieren stofzak.



Uitvoering

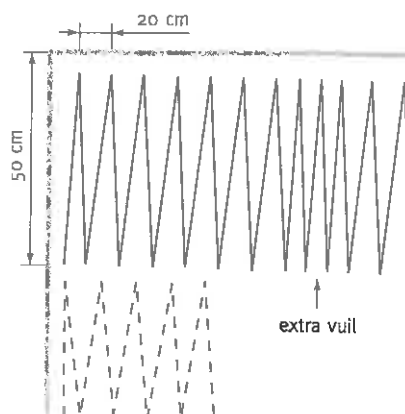
- 1 Bevestig, indien noodzakelijk, de juiste zuigmond.
- 2 Begin aan de kant die ver van de deur af ligt en werk naar de deur toe.
- 3 Beweeg de zuigmond rustig over de vloer over een korte baan van 40 tot 60 cm lengte. Zorg de volgende baan voor een kleine overlap.
- 4 Houd de stang van de stofzuiger zo vast dat je rug recht blijft.
- 5 Zuig na het stofzuigen het mondstuk schoon.
- 6 Controleer de stofzak en vervang deze zo nodig.

Nazorg

- Berg alle materialen op.

Tips

- Gebruik bij gladde vloeren het harig mondstuk.
- Zorg ervoor bij het opruimen dat de slang niet geknikt wordt opgehangen.
- Muren van schoon metselwerk kun je met de stofzuiger 'afstoffen'. Gebruik dan het borstelmondstuk.
- Zorg dat het snoer helemaal afgerold is, ook als het een snoer is dat automatisch oprolt in de stofzuiger.
- Trek de stekker uit het stopcontact. Niet aan het snoer trekken.
- In de groothuishouding wordt ook 'tip-pend' gezogen. Dat betekent dat alleen het zichtbare vuil wordt opgezogen.
- Controleer regelmatig de aanwezige stof-filters in de stofzuiger. Vervang ze geregeld.
- Zorg dat de zuigbuis een juiste lengte heeft in verband met een goede werkhouding. De meeste stofzuigers hebben een telescopische zuigbuis.
- Let bij de aankoop van een stofzuiger op het handvat. Het kan de zuigbuis verlengen.

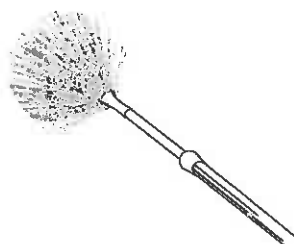


4 RAGEN

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- ragebol
- eventueel stofdoek
- eventueel stofzuiger met het voor de vloer juiste mondstuk.



Uitvoering

- 1 Pak **de** ragebol goed vast: de ene hand aan de onderkant van de steel en de andere naar het midden van de steel. Houd de ragebol schuin omhoog.
- 2 Verwijder spinrag. Begin in een hoek en werk naar de deur toe.
- 3 Maak rustige zijwaartse, heen- en teruggaande bewegingen over de muur en het plafond.
- 4 Zorg ervoor dat je zelf zo recht mogelijk staat.
- 5 Werk de ruimte in gedeelten door.
- 6 Klop de ragebol geregeld buiten uit.

Nazorg

- Ruim de ragebol op.
- Stofzuig de ruimte indien nodig.
- Ruim stofdoek, stofzuiger en eventueel gebruikt afdek materiaal op.

Tips

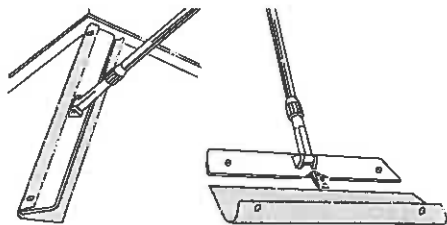
- Zorg ervoor dat de ruimte zoveel mogelijk leeg is.
- Dek anders meubels en andere interieur delen af.
- Het werken met een ragebol is vermoeiend. De ragebol wordt dan ook alleen gebruikt bij periodiek onderhoud, waarbij de hele ruimte schoongemaakt wordt.
- In plaats daarvan kun je de ragebol af en toe gebruiken voor het aantippen van muur en plafond als je de aanwezigheid van spinrag en stof opmerkt.
- Bij het ragen steeds bij het plafond beginnen en daarna de muren: van boven naar beneden.

5 STOF WISSEN

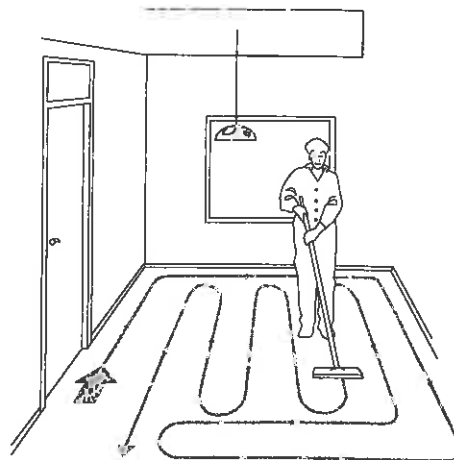
Voorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- stofwisapparaat met stofwisdoeken of gaasdoeken
- stoffer en blik
- afvalbak.



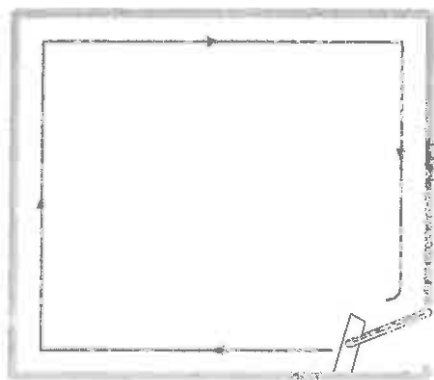
stofwisapparaat



z6 stofwis je de ruimte

Uitvoering

- 1 Bevestig de stofwisdoek op de juiste wijze. Steek de voorste twee punten van de wisdoek in het stofwisapparaat, daarna de achterste twee.
- 2 Controleer of de doek glad zit.
- 3 Houd het stofwisapparaat altijd in de breedterichting op de grond met de breedste kant aan de voorkant.
- 4 Begin met stof wissen langs de kanten.
- 5 Werk daarna baan voor baan af naar de deur toe (zie fig.).
- 6 Neem moeilijk bereikbare plaatsen ook mee.
- 7 Maak de stofwisdoek los van het stofwisapparaat en gooi deze weg.
- 8 Veeg deze met het restvuil op met stoffer en blik.
- 9 Doe het vuil in de afvalbak.



eerst langs de plinten de ruimte rondgaan

Nazorg

- Maak de gebruikte materialen schoon en ruim ze op.

Tips

- Rechtshandigen werken met de klok mee, linkshandigen tegen de klok in. Zie ook figuur.
- Zorg dat de vloer vrij is voor je begint en dat er geen natte plekken zijn.
- Tijdens het stof wissen mag het stofwisapparaat nooit van de vloer getild worden omdat er dan vuil op de vloer achterblijft.
- Erg vuile wisdoeken werken niet goed, ze zullen het stof niet vasthouden. Wissel daarom tijdig je doeken.
- Deze methode is geschikt voor gladde vloeren, zowel in een klein- als groothuishouding.
- Loop altijd vooruit, maak lange banen of zigzagbewegingen.

6 REINIGEN MET BEHULP VAN MICROVEZELS

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- werkdoekje
- speciaal reinigingsmiddel in een sprayflacon
- eventueel emmer met sop van het reinigingsmiddel.

Uitvoering

- 1 Neem het doekje en maak het vochtig.
- 2 Als het schoon te maken materiaal erg vuil is, gebruik dan een sopje met daarin een reinigingsmiddel.
- 3 Knijp het doekje goed droog uit.
- 4 Ga met lichte druk met een draaiende beweging met het doekje over de te reinigen plaatsen.
- 5 Droog de schoongemaakte plek niet na, want het droogt streeploos op.

Nazorg

- Spoel het doekje goed uit en hang het te drogen.
- Als het doekje erg vuil is, was het dan.

Tips

- Deze methode is geschikt voor mensen die een huisstofmijtallergie hebben. Het doekje wordt dan gewassen op 60 °C. Hier kan de huisstofmijt niet tegen.
- Deze doekjes van microvezels zijn in verschillende kleuren te koop. In de groothuishouding worden bijvoorbeeld roze doekjes voor het reinigen van sanitair gebruikt en blauwe doekjes voor interieurreiniging.

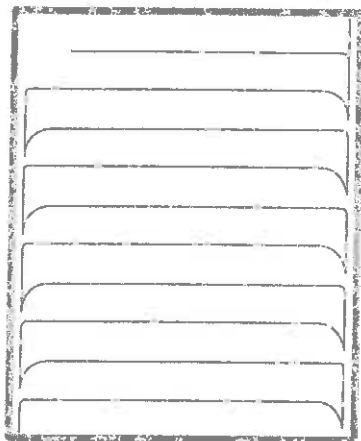


7 RAMEN WASSEN AAN DE BINNENKANT

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- emmer
- spons
- zeem
- werkdoekje
- wisser
- eventueel trap
- dweil
- reinigingsmiddel: dopje spiritus of druppel afwasmiddel.



Uitvoering

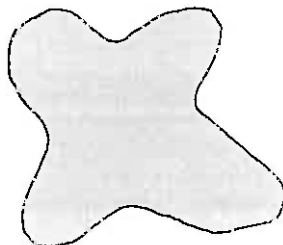
- 1 Vul de emmer met schoon, lauwwarm water.
- 2 Voeg het reinigingsmiddel toe.
- 3 Plaats de emmer op de dweil zo dicht mogelijk bij het raam.
- 4 Maak de vensterbank leeg.
- 5 Haal eventuele gordijnen of vitrage weg.
- 6 Doop de spons in de emmer met sop, knijp de spons een beetje uit en reinig de ramen.
- 7 Reinig de ramen met een spons dwars over het glas van boven naar beneden.
- 8 Neem het houtwerk af met de spons.
- 9 Maak het houtwerk droog met een werkdoekje.
- 10 Droog het raam met de raamwisser.
- 11 Neem de raamwisser geregeld af met de zeem.
- 12 Haal eventuele strepen weg met een zeem.
- 13 Droog de vensterbank.
- 14 Hang zo nodig de gordijnen en vitrage terug.
- 15 Zet alle spullen in de vensterbank terug.



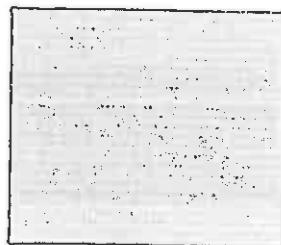
natuurspons



synthetische spons



natuurspons



synthetische spons

Nazorg

- Maak de gebruikte materialen schoon.

Zeem:

- Spoel de zeem goed uit in schoon water.
- Wring de zeem zo droog mogelijk uit.
- Hang de zeem goed uit om te drogen, bijvoorbeeld over een rekje.

Emmer:

- Leeg de emmer en maak hem, indien nodig, schoon met het werkdoekje met sop.
- Droog de emmer goed af.

Spons:

- Spoel de spons goed uit in schoon water en leg hem te drogen op een rek.

Dweil:

- Spoel de dweil uit in schoon water.
- Wring de dweil uit.
- Hang de dweil te drogen over een rekje of aan de waslijn.

Trap:

- Ruim de trap op.

Tips

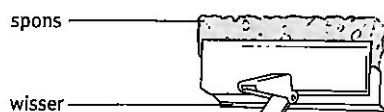
- Was geen ramen bij regen of erg koud weer of als de zon op de ramen staat.
- Spons, zeem en wisser worden vies als ze vaak gebruikt worden of voor de buitenramen gebruikt worden. Vooral zemen kunnen bovendien na verloop van tijd stug en hard worden. Door ze af en toe schoon te maken met groene zeep, kun je ervoor zorgen dat ze weer schoon maar ook zacht worden.
- Een viledazeem kan in de wasmachine worden gewassen. Dit is een zeem van synthetisch materiaal.
- Als het houtwerk erg vuil is, neem dan een extra emmer sop en maak het schoon voordat je de ramen gaat wassen.
- Het houtwerk schoonmaken in een periodieke onderhoudsbeurt.

8 RAMEN WASSEN AAN DE BUITENKANT

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- twee emmers
- spons
- zeem
- werkdoekje
- wisser
- eventueel trap
- stoffer of ragebol
- reinigingsmiddel: dopje spiritus of druppel afwasmiddel.



raamwisser met spons

Uitvoering

- 1 Vul de emmer met schoon, lauwwarm water.
Voeg het reinigingsmiddel toe.

- 2 Maak een emmer extra sop voor het houtwerk.
- 3 Plaats de emmers zo dicht mogelijk bij het raam.
- 4 Verwijder met stoffer of ragebol het ergste vuil van het houtwerk.
- 5 Neem met een emmer extra sop het houtwerk af.
- 6 Doop de spons in de emmer met sop, knijp de spons een beetje uit en reinig de ramen.
- 7 Reinig de ramen met een spons dwars over het glas van boven naar beneden.
- 8 Neem het houtwerk af met de spons.
- 9 Droog het raam met de raamwisser.
- 10 Maak het houtwerk droog met een werkdoekje.
- 11 Neem de raamwisser geregeld af met de zeem.
- 12 Haal eventuele strepen weg met een zeem.

Nazorg

- Maak de gebruikte materialen schoon.

Tips

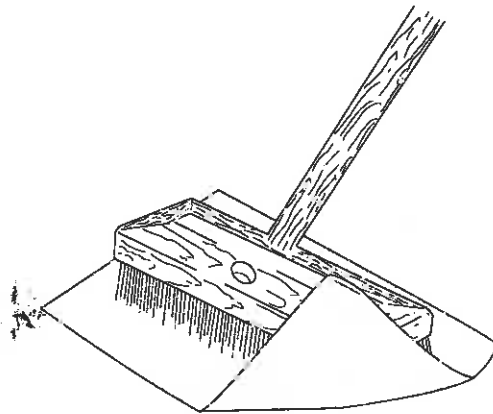
- In de groothuishouding kan het zemen van de buitenkant van de ramen worden uitbesteed.
- Gebruik een veilige trap en zorg ervoor dat de ondergrond stevig is.
- De raamwisser/spons kan ook een telescopische stok hebben.

9 DWEILEN

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- twee emmers
- dweil
- luiwagen
- stofwisser of stofzuiger
- reinigingsmiddel, bijvoorbeeld allesreiniger of vloerreiniger
- eventueel huishoudhandschoenen.



luiwagen

Uitvoering

- 1 Maak de vloer eerst stofvrij met een stofwisser of een stofzuiger (zie bij deze vaardigheden).
- 2 Vul één emmer met lauwwarm water en maak een sopje. Vul de andere emmer met lauwwarm water.
- 3 Doe de dweil in de emmer met sop en wring de dweil uit. Let op de lengtevezels van de dweil.
- 4 Sla de dweil om de luiwagen heen.
- 5 Beweeg de dweil over de vloer. Moeilijke hoeken kun je dweilen door de dweil met de hand op de plek te brengen.
- 6 Zorg dat je tijdens het dweilen op de droge vloer staat.
- 7 Dweil naar de uitgang van de ruimte toe.
- 8 Dweil baan voor baan.
- 9 Spoel de dweil tussendoor steeds uit: eerst in de emmer met warm water, de dweil daarna weer nat maken in de emmer met water en sop.

- 10 Verschoon het dweilwater tijdig.
- 11 Doe de dweil in de emmer met sop en wring de dweil zo droog mogelijk uit. (Zie Tips.)
- 12 Sla de dweil om de luiwagen heen.
- 13 Dweil de vloer goed droog.

Nazorg

- Maak de gebruikte materialen schoon.

Dweil:

- Spoel de dweil goed uit in schoon water.
- Wring hem droog.
- Hang de dweil over een rek of lijn te drogen.

Emmers:

- Leeg de emmers en maak ze indien nodig schoon met het werkdoekje met sop.
- Droog ze af.
- Spoel het dweilwater weg door een slokop/wc of afvalwaterputje in verband met mogelijke verstopping. Dus nooit door een gootsteen.

Luiwagen:

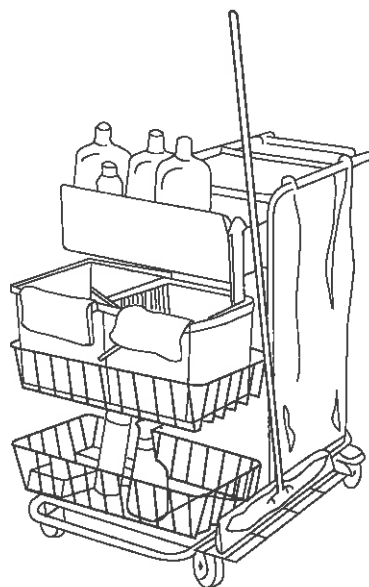
- Spoel de luiwagen goed af in schoon water.
- Zet de luiwagen op zijn steel met de kop omhoog of hang hem in een houder te drogen.

Tips

- Zorg ervoor dat de vloer stofvrij is (dus eerst stof wassen of stofzuigen).
- Dweilen van katoen kun je in de wasmachine op 60 °C wassen.
- De dweil altijd uitwringen in de lengterichting. Sla daarna de dweil dubbel en wring hem in enkele slagen goed uit.
- Let op de steellengte van de luiwagen.
- In zowel de klein- als de groothuishouding kan op deze manier 'tippend' worden gedweild.

DWEILEN

- Zet de emmers op werkhoogte, zodat je niet hoeft te bukken.
Is dit niet mogelijk, zak dan door je knieën bij het uitwringen van de dweil en het wikkelen van de dweil om de luiwagen.
- In de groothuishouding kan een materialenwagen gebruikt worden.
- In plaats van dweilen kan gemopt worden.



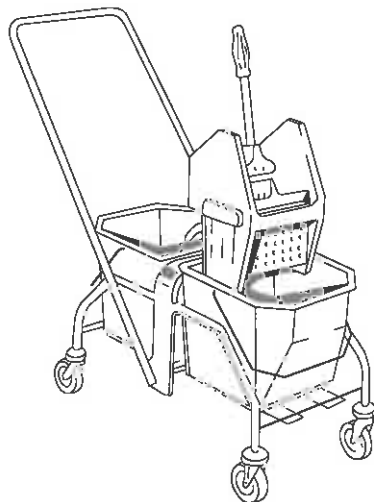
interieur-materiaalwagen

10 MOPPEN: ENKELVOUDIG MOPPEN (LICHT AANGEHECHT VUIL)

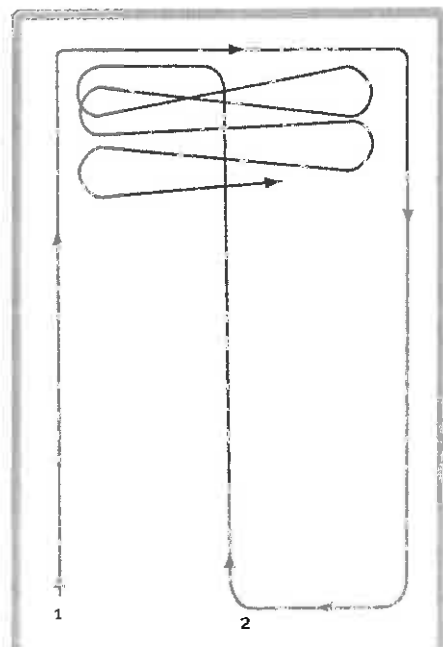
Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- rolemmercombinatie (dubbel of enkel)
- stofwisapparaat en stofwisdoeken
- stoffer en blik
- afvalbak
- water en vloerreinigingsmiddel.



mopemmercombinatie met twee emmers



grotere ruimten verdelen in banen

Uitvoering

- 1 Maak de vloer zoveel mogelijk stofvrij, bijvoorbeeld met een stofwisser.
- 2 Vul de blauwe emmer voor de helft met schoon warm water en een vloerreinigingsmiddel. Let hierbij op de dosering (kijk op de verpakking).
- 3 Vul de rode emmer voor de helft met schoon warm water.
- 4 Plaats de mop-pers boven de rode emmer.
- 5 Spoel de mop uit in de rode emmer en pers hem goed uit.
- 6 Doe de mop in de blauwe emmer en pers hem matig uit.
- 7 Begin met moppen bij de deur en ga 25 cm van de rand af de ruimte rond. Neem eventueel moeilijk bereikbare plaatsen meteen mee.
- 8 Draai de mop om en ga direct langs de randen terug naar het begin.
- 9 Doe de mop in de rode emmer. Spoel en pers de mop uit. Doe hierna de mop in de blauwe emmer en pers hem matig uit.
- 10 Mop als laatste het middenvlak. Doe dit van links naar rechts en maak overlappende banen. Zorg dat je altijd in de richting van de deur werkt.
- 11 Indien vloer erg vuil is, nogmaals moppen. Gebruik daarvoor schoon water (dubbelvoudig moppen).

Nazorg

Mop:

- Spoel de mop in schoon water en pers de mop goed droog.
- Maak de mop los van de steel en was deze in de wasmachine.
- Hang de mop te drogen.

Emmers:

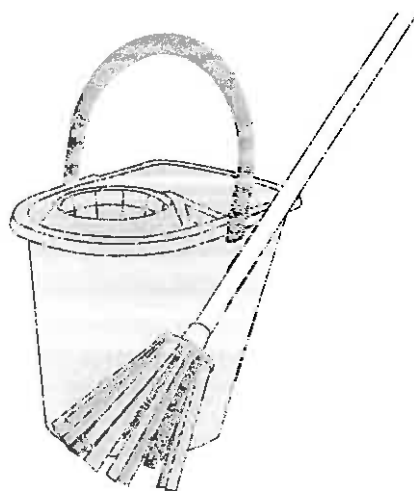
- Spoel de emmers om met schoon water.
- Maak de emmers droog met een werkdookje.

Rolemmercombinatie:

- Maak de rest van de rolemmercombinatie schoon en droog.
- Ruim de overige werkmaterialen op.

Tips

- Een rolemmercombinatie vind je in groot-huishoudingen.
- Voor thuisgebruik bestaat een eenvoudiger uitvoering.
- Laat nooit vuil water in de emmers staan.
- Moppen heeft de voorkeur voor dweilen.
- Enkelvoudig moppen wil zeggen: eenmaal moppen. Indien nodig kan meerdere malen gemopt worden.
- Grote ruimten worden in banen verdeeld.



mopset voor kleinhuishouden

11 SCHROBBEN

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- luiwagen
- stofwischer of stofzuiger
- twee emmers
- reinigingsmiddel (synthetisch of zeep)
- trekker
- dweil
- werkdoekje.

Uitvoering

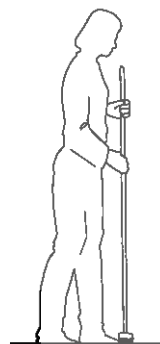
- 1 Maak de vloer stofvrij met een stofwischer of stofzuiger.
- 2 Maak daarna de plinten schoon met een klamvochtig werkdoekje.
- 3 Vul de ene emmer met lauwwarm water en een reinigingsmiddel, de andere met schoon, lauwwarm water.
- 4 Breng met de luiwagen voldoende sop aan op de vloer.
- 5 Schrob de vloer met korte, stevige slagen.
- 6 Let op je werkricting en houding. Werk naar de deur of vloerputje toe.
- 7 Ga tijdens het schrobben op de droge vloer staan.
- 8 Trek de vloer droog als er een vloerputje aanwezig is.
- 9 Dweil de vloer goed na met schoon water en een dweil om achtergebleven vuil en resten van het schoonmaakmiddel te verwijderen.
- 10 Dweil de vloer nogmaals met een goed uitgewrongen dweil goed schoon en redelijk droog.

Nazorg

- Spoel het vuile water door de slokop/wc of het afvalwaterputje in verband met verstopping. Spoel het water nooit door een gootsteen.
- Maak de gebruikte materialen schoon.
- Berg alle gebruikte materialen zo droog mogelijk op.

Tips

- Ga niet duwen met de trekker, maar gebruik deze als trekker.
- Let op de steellengte van de luiwagen.
- Trek dichte schoenen aan.
- Zet de emmers op werkhoohte.
- Als er een afvoerputje aanwezig is, gooi er dan regelmatig heet sodawater door om verstopping te voorkomen.
- In de groothuushouding wordt geschrobd met een schrobmachine. Soms gebruikt men ook wel een schrobzuigmachine.
- Schrobben is geschikt voor tegelvloeren.



goede houding

12 KOELKAST/DIEPVRIES ONTDOOIEN EN REINIGEN

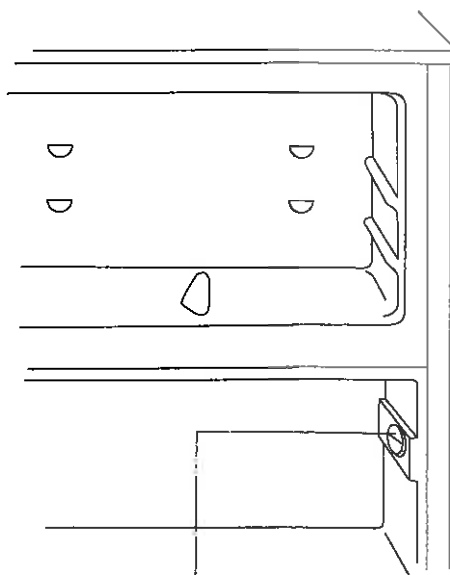
Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

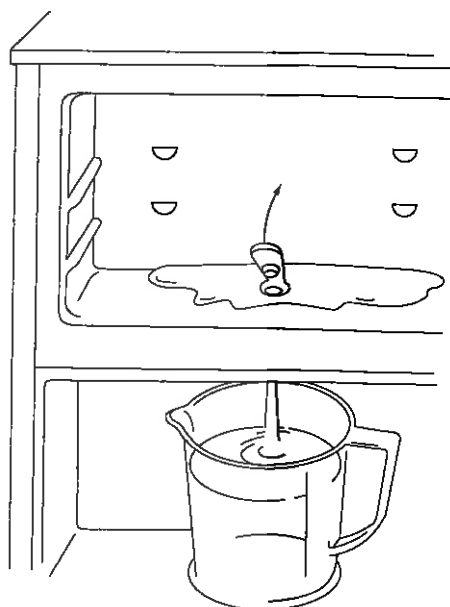
- twee emmers
- een werkdoekje
- een schone theedoek om na te drogen
- een dweil
- teil en eventueel een extra dweil
- reinigingsmiddel: soda of afwasmiddel.

Uitvoering

- 1 Lees, indien nodig, de gebruiksaanwijzing.
- 2 Haal de stekker uit het stopcontact of zet de bedieningsknop op ontdooien.
- 3 Zet een lekbak onder de afvoer voor het lekwater. Leg zo nodig een dweil onder de lekbak.
- 4 Maak de koelkast/vriezer leeg.
- 5 Neem losse onderdelen zoals glasplaten, roosters, groenteladen, diepvriesladen uit de koelkast/vriezer.
- 6 Laat de koelkast/vriezer openstaan, zodat het ijs kan smelten.
- 7 Was alle losse onderdelen af met warm water en reinigingsmiddel.
- 8 Droog alles af met een schone, droge theedoek.
- 9 Haal de lekbak weg zodra al het ijs is gesmolten en gooi het smeltwater weg.
- 10 Neem de binnenkant van de koelkast/vriezer af met een werkdoekje en schoon water en reinigingsmiddel.
- 11 Maak van boven naar beneden schoon.
- 12 Neem de rubberen rand van de deur en de buitenkant van de koelkast/vriezer af.
- 13 Droog alle gereinigde oppervlakken goed na met een droge theedoek.
- 14 Plaats de levensmiddelen terug in de koelkast/vriezer.
- 15 Plaats de stekker weer in het stopcontact of schakel de koelkast/vriezer in.



zet bedieningsknop op ontdooien



opvang smeltwater uit de diepvriesruimte

Nazorg

Emmers:

- Leeg de emmers.
- Maak ze, indien nodig, schoon met een werkdoekje.
- Droog de emmers na.
- Ruim ze op.

Dweilen/werkdoekje:

- Spoel de werkdoekjes en dweilen uit.
- Wring ze uit.
- Hang ze te drogen.

Tips

- Het te dooien ijs mag nooit met een scherp voorwerp losgewrikt worden. De kans dat de koelkast beschadigt is dan groot.
- Het ontdooien kan sneller plaatsvinden door een pan met warm water in de koelkast te plaatsen en daarna de deur te sluiten. Eventueel enkele malen herhalen.
- Probeer voedingsmiddelen tijdens het ontdooien op een zo koel mogelijke plaats te bewaren, eventueel gewikkeld in krantenpapier.
- Een goed tijdstip voor het ontdooien van een vriezer is de winterperiode als het vriest. De diepgevroren producten kunnen dan buiten worden neergezet.
- Het schoonmaken van een vriezer hoeft niet zo vaak te gebeuren. Door ruim van tevoren een datum te plannen, kun je ervoor zorgen dat de vriezer leeg is. Dit kan door geen nieuwe producten meer in te vriezen en de oude voorraad op te maken. Je kunt dan punt 1 t/m 8 's avonds uitvoeren en de volgende dag de overige punten.
- Soda is reukloos en heeft een ontsmettende werking.
- Tegenwoordig worden koelkasten automatisch ontdooid.
- Ijsafzetting ontstaat als er warme producten in de koelkast/vriezer worden gezet en als de deur vaak opengaat of openblijft.

13 SCHOONMAKEN TOILETRUIMTE: DAGELIJKS ONDERHOUD

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

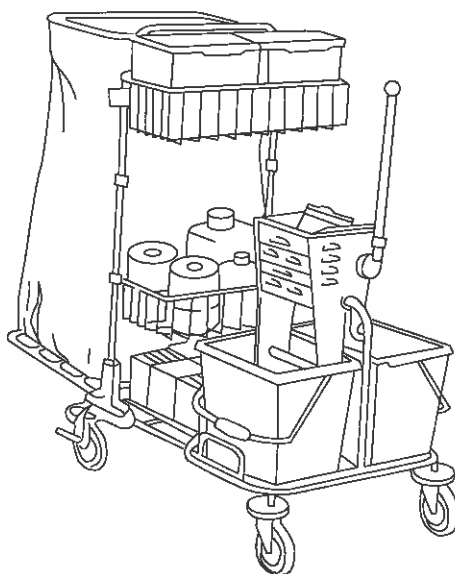
- emmer water met allesreiniger
- werkdoekje
- eventueel handschoenen
- dweil of mop
- pedaalemmerzak
- ruitenreiniger met doekje
- eventueel vloeibaar schuurmiddel of toilet-reiniger.

Uitvoering

- 1 Trek eventueel huishoudhandschoenen aan.
- 2 Zet, indien mogelijk, een raam open.
- 3 Trek het toilet door en giet een beetje sop in de toiletpot.
- 4 Leeg de afvalbak en verwissel indien nodig de zak.
- 5 Maak alle losse voorwerpen schoon en zet deze buiten het vertrek.
- 6 Doe handdoeken en washandjes zo nodig in de was.
- 7 Neem de spiegel af met ruitenreiniger en een doekje.
- 8 Neem de wastafel/fonteintje af.
- 9 Spoel het werkdoekje regelmatig uit in het sop.
- 10 Neem de deurknop, trekker en lichtknop af.
- 11 Neem de bril en de buitenkant van de toiletpot af.
- 12 Borstel de toiletpot aan de binnenkant met de toiletborstel.
- 13 Spoel het toilet door, houd hierbij de toiletborstel in het stortwater zodat deze schoon wordt.
- 14 Dweil/mop de vloer met schoon sop.
- 15 Hang eventueel schone handdoeken op.
- 16 Vul zo nodig toiletpapier en zeep aan.
- 17 Zet de losse voorwerpen terug in het vertrek.
- 18 Sluit het raam.

Nazorg

- Doe de vuile werkdoekjes in de was.
- Ruim de overige gebruikte materialen schoon en zo droog mogelijk op.



sanitair-materiaalwagen

Tips

- Het wekelijkse onderhoud van het toilet bestaat naast het dagelijks onderhoud uit:
 - a raam zemen
 - b ontkalken kraan fontein
 - c vloer dweilen/schrobben
 - d deur schoonmaken
 - e tegelwanden schoonmaken.
- In de groothuishouding kunnen er meer tijdstippen per dag zijn dat toiletten worden schoongemaakt.
- In de groothuishouding worden sanitair-materiaalwagens gebruikt.
- In de groothuishouding wordt met gekleurde werkdoekjes gewerkt, bijvoorbeeld rood voor sanitair en wit voor desinfecteren.
- Desinfecteren vindt plaats nadat er is schoongemaakt.
- Let op voor hardnekkige vlekken in de toiletpot. Deze eventueel verwijderen met vloeibaar schuurmiddel.

14 SCHOONMAKEN TOILETRUIMTE: WEKELIJKS ONDERHOUD

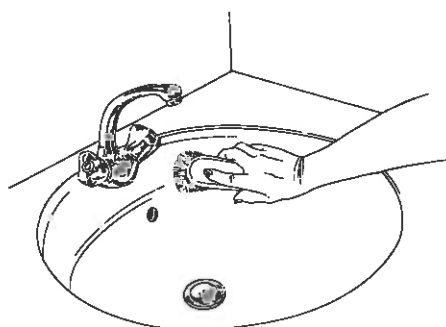
Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- emmer water met allesreiniger
- werkdoekje
- eventueel handschoenen
- dweil of mop
- spons en zeem
- ont kalkingsmiddel voor sanitair
- pedaalemmerzak
- ruitenreiniger met doekje
- eventueel vloeibaar schuurmiddel of toiletreiniger.

Uitvoering

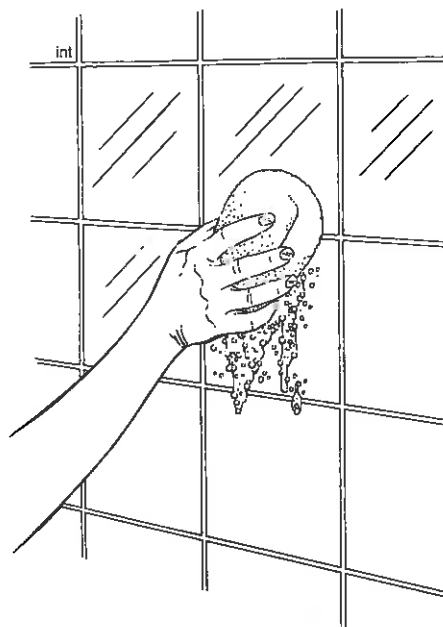
- 1 Zie dagelijks onderhoud toiletruimte.
- 2 Zeem de eventueel aanwezige ramen.
- 3 Ontkalk de eventueel aanwezige wastafel/-fontein en toiletput.
- 4 Dweil, mop of schrob de vloer.
- 5 Neem de binnenkant van de deur af met een sop.
- 6 Neem de tegelwanden af met een sop.



*met een borstel de binnenkant van de wastafel
boenen*

Nazorg

- Doe vuile werkdoekjes in de was.
- Ruim de overige gebruikte materialen schoon en zo droog mogelijk op.



tegelwanden afnemen met sop

Tips

- In de groothuishouding kunnen op meer tijdstippen van de week de toiletruimten schoongemaakt worden. Er kan gebruikge-
maakt worden van zogenaamde controle-
strips.
- Wekelijks kunnen:
 - a vloeren geschrobd worden
 - b tegelwanden schoongemaakt worden
 - c toiletput en fonteintje ont kalkt wor-
den.
- Periodiek kunnen:
 - a maandverbandapparaten bijgevuld wor-
den
 - b speciale afvallemmers gereinigd worden
of vervangen door schone. Dit kan uit-
besteed worden
 - c handdoekapparaten verwisselen. De
handdoekrol kan iedere dag vervangen
worden.
- Desinfecteren indien noodzakelijk.
- In de groothuishouding gebruikt men
veelal een materiaalwagen.

S C H O O N M A K E N T O I L E T R U I M T E

- Het is handig om in de toiletruimte plaats te hebben voor schone handdoekjes en toiletpapier.
- Als er geen raampje open kan, is een geurtje in de vorm van een bakje potpourri aan te bevelen.
- In de groothuishouding wordt met gekleurde werkdoekjes gewerkt, bijvoorbeeld rood voor sanitair en wit voor desinfecteren.
- Lees voor het gebruik van een ontkalkingsmiddel de gebruiksaanwijzing.
- Ontkalken met schoonmaakazijn is milieuvriendelijk.
- In de groothuishouding kunnen reinigingsmiddelen gebruikt worden, speciaal voor het wekelijks onderhoud, voor het ontkalken en/of voor het desinfecteren. Lees goed de gebruiksaanwijzing.
- In plaats van een werkdoekje kan ook een borstel of spons worden gebruikt voor het afnemen van tegelwanden.

15 DESINFECTEREN VAN DE TOILETRUIMTE

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- drie emmers:
 - een voor het water met desinfectiemiddel,
 - een voor het spoelwater van het werkdoekje,
 - een voor het naspoelen met schoon water
- desinfectiemiddel
- twee schone werkdoekjes (een voor het desinfecteren en een voor het naspoelen)
- een schone, droge doek voor het nadrogen
- latex- of huishoudhandschoenen
- een plastic wegwerpschort.



plastic huishoudhandschoenen en een plastic wegwerpschort

Uitvoering

- 1 Zorg ervoor dat de ruimte is schoongemaakt met water en sop. Dus desinfecteren na dagelijks of wekelijks onderhoud.
- 2 Lees zo nodig de gebruiksaanwijzing van het desinfectiemiddel.
- 3 Trek je handschoenen aan en doe het plastic schort voor.
- 4 Vul de emmers: twee emmers met warm water, een emmer met een oplossing van water en het desinfectiemiddel.
- 5 Maak een werkdoekje nat in de emmer met desinfectiemiddel en knijp het licht uit.
- 6 Neem de verschillende materialen en wanden/vloeren af met het doekje met desinfectiemiddel.

7 Volgorde van de schoon te maken interieurdelen is:

- lichtschakelaar
- deurknop
- trekker/drukker
- toiletpapierhouder
- waterreservoir
- planchet
- boven- en binnenzijde van de wastafel
- de boven- en onderzijde van de toiletdeksel
- boven- en onderzijde van de toiletbril
- buiten- en binnenzijde van de toiletpot
- zet eventuele besmette voorwerpen, zoals de closetborstel in de emmer met desinfectiemiddel. Let op de inwerktijd, die is vaak langer
- eventueel een gedeelte van de vloer rondom het toilet.

8 Spoel het werkdoekje regelmatig uit door het eerst in de emmer met schoon water te dompelen, uit te knijpen en dan in de emmer met desinfectiemiddel te dompelen.

9 Laat het desinfectiemiddel inwerken volgens de aangegeven tijd.

10 Knijp een schoon werkdoekje uit in de emmer met nog schoon naspoelwater.

11 Neem alle gedesinfecteerde materialen in dezelfde volgorde als tijdens het desinfecteren af met dit doekje. Spoel het doekje tussentijds geregeld uit in dezelfde emmer.

12 Droog alle nagespoelde materialen na.

Nazorg

Emmers:

- Leeg de emmers.
- Spoel de emmers goed schoon en maak ze droog.

Werkdoekjes:

- Doe de gebruikte werkdoekjes in de wasmachine (kookwas) of in een aparte zak voor het desinfecteren in de wasserij.
- Berg alle gebruikte materialen op de juiste plaats op.

Tips

- Alleen desinfecteren als het noodzakelijk is. Te veel en te vaak desinfecteren heeft geen zin. De bacteriën kunnen ongevoelig worden (resistent).
- Voor groothuishoudingen bestaan speciale desinfectiemiddelen.
- Let goed op de persoonlijke hygiëne en was de handen voor en na het desinfecteren.
- De hiervoor beschreven desinfecteringsmethode kan ook in een badkamer en keuken gebruikt worden.
- Op de sanitair-materiaalwagen staat een extra witte emmer voor desinfecteren.
- In de groothuishouding kan desinfecteren in het schoonmaakprogramma zijn opgenomen.

16 SCHOONMAKEN VAN DE WASTAFEL: WEKELIJKS ONDERHOUD

Voorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- twee emmers
- allesreiniger of sanitairreiniger
- twee werkdoekjes
- spons
- zeem
- droge werkdoek
- eventueel schuurmiddel
- eventueel azijn met een werkdoekje
- eventueel handschoenen.

Uitvoering

- 1 Vul de ene emmer met lauwwarm water en de andere met sop.
- 2 Verwijder alle losse voorwerpen van het planchet en van de wastafel.
- 3 Neem de losse voorwerpen met een werkdoekje en sop af.
- 4 Droog alle losse voorwerpen met een klamvochtige zeem.
- 5 Maak de tegels rondom de wastafel schoon.
- 6 Zeem de tegels droog.
- 7 Neem spiegel en planchet af met spons en zeem.
- 8 Reinig de buitenkant van de wastafel en de afvoerbuis.
- 9 Zeem deze droog.
- 10 Maak de afvoer van de wastafel dicht met de stop.
- 11 Giet een klein beetje sop in de wastafel.
- 12 Boen met een borstel of een werkdoekje de binnenkant van de wastafel schoon.
- 13 Gebruik indien nodig een schuurmiddel voor erg vuile plekken.
- 14 Laat het sop weglopen.
- 15 Neem de wastafel af met schoon water en het werkdoekje.

16 Zeem de wastafel droog.

17 Maak de kraan schoon en wrijf deze op met een droge doek. Als er erg veel kalkvlekken op zitten, deze behandelen met een doekje gedrenkt in azijn of een ontkalkingsmiddel.

18 Zet de losse voorwerpen terug op het planchet of de wastafel.

Nazorg

- Ruim de gebruikte materialen schoon en zo mogelijk droog op.

Tips

- Een spiegel en kraan kun je glimmend opwrijven met een doekje met een paar druppels spiritus.
- Dagelijks onderhoud:
 - a wastafel reinigen (zie ook vaardigheid toiletruimte)
 - b schone handdoeken ophangen.
- De wekelijkse onderhoudsbeurt zoals hierboven beschreven, kan uitgebreid worden met:
 - a ontkalken van de wastafel en de kranen
 - b haarborstels en kammen schoonmaken.
- Periodiek onderhoud:
 - a afvoer ontstoppen.
- In de groothuishouding kunnen handdoekapparaten hangen. Deze worden dagelijks afgenomen. De handdoekrol wordt regelmatig verwisseld. Dit kan uitbesteed worden.
- Ook kunnen er wegwerphanddoekjes gebruikt worden. Iedere dag wordt de afval-emmer dan geleegd.
- Indien noodzakelijk: desinfecteren.

17 SCHOONMAKEN VAN BADKAMER MET TOILET: DAGELIJKS ONDERHOUD

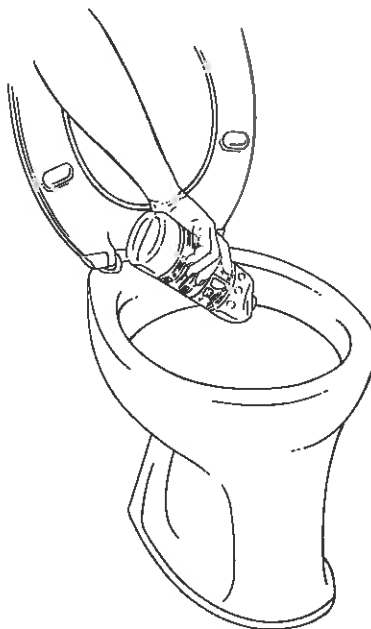
Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- emmer water met allesreiniger
- werkdoekjes
- eventueel handschoenen
- dweil of mop
- pedaalemmerzak
- ruitenreiniger met doekje
- eventueel vloeibaar schuurmiddel of toiletreiniger.

Uitvoering

- 1 Trek eventueel huishoudhandschoenen aan.
- 2 Zet, indien mogelijk, een raam open.
- 3 Trek het toilet door en giet een beetje sop in de toiletpot.
- 4 Leeg de afvalbak en verwissel zo nodig de zak.
- 5 Maak alle losse voorwerpen schoon en zet deze buiten het vertrek.
- 6 Doe handdoeken en washandjes zo nodig in de was.
- 7 Ruim toiletartikelen op.
- 8 Klop badkamermatje uit.
- 9 Neem de spiegel af met ruitenreiniger en een doekje.
- 10 Neem de wastafel af (zie ook dagelijks onderhoud toiletruimte en wekelijks onderhoud wastafel).
- 11 Spoel het werkdoekje regelmatig uit in het sop.
- 12 Neem deurknop, trekker en lichtknop af.
- 13 Maak de douchebak/bad/kranen schoon.
- 14 Neem de bril en de buitenkant van de toiletpot af.
- 15 Borstel de toiletpot aan de binnenkant met de toiletborstel.
- 16 Spoel het toilet door, houd hierbij de toiletborstel in het stortwater zodat deze schoon wordt.
- 17 Dweil/mop de vloer met schoon sop.
- 18 Hang eventueel schone handdoeken en washandjes op.
- 19 Vul zo nodig toiletpapier, zeep, tandpasta e.d. aan.
- 20 Zet de losse voorwerpen terug in het vertrek.
- 21 Sluit het raam.



Nazorg

- Doe de vuile werkdoekjes in de was.
- Ruim de overige gebruikte materialen schoon en zo droog mogelijk op.

Tips

- Wekelijks onderhoud badkamer:
 - a raam zemen, spiegels schoonmaken
 - b ontkalken van badkuip/douchebak/wastafel/kranen
 - c haarborstels en kammen schoonmaken
 - d vloer dweilen/schrobben
 - e deur schoonmaken
 - f tegelwanden schoonmaken.
- Periodiek onderhoud:
 - a badkamerkleedjes en douchegordijn wassen
 - b ontstoppen van de afvoer
 - c plafond schoonmaken.
- Indien nodig: desinfecteren.
- Let op: bij hardnekkige vlekken in de toiletpot kun je een beetje vloeibaar schuurmiddel of toiletreiniger gebruiken. Gebruik bleekwater nooit in combinatie met andere reinigingsmiddelen!
- In de groothuishouding worden badkamers opgenomen in een planningsschema.

18 SCHOONMAKEN VAN BADKAMER MET TOILET: WEKELIJKS ONDERHOUD

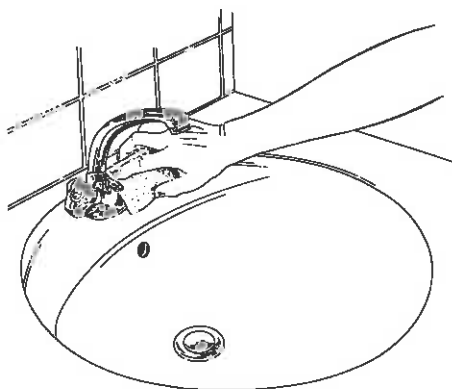
Voorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- spons, zeem en trekker
- ontkalkingsmiddel
- bakje water met dopje ammonia
- extra emmer voor schoon water
- zie hiervoor bij dagelijks onderhoud.

Uitvoering

- 1 Zie dagelijks onderhoud badkamer met toilet.
- 2 Zeem de eventueel aanwezige ramen.
- 3 Maak de spiegels schoon.
- 4 Ontkalk badkuip / douchebak / wastafel / kranen.
- 5 Maak haarborstels en kammen schoon.
- 6 Dweil, mop of schrob de vloer.
- 5 Neem de binnenkant van de deur af met een schoon sop.
- 6 Neem de tegelwanden af met een sop.



wastafel ontkalken

Nazorg

- Ruim de gebruikte materialen schoon en zo droog mogelijk op.

Tips

- Kammen en borstels kun je, nadat de haren eruit zijn gehaald, weken in een bakje met lauw water en ammonia. Daarna schoonspelen onder de kraan.
- Werk met schoon sop en schoon water om de zeem in uit te spoelen. Maak eventueel tussendoor een nieuw sop.
- Lees de gebruiksaanwijzing van het ontkalkingsmiddel.
- Zie ook dagelijks onderhoud badkamer met toilet.

19 DAGELIJKS ONDERHOUD VAN DE WOONKAMER

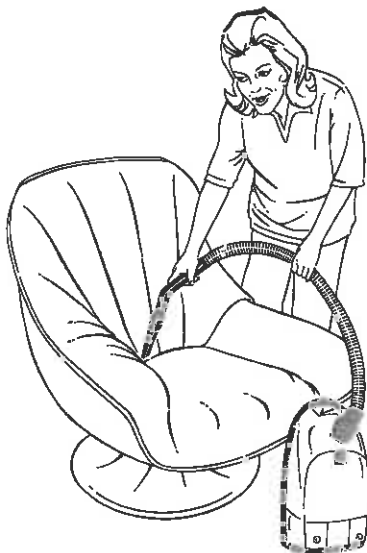
Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- stofzuiger
- werkdoekje
- droge dweil
- emmer water met allesreiniger of afwas-middel.

Uitvoering

- 1 Zet een raam open om de ruimte te luchten.
- 2 Raap losliggend vuil op en gooi het weg.
- 3 Neem dorre bladeren van planten/bloemen in de kamer weg of gooi de oude bloemen weg.
- 4 Leeg de asbak en de prullenbak.
- 5 Breng vuil serviesgoed naar de keuken.
- 6 Ruim eventueel speelgoed op.
- 7 Leg tijdschriften, boeken, kranten bij elkaar op een stapel.
- 8 Geef de planten/bloemen vers water.
- 9 Zuig vuil van meubelzittingen af.
- 10 Stofzuig de kamer.
- 11 Verwijder eventueel goed zichtbare vlekken.
- 12 Neem meubelen, televisie en vensterbank af met de klamvochtige doek.
- 13 Controleer of de kamer goed is opgeruimd. Verplaatste persoonlijke eigendommen van de zorgvrager steeds terugzetten.
- 14 Sluit het raam.



vuil van meubels zuigen

Nazorg

- Ruim de gebruikte materialen schoon en zo droog mogelijk op.
- Zet eventueel verse bloemen in de vaas.

Tips

- De stofzuiger kan stof uitblazen. Daarom wordt er na het stofzuigen klamvochtig stof afgenomen.
- Wekelijks onderhoud woonkamer:
 - a gladde vloeren dweilen op moeilijk bereikbare plaatsen
 - b ramen zemen
 - c plafond stof- en spinragvrij maken
 - d plinten stofvrij maken
 - e een extra onderdeel schoonmaken, bijvoorbeeld een kast.
- Periodiek onderhoud:
 - a overgordijnen en vitrage wassen
 - b meubels in de was zetten
 - c lampen schoonmaken
 - d radiatoren schoonmaken
 - e lamellen/jaloezieën schoonmaken
 - f vloerbedekking shamponeren
 - g houten vloeren in de was zetten.
- In de groothuishouding worden planningsschema's gemaakt. Hierin zijn de werkzaamheden die een helpende verricht en de werkzaamheden die uitbesteed worden overzichtelijk weergegeven.
- In de kleinhuishouding overleg je met de zorgvrager wat je schoon gaat maken. Houd rekening met de hoeveelheid tijd die geïndiceerd is door de thuiszorg.
- Houd altijd rekening met de wensen en behoeften van de zorgvrager.

20 DAGELIJKS ONDERHOUD VAN DE KEUKEN

Voorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- allesreiniger
- werkdoekjes
- emmer
- eventueel schuurmiddel
- stofzuiger
- dweil of mop.

Uitvoering

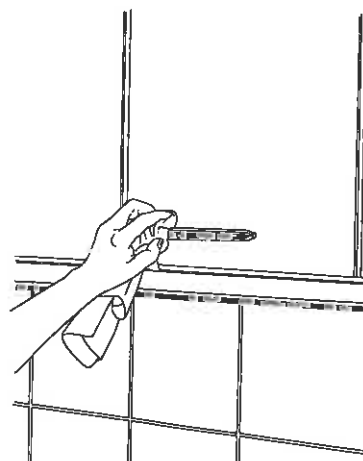
- 1 Zet een raam open om de ruimte te luchten.
- 2 Zorg dat de afwas is gedaan.
- 3 Ruim losliggend vuil op en gooi het weg. Leeg het GFT-bakje in de betreffende container.
- 4 Stofzuig de vloer.
- 5 Maak een sopje van allesreiniger.
- 6 Neem de tegels boven aanrecht en fornuis af met een goed uitgewrongen werkdokje.
- 7 Maak het fornuis schoon.
- 8 Maak het aanrecht en de gootsteen schoon.
Gebruik zo nodig een schuurmiddel en een schoon werkdokje en nieuw sop.
- 9 Droog aanrecht en gootsteen na.
- 10 Neem de handgrepen van keukenkastjes en koelkast af met een klamvochtig werkdokje en schoon sop.
- 11 Verwijder eventueel het zichtbare vuil op de keukenkasten.
- 12 Maak het GFT-bakje schoon.
- 13 Controleer of de vuilnisemmer geleegd moet worden.
- 14 Dweil/mop de vloer met een sop van allesreiniger.
- 15 Verwissel hand- en theedoeken.
- 16 Sluit het raam.

Nazorg

- Ruim de gebruikte materialen schoon en zo droog mogelijk op.
- Doe vuile hand- en theedoeken in de wasmand of hang ze uit om te drogen.

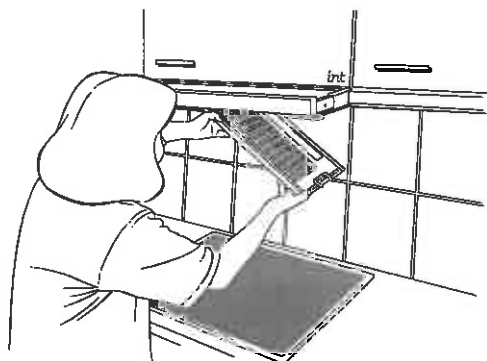
Tips

- Afwasborstels en vaatdoekjes zijn een broedplaats voor bacteriën.
- Verschoon vaatdoekjes iedere dag. Vervang regelmatig de afwasborstel.
- Wekelijks onderhoud keuken:
 - a gladde vloeren dweilen op moeilijk bereikbare plaatsen, eventueel schrobben
 - b koelkast schoonmaken
 - c ramen zemen
 - d binnenkant van de oven schoonmaken
 - e afvallemmer afsoppen
 - f elektrische huishoudelijke apparaten onderhouden
 - g tegelwanden schoonmaken
 - h buitenkant van de kastjes en aanrecht schoonmaken
 - i vaatwasser schoonmaken en zout en afwasmiddel bijvullen
 - j magnetron schoonmaken.



handgrepen kastjes afnemen

- Periodiek onderhoud:
 - a gordijnen en/of vitrage wassen
 - b lamellen/jaloezieën schoonmaken
 - c afzuigkap schoonmaken
 - d plafond stofvrij maken
 - e radiatoren schoonmaken
 - f diepvries ontdooien en schoonmaken
 - g afvoer ontstoppen
 - h binnenkant keukenkastjes uitsoppen.
- In de groothuishouding is het hoofd van de voedingsdienst verantwoordelijk voor het schoonmaken van de instellingskeuken en het onderhouden van de apparaten.
- In sommige afzuigkappen zit een filter, dat met een sopje kan worden schoongemaakt of in de vaatwasser afgewassen. Een scheutje ammoniak in het sop lost het hardnekkige vet op in de afzuigkap.



afzuigkap schoonmaken

21 HET SCHOONMAKEN VAN DE LEVENSMIDDELENKAST

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- twee werkdoekjes
- emmer
- reinigingsmiddel, bijvoorbeeld allesreini-
ger
- vloeibaar schuurmiddel
- droge dweil
- stevige huishoudtrap
- sopje van afwasmiddel om trommels en
voorraadbussen af te wassen
- schone theedoek om trommels en voor-
raadbussen af te drogen.

Uitvoering

- 1 Maak een emmer sop en zet deze op de
droge dweil.
 - 2 Begin bij de bovenste plank. Gebruik
eventueel een huishoudtrap.
 - 3 Haal alle levensmiddelen van de plank en
zet ze op een tafel of op het aanrecht.
 - 4 Neem de plank af met een werkdoekje en
sop.
- Neem ook de zijkanten van de binnenkant
van de kast mee.



plank voor plank afwerken

- 5 Hardnekkige vlekken verwijderen met een
beetje vloeibaar schuurmiddel.
- 6 Droog de plank na met het droge werk-
doekje.
- 7 Zet de levensmiddelen op de juiste plek
terug.
- 8 Werk plank voor plank af.
- 9 Let op verpakkingen. Aangebroken ver-
pakkingen vooraan zetten, zodat deze eerst
gebruikt worden. Als er trommels of voor-
raadbussen zijn, controleer dan of ze bij-
gevuld moeten worden of schoongemaakt.
Let op de houdbaarheidsdatum van de
voorraad.
- 10 De buitenkant van de kast schoonmaken.
Begin bovenaan.
- 11 De deur aan de binnen- en buitenkant
schoonmaken.

Nazorg

- Dweil de vloer.
- Ruim de materialen op.
- Doe vuile werkdoekjes en theedoek in de
was of hang ze uit.

Tips

- Trommels van blik goed laten drogen
voordat ze weer gevuld worden.
- Gooi levensmiddelen die 'over de datum'
zijn en/of niet goed ruiken en/of ver-
kleurd zijn, weg.
- Kleine artikelen kunnen samen in een
doorzichtig doosje of bus gedaan worden.
- Grote verpakkingen achteraan zetten, kleine
vooraan.
- Zet levensmiddelen soort bij soort. Let
goed op de houdbaarheidsdatum.

22 HET SCHOONMAKEN VAN DE OVEN

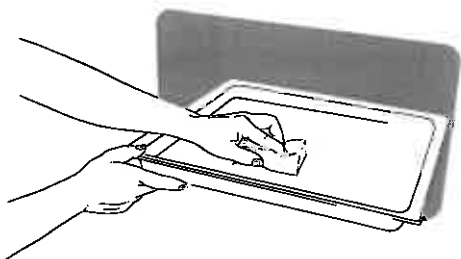
Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- gebruiksaanwijzing
- werkdoekje
- ovenreiniger of schoonmaakmiddel (bijv. een afwasmiddel)
- emmer
- dweil.

Uitvoering

- 1 Laat zo nodig de oven afkoelen.
- 2 Neem de roosters en bakplaten met warm water en wat schoonmaakmiddel af.
- 3 Neem de knoppen af met een vochtige doek.
- 4 Neem de binnenkant van de oven af met warm water en een sopje van schoonmaakmiddel.



bakplaat schoonmaken

- 5 Doe dat nog een keer met schoon water en droog de oven na.
- 6 Bij gebruik van een ovenreinigingsmiddel eerst goed de gebruiksaanwijzing hiervan lezen.
- 7 Droog de vloer met een dweil.

Nazorg

- Ruim de gebruikte materialen schoon en droog op.
- Zet de roosters en bakplaten terug in de oven.

Tips

- Zit er aanslag in de oven van verbrande etensresten, dan moet deze losgeweekt worden. Dit kan door:
 - a de oven in te smeren met groene zeep en te bedekken met een nat gemaakt werkdoekje
 - b de braadslede te vullen met een laagje water en de oven te verhitten tot 200°C gedurende 40 minuten.
- Gebruik nooit bijtende schuurmiddelen of staalwol.
- Gebruik eventueel een schuursponsje voor hardnekkige vlekken.

23 DAGELIJKS ONDERHOUD VAN DE SLAAPKAMER

Vorbereiding

- Verzamel de volgende materialen
- werkdoekje
 - emmer met sop van allesreiniger
 - stofzuiger of stofwiser
 - droge dweil.

Uitvoering

- 1 Zet een raam open om de kamer te luchten.
- 2 Sla het bed open zodat het kan luchten.
- 3 Leg kledingstukken op de juiste plaats of doe ze in de was.
- 4 Ruim boeken en speelgoed op en leeg de prullenbak.
- 5 Maak het bed op.
- 6 Vouw de nachtkleding op en ruim deze op, bijvoorbeeld onder het kussen.
- 7 Stofzuig de slaapkamer of gebruik een stofwiser voor gladde vloeren.
- 8 Neem met het werkdoekje klamvochtig stof af.
Zet hierbij de emmer sop op de droge dweil.
- 9 Maak de wastafel schoon (indien aanwezig).
- 10 Zorg voor schone handdoeken, washandjes en zeep bij de wastafel.
- 11 Sluit het raam.

Nazorg

- Ruim de gebruikte materialen schoon en zo droog mogelijk op.

Tips

- In de kleinhuishouding kan in verband met allergie dagelijks gestofzuigd worden en klamvochtig stof afgenomen. Gladde vloeren kunnen gewist worden.
Wekelijks onderhoud slaapkamer:
 - a beddengoed verschonen
 - b stofzuigen
 - c deuren, kasten en ander meubilair met een sopje afnemen
 - d gladde vloeren dweilen
 - e wastafel en spiegel schoonmaken.Periodiek onderhoud:
 - a matrassen stofzuigen
 - b moltons wassen
 - c dekbed/dekens wassen/stomen
 - d binnenkant kasten schoonmaken en opruimen
 - e gordijnen/vitrage wassen
 - f lamellen/jaloezieën schoonmaken
 - g plafond stof- en spinragvrij maken
 - h lampen schoonmaken
 - i radiatoren schoonmaken.
- In de groothuishouding wordt het onderhoud van de slaapkamer opgenomen in een planningsschema.

24 DAGELIJKS ONDERHOUD VAN DE ZIEKENKAMER

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- werkdoekje
- emmer met sop van allesreiniger
- stofzuiger/stofwischer
- dweil
- schoon beddengoed
- wasmand
- handschoenen en overschort
- afvalbak
- dienblad.

15 Zorg voor schone handdoeken, washandjes en zeep bij de wastafel.

16 Sluit het raam.

Nazorg

- Ruim de gebruikte materialen schoon en zo droog mogelijk op.
- Maak van enkele boeketten bloemen een nieuw boeket of zet **verse** bloemen neer.

Uitvoering

- 1 Zet een raam open om de kamer te luchten.
- 2 Sla het bed open zodat het kan luchten. Haal vuil beddengoed af en stop het in de wasmand.
- 3 Besmet wasgoed apart verzamelen. Gebruik daarvoor handschoenen en een overschort. Was je handen.
- 4 Leeg zo nodig de po en reinig deze. Was je handen.
- 5 Ruim losliggend vuil op. Gooi eventuele oude bloemen weg. Zet gebruikt serviesgoed op een dienblad.
- 6 Leeg de prullenbak.
- 7 Leg kledingstukken op de juiste plaats of doe ze in de was.
- 8 Verschoon het bed en maak het op.
- 9 Geef de planten/bloemen water.
- 10 Stofzuig de kamer.
- 11 Verwijder met een klamvochtig werkdoekje het stof van vensterbank, nachtkastje en andere meubels. Zet hiervoor de emmer op de dweil.
- 12 Haal tippend vingervlekken van deuren weg.
- 13 Wis eventueel de vloer.
- 14 Maak de eventueel aanwezige wastafel schoon met het werkdoekje en sop. Dweil eventueel tippend de vloer.

Tips

- Bij het stofzuigen komen kleine stofdeeltjes uit de stofzuiger. Daarom na het zuigen klamvochtig afstoffen en eventueel stofwissen.
- De po kan indien nodig dagelijks gedesinfecteerd worden.
- Wekelijks onderhoud ziekenkamer:
 - a dekens uitkloppen
 - b dekbed luchten
 - c nachtkastje en bed nat afnemen
 - d ramen zemen
 - e gladde vloeren op moeilijk bereikbare plaatsen dweilen.
- Bij het luchten van de **kamer** dient rekening gehouden te worden met mist, regen en wind.
- Ziekenkamer met badkamer en toilet:
 - a zie dagelijks onderhoud badkamer en toilet
 - b indien nodig desinfecteren.
- Aangepaste woon-slaapkamer als ziekenkamer:
 - a zie dagelijks onderhoud woonkamer/slaapkamer
 - b let op dat spullen van de zorgvrager op de juiste plek worden teruggezet.
- In een instelling worden ziekenkamers extra schoongemaakt. Dit wordt opgenomen in een planningsschema.

25 BOODSCHAPPEN DOEN

Vorbereiding

Verzamel de volgende materialen:

- ▢ boodschappentas
- ▢ portemonnee
- ▢ boodschappenlijst
- ▢ eventueel boodschappenkarretje.

Uitvoering

- 1 Vraag de zorgvrager om een boodschappenlijst.
- 2 Spreek dit met de zorgvrager door of maak de boodschappenlijst in samenspraak met de zorgvrager.
- 3 Controleer vooraf met de zorgvrager het boodschappengeld.
- 4 Doe de boodschappen.
- 5 Controleer samen met de zorgvrager aan de hand van de kassabon het boodschappengeld.

Nazorg

- ▢ Ruim de boodschappen op als de zorgvrager dat niet zelf kan.
- ▢ Ruim de boodschappen op de juiste bewaarplaats op.
- ▢ Producten die het langst bewaard worden plaats je achter in de kast.
- ▢ Producten die kunnen bederven plaats je in de koelkast.

Tips

- ▢ Loop geen koopjes af.
- ▢ Schiet geen geld voor.
- ▢ Haal de boodschappen zo veel mogelijk in één keer.
- ▢ Doe de boodschappen zo veel mogelijk in één winkel.
- ▢ Til niet meer dan ongeveer 10 kilogram boodschappen per keer.
- ▢ Verdeel de boodschappen over twee tassen.
- ▢ Beperk de loopafstand.
- ▢ Vervoer de boodschappen per fiets, boodschappenwagentje of auto.
- ▢ Doe de boodschappen indien mogelijk samen met de zorgvrager.
- ▢ Maak van tevoren de koelkast schoon.
- ▢ Let op de houdbaarheidsdatum van de producten.
- ▢ Koop geen ingedeukte blikken.
- ▢ Let op dat de verpakking niet kapot is.
- ▢ Diepvriesproducten zo snel mogelijk voeren.