Klamvochtig afnemen

|  |
| --- |
| **Benodigdheden:** |
| Microvezeldoek(en) | Eventueel een huishoudtrap |
| Emmer met lauw water | Of een sprayfles met water/Multi reiniger |
| Allesreiniger of interieurreiniger (gedoseerd) |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Voorbereiding** | **Aandachtspunten**  |
| Maak je huishoudelijk schoon? Dan verplaats je de spullen, zodat je makkelijk te werk kunt gaan. Maak je in de groothuishouding schoon? Dan mag je geen eigendommen verplaatsen van een ander. | Wil je efficiënt klamvochtig afnemen? Gebruik dan een microvezeldoek. Doordat ze een groot oppervlak hebben, wordt er meer vocht opgenomen. Hierdoor gaat verloopt het schoonmaken sneller. Bovendien zijn microvezeldoeken goed voor het milieu. De kosten zijn over het algemeen duurder, daartegenover heb je weinig tot geen schoonmaakmiddelen nodig.  |
|  | Ergonomisch te werk gaan:* Zet de voeten tijdens het werk in een stabiele stand, spreid-schredestand.
* Werk onder de heuphoogte? Ga dan buigen in heupen en knieën, door laag werk op één of twee knieën te gaan zitten.
* Werk parallel of recht.
* Gebruik één hand als steunvlak.
 |
| **Uitvoering** |  |
| 1. Maak een sopje in een emmer.
 | Reinigingsmiddel of interieurreiniger doseren.Gebruik lauw water. Zet de emmer op de juiste werkhoogte. |
| 1. Dompel de microvezeldoek in de emmer. Vouw vervolgens de werkdoek in acht vlakken en wring hem uit.
 | Knijp niet in de werkdoek tijdens het uitwringen. Tijdens het wringen houd je de polsen in de neutrale stand, vervolgens buig je de ellebogen een aantal keer zodat de werkdoek vochtig aanvoelt. |
| 1. Ga vervolgens het oppervlak reinigen met de werkdoek. Bijvoorbeeld een tafel, stoel, keukenkastjes.
 | Tijdens het klamvochtig afnemen van een tafel, gebruik je de ene hand als steunvlak.Bij een tafel maak je eerst het tafelblad schoon, daarna de poten. Bij een stoel doe je eerst de rugleuning, vervolgens de zitting en als laatst de stoelpoten. Bij het keukenkastje vanbinnen, eerst de bovenkant, dan de achterkant, daarna de zijkanten en als laatst de onderkant. Gebruik je een huishoudtrap? Zorg voor een stabiele houding. |
| 1. Is de microvezeldoek vuil? Gebruik dan de andere vlakken. Zijn alle vlakken gebruikt? Pak dan een nieuw microvezeldoek.
 | Doordat je de microvezeldoek in acht vlakken hebt gevouwen, kun je aan acht kanten gebruiken.  |
| 1. Klaar met klamvochtig afnemen? Stop de gebruikte microvezeldoek in de wasmachine.
 | Alleen wassen als de microvezeldoek vies is. Wassen op 40-60 graden. Gebruik geen wasverzachter of bleekmiddel, hierdoor worden de vezels aangetast.Microvezeldoek hoeft niet te drogen. |
| 1. Spoel de emmer om, droog hem af en ruim hem op. Berg ook de andere benodigde materialen op.
 |  |