

Tijdsplanning hulp dag bij mijn ouders (dit is een voorbeeld, jij hoeft maar te plannen voor 3,5 uur. En je houdt rekening met de RIVM maatregelen)

Wat ga ik doen	Begintijd	Eindtijd	Wat heb ik nodig
Vertrekken naar oma	8.20	8.30	Fiets
Oma begroeten	8.30	8.35	
Koffie/thee zetten	8.35	8.45	Koffiezet apparaat, koffie, koffiefilters
Koffie/thee drinken met oma	8.45	9.30	Koffie/thee kopjes iets lekkers
Boodschappen doen	9.30	10.30	Oma, boodschappenlijstje, geld,(auto? fiets?)
Boodschappen uitpakken	10.30	10.50	
Spelletje doen met oma	10.50	11.50	spelletjes
Tafel dekken voor lunch Eventueel koffie/thee zetten	11.50	12.00	Servies, brood, beleg, drinken
Lunchen met oma	12.00	12.45	
Tafel afruimen en afwassen	12.45	13.15	Afwasmiddel, afwasborstel/ afwasmachine
Oma gaat dutje doen	13.15	14.00	
Als oma een dutje doet ga ik de kamer afstoffen en stofzuigen	13.15	13.55	Stofdoek, stofzuiger
Oma wakker maken	13.55	14.00	
Koffie zetten	14.00	14.10	Koffiezet apparaat, koffie, koffiefilters
Koffie drinken met oma	14.10	14.30	Koffiekopjes
Ondertussen oma het beoordelingsformulier in laten vullen	14.10	14.30	Beoordelingsformulier