

# m·power

Oefenboek:  
Beginnen met  
schoonmaken.



## Waarom moet je schoonmaken?



Schoonmaken is belangrijk. Als je niet schoonmaakt krijg je heel veel stof in je huis. In stof zitten bacteriën, daar kun je ziek van worden.

Stof is ook niet goed voor je spullen.

Bacteriën zitten overal. Je ziet ze niet maar ze zijn er wel.



Op de afwas in de keuken. In de wc. Ook daar kun je ziek van worden.



Zwarte randen noem je 'schimmel'. Die kun je tegenkomen in de keuken en badkamer.

Van schimmel kun je ook ziek worden. En het gaat stinken in je huis.

## Waarom moet je opruimen?



Voordat je gaat schoonmaken, ga je eerst opruimen. Als je eerst opruimt gaat het poetsen sneller. Dan kun je er gemakkelijk bij. En je hoeft niet steeds te stoppen om spullen weg te zetten.

## Hoe maak je schoon?

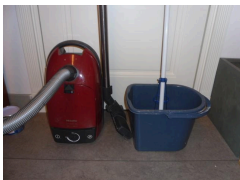
Er zijn verschillende manieren om iets schoon te maken.



Je kunt stoffen.



Of schoonmaken met een vochtig doekje.



De vloer kun je stofzuigen.



Of dweilen.



Een vloerbedekking of kleding mag je niet dweilen.

## Welke ruimtes maak je schoon?



Je huis of appartement bestaat uit verschillende ruimten of gedeelten. Keuken-, badkamer-, wc-, slaap- en woonkamer-gedeelte.



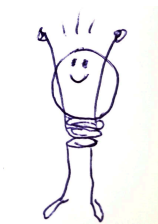
Deze ruimtes maak je allemaal anders schoon.

De badkamer en wc maak je meestal 1x in de week schoon.



Je hoeft natuurlijk niet alles tegelijk schoon te maken.

Je kunt de ene dag de badkamer schoonmaken en de andere dag de slaapkamer.



Maak een schoonmaakrooster, dan weet je wat je al gedaan hebt.

## Wat heb je nodig?



Emmer.



Allesreiniger.



Schoonmaakspray.



Plumeau.



Poetsdoekjes voor nat en droog poetsen.



(Schuur) spons.



Antikalk.



Stofzuiger.



Trekker.



Handschoenen.



Zeem.



Swiffer of zwabber of dweil.

---

Op Mpower.nu kun je zien hoe je de woonkamer, keuken en bv de  
badkamer schoonmaakt.

---

## Wat doe je al?

| Vraag                        | Afbeelding                                                                          | Antwoord                                                                                                |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Stoffen                   |    | <input type="radio"/> helemaal zelf<br><input type="radio"/> met hulp<br><input type="radio"/> nog niet |
| 2. Schoonmaken met een sopje |    | <input type="radio"/> helemaal zelf<br><input type="radio"/> met hulp<br><input type="radio"/> nog niet |
| 3. Stofzuigen                |    | <input type="radio"/> helemaal zelf<br><input type="radio"/> met hulp<br><input type="radio"/> nog niet |
| 4. Dweilen                   |   | <input type="radio"/> helemaal zelf<br><input type="radio"/> met hulp<br><input type="radio"/> nog niet |
| 5. De huiskamer schoonmaken  |  | <input type="radio"/> helemaal zelf<br><input type="radio"/> met hulp<br><input type="radio"/> nog niet |
| 6. De keuken schoonmaken     |  | <input type="radio"/> helemaal zelf<br><input type="radio"/> met hulp<br><input type="radio"/> nog niet |
| 7. De badkamer schoonmaken   |  | <input type="radio"/> helemaal zelf<br><input type="radio"/> met hulp<br><input type="radio"/> nog niet |
| 8. De slaapkamer schoonmaken |  | <input type="radio"/> helemaal zelf<br><input type="radio"/> met hulp<br><input type="radio"/> nog niet |

## Hoe ga je beginnen?

| Vraag                                                                                                                              | Antwoord                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| <p>Wat wil je gaan oefenen?</p>                                                                                                    | <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| <p>Ga je alleen of met iemand samen oefenen?</p>  | <p>.....</p>                           |
| <p>Wanneer ga je oefenen?</p>                    | <p>Dag:</p> <p>Tijd:</p>               |



| ELK HUIS IS ANDERS                                                                                                                                                      | Hoe is het bij jou in huis?                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Elk huis is anders.</b></p> <p>Kijk eerst hoe het in jouw huis is.</p>                                                                                            |                                                                                                                                                                           |
| Welke ruimtes zijn er bij jou in huis?                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> De huiskamer</li> <li><input type="radio"/> De slaapkamer</li> <li><input type="radio"/> De badkamer</li> <li><input type="radio"/> De keuken</li> <li><input type="radio"/> .....</li> </ul> |
| <p>Heb je een aparte wc?</p> <p>Of zit die in de douche?</p>                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ja</li> <li><input type="radio"/> Nee</li> </ul>                                                                                                                                              |
| <p>Dan maak je een plan om alles samen of apart te poetsen.</p> <p>Staat de wasmand niet in de douche maar in de slaapkamer?</p> <p>Dat is anders dan in de douche.</p> | <p>Volgorde:</p> <p>.....</p> <p>.....</p>                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Welke ruimten hebben een harde vloer?</p> <p>Dan zet je in je plan dat je die gaat dweilen.</p>                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> .....</li> <li><input type="radio"/> .....</li> </ul>                                                                                                                                         |

|                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>In alle ruimtes maak je schoon met een sopje?<br/>Welke zijn dat?</p>    | <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> ....</p> |
| <p>Welk schoonmaakmiddel gebruik jij als je met een sopje schoonmaakt?</p>  | <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p>                                   |
| <p>Welke ruimtes hebben een vloerbedekking of kled?<br/>Dan moet je die stofzuigen.</p>                                                                      | <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p>                                                                      |
| <p>Heb je een aparte keuken?<br/>Of staat het keukenblok in je woonkamer in een studio?</p>                                                                  | <p>Zie keuken.</p> <p>Ook een keukenblok in je woonkamer maak je schoon als keuken.</p>                                                                                                                          |
| <p>In alle ruimtes stof je.<br/>Welke zijn dat bij jou?</p>                                                                                                  | <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p> <p><input type="radio"/> .....</p>                                                                      |
| <p><b>Maak je eigen lijst!</b><br/><b>Dan is de volgorde van schoonmaken aangepast aan jouw huis.</b><br/><b>En wat je moet doen.</b></p>                    |                                                                                                                              |

