

m·power

**De keuken
schoonmaken**



Wat heb je nodig?



Een emmer.



Schoonmaakmiddel



Een spray met (speciaal) schoonmaakmiddel en antikalk.



Spons



Poetsdoeken



Een dweil of zwabber.

Schoonmaken

Maak een sopje met warm water en allesreiniger.

Neem een doekje of een spons om mee te poetsen.

Neem een droge doek om alles mee droog te maken

Poets van boven naar beneden.

Poets ook bv van rechts naar links, dan weet je zeker dat je alles hebt gepoetst.

 Met een sopje schoonmaken Start	Onder het tegeltje 'Met een sopje schoonmaken' bij Schoonmaken kun je zien hoe je een sopje maakt en welke spullen je hiervoor nodig hebt.
 Stofzuigen Start	Onder het tegeltje 'Stofzuigen' bij Schoonmaken kun je zien hoe je moet stofzuigen en welke spullen je hiervoor nodig hebt.
 Dweilen Start	Onder het tegeltje 'Dweilen' bij Schoonmaken kun je zien hoe je moet dweilen en welke spullen je hiervoor nodig hebt.

Begin met opruimen

Ruim eerst de rommel op voordat je met schoonmaken begint. Dan ligt er niks in de weg.



Doe de afwas of zet alles in de vaatwasser.



Breng het glas en oud papier weg.



Gooi de vieze vuilniszak in de container en doe een schone zak in de afvallemmer.



Als de afvallemmer vies is, maak je die schoon met een sopje.

Vaak heb je aparte afvalzakken voor plastic en restafval.

Het GFT bakje maak je ook leeg en was die af.



Nu kan je gaan schoonmaken. Maak eerst een sopje.

Gebruik een spons of een doekje.

Je moet je spons of doekje wel goed uitwringen. Anders wordt alles drijfnat.

Weet je nog hoe je een sopje moet maken?

Kijk anders even terug in het onderdeel Met een sopje schoonmaken

Keukenkastjes, aanrecht en fornuis schoonmaken

Als je gaat schoonmaken, werk je van boven naar beneden.

Je kunt ook een schoonmaakspray direct op hele vieze plekken spuiten, even laten intrekken en afdoen met een doekje.



Begin aan één kant met de buitenkant van de bovenste keukenkastjes. Poets de tegels tegen de muur.



Begin daarna aan één kant van het aanrecht en werk naar de andere kant, dan vergeet je niks. De spoelbak en kraan poets je ook.



Poets de kookplaat of gasfornuis, er zijn daarvoor aparte schoonmaakmiddelen. Maar het kan ook met ontvetter.



Dan maak je de onderste keukenkastjes en laden van buiten schoon en alle randen. Gebruik een schone droge doek om alles droog te maken.



TIP: gebruik een keukentrap als je ergens niet goed bij kunt. Ook om bovenop de keukenkastjes te kunnen poetsen.



Hele vieze vlekken kun je met de grove kant van een schuursponsje schoonmaken.

PAS OP: van een schuursponsje kun je ook krassen krijgen! Poets eerst een klein stukje om te kijken of je krassen krijgt.

Losse spullen schoonmaken



De losse spullen in de keuken, bijvoorbeeld een koffiezetapparaat of broodrooster, moet je ook schoonmaken. Je maakt eerst een nieuw sopje.



De losse spullen met een stekker of met batterijen mag je niet met een kletsnatte doek schoonmaken. Dan kunnen ze stuk gaan. Daarom moet je je doekje goed uitwringen.



De koelkast en magnetron maak je ook van buiten schoon. Ook de broodtrommel als je hebt.

Binnenkant keukenkastjes

De binnenkant van de kastjes en koelkast poets je één keer per maand of als je ziet dat het vies is. Ook maak je de magnetron van binnen en van buiten schoon.



- Eerst haal je alle spulletjes uit de kastjes of koelkast.
- Dan maak je de zijkanten, de plankjes en bakken schoon.
- De opberg -potten of doosjes maak je ook schoon met een natte doek.
- Je kunt ook meteen kijken of er eten is dat niet meer goed is en die gooi je weg.
- Dan nog de binnenkant van het deurtje schoonmaken.
- Dan kun je alles in het kastje of koelkast terugzetten

Tip: zet de losse spullen in de keukenkastjes. Dan worden ze niet zo snel vies. En hoef je die niet elke week schoon te maken.

De vloer en tafels en stoelen schoonmaken



De eettafel en stoelen doe je ook af met een natte doek. De stoffen bekleding van een stoel mag je niet met een natte doek afdoen.



Als laatste maak je de vloer schoon.

Je zuigt eerst met de stofzuiger alle stof en kruimels op.

Daarna ga je de vloer dweilen.

Na het schoonmaken ruim je alle schoonmaakspullen weer op!

Elk huis is anders.

Kijk eerst hoe het in jouw huis is. En maak een plan voor de volgorde van poetsen.

Vraag	Antwoord
Wat ruim jij op in de keuken voordat je gaat schoonmaken? 	○ Glas wegbrengen ○ Papier wegbrengen ○ De afwas doen ○ Prullenbak legen ○
Welk schoonmaakmiddel gebruik jij als je een sopje maakt om de keuken te poetsen? 	○
Maak je de keuken schoon met een spons of met een doekje? 	○ Spons ○ Doekje ○ Allebei ○ Iets anders.....
In welke volgorde maak jij de keuken schoon? Wat doe je eerst, wat daarna. 	1. 2. 3. 4. 5. 6.

Met welke spullen in je
keuken moet je voorzichtig
zijn met water?



- Koffiezetapparaat
- Waterkoker
- Magnetron
- Broodrooster
-
-

In welke volgorde maak jij
de keukenvloer schoon?
Waar begin je met dweilen
en waar
eindig
je?



Ik begin.....

Ik eindig.....

ELK HUIS IS ANDERS	Hoe is het bij jou in huis?
Elk huis is anders. Kijk eerst hoe het in jouw huis is.	
Welke ruimtes zijn er bij jou in huis?	☐ De huiskamer ☐ De slaapkamer ☐ De badkamer ☐ De keuken ☐
Heb je een aparte wc? Of zit die in de douche?	☐ Ja ☐ Nee
Dan maak je een plan om alles samen of apart te poetsen. Staat de wasmand niet in de douche maar in de slaapkamer? Dat is anders dan in de douche.	Volgorde:
Welke ruimten hebben een harde vloer? Dan zet je in je plan dat je die gaat dweilen.	☐ ☐

In alle ruimtes maak je schoon met een sopje? Welke zijn dat? 	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
Welk schoonmaakmiddel gebruik jij als je met een sopje schoonmaakt? 	☐ ☐ ☐ ☐ ☐
Welke ruimtes hebben een vloerbedekking of kleed? Dan moet je die stofzuigen.	☐ ☐ ☐ ☐
Heb je een aparte keuken? Of staat het keukenblok in je woonkamer in een studio?	Zie keuken. Ook een keukenblok in je woonkamer maak je schoon als keuken.
In alle ruimtes stof je. Welke zijn dat bij jou?	☐ ☐ ☐ ☐
Maak je eigen lijst! Dan is de volgorde van schoonmaken aangepast aan jouw huis. En wat je moet doen.	

Oefenen

datum

Wat ga je doen?	
Wat heb je nodig?	
Wanneer ga je oefenen?	
Hoe vaak?	

Oefenen

datum

Wat ga je doen?	
Wat heb je nodig?	
Wanneer ga je oefenen?	
Hoe vaak?	

Hoe is het gegaan?

datum

Vraag	Antwoord
Wat heb je geoefend?	
Wat gaat goed? 	
Wat gaat minder goed? 	
Waar moet je op letten? 	

Hoe ga ik verder?

datum

Wanneer ga je de volgende keer oefenen? 	O
--	---------