

FlyLady's Gedetailleerde Schoonmaaklijst voor zone 1: The Entrance, Front Porch, and Dining Room

Dit is mijn gedetailleerde lijst voor Zone 1. Pas deze aan zodat hij past in jouw situatie en gezin. Als je nog aan het ontrommelen bent, ben je nog niet klaar voor deze hele lijst, richt je op het ontrommelen. BabyStapjes! - FlyLady.

Ingang

Start bij het plafond en werk naar de vloer.

1. Haal de spinnenwebben weg
2. Stof de raamlijsten en de voordeur af
3. Haal de vette vingers van de lichtknoppen
4. Zet de planten in de douche en geef ze een goed spoelbeurt, laat ze even in de douche uitdruppelen
5. Stof het meubilair af
6. Stof de plinten en/of lambrisering
7. Orden de jassenkast c.q. kapstok
8. Stofzuig de vloer
9. Dweil de vloer (indien van toepassing)
10. Zet de planten weer terug (je zou niet willen dat jij of manlief morgenochtend als je wilt douchen het oerwoud in loopt ☺)
11. Voeg een persoonlijke noot toe voor een meer uitnodigende sfeer

Eetkamer

Start bij het plafond en werk naar de vloer

1. Haal de spinnenwebben weg
2. Stof de raam- en deurlijsten
3. Zeem de ramen
4. Maak de deurtjes van de porseleinkast schoon
5. Orden de porseleinkast als zaken nog niet op de plek liggen
6. Orden iedere laden
7. Ruim de tafel op en poets deze
8. Spoel de planten in de douche
9. Stof de onderkanten van de stoelen
10. Stof de plinten en/of de lambrisering
11. Verplaats de meubels en stofzuig goed (de porseleinkast mag blijven staan ☺, Flylady heeft die van haar ooit omgegooid en dat was niet leuk)
12. Voeg een persoonlijke noot toe; bloemen, mooi tafelkleed, mooie schaal)

Veranda bij de voordeur

Funtestic: in Nederland kennen we dit niet echt. Ik heb zelf als onderdeel hier mijn voortuintje en stoepje genomen.

1. Haal de spinnenwebben weg (in de zomer laat ik er een paar zitten ivm de mugjes)
2. Veeg het stoepje
3. Veeg evt. Meubels schoon
4. Gooi dode planten weg
5. Snoei eventuele taken van de ingang weg
6. Verpot planten indien nodig
7. Vul vogelvoederplekjes
8. Neem tafels, lampen en relingen af
9. Gooi ongewenste artikelen weg
10. Voeg een persoonlijke noot toe om vrienden en familie welkom te heten.

FlyLady's Gedetailleerde Schoonmaaklijst voor zone 2: De Keuken

Deze week zijn we in de keuken, oftewel zone 2. Dit is de gedetailleerde lijst van FlyLady, print hem en voeg hem toe aan je controlejournaal. Probeer niet deze lijst te doen als je nog niet ontrommelt hebt. Begin met 15 minuten per dag ontrommelen en dan kun je beginnen met gedetailleerd schoonmaken. Maak je niet druk, je hebt dit al in geen tijden gedaan dus die ene maand extra kan ook geen kwaad. Gooi eerst die rommel weg. Dan wordt het ook makkelijker om schoon te maken. ~FlyLady.

Keuken

1. Leeg de koelkast en maak grondig schoon
2. Maak de magnetron van binnen en buiten schoon
3. Maak de oven van binnen en buiten schoon
4. Was de blikken en de siervoorwerpen
5. Orden de laden en de kasten
6. Veeg de vingerafdrukken van de muren
7. Was de binnenkant van de ramen
8. Maak de ventilatieroosters en de afzuigkaproosters schoon
9. Neem de kastfrontjes af (een paar per keer)
10. Neem de lampenkapjes / lampjes af
11. Maak schoon onder de gootsteen, gooi oude doeken en schoonmaakmiddelen die je niet gebruikt weg
12. Maak huisdierenbakjes extra schoon

FlyLady's Gedetailleerde Schoonmaaklijst voor zone 3: De badkamer en een extra kamer

Dit is de lijst van FlyLady voor zone 3. Als je huis nog vol met rommel is, dan hoor je deze lijst nog niet op te pakken; eerst voor 15 minuten per dag ontrommelen in deze zone. Wees niet van je sokken af geblazen over de grootte van deze lijst, we doen dit niet allemaal in één week! Elke maand ligt de focus op een andere kamer en doen we alleen een klein beetje in een andere kamer. Na een paar maanden is dit heel makkelijk. Babystapjes! Het werd niet vies in een dag en het wordt ook niet schoon in een dag. Print elke kamer op een aparte pagina. Je kunt je eigen details aan de lijstjes toevoegen al naar gelang je nodig acht.

Bathroom Detailed Cleaning List

1. Was de badmatten
2. Poets de vloer
3. Orden laden en kasten
4. Maak de douchekabine schoon
5. Was de douchedeur en/of het gordijn
6. Maak het medicijnkastje schoon
7. Haal kalksteen weg
8. Gooi lege flessen weg

Extra slaapkamer

1. Stof de meubels
2. Orden kasten en laden
3. Haal spinnenwebben weg
4. Was matrashoezen
5. Was Kleine tapijtjes
6. Keer matrassen
7. Was de ramen
8. Was de gordijnen
9. Maak een eventuele badkamer die bij deze kamer hoort schoon
10. Orden boekenkasten
11. Orden computerbureau's
12. Ruim verdwaalde voorwerpen die hier niet thuishoren op
13. Ruim kasten op
14. Voed de planten

Kinderbadkamer

1. Was tapijtjes
2. Was het douchegordijn en/of douchedeur
3. Stofzuig / dweil de vloer
4. Orden laden en kasten
5. Maak bad en/of douche
6. Maak badspeeltjes schoon
7. Maak de toilet schoon

8. Gooi lege flessen weg

Slaapkamer van de kinderen

1. Neem het meubilair af
2. Orden kasten en laden
3. Haal spinnenwebben weg
4. Was matrashoezen en kleedjes
5. Keer het matras
6. Was de gordijnen
7. Was de ramen
8. Orden speelgoedplanken
9. Ruim op onder het bed
10. Ruim de kasten op
11. Ruim verdwaalde voorwerpen die hier niet horen op
12. Sorteert kleding die te klein is geworden
13. Stofzuig onder het bed en kasten
14. Neem de plinten af
15. Haal vingers van de lichtknoppen en deurklinken
16. Organiseer video's, spelletjes, boeken

Kantoor

1. Ruim het bureau op
2. Gooi pennen die het niet meer doen weg
3. Slijp potloden
4. Gooi alle vuilnis weg
5. Gooi papieren die bewaard moeten worden in een map voor woensdag (bureaudag)
6. STOP NIET OM REKENINGEN TE BETALEN!!!
7. Orden lades, 1 per keer
8. Gooi bonnetjes ouder dan 7 jaar weg
9. Maak je beeldscherm schoon
10. Vul het printerpapier aan
11. Maak een plekje voor de huidige rekeningen (bv een brievenhouder)
12. Stofzuig onder het bureau en de hele kamer
13. Stof het meubilair af
14. Was de ramen
15. Haal de spinnenwebben weg
16. Controleer de voorraad papier, enveloppen, printerkaartjes, postzegels etc.

Bijkeuken/ wasruimte

1. Neem de bovenkant van de wasmachine en droger af
2. Haal het aangekoekte vuil onder de wasmachine deksel (bovenlader) of het deurtje (voorlader) weg
3. Gooi lege flessen en dozen weg
4. Leeg de vuilnisbak

5. Controleer voorraad wasmiddel, wasverzachter, vlekverwijderaar etc.
6. Veeg en dweil de vloer
7. Haal spinnenwebben weg
8. Berg alle kleding op
9. Kijk achter de machines voor verweesde sokken

FlyLady's Gedetailleerde Schoonmaaklijst voor zone 4: De Slaapkamer

Dit is mijn voorbeeld voor mijn slaapkamer, bijbehorende badkamer en de inloopkast. Pas hem aan naar jouw situatie. Print hem en voeg hem toe aan je controlejournaal. Hou in gedachten dat als je deze zone nog niet hebt ontrommelt, dat je dit eerst gaat doen voordat je met deze lijst begint. Het is al langer een zootje, dus een paar dagen extra is echt niet erg. Als het eenmaal ontrommelt is, is het schoonmaken een fluitje van een cent. -FlyLady

MASTER BADKAMER

1. was de badmatten
2. orden makeup
3. orden laden en kasten
4. maak de douchecel schoon en haal evt. Schimmel weg
5. Was de douchegordijnen en/of deuren

MASTER SLAAPKAMER

1. Stof het meubilair
2. Maak bureaus leeg
3. Haal spinnenwebben weg
4. Was matrashoezen en/of opleggers
5. Keer het matras
6. Leeg het afval
7. Was de ramen
8. Was de gordijnen en/of neem de luxaflex c.q. shutters af
9. Ruim wat boeken uit de boekenkast
10. Orden de laden
11. Maak schoon onder het bed

(INLOOP)KAST

1. Orden de bovenste planken
2. Orden schoenen (poetsen?)
3. Ruim koffers op bv in de schuur, op zolder achter de boarding etc.
4. Stof schoenenkastje(s)
5. Sorteert oude kleding
6. Leg te herstellen kleding apart

FlyLady's Gedetailleerde Schoonmaaklijst voor zone 5: De woonkamer, salon en familiekamer

Dit is mijn gedetailleerde lijst voor mijn woonkamer. Pas hem aan naar jouw situatie en jouw familie. Start bij het plafond en werk naar de vloer; van webben naar stofnesten. Raak deze lijst niet aan als je nog niet ontrommelt hebt. Begin daarna pas aan die detailklusjes die je wellicht al maanden of zelfs jaren nog niet gedaan hebt. Raak niet overweldigd door deze lijst, je wordt niet verwacht dit allemaal in deze maand te doen. Print de lijst voor je controlejournaal. Ik heb hem in een insteekhoes zodat ik ze makkelijk kan afstrepen.

1. Haal spinnenwebben weg
2. Was de ramen
3. Orden boekenkasten en/of planken
4. Was ornamenten, beeldjes, fotolijstjes
5. Ruim de bijzettafels op
6. Ruim de salontafel op
7. Orden laden en kasten
8. Haal vingerafdrukken van deuren, deurklinken, muren etc.
9. Ruim tijdschriften op
10. Maak de telefoon schoon
11. Maak schoon onder kussens (klop kussens uit)
12. Maak schoon bij, onder en om de open haard, kachel etc.
13. Haal verschuifbare meubels weg en stofzuig grondig
14. Klop kleden uit
15. Reinig het tapijt

Als je een familiekamer, spelkamer, zonedek of andere ruimte hebt die veel gebruikt wordt, ontrommel deze dan iedere maand een klein beetje of wanneer je extra tijd hebt. Ga jezelf niet forceren hierbij. Het werd niet in een dag rommelig dus het ruimt zichzelf ook niet in één dag op. Onthoud: BABYSTAPJES!!! Als je een taak niet kunt doen, gewoon overslaan en naar de volgende gaan. Spaar ze niet op. Je herhaalt het zelfde ding iedere maand weer; FlyLady is alleen je herinnering dat je dit doet.