

# STÄDSHEMA

ORDNINGSPERSON: \_\_\_\_\_ VECKA: \_\_\_\_\_



DAG	MÅN	TIS	ONS	TORS	FRE	LÖR	SÖN
HALL							
VARDAGSRUM							
KÖK							
BADRUM 1							
BADRUM 2							
GOLV							
TVÄTT							
SOVRUM							
SOVRUM							
SOVRUM							
SOVRUM							

## INKÖPSLISTA

- Microfibermopp ..... st
- Dammopp Microfiber ..... st
- Garnmopp Microfiber ..... st
- Hink ..... st
- Mikrofiberdukar i olika färger ..... st
- Sop skyffel och borste ..... st
- Vattensprayflaska ..... st
- Såpa ..... st
- Fönsterputsduk ..... st
- Fönsterskrapa ..... st
- Svamp ..... st
- Diskborste ..... st

## FÖR EN ROLIGARE STÄDNING

- Sätt på musik!
- Damma
- Moppa golv
- Gör rent kranen och diskbänk
- Rengör spishäll och fläkt
- Torka av allt rostfritt
- Rengör i kylan och skafferiet
- Dammsug möbler
- Dammtorka TV
- Rengör handfat och kranar
- Torka av speglar
- Rengör duschkabin och badkar
- Kolla avlopp
- Vädra kuddar och byt sängkläder



# CHECKLISTA

för en härlig storstädning.

*Börja alltid med att sätta på musik*



## KÖK:

Ta undan disk  
Gör rent kranar och diskbänk  
Torka av köksluckor och ovanför skåp  
Rengör spishäll och fläkt  
Torka av allt rostfritt  
Rengör i kylan och skafferiet  
Moppa golv  
Ta ut sopor

## VARDAGSRUM:

Damma  
Damsug möbler  
Rengör bord  
Dammtorka TV  
Ställ fram snittblommor  
Moppa golv, även under soffa

## BADRUM:

Rengör handfat och kranar  
Torka av speglar  
Rengör duschkabin  
Rengör badkar  
Rengör golvbrunn  
Rengör toalett ut och invändigt  
Moppa golv och kakelväggar

## SOVRUM:

Vädra kuddar och byt sängkläder  
Damma  
Plocka undan kläder, leksaker etc  
Moppa golv, även under säng

## TVÄTTSTUGA:

Kolla avlopp  
Damma  
Rengör tvättmaskinens / torktumlarens filter  
Moppa golv, även bakom maskiner  
Rengör golvbrunn

## GARAGE/VIND:

Rensa  
Ha loppis  
Sortera  
Lägg undan säsongssaker på vinden i märkta lådor

## Tips:

- 1 Ha ett snickarbälte med fickor eller förkläde för att plocka upp skräp och småsaker
- 2 Använd olika färger på dina mikrofiberdukar, olika färger för olika ändamål.
- 3 Gör ett poängsystem (guldstjärnor) för barnen när de hjälper till, där ett visst antal poäng ger dem en belöning.
- 4 När **du** är klar, belöna dig själv!

