

Rengøringsliste

KØKKENET

- Tør køkkenbordet af
- Tag opvasken
- Tøm skraldespanden
- Fyld eller tøm opvaskemaskinen
- Find nye viskestykker frem
- Tag en ny klud i brug
- Tjek og vask køleskabslågerne af
- Vask eventuelt andre overflader i køkkenet
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

STUEN OG GANGEN

- Støvsug
- Vask gulv
- Tør støv af
- Vand planter
- Hæng jakker op
- Stil skoene pænt
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



**ADHD
og livet**

Rengøringsliste

BADEVÆRELSET

- Skift håndklæderne ud
- Tøm skraldespanden
- Vask håndvasken
- Rens afløbet
- Vask toilettet
- Puds spejlet
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

SOVEVÆRELSET

- Brugt tøj i vasketøjskurven
- Skift sengetøj og lagnet
- Red sengen
- Støvsug
- Tør støv af
- Vand eventuelle planter
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



**ADHD
og livet**