

# Weinig tijd?

## Ontwerp je éigen schoonmaakrooster

Diana (32) is een jonge moeder die drie dagen per week voor de klas staat. Ze heeft een man en drie jonge kinderen en loopt voor haar gevoel steeds achter de feiten aan als het om schoonmaken gaat. Er moet in haar ogen nog veel gebeuren, maar ze komt er gewoon niet aan toe. Zeker als ze zich vergelijkt met haar schoonmoeder, die brandschoon is, alles keurig onderhoudt en ook nog tijd heeft voor andere dingen. Ze schaamt zich dat ze niet aan die norm kan voldoen en voelt zich tekortschieten. Diep in haar hart zou ze graag haar eigen schoonmaakrooster hebben, waarin ze haar persoonlijke norm durft te hanteren en zich niet meer meet met anderen, Diana denkt even na en formuleert haar norm waar ze blij van wordt: 'Goed is goed genoeg'.

Omdat wij bovenstaande situatieschets vaak tegenkomen, hebben wij een Format gemaakt, waarin je met je persoonlijke situatie én wensen aan de slag kan. Wij zijn er heel enthousiast over en gaan het gebruiken bij onze klanten, maar we geven jou als lezer van Zij en Zeeuws de primeur!

**1.** Download van onze websites (zie kader) het Format 'Persoonlijk Schoonmaakrooster' en sla die op onder jouw eigen naam.

**2.** Klik eerst onderaan op sheet 1. Beschikbare tijd. Vul hier in hoeveel tijd er voor de schoonmaaktaken beschikbaar is.

**3.** Klik vervolgens op sheet 2. Opsomming Schoonmaaktaken. Vul alle schoonmaaktaken in die je wilt doen, hoeveel tijd dit kost, hoe vaak je dit wilt

schoonmaken en wie dat gaat doen.

**4.** Klik daarna op sheet 3. Resultaat Planning om te kijken of jullie beschikbare tijd overeenkomt met de tijd die je nodig denkt te hebben voor alle schoonmaaktaken. Pas eventueel je beschikbare tijd (in sheet 1) óf je benodigde tijd (in sheet 2) aan. Deze sheet is belangrijk omdat je hier kunt zien of je voldoende tijd beschikbaar hebt gesteld om je schoonmaakwensen te kunnen uitvoeren. Neem hier dus even goed de tijd voor. Pas als jouw schoonmaakwensen overeenkomen met de totaal beschikbare tijd, kun je de schoonmaaktaken in gaan roosteren.

**5.** Klik nu op sheet 4. Schoonmaakrooster en vul met behulp van de informatie in de eerste vier kolommen van deze sheet het schoonmaakrooster in.

**6.** In sheet 5. zie je dan de samenvatting en de conclusie van je planning en inroostering.

Print het rooster van Sheet 4 uit (liggende afdruk) en plak die op een zichtbare plek, zodat zowel jij als je gezinsleden eraan herinnerd worden. Blok eventueel de geplande tijd met de ingeroosterde schoonmaaktaken in jullie agenda's.

Op onze websites staat ook een ingevuld voorbeeld, zodat het invullen van het Format je zeker gaat lukken. Vind je het toch nog lastig, dan kun je altijd onze hulp inschakelen. Het geeft vaak net dat duwtje in de rug om het verder zelf te kunnen.



Christa van Dieren en Erna Verheij zijn in het dagelijks leven Professional Organizer. Een betrekkelijk nieuw beroep, maar wel een beroep met toekomst! Want wie heeft er nooit eens te maken gehad met chaos in het hoofd, een woonomgeving die uitpuilt, of een overvol(le) agenda/bureau? Om jou te helpen om rust en ruimte in huis en hoofd te krijgen, geven ze jou handige tips om telkens weer een nieuw onderdeel van je leven 'op orde' te krijgen. Wil je thuis of op het werk met hen aan de slag? Kijk dan voor meer info op: [www.OrganieQ.nl](http://www.OrganieQ.nl) of [www.Opgeruimd.org](http://www.Opgeruimd.org)