

CHECKLISTA HEMSTÄDNING



Gör städningen mycket enklare
och mer strukturerad

HALL

- Torka av dörr och handtag
- Organisera skor och ytterkläder
- Torka av speglar och ytor
- Töm och rengör papperskorgen
- Tvätta fönster
- Rengör golvlister och lampor
- Rengör möbler (stolar, bord, soffor)
- Dammsug och moppa golvet

KÖK

- Torka av bänkskivor och bord
- Rengör spis och ugn
- Rengör mikrovågsugn
- Diska och rengör diskhon
- Töm soporna
- Torka av köksluckor och handtag
- Rengör golvlister och lampor
- Dammsug och torka golven

VARDAGSRUM

- Torka av ytor (bord, hyllor, etc.)
- Dammsug och rengör soffa
- Puffa till kuddar och plädar
- Rengör fönsterbrädor och fönster
- Damma av persienner eller gardiner
- Rengör golvlister och lampor
- Dammsug och moppa golvet

SOVRUM

- Dammtorka ytor
- Rengör speglar och fönster
- Organisera kläder och garderob
- Rengör golvlister och lampor
- Dammsug och moppa golvet
- Byt sängkläder

CHECKLISTA HEMSTÄDNING

BADRUM/TOALETT

- Rengör handfat och spegel
- Rengör toaletten
- Rengör dusch/badkar
- Rensa avlopp
- Torka av alla ytor
- Töm och rengör papperskorgen
- Tvätta fönster och fönsterbrädor
- Dammsug och moppa golvet



GARAGE/VIND

- Rensa ut skräp och gamla föremål
- Organisera verktyg & förvaringslådor
- Sopa/dammsug och torka golvet
- Kontrollera för fukt och mögel
- Damma och torka av ytor

TVÄTTSTUGA

- Torka av tvättmaskin och torktumlare
- Rengör filter och töm ludd
- Organisera tvättmedel och tillbehör
- Tvätta fönster
- Dammsug och moppa golv
- Töm soporna
- Torka av köksluckor och handtag
- Rengör golvlister och lampor
- Dammsug och torka golven



ALLMÄN CHECKLISTA - HEMSTÄDNING



DAGLIG STÄDNING

- Bädda sängen
- Diska och rengör diskhon
- Torka av bänkskivor och bord
- Töm soporna om det behövs
- Torka av köksbord och stolar

MÅNADSVIS STÄDNING

- Djupstädning av badrum (inkl. avlopp)
- Rengör kylskåp och frys
- Rengör mikrovågsugn och andra köksapparater
- Putsa fönster, både invändigt och utvändigt
- Dammtorka väggar och tak
- Kontrollera och rensa avlopp
- Rengör och organisera skafferiet
- Dammsug möbler och madrasser



VECKOVIS STÄDNING

- Dammsug och moppa alla golv
- Dammtorka ytor, inklusive hyllor och elektronik
- Rengör badrum: handfat, toalett, dusch/badkar
- Torka av speglar och fönster invändigt
- Byt sängkläder
- Organisera kläder och städa garderoben
- Rengör spis, ugn och micro
- Torka av köksluckor och handtag

KVARTALSVIS STÄDNING

- Rengör ugn och spisfläkt grundligt
- Tvätta gardiner och andra textilier
- Rengör garaget och/eller vinden
- Gå igenom och rensa ut överflödiga saker i alla rum
- Tvätta och desinficera soptunnor
- Rengör bakom och under möbler
- Dammtorka belysningsarmaturer och takfläktar
- Kontrollera och rengör ventilationer