

PUTZPLAN

Dein Wochenputzplan

Kreuze an, an welchem Tag du welchen Raum putzt. Lieber jeden Tag 20 Minuten als ein Putzmarathon am Samstag!

Raum	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Küche	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Bad	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
WC	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Wohnzimmer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Schlafzimmer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Kinderzimmer	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Flur & Treppenhaus	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Balkon / Terrasse	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Tipp: Verteile die Räume so, dass kein Tag länger als 30 Minuten dauert. Bad und Küche öfter, Schlafzimmer seltener – du kennst deinen Haushalt am besten.

PUTZPLAN

Aufgaben-Checkliste

Küche

- ☐ Arbeitsflächen & Herd abwischen
- ☐ Spüle & Armatur reinigen
- ☐ Kühlschrank kurz durchwischen
- ☐ Müll rausbringen & Mülleimer auswischen
- ☐ Boden wischen

Bad

- ☐ Waschbecken & Armatur putzen
- ☐ Spiegel polieren
- ☐ WC reinigen
- ☐ Dusche / Badewanne schrubben
- ☐ Handtücher wechseln
- ☐ Boden wischen

Wohn- & Schlafzimmer

- ☐ Staub wischen (Regale, Fensterbänke)
- ☐ Staubsaugen
- ☐ Bettwäsche wechseln (wöchentlich)
- ☐ Pflanzen gießen & abstauben

Flur & Rest

- ☐ Schuhe sortieren
- ☐ Spiegel & Garderobe abwischen
- ☐ Treppenhaus fegen
- ☐ Balkon fegen (bei Bedarf)

PUTZPLAN

Monatliche Aufgaben

Einmal im Monat dran denken – hake ab, was erledigt ist. So bleibt die Wohnung dauerhaft in Ordnung, ganz ohne Großputz-Panik.

- ☐ Fenster putzen (innen)
- ☐ Kühlschrank komplett ausräumen & reinigen
- ☐ Backofen / Mikrowelle gründlich reinigen
- ☐ Waschmaschine: Leerlauf mit Essig
- ☐ Abflüsse mit Natron spülen
- ☐ Lampen & Heizkörper entstauben
- ☐ Vorratsschränke aussortieren
- ☐ Matratze wenden & lüften
- ☐ Dunstabzugshauben-Filter reinigen
- ☐ Tiefkühler abtauen (bei Bedarf)

Notizen & eigene Aufgaben
