ADHD SIIVOUSKALENTERI

PÄIVITTÄISET TEHTÄVÄT

- SÄNGYN PETAUS
- AVAA VERHOT
- TISKIEN TISKAUS
- ROSKAT
- KEITTIÖN TASOJEN PYYHINTÄ
- VIIKOITTAINEN TEHTÄVÄ

VIIKOITTAISET TEHTÄVÄT

- **MAANANTAI** – Viikon ruokien suunnittelu ja kaupassakäynti
- **TIISTAI** – Kylpyhuoneen siivous
- **KESKIVIIKKO** – Kuukausittainen tehtävä
- **TORSTAI** – Mattojen ravistelu, moppaus, pölyjen pyyhintä ja imurointi
- **SUNNUNTAI** – Lakanoiden vaihto

KUUKAUSITTAISET TEHTÄVÄT

- **VIIKKO 1** – Tiskikoneen puhdistus
- **VIIKKO 2** – Sohvan ja muiden kodin tekstiilipintojen imurointi
- **VIIKKO 3** – Ovenkahvojen, valokatkaisijoiden yms. pyyhkiminen desinfiointiaineella
- **VIIKKO 4** – Vuosittainen tehtävä

VUOSITTAISET TEHTÄVÄT

- **TAMMIKUU** – Keittiön kaappien pyyhintä sisältä ja ulkoa
- **HELMIKUU** – Tärkeiden papereiden järjestely
- **MAALISKUU** – Kylpyhuoneen kaapin pyyhintä ja suihkukaapin pesu
- **HUHTIKUU** – Vaatekomeron siivous
- **TOUKOKUU** – Pihan siivous
- **KESÄKUU** – Seinien, listojen ja ovien pyyhkiminen sekä vuodevaatteiden tuuletus
- **HEINÄKUU** – Mattojen pesu
- **ELOKUU** – Ikkunoiden pesu
- **SYYSKUU** – Vaatekomeron siivous
- **LOKAKUU** – Uunin pesu
- **MARRASKUU** - Seinien, listojen ja ovien pyyhkiminen
- **JOULUKUU** - Vuodevaatteiden tuuletus