

Taken van de verzorgende

Als verzorgende verleen je aanvullende zorg. Aanvullende zorg betekent dat je alleen helpt bij de dingen die de zorgvrager niet meer zelf kan.

Er kan sprake zijn van een:

- **vaardigheidstekort:** de zorgvrager weet niet hoe hij moet schoonmaken. Je geeft dan voorlichting en instructie. Je leert een zorgvrager bijvoorbeeld hoe hij de stofzuiger kan gebruiken zonder last te krijgen van zijn rug.
- **motivatiekort:** de zorgvrager is niet genoeg gemotiveerd of in staat om schoon te maken. Bijvoorbeeld door een psychiatrische stoornis. Dan neem je de zorg tijdelijk over. Je brengt tegelijk structuur aan en je stimuleert de zorgvrager om het schoonmaken zelf weer op te pakken.
- **kennistekort:** de zorgvrager weet onvoldoende om de schoonmaakwerkzaamheden goed uit te voeren. Deze zorgvrager heeft voorlichting en instructie nodig om te kunnen schoonmaken. Je leert de zorgvrager bijvoorbeeld om chloor nooit te mengen met andere schoonmaakmiddelen.

In de tabel '[Aandachtspunten bij verzorgen van schoonmaak bij verschillende doelgroepen](#)' kun je lezen welke aandachtspunten er zijn bij het verzorgen van de schoonmaak bij verschillende doelgroepen.

Jouw hulp kan bestaan uit overnemen, begeleiden, adviseren of voorlichting geven. Wat je doet, is afhankelijk van de beperkingen van de zorgvrager.

Werkplan maken

Voordat je ergens mee begint, maak je een werkplan. Een **werkplan** (of werkplanning) is een werkindeling waarin van alle huishoudelijke activiteiten staat wie ze doet, hoe ze gedaan moeten worden en wanneer.

Een werkplan maak je op basis van het zorgplan en de afspraken die daarin zijn beschreven. Je voert een gesprek met de zorgvrager en observeert wat zijn mogelijkheden zijn. Het is belangrijk samen de werkzaamheden te verdelen en een gezamenlijk, haalbaar doel te formuleren. Zeker bij zorgvragers met een verstandelijke beperking en psychiatrische zorgvragers zal een gezamenlijk doel hen motiveren het huishouden te doen en structuur aan te brengen in de huishouding.

In een werkplan van schoonmaakwerkzaamheden moet staan:

- welke ruimten schoongemaakt moeten worden
- de tijd die beschikbaar is voor het schoonmaakwerk
- het tijdstip waarop de schoonmaakwerkzaamheden verricht worden
- het soort onderhoudsbeurt: een dagelijkse, tussentijdse of periodieke beurt
- de schoonmaakmethoden die gebruikt worden, bijvoorbeeld stofzuigen, zemen
- de werkvolgorde
- de prioriteiten
- wie wat doet: de zorgvrager, mantelzorg of verzorgende
- welke zorg nodig is: (gedeeltelijke) overname, begeleiden, instructie of voorlichting

Een werkplan biedt de zorgvrager houvast.

In een werkplan is het werk doelmatig ingedeeld. Hierdoor kun je zo veel mogelijk in een zo kort mogelijke tijd doen. Je hoeft niet bang te zijn dat je iets zult vergeten. Ook de zorgvrager heeft een houvast voor de taken die met hem zijn afgesproken. En verder kun je samen met de zorgvrager aan de hand van het werkplan de schoonmaakwerkzaamheden evalueren. Je gaat na of de zorgvrager zich aan de afspraken houdt en of hij de taken aankan.

Met een werkplan kun je geen werkzaamheden vergeten.



Een werkplan is daarnaast van belang voor de voortgang van het schoonmaakwerk. Wanneer je ziek bent, kan je collega je werkzaamheden gemakkelijk overnemen.

Het werken met een werkplan kan ook nadelen hebben. Als er iets tussen komt wat belangrijker is, doe je dat natuurlijk eerst. Je wijkt in dat geval van je werkplan af.

Voorbeeld

Je maakt de kamer van mevrouw Pieters schoon. Zij voelt zich niet goed en vraagt extra aandacht. Wanneer je je strak aan je werkplan houdt, doe je mevrouw Pieters tekort. Je moet haar aandacht geven. Je rapporteert je bevindingen aan je leidinggevende. Ook als dit ten koste van je werkplan gaat!

Verdeel samen de werkzaamheden.

Het werkplan moet je zo opstellen, dat **arbeidspieken** worden vermeden. Het schoonmaakwerk kun je het best gelijkmatig over de dag verdelen. Door zwaar werk af te wisselen met licht werk voorkom je dat je snel moe wordt. Zorg ervoor dat je aan het eind van de dag lichtere werkzaamheden doet.

Je hebt als verzorgende het meest baat bij enkele korte pauzes.

Verder moeten de werkzaamheden in een werkplan niet te krap zijn gepland. Wanneer er reservertijd is ingepland, kun je onverwachte gebeurtenissen beter opvangen. Ook de zorgvrager moet de schoonmaakwerkzaamheden afwisselen met ontspannende taken en rust. De zorgvrager moet voldoende energie overhouden om andere dagelijkse levensverrichtingen uit te voeren en tijd hebben voor ontspanning en het gezin.

Voorschriften toepassen

In de huishoudelijke verzorging pas je voorschriften toe op het gebied van hygiëne, veiligheid, ergonomie, milieu en kostenbesparing.

Hygiënisch werken

Micro-organismen veroorzaken infecties. Veel zorgvragers hebben een verminderde weerstand en zijn daardoor eerder vatbaar voor infectieziekten. Daarom is het van belang dat de verzorgende de **hygiënevoorschriften** van de instelling in acht neemt bij de schoonmaakwerkzaamheden. Zo vervul je als verzorgende je preventieve taak.

Voorbeeld

Als een zorgvrager buikgriep heeft, moet je het toilet desinfecteren om kruisbesmetting te voorkomen. Als je het toilet alleen met een schoonmaakmiddel afneemt, wordt het een broeinest van ziekteverwekkende bacteriën.

Het is belangrijk dat je op de juiste manier schoonmaakt, met de juiste middelen en materialen. Alle schoonmaakmaterialen moet je na gebruik reinigen en opbergen. Als je met vuil schoonmaakmateriaal werkt, verspreid je namelijk bacteriën, die infecties kunnen veroorzaken. Wanneer er besmettelijke ziekten in huis zijn, moeten de schoonmaakmaterialen zelfs worden gedesinfecteerd. Afvalcontainers zijn ook een bron van bacteriën en moeten daarom iedere dag worden geleegd.

Het is van belang dat je op onhygiënische situaties let, deze signaleert en zo nodig rapporteert aan de leidinggevende. Je zult regelmatig met de zorgvrager moeten evalueren of het schoonmaakwerk op de juiste hygiënische wijze is uitgevoerd.

Veilig werken

Bij het maken van de werkplanning moet je rekening houden met de voorschriften van de instelling over de **veiligheid**. Bij schoonmaakwerkzaamheden kunnen allerlei onveilige situaties voorkomen.

Wanneer je gemopt hebt, moet je de vloer goed nadrogen. Anders is de vloer glad en kan de zorgvrager uitglijden. Ook mag je de vloer niet al te glad boenen. Ouderen bijvoorbeeld, zijn meestal niet goed ter been en lopen een groter risico om te vallen.

Houd bij het maken van een werkplanning rekening met de veiligheidsvoorschriften van de instelling.

Als verzorgende werk je overzichtelijk en netjes: je laat geen sopemmers of werkdoekjes slingeren. Zorgvragers kunnen hierover vallen.

Verder is het van belang om schoonmaakmiddelen niet onbeheerd achter te laten. Voor kinderen of dementerende ouderen kunnen ze gevaar opleveren. Houd schoonmaakmiddelen in de oorspronkelijke verpakking, sluit ze altijd af en bewaar ze in een kast achter slot en grendel.

Zorg dat schoonmaakmiddelen veilig opgeborgen zijn.



Je moet nooit verschillende schoonmaakmiddelen met elkaar mengen. Chloor vermengd met een zuur schoonmaakmiddel vormt een gifwolk. Die kan dodelijk zijn. Op de verpakkingen

van schoonmaak- en onderhoudsmiddelen staan waarschuwingssymbolen. Lees het etiket goed voordat je met het middel gaat werken.



ONTPLOFBAAR



ONTVLAMBAAR



GASSEN ONDER DRUK



**ACUTE
GEZONDHEIDSEFF**



Wat betreft de veiligheid hebben de werkgever en de werknemer beiden een aantal verplichtingen, die je kunt lezen in het [arbobeleidsplan](#).

Veiligheid in de gezondheidszorg heeft alles te maken met fouten en bijna-fouten door de zorgverleners. Op een [MIP-formulier](#) of [MIC/FONA-formulier](#) (Melding Incidenten Patiënten of Cliënten) wordt het precieze verloop van een gemaakte fout beschreven. Niet met de bedoeling een schuldige aan te wijzen, maar om maatregelen te kunnen nemen om deze fout in de toekomst te voorkomen.

Ergonomisch werken

Met ergonomie (of [ergonomisch werken](#)) wordt bedoeld dat je technieken en hulpmiddelen zo toepast dat je zo gezond, efficiënt en comfortabel mogelijk werkt. Ergonomie richt zich op hulpmiddelen voor de verzorging van de zorgvragers, maar ook op regels over de manier waarop je die hulpmiddelen gebruikt.

Voorbeeld

Om ergonomisch te werken bij het zemen van ramen, kun je gebruikmaken van een goede huishoudtrap. Je komt dan hoger dan op een stoel. Deze manier van ramen zemen voorkomt dat je als verzorgende stijve armen en rugklachten krijgt. Ook kost het zemen je zo minder inspanning en werk je sneller. Het is dus een gezonde, comfortabele en efficiënte wijze van ramen zemen.

Maatregelen ter bevordering van ergonomisch werken:

- Voer verplaatsingen van zorgvragers met twee personen uit.
- Verplaats een zorgvrager samen met iemand die ongeveer even lang is.
- Pas de bedhoogte aan de lichaamslengte van de verzorgende aan.
- Zorg voor een juiste houding bij alledaagse taken, zoals stofzuigen.
- Oefen in het juist gebruiken van hulpmiddelen. Vraag desnoods om uitleg, als je ze voor het eerst gebruikt.
- Gebruik hulpmiddelen. Ze zijn er niet voor niets.
- Zorg voor voldoende licht.
- Zorg voor voldoende frisse lucht.
- Draag schoenen die de rug ondersteunen en draag geen schoenen die er weliswaar mooi uitzien, maar weinig steun geven.

Het gebruik van een tillift is een voorbeeld van ergonomisch werken.



Milieubewust werken

Met **milieubewust werken** wordt bedoeld dat je op een manier werkt waarmee je zo min mogelijk schade aanbrengt aan het milieu. Hier volgt een aantal adviezen om milieubewust te werken met schoonmaakmiddelen:

- Gebruik milieuvriendelijke schoonmaakmiddelen. Voorbeelden hiervan zijn afwasmiddelen, soda en groene zeep. Gebruik zo weinig mogelijk chloor en andere desinfecterende middelen en speciaalreinigers, zoals afvoerreinigers, vloerreinigers, sanitairreinigers. Deze schoonmaakmiddelen zijn schadelijk voor het buitenwater, doordat ze de bacteriën doden die het water schoonhouden.
- Voorkom dat ruimten snel vuil worden. Gebruik goede matten bij de deuren om het inlopen van vuil te voorkomen. Geef vaker een kleine beurt. Dan is het vuil gemakkelijker met milieuvriendelijke schoonmaakmiddelen te verwijderen.
- Gebruik niet te veel schoonmaakmiddel. Lees de gebruiksaanwijzing goed. Maak gebruik van een maatbeker om zorgvuldig te doseren. Als je meer schoonmaakmiddel gebruikt, wordt de kamer echt niet schoner.
- Gooi afvalproducten weg in de daarvoor bestemde container.

Kostenbewust werken

Een verzorgende die in de thuiszorg werkt, zal zich meestal aanpassen aan het uitgavenpatroon van de zorgvrager. Daar moet je rekening mee houden. In je opleiding zal ook aandacht worden besteed aan **kostenbewust werken**. Wees zuinig in het gebruik van schoonmaakmiddelen en gebruik duurzame materialen. De instelling waar je werkt, heeft ook richtlijnen met betrekking tot de kosten. Wanneer je kostenbewust werkt, werk je meestal ook milieubewust.

Schoonmaakmethoden

Om goed te kunnen adviseren en instrueren over schoonmaken en om zelf goed te kunnen schoonmaken, moet je op de hoogte zijn van de methoden, de materialen, de apparatuur en de middelen.

Schoonmaakmethode

Een schoonmaakmethode is de manier waarop je iets schoonmaakt, bijvoorbeeld stof wissen.

Schoonmaakmiddel

Een schoonmaakmiddel is het middel waarmee je iets schoonmaakt, bijvoorbeeld een allesreiniger.

Schoonmaakmateriaal

Schoonmaakmateriaal is het materiaal waarmee je iets schoonmaakt, bijvoorbeeld een stofwisser.

Schoonmaakapparatuur

Schoonmaakapparatuur is de apparatuur waarmee je iets schoonmaakt, bijvoorbeeld een stofzuiger.



Bij het schoonmaken hanteer je een juiste **werkvolgorde**.

- Eerst doe je het werk waarbij stof omlaag kan vallen, zoals afstoffen. Daarna verwijder je het stof, bijvoorbeeld door stofzuigen. Ten slotte doe je het natte werk, zoals dweilen of moppen.
- Je werkt van schoon naar vuil. Zo maak je eerst het aanrecht schoon. Daarna doe je de gootsteen. Als je het andersom doet, verspreid je de schadelijke micro-organismen uit de gootsteen op het aanrecht.
- Werk van boven naar beneden. Anders komt het stof weer op het schone gedeelte terecht.

Voor je de juiste schoonmaakmethode kunt kiezen, moet je weten op wat voor oppervlakte het vuil zit, hoe het vuil erop zit en wat voor soort vuil het is.

Er zijn drie soorten vuil:

1. Losliggend vuil, bijvoorbeeld zand, stof of kruimels.
2. Licht gehecht vuil, dat wil zeggen vuil dat enigszins vastzit, zoals vingervlekken en morsvlekken, bijvoorbeeld vlekken van vruchtensap.
3. Sterk gehecht vuil, dat wil zeggen vuil dat ingetrokken is, bijvoorbeeld bloedvlekken of roest, schoenstroken of kauwgom.

Je kunt op drie manieren schoonmaken:

1. droog
2. klamvochtig
3. nat

Droog schoonmaken

Droog schoonmaken kun je doen bij losliggend vuil. De methoden voor droog schoonmaken zijn:

- vegen
- stof wissen
- stofzuigen
- ragen
- stoffen

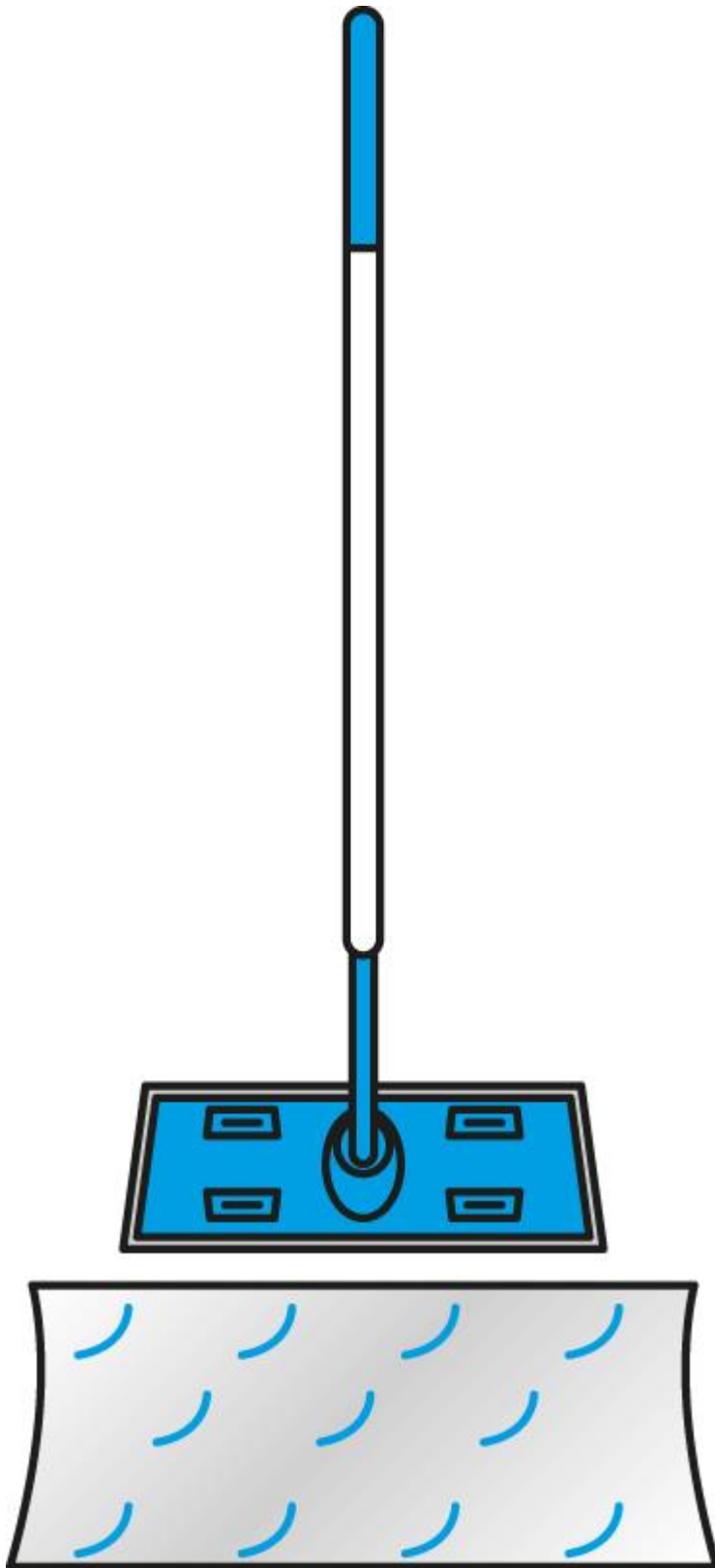
Vegen

Vegen is het bijeenbrengen van vuil met een veger. Sluit kastdeuren en binnendeuren, om te voorkomen dat het stof overal in dwarrelt. Met stoffer en blik veeg je het bijeengebrachte vuil op.

Stof wissen

Stof wissen is de goedkoopste en schoonste methode om gladde vloerbedekking (laminaat, linoleum, parket) stofvrij te maken. Je legt een geïmpregneerd wegwerpdoekje onder de wisser en veegt het vuil met draaiende bewegingen bijeen. Dit doekje houdt het stof vast. Met stoffer en blik veeg je het bijeengebrachte vuil én het wegwerpdoekje op.

Stofwisser



Stofzuigen

Stofzuigen is geschikt voor zachte vloerbedekking en ruwe vloeren, zoals oneffen natuursteen. Met de verschillende mondstukken kun je ook meubels, matrassen, plinten, muren, plafonds en verwarmingsradiatoren stofvrij maken.

Tip

Houd de stofzuigerslang met één hand achter je rug langs vast. Zo blijf je rechtop staan. Zuig korte banen van ongeveer vijftig centimeter, dan sla je niet zo vlug een stuk over en hoef je niet te ver naar voren te buigen. Neem steeds een derde deel van de vorige baan mee, om optimale hygiëne te waarborgen. Verwissel de stofzuigerzak regelmatig.

Verschillende stofzuigermondten



Ragen

Spinraggen en stof op muren en plafonds kun je met een **ragebol** weghalen. Je kunt het best een witte doek om de ragebol slaan, om vlekken te voorkomen. Als je gaat **ragen**, doe dat dan vóór andere schoonmaakwerkzaamheden, want het veroorzaakt veel stof.

Stoffen

Stoffen of afstoffen is het weghalen van stof met een zachte doek. Je moet de stofdoek tussendoor vaak buiten uitkloppen. Vuil hecht zich beter aan een klamvochtige stofdoek dan aan een droge doek. Je kunt ook heel goed stoffen met een stofwisserdoekje.

Klamvochtig schoonmaken

Klamvochtig schoonmaken pas je toe bij licht gehecht vuil, dus vuil dat enigszins vastzit, zoals etensresten op een tafel of vingerafdrukken op de deur. De methoden voor klamvochtig schoonmaken zijn afnemen en dweilen.

Afnemen

Met een spons, zeem of werkdoekje kun je alle waterbestendige interieurdelen **afnemen**. Deze methode is geschikt voor gladde oppervlakken, zoals ramen en deuren.

Dweilen

Met een vochtige dweil kun je licht gehecht vuil van gladde vloeren verwijderen. De vloer moet wel waterbestendig zijn. Als je een dweil om een luiwagen slaat, hoef je tijdens het **dweilen** niet te bukken. Een luiwagen is een schrobber aan een steel. Spoel de dweil geregeld uit. Droog de vloer na met een uitgeknepen dweil.

Doe de dweil om een luiwagen. Dan hoef je niet te bukken tijdens het dweilen.

Nat schoonmaken

Nat schoonmaken pas je toe bij sterk gehecht en **ingedrongen vuil**. De methoden voor nat schoonmaken zijn moppen, schrobben en shamponeren.

Moppen

Met een mop kun je waterbestendige gladde vloeren dweilen. **Moppen** gaat sneller dan dweilen. Een mop bestaat uit een steel met daaraan lange losse katoenen draden die heel wendbaar zijn. De mop kun je uitpersen in een mop-pers die je op de emmer klemt.

Schrobben

Stenen vloeren kun je **schrobben** met een luiwagen. Je doopt de schrobber in een emmer met sop en schrobt de vloer met korte stevige slagen. Vervolgens haal je met een vloertrekker het vuile water weg. Ten slotte dweil je de vloer na met schoon water.

Shamponeren

Shamponeren is bedoeld voor het reinigen van waterbestendige vezelige vloerbedekking, zoals vloerbedekking van wol, katoen of synthetisch materiaal. Je kunt het ook gebruiken voor de bekleding van meubels.

Schoonmaakmiddelen

Als je bij een zorgvrager in huis komt, kijk je welke schoonmaakmiddelen hij in huis heeft. Is er onvoldoende schoonmaakmiddel aanwezig of niet het juiste schoonmaakmiddel, dan adviseer je de zorgvrager de juiste schoonmaakmiddelen aan te schaffen.

Schoonmaakmiddelen belasten het milieu en kunnen de gezondheid van mensen bedreigen. Speciaalreinigers, zoals sanitairreinigers of ruitenreinigers, belasten het milieu zwaarder dan basisschoonmaakmiddelen. Stel jezelf daarom steeds de vraag of het wel nodig is om een schoonmaakmiddel te gebruiken. Ramen zemen kun je bijvoorbeeld heel goed met alleen schoon water doen. Gebruik schoonmaakmiddelen nooit tegelijk, maar altijd na elkaar, omdat je niet weet hoe ze op elkaar werken.

Soorten schoonmaakmiddelen

In de tabel 'Drie soorten schoonmaakmiddelen' zie je welke drie soorten schoonmaakmiddelen er zijn en waarvoor ze gebruikt worden.

Drie soorten schoonmaakmiddelen

Reinigingsmiddelen	Schoonmaakmiddelen die aangekleefd en aangehecht vuil losmaken en verwijderen.
Onderhoudsmiddelen	Middelen die materialen beschermen, laten glanzen en het onderhoud van deze materialen gemakkelijker maken.
Desinfectiemiddelen	Schoonmaakmiddelen die micro-organismen doden.

Reinigingsmiddelen

Er bestaan veel soorten **reinigingsmiddelen**. Je ziet ze hier op een rij. Sommige belasten het milieu zwaar, andere minder.

- **Allesreiniger** is geschikt voor alles wat nat gereinigd mag worden. De belasting van het milieu is groot.
- **Schuurmiddel** (poedervormig of vloeibaar) gebruik je voor het reinigen van krasvaste materialen, roestvrij staal, kranen en sanitair. De belasting van het milieu is groot.
- **Spiritus** neem je voor het opwrijven en zemen van spiegels en ramen. De belasting van het milieu is groot.
- **Zeep** (vloeibaar of vast) is geschikt voor het reinigen van sanitair, tegels en vuile ovenwanden. De belasting van het milieu is klein.
- **Soda** gebruik je voor het reinigen en ontsmetten van de koelkast, diepvriezer (behalve de rubberranden) en provisiekast. Soda is ook geschikt voor het ontstoppen van de afvoer en voor het weken van aangebrande pannen (behalve aluminiumpannen). De belasting van het milieu is klein. Een nadeel van zeep en soda is dat ze huidonvriendelijk zijn.
- **Azijn** gebruik je voor het ontkalken van douchekoppen, kranen en koffiezetapparaten. De belasting van het milieu is klein.

Soda, azijn en groene zeep hebben beperkte mogelijkheden en zijn geen professionele reinigingsmiddelen.

Onderhoudsmiddelen

Onderhoudsmiddelen beschermen de materialen, laten ze glanzen en maken het onderhoud van meubels gemakkelijker. Het gaat daarbij om was en vet.

- **Meubelwas** gebruik je voor het onderhoud van houten meubels.
- **Ledervet** gebruik je voor het onderhoud van leren meubelbekleding.

Desinfectiemiddelen

Desinfectiemiddelen of ontsmettingsmiddelen zijn middelen die bepaalde (ziekmakende) micro-organismen doden. Ze worden gebruikt wanneer er hoge hygiënische eisen worden gesteld.

Werkmateriaal

Om je werk goed en veilig te kunnen doen moet je goed werkmateriaal hebben. Ook voor de zorgvrager is het belangrijk te weten wat hij het best kan gebruiken. Let bijvoorbeeld op de steel die aan een borstel zit: is die lang genoeg, moet de zorgvrager niet te veel bukken? Verschillende soorten schoonmaakmateriaal komen aan bod, zoals klein materiaal en reinigingsapparatuur.

Klein materiaal

Klein materiaal is het materiaal dat je veel gebruikt bij het schoonmaken, zoals borstels of dweilen. Als verzorgende zul je het veel gebruiken bij het schoonmaken.

Borstels

Er zijn **borstels** voor allerlei doeleinden, zoals klee-, meubel- en radiatorborstels. Een goede borstel kun je goed schoonmaken en heeft haren die stevig vastzitten.

Verschillende soorten borstels

Microvezeldoek

Microvezeldoekjes houden het stof goed vast. Ze zijn erg licht en gemaakt van synthetische vezels.

Huishouddoekje

Huishouddoekjes zijn in allerlei soorten verkrijgbaar en bezitten de eigenschap vocht op te nemen. Je kunt er vochtig mee schoonmaken. Huishouddoekjes zijn op hoge temperaturen wasbaar.

Stofblik

Een **stofblik** moet een dunne voorrand hebben die glad op de vloer aansluit. Zo veeg je gemakkelijk het vuil met een stoffer op het blik. Als je een stofblik met een lange steel gebruikt, hoef je niet te bukken.

Huishoudtrap

Huishoudtrappen zijn meestal van aluminium gemaakt, waardoor ze licht van gewicht zijn. Een goede **huishoudtrap** moet:

- stevig staan
- gemakkelijk uitgezet kunnen worden
- treden met een profiel hebben, zodat je niet wegglijdt
- de goede hoogte hebben voor het werk dat je gaat doen
- rubberen doppen onder de poten hebben, zodat de trap niet kan wegglijden

Dweil

Een **dweil** is gemaakt van dikke, ruwe katoenen draden.

Spons en zeem

Spons en zeem kunnen van natuurlijk materiaal of van kunststof gemaakt zijn. Een spons is sterk absorberend. Je gebruikt een spons om de ramen mee te wassen. Een zeem gebruik je om de ramen mee te drogen.

Ook een zeem kan veel water opnemen.

Trekker

Een **trekker** is een rubberen strip aan een steel. Je hebt trekkers voor ramen en vloeren.

Wisser

Een **wisser** is een spons aan een trekker. Je hebt raam- en vloerwissers.

Reinigingsapparatuur

Onder **reinigingsapparatuur** worden elektrische apparaten verstaan. Als verzorgende zul je het meest te maken krijgen met de stofzuiger en de **kruimeldief**. Een kruimeldief is een kleine handstofzuiger. De meeste kruimeldieven worden opgeladen met een accu en hebben dus geen snoer.

Kruimeldief

Onderhoud van werkmateriaal

Berg **werkmateriaal** zo veel mogelijk hangend op. Zo voorkom je dat het beschadigd raakt. Werkmateriaal voor nat werk moet je na gebruik altijd goed uitspoelen en ophangen om te laten drogen. Verschillende materialen, zoals doekjes, dweilen, thee- en handdoeken, was je op 95 °C om micro-organismen te doden.

Dagelijks en wekelijks onderhoud

Elk huishouden, elke leefeenheid, heeft zijn eigen ideeën over wat schoon en opgeruimd is. Duidelijk is dat elke ruimte moet worden opgeruimd en schoongemaakt.

Hoe vaak er moet worden schoongemaakt en opgeruimd hangt van een aantal factoren af:

- Hoe vaak een ruimte gebruikt wordt. Dit noem je de intensiteit van het gebruik. Mensen brengen meestal meer tijd door in de huiskamer dan op zolder, dus wordt de huiskamer vuiler dan de zolder.
- De samenstelling van de leefeenheid. Een huis dat bewoond wordt door een gezin met kleine kinderen of een groep zorgvragers met een verstandelijke beperking zal eerder vuil worden dan een huis van een alleenstaande.
- De hygiënische eisen die gesteld worden. Een badkamer en toilet moeten vaker worden schoongemaakt dan een gang of opberghok.

Tip

Probeer inzicht te krijgen in wat de zorgvrager belangrijk vindt. Houd rekening met zijn waarden, normen en gewoonten. Kijk voor je begint waar de zorgvrager alles heeft staan. Veel mensen vinden het prettig als alles een vaste plaats heeft. Kies het tijdstip van het onderhoud zo, dat de zorgvrager er zo weinig mogelijk last van heeft.

Het behoort tot de taken van de verzorgende om de zorgvrager te ondersteunen en begeleiden bij het op orde houden en schoon maken van de woning. Je moet wel in de gaten houden dat je geen werkster bent voor het 'vuile' werk. Maar je zult soms wat minder leuke werkjes moeten uitvoeren.

Hoe reageer je als een zorgvrager je dingen vraagt die niet tot jouw taken horen?

Ga even rustig met de zorgvrager zitten. Vertel hem welke afspraken er zijn gemaakt en wat de taken zijn van de verzorgende. Vraag hem of dat met hem doorgenomen is. Vertel hem dat zijn verzoek buiten jouw takenpakket valt en dat je dat dus niet kunt doen. Bedenk eventueel samen met de zorgvrager oplossingen. Schakel bijvoorbeeld mantelzorgers of vrijwilligers in.

Dagelijks onderhoud

De volgende ruimten moet je als verzorgende dagelijks onder handen nemen:

- sanitaire ruimten (toilet en badkamer)
- keuken
- woonkamer
- slaapkamer

In deze ruimten moet je dagelijks luchten en iedere dag alles opruimen.

Sanitaire ruimten

Bij het dagelijks onderhoud van sanitaire ruimten doe je het volgende:

- Giet water met sanitairreiniger in de toiletpot.
- Wrijf de spiegel op.
- Maak de trekker en de deurknop schoon.
- Maak de binnenkant van de douchebak, het bad en de wastafel schoon.
- Maak de toiletbril en toiletpot schoon.
- Mop de vloer en klop de kleedjes uit.
- Leeg de pedaalemmer, hang schone handdoeken op en vul het toiletpapier aan.

Maak dagelijks het toilet schoon.

Keuken

Het dagelijks onderhoud van de keuken:

- Doe de afwas.
- Maak na het koken het fornuis schoon.
- Maak het aanrecht en de gootsteen schoon en droog ze na.
- Zuig en dweil de keukenvloer.

Woonkamer

Bij het dagelijks onderhoud van de woonkamer doe je het volgende:

- Lucht de woonkamer.
- Ruim de woonkamer op.
- Verzorg eventueel de bloemen en planten.
- Stofzuig meubels en de vloer, als dat noodzakelijk is.
- Stof eventueel de meubels. Meestal gebeurt dit tweemaal in de week.

Slaapkamer

Het dagelijks onderhoud van de slaapkamer:

- Maak het bed op.
- Maak de wastafel schoon.
- Stofzuig meubels en de vloer.

Wekelijks onderhoud

Als je de dagelijkse beurt uitbreidt met iets extra's, noem je dat de wekelijkse beurt, **periodiek onderhoud** of tussenbeurt. Je leest hierna wat je doet bij **wekelijks onderhoud** aan de:

- hele woning
- sanitaire ruimte
- keuken
- woonkamer
- slaapkamer

Hele woning

Het wekelijks onderhoud van de hele woning bestaat uit:

- schoonmaken van meubels en stofzuigen;
- ramen zemen;
- schoonmaken van een kast of kastjes, tafels en vensterbanken;
- soppen en zemen van tegels, deuren, kasten en de vloer;
- de meubels van hun plaats halen, zodat je overal het stof kunt verwijderen;
- afnemen en zemen van het houtwerk.

Sanitaire ruimte

Doe de volgende dingen bij het wekelijks onderhoud van de sanitaire ruimten:

- Neem alle losse voorwerpen af.
- Verwijder kalkaanslag van sanitair en muren.
- Was of reinig de wc-mat en het douchegordijn.
- Schrob en dweil de vloer.

Keuken

Bij het wekelijks onderhoud van de keuken doe je het volgende:

- Maak de koelkast van binnen en van buiten schoon.
- Maak de afzuigkap schoon en was/vervang het filter.
- Schuur gasbranders of kookplaten.
- Sop de oven uit.
- Sop het fornuis aan alle kanten af.
- Ontstop de gootsteen of spoel er kokend sodawater door.

Er zijn verschillende manieren om de gootsteen te ontstoppen.

Woonkamer

Bij het wekelijks onderhoud van de woonkamer doe je het volgende:

- Maak het plafond, de muren en de plinten stofvrij.
- Maak de meubelbekleding schoon.
- Wrijf houten meubels op met een stofdoek.

Slaapkamer

Het wekelijks onderhoud van de slaapkamer:

- Lucht de matras, kussens en de dekens of het dekbed.
- Verschoon het beddengoed.
- Maak het plafond, de muren en de plinten stofvrij.
- Lucht kleding.

Ziekenkamer op orde houden

In een ziekenkamer is het besmettingsgevaar groter dan in andere vertrekken. Als verzorgende moet je in deze kamer extra goed op de hygiëne letten. Ook moet de ziekenkamer gezellig zijn. Vuil wasgoed en vuil serviesgoed moet je meteen opruimen.

Het is belangrijk dat de zorgvrager persoonlijke spullen binnen handbereik heeft, zoals zijn bril, handtas, een glas water, een tijdschrift of de afstandsbediening. Zorg ook voor voldoende frisse lucht. Als de **ziekenkamer** geen eigen raam heeft, kun je een raam in een aangrenzend vertrek openzetten. Let er wel op dat de zorgvrager niet op de tocht ligt.

Als verzorgende moet je je goed realiseren dat je werkzaamheden uitvoert in de persoonlijke leefomgeving van de zorgvrager. Jij krijgt de zorg voor het schoonmaken van alle eigendommen van de zorgvrager en je moet daar respectvol mee omgaan.

Een ziekenkamer moet in de eerste plaats schoon en opgeruimd zijn.

Sfeer

Door de manier waarop je de zorg uitvoert, kun je een bijdrage leveren aan de sfeer van de woonomgeving. Daarbij moet je altijd rekening houden met de wensen en de smaak van de zorgvrager. Je mag nooit zomaar iets aan de kamer van een zorgvrager veranderen, bijvoorbeeld omdat je alles dan gemakkelijker kunt afstoffen. Natuurlijk mag je met een idee komen, maar laat de beslissing over aan de zorgvrager.

Een 'ziekenkamer' moet in de eerste plaats schoon en opgeruimd zijn. Maar met een wand vol kaarten of een bloemetje naast het bed wordt het meteen een stuk gezelliger. Houd de sfeer goed in de gaten, zeker in zorginstellingen in de intramurale zorgverlening, waar de ruimten vrijwel allemaal gelijk zijn.

Als verzorgende verzorg je de bloemen en planten, als de zorgvrager dat zelf niet meer kan. Overleg met hem hoe hij dat deed en probeer zijn manier aan te houden. Een aantal keren per jaar kun je planten wat extra voeding geven. Let er ook op dat je het bloemenwater regelmatig verschoont, zeker als het stinkt. Als je het water ververs, doe je er goed aan de stelen van de bloemen iets korter te snijden. Van een nieuwe bos bloemen moet je de stelen schuin afsnijden. Als je een vaas kiest, overleg dan even met de zorgvrager.

Als zorgverlener kun je een grote bijdrage leveren aan de sfeer in de woonruimte van de zorgvrager.

Probeer je werk met plezier te doen. Wanneer de zorgvrager merkt dat jij zorg en aandacht voor zijn woonomgeving hebt, doet hem dat goed. Maar als hij merkt dat jij ongeïnteresseerd zijn kamer doet, zal hij zich misschien schuldig voelen. Of hij toont zijn irritatie, bijvoorbeeld door weg te gaan wanneer jij de kamer komt schoonmaken.

Volg de richtlijnen voor sfeer in de ziekenkamer. Je zorgt voor:

- een schoon bed en gemakkelijke zitruimte naast het bed
- een bedtafeltje
- een afvalzakje aan het bed
- schone kleden op de tafel
- een bloemetje of versiering
- persoonlijke eigendommen van de zorgvrager
- lectuur en agenda in de buurt van de zorgvrager
- een aangename temperatuur in de kamer en genoeg verse lucht
- voldoende verlichting bij het bed of de stoel van de zorgvrager

Gastvrijheid

Zorgvragers krijgen soms bezoek, net op het moment dat jij bezig bent met schoonmaken. In de thuiszorg heb jij dan de taak het bezoek te ontvangen, zeker wanneer de zorgvrager dat niet zelfstandig kan. Je moet je werkschema dan aanpassen. Overleg altijd met de zorgvrager of er iets aangeboden moet worden en wat jouw rol daarin is. Je kunt bijvoorbeeld thee of koffie zetten en ervoor zorgen dat de zorgvrager rustig met het bezoek samen kan zijn. Als de meubels net rommelig door de kamer staan, zul je snel je werk moeten afronden. De rest van je werk in die ruimte moet je laten zitten of uitstellen tot later. Je kunt bijvoorbeeld niet gaan stofzuigen als er bezoek is.

Pauzeren in aanwezigheid van een gast kan soms ook heel onhandig uitkomen. Je kunt voelen dat de zorgvrager graag met het bezoek alleen wil zijn. Dan pas je je pauzetijd aan. Zulke situaties kom je in de intramurale zorg in mindere mate tegen. Bezoek kan ook altijd

koffiedrinken in de recreatiezaal of het restaurant. Toch is het ook in de intramurale zorg nodig met de zorgvrager te overleggen over wanneer je in een kamer bezig zal zijn en wanneer er bezoek komt.

Schoonmaak en onderhoud in instellingen

In een instelling zijn zorgvragers afhankelijk van anderen. Veel zorgvragers hebben daar moeite mee. Het is belangrijk dat je daar als verzorgende rekening mee houdt. Probeer je zo veel mogelijk in te leven in de situatie van de zorgvrager en stimuleer zijn zelfredzaamheid. Probeer ook zorgvragers die weinig kunnen, steeds te betrekken bij de werkzaamheden die je uitvoert.

Stimuleer en respecteer de zelfredzaamheid van de zorgvrager.

In instellingen heb je te maken met woonruimten en **gemeenschappelijke ruimten**. De woonruimte van een bewoner bestaat meestal uit een zit-slaapkamer met keukentje, en een aparte toilet-/doucheruimte.

Aandachtspunten bij het onderhoud van de woonruimte van een zorgvrager zijn:

- Zet alle spulletjes terug op de plaats waar de bewoner dat wil.
- Let op de veiligheid van de bewoner. Bewoners kunnen allerlei lichamelijke klachten hebben, zoals niet meer goed kunnen zien. Leg duidelijk uit wat je wilt gaan doen. Soms moet je dingen herhalen, omdat de bewoner vergeetachtig is.
- Bij sommige zorgvragers kun je etensresten aantreffen. Overleg op de afdeling hoe je dan moet handelen.
- Werk hygiënisch bij het verzamelen van vuil wasgoed. Let erop dat de zorgvrager voldoende schoon linnengoed tot zijn beschikking heeft.
- Gebruik bij het schoonmaken van het sanitair aparte doeken en apart sop.

Het kan ook tot je taak behoren de gemeenschappelijke ruimten te onderhouden. Gemeenschappelijke ruimten kunnen zijn:

- huiskamers
- badkamers met aangepaste hulpmiddelen
- gangen
- trappenhuis en liften
- recreatieruimten

In verzorgingshuizen gebruik je voor het onderhoud van grote oppervlakken aangepaste apparatuur.

Aandachtspunten bij het onderhoud van gezamenlijke ruimten zijn:

- Zorg ervoor dat de bewoners zo weinig mogelijk last hebben van het werk. Van een gang of trappenhuis kun je bijvoorbeeld eerst de linker- en daarna pas de rechterhelft schoonmaken.
- Let tijdens het werk op de zorgvragers in je omgeving. Het kan voorkomen dat zij gebruik willen maken van de ruimte die jij schoonmaakt.
- Houd je werkmateriaal bij elkaar. Je kunt daardoor efficiënter en veiliger werken. Zet je materiaal zo neer dat niemand erover valt of zich eraan kan bezeren.

- **Onderhoud van het meubilair**

- Onder meubilair vallen alle zaken die in een huis staan, bijvoorbeeld stoelen, tafels of kasten. Deze meubelstukken zijn van allerlei materiaal gemaakt: hout, rotan, metaal enzovoort.
- **Houten meubels**
- Als het hout onbedekt is, zet je het meestal in de **meubelwas**. Dat gebeurt ongeveer drie keer per jaar. Was geeft het hout een beschermlaag. Ook komt de tekening van het hout er beter door uit.
Houten meubels kunnen bedekt zijn met een laklaag, verf of beits. Gelakte en geverfde meubels kun je met water met eventueel een beetje afwasmiddel schoonmaken. Gebeitste meubels mag je niet met water schoonmaken.
- **Rieten meubels**
- Meubels van riet of rotan kun je afnemen met een sopje van zachte zeep en nabehandelen met water met azijn.
- **Metalen meubels**
- Metalen meubels kun je afstoffen met een klamvochtige doek. Gebruik af en toe een beetje was om te voorkomen dat ze gaan roesten.
- **Kunststof meubels**
- Meubels van kunststof kun je schoonmaken met water of een sopje. Gebruik geen schuurmiddel, want dat veroorzaakt krasjes.
- **Leren meubelbekleding**
- Leer vergt niet zoveel onderhoud. Je kunt het klamvochtig afnemen. Wrijf het leer af en toe in met ledervet.
- **Gestoffeerde meubels**
- Kussens van een stoel of bank kun je stofzuigen. Matten en kleden kun je ook uitkloppen. Klop eerst de achterzijde en dan de voorzijde van de mat of het kleed. Borstel de voorzijde nog na.

Onderhoud van gebruiksvoorwerpen

De verschillende gebruiksvoorwerpen in een woonomgeving vereisen een verschillende manier om ze te onderhouden.

Porselein en aardewerk

Kopjes en borden kun je afwassen in een sopje van synthetisch afwasmiddel. Spoel ze na met warm water. Vastzittende theeaanslag kun je wegstrijgen met een beetje schuurmiddel.

Kunststof

Gebruiksvoorwerpen van **kunststof** kun je afwassen in een sopje van synthetisch afwasmiddel. Gebruik geen schuurmiddel, want dan krijg je krasjes. Het vuil kan zich dan nog beter hechten.

Vlekken op witte kunststofmaterialen kun je weg krijgen door het voorwerp een poosje te laten weken in sterk verdund bleekmiddel. Spoel het dan wel goed na.

Glas en kristal

Was **glas** en **kristal** af in een warm sopje van synthetisch afwasmiddel. Spoel het na met warm water. Je kunt glas en kristal het best afdrogen met een linnen doek, omdat linnen geen pluisjes achterlaat. Denk eraan dat je een warm glas niet op een koud aanrecht zet. Het glas

kan dan springen.

Een glas met kalkaanslag kun je laten weken in water met schoonmaakazijn. Een vaas met bloemenaanslag kun je laten weken in een sopje met biologisch inweekmiddel.

Metaal

Het **poetsen van metalen** doe je als volgt:

- Bedek de tafel met kranten.
- Zorg ervoor dat je goed wasbare kleding draagt of bescherm je kleding (bijv. door een schort om te doen).
- Neem in elke hand een doek; je krijgt dan geen vieze handen en er komen geen vingerafdrukken op het voorwerp.
- Houd het voorwerp zo vast, dat je het niet kunt verbuigen.
- Verwijder de aanslag door het voorwerp in te wrijven met het poetsmiddel.
- Wrijf na met een stofdoek om de glans te verhogen en het poetsmiddel te verwijderen.
- Was de voorwerpen na het poetsen voor de zekerheid nog een keer af.

Gebruik koper- of zilverpoets om de aanslag te verwijderen.

Het **schuren van metalen** doe je op de volgende wijze:

- Schuur steeds in dezelfde richting.
- Schuur bij ronde voorwerpen met de vorm mee; op die manier glanzen ze het mooist.
- Spoel het voorwerp af met zo heet mogelijk water.
- Wrijf het metaal op om het te laten glanzen.

Schoonmaken van koelkast of diepvriezer

De koelkast en de diepvriezer moet je minstens om de drie maanden schoonmaken. Je kunt dan ook controleren of er producten zijn waarvan de houdbaarheidsdatum ver is verstreken.

Het schoonmaken van de **koelkast** of de **diepvriezer** doe je op de volgende wijze:

- Haal de stekker uit de wandcontactdoos.
- Haal de koelkast of de diepvriezer leeg. Zorg ervoor dat bevroren producten goed koud blijven. Het is aan te raden een diepvriezer schoon te maken wanneer hij bijna leeg is. Soms kun je bepaalde producten onderbrengen bij burens.
- Veel koelkasten of vriezers moeten eerst ontdooien. Er zijn ook koelkasten die dit tijdens het gebruik automatisch doen. Lees daarom altijd eerst de gebruiksaanwijzing.
- Neem nu de binnenkant af met warm sodawater en daarna met schoon water.
- Droog de koelkast met een schone theedoek na. Was de losse delen af.
- Neem de buitenkant af met sop. Zorg ervoor dat de rubberrand nooit met synthetisch schoonmaakmiddel of sodawater wordt aangeraakt. Het rubber kan dan loslaten.
- Zet de koelkast of diepvriezer weer aan.
- Ruim de koelkast of diepvriezer weer in. Zorg ervoor dat alles wat je terugzet, ook schoon is.

Als je producten vindt waarvan de houdbaarheidsdatum ver is verstreken, overleg dan met de zorgvrager of je die producten mag weggooien.

Schoonmaken van koelkast of diepvriezer

De koelkast en de diepvriezer moet je minstens om de drie maanden schoonmaken. Je kunt dan ook controleren of er producten zijn waarvan de houdbaarheidsdatum ver is verstreken.

Het schoonmaken van de **koelkast** of de **diepvriezer** doe je op de volgende wijze:

- Haal de stekker uit de wandcontactdoos.
- Haal de koelkast of de diepvriezer leeg. Zorg ervoor dat bevroren producten goed koud blijven. Het is aan te raden een diepvriezer schoon te maken wanneer hij bijna leeg is. Soms kun je bepaalde producten onderbrengen bij burens.
- Veel koelkasten of vriezers moeten eerst ontdooien. Er zijn ook koelkasten die dit tijdens het gebruik automatisch doen. Lees daarom altijd eerst de gebruiksaanwijzing.
- Neem nu de binnenkant af met warm sodawater en daarna met schoon water.
- Droog de koelkast met een schone theedoek na. Was de losse delen af.
- Neem de buitenkant af met sop. Zorg ervoor dat de rubberrand nooit met synthetisch schoonmaakmiddel of sodawater wordt aangeraakt. Het rubber kan dan loslaten.
- Zet de koelkast of diepvriezer weer aan.
- Ruim de koelkast of diepvriezer weer in. Zorg ervoor dat alles wat je terugzet, ook schoon is.

Als je producten vindt waarvan de houdbaarheidsdatum ver is verstreken, overleg dan met de zorgvrager of je die producten mag weggoien.