

Tipp: Immer von oben nach unten – Decken & Regale zuerst, dann Böden zuletzt.

ALLGEMEINE BEREICHE

- Müll entsorgen & Flächen aufräumen
- Staub wischen: Regale, Lampen, Oberflächen
- Böden saugen und wischen
- Fenster reinigen (Essig-Wasser-Lösung)
- Türgriffe & Lichtschalter desinfizieren

KÜCHE

- Kühlschrank ausräumen & reinigen
- Abgelaufene Lebensmittel entsorgen
- Backofen reinigen (Natron-Paste)
- Herd, Mikrowelle & Abzug säubern
- Spüle & Abfluss reinigen
- Grillrost einweichen & reinigen
- Schränke innen auswischen

ZIMMER

- Bettwäsche wechseln
- Kleiderschrank ausmisten
- Oberflächen & Regale reinigen
- Teppiche oder Polster absaugen
- Fenster im Zimmer putzen

BAD

- Dusche / Badewanne entkalken (Zitronensäure)
- Waschbecken mit Natron polieren
- Toilette reinigen (Essig oder Zitronensäure)
- Spiegel streifenfrei putzen (Essig-Wasser)
- Ablagen & Schränke auswischen
- Waschmaschine reinigen (Zitronensäure)

HAUSMITTEL

- Essig → Fenster & Armaturen entkalken
- Natron → Backofen, Gerüche, Oberflächen
- Zitronensäure → Bad, Dusche, Kalk
- Kernseife → Allzweckreiniger
- Zeitungspapier → streifenfreie Fenster

DOKUMENTE & FINANZEN

- Unterlagen ordnen: Verträge, Rechnungen
- Verträge prüfen: Strom, GEZ, Internet
- Abos & Ausgaben auf Notwendigkeit prüfen
- Versicherungen & Studienfinanzierung checken
- Wichtige Dokumente digital sichern