|  |
| --- |
| **Richtlijnen voor huishoudelijk werk in de kraamzorg** |
| **Richtlijnen voor schoonmaakwerkzaamheden**  **2.1. Woonruimten**   * Opruimen van vuil serviesgoed en andere rommel * Legen van volle asbakken * Legen van prullenbakken en indien nodig voorzien van nieuwe pedaalemmerzakken * Klamvochtig afnemen en vlekken verwijderen *binnen reikhoogte* van deuren, deurkrukken, lichtknopjes, tafels, kasten, meubilair, bovenzijde radiatoren, vensterbanken, telefoons en dergelijke * Stofwissen en/of stofzuigen * Dweilen van daarvoor geschikte vloer/ vlekken verwijderen indien er tapijt ligt.   **2.2. Keuken**   * Afwassen, afdrogen en opruimen van vuil serviesgoed en pannen * Nat afnemen van aanrecht, keukentafel en andere werkvlakken * Verschonen van werkdoek * Verschonen van hand- en theedoek * Legen van prullenbakken en afvalemmers en indien nodig voorzien van nieuwe pedaalemmerzak * Nat afnemen en verwijderen van vlekken van horizontale en verticale vlakken, binnen reikhoogte * Nat afnemen van kranen , spiegels en andere glanzende oppervlakken * Nat afnemen van binnen- en buitenkant van prullenbakken en afvalemmers * Dweilen van daarvoor geschikte vloer.   **2.3. Slaapruimten**   * Legen van prullenbakken en indien nodig voorzien van nieuwe pedaalemmerzak * Bed verschonen * Klamvochtig afnemen en vlekken verwijderen *binnen reikhoogte* van deuren, deurknoppen, vensterbanken, nachtkastjes, lichtknopjes, muurtegels, telefoon en overig meubilair * Vlekvrij maken van kranen, spiegels en ander glanzend materiaal * Stofwissen en/of stofzuigen * Nat afnemen van wastafel * Nat afnemen van muurtegels rondom wastafel * Dweilen van daarvoor geschikte vloer/ vlekken verwijderen indien er tapijt ligt.   **2.4 Sanitaire ruimten**     * Verwijderen van sporen in het toilet * Legen van prullenbakken en afvalemmers en indien nodig voorzien van nieuwe pedaalemmerzak * Vlekvrij maken van kranen, spiegels en ander glanzend materiaal * Stofwissen of stofzuigen * Dweilen van daarvoor geschikte vloer/ vlekken verwijderen indien er tapijt ligt.   **2.5 Verkeersruimten**   * Opruimen van losliggende spullen * Legen van prullenbakken en indien nodig van pedaalemmerzak voorzien * Klamvochtig afnemen en vlekken verwijderen *binnen reikhoogte* van deuren, deurkrukken, lichtknopjes, sponningen, kasten, trapleuningen, telefoons, vensterbanken en dergelijke * Stofwissen of stofzuigen * Dweilen van daarvoor geschikte vloer/ vlekken verwijderen indien er tapijt ligt   **3. Werkwijzers voor schoonmaakwerkzaamheden**  **3.1 Klamvochtig afnemen**    Resultaat: ruimte vrij van zichtbaar stof.  *Werkvolgorde*   * neem één vast beginpunt, bijvoorbeeld de deur * werk van boven naar beneden zigzaggend door de ruimte * spoel regelmatig je werkdoek uit of neem en nieuwe stofbindende doek * of spuit regelmatig een beetje multireiniger op een schoon stuk stofdoek * ruim werkmaterialen op en gooi gebruikte werkdoeken in de was( eerst laten drogen indien de wasopslag slecht geventileerd is)   *Schoonmaaktechniek*   * werk bij voorkeur met een klamvochtige werkdoek of gebruik een geïmpregneerde, stofbindende doek (bijvoorbeeld voor houten meubels) * òf gebruik een stofdoek met een beetje multireiniger erop * vouw de werkdoek in vieren of achten en gebruik steeds een schoon stuk, zo heb je meer werkvlak dan met een verfrommelde werkdoek * gebruik voor verschillende ruimten verschillende werkdoeken * doe een klamvochtige werkdoek om de plumeau bij het stoffen buiten reikwijdte.   *Werkmaterialen*   * werkdoek * stofbindende (geïmpregneerde) doek * multireiniger * kleine emmer * plumeau   **3.2 Stofwissen**  Resultaat: gladde vloeren vrij van zichtbaar stof.  *Werkvolgorde*   * werk naar de deur toe * stofwis eerst langs de kanten en werk dan systematisch baan voor baan de vloer af * verwissel regelmatig de stofwisdoeken * haal de vuile stofwisdoek los van de stofwisser en laat deze op een stofblik met veger vallen in verband met hygiëne, veiligheid en dwarrelend stof * gooi de gebruikte doeken weg * ruim de werkmaterialen op.   *Schoonmaaktechniek*   * stofwissen is *alleen* geschikt voor gladde, gesloten vloeren ( plavuizen, parket, vinyl. Linoleum, etcetera) * stofwissen verwijdert alleen losliggend stof en andere lichtgewicht vervuiling zoals (dieren)haren * stofzuig indien er sprake is van overwegend zwaar en/of grof vuil (zie stofzuigen)   *Werkmaterialen*  -stofwisser  -stofwisdoeken  -stoffer en blik  **3.3 Stofzuigen**  Resultaat: vloeren en meubilair vrij van zichtbaar stof en losliggend vuil.  *Werkvolgorde*   * werk naar de deur toe * stofzuig het beklede meubilair met de meubelzuiger * stofzuig de vloer * verwijder pluizen en haren van de borstel voordat je de stofzuiger opruimt * verwissel regelmatig de stofzuigerzak * vervang stofzuigerfilters twee tot drie keer per jaar * maak regelmatig het snoer van de stofzuiger schoon met een klamvochtige werkdoek en begin bij het oprollen van het snoer bij de machine * ruim de werkmaterialen op   *Schoonmaaktechniek*   * stofzuig gladde vloeren met een zacht mondstuk (beter is stofwissen), stofzuig niet-gladde vloeren met een glad mondstuk * stofzuig systematisch baan voor baan en beweeg niet te snel * verwijder dierenharen met de zuigmond van de stofzuiger, een kledingborstel is een goed alternatief   *Werkmaterialen*   * stofzuiger * stofzuigerzakken * mondstukken   *Bijzonderheden*   * zuig geen as * zuig geen asbakken en open haarden leeg * let op met lange snoeren: er kan over gestruikeld worden * trek de stekker uit het stopcontact aan de stekker, niet aan het snoer, houd daarbij het stopcontact vast   **3.4 Vlekvrij maken van kranen, spiegels en andere glanzend materiaal**  Resultaat: kranen, spiegels en ander glanzend materiaal vrij van zichtbaar stof en vlekken.  *Werkvolgorde*   * maak spiegels, kranen en ander glanzend materiaal droog * wrijf deze op tot ze mooi glanzen * ruim werkmaterialen op en gooi gebruikte werkdoeken in de was (eerst laten drogen indien de wasopslag slecht geventileerd is)   *Schoonmaaktechniek*  Gebruik een droge of klamvochtige werkdoek om kranen en dergelijke vlekvrij te maken en gebruik eventueel een sanitairreiniger of multireiniger om hardnekkige vlekken mee te verwijderen.  *Werkmaterialen*   * werkdoek * sanitairreiniger of multireiniger   **3.5 Dweilen**  Resultaat: vloeren vrij van vlekken en losliggend vuil.  *Werkvolgorde*   * eerst stofwissen of stofzuigen * werk naar de deur toe * dweil systematisch baan voor baan * spoel werkmaterialen na afloop schoon, laat ze buiten drogen en gooi de dweil/spons in de was * ruim werkmaterialen op.   *Schoonmaaktechniek*   * gebruik een sopje van allesreiniger of sanitair reiniger * doe de spons/dweil (op steel) in het sopje en wring hem goed uit * sla de vochtige dweil om de trekker/luiwagen indien je werkt met losse dweil en trekker/luiwagen * dweil met de schoenpunt of met de hand de hoekjes uit * dweil de rest van de vloer * ga tijdens het dweilen op de droge vloer staan * spoel de dweil tijdig uit * verschoon het dweilwater tijdig en spoel het dweilwater door het toilet of door het afvalwaterputje in verband met verstopping   *Werkmaterialen*   * spons/dweil op steel * dweil * allesreiniger * huishoudhandschoenen * emmer * trekker/luiwagen * sanitair reiniger   **3.6 Nat afnemen van aanrecht, gootsteen en andere werkvlakken**  Resultaat: aanrecht, gootsteen en andere werkvlakken vrij van zichtbaar stof en vlekken.  *Werkvolgorde*   * haal voorwerpen van aanrecht en andere werkvlakken * maak aanrecht en andere werkvlakken schoon * maak het gootsteenputje leeg met huishoudhandschoenen aan of met een stukje keukenrol * maak de gootsteen schoon * wrijf kranen en dergelijke op met een werkdoek * plaats voorwerpen weer terug * ruim werkmaterialen op en gooi gebruikte werkdoeken in de was * ( eerst laten drogen indien de wasopslag slecht geventileerd is)   *Schoonmaaktechniek*   * gebruik een allesreiniger voor het schoonmaken van aanrecht en andere werkvlakken * neem de vlakken af met een natte werkdoek * maak de gootsteen indien nodig schoon met een sanitairreiniger   *Werkmaterialen*   * allesreiniger * werkdoek * keukenrol * sanitairreiniger * huishoudhandschoenen   **3.7 Verwijderen van huishoudafval / nat afnemen van afvalemmers**  Resultaat: lege en vlekvrije afvalemmers.  *Werkvolgorde*   * leeg de afvalemmer * maak de afvalemmer schoon * doe er een nieuwe zak in * ruim werkmaterialen op en gooi gebruikte werkdoeken in de was (laat deze eerst drogen indien wasopslag slecht geventileerd is)   *Schoonmaaktechniek*   * gebruik voor het schoonmaken van de afvalemmer een sopje met allesreiniger * reinig de binnenkant van een diepe afvalbak met een borstel op steel * maak de afvalemmer aan de buitenkant met een natte werkdoek schoon * spoel het gebruikte sopje weg door het toilet of door het afvalwaterputje in verband met verstopping * droog de afvalemmer na met een droge werkdoek   *Werkmaterialen*   * vuilniszakken * allesreiniger * borstel op steel * huishoudhandschoenen * pedaalemmerzakken * werkdoeken * emmer   **3.8 Nat afnemen van toiletpot**  Resultaat: toilet vrij van zichtbaar vuil en vlekken.  *Werkvolgorde*   * trek het toilet door * breng reinigingsmiddel aan en borstel dit in met de toiletborstel * laat de toiletborstel in toiletpot ( onder water ) staan * neem de spoelbak af * neem bovenkant, onderkant deksel en bovenkant bril, onderkant bril af en zet deze omhoog * neem de buitenkant van het toilet en de achterliggende tegelwand nat af * maak de toiletrand en binnenkant van het toilet schoon * neem de scharnieren nat af * sluit de deksel en trek het toilet door met de borstel in de hals * ruim werkmaterialen op en gooi gebruikte werkdoeken in de was ( laat deze eerst drogen indien wasopslag slecht geventileerd is)   *Schoonmaaktechniek*   * maak de buitenkant van het toilet schoon met een werkdoek en sanitairreiniger * maak de binnenkant van het toilet schoon met een borstel en sanitairreiniger * dweil de vloer van het toilet * spoel het vuile afvalwater door het toilet (zie *Dweilen*) * spoel het vuile afvalwater door het toilet of het afvalwaterputje in verband met verstopping   *Werkmaterialen*   * toiletborstel * werkdoeken * huishoudhandschoenen * emmer * sanitair reiniger * allesreiniger   **3.9 Nat afnemen van douchebak, bad en wastafel**  Resultaat: bad, douchebak en wastafel vrij van zichtbaar vuil en vlekken.    *Werkvolgorde*   * neem voorwerpen van wastafel, bad en douchebak * verwijder haren uit afvoerputjes met handschoenen aan of met een stuk keukenrol * neem de buitenkant van bad, douchebak, wastafel en afvoerbuizen nat af * neem de binnenkant van wastafel, bad en douchebak nat af * spoel wastafel, bad en douchebak na en droog deze met een klamvochtige werkdoek * wrijf kranen, spiegels en ander glimmend materiaal op * plaats de voorwerpen weer terug * ruim werkmaterialen op en gooi gebruikte werkdoeken in de was (laat deze eerst drogen * indien wasopslag slecht geventileerd is)   *Schoonmaaktechniek*   * neem de voorwerpen nat af, of was ze af * gebruik voor het verwijderen van kalkaanslag en zeepresten een sanitairreiniger * neem wastafel, bad en douchebak af met een werkdoek   *Werkmaterialen*   * werkdoeken * emmer * keukenrol * sanitairreiniger * huishoudhandschoenen * badborstel (borstel op steel)   **3.10 Nat afnemen van fornuis, magnetron en andere keukenapparatuur**  Resultaat: fornuis, magnetron en andere keukenapparatuur vrij van zichtbaar vuil en vlekken.  *Werkvolgorde*   * haal voorwerpen van het fornuis en uit de magnetron * maak de bovenkant van het fornuis schoon * maak de roosters, branders, draaiplateaus en binnenkant van de magnetron schoon * plaats de voorwerpen terug * ruim werkmaterialen op en gooi gebruikte werkdoeken in de was (laat deze eerst drogen indien de wasopslag slecht geventileerd is)   *Schoonmaaktechniek*   * gebruik een allesreiniger en een werkdoek voor het schoonmaken van fornuis en magnetron of gebruik een pannenspons als het erg aangehecht vuil is * gebruik ovenreiniger als de magnetron aan de binnenzijde erg vuil is en draag huishoudhandschoenen   *Werkmaterialen*   * werkdoeken * allesreiniger * ovenreiniger * pannenspons * emmer * huishoudhandschoenen |

**3.11 Bed verschonen**

Resultaat: bed met vlekvrij beddengoed en voorzien van een rechtgetrokken laken zonder vouwen.

*Werkvolgorde*

* zet het raam open
* haal het bed af
* doe het vuile beddengoed in de was
* maak het bed op met schoon beddengoed
* sluit het raam

*Schoonmaaktechniek*

* houd rekening met de wensen van de cliënt
* overleg met de cliënt bij het gebruik van een elektrische deken
* om het opmaken te vergemakkelijken haal je de dekbedhoes binnenstebuiten af, zo gaat het ook in de was en daarna de kast in; overleg hierover met de cliënt
* leg bij het opmaken van het bed de moltondeken of onderdeken op de matras, dan een schoon onderlaken, de rest van het schone beddengoed en het dekbed of de dekens

*Werkmaterialen*

* schoon beddengoed
* wasmand

**3.12 Opruimen van gebroken kwikthermometer**

Resultaat: kwik uit gebroken kwikthermometer is op een verantwoorde manier opgeruimd en verwijderd.

*Werkvolgorde*

* draag handschoenen
* verwijder glas en glassplinters voorzichtig zonder het kwik verder te verspreiden
* neem een kartonnetje, ansichtkaart of speelkaart
* vouw deze doormidden
* ‘vang’ de kwikbolletjes in de gleuf van het gevouwen kartonnetje
* deponeer het kwik in een afsluitbaar glazen potje
* sluit het potje af met een dekseltje, als dit niet voorhanden is een flinke dot watten
* was de handen
* bied het potje met kwikbolletjes aan met het klein chemisch afval of attendeer de zorgvader hierop

*Werktechniek*

* zorg ervoor dat eventuele andere gezinsleden (zoals kleine kinderen) uit de buurt blijven: zo komen zij niet met het gif in aanraking en kunnen zij het niet ongewild verspreiden

*Werkmaterialen*

* kartonnetjes
* glazen afsluitbaar potje, bijvoorbeeld jampotje
* eventueel watten
* handschoenen

Bijzonderheden

* kwik is giftig, met name inademing van kwikdamp

**4. Textielverzorging**

**4.1 Wassen**

Kleding kan gemaakt zijn van katoen, linnen, zijde, wol, acetaat, viscose, nylon, polyester, acryl en polyamide. In de meeste kledingstukken is op het etiket te lezen

dat de stof gemaakt is van verschillende vezels. Door de vezels te mengen, worden ook de eigenschappen van die vezels gemengd. In de meeste kleding en andere textielproducten staan een samenstellingsetiket en een behandelingsetiket. Het samenstellingsetiket in textiel geeft aan uit welke vezels het product bestaat. Het behandelingsetiket maakt duidelijk hoe en op welke temperatuur het kleding- of textielstuk gereinigd moet worden, of en op welke temperatuur het gestreken mag worden en of het product een speciale behandeling heeft ondergaan. Om een behandelingsetiket te kunnen begrijpen moet je op de hoogte zijn van de betekenis van de symbolen.

Kleding kan gemaakt zijn van katoen, linnen, zijde, wol, acetaat, viscose, nylon, polyester, acryl en polyamide. In de meeste kledingstukken is op het etiket te lezen dat de stof gemaakt is van verschillende vezels. Door de vezels te mengen, worden ook de eigenschappen van die vezels gemengd. In de meeste kleding en andere textielproducten staan een samenstellingsetiket en een behandelingsetiket. Het samenstellingsetiket in textiel geeft aan uit welke vezels het product bestaat. Het behandelingsetiket maakt duidelijk hoe en op welke temperatuur het kleding- of textielstuk gereinigd moet worden, of en op welke temperatuur het gestreken mag worden en of het product een speciale behandeling heeft ondergaan. Om een behandelingsetiket te kunnen begrijpen moet je op de hoogte zijn van de betekenis van de symbolen. Er is hieronder een schema opgenomen met de symbolen en hun betekenis



*Algemene wastips*

Kleding en linnengoed dat gewassen moet worden, wordt in de wasmand of waszak gedaan. Voordat we gaan wassen moeten we de was uitzoeken.

We kunnen de was in vier groepen verdelen.

**1**. Wit en kleurecht wasgoed: dit kan gewassen worden op een temperatuur van 60-95°C met

een witwasmiddel. Was alleen zeer vuil wasgoed, bijvoorbeeld wasgoed met smeer- en

olievlekken op 95°C omdat wassen bij zo’n hoge temperatuur veel energie kost.

**2**. Kleurecht wasgoed van katoen/polyester of katoen/polyamide: de wastemperatuur is

40°C. Het wasmiddel mag geen bleekmiddel bevatten.

**3**. Wasgoed dat niet kleurecht is: als je twijfelt aan de kleurechtheid van wasgoed moet je

altijd apart wassen. Wassen bij 30°C met een fijnwasmiddel dat in de wasmachine

gebruikt kan worden.

**4**. Fijn wasgoed: dit is gemaakt van nylon, dralon, terlenka, trevira, wol of zijde. Wassen bij

30°C in de machine of op de hand met een fijnwasmiddel.

Kijk bij het sorteren van de was naar:

het wasvoorschrift, de kleur, versierselen, vlekken en of de kleding erg vuil is.

Let er bij het bewaren en sorteren van wasgoed op of je te maken hebt met zogenaamd ‘besmet wasgoed’. Mensen die bijvoorbeeld behandelingen ondergaan als bestraling tegen kanker kunnen besmet wasgoed hebben. Het is dan verstandig dit apart te bewaren en te wassen.

Is kleding of linnengoed erg vuil, was dit wasgoed dan bij elkaar met iets meer wasmiddel dan gewoonlijk of geef het een voorwas. Doe zeer vuile was niet bij minder vuile was.

Vlekken in het wasgoed zijn meestal afkomstig van vet, verf, lijm, fruit enzovoort. Vlekken kunnen uit wasgoed worden gehaald met speciale vlekkenmiddelen. Deze middelen zijn giftig en brandbaar. Lees dus altijd de aanwijzingen op de verpakking. Gebruik een vlekkenmiddel bij het open raam of buiten en nooit in de buurt van vuur. Houd het middel buiten bereik van kinderen en dementerende cliënten.

Hoe vlekken verwijderd kunnen worden staat in de vlekkentabel.

*Voorbereiden van het wasgoed*

* maak de zakken leeg
* keer de broeken binnenstebuiten om verkleuring tegen te gaan
* sluit ritsen
* haal sokken uit elkaar
* stroop mouwen af
* meng grote en kleine stukken
* vouw grote stukken zigzaggend op, de stof zal daardoor minder kreuken en het goed
* gaat niet op een prop zitten
* behandel vuile kragen van bijvoorbeeld overhemden met shampoo of een speciaal
* middel dat hiervoor in de handel is

**4.1.1 Vlekkentabel**

*Vlekkenwijzer algemeen*

* Verwijder de vlek zo snel mogelijk: hoe langer de vlek erop zit, hoe moeilijker deze te verwijderen is.
* Verwijder (vloei)stoffen met kleurloze keukenrol, closetpapier of papieren zakdoek.
* Schraap resten van een gestolde vlek weg met een lepel.
* Gebruik zo min mogelijk oplosstoffen, zo voorkom je dat de vlek zich uitbreidt en dat kleding, tapijt of meubels aangetast worden door de oplosstoffen.
* Probeer het oplosmiddel op een onopvallende plek uit om na te gaan of het materiaal kleurecht is of wordt aangetast door het oplosmiddel.
* Leg onder de vlek kleurloze keukenrol, closetpapier of een papieren zakdoek zodat de vlek met het oplosmiddel daarin kan trekken.
* Dep de plek na het vlek verwijderen zo goed mogelijk droog om kringen te voorkomen.

In de onderstaande tabel zijn tips over het verwijderen van vlekken opgenomen. Let extra op bij de volgende oplosmiddelen:

* Wasbenzine is zeer brandbaar, gebruik dit alleen *buitenshuis.*
* Ook spiritus, terpentine en alcohol zijn brandbaar, zorg ervoor dat de ruimte goed geventileerd is ( ramen of deuren open, afzuigkap aan).
* Gebruik *geen* terpentine voor stoffen met een onderlaag van schuimrubber, het tast het schuimrubber aan wat verweking of verkleuring kan veroorzaken.

Indien de vlek niet weggaat, kun je uitwijken naar speciale vlekkenmiddelen. Deze zijn te koop bij de drogist en supermarkt. Lees voor gebruik altijd zorgvuldig de aanwijzingen op de verpakking.

*Soorten vlekken*

• Balpeninkt🡪Verwijder balpeninkt met kleurloze spiritus of alcohol.

• Bier 🡪Dep het bier zo veel mogelijk op en dep de vlek met lauw water.

• Bloed (en andere eiwitvlekken zoals ei, cacao en melkproducten)🡪

Behandel de vlek met ijskoud water. Is de vlek daarna niet verdwenen, was het bevuilde

materiaal ( indien dat mogelijk is ) met een biologisch wasmiddel of met een vlekkenzout.

• Braaksel🡪Schraap het braaksel van het oppervlak en spoel het kledingstuk goed onder

koud stromend water. Week het in een sopje met een hoofdwasmiddel dat bleekmiddel

bevat.

• Chocolade-🡪Schrap de chocoladevlek van het oppervlak af. Spons daarna de vlek af met

een warm zeepsopje. Spoel het bevuilde materiaal af met koud water en was het met een

hoofdwasmiddel.

• Faeces (ontlasting, ook van dieren)🡪 Was het bevuilde materiaal indien mogelijk direct op

80°C met een voorwasprogramma met een wasmiddel met bleekmiddel. Spoel anders eerst

zo veel mogelijk ontlasting af (handschoenen aan, spoelwater door toilet). Behandel het

met een biologisch inweekmiddel en laat het minimaal twee uur weken. In het tapijt of op de

bank: spuit direct tapijtreiniger op de plek en handel verder volgens de aanwijzing op de

verpakking.

• Fruitvlekken🡪Spoel de vlek onmiddellijk af met koud water en was het bevuilde materiaal

daarna in een wasmiddel dat bleekmiddel bevat.

• Grasvlekken🡪 Dep de vlek zachtjes met kleurloze spiritus of met alcohol. Daarna spoelen

in warm zeepsop.

• Honing, jam, stroop🡪Neem de vlek af met lauw water.

• Inktvlekken🡪Uitwasbare inkt verwijder je met water en een beetje afwasmiddel. Andere

inktsoorten geef je een voorbehandeling met koud water en ammonia. Vervolgens behandel

je de plek met alcohol of kleurloze spiritus.

• Jusvlekken🡪Behandel de vlek met wasbenzine of terpentine. Eventuele kleurresten

kunnen behandeld worden met water en een scheutje ammonia.

• Kaarsvet🡪Schraap eerst zo veel mogelijk kaarsvet weg met een lepel. Leg er absorberend

papier overheen (keukenrol, krantenpapier) en strijk er met een warme strijkbout overheen,

als de ondergrond dit verdraagt. Anders kun je hetzelfde met een föhn proberen. Eventuele

restvlekken kunnen verwijderd worden met wasbenzine.

• Kauwgom🡪Maak de kauwgom hard door het kledingstuk minimaal een uur in een zak in de

diepvries te leggen. Hierna kun je de kauwgom verbrokkelen. Gebruik wasbenzine om de

laatste sporen te verwijderen.

• Modder🡪Sommige soorten modder bevatten een gekleurd pigment dat zeer moeilijk te

verwijderen is. Schrap of borstel modder aan het oppervlak er altijd af voordat je het

bevuilde materiaal wast. Was het met een hoofdwasmiddel en kies voor de dosering ‘zeer

vuil’.

• Melk: zie bloed

• Nagellak🡪 Verwijder de vlek met nagellakremover zonder olie. Doe dit niet bij acetaat of

triacetaat (lees hiervoor het samenstellingsetiket van het kledingstuk/textiel), dat beschadigt

onder invloed van de nagellakremover.

• Olie en smeervet🡪Behandel ernstige vlekken eerst met wasbenzine. Was de kleren

daarna zoals anders of probeer de vlekken te weken in een lauw sopje. Daarna wassen op

de maximumtemperatuur aanbevolen voor het materiaal. Als wassen niet mogelijk is kan de

vlek met talkpoeder worden behandeld. Borstel het talkpoeder af en herhaal de

talkpoederbehandeling tot de vlek weg is.

• Ontlasting: zie faeces

• Roest-🡪 Behandel de vlek met citroensap en was het bevuilde materiaal daarna met een

wasmiddel dat bleekmiddel bevat.

• Schoensmeer -🡪Behandel de vlek met vloeibaar afwasmiddel. Was het bevuilde materiaal

daarna zo spoedig mogelijk op de gebruikelijke wijze.

• Teer (stookolie op het strand)-🡪Schrap eerst zo veel mogelijk teer af en behandel het

bevuilde materiaal dan met terpentine of wasbenzine.

• Urine-->Spoel de vlek af met koud water en was het bevuilde materiaal zo snel mogelijk.

Week gedroogde vlekken in een sopje van wasmiddel en was daarna zoals gebruikelijk.

Als de vlekken niet (helemaal) verdwenen zijn uit wit wasgoed, kan de vlek nabehandeld

worden met koud water en chloor.

• Vet🡪Schraap eerst het ergste vuil weg. Behandel de vlek met vloeibaar afwasmiddel en

was het bevuilde materiaal daarna op de hoogst mogelijke temperatuur.

• Het ‘weer’ ( schimmel in bijvoorbeeld het douchegordijn)

Borstel de vlekken eerst zo veel mogelijk weg. Was het materiaal daarna in een wasmiddel

met bleekmiddel op de aangegeven maximumtemperatuur. Was tegelijk ander textiel voor

voldoende gewicht in de wastrommel.

• Wijn-🡪Neem de overtollige vloeistof op en bedek de vlek met zout. Laat dit minimaal een

half uur intrekken. Spons de vlek daarna af met water en een wasmiddel dat bleekmiddel

bevat en spoel daarna af met koud water. Was het materiaal daarna zoals gebruikelijk.

**4.2 Strijken**

Lang niet al het wasgoed hoeft gestreken te worden. Sommige stukken kunnen met de hand gladder gemaakt worden en daarna opgevouwen. Van belang is ook hoe het gewassen goed wordt opgehangen en hoe het wasgoed dat van de lijn wordt gehaald wordt neergelegd, voordat het gestreken wordt. Voor het kiezen van de strijktemperatuur kun je het beste afgaan op de symbolen van het behandelingsetiket. Begin met de stukken die op een lage temperatuur moeten worden gestreken. Als er geen stoomstrijkijzer is, kan katoen vochtig gemaakt worden met een plantenspuit. Het zal dan veel gladder worden.

**4.3 Vouwen**

Hoe het wasgoed gevouwen wordt, hangt vooral af van de kast waarin het opgeborgen wordt. Smalle stapels liggen minder stabiel in de kast dan een brede hoge stapel. Een diepe kast vraagt echter om smalle lange stapels. Probeer bij het vouwen de zomen naar binnen te vouwen, dat geeft een net resultaat.

**4.4 Werkwijzers voor textielverzorging**

**4.4.1 Linnengoed en kleding wassen**

Resultaat: linnengoed en kleding vlekvrij en verzorgd

Werkwijze

*Werkvolgorde*

* lees het wasvoorschrift, bij twijfel niet wassen maar de cliënt raadplegen
* sorteer de was op temperatuur, soort en kleur
* behandel vlekken apart
* was en centrifugeer de was
* klop de was uit en laat de was drogen aan de lijn of in de wasdroger
* strijk wat nodig is en vouw de was op
* houd verstelwerk apart
* ruim de schone was op

*Werktechniek*

* was zo min mogelijk op de hand
* laat was drogen aan de waslijn of in de droogtrommel, droog (lams)wollen truien liggend op een handdoek of droogrek
* let op dat niet alle was in de droogtrommel gedroogd kan worden in verband met krimpen

*Werkmaterialen*

* wasmand
* wasmachine
* huishoudhandschoenen
* eventueel wasverzachter
* knijpers
* wasmiddel
* eventueel droogtrommel

Bijzonderheden

* draag altijd huishoudhandschoenen bij het sorteren van de was in verband met de hygiëne
* wasgoed dat in aanraking is geweest met bloed, urine of ontlasting, dient bij voorkeur op 80°C gewassen te worden
* overleg over het gebruik van apparatuur (droogtrommel en wasmachine) met de cliënt
* gebruik alleen een wasverzachter als de cliënt er prijs op stelt ( de was wordt er niet schoner van en het milieu wordt ermee belast); bij gebruik van een wasdroger is het niet nodig
* maak af en toe de waslijn schoon met een natte werkdoek voordat de was wordt opgehangen

**4.4.2 Linnengoed en kleding strijken**

Resultaat: schoon, niet-gekreukt linnengoed/kleding

Werkwijze

*Werkvolgorde*

* lees het behandelingsetiket om te kijken hoe heet het linnengoed/ de kleding gestreken kan worden; op het strijkijzer staan bij de temperatuurverdeling corresponderende symbolen
* strijk dubbele delen als manchet en kraag
* strijk hangende delen, bijvoorbeeld mouwen
* strijk de rest
* vouw de gestreken was eventueel op en ruim op

Werktechniek

* strijk met een vochtige persdoek een plooi in nette broeken
* strijk donkere stoffen binnenstebuiten of met een doek tussen stof en strijkijzer
* mouwen kunnen makkelijk zonder vouw gestreken worden op een mouwplankje
* bevochtig katoenen stoffen eventueel met de plantenspuit of werk met een stoomstrijkijzer
* vul een stoomstrijkijzer nooit met leidingwater maar met gedestilleerd water tenzij een ontkalker in het apparaat aanwezig is

Werkmaterialen

* (stoom)strijkijzer
* strijkplank
* wasmand
* persdoek
* plantenspuit
* mouwplank

**5. Algemene aanwijzingen bij maaltijdbereiding**

Maaltijdbereiding bestaat uit twee onderdelen. Het voorbereiden en het bereiden van de maaltijd. Maaltijdvoorbereiding is onder meer het klaarzetten van kookgerei, het schillen, snijden, raspen en wassen van groenten, fruit en aardappels en het voorbereiden van vlees, zoals het draaien van gehaktballen of paneren van schnitzel of karbonade. Maaltijdbereiding is onder meer het koken, bakken, stomen, grillen en frituren van voedsel.

Let bij maaltijdvoorbereiding op het volgende:

• Was eerst de handen met water en zeep

• Houd rauw vlees gescheiden van andere voedingsmiddelen, was messen en planken direct

na contact met rauw vlees af.

• Zet vlees-, vis- en melkproducten die niet direct gebruikt worden, in de koelkast;

Bacteriën vermenigvuldigen zich optimaal bij een temperatuur tussen de 10°C en . 40°C.

Zorg ervoor dat vlees- en visproducten afgedekt worden weggezet.

• Was de handen na contact met rauw vlees; droog de handen af met keukenrol dat je

daarna direct weggooit. Zo voorkom je besmetting van keukendoek of werkdoek met

bacteriën van het vlees.

• Ruim afval direct op en houd vliegen en andere insecten uit de buurt van voedsel.

• Houd materialen en werkvlakken die in aanraking met voedsel komen goed schoon.

• Houd rauwe en klaargemaakte producten steeds gescheiden.

• Verwijder de pitten uit aardappels, ze bevatten een giftige stof.

• Was groenten zorgvuldig zodat zand en mogelijke beestjes zijn verwijderd.

• Schil het fruit of was de schil onder de kraan.

• Om te voorkomen dat appels, peren en bananen na het schillen bruin worden, kun je er een

beetje citroensap over doen.

• Zet voorbereide groenten en aardappels weg in een pan met deksel en doe er zo veel

water bij dat ze net onder staan.

• Zet salades afgedekt weg in de koelkast; doe er nog geen dressing overheen, daar wordt

de sla zacht van.

Let bij maaltijdbereiding op het volgende:

• Verhit vleesproducten snel door en door, bijna geen enkele bacterie overleeft een

temperatuur van 80°C.

• Het eten van (gedeeltelijk) rauwe vleesproducten is af te raden voor mensen met een

verminderde weerstand, zoals ouderen, zwangere vrouwen, jonge kinderen (bijvoorbeeld

tartaar, biefstuk, fricandeau, rosbief); zorg ervoor dat hun vlees goed doorbakken is.

• Rauwe eieren kunnen wegens mogelijke salmonellabesmetting ook beter niet gegeten

worden door mensen met een verminderde weerstand. Rauwe eieren worden verwerkt in

zelfgemaakte mayonaise en toetjes zoals bavaroise.

• Probeer aan te sluiten bij dieet en voedingsgewoonten van de cliënt: overleg met de cliënt

over bijvoorbeeld zout- en kruidengebruik of de kooktijd van groenten. Het is weliswaar

gezonder om groenten slechts kort te koken, maar vooral oudere cliënten vinden het

smakelijker als de groenten (zeer) gaar zijn.

• Lees op verpakte producten de aanwijzingen over bereiding. Ook op voorverpakte

vleesproducten wordt soms aangegeven hoe en hoelang het moet worden bereid.

• Gebruik geen metalen kookgerei in pannen met een anti-aanbaklaag, dit veroorzaakt

beschadigingen van de anti-aanbaklaag.

• Gebruik geen metalen voorwerpen (pannen, aluminiumfolie, borden met een goudrandje,

springvormen) in de magnetron; de meeste magnetrons kunnen daar niet tegen, vraag dit

na bij de cliënt of lees de gebruiksaanwijzing.

**5.1 Werkwijzers voor maaltijdverzorging**

Boodschappen doen

Resultaat: levensmiddelenvoorraad op peil

Werkwijze

Werkvolgorde

• Vraag de cliënt om een boodschappenlijstje en spreek dit met de cliënt door, of maak

eenboodschappenlijstje in samenspraak met de cliënt

• Controleer vooraf met de cliënt het boodschappengeld

• Doe de boodschappen

• Controleer samen met de cliënt aan de hand van de bon het boodschappengeld

• Ruim de boodschappen op als de cliënt dit zelf niet kan

Werktechniek

• Loop geen koopjes af

• Schiet geen geld voor

• Haal de boodschappen zo veel mogelijk in één keer

• Doe boodschappen zo veel mogelijk in één winkel

Werkmaterialen

• Boodschappentas

• Portemonnee

• Boodschappenlijstje

• Evt. boodschappenkarretje

Arbo-tips

* til niet meer dan
* 10 kg boodschappen per keer
* verdeel de boodschappen over twee tassen
* beperk de loopafstand
* vervoer de boodschappen per fiets, boodschappenwagentje of auto
* maak bij het doen van veel boodschappen gebruik van de boodschappendienst

**5.2 Maaltijd bereiden**

Resultaat: een verzorgde, gezonde warme maaltijd

Werkwijze

Werkvolgorde

• was altijd eerst goed de handen met water en zeep

• doe de voorbereidende werkzaamheden

• bereid de warme maaltijd

• was af en ruim alles op

Werktechniek

• houd rekening met dieet en voedingsgewoonten van de cliënt

• gebruik indien nodig een kookboek

• gebruik gescheiden planken bij het snijden van vlees en groenten

• houd rauwe producten en klaargemaakt eten gescheiden

• verhit voedsel snel door en door

Werkmaterialen

* kookgerei
* bestek
* voedingsmiddelen
* werkdoek
* servies
* handzeep
* fornuis
* handdoek
* pannenlappen
* keukenrol

**5.3 Afwassen**

Resultaat: een schone vaat

Werkwijze

*Werkvolgorde*

* spoel de afwas voor indien deze erg vuil is
* was eerst de glazen, dan het bestek, de borden, de schalen en als laatste de pannen
* gebruik voor het afdrogen een schone en droge theedoek
* maak als laatste asbakken en dierenbakken schoon
* of plaats de vuile vaat in de vaatwasmachine en stel die in werking
* ruim de schone vaat op
* droog afwasbak en afdruiprek af, en berg het op

*Werktechniek*

* was af in warm water met afwasmiddel
* verwijder vuil met de afwasborstel, gebruik een pannenspons voor aangekoekt vuil (niet bij teflon pannen)
* maak asbakken en dierenbakken schoon als je het afwaswater weggooit en gebruik daarvoor *niet dezelfde* afwasborstel/pannenspons, maar een oud exemplaar of een stuk keukenrol
* of maak gebruik van de vaatwasmachine indien aanwezig

Werkmaterialen

* afwasmiddel
* theedoek
* afwasborstel
* pannenspons