

TAKENOVERZICHT MET LOGITS

DRANKJES

A-1	Drankje uit de koelkast	0.7
A-2	Hete of koude instant drank	0.4
A-3	Koffie of thee zetten, een of twee personen	0.0

GEROOSTERD BROOD/ KOFFIE OF THEE

B-1	Geroosterd brood en oploskoffie, thee, instant-soep of warme chocolademelk	-0.2
B-2	Geroosterd brood en koffie of thee	-0.2

CEREAL/ DRANKJE

C-1	Koude cereal en drankje	0.2
C-2	Gekookte cereal en drankje	-0.2
C-3	Kwark of yoghurt met cereal en drankje	0.1
C-4	Gekookte cereal, enkele boterham met kaas en drankje	-0.4

EIEREN

D-1	Roereieren of gebakken eieren,geroosterd brood en drankje	-0.4
D-2	Roereieren of gebakken eieren, geroosterd brood, koffie of thee zetten	-0.5
D-3	Roereieren of gebakken eieren, vlees en koffie of thee zetten	-0.4
D-4	Omelet of roereieren met toegevoegde ingrediënten, geroosterd brood en drankje	-0.5
D-5	Roereieren of gebakken eieren, geroosterd brood en espresso-koffie	-0.6
D-6	Gekookte eieren, geserveerd in een eierdop	0.0

WENTELTEEFJES

E-1	Wentelteefjes en drankje , twee personen	-0.4
-----	--	-------------

BOTERHAMMEN

F-1	Dubbele boterham met pindakaas en jam	0.1
F-2	Dubbele boterham met vlees of kaasbeleg	0.1
F-3	Dubbele boterham met tonijn, kip of krabsalade	-0.3
F-4	Dubbele boterham met gesmolten kaas en drankje	-0.2
F-5	Enkele boterham met kaas of worst aan stuk, ongesneden zacht brood en koffie of thee	-0.2
F-6	Enkele boterham van gesneden brood met kaas of worst aan stuk en koffie of thee	-0.2
F-7	Enkele boterham met vlees of kaas met gesneden groenten	0.0
F-8	Enkele boterham met een zacht smeersel en gesneden groenten	0.1
F-9	Dubbele boterham met jam	0.1

HAPJES

G-1	Koffie of thee en koekjes/ beschuit/ crackers geserveerd aan tafel voor twee à vier pers.	-0.1
G-2	Koffie of thee met koekjes/ beschuit geserveerd op een dienblad voor twee à drie pers.	-0.1
G-3	Cake, muffins of chocolade gebakjes	-0.5

SALADES

H-1	Hüttenkäse (kwark) en fruit-salade	0.0
H-2	Verse fruit-salade, voor twee personen	-0.3
H-3	Gemengde salade met slasaus geserveerd in aparte schaaltes, twee à drie personen	-0.4
H-4	Salade geserveerd in een grote schaal met slasaus apart geserveerd	-0.3

ANDERE TAKEN VOOR BEREIDING VAN EEN MAALTIJD

I-1	Soep uit blik en crackers of voorgesneden brood	-0.2
I-2	Gebakken groene bananen	-0.1
I-3	Gebakken rijpe bananen	0.0
I-4	Witte bonen in tomatensaus of ragout en geroosterd brood	-0.2
I-5	Bereiding van groenten, een tot vier personen	-0.1
I-6	Pasta met saus, groene salade en drankje, twee personen	-0.6
I-7	Pasta met vlees, saus, groene salade en drankje	-0.7
I-8	Instant noedels, soep of bonen, een persoon	0.1
I-9	Snelkook noedels in een pan	-0.1
I-10	Gebraden vlees en groenteschotel met schaal rijst	-0.5
I-11	Gebakken rijst, een tot twee personen	-0.6

HUISHOUDEN

J-1	Vegen van de vloer	0.2
J-2	Afwassen met de hand	0.2
J-3	Stofzuigen, geen meubilair verplaatsen	0.0
J-4	Stofzuigen, lichtgewicht meubilair verplaatsen	0.0
J-5	De vloer dweilen	0.0
J-6	Stofzuigen van twee kamers op verschillende verdiepingen	-0.3
J-7	Schoonmaken van een badkamer	-0.4
J-8	Ramen lappen	0.1
J-9	Afwas met de hand, afdrogen en keukengerei opruimen	0.0

BED OPMAKEN/ BED VERSCHONEN

K-1	Bed opmaken met standaard lakens en deken of dekbed	0.5
K-2	Tegen de muur staand bed opmaken, dekbedranden naar binnen vouwen	0.4
K-3	Een vrijstaand bed opmaken, dekbedranden naar binnen vouwen	0.4
K-4	Verschonen van standaard lakens bij een vrijstaand bed	0.1
K-5	Verschonen van lakens en dekbedhoes bij een bed dat tegen de muur staat	0.0
K-6	Verschonen van lakens en dekbedhoes bij een vrijstaand bed	0.0

WASGOED

L-1	Vouwen van een mand met wasgoed	0.4
-----	---------------------------------	-----

L-2	Handwas	0.2
L-3	Vullen en aanzetten van een wasmachine	0.4
L-4	Overhemd strijken - de strijkplank opzetten, overhemd ophangen	0.0
L-5	Overhemd strijken - strijkplank staat al op, overhemd ophangen	0.1
L-6	Strijken van meerdere kledingstukken en deze in kast weghangen	-0.2
TAFEL DEKKEN		
M-1	Tafel dekken voor één of twee personen	0.3
M-2	Tafel dekken, Zweedse stijl voor vier personen	0.1
HET VERZORGEN VAN PLANTEN		
N-1	Verpotten van een kleine kamerplant	-0.1
N-2	Planten water geven en dode bladeren verwijderen	0.2
SCHOENEN		
O-1	Schoenen poetsen	0.3
ZELFZORG TAKEN		
P-1	Eten van een maaltijd	0.6
P-2	Tanden poetsen	0.6
P-3	Bovenlichaam verzorgen/ baden	0.2
P-4	Sokken en schoenen aantrekken en instappers of schoenen die al dichtgemaakt zijn	0.8
P-5	Sokken en schoenen aantrekken en dichtmaken of strikken	0.7
P-6	Bovenlichaam aankleden - kleding binnen handbereik	0.7
P-7	Boven- en onderlichaam aankleden - kleding in de kast	0.2
P-8	Bovenlichaam verzorgen en helemaal aankleden	0.0
P-9	Eten van een Aziatische maaltijd met stokjes	0.5
ONDERHOUD BUITENSHUIS		
Q-1	Buiten vegen	0.1
Q-2	Bij elkaar harken van gemaaid gras of bladeren	0.0
Q-3	Onkruid wieden	-0.1
Q-4	Het stofzuigen van de binnenkant van een auto	-0.3
PUBLIEKE TAKEN		
R-1	Winkelen	-0.0