

Vijf tips voor mensen met een hekel aan schoonmaken

## **Laat de schoonmaak swingen!**

**Hoogstraten, 2 juni 2015 – Het weekend staat voor de deur en het huis smeekt wanhopig om schoongemaakt te worden. Maar het is zo'n lekker weer buiten. Het is vaak moeilijk kiezen tussen vrije tijd en schoonmaken. Met volgende tips overwin je jezelf. Zelfs wie een hekel heeft aan schoonmaken, zal voortaan plezier hebben in het huishouden.**

### **Tip n°1**

Muziek maakt het leven aangenamer. Gewoon je favoriete plaat draaien en voor je het weet verwijder je de stofnetten op het ritme van de muziek. Een makkelijke manier om het huishouden plezierig te maken. Luister naar een meeslepend audioboek en je zal je stoffer niet meer weg willen leggen. Kijk een film terwijl je strijkt en de berg wasgoed verdwijnt als bij toverslag. Met het stoomstrijkstation van Kärcher gaat het werk gevoelig sneller. Je bent klaar in één aflevering van je lievelingsserie.

### **Tip n°2**

Wie schoonmaken leuk wil maken, gebruikt technologie en laat emmer en dweil in de kast. Het werd bewezen in een neurowetenschappelijke studie: positieve energie komt vrij. Wanneer iemand schoonmaakscenario's observeerde, bijvoorbeeld door het gebruik van een Kärcher Window Vac, werd een verhoogde activiteit opgetekend in dat deel van de hersenen dat instaat voor een goed gevoel – dezelfde zone die actief is bij het kijken naar chocolade.

### **Tip n°3**

Met twee of in groep is alles veel plezieriger. Huishoudelijk werk verloopt dubbel zo snel. Bovendien kunnen de taken worden verdeeld zodat ieder kan focussen op zijn favoriete bezigheden. Dit maakt schoonmaken al snel tot een klein feestje dat het groepsgevoel versterkt.

# SCHOONMAAKTIPS



## Tip n°4

Waarom niet twee vliegen in één klap slaan en de schoonmaak combineren met een sessie fitness? Net als met trainen, oefen je met schoonmaken en opruimen specifieke spiergroepen. Zo versterkt ramen lappen de armen en versterkt dweilen de bekkenbodemspieren. Niet alleen het huis, maar ook je figuur is in topvorm na de schoonmaak.

## Tip n°5

Over het algemeen is het beter schoon te maken in etappes tijdens je dagdagelijkse bezigheden. Heel je huis schoonmaken in één dag kan erg frustrerend zijn. Een aantal minuten per dag en kleine doelen volstaan om te voorkomen dat je tegen een onoverkomelijke schoonmaakberg aankijkt. Gewoon regelmatig stofzuigen, de meubels afstoffen of de gootsteen schoonmaken. Het betekent allemaal minder werk tijdens het weekend, zodat je meer tijd kan spenderen met familie en vrienden.

## Perscontact :

Kärcher N.V. – Industrieweg 12 – 2320 Hoogstraten - [www.karcher.be](http://www.karcher.be)

Annemie Van Dijck – [annemie.vandijck@be.karcher.com](mailto:annemie.vandijck@be.karcher.com)

Tel. : +32 (0)3 340 07 11

Fax : +32 (0)3 314 64 43