

Wat ik al zelf kan

4–6 jaar

Naam _____

	Met hulp	Helemaal zelf
4 jaar		
 Tanden poetsen met hulp	☐	☐
 Aankleden	☐	☐
 Handen wassen	☐	☐
 Speelgoed terug in de mand	☐	☐
 Jas ophangen	☐	☐
5 jaar		
 Bed opmaken (bobbels mogen)	☐	☐
 Tafel dekken	☐	☐
 Kleren in de wasmand	☐	☐
 Huisdier voeren met een schepje met een streep	☐	☐
6 jaar		
 Eigen bord afruimen	☐	☐
 Schooltas inpakken	☐	☐
 Kleren voor morgen klaarleggen	☐	☐
 Afval scheiden	☐	☐

Geef één nieuwe vaardigheid tegelijk uit handen en wacht een paar weken met de volgende.





habibee.app

Ouders: probeer de app Habibee. Je kind verdient honing met taken en ruilt die voor beloningen.

Plaatjes: Fluent Emoji van Microsoft (MIT-licentie)

Wat ik al zelf kan

7–9 jaar

Naam _____

	Met hulp	Helemaal zelf
7 jaar		
Tanden ’s ochtends en ’s avonds, aankleden, wassen, met een checklist	☐	☐
Bed opgemaakt, vloer leeg	☐	☐
Schooltas de avond ervoor inpakken	☐	☐
Tafel dekken, afval scheiden, huisdier voeren	☐	☐
Een geschreven lijstje volgen	☐	☐
8 jaar		
Tanden, aankleden en wassen, meestal zonder herinnering	☐	☐
Eigen kamer opruimen, eigen kleren vouwen	☐	☐
Huiswerk op een vast moment	☐	☐
Tafel afruimen, boodschappen uitpakken, helpen koken	☐	☐
Van de kookwekker winnen bij de trage stap	☐	☐
9 jaar		
Zelf douchen, beginnen met flossen	☐	☐
Eigen schone was opruimen	☐	☐
20 minuten lezen, bureau opgeruimd houden	☐	☐
Vaatwasser uitruimen, vloer vegen	☐	☐
Zelf denken aan één vaste afspraak per week	☐	☐

Geef één nieuwe vaardigheid tegelijk uit handen en wacht een paar weken met de volgende.

habibee.app

Ouders: probeer de app Habibee. Je kind verdient honing met taken en ruilt die voor beloningen.

Plaatjes: Fluent Emoji van Microsoft (MIT-licentie)



Wat ik al zelf kan

10–12 jaar

Naam _____

	Met hulp	Helemaal zelf
10 jaar		
 De hele ochtendroutine, op tijd klaar	☐	☐
 Eigen bed verschonen	☐	☐
 Weten wat er deze week af moet	☐	☐
 Afval buitenzetten, hond uitlaten	☐	☐
 Zonder herinnering aan één taak denken	☐	☐
11–12 jaar		
 Eigen hygiëne zonder dat iemand erom vraagt	☐	☐
 Eigen was wassen en vouwen	☐	☐
 Leren voor een toets over een paar dagen verdelen	☐	☐
 Vaatwasser inruimen, afwassen, een simpele maaltijd koken met een volwassene erbij	☐	☐
 Samen met een volwassene de week plannen	☐	☐

Geef één nieuwe vaardigheid tegelijk uit handen en wacht een paar weken met de volgende.





habibee.app

Ouders: probeer de app Habibee. Je kind verdient honing met taken en ruilt die voor beloningen.

Plaatjes: Fluent Emoji van Microsoft (MIT-licentie)