

In de keuken

Hoe vervang ik de vuilniszak?



Vorbereiding:

- Zorg dat je de vuilniszak tijdig vervangt.
Een te volle vuilniszak uithalen is moeilijker.

Deel 1. Volle vuilniszak eruit halen

Stap 1:

Haal de deksel van de vuilnisbak af of zet deze open.

(Zet eventueel je benen rondom de vuilnisbak zodat deze niet mee omhoog komt)



Stap 2:

Breng met je vingers de randjes van de vuilzak omhoog.



Stap 3:

Zoek de 2 (anders gekleurde) lintjes, neem ze vast tussen de toppen van je vingers en trek naar buiten.



Stap 4:

Trek nu deze lintjes omhoog.



Stap 5:

Neem met 1 hand de rand van de vuilnisbak vast en hou je andere hand aan de lintjes van de vuilzak.



Stap 6:

Trek nu met 1 hand, die de vuilzak vast heeft, de vuilzak omhoog en hou met je andere hand de vuilnisbak tegen.

(hou hierbij je benen goed rondom de vuilnisbak om hem op de grond te houden)



Stap 7:

Zet de vuilzak, tussen je benen, voor je neer op de grond.



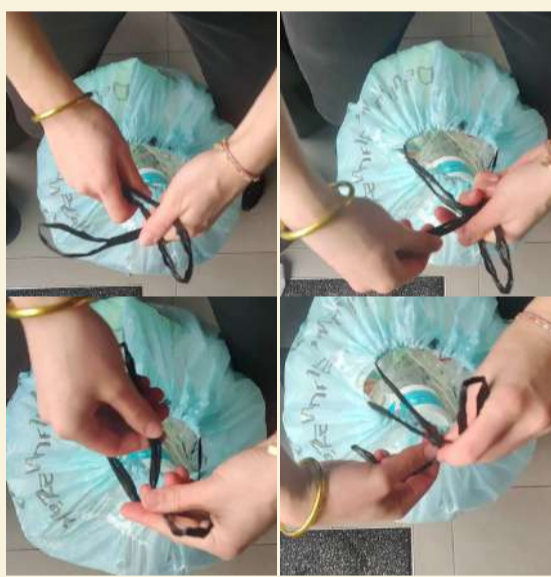
Stap 8:

Neem de uiteinden van de lintjes van de zak tussen je vingers vast.

Stap 9:

Maak een knoop:

Hou de 2 lintjes goed bij elkaar en maak een knoop.



Stap 10:

Trek beide lintjes nu naar buiten om de knoop strak te trekken.

De zak sluit nu.



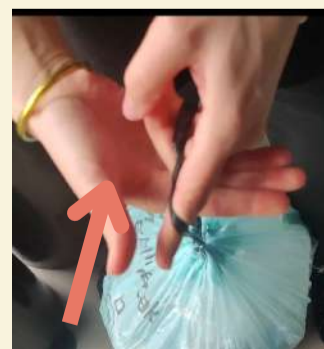
Stap 11:

Maak nog een knoop: herhaal stap 9-10.

Stap 12:

Schuif de lintjes over een hand en til de zak op.

(Als de zak erg vol zit kan je hem ook bij de top vastpakken zodat hij niet scheurt)



Stap 13:

Zet de zak weg.

(breng hem naar buiten)



Deel 2. Nieuwe vuilniszak erin doen

Stap 1:

Neem de rol vuilniszakken en ga hiermee aan tafel staan.



Stap 2:

Neem met 1 hand de eerstvolgende zak vast en met de andere hand de rol.

Stap 3:

Breng de hand dat de nieuwe zak vast heeft wat in de lucht en laat de rol in je hand uitrollen (boven tafel) tot je een afscheurstrip ziet.



Stap 4:

Leg de rol op tafel en scheur heel voorzichtig de zak af op de afscheurlijn (stap 5).



Stap 5:

Neem de zak tussen beide wijsvingers en duim, handen langs de scheurlijn. Scheur de zak voorzichtig af.

(hou eventueel met je andere vingers de rol tegen)



Stap 6:

De zak zit dubbelgevouwen. Pak de 2 zijden van de zak tussen je vingers en trek hem uit elkaar.



Stap 7:

Leg de zak op tafel en zoek de bovenkant.

(herkenbaar door de lintjes)



Stap 8:

Neem in elke hand de 2 zijdes van de zak (bij de lintjes) tussen je vingers en trek ze uit elkaar.



Stap 9:

Hou de zak nu voor je en wapper er 3x mee zodat 'ie goed opent.



Stap 10:

Ga met de zak boven de vuilnisbak staan en hou met 1 hand de rand van de zak vast en steek de andere hand in de zak.



Stap 11:

Breng de zak dieper in de vuilnisbak door hem met je arm hierin te duwen.



Stap 12:

Neem nu opnieuw de randjes van de zak vast en breng deze met je vingers rondom de bovenkant van de vuilnisbak.



Stap 13:

Zorg dat alle randjes goed om de vuilnisbak zitten en

open de zak eventueel een beetje terug door je handen

erin te steken en naar buiten te bewegen.



Stap 14:

Zet de deksel terug op de

vuilnisbak of doe deze terug dicht.

