

Rutina práctica de limpieza (semanal)

Lunes: ¡Trapea!

- Recibidor
- Gradas
- Sala familiar
- Pérgola
- Dormitorio
- Cocina
- Baños

Martes: Baños

- Lavar los inodoros
- Limpiar bañeras y duchas
- Desinfecta los lavamanos y las encimeras del baño
- Si tienes cortinas en las duchas, rocíalas con desinfectante
- Cambia las toallas
- Saca las alfombras de baño y lávalas
- Revisa los artículos de tocador para ver qué está vacío

Miércoles: ¡Adiós polvo, los gérmenes y suciedad!

- Microondas
- Tostador
- Mesas
- Televisión
- Juguetes
- Espejos
- Ventiladores
- Picaportes
- Manijas de la refrigeradora
- Estufa
- Marcos de ventanas
- Persianas
- Lámparas y todo lo relacionado con la iluminación
- Muebles

Jueves: Descarta y tira

- Correo basura
- Revistas
- Catálogos
- Periódicos
- Comida
- Ropa
- Proyectos escolares o de manualidades que no planeas conservar

Viernes: Día de lavandería

- Remojar la ropa con manchas difíciles
- Asegúrate de que los uniformes deportivos de los niños estén listos para los juegos de fin de semana
- Lava sábanas y toallas
- Lava las frazadas de la sala familiar
- Lava a mano las prendas delicadas
- Lavar los vuelos de las camas (una vez al mes)
- Dobra y guarda la ropa limpia
- Separa los trajes y vestidos para la lavandería

Sábado: Limpieza de 20 minutos

¡Relájate! Los sábados la limpieza debes reducirla a 20 minutos y con la ayuda de toda tu familia. Saca el temporizador y haz una limpieza ligera en este tiempo.

Domingo: Día libre

¡Tómate un descanso! Date un tiempo para ti y disfruta que te consientan.