

# Rotina de organização semanal da casa

@acozinhadasinhorini

O lar é de todos! Chegou mais cedo?  
Veja como pode contribuir:

## Todos os dias

- Arrumar as camas
- Lavar a louça
- Tirar os lixos
- Organizar o básico(almofadas do sofá, papéis, roupas fora do lugar, copos espalhados ou brinquedos)
- Preparar a refeição do dia ou
- Antecipar a refeição seguinte (descongelar/picar)
- Separar a roupa do dia seguinte
- Revisar as agendas e bolsas para o próximo dia



## Segunda-feira

Após o final de semana, vamos organizar o que estiver fora do lugar para começar bem a semana. Não precisa ser uma limpeza muito rígida, precisa ficar agradável, habitável.

A Bênção do Lar de hoje inclui:

- Organizar a baguncinha do final de semana
- Retirar lençóis e toalhas para lavar
- Varrer ou aspirar ou passar pano(mop) no chão
- Limpar o banheiro superficialmente ( esvazie o lixo, borrife lysoform ou desinfetante na pia, vaso e cesto de lixo, aguarde 10 minutos. Esfregue dentro do vaso com escovinha própria e com a ajuda de papel toalha ou lenço descartável, seque a pia e o vaso sanitário).



## Terça-feira

- Guardar a roupa que estava no varal(ou passar se ainda for o costume)
- Lavar a roupa da família
- Organizar a geladeira, retirando sobras de comida e limpando, se necessário
- Aguar as plantas e/ou escovar o pet



## Quarta-feira

A Bênção do Lar de hoje inclui:

- Organizar os itens que estejam fora do lugar(brinquedos,roupas,livros)
- Guardar as roupas secas(ou passar se ainda for o costume)
- Varrer ou aspirar ou passar pano(mop) no chão
- Limpar o banheiro superficialmente ( esvazie o lixo, borrife lysoform ou desinfetante na pia, vaso e cesto de lixo, aguarde 10 minutos. Esfregue dentro do vaso com escovinha própria e com a ajuda de papel toalha ou lenço descartável, seque a pia, o cesto e o vaso sanitário).

@acozinhadasinhorini

# Rotina de organização semanal da casa

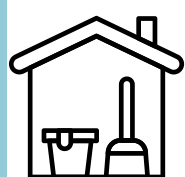
@acozinhadasinhorini

O lar é de todos! Chegou mais cedo?  
Veja como pode contribuir:

## Quinta-feira



- Lavar o(s) banheiro(s)
- Tirar o pó
- Limpar espelhos
- Conferir se precisa lavar roupa
- Aguar as plantas e/ou escovar o pet



## Sexta-feira



A Bênção do Lar de hoje inclui:

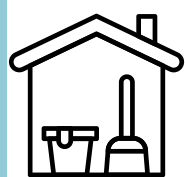
- Organizar os itens que estejam fora do lugar(brinquedos,roupas,livros)
- Guardar as roupas secas, caso tenha lavado ontem
- Varrer ou aspirar
- Passar pano(mop) no chão
- Lavar a cozinha e lavanderia(ou limpar com mais atenção)
- Limpar o banheiro superficialmente ( esvazie o lixo, borrife lysoform ou desinfetante na pia, vaso e cesto de lixo, aguarde 10 minutos. Esfregue dentro do vaso com escovinha própria e com a ajuda de papel toalha ou lenço descartável, seque a pia, o cesto e o vaso sanitário).



## Sábado



- Lavar roupa
- Repor a geladeira para a semana
- Fazer um programa divertido para relaxar



## Domingo



- Guardar roupas secas
- Organizar as agendas e bolsas da semana
- Rezar e curtir a tarde em família(dominó, uma caminhada, conversar sobre os planos para a semana, jogo de tabuleiro)

### Dicas:

- Coloque uma música divertida, audiolivro ou podcast para ser mais leve
- Guarde os produtos e acessórios de limpeza sempre no mesmo lugar
- Coloque um timer e se desafie a cumprir aquele tempo determinado. Geralmente 40 minutos em um apartamento de 2 quartos e tudo estará pronto. Isso evita que você transforme uma bênção do lar em faxina completa
- O objetivo é manter sua casa em ordem, agradável de viver. Não critique o que foi feito, "Feito é melhor que perfeito!" . APROVEITE BEM O TEMPO EXTRA LIVRE!!!

