Cuidado da Casa

SEU CRONOGRAMA DE

Limpeza Semanal

Tarefas diárias	S	T	Q	Q	S	S	D
Arrumar a cama							
Lavar a louça							
Guardar a louça							
Limpar a pia da cozinha							
Limpar fogão							
Varrer o chão dos cômodos							
Limpar a mesa de jantar							
Recolher bagunças							
Recolher o lixo							
Limpar a pia do banheiro							

Segunda-feira

Cozinha

- [ ] Limpar balcões
- [ ] Limpar armários (portas e prateleiras)
- [ ] Limpar geladeira
- [ ] Limpar Micro-ondas
- [ ] Limpar escorredor
- [ ] Limpar chão
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Terça-feira

Quarto

- [ ] Tirar pó dos móveis
- [ ] Limpar portas dos móveis
- [ ] Trocar Lençol
- [ ] Trocar fronhas
- [ ] Organizar roupas
- [ ] Organizar objetos
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Quarta-feira

Banheiros

- [ ] Limpar espelhos
- [ ] Limpar box
- [ ] Limpar pia
- [ ] Limpar bancada
- [ ] Desinfetar vaso
- [ ] Organizar armários
- [ ] Limpar armários
- [ ] Limpar azulejos
- [ ] Limpar o chão
- [ ]
- [ ]

Quinta-feira

Sala

- [ ] Limpar móveis
- [ ] Aspirar sofás e tapetes
- [ ] Limpar eletrônicos
- [ ] Tirar pó de objetos
- [ ] Organizar objetos
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Sexta-feira

Pisos / Roupas

- [ ] Varrer pisos da casa
- [ ] Passar pano nos pisos da casa
- [ ] Lavar roupas da família
- [ ] Passar as roupas
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

Sábado/Domingo

Geral

- [ ] Organizar áreas externas
- [ ] Limpar sacadas e quintal
- [ ] Organizar roupas limpas
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

O que você precisa

Acessórios

1. Vassoura
2. Rodo
3. Pá de lixo
4. Esponjas de limpeza
5. Panos de limpeza
6. Escova de cerdas duras
7. Aspirador de pó
8. Balde de limpeza
9. Luvas de borracha
10. Sacos de lixo

Produtos

- **Detergente**
  onde usar: cozinha, banheiro,superfícies laváveis;
- **Limpa vidros Ajax**
  onde usar: janelas, espelhos, box do banheiro;
- **Desinfetante Pinho Sol**
  onde usar: banheiro, áreas de contato com as mãos, superfícies de alta utilização;
- **Sabão líquido OLA**
  onde usar: lavanderia, máquina de lavar;
- **Sabão em barra**
  onde usar: lavanderia, limpeza geral.

*Sempre siga as instruções de uso e armazenamento dos produtos para garantir uma limpeza eficaz e segura