

PLAN DE LIMPIEZA

5 DÍAS | 3 HORAS

Cuélgame junto a los productos de limpieza y ten a mano las limpiezas "extras"

	LUNES 3 HORAS	LUNES 3 HORAS	LUNES 3 HORAS	JUEVES 3 HORAS	VIERNES 3 HORAS
LIMPIEZA <small>Limpia mientras funciona la lavadora y "piensa" mientras limpias.</small>	Baño: 15 min Aseo: 10 min Hab. matrimonio: (cambio sábanas) 15 min Habitación niños: (cambio sábanas) 15 min Cocina: 15 min Tiempo: 1,30h	Orden y supervisión Tiempo: 30 min	Orden y supervisión Tiempo: 30 min	Baño: 15 min Aseo: 10 min Hab. matrim: 15 min Hab. niños: 15 min Cocina: 15 min Tiempo: 1,30h	Orden y supervisión Tiempo: 30 min
LAVAR Y COLGAR	Sábanas: 2 lav. 2h Ropa blanca: 1 lav.: 1h Programas: 2,30h Colgar ropa: 8 min	Toallas: 1 lav. 1h Doblar sábanas: 10 min Ropa oscura: 1 lav. 45 min Ropa delicada: 1,30 min Programas: 1,45h Preparación: 30min Doblado: 10 min	Manteles y servilletas: 1 lav. 2h Trapos cocina*: 1 lav. 1h Programas: 1,45h Preparación: 30 min Colgar: 10 min		
PLANCHA		Ropa blanca: sábanas y ropa blanca Plancha: 1h		Resto de plancha: Acabar con toda la plancha Plancha: 1,30h	
EXTRAS	Ver listado: y anotar fecha. Elige uno o dos. Extras: 15 min			Ver listado: y anotar fecha. Elige uno o dos. Extras: 15 min	Ver listado: y anotar fecha. Elige uno o dos. Extras: 15 min
TOTAL LIMPIEZA Y ROPA	3h EMPLEADA DEL HOGAR	2h	1,30h	3h EMPLEADA DEL HOGAR	45 min

* **Trapos cocina:** si los cambias a diario, por ejemplo después de recoger la cocina al medio día, puedes meterlos **con las toallas** a 50°C tranquilamente.

* **Trapos limpieza:** procura acumular durante una semana o dos máximo. Antes de meter en la lavadora déjalos un poco a remojo con amoníaco y jabón de teco.