

TRABAJO MEDIA JORNADA

NO TENGO EMPLEADA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
LIMPIEZA	Limpieza a fondo de toda la casa <i>cuando llegues del trabajo</i> <i>Puedes adelantar algo antes de irte</i>	Ventilar y ordenar <i>según necesites</i>	Ventilar y ordenar <i>fíjate un poco más en los baños</i>	Ventilar y ordenar <i>según necesites</i>	Ventilar y ordenar <i>de cara al fin de semana</i>
LAVAR	<i>Programar domingo por la noche la</i> Ropa del fin de semana: <i>Secar, doblar y a los armarios el mismo lunes</i>	Toallas 50 °C: <i>Poner toallas limpias en los baños</i> Secar y recoger toallas en el día	Sábanas 40 °C <i>(Si son de tergal a 30 °C)</i> <i>Secar y guardar</i> Ropa blanca 30°C <i>Preparar para planchar</i>		Ropa blanca 40 °C Ropa deporte en frío / 30 °C Lavar ropa de colegio por la tarde
PLANCHA				Día de plancha: todo en 2 horas Planchar y distribuir	
COCINA	Actualizar sobras de la nevera <i>(ordénala)</i> Cena: <i>que sea de fácil preparación</i>	Organízate como te convenga. <i>Antes de entrar en la cocina, la ropa y la limpieza conviene que estén terminadas</i> La cocina siempre es lo último			Adelantar comida del f/s Hacer menús <i>de la siguiente semana y la lista compra</i>
COMPRA	Hacer la compra el fin de semana <i>Mientras la colocas, aprovecha para ir limpiando con una microfibra</i>				

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 taco.



PiaOrganiza.es

Tu Casa, tus cosas, organizadas

PLAN DE TRABAJO | PiaOrganiza

ORGANIZACIÓN FAMILIAR

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
LIMPIEZA					
LAVAR					
PLANCHA					
COCINA					

COMPRA

Hacer la compra el fin de semana

Mientras la colocas, aprovecha para ir limpiando con una microfibra

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 taco.