

Rutina de LIMPIEZA

¡MANTÉN TU HOGAR LIMPIO!

LUNES

- Hacer las camas
- Lavar los platos
- Limpiar encimeras, vitro y mesas
- Recoger juguetes
- Guardar cada cosa en su lugar
- Aspirar/barrer las áreas de alto tráfico
- Ropa clara

MARTES

- Hacer las camas
- Lavar los platos
- Limpiar encimeras, vitro y mesas
- Recoger juguetes
- Guardar cada cosa en su lugar
- Aspirar/barrer las áreas de alto tráfico
- Ropa Color

MIÉRCOLES

- Hacer las camas
- Lavar los platos
- Limpiar encimeras, vitro y mesas
- Recoger juguetes
- Guardar cada cosa en su lugar
- Aspirar/barrer las áreas de alto tráfico
- Ropa Oscura

JUEVES

- Hacer las camas
- Lavar los platos
- Limpiar encimeras, vitro y mesas
- Recoger juguetes
- Guardar cada cosa en su lugar
- Aspirar/barrer las áreas de alto tráfico
- Ropa delicada

VIERNES

- Hacer las camas
- Lavar los platos
- Limpiar encimeras, vitro y mesas
- Recoger juguetes
- Guardar cada cosa en su lugar
- Aspirar/barrer las áreas de alto tráfico
- Uniformes

SÁBADO

- Hacer las camas
- Lavar los platos
- Limpiar encimeras, vitro y mesas
- Recoger juguetes
- Guardar cada cosa en su lugar
- Aspirar/barrer las áreas de alto tráfico
- Sábanas

DOMINGO

- Hacer las camas
- Lavar los platos
- Limpiar encimeras, vitro y mesas
- Recoger juguetes
- Guardar cada cosa en su lugar
- Aspirar/barrer las áreas de alto tráfico

OBLIGATORIO SEMANAL

- Cocina
- Lavar toallas (después de 3 usos)
- Baños
- Tirar basura
- Revisión nevera
- Suelos

Rutina de LIMPIEZA

¡MANTÉN TU HOGAR LIMPIO!

MES:

- Rodapiés *fecha:* _____
- Interruptores de luz *fecha:* _____
- Puertas *fecha:* _____
- Ventanas al completo *fecha:* _____
- Filtros de aire *fecha:* _____
- Horno *fecha:* _____
- Cafetera y tostadora *fecha:* _____
- Desinfectar lavadora *fecha:* _____
- Quitar el polvo a fondo *fecha:* _____
- Frigorífico *fecha:* _____

MES:

- Rodapiés *fecha:* _____
- Interruptores de luz *fecha:* _____
- Puertas *fecha:* _____
- Ventanas al completo *fecha:* _____
- Filtros de aire *fecha:* _____
- Horno *fecha:* _____
- Cafetera y tostadora *fecha:* _____
- Desinfectar lavadora *fecha:* _____
- Quitar el polvo a fondo *fecha:* _____
- Frigorífico *fecha:* _____

MES:

- Rodapiés *fecha:* _____
- Interruptores de luz *fecha:* _____
- Puertas *fecha:* _____
- Ventanas al completo *fecha:* _____
- Filtros de aire *fecha:* _____
- Horno *fecha:* _____
- Cafetera y tostadora *fecha:* _____
- Desinfectar lavadora *fecha:* _____
- Quitar el polvo a fondo *fecha:* _____
- Frigorífico *fecha:* _____

MES:

- Rodapiés *fecha:* _____
- Interruptores de luz *fecha:* _____
- Puertas *fecha:* _____
- Ventanas al completo *fecha:* _____
- Filtros de aire *fecha:* _____
- Horno *fecha:* _____
- Cafetera y tostadora *fecha:* _____
- Desinfectar lavadora *fecha:* _____
- Quitar el polvo a fondo *fecha:* _____
- Frigorífico *fecha:* _____

MES:

- Rodapiés *fecha:* _____
- Interruptores de luz *fecha:* _____
- Puertas *fecha:* _____
- Ventanas al completo *fecha:* _____
- Filtros de aire *fecha:* _____
- Horno *fecha:* _____
- Cafetera y tostadora *fecha:* _____
- Desinfectar lavadora *fecha:* _____
- Quitar el polvo a fondo *fecha:* _____
- Frigorífico *fecha:* _____

MES:

- Rodapiés *fecha:* _____
- Interruptores de luz *fecha:* _____
- Puertas *fecha:* _____
- Ventanas al completo *fecha:* _____
- Filtros de aire *fecha:* _____
- Horno *fecha:* _____
- Cafetera y tostadora *fecha:* _____
- Desinfectar lavadora *fecha:* _____
- Quitar el polvo a fondo *fecha:* _____
- Frigorífico *fecha:* _____

Rutina de LIMPIEZA

¡MANTÉN TU HOGAR LIMPIO!

TRIMESTRE:

- Luces *fecha:* _____
- Puertas de armarios *fecha:* _____
- Azulejos *fecha:* _____
- Ventanas *fecha:* _____
- Mover muebles *fecha:* _____
- Telarañas *fecha:* _____
- Lavar alfombras *fecha:* _____
- Limpiar cubos de basura *fecha:* _____
- Sofá *fecha:* _____
- Manchas de paredes *fecha:* _____

TRIMESTRE:

- Luces *fecha:* _____
- Puertas de armarios *fecha:* _____
- Azulejos *fecha:* _____
- Ventanas *fecha:* _____
- Mover muebles *fecha:* _____
- Telarañas *fecha:* _____
- Lavar alfombras *fecha:* _____
- Limpiar cubos de basura *fecha:* _____
- Sofá *fecha:* _____
- Manchas de paredes *fecha:* _____

TRIMESTRE:

- Luces *fecha:* _____
- Puertas de armarios *fecha:* _____
- Azulejos *fecha:* _____
- Ventanas *fecha:* _____
- Mover muebles *fecha:* _____
- Telarañas *fecha:* _____
- Lavar alfombras *fecha:* _____
- Limpiar cubos de basura *fecha:* _____
- Sofá *fecha:* _____
- Manchas de paredes *fecha:* _____

TRIMESTRE:

- Luces *fecha:* _____
- Puertas de armarios *fecha:* _____
- Azulejos *fecha:* _____
- Ventanas *fecha:* _____
- Mover muebles *fecha:* _____
- Telarañas *fecha:* _____
- Lavar alfombras *fecha:* _____
- Limpiar cubos de basura *fecha:* _____
- Sofá *fecha:* _____
- Manchas de paredes *fecha:* _____

6 MESES:

- Descartar *fecha:* _____
- Reorganizar *fecha:* _____
- Donar artículos sin uso *fecha:* _____
- Lavar cortina ducha *fecha:* _____
- Alfombras *fecha:* _____
- Limpiar trastero *fecha:* _____
- Limpiar colchón *fecha:* _____
- Lavar cortinas *fecha:* _____

6 MESES:

- Descartar *fecha:* _____
- Reorganizar *fecha:* _____
- Donar artículos sin uso *fecha:* _____
- Lavar cortina ducha *fecha:* _____
- Alfombras *fecha:* _____
- Limpiar trastero *fecha:* _____
- Limpiar colchón *fecha:* _____
- Lavar cortinas *fecha:* _____