

2

SEGUNDA

3

TERÇA

4

QUARTA

5

QUINTA

6

SEXTA

<p>Todos os dias</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Arrumar a cama • Guardar e organizar as coisas fora do lugar • Abrir a janela e armários por pelo menos 1h • Manter o vaso e a pia do banheiro limpos • Lavar a louça e limpar a bancada da cozinha • Limpar a mesa de jantar • Tirar o lixo
<p>1x por semana ou a cada 15 dias</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lavar banheiro, box, espelhos. • Limpar portas • Limpar vidros da varanda e janelas • Passar uma vassoura macia no teto • Limpar ventilador de teto e em cima dos guarda-roupas • Passar um pano úmido nos armários da cozinha e eletrodomésticos • Trocar lençóis, tapetes, toalhas, pano de prato. • Deixar de molho: meias, lenços do João e panos de prato antes de lavar. • Limpar atrás da cama (solução anti-mofo) • Limpar o microondas • Passar um pano com detergente neutro e vinagre na Geladeira • Esvaziar e lavar o escorredor de pratos • Limpar atrás da geladeira e atrás da maquina de lavar • Passar roupas, se tiver (15 dias)
<p>1x por mês (início do mês)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Limpar máquina de lavar-roupas • Lavar a capa das almofadas e colcha do sofá • Lavar colcha grossas das cama • Limpeza pesada do fogão (grelhas, queimadores etc) • Limpeza pesada da geladeira
<p>1x por 3 meses</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Limpar por dentro dos armários e gavetas (cozinha, sala, quartos e banheiro) • Limpar cromados (maçaneta de porta, pés de mesas, ducha higiênica, torneiras, puxadores, suporte para toalhas) • Limpar os ralos
<p>1x por ano</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lavar as cortinas • Afastar os móveis grandes para limpar poeira e mofo.