



# GUIA DE LIMPEZA

Imprima esse checklist para ajudar na rotina de limpeza de casa.

### TODOS OS DIAS

- Lavar a louça
- Passar pano na cozinha
- Separar o lixo para reciclagem

### SEMANALMENTE

- Limpar o banheiro
- Trocar a roupa de cama
- Passar o aspirador de pó
- Lustrar os móveis
- Trocar conjunto de toalha (mão, banho, etc)
- Trocar pano de prato
- Lavar roupa (o melhor é deixar as roupas acumularem para economizar água e luz)
- Limpar janelas
- Descartar jornais e revistas
- Passar roupa

### MENSALMENTE

- Limpar geladeira
- Jogar fora comida e remédios fora da validade
- Limpar armários da cozinha
- Limpar ralos

### A CADA SEIS MESES

- Limpar calhas
- Virar o colchão para que não fique com o formato do corpo
- Lavar tapetes
- Arrumar o closet e dar roupas para adoção

### ANUALMENTE

- Limpar a lareira
- Virar livros na estante para não deformar