Cronograma de limpieza semanal

Un día, una zona: así la casa se mantiene sin maratones

Semana del _____ al _____ Mes: _____

Todos los días	L	M	M	J	V	S	D
Tender las camas	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Lavar los trastes y secar el fregadero	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Limpiar la barra y la mesa	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Recoger lo que está fuera de su lugar	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sacar la basura si está llena	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Lunes — Cocina

- ☐ Limpiar la estufa y el microondas
- ☐ Tallar el fregadero y la llave
- ☐ Trapear el piso de la cocina
- ☐ _____

Martes — Baños

- ☐ Tallar el inodoro y el lavabo
- ☐ Limpiar el espejo y la regadera
- ☐ Cambiar las toallas
- ☐ _____

Miércoles — Recámaras

- ☐ Cambiar las sábanas
- ☐ Sacudir buró, cómoda y repisas
- ☐ Barrer debajo de la cama
- ☐ _____

Jueves — Sala y comedor

- ☐ Sacudir repisas y la pantalla
- ☐ Aspirar el sofá y los cojines
- ☐ Limpiar la mesa y las sillas
- ☐ _____

Viernes — Pisos

- ☐ Barrer toda la casa
- ☐ Trapear toda la casa
- ☐ Sacudir los tapetes
- ☐ _____

Sábado — Ropa

- ☐ Lavar y tender la ropa
- ☐ Doblar y guardar
- ☐ Lavar trapos y jergas
- ☐ _____

Domingo — Planear

- ☐ Revisar la despensa
- ☐ Anotar los productos que faltan
- ☐ Repartir las tareas de la semana
- ☐ _____

Notas de la semana