

Organización semanal | 5 días | 3 horas cada día

Sígueme y llegarás a todo | Ten a mano las limpiezas "extras"

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|--|--|--|---|---|
| | Empleada 3h | Empleada 3h | Empleada 3h | Empleada 3h | Empleada 3h |
| LIMPIEZA Limpia mientras funciona la lavadora y "piensa" mientras limpia. | <p>Dormitorios: (cambio sábanas) 45 min Supervisar y ordenar resto de estancias, baño y aseo: 30 min Tiempo: 1,15h</p> | <p>Baños: 30 min Supervisar y ordenar resto de estancias: 30 min</p> | <p>Sala de estar: 30 min Supervisar y ordenar resto de estancias: 30 min</p> | <p>Cocina: 45 min Supervisar y ordenar resto de estancias: 30 min</p> | <p>Baños: 30 min Supervisar y ordenar resto de estancias: 30 min</p> |
| LAVAR Y COLGAR | <p>Sábanas 40°C: 2 lav. 2h Ropa blanca: 1 lav. 1h Colgar sábanas: 4 min Colgar R. blanca: 4 min</p> | <p>Toallas 50°C: 1 lav. 1h Colgar toallas: 10 min Doblar sábanas: 10 min</p> | <p>Ropa oscura: 1 lav. 30 min Ropa delicada: 1 lav. 30 min Colgar todo: 4 + 4 min Doblar toallas: 10 min Guardar toallas</p> | <p>Mantelerías: Desmanchar antes 45 min Paños cocina* a 50°C: 55 min Trapos limpíeza* a 60°C: 55 min Colgar todo: 4 + 4 + 4 min</p> | <p>Ropa deporte: 55 min Doblar trapos: 5 min Lavar uniformes por la tarde: 55 min Colgar uniformes: 4 min</p> |
| COCINA | <p>Cena Preparar Actualizar sobras de la nevera</p> | <p>Cena Preparar</p> | <p>Preparar comida de 2 días Reservar Adelantar cena de 2 días Reservar</p> | <p>Limpiar despensa Supervisar: nevera y congelador</p> | <p>Cena: Preparar Adelantar: Comida sábado (Tendrás comida + cena)</p> |
| PLANCHA | | <p>Sábanas 45 min Planchar, airear y guardar Uniformes</p> | | <p>Ropa 2h Planchar y distribuir</p> | <p>Manteles 45 min Planchar, airear y guardar</p> |
| EXTRAS | <p>Elegir del listado "extras": 1 o 2 Anotar fecha 15-20 min</p> | <p>Ventanas y cristales zona 1 15-20 min</p> | <p>Ventanas y cristales zona 1 15-20 min</p> | <p>Elegir del listado "extras": 1 o 2 Anotar fecha 15-20 min</p> | <p>Elegir del listado "extras": 1 o 2 Anotar fecha 15-20 min</p> |

* **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 limpíeza:** procura acumular durante una semana o dos máximo. Antes de meter en la lavadora déjalo un poco a remojo con amoniaco y jabón de tizo.

