

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

\* **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 limpieza:** procura acumular durante una semana o dos máximo. Antes de meter en la lavadora déjalos un poco a remojo con amoníaco y jabón de taco.

