

CHALLENGE LIMPIEZA QUE FLIPAS

30 DIAS

especial primavera

baños

DIA	Limpiar...	X
1	Botiquín y armarios.	
2	Ducha / bañera, cortina, paredes y grifería	
	Lavabos y grifería	
	Espejos ¡También el de mano!	
3	Inodoro. Limpiar o cambiar la escobilla	
	Bidé, estanterías y toalleros	
	Ventanas y cortinas	
	Suelo	

cocina

DIA	Limpiar...	X
4	Horno, bandejas, rejillas y el cajón de debajo	
	Microondas	
5	Frigorífico y congelador	
	Lavadora, secadora y lavavajillas.	
6	Extractor	
	Cocina	
	Otros electrodomésticos	
7	Fregadero y el mueble que lo contiene.	
	Mueble o cubo (o los dos) de la basura.	
	Escobero, cubo y recogedor, escoba...	
8	Despensa, especiero... y sus armarios	
9	Platos, cubiertos, vasos... y sus armarios	
10	Cazuelas, sartenes... y sus armarios	
	Encimera y todo lo que esté por encima	
11	Mesas y sillas	
	Paredes y techos. Azulejos. Encima de los muebles y la lámpara	
	Ventanas y cortinas	
12	Suelos, zócalos y por debajo de los muebles	
	Cesto de la colada, plancha y la tabla	
	Mascotas: comedero y bebedero y camas	
	Arenero (la bandeja entera, no sólo cambiar la tierra), jaula, pecera, terrario ¡lo que sea!	
	Juguetes y correas	

comedor

DIA	Limpiar...	X
13	Ordenar y revisar	
	Adornos y Mobiliario	
	Cuadros y espejos	
	Lamparas, bombillas e interruptores	
	Puertas y ventanas	
	Alfombras, zócalos y suelos	

salón

DIA	Limpiar...	X
14	Ordenar y revisar	
	Televisor, equipo, altavoces, consolas...	
	Adornos y Mobiliario	
15	Sofás, sillones, cojines, fundas y mantas	
	Lamparas, bombillas e interruptores	
16	Cuadros y espejos	
	Puertas y ventanas	
	Alfombras, zócalos y suelos	

dormitorios

DIA	Limpiar...	X
17	Poner al día las lavadoras y revisar los atillos	
18	Ordenar y revisar armarios y ropa	
19	Ordenar y revisar, estanterías, muebles y cajones	
	Ordenar y revisar los juguetes	
20	Lavar todos los textiles (cojines, edredones...)	
	Hacer las camas y cambiar las sábanas	
	Adornos y mobiliario	
21	Lamparas, bombillas e interruptores	
	Cuadros y espejos	
	Puertas y ventanas	
	Alfombras, zócalos y suelos	

estudio

DIA	Limpiar...	X
22	Escritorio, silla y papelera	
	Equipos y cables	
23	¡Aprovecha! Haz backup, organiza fotos, actualiza lo que sea necesario... ¡Y haz lo mismo con el móvil!	
24	Ordenar y limpiar el resto de mobiliario, cajoneras, estanterías, etc	
25	Lamparas, bombillas e interruptores	
	Cuadros y espejos	
	Puertas y ventanas	
	Alfombras, zócalos y suelos	

entrada

DIA	Limpiar...	X
26	Ordenar y revisar zapateros, percheros...	
	Adornos y Mobiliario	
	Lamparas, bombillas e interruptores	
	Cuadros y espejos	
	Puertas y ventanas	
	Alfombras, zócalos y suelos	

otros

DIA	Limpiar...	X
27	Plantas y revisar macetas	
	Adornos y Mobiliario de exterior	
	Lamparas, bombillas e interruptores exterior	
	Suelos, barandillas y adornos de exterior	
28	Trastero	
29	Coche, moto, bici ¡o lo que tengas!	
30	Has dedicado 29 días a tu casa, pero esto no es nada si hoy no te regalas un buen baño ¡o una escapada a un spa con tu compañero/a de fatigas! ¡Disfruta tu primavera!	

I AM A MESS