

EJEMPLO DISTRIBUCIÓN
DE TAREAS DOMÉSTICAS



LUNES

LAVAR, SECAR Y GUARDAR ROPA
(EL ACUMULADO DEL FIN DE SEMANA)

MARTES

COCINAR PARA LA SEMANA
(PORQUE EL LUNES SE COMEN LAS
SOBRAS DEL FIN DE SEMANA)

MIÉRCOLES

LIMPIAR BANOS
VACIAR BASUREROS

JUEVES

LAVAR, SECAR Y GUARDAR ROPA
(PORQUE AL DIA SIGUIENTE ES 100%
SABANAS Y TOALLAS)

VIERNES

CAMBIO Y LAVADO DE
SABANAS Y TOALLAS

SÁBADO

ASPIRAR Y TRAPEAR
(MARIDO EN CASA, ENTRE LOS DOS SE
HACE MAS RAPIDO)

DOMINGO

LIMPIAR BANOS
VACIAR BASUREROS

*EL RESTO DE LOS ESPACIOS Y SUPERFICIES PUEDES OR LIMPIANDO EN LA MEDIDA QUE SE VAN USANDO
O NECESITANDO. LIBERATE DE LA CARGA DE TENER QUE TENER TODO IMPECABLE SIEMPRE.



Mamá Sin Caos

TU DISTRIBUCIÓN DE TAREAS DOMÉSTICAS

combatiendo el caos

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO



Mamá Sin Caos