

Limpeza Completa

A limpeza em quatro camadas: a diária mantém, a semanal restaura, a mensal renova e a sazonal transforma.

CAMADA 1 · TAREFAS DIÁRIAS

10 a 15 minutos por dia. Ações de manutenção que impedem o acúmulo.

TAREFA	ONDE	TEMPO
Arrumar camas	Quartos	3 min
Lavar louça das refeições	Cozinha	5 min
Limpar bancadas da cozinha	Cozinha	2 min
Passar pano no fogão	Cozinha	1 min
Guardar objetos fora do lugar	Toda a casa	3 min
Esvaziar lixeira principal	Cozinha	1 min
Secar pia do banheiro	Banheiro	1 min
Varrer área de maior circulação	Sala / Corredor	3 min

CAMADA 4 · TAREFAS SAZONAIS

A cada três meses. Escolha uma manhã por trimestre e anote no calendário.

- Limpar atrás de geladeira, fogão e máquina de lavar
- Virar e aspirar colchões
- Lavar cobertores, edredons e capas de travesseiro
- Limpar calhas, ralos externos e caixas d'água
- Revezar roupas de estação nos armários
- Descartar objetos, roupas e papéis desnecessários
- Dedetizar ou aplicar repelentes em áreas externas
- Verificar vedações de portas e janelas
- Limpar luminárias e ventiladores de teto
- Revisar contratos, assinaturas e documentos vencidos

CAMADA 2 · TAREFAS SEMANAIS

Um cômodo por dia. Distribua a limpeza profunda ao longo da semana.

SEGUNDA *Cozinha*

- Limpar o micro-ondas (vinagre e água, 3 min no micro)
- Lavar a pia com desengordurante
- Limpar o exterior dos eletrodomésticos
- Passar pano úmido no piso
- Trocar pano de prato e esponja

TERÇA *Banheiros*

- Limpar o vaso sanitário com produto específico
- Limpar o box (vidro e rejuntas)
- Esfregar pia e espelho
- Lavar o piso e trocar as toalhas
- Repor itens (sabonete, papel)

QUARTA *Sala e corredores*

- Aspirar sofá, almofadas e tapetes
- Limpar superfícies, prateleiras e estantes
- Limpar telas de TV e monitores
- Varrer e passar pano no piso
- Regar as plantas

QUINTA *Lavanderia e roupas*

- Lavar 2 a 3 máquinas de roupa
- Secar e estender as roupas
- Dobrar e guardar roupas secas
- Passar as roupas que precisam
- Limpar tanque e parte externa da máquina

SEXTA *Quartos*

- Trocar lençóis e fronhas
- Aspirar ou varrer os pisos
- Limpar móveis com pano úmido
- Organizar mesa de cabeceira e cômodas
- Esvaziar as lixeiras

CAMADA 3 · TAREFAS MENSAIS

Uma hora no primeiro sábado do mês. Manutenção preventiva.

TAREFA	AMBIENTE	TEMPO
Limpar interior da geladeira e validades	Cozinha	15 min
Limpar filtro do ar-condicionado	Quartos / Sala	10 min
Lavar cortinas ou aspirar persianas	Toda a casa	15 min
Limpar filtro da máquina de lavar	Área de Serviço	5 min
Organizar 1 armário ou gaveta (rodízio)	Variável	15 min
Limpar ralos de banheiros e cozinha	Banheiro / Cozinha	5 min
Verificar lâmpadas queimadas	Toda a casa	3 min
Verificar validade de medicamentos	Banheiro	5 min

PRODUTOS ESSENCIAIS

Kit básico para ter sempre em casa.

PRODUTO	USO PRINCIPAL	SUGESTÃO
Detergente neutro	Louça e superfícies	2 un/mês
Desengordurante	Fogão, bancadas, forno	1 un/mês
Água sanitária	Banheiros, roupas brancas	1 L/mês
Multiuso	Superfícies gerais	1 un/mês
Limpa-vidros	Espelhos, box, janelas	1 un/2 meses
Sabão em pó ou líquido	Roupas	1 kg/mês
Amaciante	Roupas	1 L/mês
Vinagre branco	Desinfecção natural, micro	1 L/2 meses
Bicarbonato de sódio	Odores, painéis, rejuntas	1 pct/3 meses