

Planning settimanale delle pulizie di casa

Venti minuti al giorno, un sabato leggero, la domenica libera.

Regole in una riga: dall'alto in basso · dall'asciutto all'umido · dal pulito allo sporco · dal fondo verso la porta.

Settimana dal _____ al _____

La settimana

Giorno	Zona del giorno	In venti minuti
☐ Lunedì	Bagno	sanitari, specchio, rubinetti, pavimento, cambio asciugamani
☐ Martedì	Cucina	piano cottura a fondo, esterno di forno e frigorifero, pavimento
☐ Mercoledì	Camere	cambio lenzuola, spolvero, aspirapolvere; lavatrice con le lenzuola
☐ Giovedì	Soggiorno e ingresso	spolvero, divano e tappeto aspirati, zerbino, maniglie
☐ Venerdì	Pavimenti di tutta la casa	aspirapolvere e straccio in tutte le stanze
☐ Sabato	Recupero (60-90 minuti)	un lavoro mensile a scelta, bucato grosso, stiro, spesa sistemata
Domenica	Libero	al massimo la lavastoviglie

Ogni giorno, 5 minuti: letto rifatto · finestra aperta · lavandino sciacquato · piano cucina pulito a fine cena · lavastoviglie avviata · cinque minuti di riordino prima di andare a letto.

Una volta al mese (a rotazione, un sabato ciascuna)

Mese: _____ Sabati: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐

Cucina ☐ interno del forno ☐ filtri della cappa ☐ frigorifero svuotato e lavato ☐ dispensa (scadenze davanti)	Bagno ☐ fughe e silicone della doccia ☐ scarichi ☐ soffione nell'anticalcare ☐ tenda della doccia in lavatrice	Camere e soggiorno ☐ materassi aspirati ☐ vetri e davanzali ☐ lampadari ☐ battiscopa, telecomandi, interruttori	Elettrodomestici ☐ lavatrice a vuoto a 60° + cassetto del detersivo ☐ filtro della lavastoviglie ☐ sacco o filtro dell'aspirapolvere
--	---	--	--

Due volte l'anno (quando cambia l'ora)

Primavera ☐ tende giù e in lavatrice ☐ vetri esterni e persiane ☐ cambio degli armadi (lavare prima di riporre) ☐ materassi girati ☐ termosifoni spolverati dentro ☐ piumoni e coperte all'aria ☐ cantina o sgabuzzino svuotati e ripassati	Autunno ☐ tende giù e in lavatrice ☐ vetri esterni e persiane ☐ cambio degli armadi (lavare prima di riporre) ☐ materassi girati ☐ termosifoni spolverati dentro, prima dell'accensione ☐ piumoni e coperte all'aria ☐ cantina o sgabuzzino svuotati e ripassati
---	--

Le tre ore che si delegano meglio: bagni a fondo · pavimenti di tutta la casa · cucina a fondo.

Chi le offre vicino a te: arrotonda.com/annunci/pulizie-casa/

arrotonda.com

dall'articolo "Come organizzare le pulizie di casa"
<https://arrotonda.com/come-organizzare-le-pulizie-di-casa/>