



## Чек-лист по уборке

Уборка в течение недели поможет разгрузить выходные. В чек-лист не включены действия, которые выполняются ежедневно и без подсказок (заправить кровать, вымыть посуду и т.д.)

### Понедельник

- Заменить постельное белье

*Постельное белье необходимо менять раз в неделю. Этим вы не только сделаете приятно себе, но и избежите ряда проблем, вызываемых сном на несвежем белье.*

- Заменить полотенца

*Сюда включены банные полотенца, полотенца для лица, рук, а так же кухонные.*

- Постирать белье

*Незабываем о правилах стирки; полотенца, постельное белье стираем отдельно.*

### Вторник

- Пропылесосить

- Вымыть подоконники

### Среда

- Вымыть полы

## Прибрать в шкафу

*Сложить по местам вещи, развесить на плечики мнущуюся одежду, расставить предметы, оказавшиеся не на своих местах.*

## **Четверг**

### Выбросить все лишнее

*Проредить хлам, скопившийся в доме. Чем больше места вы освободите, тем лучше будете себя чувствовать.*

### Вымыть сантехнику

*Почистить специальным средством ванну, умывальник, унитаз и ёршик.*

## **Пятница**

### Вытереть пыль

*Протереть все поверхности - мебель, сувениры, книги, технику и т.д.*

### Пропылесосить

## **Суббота**

### Вымыть бытовую технику

*Почистить плиту, микроволновую печь, прокипятить с лимонной кислотой чайник, протереть панели гриля.*

### Вымыть полы

## **Воскресенье**

### Вымыть зеркала и стёкла

**Навести чистоту в холодильнике**

*Выбросить испорченную еду, протереть полки, разморозить, если нужно*

Выполняя каждый день по паре-тройке дел, не заметите, как уборка перестанет быть непосильной задачей.

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?