

PLANILLA 12 TABLA DE TAREAS DOMÉSTICAS

www.LLS.org/manual-del-cuidador

Para estar al día con las tareas domésticas, prepare un horario de limpieza. Es más fácil limpiar un poco todos los días que tratar de limpiar toda la casa en unas horas. Ponga la tabla en el refrigerador como recordatorio. Si otras personas pueden brindar su ayuda, delegue en ellas tareas específicas. Cuando complete una tarea, marque la casilla correspondiente en la columna "LISTO".

Ejemplos de tareas: lavar las ropas, sacar la basura, limpiar el baño, limpiar la cocina, aspirar, barrer, cortar el césped, etc.

	LISTO	TAREA
LUNES		
MARTES		
MIÉRCOLES		
JUEVES		
VIERNES		
SÁBADO		
DOMINGO		

Artículos de limpieza para agregar a la lista de comestibles

Agregue aquí los artículos de limpieza que necesita para acordarse de comprarlos.

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____