

ESPIADINHA DA SEMANA



Zona 5 : SALA DE ESTAR

25 A 29/03/2019

Hábito do mês de março: Vestir-se dos pés à cabeça

SEG

Entre na sala de estar e aí permaneça. Enquanto você estiver lá, quero que olhe ao seu redor e observe as superfícies planas. Sua missão é se livrar das coisas que estão bagunçando sua sala de estar. Tome 5 minutos para livrar-se de algumas coisas. Sou capaz de apostar que muitos de vocês descobrirão que querem se libertar de várias coisas, porque elas não lhes trazem alegria e vocês estão apenas acostumados a verem essas coisas onde estão

TER

De volta à sala de estar, e lá vamos nós! Uma das minhas missões favoritas para a sala de estar é mergulhar no sofá e poltrona! É aqui que começamos a vasculhar os móveis e arrancar meias velhas outros objetos inusitados! Eu sempre me surpreendo com a quantidade de coisas que eu posso tirar do sofá, das suas reentrâncias, em apenas um mês! Eu acho que o sofá é como as máquinas de lavar/secar roupas, parece prender as coisas! Divirta-se, isso não deve demorar mais de 5 minutos!

QUA

Vamos fazer um treinamento para combater incêndio! Vá procurar os hot spots em sua sala de estar. Você sabe do que estou falando. Veja aquelas pilhas apenas crescem e crescem! Apague esse fogo! Invista 10 minutos e devolva as coisas aos seus lugares certos e livre-se do resto - recicle, doe, venda ou jogue fora, se for o caso.

QUI

Verifique o chão da sua sala de estar. Olhe para aqueles dois centímetros próximos das paredes e rodapés que parecem passar despercebidos do aspirador e da vassoura. Sua missão hoje é usar o aspirador e realmente se concentrar nessa área, você também pode usar uma escova para soltar os fios de cabelo/pelos e sujeira que agarram nas paredes.

SEX

Hoje eu quero que você invista 15 minutos para se livrar de qualquer coisa que não pertença à sua sala de estar. Coisas que foram jogadas em um canto, em uma cadeira ou mesmo no chão. As coisas que você quase nem vê, porque acabaram se tornando parte da sala, liberte-se delas! Se não pertencem à sala de estar, então fora!

Isso não significa que você tenha que passar três horas em sua sala de estar, faça o que o for possível fazer por 15 minutos.