

ESPIADINHA DA SEMANA



18 A 22/11/2019

Zonas 4: quarto principal, closet, banheiro da suite
Hábito do mês: Planejamento de menu

SEG

Esta semana nós estamos no quarto principal. Hoje nós vamos investir 15 minutos na área embaixo da cama. Use este tempo para retirar de lá as coisas que você enfiou durante aquele surto para esconder coisas que você queria fazer sumir da sua frente (ou dos olhos de alguma visita que apareceu de repente). 15 minutos podem não ser suficientes, mas por hoje tente apenas demarcar um limite às coisas que você pôs lá, coisas que não deveriam estar lá. Se você não tem nada embaixo da cama, então pegue o aspirador ou vassoura e passe na área para retirar toda poeira que tenha se acumulado.

@ORGANIZECASAESTILO

TER

Hoje eu quero que você reserve 15 minutos se livrando de qualquer coisa que não pertença ao seu quarto. Coisas que foram largadas em um canto, em uma cadeira ou mesmo no chão. As coisas que praticamente não se enxerga mais, porque acabaram por se tornar parte do ambiente, só que não! Se não pertence aquele lugar, então é hoje que vamos encaminhá-las para o lugar apropriado, seja doação, venda, retorno ao armário, reciclagem ou lixo! Isto não quer dizer que você deverá 3 horas no seu quarto, trabalhe rápido e faça o que for possível em 15 min.

@ORGANIZECASAESTILO

QUA

Hoje você deve pegar seus pijamas favoritos e então deixa-los prontos para mudar para esta noite. Hoje à noite será ocupado e cheio de detalhes de última hora, ter uma pequena decisão já tomada, fará uma grande diferença!

QUI

Hoje vamos nos concentrar nas coisas que estão espalhadas no nosso quarto e que precisam ser guardadas, mas nós simplesmente não conseguimos fazer isso. Defina seu timer por 15 minutos e vá até ele. Pendure as roupas limpas, junte as roupas usadas para lavar, retire a caneca de café da mesa de cabeceira e leve para a cozinha e volte imediatamente, não se distraia. Melhor ainda, pegue um cesto vazio e jogue as coisas que não pertencem ao seu quarto e, em seguida, ande com o cesto pela casa distribuindo as coisas pelos lugares certos.

ESPIADINHA DA SEMANA



18 A 22/11/2019

Zonas 4: quarto principal, closet, banheiro da suite
Hábito do mês: Planejamento de menu

SEXTA-FEIRA

Hoje é o dia de refazer a sua cama. Isso pode levar um pouco mais de tempo que o habitual, mas valerá a pena. Retire toda a roupa de cama! Peça a alguém ajudá-la a virar o colchão, se não puder então tente apenas girá-lo. Borrie seu spray de aromas para tecidos, ou se teve recentemente algum resfriado ou gripe, considere pulverizar seu colchão e travesseiros com um spray anti-bacteriano. Em seguida, coloque os lençóis, colchas e fronhas recém-lavados. Faça sua cama com mais carinho e cuidado!

@ORGANIZECASAESTILO

Prenda os cantos e afofe os travesseiros. Uma dica extra é colocar seu travesseiro na secadora de roupa com um pano que retira a umidade (dryer sheet nos EUA) para aumentar o frescor e a "fofura". Pegue uma colcha ou edredom e termine de fazer a cama. Aproveite o seu tempo e imagine o quanto será maravilhoso deitar em sua cama esta noite!

@ORGANIZECASAESTILO

Pode ser até que você vá para a cama um pouco mais cedo ou fique na cama um pouco mais amanhã de manhã, apenas curtindo o momento para desfrutar de algo tão simples, mas gratificante.



@ORGANIZECASAESTILO