

# ESPIADINHA DA SEMANA

23 a 27/12/2019

Hábito do mês : Mimar-se

Zona 3: Quarto Principal e banheiro da suíte

SEG

Vamos cuidar do quarto principal esta semana e vale lembrar a importância de ter este ambiente sem tralhas para a sua saúde mental. Quando cercado de coisas inúteis, o sono é prejudicado. Então hoje, faça a dancinha dos 27 objetos, pegue um saco e lance dentro dele o que não pertence ao seu quarto, roupas velhas, papeis acumulados, etc. Depois dê o destino correto aos objetos, guarde o que te serve, jogue fora o lixo, envie para reciclagem, e, claro, o que for útil pra outra pessoa e não mais para você, doe ou venda.

@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! Você não precisa gastar 3 horas no seu quarto, use apenas 15 minutos!

# ESPIADINHA DA SEMANA

23 a 27/12/2019

Hábito do mês : Mimar-se



Zona 3: Quarto Principal e banheiro da suíte

QUARTA-FEIRA

Muitos de vocês comemoram o Natal hoje, então FELIZ NATAL!!! Espero que vocês tenham seguido as suas rotinas ao longo do ano, mas hoje curtam a família e amigos! Se tiverem tempo cumpram a missão abaixo, se não, pule para a missão do dia em que você voltar para sua rotina!

Acessórios podem ser uma enorme fonte de tralhas, então hoje quero que você invista 10 minutos para estralhar suas caixas de bijuterias. Por favor, não estou dizendo para se livrar das joias de família. Estou me referindo às tralhas que você sabe quais são, brincos sem par, colares dos quais você já enjoou, cintos, cachecóis, lenços que vc não usa, etc. Você conhece a regra, se não usou no último ano, é tralha. Doe, recicle, venda ou jogue fora.

@ORGANIZECASAESTILO

Merry  
Xmas



@ORGANIZECASAESTILO

Adaptado de FlyLady.net

# ESPIADINHA DA SEMANA

23 a 27/12/2019

Hábito do mês : Mimar-se

Zona 3: Quarto Principal e banheiro da suíte

QUI

Hoje é dia de se livrar da poeira do seu quarto, passe o espanador nas paredes e teto. Você já reparou como os cutões se agarram nas paredes? Então pegue seu espanador ou aspirador e mãos à obra!!! Você vais ficar surpreso com o resultado que você consegue alcançar em 15 minutos!

@ORGANIZECASAESTILO

SEX

Hoje é o dia de atacar a pilha de roupas. Aquela pilha que ficou em uma cadeira, no cesto, sobre a cômoda ou no pé da sua cama. Ajuste seu timer para 15 minutos, pegue alguns cabides ou comece a dobrar. Não dobre e guarde algo que você desgosta, este é o momento de desapegar-se. Se você não ama e a peça está em bom estado, doe, você fará alguém feliz.

@ORGANIZECASAESTILO