Limpar Tudo em 30 Minutos

**1Limpe a sua casa de banho.** Limpe tudo da pia, do vaso sanitário e da borda da banheira. Pulverize estas áreas com o produto de limpeza que preferir e, em seguida, esfregue cada área rapidamente. Coloque de volta tudo o que moveu para a pia, vaso sanitário e banheira. Pegue em toda a roupa suja e coloque-a diretamente na máquina de lavar roupa ou no cesto de roupa suja.[[1]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-1)

* + Scrubbing Bubbles é um excelente produto multiúso para a limpeza da casa de banho.
  + Dedique dez minutos para limpar a sua casa de banho.
  + Se tiver tempo, limpe também os espelhos da casa de banho.

**2Limpe o seu quarto.** Concentre-se em fazer a sua cama; uma vez feita a cama, todo o quarto parecerá muito mais arrumado. Recolha a roupa e os sapatos espalhados e coloque-os nos seus devidos lugares. Se tiver pratos sujos espalhados, leve-os de volta para a cozinha.[[2]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-2)[[3]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-3)

* + Dedique cinco minutos para limpar o seu quarto.
  + Poupe tempo na arrumação da cama deixando a folha de cama solta - as dobragens hospitalares demoram muito tempo a fazer e o edredão irá cobri-las de qualquer forma,[[4]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-4)
  + Abra as janelas à medida que avança para eliminar odores e criar uma boa brisa.

**3Endireite a sua sala de estar.** Reorganize os seus almofadas do sofá e mantas. Consolide todos os controlos remotos numa área e endireite as revistas e livros soltos. Se houver pratos sujos ou peças de roupa soltas, devolva-os à cozinha e ao quarto, respetivamente.[[5]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-5)

* + Coloque um saco de lixo nas suas calças para não ter de continuar a correr entre a sala que está a limpar e o lixo.
  + Reserve cinco minutos para limpar a sala de estar.

**4 Lave a louça.** O sinal mais óbvio de uma cozinha desarrumada é uma pilha de pratos sujos. Se tiver uma máquina de lavar loiça, carregue-a imediatamente. Se não, coloque todos os pratos na pia e deixe a água quente a correr. Enquanto a água corre, limpe todas as superfícies da cozinha com um pano e um desinfetante. Quando as superfícies estiverem limpas, lave a louça e coloque-a no suporte de secagem.

* + Reserve dez minutos para limpar a sua cozinha.
  + Esvazie o lixo que tem transportado da sala de estar para o caixote do lixo da cozinha.
  + Se as suas panelas estiverem queimadas, encha-as com água e uma chávena de vinagre, depois deixe-as ferver na placa. Retire a panela da placa, adicione duas colheres de sopa de bicarbonato de sódio e esfregue as panelas até que fiquem limpas.[[6]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-6)
  + Se a sua pia estiver coberta de óleo da comida, use uma toalha de papel húmida com um pouco de sabão para remover a gordura.

Criar um cronograma de limpeza de 30 minutos por dia

**1 Faça as suas tarefas mais difíceis na segunda-feira.** A segunda-feira é o primeiro dia da semana, pelo que a sua produtividade e energia estão no máximo. Utilize os seus trinta minutos na segunda-feira para passar o aspirador nas salas principais (sala de estar, cozinha, sala de jantar, etc.), fazer a roupa e arrumar tudo o que estiver fora do lugar numa sala.[[11]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-11)

* + Para poupar tempo, coloque a roupa diretamente na máquina de lavar, em vez de no cesto. Ligue a máquina e faça outras tarefas enquanto esta está a funcionar.[[12]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-12)
  + À medida que começar a passar o aspirador todas as semanas, o tempo necessário para concluir esta tarefa diminuirá. Em breve, passará menos tempo a limpar a fundo e mais tempo a manter a limpeza.

**2Limpe as suas casas de banho na terça-feira.** A limpeza a fundo de uma casa de banho inclui a limpeza da sanita, espelhos, lavatório e chuveiro. Também terá de lavar os pisos, remover quaisquer detritos e trocar as toalhas ou lençóis velhos.[[13]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-13)

* + Para poupar ainda mais tempo, deixe um produto de limpeza e um pano no chuveiro e limpe o chuveiro enquanto o utiliza.
  + Para ganhar pontos extra, pulverize o chuveiro após cada utilização. Isto tornará as suas sessões de limpeza semanais muito mais rápidas.
  + Corte um pomelo ao meio, polvilhe sal e utilize-o para ajudar a remover a sujidade do sabão da banheira.[[14]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-14)

**3 Utilize a quarta-feira para limpar todas as superfícies.** Comece por limpar o pó de tudo, depois limpe todas as mesas, janelas, espelhos, etc. Termine aspirando tudo o que não tenha aspirado na segunda-feira. Se os seus soalhos precisarem de ser limpos a vassoura, faça-o depois de os aspirar.[[15]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-15)[[16]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-16)

* + Comece sempre por limpar o pó; caso contrário, o pó ficará nos seus soalhos recém-limpos.[[17]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-17)
  + Se for limpar a vassoura, misture um produto de limpeza para soalhos (como o Pine Sol) com a água da vassoura para obter o brilho máximo nos seus soalhos.
  + Utilize uma folha de secadora já usada para limpar o pó. O efeito antiestático ajudará a repelir o pó.[[18]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-18)

**4 Organize na quinta-feira.** O que estiver espalhado pela casa na quinta-feira precisa de ser organizado e arrumado. Se a sua casa estiver bastante limpa nesta altura da semana, utilize este dia para se concentrar numa área específica, como um armário desarrumado ou um roupeiro desorganizado.[[19]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-19)

* + Não tenha receio de se desfazer do que não utiliza. Doe para instituições de caridade ou atire fora, mas se não estiver a utilizar, tem de se livrar disso.
  + Coloque estrategicamente caixotes ou cestos em cada divisão para recolher objetos aleatórios. Isto fará com que cada divisão pareça mais limpa e arrumada e também ajudará a reduzir o tempo que gasta a limpar.

Método2

Gerir e motivar-se durante as tarefas domésticas

1

**Defina limites de tempo.** Se tiver mais de uma tarefa a realizar em 30 minutos, deve estar ciente de quanto tempo demora a completar cada tarefa. Se tiver seis tarefas a realizar nesse tempo, encontre seis músicas com a duração de cinco minutos cada e crie uma lista de reprodução. Reproduza a lista de reprodução enquanto trabalha e assim que a música mudar, mude de tarefa.[[7]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-7)

* + Certifique-se de que completou cada tarefa da melhor forma possível antes de passar para a seguinte.
  + Se tiver menos tarefas, escolha músicas mais longas ou defina um temporizador para o tempo que demora a realizar cada tarefa.
  + Use o divertimento como motivação. Se o seu programa de TV preferido começar numa determinada hora, comece as suas tarefas trinta minutos antes dessa hora. Desta forma, estará motivado a terminar as suas tarefas nesses trinta minutos para poder assistir ao seu programa.

2

**Troque tarefas com um irmão.** Fazer as mesmas tarefas repetidamente pode ser aborrecido, por isso, mudar a sua rotina mantém as coisas frescas. Pergunte ao seu irmão se pode trocar tarefas durante a semana; se ele costuma esvaziar a máquina de lavar loiça, pergunte se pode trocar a sua tarefa de lavar a roupa por essa tarefa. Independentemente de como queira misturar, trocar tarefas tornará o trabalho mais desafiante e interessante.[[8]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-8)

* + Se for trocar tarefas, certifique-se de que ambos cumprem a sua parte do acordo. O trabalho ainda precisa ser feito.
  + Se passar tempo a limpar o quarto deles, seja respeitoso com os seus pertences. Se traí-los, eles podem não querer trocar tarefas novamente.

3

**Transforme as tarefas numa brincadeira.** O facto de ter trabalho a fazer não significa que não possa tornar o trabalho divertido. Transforme as suas tarefas numa corrida com os seus irmãos ou pais para ver quem consegue fazer o trabalho mais rápido. Ligue música e faça uma festa de dança enquanto trabalha. Faça o que for preciso para tornar as suas tarefas mais agradáveis.[[9]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-9)

* + Não pode ganhar o jogo se o seu trabalho for feito de forma desleixada, portanto, certifique-se de ser meticuloso.
  + Peça aos seus pais para o ajudarem a encontrar uma aplicação para telemóvel que acompanhe e recompense a realização de tarefas domésticas. Experimente a Chore Wars, que lhe dá pontos de experiência por completar tarefas domésticas.[[10]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-10)

Método3

Método4

Dicas e truques de limpeza

1

**Limpe à medida que avança.** Quanto mais adquirir o hábito de limpar cada desordem à medida que a cria, menos as desordens se acumularão.[[20]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-20) Se fizer o jantar, lave a loiça enquanto cozinha. Se houver roupas espalhadas pelo chão do seu quarto, recolha-as antes de ir dormir. Se deixar uma desordem acumular-se e permanecer, parecerá muito mais intimidante do que se tratar dela cedo e com frequência.[[21]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-21)

* + Nunca saia de uma sala de mãos vazias. Se vir algo que não pertença a esse local, leve-o consigo.
  + Se a sua casa tiver dois andares, crie uma regra de que nunca suba as escadas de mãos vazias; leve sempre algo consigo que precise de ser guardado no andar de cima.
  + Institua a regra do minuto: se algo levar menos de um minuto para fazer, faça-o agora mesmo.

2

**Limpe o seu micro-ondas em cinco minutos.** Corte dois limões ao meio e coloque-os num prato de vidro com um pouco de água. Aqueça a água no micro-ondas até começar a ferver, depois deixe a tigela arrefecer no micro-ondas durante um momento. O vapor da tigela deve permitir-lhe limpar facilmente a sujidade no seu micro-ondas.[[22]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-22)

* + Deixe a água ferver enquanto limpa as bancadas e os eletrodomésticos para uma limpeza de cozinha de cinco minutos.
  + Fique atento à água na taça para se certificar de que não ferve. Caso contrário, levará o dobro do tempo para limpar.

3

**Defina um temporizador.** A chave para conseguir fazer tudo dentro do seu período de trinta minutos é manter-se focado. Durante os trinta minutos em que o temporizador estiver ligado, só faça as tarefas e atividades que lhe foram atribuídas. Não se deixe distrair por e-mails, mensagens de texto ou qualquer outra coisa. Trabalhe o mais arduamente possível durante os trinta minutos atribuídos e, quando o tempo acabar, passe para outra coisa.[[23]](https://www.wikihow.com/Do-All-Your-Chores-Within-30-Minutes#_note-23)

* + Recompense-se com um mimo ou atividade divertida por ter concluído o seu trabalho.
  + Convite amigos para ajudar (mas tenha em mente que pode acabar por ter de ajudar com as tarefas deles também.)