

## Ćwiczenie 7: Twój plan minimum

Twój plan minimum to czynności związane z dbaniem o dom, które wykonasz nawet wtedy, gdy masz w życiu czas pełen nieprzewidzianych okoliczności, nowych sytuacji, a Twój rytm dnia się zmienia lub jest zaburzony. Czas zmian, kiedy musimy działać zupełnie inaczej niż do tej pory.

Plan minimum ma zapobiec sytuacji, w której nie masz czystych talerzy, ubrania wychodzą z kosza na pranie, a Ty nic nie możesz znaleźć. Popatrz na swój harmonogram sprzątania i zastanów się, które czynności są Twoim planem minimum.

To może być pościelenie łóżka rano, zrobienie prania, czyste podłogi, nastawienie zmywarki albo odłożenie raz dziennie rzeczy na miejsce, ale np. nie sprzątasz łazienki. Zastanów się, które z tych czynności są dla Ciebie ważne i pozostawiają Cię z poczuciem zadbanego domu.

**Mój plan minimum to:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---