

# 70 dicas

para economizar tempo antes de um dia agitado

por **Benfatto**  
organiza

## 01 Separe a roupa do próximo dia.

Procure calça, saia, blusa, casacos e joias antes de dormir. Assim, você evita a desagradável surpresa de descobrir que a roupa que você pensou em vestir estava no cesto de roupas sujas. Arrume em cima de uma bancada em ordem de uso. Verifique a previsão do tempo, mas, na dúvida do frio, sempre leve um casquinho.



## 02 Deixe as chaves sempre no mesmo lugar.

Já passou 10 minutos procurando onde deixou a chave do carro? Coloque as chaves em um local estratégico, que você sempre saiba onde encontrar.

## 03 Deixe a sua bolsa pronta.

Faça um pequeno checklist de objetos que você precisa, como carteira, nécessaire, carregadores, contas a pagar, e deixe em um local visível. Se você passa pela academia durante algum momento do dia, lembre-se de deixar a bolsa igualmente preparada com uma muda de roupa, garrafinha de água, toalha e itens de banho, além da roupa de ginástica.



## 04 Agrupe maquiagens e cosméticos.

Maquiagens e cosméticos mais utilizados podem ser agrupados para facilitar ainda mais a preparação matinal.encontrar.

## 05 Deixe as marmitinhas prontas na geladeira.

Você costuma comer no café da manhã? Leva almoço de casa para comer nos intervalos? Você pode deixar tudo preparado em potes na geladeira. Experimente colocar todos os ingredientes da vitamina no copo do liquidificador e guardar na geladeira, é possível economizar em até 10 minutos!



## 06 Deixe os remédios à vista.

Remédios são fáceis de esquecer, certo? Uma dica é deixar uma cartela ou um frasco na bolsa e outro na mesinha de cabeceira, ao lado do despertador.

## 07 Programe o café da manhã.

Muitos não sabem, mas programar a cafeteira e a máquina de pão contribui para que você economize tempo e ainda tenha café e pães quentinhos e saborosos.



## 08 Organize as coisas das crianças.

São raros os casos de crianças que entendem e cooperam com a pressa matinal. Por isso, é possível organizar o uniforme, os cadernos e estojos na mochila e os alimentos e bebidas na lancheira.

## 09 Arrume a mochila da faculdade, se for o caso.

Arrume a mochila da faculdade com antecedência, lembrando de colocar os livros, cadernos, pastas, agenda, estojo e carteira!



## 10 Faça listas diárias.

Faça listinhas de coisas que precisa fazer durante o dia e verifique a cada hora, riscando as tarefas que já realizou e ajustando as que você precisa fazer.

SAIBA MAIS SOBRE A BENFATTO