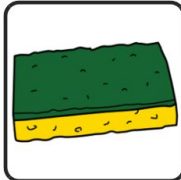




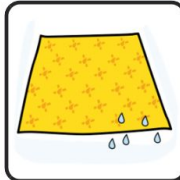
**Eu coloco
luvas de
proteção**



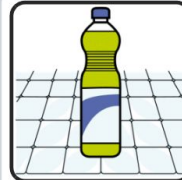
**Eu pego uma
esponja**



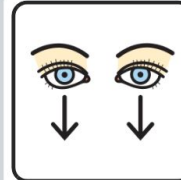
**Eu pego o
detergente
líquido**



**Eu pego um
pano.**



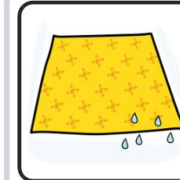
**Eu pego um limpador
multi-superfícies ou
um limpador
doméstico.**



**Eu verifico se as
bocas do fogão estão
desligadas e frias
antes de começar.**



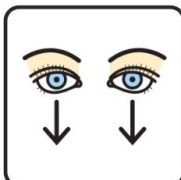
**Eu despejo um pouco
de detergente na placa
de cozimento. Eu
esfrego com o lado
verde da esponja.**



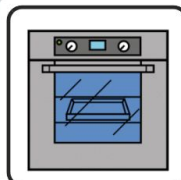
**Eu coloco um pouco
de produto de
limpeza doméstico
no pano.**



**Eu limpo a coifa com
um pano e um produto
de limpeza doméstico.
Eu mergulho os filtros
em água quente e**



**Eu verifico se o
forno está
desligado e frio.**



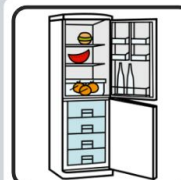
**Eu vou agora
limpar o
forno.**



**Eu limpo o interior
do forno com o pano
e o produto de
limpeza doméstica.**



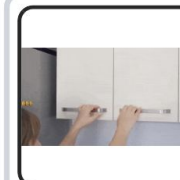
**Eu removo as grades
do forno e as deixo de
molho em água quente
com sabão por uma
hora. Eu esfrego com o**



**Agora eu vou lavar
a geladeira. Para
começar, eu esvazio
toda a geladeira.**



**Eu passo um pano com
produto de limpeza
doméstica por toda a
geladeira. Eu tiro as
gavetas da geladeira**



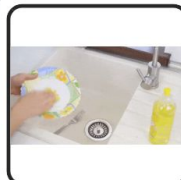
**Eu abro meus armários
e os esvazio um por
um. Eu passo um pano
com limpador
doméstico.**



**Sempre com o
pano, eu limpo o
exterior dos
armários.**



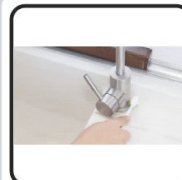
**Com o pano, eu passo
um pano na bancada.
Eu esfrego bem se
houver uma mancha.**



**Eu lavo a louça
com a esponja,
seco e guardo a
louça.**



**Com a esponja
e o detergente,
eu limpo a pia.**



**Com a esponja, ou uma
escova de dentes se for
muito difícil, eu
esfrego ao redor da
torneira.**



**Com o pano e o
produto de limpeza
doméstico, eu esfrego
o interior do micro-
ondas.**



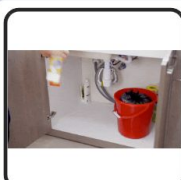
**Eu varro o
chão.**



**Eu despejo um
pouco de produto
multi-superfície e
água no balde.**



**Eu mergulho o
pano de chão no
balde e limpo todo
o chão da cozinha.**



**Eu guardo as coisas
e os produtos de
limpeza debaixo da
pia.**



**Eu levo o lixo
para fora.**