

ORGANIZAÇÃO

Harmonia em casa

Planejar a rotina doméstica evita estresse e libera mais tempo para a convivência em família

TERESA CARAM

Você dedica 30 minutos do dia para planejar as atividades de casa? Consegue se organizar e ter todas as despesas sob controle? Quando precisa de algum documento, tem facilidade em localizá-lo? Se as respostas são positivas, parabéns! Você tem um bom nível de organização e planejamento pessoal. Mas se esse não é o seu caso, saiba que um gerenciamento adequado torna o ambiente doméstico mais harmonioso e libera mais tempo para a vida em família.

Para a consultora Olívia Cicci, planejar a rotina da casa evita o estresse diário. "O lar precisa ser funcional, bem-organizado, para que seja um local de prazer, de aconchego", afirma. No curso que ministra, "Organize a sua casa e viva melhor", ela compara o funcionamento de uma casa ao de uma empresa. Tanto em uma como em outra, é preciso estabelecer regras, rotinas, planejar o dia, a semana e o mês, treinar o gerente e cobrar resultados.

Olívia explica que o curso tem como objetivo criar uma transformação no dia-a-dia das pessoas, introduzindo vivências e dicas de organização e planejamento em busca de melhor qualidade de vida no ambiente familiar e como fonte de sustentação da atividade profissional. Quem gerencia a casa deve identificar e promover mudanças necessárias, estabelecer prioridades e prazos para conciliar, com sucesso, a vida pessoal e o trabalho.

Essa receita é levada ao pé da letra pela administradora de empresas Ana Lucrécia Fonte Boa Camargos, de 33 anos. Ela sempre foi organizada, mas, depois de fazer o curso, conseguiu sistematizar melhor. "Hoje tenho uma visão mais racional de tudo. Uso o bloco de notas, o espetinho para as pequenas despesas, planilha de custos, dividi responsabilidades e obrigações em casa, tenho um lugar específico para guardar cada documento e estou mais atenta à questão alimentar. Procuo criar um cardápio mais saudável para a minha família." Ana garante que, se não tivesse aprendido a sistematizar a

AUREMAR DE CASTRO/EM



Ana Lucrécia Camargos se considera mais organizada depois que fez o curso e hoje divide melhor seus documentos

organização doméstica, seria mais difícil gerenciar a casa. "São pequenas mudanças, parecem dicas bobas, mas que facilitam o nosso dia-a-dia."

NA PONTA DO LÁPIS De acordo com Olívia Cicci, o pulo-do-gato no planejamento doméstico é dedicar 30 minutos do dia para estabelecer as tarefas. O ideal é reservar um local para essa atividade e anotar as prioridades numa pequena caderneta, ou seja, aquilo que não representa perda de dinheiro. Diariamente, deve-se cortar o que já foi realizado, acrescentar o que surgiu de novo e fazer nova lista para o dia seguinte. "Essa é uma forma de esvaziar a mente. Faz a lista, vai jogando fora as folhas e, de novo, classificando as ações. O que não fez hoje, passa para o dia seguinte", explica.

A consultora fez levantamento de 63 tarefas domésticas: o que é diário, semanal, mensal e esporádico (como limpeza de mangleiro e reparo hidráulico). Já o planejamento semanal requer duas horas de um dia, a ser escolhido, e deve incluir uma relação de contas a pagar, contas a receber, organização de documentos e preparação do cardápio da semana seguinte. De posse dessa relação, ela aconselha verificar a despensa e a geladeira para então fazer as compras de sacolão, açougue e supermercado.

Para fazer um planejamento correto, é preciso levar em conta os seguintes aspectos: levantar as atividades e tarefas, análise e classificação de cada uma, divisão do trabalho, colocar em prática e avaliar. "Passo uma visão mais macro para que a pessoa possa ver por onde começar, o que fazer e como fazer. É no levantamento macro que você vê como as coisas estão funcionando e levanta o nível de importância das atividades. Quando entra no esquema, vira uma prática comum", diz.

Olívia ressalta que é importante envolver a família nesse trabalho, dividindo tarefas. "Mas, para isso, é preciso determinação, diálogo e paciência. É preciso mostrar que a casa é um lugar que nos abriga, é nosso aconchego, e que devemos cuidar bem dela."

A consultora Olívia Cicci compara a casa a uma empresa, já que é preciso estabelecer regras e rotinas em ambas



RAQUEL FREITAS/DIVULGAÇÃO

SERVIÇO

- Curso "Organize a sua casa e viva melhor"
- Instrutoras: Olívia Cicci, Vânia Laporte e Gisele Araújo Magalhães
- Data: de 15 a 18 de maio
- Horário: das 18h30 às 22h15
- Local: Avenida Nossa Senhora do Carmo, 1.650, loja 27, Bairro Sion
- Informações e inscrições: (31) 3484-3025 ou no site www.laresconsulte.com.br