



# Impegni settimanali

	Dalle..... alle.....	Dalle..... alle.....	Dalle..... alle.....
Lunedì			
Martedì			
Mercoledì			
Giovedì			
Venerdì			
Sabato			
Domenica			

# Compleanni

GENNAIO

FEBBRAIO

MARZO

APRILE

MAGGIO

GIUGNO

# Compleanni

LUGLIO

AGOSTO

SETTEMBRE

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE



# Programma pulizie

Lunedì	
Martedì	
Mercoledì	
Giovedì	
Venerdì	
Week-end	

# Lavori da fare

CUCINA

SOGGIORNO

CAMERA

BAGNO

ALTRO









# Menu settimanale

INVERNO

	PRANZO	MERENDA	CENA
Lunedì			
Martedì			
Mercoledì			
Giovedì			
Venerdì			
Sabato			
Domenica			







# Menu settimanale

PRIMAVERA

	PRANZO	MERENDA	CENA
Lunedì			
Martedì			
Mercoledì			
Giovedì			
Venerdì			
Sabato			
Domenica			

# Spese

	GEN	FEB	MAR
UTENZE			
- Energia elettrica			
- Gas			
- Telefono			
CASA			
- Affitto/mutuo			
- Spese condominiali			
ABBONAMENTI			
- Mezzi di trasporto			
- Pay tv			
- Palestra			
SPESE			
- Alimentari e detersivi			
- Abbigliamento			
- Spese mediche			
AUTOMOBILE			
- Carburante			
- Revisione, assicur, meccanico			
ALTRO			
- .....			
- .....			

# Idee per Pasqua

PRANZO

GITE

DECORAZIONI

REGALI







# Menu settimanale

ESTATE

	PRANZO	MERENDA	CENA
Lunedì			
Martedì			
Mercoledì			
Giovedì			
Venerdì			
Sabato			
Domenica			

# Spese

	APR	MAG	GIU
UTENZE			
- Energia elettrica			
- Gas			
- Telefono			
CASA			
- Affitto/mutuo			
- Spese condominiali			
ABBONAMENTI			
- Mezzi di trasporto			
- Pay tv			
- Palestra			
SPESE			
- Alimentari e detersivi			
- Abbigliamento			
- Spese mediche			
AUTOMOBILE			
- Carburante			
- Revisione, assicur, meccanico			
ALTRO			
- .....			
- .....			

# Idee per le vacanze

GITE O WEEK-END

VACANZE LUNGHE







# Menu settimanale

AUTUNNO

	PRANZO	MERENDA	CENA
Lunedì			
Martedì			
Mercoledì			
Giovedì			
Venerdì			
Sabato			
Domenica			

# Spese

	LUG	AGO	SETT
UTENZE			
- Energia elettrica			
- Gas			
- Telefono			
CASA			
- Affitto/mutuo			
- Spese condominiali			
ABBONAMENTI			
- Mezzi di trasporto			
- Pay tv			
- Palestra			
SPESE			
- Alimentari e detersivi			
- Abbigliamento			
- Spese mediche			
AUTOMOBILE			
- Carburante			
- Revisione, assicur, meccanico			
ALTRO			
- .....			
- .....			

# Conserve

MARMELLATE

SUGHI

ESSICCARE

CONGELARE







# Spese

	OTT	NOV	DIC
UTENZE			
- Energia elettrica			
- Gas			
- Telefono			
CASA			
- Affitto/mutuo			
- Spese condominiali			
ABBONAMENTI			
- Mezzi di trasporto			
- Pay tv			
- Palestra			
SPESE			
- Alimentari e detersivi			
- Abbigliamento			
- Spese mediche			
AUTOMOBILE			
- Carburante			
- Revisione, assicur, meccanico			
ALTRO			
- .....			
- .....			

# Nummeri utili

CONTATTO	TELEFONO

# Password

SITO:	
USERNAME:	
PASSWORD:	

SITO:	
USERNAME:	
PASSWORD:	

SITO:	
USERNAME:	
PASSWORD:	

SITO:	
USERNAME:	
PASSWORD:	

SITO:	
USERNAME:	
PASSWORD:	

SITO:	
USERNAME:	
PASSWORD:	

# Appunti

IDEE

NOTE

# Link utili

Impostare una routine di pulizie salva tempo:

<https://scuolainsoffitta.com/2020/03/10/routine-di-pulizie-come-tenere-in-ordine-la-casa-con-poco-tempo/>

Recensioni di bei libri:

<https://scuolainsoffitta.com/tag/libri/>

Film interessanti da vedere:

<https://scuolainsoffitta.com/tag/film/>

Comporre un menu settimanale equilibrato:

<https://scuolainsoffitta.com/2020/09/14/menu-settimanale-sano-per-tutta-la-famiglia/>

Tenere un bilancio delle spese:

<https://scuolainsoffitta.com/2016/12/05/bilancio-familiare-excel/>

Idee per gite e vacanze:

<https://scuolainsoffitta.com/argomenti/rubriche/viaggi/>