

2 y 3
años

4 y 5
años

6 y 7
años

8 y 9
años

10 y 11
años

12
años
y más

Guardar los juguetes
en la caja

Alimentar a las
mascotas

Recoger la basura

Cargar el lavavajillas

Limpiar los baños

Fregar el suelo

Poner los libros en su
sitio

Limpiar los derrames

Doblar toallas

Cambiar bombillas

Aspirar las alfombras

Cambiar bombillas del
techo

Poner la ropa sucia
para lavar

Recoger los juguetes

Limpiar el suelo con la
mopa

Poner la lavadora

Limpiar la encimera

Aspirar y lavar el
coche

Tirar las cosas a la
basura

Hacer la cama

Vaciar el lavavajillas

Doblar/Colgar ropa
limpia

Limpiar la cocina a
fondo

Podar los setos

Llevar la leña

Recoger la habitación

Juntar los calcetines
limpios

Limpiar el polvo de los
muebles

Preparar una comida
simple

Pintar paredes

Doblar los trapos

Regar las plantas

Quitar las malas
hierbas

Echar espray en el
patio

Cortar el césped

Ir a comprar comida
con una lista

Poner la mesa

Limpiar y ordenar los
cubiertos

Recoger hojas secas

Guardar la compra

Recoger el correo

Cocinar una comida
completa

Ir a buscar los pañales
y toallitas

Preparar aperitivos
simples

Pelar patatas y
zanahorias

Hacer huevos
revueltos

Hacer costura fácil
(doblados, botones,...)

Hornear un pastel o
bizcocho

Limpiar el polvo de los
zócalos

Usar la aspiradora de
mano

Hacer una ensalada

Hornear galletas

Barrer el garaje

Hacer reparaciones
simples de casa

Recoger la mesa de la
cocina

Cambiar el rollo de
papel del WC

Sacar al perro

Limpiar los cristales

Limpiar y guardar los
platos

Barrer el porche

Planchar ropa

Limpiar los pomos de
las puertas

Limpiar la mesa

Vigilar a los hermanos
menores

Bebés y más