



#desafioarrumadinha

## **DESAFIO #14**

Telemóvel

Faça um "detox" no seu  
telemóvel!

@conxitamaria.organizer





#desafioarrumadinha

***Organize o seu  
telemóvel com estas  
4 DICAS***

**1. Comece por fazer uma limpeza no telemóvel** - apps, ficheiros, mensagens, vídeos e fotos - apague todos aqueles ficheiros que já não precisa. Desinstale apps que já não usa. Passe para o computador, cloud ou disco os documentos e liberte espaço no telemóvel. Vai torna-lo mais rápido e mais saudável.

**2. Utilize a funcionalidade da "manutenção do dispositivo"** para fazer diariamente uma otimização do seu telemóvel.

**3. Deixe unicamente no ecrã principal** as apps e links de aplicações que utiliza diariamente. As que menos usa, podem passar para um segundo ecrã.

@conxitamaria.organizer





#desafioarrumadinha

***Organize o seu  
telemóvel com estas***

## **4 DICAS**

**4. Organize as restantes apps e aplicações em pastas** - crie pastas para agrupar as apps que são similares, do mesmo tipo ou categoria. Identifique cada pasta com um nome que escolha para descrever o seu conteúdo - por exemplo: Viajar, Casa, Redes Sociais, Compras, Cartões, Saúde, Fotografia, Produtividade, etc.

**Dicas de ouro -**

- desative a opção do Whatapp "salvar no rolo da câmara" para evitar que todos os documentos enviados fiquem guardados automaticamente no seu telemóvel
- para evitar distrações, desative as notificações das apps e mantenha só as essenciais.

@conxitamaria.organizer

