

Лучшие эксперты дают самые простые
рецепты избавления от хлама и грязи

Инна Домашняя

Практики ленивой домохозяйки

30 ПРОСТЫХ ПРАВИЛ

- 15 минут в день — и ваш дом будет
блестеть чистотой
- Еще 15 минут — и вы из домохозяйки
превратитесь в королеву

БОНУС!

*100 предложений специалистов
по созданию настоящего уюта*

Издательство АСТ
Москва



УДК 646/649
ББК 37.279
Д66

Домашняя, Инна.

Д66 Практики ленивой домохозяйки / И. Домашняя. — Москва: Издательство АСТ, 2017. — 224 с. — (Практики рожденной женщиной).

ISBN 978-5-17-101298-4.

Дом – то место, куда мы стремимся попасть после дневной беготни и кутерьмы, чтобы наконец-то остаться наедине с собой и со своими близкими, отдохнуть душой и телом, набраться сил. Поэтому дом должен дарить только положительные эмоции. А теплые чувства могут возникнуть только тогда, когда ваш дом уютный – чистый, красивый, аккуратный.

Сейчас очень модны советы американских и европейских специалистов по уборке дома. Но их иной раз сложно применить обычной российской домохозяйке: ведь у нас разные менталитет и условия. Поэтому в этой книге наши российские эксперты, опираясь на зарубежный опыт, поделятся своими рекомендациями, как быстро, легко и просто приводить свой дом в порядок. И при этом – оставаться красивой и деловой хозяйкой.

Важно! Если следовать хотя бы половине советов, изложенных в этой книге, можно тратить на уборку всего 15 минут в день!

Дом – то место, куда мы стремимся попасть после дневной беготни и кутерьмы, чтобы наконец-то остаться наедине с собой и со своими близкими, отдохнуть душой и телом, набраться сил. Поэтому дом должен дарить только положительные эмоции. А теплые чувства могут возникнуть только тогда, когда ваш дом уютный – чистый, красивый, аккуратный.

Сейчас очень модны советы американских и японских специалистов по уборке дома. Но их иной раз сложно применить обычной российской домохозяйке: ведь у нас разные менталитет и условия. Поэтому в этой книге наши российские эксперты, опираясь на зарубежный опыт, поделятся своими рекомендациями, как быстро, легко и просто приводить свой дом в порядок. И при этом – оставаться красивой и деловой хозяйкой.



Важно!

Если следовать хотя бы половине советов, изложенных в этой книге, можно тратить на уборку всего 15 минут в день!





СОДЕРЖАНИЕ

<u>ПРЕДИСЛОВИЕ ПОРТАЛА FLY-МАМА.RU</u>	12
<u>ПРЕДИСЛОВИЕ</u>	14
«К безобразию ещё можно привыкнуть, к неряшеству — никогда!»	
<u>1 ПРАВИЛО</u>	17
Американская система Марла Силли «флай-леди»: убираемся только по 15 минут в день (Анализируем и обсуждаем, насколько эта популярная система нам подходит)	
10 главных идей системы «флай-леди»	17
10 основных принципов системы «флай-леди»	18
1. <i>Дома тоже одевайтесь красиво</i>	18
2. <i>Создайте в доме хотя бы один «островок чистоты»</i>	19
3. <i>К рутине относитесь, как к зарядке — не хочется, но полезно</i>	21
4. <i>Выбрасывайте накопленный хлам</i>	22
5. <i>Купили новую вещь — избавьтесь от старой</i>	24
6. <i>Следите за «горячими точками»</i>	25
7. <i>Разделите квартиру\дом на «зоны»</i>	27
8. <i>Убирайте за собой всегда и сразу</i>	33
9. <i>Поиграйте в продавца недвижимости</i>	35
10. <i>Балуйте себя, любимую</i>	36
<u>2 ПРАВИЛО</u>	39
«Учитесь жить просто — все ваши личные вещи должны умещаться в один чемодан!»	
<i>Вот самые яркие цитаты из ее книги</i>	39

3 ПРАВИЛО	44
Сколько времени нужно убираться: 15 минут, 1 час или весь день?	
4 ПРАВИЛО	47
Не превратитесь в «плюшкиных»: избавляйтесь от хлама	
5 ПРАВИЛО	51
Определитесь, нравится вам вещь или раздражает?	
6 ПРАВИЛО	55
Самый коварный хлам — подарки, сувениры, фотографии: они вам дороги, как память	
7 ПРАВИЛО	58
Тайна! Никому не показывайте, что вы собираетесь выбросить	
8 ПРАВИЛО	60
Не учите, а покажите на своем примере, как легко освободиться от хлама	
9 ПРАВИЛО	61
Никому не предлагайте вещи, которые вам не нужны — просто избавляйтесь от них	
10 ПРАВИЛО	63
Не уговаривайте себя оставить вещь под предлогом, что она вам когда-нибудь пригодится	
11 ПРАВИЛО	65
Старые полотенца, вешалки, кассеты, провода, гаджеты — только на свалку!	
<i>Письмо из форума</i>	67





12 ПРАВИЛО	69
«Замачивайте» тарелки и начищайте раковину до блеска	
Мойте грязную посуду сразу же или «замачивайте» ее	70
13 ПРАВИЛО	72
Надрайте раковину всего один раз — и она будет сиять всегда	
14 ПРАВИЛО	75
Вспомните, что у вас лежит в холодильнике	
<i>Разморозьте</i>	75
<i>Вымойте</i>	76
<i>Переберите продукты</i>	76
15 ПРАВИЛО	78
Рассортируйте кухонную утварь	
<i>Разберитесь с кружками и стаканами</i>	78
<i>Пересмотрите пластмассовые контейнеры</i>	78
<i>Переберите пакетики</i>	79
<i>Заточите ножи</i>	80
<i>Найдите инструменты-«двойники»</i>	80
<i>Освободите столешницы</i>	80
<i>Избавьтесь от старых полотенец</i>	82
<i>Уничтожьте неприятные запахи</i>	82
<i>Приобретите самые нужные вещи для кухни</i>	83
«Мой основной набор кухонной утвари:	83
16 ПРАВИЛО	85
Каждой вещи — свое место	
Контейнеры и ящики — помощники порядка	86

17 ПРАВИЛО	87
Система хранения: что и куда надо положить (разбираем проблемы — даем советы)	
Шкафы, одежда	87
<i>Не могу утром быстро найти нужную одежду</i>	87
<i>На одной вешалке скапливается несколько вещей</i>	88
<i>Футболки и блузки всегда мятые</i>	88
<i>В шарфах, платках, перчатках запутаешься</i>	90
Книги, бумаги	91
<i>Журналы и книги разбросаны по полу</i>	91
<i>Ценные бумаги невозможно найти</i>	92
Прихожая, одежда, обувь	93
<i>Не хватает места для верхней одежды и обуви в прихожей</i>	93
<i>Тумбочка в прихожей завалена</i>	95
<i>Пол прихожей всегда грязный</i>	95
<i>Скопилось куча сумок</i>	96
Спальня, белье	97
<i>Не могу найти целый комплект постельного белья</i>	97
<i>Баннхх полотенец нет под рукой</i>	98
Пульты, игрушки, бусы	98
<i>Теряются пульты от телевизоров</i>	98
<i>Бусы запутываются</i>	99
<i>Детские игрушки раскиданы по всей квартире</i>	99
18 ПРАВИЛО	102
Пузатые мелочи — тьюбики, аптека, инструменты	





Куча тюбиков в ванной и прихожей — «пробники раздавали».....	102
Порционная мелочевка на кухне — «прихватили из самолета».....	102
Лекарства в аптеке — «опять закончились».....	103
Чистящие средства для уборки — «куда-то пропали».....	104
Инструменты — «где-то были здесь».....	105
Cd-диски — «неужели я это слушала».....	106
Косметика — «куда я ее положила?!».....	107
19 ПРАВИЛО	108
Самая грязная работа	
Унитаз — лицо хозяйки.....	108
Целый мешок пыли.....	108
Плафоны с дохлыми мухами.....	109
Вентиляция и батареи с паутиной и пауками.....	110
20 ПРАВИЛО	112
«Как фамилия генерала, который придумал генеральную уборку?!»	
<i>Чем обычная уборка отличается от генеральной?</i>	113
<i>План генеральной уборки</i>	115
21 ПРАВИЛО	118
Караул! Гости идут, а у меня кругом бардак! (Правила экспресс-уборки)	
1-й объект: кухня.....	118
2-й объект: ванная комната и санузел.....	119
3-й объект: гостиная (другие комнаты).....	119

22 ПРАВИЛО	121
Как часто надо убираться	
<i>Убирайтесь постоянно</i>	121
<i>Пылесосить</i>	121
<i>Холодильник</i>	121
<i>Вентиляция и батареи</i>	121
<i>Постельное белье</i>	121
<i>Полотенца</i>	122
<i>Подушки, одеяла и покрывала</i>	122
<i>Плита и раковина</i>	122
<i>Стирка</i>	122
<i>Чайник</i>	122
<i>Фильтры для воды</i>	122
<i>Покупки (продукты, хозяйственные средства)</i>	122
<i>Ножи</i>	122
<i>Полки, светильники, дверные ручки, зеркала</i>	122
<i>Влажная уборка</i>	122
<i>Кухонные губки, тряпки, полотенца, ершики</i>	122

23 ПРАВИЛО	123
Списки и записки: планы на день, неделю, месяц	

24 ПРАВИЛО	125
Станем красивыми по-быстрому	
<i>Маска для кожи</i>	126
<i>Тональный крем</i>	126
<i>Волосы</i>	126
<i>Ногти</i>	128
<i>Ресницы</i>	128





Губы.....	128
Запах.....	128
Домашняя одежда.....	128
25 ПРАВИЛО	130
Оденемся на скорую руку	
Аффирмации для счастья	131
26 ПРАВИЛО	133
Уборка — это машина времени	
27 ПРАВИЛО	136
«Складывание простыней в красивые стопки — вид защиты от хаотичности мира»	
Хитрости хорошей хозяйки	138
Не делайте ненужных дел	139
28 ПРАВИЛО	140
Советы хозяйкам: лучшие способы сделать ваш дом чище и уютнее	
Предупреждение: это чиститься труднее всего	140
Боремся с пятнами	142
СОВЕТЫ С ФОРУМОВ	146
Применять с осторожностью: эти частные предложения санэпидстанцией не проверены!	
Чистим кухню	149
Чистим комнаты, мебель, ковры	155
Чистим ванную комнату и санузел	163
Стираем и убираем запахи	166

Чистим и стираем одежду.....	167
Чистим балкон.....	172
29 ПРАВИЛО	173
Разные страны — разные порядки	
Россия.....	173
Израиль.....	174
Германия.....	176
Скандинавия.....	178
Турция.....	179
Франция.....	182
Сша.....	183
Китай.....	184
Латинская америка.....	185
30 ПРАВИЛО	186
Следуйте народным приметам, тогда уборка будет правильной	
Приметы про уборку.....	187
Приметы про время уборки.....	190
Приметы про веник.....	192
Приметы про домового.....	195
С детьми убираемся весело!.....	197
Высказывания известных писателей и их персонажей про дом и уют.....	
Классика жанра: как вели хозяйство в поместье Льва Толстого.....	217
ПОСЛЕСЛОВИЕ	223
Загрустили? Одолела хандра? Уборка поднимет настроение!	





ПРЕДИСЛОВИЕ ПОРТАЛА *FLY-MAMA.RU*

«Мне наша квартира передачу «Что? Где? Когда?» напоминает! Не поймешь, что где находится и когда все это кончится!». Эту фразу многие из нас помнят ещё с детства, но не все могут похвастать, что в их доме проблема мамы Дяди Фёдора решена окончательно и бесповоротно.

Тем не менее, в руках вы держите книгу, предлагающую ответить практически на все «что», «где» и «когда» в вашем доме. 30 правил уборки — этого должно быть более чем достаточно для самой взыскательной аудитории.

Итак, что же нам предлагают? Своеобразную энциклопедию поддержания быта и даже самооценки современной хозяйки. Читатель подробнейшим образом ознакомится с самыми известными системами уборки, их неоспоримыми достоинствами и, что немаловажно, недостатками.

Что? Хлам, грязь, нагромождение вещей, трудновыводимые пятна, забитые полки шкафов и холодильника, масса нерешённых задач.

Где? Жилые и хозяйственные помещения вашего дома или квартиры.

Когда? 15 минут или час в день. Раз в неделю или ежедневно. Регулярно без напоминаний или по таймеру.

Самое главное — как. Перед вами не сборник теоретических, оторванных от реалий обычной российской женщины советов и размышлений на тему уборки и организации пространства. Эксперты, подготовившие материал для издания, дают рекомендации практически на все случаи, приводят примеры, упоминают истории реальных людей, делятся маленькими хитростями и большими секретами.

Никто не упрекнёт читательницу в том, что она нерадивая домохозяйка, но и не предложит ей панацею. Зато она узнает, как борются с засильем хлама и пыли признанные специалисты мирового уровня, каким образом наиболее эффективно

можно применить их методы на нашей родной почве, какие простые действия сделают дом чище, а значит — уютнее.

Вашему вниманию представляется не бессистемное перечисление методов, а подробный анализ уже существующих систем и компиляция лучшего, что предложено каждой.

Содержание распределено таким образом, что вам не придётся долго листать книгу в поисках ответа на какой-то отдельный вопрос.

Есть проблема — есть решение. Кажется, таким принципом руководствуются авторы. Точно, полно и конкретно по каждой зоне вашей квартиры, по каждой проблемной точке внутри этой зоны.

Вас интересовали методы экспресс-уборки? Им так же уделено внимание. Приятный бонус — советы о том, как не забыть привести в порядок себя, если гости уже на пороге.

Поставили пятно на любимую блузку? Засорилась раковина? Известковый налёт на унитазе или нагар на кастрюле? Есть варианты действий и на эти случаи.

Простым, понятным языком в развлекательной манере ведущего утреннего телевизионного шоу или ведущего популярной колонки авторы делятся не только рекомендациями специалистов, но и опытом пользователей тематических форумов.

Что-то покажется знакомым — так поступала мама или бабушка. Что-то даже неожиданным или странным — хммм, хотя, возможно, стоит попробовать. Что-то вы использовали интуитивно — приятно знать, что поступаешь правильно.

Размышления об уборке как машине времени, анекдоты в тему, аффирмации для счастья и «уютные» цитаты делают чтение развлекательным и облегчают усвоение материала. В конце концов, нельзя вот так просто познакомиться и не попробовать один совет или другой, или все сразу, чтобы доказать хотя бы себе, работает описанный способ или нет.

Словом, читайте, внимайте, претворяйте в жизнь — рекомендовано экспертами, проверено опытом.





ПРЕДИСЛОВИЕ

«К БЕЗОБРАЗИЮ ЕЩЁ МОЖНО ПРИВЫКНУТЬ, К НЕРЯШЕСТВУ — НИКОГДА!»

«К безобразию ещё можно привыкнуть, к неряшеству — никогда!» — утверждала Коко Шанель. И, конечно, была права. Ведь известно, что, согласно статистике, вечный бардак в доме, неумение вести хозяйство, нечистоплотность — одна из причин разводов. В пору вспомнить формулу польского афориста Лешека Кумора: «Брачную формулу о любви и верности давно пора заменить клятвой о готовности мыть посуду и выносить мусор». Также замечено, что у грязнулей-одиночек, как правило, нет друзей и подруг. Кому приятно общаться с неряхой?

«Что за наезды?! — сразу могут возразить многие читательницы. — Откуда взять время для уборки, когда целый день на работе?! А дома надо поскорее накормить-напоить-обстирать семейство!» Но в итоге каждое утро одна и та же «картина маслом» — гора грязной посуды в мойке, крошки на полу, ванна с серо-пенными разводами, куча грязного белья, не глаженные рубашки/платья/брюки. И, конечно, — плохое настроение!

Вообще, удивительно, что даже в начале супертехнического XXI века на уборку своего жилища у человека уходит также много времени, как и на заре научно-технической революции начала XX века. «Домашняя работа стремится заполнить все свободное время плюс ещё полчаса», — с грустью подсчитала автор всемирно известных бестселлеров Ширли Конран. А ведь сегодня в нашем арсенале появились необыкновенные технические новинки, как будто бы способные облегчить нам жизнь: прессователи мусора, удалители отходов, вакуумные пылесосы, мойки-сушилки и даже одежда из немнущихся

тканей, которую можно постирать и сразу надеть... Но технические новинки почему-то не помогают сократить время на содержание своего дома в порядке. А сколько грязи было сто лет назад, столько же и осталось, если не больше. «Сколько же в жизни грязи — катышков от ластика, спитой кофейной гущи, мертвых ос, засохших между оконными рамами, — поражался в 1970-е годы в одном из своих произведений Джон Апдайк. — Порой кажется, что все время у человека, у женщины, по крайней мере, уходит на перераспределение, на то, чтобы переносить предметы с места на место, поскольку мусор... есть лишь материя, лежащая не на своем месте». А сегодня к катышкам и осам, к примеру, присоединились еще и разные «современные» пятна, которые серьезно эволюционировали: если раньше пятна были только от еды и чернил, а теперь еще — и от дезодорантов и картриджа.

Более того, до сих пор сохраняется мнение, что домашний труд — и не труд вовсе. Многие мужья признаются: понимаешь, что это действительно работа только тогда, когда жена перестает убираться.

АНЕКДОТ В ТЕМУ

Муж говорит жене после свадьбы:

— Дорогая, сиди дома. Занимайся уборкой, стиркой, готовкой, детьми. Пока ты моя жена, ты работать не будешь!

Однако и переусердствовать в деле уборки небезопасно, поскольку «злые языки» говорят так: «Жены, которые содер-

