

Лучшие эксперты дают самые простые
рецепты избавления от хлама и грязи

Инна Домашняя

Творческая уборка:

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
Т27

Домашняя, Инна.

Т27 Творческая уборка: 30 простых правил / И. Домашняя. — Москва: Издательство АСТ, 2016. — 192 с. — (Карманный тренинг).

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!

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-MAMA.RU</u>	12
<u>ПРЕДИСЛОВИЕ</u>	14
Вместо брачной формулы о любви — клятва о готовности мыть посуду!	
<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>Балуите себя, любимую</i>	36
<u>2 ПРАВИЛО</u>	38
Японский «метод уборки конмари»: с выброшенными вещами прощаемся и благодарим за службу	

1. Любимые — не любимые.....	39
2. Полезные — не нужные.....	39

3 ПРАВИЛО.....44

Эксперт по домашнему порядку юкико канэко:
«люди по отношению к чистоте делятся на 5 типов»

Тип: «Убирать за собой — это ниже моего достоинства!»46

Тип: «Шопинг — это счастье. Я люблю все покупать».....46

Тип: «Не буду убираться — у меня голова болит».....48

Тип: «Я знаю, что купить, куда положить и где взять».....49

Тип: «Не выбрасывайте! Мне эта вещь очень дорога».....50

4 ПРАВИЛО.....52

Лоро доминик: «учитесь жить просто — все ваши личные вещи должны уместиться в один чемодан!»

5 ПРАВИЛО.....59

Сколько времени нужно убираться: 15 минут, 1 час или весь день?

6 ПРАВИЛО.....62

Не превратитесь в старьевщиков и кладовщиков — вытряхните из своего дома весь хлам

7 ПРАВИЛО.....66

Определитесь, какие чувства вы испытываете к вещи: нравится она вам или раздражает?





8 ПРАВИЛО	70
Самый коварный хлам — подарки, сувениры, фотографии: они вам дороги, как память	
9 ПРАВИЛО	73
Тайна! никому не показывайте, что вы собираетесь выбросить	
10 ПРАВИЛО	75
Не учите, а покажите на своем примере, как легко освобождаться от хлама	
11 ПРАВИЛО	76
Никому не предлагайте вещи, которые вам не нужны — просто избавляйтесь от них	
12 ПРАВИЛО	78
Не уговаривайте себя оставить вещь под предлогом, что она вам когда-нибудь пригодится	
13 ПРАВИЛО	80
Старые полотенца, вешалки, кассеты, провода, гаджеты — только на свалку!	
14 ПРАВИЛО	84
«Замачивайте» тарелки и начищайте раковину до блеска	
15 ПРАВИЛО	87
Надрайте раковину всего один раз — и она будет сиять всегда	
16 ПРАВИЛО	90
Вспомните, что у вас лежит в холодильнике	
<i>Разморозьте</i>	90

<i>Вымойте.....</i>	91
<i>Переберите продукты.....</i>	91

17 ПРАВИЛО.....93

РАССОРТИРУЙТЕ КУХОННУЮ УТВАРЬ

<i>Разберитесь с кружками и стаканами.....</i>	93
<i>Пересмотрите пластмассовые контейнеры.....</i>	93
<i>Переберите пакетики.....</i>	94
<i>Заточите ножи.....</i>	95
<i>Найдите инструменты — «двойники».....</i>	95
<i>Освободите столешницы.....</i>	95
<i>Избавьтесь от старых полотенец.....</i>	97
<i>Уничтожьте неприятные запахи.....</i>	97
<i>Приобретите самые нужные вещи для кухни.....</i>	98

«Мой основной набор кухонной утвари:.....	98
--	----

18 ПРАВИЛО.....100

Каждой вещи — свое место

Контейнеры и ящики — помощники порядка.....	101
--	-----

19 ПРАВИЛО.....102

**Система хранения: что и куда надо положить (разбираем
проблемы — даем советы)**

Шкафы, одежда.....	102
<i>Не могу утром быстро найти нужную одежду.....</i>	102
<i>На одной вешалке скапливается несколько вещей.....</i>	103
<i>Футболки и блузки всегда мятые.....</i>	103





<i>В шарфах, платках, перчатках запутаешься</i>	105
Книги, бумаги	107
<i>Журналы и книги разбросаны по полу</i>	107
<i>Ценные бумаги невозможно найти</i>	108
Прихожая, одежда, обувь	108
<i>Не хватает места для верхней одежды и обуви в прихожей</i>	108
<i>Тумбочка в прихожей завалена</i>	110
<i>Пол прихожей всегда грязный</i>	110
<i>Скопилось куча сумок</i>	111
Спальня, белье	112
<i>Не могу найти целый комплект постельного белья</i>	112
<i>Банных полотенец нет под рукой</i>	113
Пульты, игрушки, бусы	113
<i>Теряются пульты от телевизоров</i>	113
<i>Бусы запутываются</i>	114
<i>Детские игрушки раскиданы по всей квартире</i>	114
20 ПРАВИЛО	117
Пузатые мелочи — тюбики, аптека, инструменты	
<i>Куча тюбиков в ванной и прихожей — «пробники раздавали»</i>	117
<i>Порционная мелочевка на кухне — «прихватили из самолета»</i>	117
<i>Лекарства в аптеке — «опять закончились»</i>	118
<i>Чистящие средства для уборки — «куда-то пропали»</i>	119
<i>Инструменты — «где-то были здесь»</i>	120

<i>CD-диски — «неужели я это слушала»</i>	121
<i>Косметика — «куда я ее положила?!»</i>	122

21 ПРАВИЛО.....123

Самая грязная работа

<i>Унитаз — лицо хозяйки</i>	123
------------------------------------	-----

<i>Цельный мешок пыли</i>	123
---------------------------------	-----

<i>Плафоны сдохлами мухами</i>	125
--------------------------------------	-----

<i>Вентиляция и батареи с паутиной и пауками</i>	125
--	-----

22 ПРАВИЛО.....127

«Как фамилия генерала, который придумал генеральную уборку?!»

<i>Чем обычная уборка отличается от генеральной?</i>	128
--	-----

<i>План генеральной уборки</i>	130
--------------------------------------	-----

23 ПРАВИЛО.....134

Караул! гости идут, а у меня кругом бардак! (правила экспресс-уборки)

1-й объект: кухня	134
--------------------------------	-----

2-й объект: ванная комната и санузел	135
---	-----

3-й объект: гостиная (другие комнаты)	135
--	-----

24 ПРАВИЛО.....138

Как часто надо убираться

<i>Убирайтесь постоянно</i>	138
-----------------------------------	-----

<i>Пылесосить</i>	138
-------------------------	-----

<i>Холодильник</i>	138
--------------------------	-----

<i>Вентиляция и батареи</i>	138
-----------------------------------	-----

<i>Постельное белье</i>	138
-------------------------------	-----





<i>Полотенца</i>	139
<i>Подушки, одеяла и покрывала</i>	139
<i>Плита и раковина</i>	139
<i>Стирка</i>	139
<i>Чайник</i>	139
<i>Фильтры для воды</i>	139
<i>Покупки (продукты, хозяйственные средства)</i>	139
<i>Ножи</i>	139
<i>Полки, светильники, дверные ручки, зеркала</i>	139
<i>Влажная уборка</i>	139
<i>Кухонные губки, тряпки, полотенца, ершики</i>	139
<u>25 ПРАВИЛО</u>	140
Списки и записки: планы на день, неделю, месяц	
<u>26 ПРАВИЛО</u>	142
Станем красивыми по-быстрому	
Маска для кожи	143
Тональный крем	143
Волосы	143
Ногти	145
Ресницы	145
Губы	145
Запах	145
Домашняя одежда	145
<u>27 ПРАВИЛО</u>	146
Оденемся на скорую руку	

АФФИРМАЦИИ ДЛЯ СЧАСТЬЯ.....148

Эти установки для подсознания позволят вам повысить свою самооценку

28 ПРАВИЛО.....150

Уборка — это машина времени

29 ПРАВИЛО.....153

«Складывание простыней в красивые стопки — вид защиты от хаотичности мира» (цитаты про дом и уют)

**Наведите порядок
в своей крошечной Вселенной.....153**

Хитрости хорошей хозяйки.....155

Не делайте ненужных дел.....156

30 ПРАВИЛО.....158

Советы хозяйкам: лучшие способы сделать ваш дом чище и уютнее

Предупреждение:

это чиститься труднее всего:.....158

Боремся с пятнами.....160

СОВЕТЫ С ФОРУМОВ.....164

Применять с осторожностью: эти частные предложения санэпидстанцией не проверены!

Чистим кухню.....167

Чистим комнаты, мебель, ковры.....174

Чистим ванную комнату и санузел.....181

Стираем и убираем запахи.....184

Чистим и стираем одежду.....186

Чистим балкон.....190





ПРЕДИСЛОВИЕ ПОРТАЛА FLY-МАМА.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, забытые 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 — хмм, 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

ВМЕСТО БРАЧНОЙ ФОРМУЛЫ О ЛЮБВИ — КЛЯТВА О ГОТОВНОСТИ МЫТЬ ПОСУДУ!

«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-пёнными 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 не-

мнующихся 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 сознаются: 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!

