

Obsah

ÚVOD 8

Organizace 11

Jídlo a nápoje 15

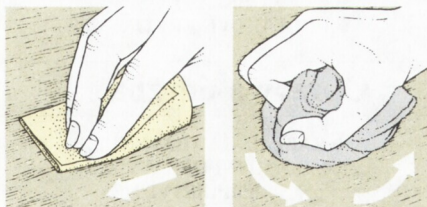
- ◆ JAK NAKUPOVAT 15
- ◆ SKLADOVÁNÍ POTRAVIN 19
- ◆ VYBAVENÍ KUCHYŇE 26
- ◆ VAŘENÍ A SERVOVÁNÍ 34



- ◆ JEZME ZDRAVĚ 44
- ◆ ZVEME SI HOSTY 49

Úklid 53

- ◆ ORGANIZACE ÚKLIDU 53
- ◆ UKLÍZÍME KUCHYŇ 60
- ◆ UKLÍZÍME KOUPELNU 70
- ◆ ČISTÍME PODLAHY 74
- ◆ ČISTÍME STĚNY A STROPY 82
 - ◆ ČISTÍME OKNA 89
 - ◆ ČISTÍME NÁBYTEK 93



- ◆ ČISTÍME BYTOVÝ TEXTIL 99
 - ◆ ČISTÍME KOVOVÉ PŘEDMĚTY 102
 - ◆ ČISTÍME KRBY A RADIÁTORY 106
 - ◆ ČISTÍME DEKORAČNÍ PŘEDMĚTY 109
-

Praní a péče o šatstvo 113

- ◆ PRŮVODCE TEXTILNÍMI MATERIÁLY 113
 - ◆ PRAČKY, ŽDÍMAČKY, SUŠIČKY 119
 - ◆ PEREME A SUŠÍME 122
 - ◆ ŽEHLÍME 126
 - ◆ PÉČE O NÁROČNÉ VĚCI 129
 - ◆ BARVENÍ LÁTEK 132
- ◆ UKLÁDÁNÍ ŠATSTVA A PRÁDLA 135
 - ◆ ČISTÍME SKVRNY 140



Předměty a věci v domácnosti 145

- ◆ SKLADOVÁNÍ PŘEDMĚTŮ 145
 - ◆ OSVĚTLENÍ 154
 - ◆ ROSTLINY V BYTĚ 160
- ◆ STAROŽITNOSTI A CENNÉ VĚCI 168
 - ◆ ŠPERKY 176

Natírání a úprava povrchů 181

- ◆ ORGANIZACE PRÁCE 181
 - ◆ PŘÍPRAVA 183
 - ◆ NATÍRÁNÍ 187
 - ◆ TAPETOVÁNÍ 194
 - ◆ OBKLADY 202
- ◆ PODLAHOVÉ KRYTINY 208

Opravy a údržba 213

- ◆ ZÁKLADNÍ VYBAVENÍ 213
 - ◆ DOMOVNÍ OPRAVY 218
 - ◆ KLEMPÍŘSTVÍ 227
 - ◆ ELEKTRINA 232
 - ◆ IZOLACE A ÚSPORY ENERGIE 237
 - ◆ PORCELÁN, SKLO A NÁBYTEK 245
 - ◆ ŠKŮDCI V DOMÁCNOSTI 252
 - ◆ OCHRANA DOMU 257
-

Domácí šití 263

- ◆ ŠÍČÍ POTŘEBY 263
- ◆ RŮZNÉ TECHNIKY ŠITÍ 269
 - ◆ LÁTKY 272
- ◆ OPRAVUJEME A PŘEŠÍVÁME 274
 - ◆ BYTOVÝ TEXTIL 284

Péče o dítě 289

- ◆ KAŽDODENNÍ PÉČE 289
- ◆ VÝŽIVA KOJENCŮ A BATOLAT 298
- ◆ VYCHÁZKY A CESTOVÁNÍ 303

Domácí zvířata 307

- ◆ VÝBĚR ZVÍŘETE 307
- ◆ KRMENÍ ZVÍŘAT 310
- ◆ KAŽDODENNÍ PÉČE O ZVÍŘE 312
- ◆ VÝCVIK KOČEK A PSŮ 317

Zdraví a bezpečnost 319

- ◆ BEZPEČNOST V DOMÁCNOSTI 319
- ◆ NEMOCNÝ V DOMĚ 327



- ◆ LÉKY 338
- ◆ TECHNIKY PRVNÍ POMOCI 339
- ◆ POSKYTOVÁNÍ PRVNÍ POMOCI 356

Příloha 361

- ◆ CHEMIKÁLIE V DOMÁCNOSTI 361
- ◆ DOBA POTŘEBNÁ K VAŘENÍ 368
 - ◆ PŘEVODNÍ TABULKY 370
 - ◆ VELIKOSTI ODĚVŮ 373
- ◆ ZDRAVOTNÍ ZÁZNAMY RODINY 376

Rejstřík 380
