

PRAVIDELNÝ ÚKLID DOMÁCNOSTI 3

Základní rady, jak si usnadnit úklid	3
Obývací pokoj, ložnice, dětský pokoj, pracovna.....	5
Kuchyně.....	6
Předsíň, chodbičky.....	10
WC	10
Koupelna.....	11

PODLAHY, KOBERCE, STĚNY, OKNA..... 14

Podlahy	14
<i>Dřevěné a laminátové podlahy</i>	14
<i>Korkové podlahy</i>	15
<i>Linoleum, PVC</i>	15
<i>Mramorové podlahy</i>	16
<i>Kamenné podlahy</i>	16
<i>Dlažba</i>	16
Koberce.....	17
<i>Základní údržba koberců</i>	17
<i>Jak odstranit z koberců různé skvrny</i>	17
<i>Rohože, koberečky</i>	20
Obložení stěn.....	21
<i>Keramické obklady</i>	21
Okna.....	21
<i>Jak nejlépe umýt okna</i>	21
<i>Záclony, závěsy</i>	24

ÚDRŽBA NÁBYTKU.....26

ČIŠTĚNÍ A ÚDRŽBA RŮZNÝCH PŘEDMĚTŮ.....30

Jak vyčistit zlaté a stříbrné šperky a jiné předměty.....	30
Jak vyčistit sklo.....	31
Jak vyčistit zrcadlo.....	32
Jak udržovat svítidla.....	33
Jak vyčistit různé „zašlé“ předměty.....	33

ZDRAVÁ DOMÁCNOST.....36

Potravinoví moli.....	36
Šatní moli.....	37
Roztoči.....	37
Červotoči.....	38
Vši.....	39
Blechy.....	39
Švábi a rusi.....	39
Rybenky.....	40
Pavouci.....	40
Octomilky.....	40
Mravenci.....	40
Mouchy.....	41
Komáři.....	42

VOŇAVÁ DOMÁCNOST.....43**PRANÍ, ŽEHLENÍ, ÚDRŽBA PRÁDLA.....44**

Symbyly pro údržbu a ošetřování textilu.....	44
Praní prádla.....	48
<i>Namáčení prádla.....</i>	48
<i>Ruční praní.....</i>	48
<i>Praní v automatické pračce.....</i>	49
<i>Jak zajistit, aby bylo prádlo stále pěkné a déle vydrželo.....</i>	51
<i>Jak pereme a čistíme jednotlivé druhy látek.....</i>	52
Sušení prádla.....	54
Žehlení prádla.....	55
Údržba oděvů a prádla.....	57

JAK VYČISTIT SKVRNY NA TEXTILU	59
Abeceda čištění skvrn	59
PÉČE O BOTY, KABELKY, KOŽENÉ PŘEDMĚTY.....	69
PÉČE O KVĚTINY V DOMÁCNOSTI.....	72
Řezané květiny	72
Pokojové květiny	73
Balkonové květiny	76
KDYŽ CHYBÍ V DOMÁCNOSTI MUŽSKÁ RUKA.....	77
Natíráme	77
Malujeme	80
<i>Co musíme udělat ještě před malováním?</i>	80
<i>Jak vybrat barvu?</i>	81
<i>Jak při malování postupovat?</i>	82
<i>Co vše je třeba udělat po malování?</i>	83
Několik užitečných rad	84
ŠETRNÁ DOMÁCNOST	86
Jak ušetřit elektrickou energii	86
Jak ušetřit vodu	87
Jak ušetřit teplo	87
Další užitečné tipy na úspory v domácnosti	88
MOJE VLASTNÍ ZKUŠENOSTI.....	90