

Книга-тренд

Пак Хён Чжон

КОРЕЙСКАЯ УБОРКА

**СЕКРЕТЫ ВЕДЕНИЯ ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА
ОТ КОРОЛЕВЫ УБОРКИ**

Издательство АСТ
Москва

Содержание

Вступление	6
ПЕРЕД НАЧАЛОМ УБОРКИ 01 / УСТАНОВКИ	
Главный совет, который позволит превратить уборку в легкое и приятное занятие	8
01 Почему уборка никогда не заканчивается, сколько ее ни делай?	10
02 Топ-10 самых сложных вещей в уборке	12
03 Все, что нужно знать! Вы тоже можете стать королевой уборки.	14
04 Что сделать, чтобы уборка стала интереснее	16
05 Убираться намного легче, если знать базовые принципы	18
06 Необходимые инструменты	20
07 Эффективные и не загрязняющие окружающую среду моющие средства	26
08 Бытовая химия (для использования в минимальных количествах)	27
09 Экологически чистые моющие средства, которые я готовлю сама	28
10 Натуральные продукты, которые можно использовать в уборке	34
11 Изобретаем и создаем инструменты для уборки	36
ПЕРЕД НАЧАЛОМ УБОРКИ 02 / РЕКОМЕНДАЦИИ	
Добрые советы от дерзкой домохозяйки	38
01 Цикличность уборки.	40
02 Определите дагу и проведите четырехдневный курс генеральной уборки	42
03 «Точечные» рекомендации в зависимости от вашего образа жизни	44
04 Домохозяйка vs работающая мама. Расписание ежедневной уборки	46
05 Ноу-хау для уборки: меняем порядок действий	48
06 Дерзкая домохозяйка рекомендует: десять лучших способов уборки.	49
07 Уголок для разговора по душам с дерзкой домохозяйкой. Когда чем заниматься	50
ПОЛНОЦЕННАЯ УБОРКА 01 / КУХНЯ	
Утомительная уборка на кухне и как ее избежать	54
Принципы уборки	56
Раковина, мойка, слив	58
Шкафчик под раковиной и пол	60
Посудомойка 62	
Секреты дерзкой домохозяйки + / Моем посуду с минимумом чистящих средств	64
Газовая плита	68
Плитка вокруг газовой плиты	70
Вытяжка над газовой плитой	71
Сетка от вытяжки	72
Холодильник	74
Секреты дерзкой домохозяйки + / Как хранить продукты в холодильнике	78
Микроволновая печь	82
Электрический чайник	84
Мультиварка	86
Разделочные доски	88
Индукционная плита	90
Ножи	91
Мусорное ведро для пищевых отходов	92
Чистка резиновых перчаток	94
Кипятим тряпки	96
Стерилизуем кухонные приборы	98
Секреты дерзкой домохозяйки + / Как хранить тряпочки	100

ПОЛНОЦЕННАЯ УБОРКА 02 / ВАННАЯ КОМНАТА

Вечно сырая ванная: борьба с влагой	102
Принципы уборки	104
Потолок	106
Вытяжка	107
Душевая кабинка	108
Полка в ванной	109
Душ	110
Зеркало	113
Секреты дерзкой домохозяйки + / Избавляемся от плесени на силиконе	114
Унитаз	116
Секреты дерзкой домохозяйки + / Прочищаем унитаз без вантуза	118
Раковина	120
Секреты дерзкой домохозяйки + / Стерилизуем зубные щетки без специального стерилизатора	122
Принадлежности для ванной	124
Стены	126
Пол и стыки между плитками	127
Сливное отверстие	128
Держатель для туалетной бумаги, подставка для журналов	131
Секреты дерзкой домохозяйки + / Храним принадлежности для ванной	132
Секреты дерзкой домохозяйки + / Складываем полотенца аккуратнее, чем в отелях	134

ПОЛНОЦЕННАЯ УБОРКА 03 / КОМНАТЫ

Стратегия по уборке комнат: от гостиной и спальни до детских	136
Принципы уборки	138
Гостиная / Потолок	140
Гостиная / Стены	141
Гостиная / Плафоны	142
Гостиная / Мебель сверху	143
Гостиная / Кожаный диван	144
Гостиная / Диван с тканевыми чехлами	146
Гостиная / Ковер	147
Гостиная / Пол: убираем пыль	148
Гостиная / Пол: влажная уборка	149
Гостиная / Шторы	150
Гостиная / Жалюзи	151
Секреты дерзкой домохозяйки + / Делаем поглотитель влаги	152
Спальня / Одежда	154
Спальня / Подушки	155
Спальня / Матрас	156
Спальня / Постель и мебель: труднодоступные места	158
Секреты дерзкой домохозяйки + / Используем натуральный увлажнитель воздуха	159
Секреты дерзкой домохозяйки + / Организуем пространство	160
Детская / Письменный стол, книжный шкаф, стул	162
Детская / Убираем следы от стикеров (наклеек)	164
Детская / Игрушки, которые можно мыть	166
Детская / Игрушки, которые нельзя мыть в воде	167
Куклы, игровые коврики, погремушки	168
Секреты дерзкой домохозяйки + / Готовим натуральный освежитель воздуха	170

ПОЛНОЦЕННАЯ УБОРКА 04 / БАЛКОН И ПРИХОЖАЯ

Очередная схватка с вездесущей пылью	172
Принципы уборки	174
Балкон / Москитные сетки	176

Балкон / Окна	178
Балкон / Оконные рамы	180
Балкон / Перила	182
Балкон / Пол	184
Прихожая / Пол	186
Прихожая / Зонт	188
Прихожая / Шкаф/ящик для обуви	190
Секреты дерзкой домохозяйки + / Делаем дезодорант для обуви и вставки для высоких голенищ	192

ПОЛНОЦЕННАЯ УБОРКА 05 / БЫТОВАЯ ТЕХНИКА И ДРУГОЕ

Угроза, исходящая от невидимых глазу вещей	194
Принципы уборки	196
Стиральная машина	198
Корзина для белья	204
Сушилка для белья	205
Плесень на стенах	206
Секреты дерзкой домохозяйки + / Организуем хранение в прачечной	208
Секреты дерзкой домохозяйки + / Стираем без бытовой химии	210
Вентилятор	212
Кондиционер	214
Осушитель воздуха	215
Увлажнитель воздуха	216
Компьютерный монитор	217
Клавиатура	218
Системный блок	220
Компьютерная мышь	222
Пылесос	223
Мусорное ведро	228
Секреты дерзкой домохозяйки + / Удобное мусорное ведро с прессом	230
Моем инструменты для уборки и тапочки	232
Секреты дерзкой домохозяйки + / Раздельно собираем мусор на переработку	236

ДОПОЛНИТЕЛЬНО

Уборка в различных ситуациях: ноу-хау	
01 Самостоятельная мойка автомобиля, с которой справится любая хозяйка	240
02 Простейшая чистка машины в обычные дни	244
03 Легко справиться в одиночку! Убираем дом при переезде	248
04 Встречаем внезапно нагрянувших гостей. 20-минутная упрощенная генеральная уборка	254

СЯЮЩАЯ ЖИЗНЬ



Вступление

Приглашаю вас в мир уборки, вызывающей привыкание

Сегодня меня многие называют «экспертом по ведению домашнего хозяйства» или «королевой уборки», однако я далеко не всегда была так уж хороша в этих вопросах. Точнее сказать, меня это не интересовало. Несколько лет назад я и помыслить не могла, что буду вести блог, и тем более что из множества тем выберу именно вопросы домашнего хозяйства и уборки.

Однажды ночью мне не спалось, я тихонько включила компьютер, стала что-то искать в интернете и в результате одного нечаянного клика мышкой увидела ее. Пищевую соду.

Тогда я узнала, что соду используют при мытье овощей и фруктов, а также в уборке. Поэтому я тут же купила упаковку соды в ближайшем магазинчике и опробовала ее дома. Эта упаковка закончилась очень быстро, и я купила пачку побольше. К моменту окончания большой пачки я нашла сайт, где можно было недорого закупить пищевую соду в оптовых количествах, и оформила там покупку.

Сначала я сомневалась, не слишком ли много соды беру, однако в итоге из-за низкой цены решилась на заказ. Я получила по пять килограммов пищевой соды, лимонной кислоты и кислотного отбеливателя и с сожалением подумала, что этого все же слишком много, но покупка уже состоялась, и расстраиваться особого смысла не было. Я расставила их по местам и принялась усердно применять в деле, однако они никак не заканчивались. Вдобавок большие объемы было нелегко хранить. В общем, «все не слава богу»!

Выход был только один — пользоваться закупленными средствами еще активнее.

В процессе всего этого я узнала, что чистящие вещества различаются по степени загрязнения окружающей среды, и решила немедленно известить для уборки те средства, которые накупила раньше. С тех пор я начала изучать, как и чем правильно пользоваться при наведении порядка.

Я узнала о разнообразных способах использования и методах применения средств для уборки и подумала, что не стоит хранить это в себе... Вот я и стала размещать эту информацию в блоге. Постепенно вокруг меня стали собираться заинтересованные люди, благодаря поддержке и одобрению которых я стала развивать свой блог и еще активнее заниматься домашним хозяйством.

Блог стал популярным, а о моих принципах поддержания порядка и ведения домашнего хозяйства стали говорить на радио и писать в журналах. Количество моих наработок росло, и вскоре меня прозвали «Эдисоном уборки». Одновременно возросла и моя нагрузка.

Но как бы мне хотелось, чтобы этот период был временем помешательства только на уборке, и ничто другое не сводило бы меня с ума в те бесценные дни!

Немного расскажу о себе

Я вышла замуж в 2000 году и через год родила мальчика, а еще через четыре года — второго.

Тридцать первого марта 2009 года мой старший сын в последний раз сказал мне, что пошел в школу. Выйдя из дома, он отправился напрямик в рай к другим ангелам: по дороге на учебу мой сын попал под машину.

Тогда, с пятилетним малышом на руках¹, я не могла последовать за своим старшеньким, как не могла позволить себе сойти с ума. У меня не было других вариантов, кроме как проживать каждый божий день. Улыбаться было невыносимо, но плакать каждый день — еще невыносимей. Было страшно встречаться с теми, кто знал о нашей потере, но также было очень страшно встретиться с тем, с кем давно не виделись, и отвечать на расспросы о моих детях. Тогда я только и делала, что скрывалась от всего, и в итоге решила отправиться в такое место, где никто обо мне ничего не знает, и начать все сначала там, где не будет никого, кто смог бы потревожить мои душевные раны.

Я и впрямь была не в себе, до ужаса боясь вымолвить даже пару слов из-за того, что самое обычное приветствие могло жестоко ранить. Это было тяжелое время.

Однако пока я упорно убирала, складывала и прятала по углам все вплоть до фотографий, у меня не было времени думать о заболевшем. И таким образом мой блог стал площадкой для игры в «домик самоуверенной домохозяйки», моим убежищем.

Слишком тяжелый разговор для книги о легкой и веселой уборке?

Я начала его затем, чтобы сказать, что у меня два сына: один в сердце, другой рядом.

И если бы не мой старший мальчик, сегодняшней меня никогда бы и не было, я не смогла бы написать эту книгу. Конечно, я жила бы совершенно по-другому.

Я думаю, эта книга — небольшой подарок мне от того сына, который живет в моем сердце.

Уборка — отличное лекарство от тяжелых и путаных мыслей в голове.

Я буду рада, если эта книга научит принципам поддержания порядка тех, кто хочет убираться, но не знает, с чего и как начать; станет настольным руководством и источником вдохновения и лайфхаков по быстрой и легкой уборке для тех, у кого не хватает на это времени; а тем, кто любит и умеет убираться, подарит новые интересные идеи.

Ведь очень важно, чтобы вы не только получили хороший результат, но еще и не скучали в процессе!

Я от души желаю, чтобы моя книга хоть немного помогла сделать вашу жизнь ярче.

И напоследок обращаюсь к моей любимой семье, общением с которой пренебрегала, будучи занятой созданием этой книги. Моей семье, которая пыталась слабо возражать, что щедро накрытый стол все же лучше, чем чисто убранный дом, я шлю свою любовь и прошу прощения. Также хочу сказать слова любви своим родителям, которые всегда верили в меня, поддерживали мои начинания и тихо за меня молились.

Теперь я могу это сказать.

Господи... Спасибо Тебе.

За то, что удержал.

На пороге лета 2014 года
Самоуверенная домохозяйка Пак Хён Чжон

¹ В дальневосточных странах, в том числе в Корее, при рождении ребенку сразу начисляется один год жизни, а затем года прибавляются не в день рождения, а с наступлением нового года по лунному календарю. Таким образом, корейцы оказываются на год или даже два «старше» своих европейских сверстников.

Перед началом уборки 01

Главный совет, который позволит превратить уборку в легкое и приятное занятие

Есть те, кто из-за одной мысли об уборке впадает в стресс, но также есть и другие, кому уборка помогает расслабиться.

У стресса, возникающего из-за наведения порядка, есть несколько причин.

Это может быть реакцией на ваш порыв справиться со всем за один присест или плохое планирование, в результате которого можно на уборку потратить гораздо больше времени, чем вы собирались изначально.

Стресс вызывают и сами мысли о необходимости уборки, если при этом убратся не получается.

Как и все остальное, уборка так же требует подготовки и определенных навыков.

Если знать основные принципы, казавшаяся необъятной уборка окажется намного более легкой и быстрой, а если добавить к этому несколько секретов, уборка еще и перестанет навевать тоску.

Все, хватит мучиться и переживать из-за уборки! И моя книга вам в этом поможет.

Начнем с самых основ.

01
УСТАНОВКИ



ПОЧЕМУ УБОРКА НИКОГДА НЕ ЗАКАНЧИВАЕТСЯ, СКОЛЬКО ЕЕ НИ ДЕЛАЙ?

В других семьях, видимо, все иначе, так почему же у нас всегда беспорядок? Почему, несмотря на то, что мы постоянно убираемся, дома так грязно и становится только хуже? Почему не получается нормально убраться? Многие задают мне подобные вопросы. Конечно же, причина есть...

Почему дома беспорядок, несмотря на то, что там убираются

Причина проста: потому что в доме живут люди. Это не выставочный образец, и понятно, что любое жилище постоянно чем-то захламляется. Всегда прибранный дом друга, блистающее чистотой со страниц журнала жилье знаменитости, чья-то идеально чистая квартира, увиденная в интернете... Как вы думаете, дома, которые вы видите, прибраны всегда? Сравнивая свой дом с идеальными картинками, вы, случайно, не пришли к выводу, что вам не тягаться с остальными, а потому можно даже не пытаться начинать уборку?

Я вас уверяю, не существует перманентно чистого дома, если в нем живут люди, и тем более если в нем собираются всем семейством.

В чем секрет всегда прибранного дома?

Как вы считаете, что является общей чертой общей чертой домов, в которых всегда чисто? Вот именно! Всегда есть кто-то, кто постоянно наводит порядок. Там не делают генеральную уборку за один день, а понемногу прибираются — то тут, то там. Вот и весь секрет!

Невозможно убираться сутками напролет

Когда говоришь людям, что регулярно убираешься, многие думают, что ты только этим и занимаешься, но даже для меня, прозванной королевой уборки, убираться без остановки — это слишком...

Те, кто читает мой блог или смотрит передачи с моим участием, постоянно задают вопросы вроде: «Что нужно сделать, чтобы дома всегда было так чисто?» На что я отвечаю: «Такого способа нет: перед съемками я всегда усиленно навожу порядок, а в блоге я размещаю фотографии, сделанные только после тщательной уборки».

По большому счету образ жизни людей не сильно отличается. Меня называют мастером уборки, но и я не исключение. Разве может дом неизменно блистать чистотой, если в нем едят и моются? И уж тем более такое невозможно, если у вас есть маленькие дети. Можно, конечно, упрямо тратить все свое время на уборку, но это может привести вас к нервному срыву.

Каково же решение?

Так как все находится примерно в одинаковых условиях, для начала избавьтесь от угнетающих мыслей о том, что уборка не имеет смысла, у вас ничего не получается или что вы не умеете убираться. Также отбросьте идею о том, чтобы раз и навсегда решить проблему с наведением порядка, так как человеческое жилье естественным образом загрязняется даже после самой идеальной уборки.

Уборка — такая вещь, ее нужно просто делать. Есть время для наведения беспорядка и время для его уборки. Кроме того, убраться хорошо может любой.



ТОП-10 САМЫХ СЛОЖНЫХ ВЕЩЕЙ В УБОРКЕ

В процессе ведения блога и общения с соседями, давая интервью для передач и журналов, я узнала о различных тревогах, связанных с уборкой. Так что же люди считают самым трудным?

1. Уборка в ванной комнате

Для многих самым сложным является уборка в ванной комнате. Стоит хоть немного ослабить бдительность, и из-за постоянно текущей воды и повышенной влажности здесь возникают либо налет, либо плесень. Запахи в ванной тоже появляются легко. Еще одна проблема — гости: если кухню еще можно от них закрыть, то появления их в ванной комнате, где находится унитаз, избежать практически невозможно. Так как же отмыть унитаз, не притрагиваясь к нему руками, или отчистить плотные кольца душевого шланга?

2. Уборка на кухне

Кухня, как и ванная, занимает лидирующие позиции по сложности уборки. Здесь также постоянно используют воду, а кроме того, готовят еду, и если вовремя не убирать подтеки масла и остатки пищи, в течение нескольких дней это превратится в заметную проблему. Заляпанная едой газовая плита, вонючее сливное отверстие раковины, масляные пятна на вытяжке и ее сетке, подобный черной дыре холодильник и мусорное ведро, к которому противно прикасаться — даже мысли обо всем этом вызывают содрогание! Еще здесь полно таких мелких неприятностей, как отпечатки пальцев, остающиеся на кухонной утвари, и подтекающая под раковину вода от мытья посуды.

3. Вездесущая плесень

Любому станет не по себе при виде плесени в стыках между плитками, на силиконовом герметике или на старых стенах. Повсюду, где сырость: в ванне, в сливах раковин, на окнах, — есть и плесень. На эту проблему часто жалуются жильцы плохо проветриваемых квартир-студий, старых домов с «уставшей» сантехникой и плохо построенных зданий.

4. Война с пылью

Есть такие места, например москитные сетки, где пыль скапливается очень быстро, сколько ни протирай. Последнее время становится все больше очень мелкой пыли, и в семьях, где есть дети, это вызывает серьезное беспокойство. Места, что на виду, так и так будешь регулярно протирать, а подумайте о скрытых от глаз и изолированных участках — за холодильником, на шкафах и под диваном, за кроватью... В доме полно «слепых зон», где много пыли.

5. Осушение воздуха

С наступлением лета влажно становится повсюду, а не только в ванной и на кухне, и это вызывает беспокойство. Поэтому в последнее время все



большей популярностью пользуются осушители воздуха. Уборка будет проще, если контролировать уровень влажности в различных шкафах, например в обувном. Я расскажу вам, как справиться с влажностью на регулярной основе.

6. Клещи

Если в кровати завелись клещи, а возможности вызвать специалистов у вас нет, не стоит смиряться и делать вид, что клещей не существует. Есть один интересный способ от них избавиться.

7. Порядок уборки

Существует множество вариантов, откуда начинать убираться и в каком порядке действовать. Если наводить порядок хаотично, без четко поставленных задач, убирая то, что подвернулось под руку в текущий момент, вы только добавите себе работы, не сможете толком ничего довести до ума, будете вынуждены без конца прибираться и в итоге бросите это занятие, разочаровавшись. Однако если приучить себя делать уборку, порядок действий в процессе возникнет сам по себе.

8. Стирка тряпок

Как это ни странно, но любой занимающийся домашним хозяйством человек с этим согласится! Каждый раз при отжимании тряпок болят запястья. Эта боль, возникая время от времени, может перерасти в хроническую. Но погодите — у меня есть идея, как ее уменьшить.

9. Систематизирование и упорядочивание вещей

Есть немало таких людей, кто умеет хорошо отмывать и оттирать грязь, однако при этом совершенно не умеет систематизировать и упорядочивать вещи. Начиная с мелочевки типа детских игрушек и заканчивая организацией пространства в холодильнике. Если речь заходит о систематизации, ей не видно конца, и я научу вас основному и самому простому способу упорядочивать вещи.

10. Утомление

Я заговорила о нем напоследок, но, возможно, его стоит поставить на первое место. Именно оно делает уборку такой сложной! Нередко мы, осознавая, что необходимо убираться, попадаем в ловушку «утомленности»: мы растим детей, ходим на работу, и из-за нехватки времени и накопленной усталости у нас не всегда получается последовать за собственным намерением хорошенько навести порядок. Выход только один — придумать более легкий, быстрый и менее утомительный способ убираться.



ВСЕ, ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ! ВЫ ТОЖЕ МОЖЕТЕ СТАТЬ КОРОЛЕВОЙ УБОРКИ

Уборка — это ни капельки не сложно, и любая может стать королевой уборки, зная несколько основных принципов. Это совсем простые вещи, но, держа их в голове, вы будете получать совершенно другие результаты.

1. Не пытайтесь сделать всю уборку одним махом

Такая привычка с вероятностью 90% вызовет у вас ненависть к этому процессу! По мере откладывания уборки работы прибавляется и мысль о ней раздражает все сильнее. Но скоро вы научитесь делать так, чтобы количество домашних дел не копилось!

2. Каждый день, понемногу, в свободное время

Этот пункт связан с предыдущим: лучший способ навести порядок — не накапливать дела по дому, а убираться «каждый день понемногу в свободное время». Так вы сэкономите время и силы.

3. Один день — одно дело, в течение суток убираем в одном месте

Несмотря на то, что объемы небольшие, ежедневная уборка — нелегкий труд. Попробуйте выработать привычку делать за один день только одно дело, ежедневно убирайтесь в каком-то одном месте, тратя на него не менее пяти минут. Таким образом, у вас естественным образом выработается привычка к уборке, и в скором времени вас тоже можно будет назвать королевой уборки.

4. Убираем сверху вниз

Основной принцип уборки — сверху вниз! Если вы начнете убираться снизу, вы лишь напрасно потратите время, так как во время уборки наверху вся пыль по новой осядет вниз. Двигайтесь от потолка к полу. Да, в зависимости от ситуации положение дел может меняться, но если часто этим заниматься, у вас быстро появятся навыки, помогающие определить очередность в процессе уборки.

5. От чистого к грязному

Когда вы что-то протираете, двигайтесь от чистых мест к более загрязненным, а самые грязные протрите в конце. В таком случае вам меньше придется ополаскивать тряпку, и уборка станет эффективнее.

6. Отберите вещи на выброс и на отдачу

Уборка в захламленном доме кажется бесконечной... Не знаете, что делать? В таком случае просто отберите вещи, которые нужно выбросить или отдать. Одно это само по себе — добрая половина дела.

7. У каждой вещи должно быть свое место

Когда я убираюсь, всегда повторяю себе: «Выкинь все ненужное, остальное разложи по местам!» Для всех вещей в доме нужно заранее определить свое место. Поначалу это может показаться непростой задачей, но если правильно определить место для каждой вещи, справляться с беспорядком будет намного проще.



8. Помните о важности каждого убираемого места

Есть такая поговорка: «Если ты знаешь противника и знаешь себя, сражайся хоть сто раз, опасности не будет». Так и с уборкой — если вы собрались убираться, вы должны отчетливо понимать, где именно будете убирать. Нужно учитывать, что именно здесь накапливается, течет ли здесь вода, какими средствами нужно воспользоваться, какие особенности надо иметь в виду. Все это поможет сделать уборку более эффективной.

9. Отведите несколько дней для генеральной уборки

Не старайтесь сделать генеральную уборку в один рывок, за день. Лучше разделить ее на несколько дней. Она требует много времени и сил, и за день нельзя навести порядок повсюду. Заранее определите дни, когда провести большую уборку кухни, ванной и балкона, и начинайте.

10. Зараз беритесь только за одно

Выберите что-то одно, что будете убирать. Например, сегодняшний день назначьте «днем протирания пыли». Начните борьбу с пылью и уничтожьте ее! В «день мокрой тряпки» возьмите и протрите весь дом, в «день плесени» избавляйтесь от нее повсеместно. Такой метод позволит убрать гораздо большее пространство при меньших затратах энергии, чем если бы вы решили в одном месте «курсом» протереть пыль, пропылесосить и сделать влажную уборку.