

## الفصل الأول

### كيفية النظافة

#### النظافة اليومية:

- ١ - إزالة الأتربة من المنزل
- ٢ - فتح النوافذ لتهوية السراير.
- ٣ تنظيف الشيش بالفرشاة الخاصة به
- ٤ إزالة بقايا السجائر من الطفاية.
- ٥ - تلميع الأشياء المتسخة.
- ٦ نظافة الزهريات من الماء القديم ووضع ماء نظيف وبه نصف ملعقة سكر للمحافظة على النور
- ٧ كنس المكان وتنظيفه.

#### النظافة الأسبوعية:

- بحاج المنزل إلى التنظيف أسبوعيا بدرجة أكثر من النظافة اليومية
- ١ نضع المرايا وتنظيف نسي النوافذ
  - ٢ نظف درابوز وتلميعها وسنجد الأتربة من الصدر بالآلة الخاصة بـ سدر وبه وسه
  - ٣ ترفع مرات الاسره من مسها كي نظف تحت الاسره بدعه
  - ٤ نرفع كل سي من مكانه كي نظف جيد
  - ٥ تنظيف الجدران
  - ٦ نغسل الاثريات و الاصم بالآله الخاصه بها

### النظافة الشهرية:

- ١ - نظف الانتريهات والأطقم بفوطة يتم وضعها في الماء وعصرها جيدا
- ٢ - غسل الحوائط بوضع فوطة في ماء وصابون ثم بعد ذلك شطفها بقطعة نضعها في ماء نظيف.
- ٣ - غسل السجاد في حالة اتساخه

### النظافة السنوية:

- ١ - تنظيف التابلوهات والمرايا بالفرشاة المخصصة لذلك
- ٢ - تنزع الستائر وتغسل بالماء والصابون.
- ٣ - ينظف الأثاث وينفض جيدا ثم يلمع بفوطة نظيفة.
- ٤ - يتم تقص السجاد بالمنفضة الخاصة به ويغسل في مكان واسع غسلا جيدا
- ٥ - تنظيف الأرضيات
- ٦ - تنظيف الدواليب والأدراج من الداخل

## نظافة الأحذية

- ١ - يوضع الحذاء فى القالب الخاص به
- ٢ - تنظف الأحذية من التراب المعلق بها.
- ٣ - نضع فوطة فى ماء وتعصر جيدا ويمسح بها الحذاء جيدا.
- ٤ - يدهن الحذاء بالورنيش الخاص به.
- ٥ - يلمع بالفرشاة الخاصة بالحذاء بعد ذلك ليكون لامعا.
- ٦ - ينظف الحذاء من داخله بوضع فوطة صغيرة فى الكحول.
- ٧ - ينظف الحذاء كل فترة بوضع فوطة مبللة بالخل والماء معا ومעصورة لكى تمنع الرائحة الكريهة التى بداخله.
- ٨ - يتم تصليح الحذاء من أسفل كل فترة لكى يحتفظ برونقه ويكون كالجديد دائما.
- ٩ - تنظف الأحذية الشامواه بفرشاة كاوتشوك ولا ينظف بفرشاه خشنة.
- ١٠ - يدهن الحذاء من حين لآخر بزيت التربنتينا لتخليصه من بقايا الورنيش ويترك حتى يجف وينظف بعد ذلك بوضع فوطة صغيرة مبللة بالجليسرين ومعصورة تماما ويترك لفترة طويلة
- ١١ - يدهن بالدهان الخاص به

## نظافة الأحذية المصنوعة من البلاستيك اللامع:

- ١ - يستخدم المسحوق الخاص بالأحذية البلاستيك.
- ٢ - يمسح الحذاء به بعد ذلك.
- ٣ - يلمع تلميعا جيدا

## نظافة الأحذية الجلدية من البقع الدهنية:

- ١ - نحضر قطعة من الطباشير ونضعها في الكحول ثم يتم وضعها على البقعة المراد تنظيفها حتى تنشف جيدا
- ٢ - تمسح بالفرشاة الخاصة بالحذاء جيدا حتى ينظف تماما.
- ٣ - يوضع أسفل الحذاء عند النعل زيت قليل جداً ليمنع أصوات الحذاء عند المشي.
- ٤ - يضاف قليل من القهوة للدخان الخاص بالحذاء لكي يلمع لونه ويكون براقاً.



## تنظيف البقع

### طرق إزالة البقع:

- ١ - يتم تسخين الماء حتى الغليان ثم يترك ليبرد، لأن الماء به أملاح وتسخينه جيداً يخلصه من الملح حتى لا يبقع الماء على القماش.
- ٢ - عدم استعمال الكحول لإزالة البقع من على القماش الحريري.
- ٣ - عدم استعمال الماء الساخن في غسل القماش الحريري. ولا بد أن يكون الماء فاتراً جداً حتى لا يتكرمش.
- ٤ - عند استعمال مواد للتنظيف مثل البنزين أو غيره من المنظفات يجب فتح النوافذ والشبابيك ليمح بدخول الهواء.
- ٥ - ينظف القماش المصنوع من الصوف بقطعة قماش صوفية.
- ٦ - تنظف الملابس المصنوعة من الشامواه بقطعة قماش شامواه.
- ٧ - عدم استعمال بودرة التلك أو الخل على الأقمشة الغامقة أو السوداء.
- ٨ - ينظف القماش من البقعة من الداخل أولاً ثم من الخارج.
- ٩ - ينظف القماش جيداً من البقع قبل الكي حتى لا تلتصق البقع بالقماش.
- ١٠ - تنظف البقعة بالمواد المنظفة الخاصة بها في قطعة قماش قطنية (خارجية) قبل أن تنظف البقعة الأساسية وذلك لكي نختبر أثر المنظف على القماش.
- ١١ - عند وجود أية بقعة تنظف بسرعة وذلك حتى يسهل عملية نظافتها.

## مكافحة الحشرات

### الذباب:

من المعروف أن الذباب من الحشرات الضارة التي تنقل لنا الأمراض والتي لا بد من مكافحتها وهذا يتم كالتالي:

١ - يتم رش الغرف بعد نظافتها بأى مستحضر أو أى مبيد حشرى جاهز للذباب.

٢ - يتم غلق الغرف ما لا يقل على ساعة.

٣ - يكنس الذباب الميت ويرمى فى سلة القمامة

### الصراصير:

١ - يرش المبيد الحشرى الخاص بالصراصير ناحية المطابخ ودورات المياه

٢ - التخلص من الماكولات التي تعرضت إليها الصراصير.

٣ - ترش بودرة الصراصير حول المكان الذى تسكنه الصراصير من الخارج.

٤ - لا تنظف البودرة ولا تكنس مع النظافة اليومية حتى تقضى تماما على الصراصير.

### الفئران:

١ - يتم وضع جميع الأشياء الواجب تخزينها فى دواليب محكمة الغلق

٢ - سلة القمامة تكون بغطاء محكم.

٣ - تفادى أية أشياء غير مرغوب فيها حتى لا تختبئ بها الفئران.

٤ تفادى أى شرخ حتى لا تسكنه الفئران

- ٥ - يتم القضاء على الفئران بأخذ قطعة من اللحم أو الجبن الرومي ووضع السم عليها وهو يباع جاهزا. وتوضع بعيدة عن متناول الأطفال

### مكافحة العتة

- ١ - هناك عدة أشياء عن طريقها نستطيع مكافحة حشرة العتة وهي (الشمس)، (الضوء)، (الحركة)، وذلك لأن يرقة العتة تنمو في الظلام.
- ٢ - يتم تنفيض الأشياء التي لم نستعملها إلا قليلا من وقت لآخر حتى لا تنمو بها يرقة العتة
- ٣ - عند وجود العتة ترش بالمبيد الخاص بها.
- ٤ - يتم وضع الملابس المراد تخزينها في سُنط محكمة الغلق أو في الدواليب وتكون كذلك محكمة الغلق حتى نتفادى العتة من خارجها.

### الوقاية من العتة

- ١ - يتم رش الأسقف بسائل خاص بالعتة
- ٢ - نضع كمية مناسبة من المبيد الحشري في الأماكن المراد رشها. لأن الكمية لو كانت غبر الكافية للمساحة الموجودة بها العتة تجعل العتة تهاجم هذه الملابس أو الأشياء الموجودة

## كيفية التخلص من روائح المنزل

- ١ - يتم فتح النوافذ والشبابيك وتهوية مراتب الأسيرة والمخدات والمفارش يوميا
- ٢ - نظافة (طفايات) السجائر مع تغيير مياه الزهريات يوميا
- ٣ - يوضع كيس بلاستيك داخل سلة القمامة ويتم تغييره يوميا مع التأكد من سلامة الكيس قبل وضعه .
- ٤ - غسيل سلة القمامة كل أسبوع وتطهر بأى مطهر.
- ٥ - نضع أسفل الدواليب (معطرا) له رائحة طيبة.
- ٦ - فرش أدراج المكاتب بورق نظيف معطر بأية رائحة.
- ٧ - تغطية المأكولات عند وضعها فى الثلاجة بغطاء محكم جيدا.
- ٨ - يوضع فى الثلاجة قطعة من الفحم وذلك لأن الفحم يمتص الروائح بداخل الثلاجة للتخلص من أية رائحة غير محببة.
- ٩ - يرش البيت من وقت لآخر (باسبراى) معطر لهواء الغرف ليعطى البيت رائحة نقية.
- ١٠ - عند وجود بقعة على قماش الأثاث لها طبقة أو قشرة أو رائحة تنظف بالقرشاه الخاصة بالقماش أولا قبل التنظيف المناسب لها وإزالة الرائحة.
- ١١ - غسل النسيج بعد نظافة البقعة
- ١٢ - تنظيف البقعة بفوطة نظيفة جدا ويستحسن فوطة بيضاء اللون حتى يسهل عملية النظافة
- ١٣ - تُنشَف بعد ذلك بفوطة أيضاً بيضاء نظيفة حتى تتخلص من أية بقع بعد تجفيف النسيج

## الأعمال التي يجب القيام بها قبل السفر

- ١ - يتم تنظيف البيت من بطاطين وغطاء ومفارش وستائر وتوضع فى الدواليب.
- ٢ - عدم كى الأشياء حتى لا يتغير لونها
- ٣ - توضع البطاطين فى أكياس بلاستيكية وترش بمبيد حشرى واقٍ من العتة وتغلق جيداً.
- ٤ - تنظف الكتب وتوضع فى المكان الخاص بها بالمكتبة وتغلق جيداً.
- ٥ -- يتم غسل السجاد غسلاً جيداً وترش بالمبيد الحشرى وتلف بعد ذلك.
- ٦ - يتم نظافة البراويز والتابلوهات ووضعها فى ملاءات حتى تتفادى أى أتربة.
- ٧ - يتم تصليح أى جهاز به عطل عند المختص.
- ٨ - يتم رش الأطقم المنجدة بالمبيد الحشرى حتى نقيها من العتة ثم تغطى بالملاءة حتى تحفظها من الأتربة.
- ٩ - يتم غسل أواني المطبخ وتنشف جيداً وتوضع فى الدواليب الخاصة بها وتغلق جيداً.
- ١٠ - يتم لف الأدوات المصنوعة من الفضة فى ورق من الجرائد لحفظها من الصدأ.
- ١١ - يتم دهان أدوات المطبخ المعرضة للصدأ دهاناً خفيفاً بالزيت
- ١٢ - عند تخزين الملابس الشتوية تنظف جيداً وتوضع فى أكياس بلاستيكية وتغلقها غلقاً محكماً كى نقيها من العتة.

## تجهيز شنطة السفر

- ١ - فى البداية يتم تحضير ورقة ونكتب بها كل الأشياء اللازمة فى السفر.
- ٢ - لابد وأن تكون الورقة واضحة فى ركن من أركان المنزل بحيث يكتب فيها كل ما سوف يخطر على البال فى أية لحظة من مستلزمات السفر.
- ٣ - تجهيز شنطة السفر أمامك فى مكان واضح بحيث توضع فيها كل الأشياء التى سوف تستخدم فى السفر حتى لا يتم نسيان بعض الأشياء الضرورية.
- ٤ - توضع الأدوات الضرورية للخياطة فى كيس صغير.
- ٥ - تحضير الأدوية الخاصة بأى فرد من أفراد الأسرة.
- ٦ - تجهيز أدوات التجميل وقميص للنوم وغيار داخلى للأب إذا كانت الأسرة سوف تقضى يوماً أو يومين فى أحد الأوتيلات.
- ٧ - يفضل تجهيز الشنط قبل السفر بيوم حيث توضع الجواكيت والقمصان الرجائى فى وضع مسطح حتى لا تتكرمش.
- ٩ - يوضع الجاكيت فوق ذيل الجاكيت الآخر ويوضع كتف القميص على ثنية طرف الآخر.
- ١٠ - توضع زجاجات الدواء الخاصة بأفراد الأسرة كل زجاجة على حدة فى أكياس من البلاستيك.
- ١١ - توضع كل زجاجة فى كيس نايلون وتربط جيداً.
- ١٢ - يوضع كل حذاء فى كيس نايلون وبداخل الحذاء أدوات النظافة الخاصة حتى تتفادى النسيان.

- ١٣ - يقفل كل كيس به حذاء ويربط جيدا.
- ١٤ - توضع الأحذية بعد ذلك فى شنطة صغيرة خاصة بالأحذية.
- ١٥ - يوضع الذهب فى قطع قطنية قبل وضعه فى الأماكن الخاصة به ليتفادى أى خدوش.
- ١٦ - يتم عمل مفتاحين أو ثلاثة للشنط، يوضع واحد فى شنطة السفر الصغيرة التى فى يدك، والآخر بشنطة اليد للسيدة أو الزوج، والمفتاح الثالث فى السيارة بالمكان المخصص له.

### تنظيف مراتب الأسرة

- ١ - توضع المرتبة فى البلكونة أو الشباك وتضرب بالمضرب الخاص بها وتترك فى أشعة الشمس حتى يتم تطهيرها جيدا.
- ٢ - يوضع فنجان من الماء مخلوط بملعقة محلول النشادر يتم وضع فوطة فى هذا المحلول وعصرها جيدا حتى لا يتسرب المحلول وتنظف بها المرتبة وتوضع بعد ذلك فى الشمس والهواء لتجف.
- ٣ - عند اتساخ كيس المرتبة يفك الكيس من المرتبة ويغسل غسلا جيدا ويركب بعد ذلك.
- ٤ - يتم تنجيد المراتب مرة كل فترة وذلك حتى تكتسب رونقا وتكون نظيفة وجميلة ومريحة صحيا.
- ٥ - فى حالة السفر ترش المرتبة بالمبيد الحشرى وتغلق الغرفة عليها حتى يتم تفادى وجود أى نوع من الحشرات خلال فترة السفر.

### المخدات أو الوسائد:

- ١ - إذا كانت المخدة مصنوعة من القطن فتتنظف كما نظفنا المراتب.

- ٢ - تفك أطراف المخدات كل فترة وتغسل ثم نكوبها وبعد ذلك نخيطها من جديد.
- ٣ - إذا كانت المخدات مصنوعة من الريش مثلا يفك الكيس من الخارج ويوضع الريش في إناء به ماء وصابون ويغسل جيدا ثم يشطف بماء نظيف عدة مرات حتى ينظف تماما مع مراعاة أن يكون الماء نظيفا.
- ٤ - يوضع الريش بعد ذلك في إناء نظيف مضافا إليه أربعة فناجين من الماء على أربع ملاعق أكسجين على ملعقة نشادر ويترك فترة قليلة.
- ٥ - يرفع الريش من المخلوط السابق
- ٦ - يعبأ بعد ذلك الريش في الكيس الخاص به ويخاط ويوضع في البلكونة في الشمس حتى يتم جفاف الريش تماما.

## تنظيف الصور

### الإطار القطيفة:

- ١ - يتم نظافته بفرشاة الملابس.
- ٢ - ينظف بعد ذلك بفقطة بها بنزين.
- ٣ - توضع في البلكونة في الهواء حتى يتطاير ما بها من رائحة البنزين.

### الاطار الجلد:

- ١ - يدهن بدهان الأحذية عديمة اللون.
- ٢ - يترك فترة قليلة حتى يتشرب الجلد الورنيش.
- ٣ - تلمع تلميعا جيدا بفقطة نظيفة جافة.

## الإطار الخشبي:

- ١ - يتم دهانه عن طريق الورنيش الخاص به
- ٢ - يلمع بعد ذلك تلميعا جيدا.

## الإطار الذهبى:

- ١ - ينفض التراب ويمسح الإطار بمخلوط من الكحول والنشادر بفوطة نظيفة.
- ٢ - يترك لينشف.
- ٣ - نضع قليلا من الفازلين على فوطة نظيفة ويمسح بخفة ثم يترك ثوانى.
- ٤ - يلمع بفوطة قطنية نظيفة.
- ٥ - من الممكن نظافته بمخلوط من الكحول والماء بمقادير متساوية.
- ٦ - يلمع بعد ذلك بالردة الناعمة أو بفرشاة ناعمة جدا.

## صور عادية:

- ١ - تُمسح بفوطة مبللة بالماء.
  - ٢ - تترك لفترة قليلة حتى تجف
  - ٣ - نضعها على فوطة نظيفة وجافة
  - ٤ - تكون الصورة من ناحية القماش
  - ٥ - يراعى عدم استعمال هذه الطريقة للصور الملونة.
  - ٦ - ينظف زجاج الصورة بفوطة مبللة بالكحول
  - ٧ - تُلمع بفوطة جافة ونظيفة ليست موبرة.
- تنظيف جميع المرايا بالطريقة السابقة.

## صور الزيت:

- ١ - تنظف صور الزيت بدعكها بقطعة بطاطس طولية الشكل.
- ٢ - تدعك بخفة وتغير قطع البطاطس قطعة بعد الأخرى عندما تتسخ.
- ٣ - تنظف الصور بعد ذلك بقطعة منداة بالماء ومعصورة وليست موبرة.
- ٤ - تترك في الهواء حتى تجف.
- ٥ - تدهن بعد ذلك بقطعة مبللة بزيت التريبتينا.



## الديكور

- ديكور المنزل يعكس شخصية أصحابه كما أن الحوائط وألوانها تنعكس على نفسية الأشخاص
- حيث إن .
- اللون الأبيض محبب للهدوء والاستقرار وعدم الانفعال.
  - اللون السماوى يدل على صفاء الجو والبهجة والهدوء.
  - اللون انوردى يدل على الحماس ويساعد على المذاكرة وعدم التوتر.
  - اللون الأصفر يدل على النشاط وطرد الخمول.
  - اللون الأخضر يدل على الترحيب بالضيوف فى الصالون.
- واختيار الديكور هام جدا للإحساس بالراحة وأبضا اختيار اللون والمفروشات المتناسقة مع الستائر والحوائط تؤدى إلى الراحة والفخامة ولكل شخص ذوق خاص فى اختيار الديكور.