



هیرنداری

www.ketab.ir

فاطمه جعفری نژاد

جعفری نژاد، فاطمه، ۱۳۶۷ -

هنرخانه داری / مؤلف فاطمه جعفری نژاد - قم: آوای ترنم ۱۳۹۳.

۱۴۴ ض.

ISBN: 978-600-94562-3-9

۶۰۰۰ ریال:

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.

۱. خانه داری. ۲. زنان خانه دار - راهنمای زندگی. ۳. اقتصاد خانواده. الف. عنوان.

۶۴۸/۱۲۵

TX۲۲۱/ج۷-۹

✓ هنر خانه داری

✓ مؤلف: فاطمه جعفری نژاد

✓ ناشر: آوای ترنم

✓ نویت چاپ: پنجم / اول، ناشر ۱۳۹۳

✓ شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

✓ قیمت: ۶۰۰۰ تومان

✓ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۵۶۲-۳-۹

✓ چاپ: عتروت



© کلیه حقوق این اثر برای مؤلف محفوظ است. ©

مرکز پخش میثاق

۰۹۳۶۲۰۳۴۷۰۷ - ۰۹۱۹۳۵۱۰۰۵۱

فهرست مطالب

مقدمه ۱۹

فصل اول: خانه داری

خانه داری چیست؟ ۲۳

تاریخچه خانه داری ۲۳

خانه داری در ایران ۲۴

نگرش اسلام به دار و امور خانه ۲۵

فصل دوم: خانه دانی و اسباب کشی

برای خانه تکانی از کجا باید شروع کرد؟ ۲۹

نکته هایی که در اسباب کشی باید رعایت نمود ۳۱

فصل سوم: شست و شو و اتو کشی لباسها

رعایت نکات زیر می تواند هنگام شست و شوی لباس ها مفید باشد: ۳۹

نکاتی برای شست و شوی صحیح انواع پارچه ۴۰

استات ۴۰

اکریلیک ۴۰

نخ یا کتان ۴۰

- ۴۱ لینن
- ۴۱ پارچه های کِشی یا استرج
- ۴۲ نایلون و پلی استر
- ۴۲ ابریشم
- ۴۲ لباس های پشمی
- ۴۲ شستن لباسهای استرج و کِشی
- ۴۳ شست و ملافه
- ۴۳ نظافت برده حمام
- ۴۳ پاک شدن یقه بنوعی مرنا
- ۴۴ خشک کردن لباس ها
- ۴۵ دانستنی های اتوکشی لباس
- ۴۸ نکاتی مهم درباره آویزان کردن صحیح لباس ها
- ۴۹ آویزان کردن لباس ها
- ۵۰ آویختن صحیح کت و پیراهن های مردانه
- ۵۰ آویختن صحیح شلوار
- ۵۱ آویختن صحیح دامن
- ۵۲ آویختن صحیح کت، پالتو و مانتو
- ۵۲ مناسب برای لباس های چند تکه
- ۵۲ آویختن صحیح شال و روسری

- ۵۳ آویختن صحیح لباس های شب و مهمانی
- ۵۳ لباس های بافتنی
- ۵۳ نکات مهم در هنگام استفاده از نرم کننده های حوله و لباس

فصل چهارم: از بین بردن انواع لکه ها

- ۵۷ لکه شمع، مداد شمعی و مدادهای چرب آرایشی
- ۵۷ لکه گل و لای بر روی لباس
- ۵۸ لکه آب میوه
- ۵۸ لکه روز لب
- ۵۸ لکه چای و قهوه
- ۵۹ لکه سس گوجه فرنگی
- ۵۹ لکه چربی بر روی لباس
- ۵۹ سیاهی مهر
- ۶۰ زنگ زدگی روی لباس
- ۶۰ اثر انگشت روی دیوار
- ۶۰ اثر سوختگی با اتو
- ۶۰ لکه های روی سفره
- ۶۱ لکه واکس کفش
- ۶۱ لکه های رنگ

- ۶۱ زدودن لکه آبرنگ
- ۶۱ لکه های پلاستیکی
- ۶۲ لکه رنگ روی قالی
- ۶۲ لکه روغن ماشین
- ۶۳ یک نکته در مورد استفاده از مواد پاک کننده
- ۶۳ لکه سفیده تخم مرغ
- ۶۳ زین بردن لکه شمع بر روی کاغذ دیواری
- ۶۳ لکه شمع روی وسایل چوبی
- ۶۴ لکه شمع بر روی تابلوهای نقاشی
- ۶۴ لکه شمع بر روی موزیک
- ۶۴ لکه شمع بر روی پارچه
- ۶۴ لکه خودکار
- ۶۴ لکه خون
- ۶۵ لکه بادمجان بر روی دست
- ۶۵ لکه تمشک و شاه توت
- ۶۵ لکه بستنی
- ۶۵ رنگ مو
- ۶۶ لکه حشرات
- ۶۶ نکات عمومی در برطرف کردن لکه ها از روی لباس

۶۶ پاک کردن لکه شیر از لباس

۶۷ پاک کردن لکه آدامس

۶۷ پاک کردن لکه مرکب

۶۷ پاک کردن لکه خودکار از روی یا کیف

۶۷ لکه خون

۶۸ لکه آب میوه

۶۸ لکه میوه های رنگین

۶۸ لکه تمشاق

۶۹ لکه تازه رنگهای روشنی

۶۹ لکه قیر

۶۹ لکه روی چرم

۶۹ پاک کردن لکه چربی از چرم

۷۰ لکه شیر

۷۰ لکه عرق بدن

۷۰ لکه جوهر

۷۰ پاک کردن لکه مرکب

۷۱ لکه سس گوجه فرنگی

- لکه چسب ۷۱
- لکه روغن ۷۱
- لکه چربی ۷۱
- لکه نوشابه ۷۲
- لکه زرد سیگار ۷۲

فصل پنجم: تهیه و نگهداری مواد گوشتی

- انتخاب درست و طبا شروع ۷۵
- بسته بندی، قدم نرم ۷۶
- نگهداری محصولات گوشتی ۷۸

فصل ششم: تهیه و نگهداری میوه ها و سبزیجات

- چند نکته در مورد خرید سبزیجات ۸۳
- نکاتی در مورد نگهداری صحیح سبزی ها ۸۵
- توصیه های زمانی برای نگهداری مواد غذایی در یخچال و فریزر ۸۵
- مواد لبنی ۸۵
- مواد گوشتی ۸۶
- میوه ها ۸۷
- سبزیجات ۸۷
- نان و شیرینی ۸۸

فصل هفتم: نکته های پرفایده در رابطه با استفاده

از یخچال و فریزر در خانه

۱. محل قرار گرفتن یخچال ۹۱
۲. انتخاب صحیح یخچال ۹۱
۳. جابه جایی یخچال ۹۱
۴. قراردادن چیزهای گرم در یخچال ۹۲
۵. هوای سرد و گرم در یخچال ۹۲
۶. باز و بسته کردن یخچال ۹۲
۷. حفظ سرمای یخچال ۹۲
۸. انبار کردن مواد غذایی در یخچال ۹۳
۹. رفع بوی یخچال ۹۳
۱۰. مناسب ترین درجه فریزر ۹۴
۱۱. راهنمای چراغ های آگاهی دهنده ی یخچال ۹۴
۱۲. زیاد شدن برفک فریزر ۹۴
۱۳. روشن شدن چراغ قرمز فریزر ۹۵
۱۴. ریپ زدن فریزر ۹۵
۱۵. سوت کشیدن فریزر ۹۵
- اصول اولیه برای باز کردن مواد غذایی ۹۵

- روشهای مختلف باز کردن مواد غذایی منجمد ۹۶
- مصرف مواد منجمد فریزری ۹۷
- ۱۵ راه فوری برای تمیز کردن یخچال و فریزر ۹۸

فصل هشتم: نکات دیگر خانه داری

- نگهداری و مراقبت از گیاهان ۱۰۳
- بادوام کردن گل‌های کوکب و شقایق ۱۰۳
- نگهداری گل‌های تزئینی برای چند روز ۱۰۳
- تازه کننده ی هوا ۱۰۴
- برای تغییر دکوراسیون زیاد هزینه نکند ۱۰۵
- نکات کوتاه و پر فایده برای خانمها ۱۰۷
- خط اتو انداختن ۱۰۷
- روان شدن زیپ ۱۰۷
- تیز کردن سوزن خیاطی ۱۰۷
- دوخت دکمه ۱۰۷
- تمیز کردن گل‌های مصنوعی ۱۰۸
- شیوه صحیح کوبیدن میخ ۱۰۸
- تیز کردن قیچی ۱۰۸

- پاک کردن رنگ چغندر از دست ۱۰۹
- تمیز نگ داشتن ترازو ۱۰۹
- پاک کردن لکه ی میوه از دست ۱۰۹
- رفع بوی سیگار ۱۰۹
- پاک کردن لکه ی چربی از چوب ۱۰۹
- نگهداری از وسایل چوبی ۱۱۰
- تمیز کردن جلد چرمی کتاب ۱۱۰
- تمیز کردن گاهان لکه باریک ۱۱۰
- حالت دادن به موی عروس ۱۱۰
- مطبوع کردن فضای اتاق ۱۱۰
- باز کردن گرفتگی دستشویی ۱۱۱
- پاک کردن اثر چربی از روکش چوبی ۱۱۱
- پاک کردن دوده از آجرهای شومینه ۱۱۱
- تخته آشپزی ۱۱۱
- تفت دادن سیر ۱۱۱
- طبخ مرغ در فر ۱۱۲
- پختن املت سبک ۱۱۲
- هر گاه از جوجه گردان فر استفاده می کنید ۱۱۲
- از بین بردن لایه های رنگ کهنه ۱۱۲

- ۱۱۳..... قلم موی تمیز و نرم
- ۱۱۳..... سرخ کردن ماهی با فلس
- ۱۱۳..... تمیز کردن مبلی ها
- ۱۱۴..... مبلی های چرمی
- ۱۱۴..... مبلی های مخملی
- ۱۱۴..... مبلی های پارچه ای
- ۱۱۴..... از بین بردن بوی غذا
- ۱۱۵..... رفع بوی ظروف بلاستی
- ۱۱۵..... رفع بوی نامطبوع سنگ کنار ظرف شوئی
- ۱۱۵..... رفع بوی تخته نان بری
- ۱۱۵..... برای از بین بردن بوها و رایحه های ناخوشایند فضا
- ۱۱۶..... برای زدودن بوی مواد غذایی از داخل مایکروویو
- ۱۱۶..... برای زدودن بوها از داخل یخچال
- برای از بین بردن بوی ناخوشایند به وجود آمده به علت ریخته شدن
- ۱۱۶..... شیر روی فرش ها و کفپوش ها
- ۱۱۷..... برای زدودن بوی تند ترشیجات یا ماهی و تخم مرغ از داخل لیوان ها و ظروف
- ۱۱۷..... از بین بردن بوی رنگ
- ۱۱۷..... خوشبو کردن حمام
- ۱۱۷..... از بین بردن بوی فاضلاب

- نحوه تمیز کردن کاشی ۱۱۸
- نحوه کندن فلس ماهی ۱۱۸
- نحوه تشخیص شیر خالص و نحوه جلوگیری از سر رفتن شیر ۱۱۸
- نحوه جلوگیری از سوختن شیرینی هنگام پخت ۱۱۸
- نحوه بهتر رنگ دادن زعفران ۱۱۹
- نکته ۱۱۹
- راه آسان پوست کندن گوجه فرنگی ۱۲۰
- نحوه پی بین به قابل استفاده بودن روغن که قبلاً از آن استفاده شده ۱۲۰
- چگونه لیمو ترش را تازه نگه داریم ؟ ۱۲۰
- چند نکته در مورد رب گوجه فرنگی ۱۲۰
- چند روش برای از بین بردن بوی کلم هنگام پخت ۱۲۱
- روش خوشبو کردن اسفند یا همون اسپند ۱۲۱
- نحوه رفع بوی غذای قبلی هنگام استفاده مجدد از روغن ۱۲۲
- نکته مهم برای درست کردن غذاها مخصوصاً در مورد آش و سوپ ۱۲۲
- چند روش برای جلوگیری از اشک ریختن هنگام پوست کندن پیاز ۱۲۲
- راه حل سفید نگه داشتن قارچ ۱۲۳
- از خرده های پنیر چه استفاده ای می توان کرد ؟ ۱۲۴
- نحوه نگهداری سیر برای همه فصول سال ۱۲۴
- نحوه بر طرف کردن شوری خورش ۱۲۵

- درباره سیب زمینی پوست کنده ۱۲۵
- برای استفاده از ماشین های ظرفشویی لازم است به نکات زیر توجه شود ۱۲۵
- چطور کپک را از خانه تان دور کنید ۱۲۷
- برای از بین بردن پرز فرش به توصیه زیر توجه فرمایید ۱۲۸
- لکه برها ۱۲۸
- نکات دیگر ۱۲۹
- فوت و فن های خانه داری ۱۳۱
- راه تمیز کردن شیشه ۱۳۱
- شیشه پاک کن با سرکه ۱۳۲
- برطرف کردن لکه حشرات ۱۳۲
- زمان تمیز کردن شیشه ها ۱۳۲
- پاک کردن سریع لکه فرش ۱۳۲
- پاک کردن لکه ادویه کاری از فرش ۱۳۳
- شفاف کردن رنگ قالی ۱۳۳
- جلوگیری از جمع شدن قالی ۱۳۳
- و در آخر شامپو فرش ساده درست کنید ۱۳۳
- شادابی پوست شما ۱۳۳
- آیا می دانید که آمونیاک معجزه می کند ۱۳۴
- برطرف کردن کپک پنیر ۱۳۴

دانشتنی‌ها.....	۱۳۵
حمام کردن نوزاد.....	۱۳۵
نظافت شیشه‌ها.....	۱۳۵
برگ‌های خارجی سبزیجات.....	۱۳۵
زرد خاکستری رنگ.....	۱۳۵
مصرف شیر پاستوریزه.....	۱۳۶
پوست تخم‌مرغ را دور نریزد.....	۱۳۶
گوشت سوخته.....	۱۳۶
از بین بردن بوی رنگ.....	۱۳۶
اجتناب از بوسیدن نوزادان.....	۱۳۷
تمیز کردن و برق انداختن ظرف‌ها.....	۱۳۷
ماهی‌تابه سوخته !.....	۱۳۷
تمیز کردن کارد.....	۱۳۸
ظرف‌های آلومینیومی.....	۱۳۸
ظرف‌های مسی.....	۱۳۸
ظرف‌های نقره.....	۱۳۸
رسوب آهک.....	۱۳۸
تمیز کردن عینک.....	۱۳۹
تمیز کردن طلا.....	۱۳۹



- تمیز کردن نقره ۱۳۹
- تمیز کردن کفش ۱۳۹
- رفع بوی سیر و پیاز ۱۴۰
- چند نکته در رابطه با کاهو ۱۴۰
- به پوست گوجه فرنگی آسیب نرسانید ۱۴۰
- برطرف کردن برچسبهای روی شیشه ۱۴۰
- رای کردن کاغذ از سطوح چوبی چه باید کرد ؟ ۱۴۱
- برق اناختار و براق کردن وسایل چوبی ۱۴۱
- براق کردن دیوار و استکان ها ۱۴۱
- برطرف کردن گودی فرش ۱۴۲
- علاج پرز لباس ۱۴۲
- رفع زنگ زدگی ۱۴۲
- قابل توجه افراد کم خون ۱۴۳
- چند نکته در نگهداری دارو در منزل ۱۴۳

مقدمه

خانواده بنیانی ترین گروه اجتماعی در هر جامعه می باشد، به یقین گرمابخش این محفل کوچک وجودی نیست جز وجود پاک و مقتدری که به نام مقدس یاد اراسته است.

از دیرباز اینگونه بوده که بانوی خانه دوشادوش مرد زندگی اش علاوه بر تحمل فراز و نشیب های زندگی در کارهایی چون مزرعه داری، قالیبافی و... شریک همسر خود بوده و همیشه محفل خانه را نیز گرم و زیبا آراسته تا همسر و فرزندش آرامش را در محیط خانه احساس کنند.

دستیابی به این آرامش و داشتن زندگی سالم ملزم آموختن مهارت زندگی است. به طور یقین نمی توان گفت که زنی از تمام نکات ریز خانه داری آگاهی دارد. مسلماً زنان گاهی در خانه با مشکلاتی روبه رو می شوند که در عین ساده بودن به علت عدم آگاهی برای آنها بسیار آزاردهنده است و رفع این مشکلات دانستن بعضی نکات است.

در اهمیت خانه داری همین بس که اسلام کار زن در خانه را برای رفاه شوهر و فرزندان خویش مثل جهاد در راه خدا می داند.



و حال برای اینکه به این وظیفه مهم بهتر عمل شود لازم است از تجربیات و نظرات دیگران استفاده کرد.

کتاب حاضر مجموعه ای از نکات خانه داری است که از مجله ی معتبر خانواده سبز و تجربیات دیگران تهیه شده است. امید دارم که این کتاب مورد رضایت شما خوانندگان عزیز قرار گیرد.

فاطمه جعفری نژاد

تیر ماه - ۱۳۸۹

www.ketab.ir