

دانش‌نمای خانه داری

نویسنده:

انسیه کریمی

سرشناسه: کریمی، انسیه
عنوان و نام پدیدآور: دانستنی های خانه داری / نویسنده انسیه کریمی
مشخصات نشر: تهران - ساحل گیسوم ۱۳۹۲
مشخصات ظاهری: ۱۰۴ ص.
شابک: ۹۷۸ - ۶۰۰ - ۶۸۵۵ - ۳۳ - ۲
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
موضوع: خانه داری
موضوع: زنان خانه دار - مهارت زندگی
رده بندی دیویی: ۶۴۸
ه. بندی کنگره: TX ۳۲۱ / ک ۴ د ۲ ۱۳۹۲
کتابشناسی ملی: ۳۵۲۹۰۸۴

دانستنی های خانه داری

تهیه و تدوین: انسیه کریمی

ناشر: ساحل گیسوم

امور فنی: محمد جواد کریمی

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۵

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸ - ۶۰۰ - ۹۲۴۶۰ - ۳۳ - ۲

حق چاپ محفوظ است

دفتر مرکزی: تهران - خیابان دکتر علی شریعتی - کوچه امامزاده - رویه سرنگسرای آفتاب -

پلاک ۹ - طبقه ۵ - واحد ۱۸ همراه ۰۹۱۱۳۲۵۸۱۱۱

دفتر فروش: قم - دورشهر - کوچه ۱۳ - پلاک ۷

تلفن: ۰۳۷۲۳۴۷۳۲ - ۲۵ همراه: ۰۹۱۹۶۶۴۵۷۸۱

دفتر فروش: انزلی - آخر خط - خیابان شهدای شمالی - ساختمان افرا - جنب کلینیک رازی -

خانم برات تلفن: ۰۴۴۵۵۵۸۵۵ - ۱۳ همراه: ۰۹۱۱۸۸۱۲۰۴۰

دفتر فروش: رامسر - خیابان مطهری - فروشگاه کانون - آقای فرج مشایی

تلفن: ۰۱۱۵۵۲۲۷۰۶۲ همراه: ۰۹۳۵۵۰۰۳۷۰۴

آدرس اینترنتی: Sahelegisoom@Gmail.com





فهرست

مقدمه ۱۷

فصل اول:

«خانه داری»

- اتوکشی ۲۱
- اتوکشی پارچه‌های دارای رنگ ۲۱
- اتوی شلوار ۲۱
- اتو کشیدن یقه پیراهن ۲۲
- اتوکشی پیراهن ۲۲
- برطرف کردن بوی نفت از دست ۲۲
- برطرف لکه‌های سفید از لباس هنگام شستشو ۲۲
- تمیز کردن اجاق گاز و فر ۲۲
- تمیز کردن انواع آباژور ۲۳
- تمیز کردن آینه ۲۳
- تمیز کردن برچسب از روی شیشه ۲۳
- تمیز کردن پرده‌های منزل ۲۴
- تمیز کردن پتو و لباس‌های پشمی ۲۴

- ۲۴ تمیز کردن تخته آشپزخانه.
- ۲۵ تمیز کردن تلفن و آیفون.
- ۲۵ تمیز کردن دندان مصنوعی.
- ۲۵ تمیز کردن دیگ سوخته.
- ۲۵ تمیز کردن دیوارها.
- ۲۶ تمیز کردن دیوارهای خانه.
- ۲۶ تمیز کردن دیوار حمام و دستشویی.
- ۲۶ تمیز کردن داخل و پشت یخچال و پشت تلویزیون.
- ۲۷ تمیز کردن رنده و ساطور.
- ۲۷ تمیز کردن بدهای حصیری.
- ۲۷ تمیز کردن سفر.
- ۲۷ تمیز کردن سبزه های منزل.
- ۲۸ تمیز کردن شیشه های آینه.
- ۲۸ تمیز کردن طلا و نقره و برآلات.
- ۲۸ تمیز کردن ظروف بلوری و ظرف های چینی.
- ۲۸ تمیز کردن ظروف چینی.
- ۲۹ تمیز کردن ظرفشویی و دستشویی.
- ۲۹ تمیز کردن فرش.
- ۲۹ تمیز کردن قاب های عکس.
- ۳۰ تمیز کردن قوری استیل.
- ۳۰ تمیز کردن قیچی.
- ۳۰ تمیز کردن کاشی.
- ۳۰ تمیز کردن کاسه توالت و دستشویی.
- ۳۰ تمیز کردن کتری و سماور جرم زده.
- ۳۱ تمیز کردن لک فلزات.
- ۳۱ تمیز کردن لوسترها و انواع کریستال ها.

- ۳۱ تمیز کردن مایکروفر
 ۳۱ تمیز کردن محیط کار از بوی بد سیگار
 ۳۲ تمیز کردن مخلوط کن
 ۳۲ جلوگیری از تغییر رنگ لباس هنگام اتو
 ۳۲ چگونه خط اتوی لباس را تغییر دهیم؟
 ۳۲ روش صحیح شستن لباس و پارچه و لباسی که اهل دارد
 ۳۳ زن زندگی ابزار آلات خانه
 ۳۳ سبب شدن دکمه‌های خوش رنگ
 ۳۳ شستن ملایم و جراب و پرده حمام
 ۳۳ شناخت نبات
 ۳۴ شناخت میوه‌های خوبات و غلات
 ۳۵ طریقه شناخت گوشت
 ۳۵ طریقه نگهداری گوشت مرغ و مرغی (یا گوشت سفید)
 ۳۶ کنسرو سالم
 ۳۶ لکه زدایی از آدامس
 ۳۶ لکه زدایی آدامس از روی لباس
 ۳۶ لکه زدایی آدامس روی فرش
 ۳۷ لکه زدایی از جوهر
 ۳۷ لکه زدایی از چای
 ۳۷ لکه زدایی از چسب
 ۳۷ لکه چربی از روی چرم
 ۳۷ لکه زدایی چسب روی شیشه اتومبیل
 ۳۸ لکه زدایی چربی روی فرش
 ۳۸ لکه زدایی از خون
 ۳۸ لکه زدایی داخل حمام
 ۳۸ لکه زدایی از روغن



۳۸	لکه زدایی از روژلب
۳۹	لکه زدایی از زنگ زدگی کلید
۳۹	لکه زدایی از سفیده تخم مرغ
۳۹	لکه زدایی سس گوجه فرنگی
۳۹	لکه زدایی سفره
۳۹	لکه زدایی سیگار و کبریت از لباس
۳۹	لکه زدایی شمع
۴۰	لکه زدایی شکلات
۴۰	لکه زدایی از شکلات
۴۰	لکه زدایی از رویت روی فرش
۴۰	لکه زدایی عرق از لباس
۴۰	لکه زدایی عطر روی لباس
۴۱	لکه زدایی قیر
۴۱	لکه زدایی لکه‌های کفش
۴۱	لکه زدایی لکه میوه
۴۱	لکه زدایی از واکس

فصل دوم:

«آشپزی»

۴۵	از بین بردن طعم غذای سرخ شده
۴۵	از بین بردن بوی ماهی از دست و وسایل آشپزخانه
۴۵	از بین بردن بوی غذا
۴۵	اثر آبلیمو در سالاد
۴۶	اثرات آرام غذا خوردن
۴۶	اثرات غذاهای کم نمک
۴۶	پختن تخم مرغ بدون ترک خوردن



- ۴۶ پوست کندن آسان تخم مرغ
- ۴۷ پوست کندن ماهی
- ۴۷ پخت شدن میوه‌های خام
- ۴۷ پوست کندن پیاز
- ۴۷ پوست کندن سیر
- ۴۷ پوست کندن گوجه فرنگی
- ۴۷ پوست کندن هلو ی نارس
- ۴۸ پوست کندن باقلا
- ۴۸ تازه کردن ماهی
- ۴۸ تازه کردن در فربزر
- ۴۸ تازه ماندن سبزیجات
- ۴۹ تازه نگه داشتن میوه پوست کنده
- ۴۹ تشخیص ماهی تازه
- ۴۹ تشخیص هندوانه
- ۴۹ تشخیص پرتقال خوب
- ۴۹ تمیز کردن تابه سوخته
- ۴۹ تأثیر شیر بر جگر سیاه
- ۵۰ تأثیر شیر بر چینی ترک خورده
- ۵۰ جلوگیری از سوزش چشم از پیاز
- ۵۰ جلوگیری از خشک شدن پنیر
- ۵۰ جا افتادن غذا
- ۵۱ جلوگیری از کپک زدگی ترشی
- ۵۱ جلوگیری از وا رفتن غذا
- ۵۱ جلوگیری از تلخی کاهو
- ۵۱ چه کنیم تا غذا به قابلمه نچسبد؟
- ۵۱ چاره برنج بی نمک



- ۵۲ چاره برنج شور
- ۵۲ چاره حبوبات پخته بی نمک
- ۵۲ چاره غذاهای تند (پر فلفل)
- ۵۲ چاره خورششت شور
- ۵۲ چاره نمکدان مرطوب
- ۵۲ چاره شیر سوخته
- ۵۳ چگونه شیر را بجوشانیم تا سر نرود؟
- ۵۳ چگونه غذای شما نجسبید؟
- ۵۳ در کردن
- ۵۳ در کردن حشرات از سبزیجات
- ۵۴ در سب کردن نیمرو
- ۵۴ رفع بوی بد از نان
- ۵۴ رفع بوی کم
- ۵۴ رفع بوی پیاز از
- ۵۴ رقیق کردن سس
- ۵۵ روش پختن تخم مرغ
- ۵۵ سالاد تازه و تأثیر نمک بر آن
- ۵۵ سبز ماندن سبزیجات
- ۵۵ سفت ماندن هویج
- ۵۵ سفید شدن برنج
- ۵۶ سفید شدن سفیده تخم مرغ
- ۵۶ سفید شدن زرده تخم مرغ
- ۵۶ ضد عفونی قاشق و چنگال
- ۵۶ طریقه بیرون آوردن مغز گردو
- ۵۶ طریقه از بین بردن شکرک عسل
- ۵۷ طریقه نگهداری سبزی یا پیاز یا سیر سرخ کرده داخل شیشه

۵۷	قوام آوردن یا جاافتادن غذا
۵۷	گوشت بدپز
۵۷	نگهداری کیک و بیسکویت
۵۸	نگهداری کاهو
۵۸	نگهدای قارچ
۵۸	نگهداری تربچه نقلی
۵۸	نگهداری آبمیره
۵۸	نگهداری ریتون
۵۹	نگهداری پیاز بریده
۵۹	نگهداری عسل
۵۹	نگهداری شیر خشک
۵۹	نگهداری تخم مرغ
۵۹	نگهداری پنیر
۶۰	نگهداری از برنج
۶۰	نگهداری لوبیا سبز
۶۰	نگهداری سیب زمینی
۶۰	نگهداری ماهی
۶۰	نگهداری روغن زیتون
۶۰	نگهداری نان
۶۱	ورآوردن خمیر
۶۱	یک دستور برای نگهداری خیار

فصل سوم:

«اثرات گیاهان در بهداشت خانواده»

۶۵	آبلیمو و براق شدن موی سر
۶۵	آبلیمو ترش و گلاب و تأثیر آن بر پوست



۶۵	آبلیمو و پوست دست.....
۶۵	آویشن
۶۶	انار.....
۶۶	انجیر.....
۶۶	انگور.....
۶۶	بادمجان.....
۶۶	به.....
۶۷	پامچال.....
۶۷	پیاز.....
۶۷	برگ داب و دفع بوی بد دهان.....
۶۷	پیزد بوی سرفه.....
۶۷	پوست انار و شوره سر.....
۶۸	ترب و تربیله بر آبرو دهان سرماخوردگی.....
۶۸	تأثیر برگ گیاه مندر بر جوش صورت.....
۶۸	تأثیر نوشیدن آب زیاده.....
۶۸	جعفری و تأثیر آن بر پوست.....
۶۸	جعفری و اثر آن بر ورم چشم.....
۶۹	چند نکته درباره پوسته پوسته شدن دست.....
۶۹	چغندر.....
۶۹	خواص سیب.....
۶۹	خواص سیر.....
۷۰	خواص گشنیز.....
۷۰	خواص زیره.....
۷۰	خواص فلفل.....
۷۰	خربزه.....
۷۰	خرما.....



درمان چشم‌های پف کرده با چای	۷۱
دارچین	۷۱
روغن درخت سرو و روغن اسطوخودوس در درمان موچ پا	۷۱
روغن تخم کدو و درمان صدا کردن گوش	۷۱
روغن زیتون و روغن بادام در درمان خوره	۷۱
زرده تخم مرغ و خشکی پوست دست	۷۲
سفیده تخم مرغ و پوست چرب	۷۲
سرو کوهی	۷۲
شیر	۷۲
عسل	۷۲
کندور و سفید کردن دندان	۷۳
گیاه مومیایی و نرم کننده سینه	۷۳
گلاب و عسل و درمان ترک خوردگی لب	۷۳
گل سرخ	۷۳
گل گندم	۷۳
گل گاو زبان	۷۳
مغز گردو و اثر آن بر دل درد	۷۴
میخک کوهی	۷۴
مریم گلی	۷۴
وانیل	۷۴
هسته به	۷۴

فصل چهارم:

«آموختنی‌های متفرقه»

آدلت کلد در خانه	۷۷
آمی سیلین	۷۷



- ۷۷ آسپرین کدئین
- ۷۷ استامینوفن در خانه
- ۷۸ بالا رفتن پله
- ۷۸ باز کردن درب‌های شیشه‌ای
- ۷۸ برطرف شدن پرز فرش
- ۷۸ برطرف کردن لکه قهوه از فرش
- ۷۸ ب کمپلکس
- ۷۹ تغییر رنگ بستنی
- ۷۹ تمیز کردن دهان با جوش شیرین
- ۷۹ تمیز کردن گلدان
- ۷۹ خوب کردن محیط خانه
- ۸۰ دراز کشیدن
- ۸۰ دوام صابون
- ۸۰ دسر برای کودکان
- ۸۱ درخشان کردن فرش
- ۸۱ دادن چای به گیاه
- ۸۱ ذوب یخ مرغ با آب نمک
- ۸۱ روغن کرچک
- ۸۲ سبز بودن سبب زمینی
- ۸۲ سرما خوردگی کودکان
- ۸۲ سفید کردن دندان با جوش شیرین
- ۸۲ سوختن کتری بر اثر بی آبی
- ۸۳ طریقه آب دادن به گل
- ۸۳ عجله در جوش آوردن آب
- ۸۳ فریزر کردن شیر پاستوریزه
- ۸۴ گرفتن چربی غذا



۸۴	مراقبت از زخم
۸۴	محافظ هنگام کار
۸۴	مولتی ویتامین
۸۵	نگهداری قارچ
۸۵	ویتامین آ

فصل پنجم:

«حشرات مزاحم»

۸۹	جلوگیری از زیاد شدن مورچه
۸۹	سوسک
۹۰	عنکبوت‌های کوچک در خانه
۹۰	مبارزه با بید
۹۰	مگس
۹۱	موریانه

فصل ششم:

استفاده از وسایل خانه برای نوعروسان»

۹۱	استفاده از زودپز برای اولین بار
۹۵	استفاده از ماهی تابه و قابلمه روی برای اولین بار
۹۵	تمیز کردن میوه‌های شکفته
۹۶	ترک خوردگی لب
۹۶	خواص سویا
۹۶	خواص سیوس سویا
۹۶	طریقه نگهداری غذای باقیمانده
۹۷	مصرف تخم مرغ (روزانه)
۹۷	نوشیدن آب



وسایل ضروری در آشپزخانه ۹۷

فصل هفتم:

«دکوراسیون اتاق‌ها»

- آشپزخانه و نهارخوری ۱۰۱
- اتاق خواب ۱۰۱
- اتاق نشیمن ۱۰۲
- خانه‌ای برای لاغری ۱۰۲
- ناخن خانم‌های خانه دار ۱۰۳

www.ketab.ir



مقدمه

اکثر مردم فکر می‌کنند اعتماد به نفس داشتن یعنی اطمینان به توانایی خود در انجام دادن بعضی کارهای بزرگ و چون اعتماد به نفس آنها بر پایه کارهایی که به خوبی انجام می‌دهند نباشد، تنها بعضی اوقات احساس اعتماد به نفس می‌کنند و آن موقعی است که آن کار به خصوص را انجام می‌دهند.

اعتماد به خویشتن احساسی است که باید از آن به می‌دانیم و انجام می‌دهیم فراتر رود و کارهای زیادی را می‌توان انجام داد و در بسیاری از توانایی‌ها می‌توان خبره شد. اما در هر حال تعداد آنها محدود است. اگر دلیل اعتماد به نفس شما انجام آن کارها باشد هرگز اعتماد به نفس واقعی نخواهید داشت. اعتماد به نفس واقعی هیچ ارتباطی به رویدادهای ظاهری زندگی شما ندارد. اعتماد به خویشتن به خاطر آنچه که انجام می‌دهید به وجود نمی‌آید، بلکه به دلیل باورتان به توانایی درونی خود است شما را قادر می‌سازد تا آنچه را که می‌خواهید انجام دهید. اعتماد به نفس باور به قابلیت درونی انسانی خویش است. اینکه با هر آنچه در زندگی پیش می‌آید روبرو شوید، از عهده آنها برمی

آئید و آنچه را که ضروری است انجام می‌دهید، کار بخصوصی نمی‌کنید. این احساس تمایل شما به عمل کردن است. پس با هم تصمیم بگیریم که اگر می‌خواهیم کاری انجام دهیم به اراده انسانی خود مطمئن باشیم. همه چیز را درباره آن فرا بگیریم. بارها و بارها تلاش کنیم و از هر سیاهی درس بگیریم تا اینکه نسبت به انجام آن کار بخصوص احساس رضایت کنیم. در مورد دانستنی‌ها خانه داری هم این اطمینان را به شما می‌دهد و شما را راضی خواهد کرد.

در پایان از زحمات برادر ارجمندم آقای محمد یوسف کریمی که در طبع این اثر بی صبرانه مرا مورد تشویق و یاری قرار داده است، تشکر و خالصانه می‌نمایم.

انسپه کریمی

قم - ۱۳۸۵

