

مدیریت خانه و هدفمندی یارانه

www.ketab.ir

مولفان: طیبه خرمی و محبوبه مقدس فریمانی

سرشناسه: طایفه خرمی: ۱۳۵۱
 عنوان و نام پدیدآور: مدیریت خانه و هدفمندی یارانه / طایفه خرمی و محبوبه مقدس فریمانی
 مشخصات و نشر: تهران: دادو دانش، ۱۳۹۰
 مشخصات ظاهری: ۱۳۲ ص
 شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۰۴-۶۵۱۶-۵
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 موضوع: خانه داری - آراستگی، آشپز خانه - وسایل برقی - انرژی
 رده بندی کنگره: ۱۳۹۰ ۳۲۱T/خ/۴۵۵۴
 رده بندی دیویی: ۶۴۸
 شماره کتابشناسی ملی: ۲۲۰۹۱۳۲



فرهنگ
 ملی
 و
 کتابخانه
 ملی
 ایران

عنوان کتاب	: مدیریت خانه و هدفمندی یارانه
مؤلفان	: طایفه خرمی و محبوبه مقدس فریمانی
حروفچینی و صفحه آرایی	: مصطفی ادیب عارف
تایپ و نمونه خوانی	: محمد حسین درویش زاده
طراح جلد	: محمد جواد درویش زاده
ناظر چاپ	: علی اکبر درویش زاده (مقدس)
ویراستار	: فاطمه ماستری فراهانی
ناشر	: داد و دانش با همکاری موسسه فرهنگی- هنری شمیم معرفت و علم
نوبت و سال چاپ	: اول، ۱۳۹۰
قطع و تیراژ	: رقعی، ۲۰۰۰ نسخه
شابک	: ۹۷۸-۹۶۴-۰۴-۶۵۱۶-۵
قیمت	: ۲۸۰۰ تومان

مرکز پخش:

نشانی مرکز پخش: تهران، میدان انقلاب، خیابان وحید نظری بین خیابان دانشگاه
 و خیابان فخر رازی، پلاک ۶۵ ساختمان سادات، طبقه پنجم، واحد ۱۲
 تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۱۴۵۶۲ فکس: ۰۲۱-۶۶۴۶۳۴۱۲
 مؤسسه فرهنگی- هنری شمیم معرفت و علم

فهرست

مقدمه.....	۱۷
مفاهیم کلی هدفمند کردن یارانه هادر ارتباط با خانوارها.....	۱۹
۱- پذیرفته ترین اصل در علم اقتصاد عبارتست از «کمبودی منابع اقتصادی».....	۱۹
۲- در اغلب کشورها برای رفع کمبودهای مهم، نظام یارانه ای برقرار می باشد.....	۱۹
۳- نظام های یارانه ای انواع مختلفی دارند.....	۲۰
الف) یارانه مستقیم:.....	۲۰
ب) یارانه غیر مستقیم:.....	۲۰
ج) یارانه پنهان:.....	۲۰
د) یارانه آشکار:.....	۲۰
هـ) یارانه عمومی:.....	۲۰
و) یارانه هدفمند:.....	۲۰
۴- نظام یارانه ای هدفمند در اکثر کشورها اجرا می شود.....	۲۱
۵- وضعیت پرداخت یارانه در ایران.....	۲۱
۶- مشکلات نظام یارانه ها قبل از قانون هدفمندی با تأکید بر وضعیت خانوارها... ۲۲	۲۲
۶-۱- افزایش بیرویه مصرف خانوارها.....	۲۲
۶-۲- فشار بر منابع عمومی بودجه دولت.....	۲۲
۶-۳- زمینه سازی بروز فساد و قاچاق کالاهای یارانه ای.....	۲۲
۶-۴- افزایش واردات و تضعیف تولیدات داخل کشور.....	۲۳
۶-۵- بی عدالتی در توزیع ثروت ملی.....	۲۳
۷- اهداف و فواید هدفمندی یارانه ها در ارتباط با خانوارها.....	۲۳
۷-۱- اصلاح الگوی مصرف خانوارها.....	۲۳
توزیع عادلانه ثروت ملی.....	۲۳
سایر اهداف.....	۲۴
۸- ارتباط هدفمند سازی یارانه ها با مدیریت خانه.....	۲۴
۸-۱- تأثیر هدفمندی یارانه ها در مدیریت خانه.....	۲۴
۸-۲- تأثیر مدیریت خانه در هدفمندی یارانه ها.....	۲۴
برنامه ریزی در خانه.....	۲۷

- ۱- ایجاد نظم و انضباط ۲۷
- تفویض انجام کار ۲۹
- ۱- تفویض به کودکان ۲۹
- ۲- تفویض به اعضای دیگر خانواده ۲۹
- خوابیدن ۳۱
- ۱- خواب راحت ۳۱
- ۲- مکان خواب ۳۱
- ۳- بیدار شدن ۳۲
- خرید و بهره برداری از زمان ۳۳
- ۱- استفاده از تکنولوژی در انجام کارها ۳۳
- ۲- بهره وری از زمان ۳۳
- آراستگی منزل ۳۵
- ۱- تزئینات و سادگی ۳۵
- ۲- آراستگی اتاق خواب ۳۶
- ۳- آراستگی در اتاق نشیمن ۳۶
- ۴- چیدمان مبلمان در اتاق نشیمن ۳۶
- ۵- کوسن ۳۷
- ۶- پرده در اتاق نشیمن ۳۷
- ۷- نور پردازی ۳۷
- ۸- بزرگنمایی اتاق کوچک ۳۸
- ۹- رنگ آمیزی ۳۹
- ۱۰- دیوارها و نصب تابلو ۳۹
- طبیعت در منزل ۴۱
- ۱- گل ها ۴۱
- گلدان ۴۱
- شاخه گل ۴۱
- کود گل ها ۴۲
- خشک کردن گل ها ۴۳

۴۳	گل مصنوعی
۴۵	نظافت در منزل
۴۵	۱- حمام
۴۵	دوش
۴۵	وان
۴۶	پرده حمام
۴۶	خوشبو کردن حمام
۴۶	کاشی و سرامیک
۴۶	۲- وسایل چوبی
۴۷	آبازور
۴۷	شمع دان
۴۷	۳- آشپزخانه
۴۷	محیط آشپزخانه
۴۸	کابینت
۴۸	تهویه
۴۸	سینک ظرفشویی
۴۸	لوله های ظرفشویی
۴۹	اجاق گاز
۴۹	سماور و کتری
۵۱	لکه / لکه زدایی
۵۱	۱- لکه چای
۵۱	لباس و پارچه
۵۱	لباس پنبه ای
۵۲	لباس مصنوعی
۵۲	لباس های حریر و پشمی
۵۲	فرش
۵۲	ظروف
۵۲	۲- لکه چربی و روغن

- لباس و پارچه..... ۵۲
- لباس..... ۵۲
- چرم..... ۵۳
- جیر..... ۵۳
- ابریشم..... ۵۳
- کت و کاپشن..... ۵۳
- فرش..... ۵۴
- دیوار..... ۵۴
- ۳- لکه خون..... ۵۴
- ۴- لکه خودکار یا جوهر..... ۵۴
- لباس..... ۵۴
- دیوار..... ۵۴
- جیر یا کیف..... ۵۵
- کاغذ..... ۵۵
- ۵- قیر..... ۵۵
- ۶- چسب..... ۵۵
- ۷- عطر..... ۵۵
- ۸- شمع..... ۵۵
- ۹- لاک ناخن..... ۵۶
- ۱۰- شیر..... ۵۶
- ۱۱- ادویه..... ۵۶
- ۱۲- سس گوجه فرنگی..... ۵۶
- ۱۳- آرایشی..... ۵۶
- ۱۴- سفیده تخم مرغ..... ۵۶
- ۱۵- شکلات..... ۵۶
- ۱۶- عرق..... ۵۷
- ۱۷- زنگ زدگی..... ۵۷
- ۱۸- لکه های روی فرش..... ۵۷

- ۱۹- لکه های دست ۵۸
- ۲۰- لکه های کاشی و حمام ۵۸
- ۲۱- لکه زدایی ظروف مختلف ۵۸
- ظروف چینی ۵۸
- قابلمه ۵۸
- ظروف فلزی ۵۸
- سینی ۵۸
- کارد آشپزخانه ۵۹
- ظروف نقره ۵۹
- ۲۲- موارد مختلف لکه زدایی ۵۹
- اتو و اتوکشی ۶۱
- ۱- اتو ۶۱
- ۲- نکات مهم درباره اتو ۶۱
- ۳- اتو کردن لباس ۶۲
- ۴- خط اتو ۶۳
- ۵- برق لباس ۶۳
- کفش ۶۵
- ۱- خرید کفش ۶۵
- ۲- نگهداری کفش ۶۶
- ۳- تمیز کردن کفش ۶۶
- ۴- لکه زدایی کفش ۶۷
- ۵- تعمیرات کفش ۶۷
- ۶- واکس و برق انداختن کفش ۶۷
- فرش ۶۹
- ۱- خرید فرش ۶۹
- ۲- نگهداری فرش ۶۹
- ۳- رفع گودی فرش ۷۰
- ۴- براق کردن فرش ۷۰

۷۱	۵- لکه زدایی فرش
۷۱	۶- ساخت شامپو فرش
۷۳	مواد غذایی
۷۴	۱- گوشت
۷۵	۲- گوشت دیر پز
۷۵	۳- مرغ
۷۵	۴- ماهی
۷۵	طعم دار کردن ماهی
۷۵	پوست کندن ماهی
۷۶	دستگاه پوست کن ماهی
۷۶	بوی ماهی
۷۶	۵- روغن (سرخ کردن)
۷۶	۶- تخم مرغ
۷۷	۷- پنیر
۷۷	۸- ماست
۷۸	۹- شیر
۷۸	۱۰- جوشیدن شیر
۷۸	۱۱- عسل
۷۹	۱۲- نان
۷۹	۱۳- برنج
۷۹	۱۴- آرد
۷۹	۱۵- ذرت
۸۰	۱۶- مربا
۸۰	۱۷- کیک
۸۰	۱۸- خورش (سوپ)
۸۱	۱۹- حبوبات
۸۱	۲۰- برنج
۸۱	۲۱- املت

۲۲- بستنی	۸۱
۲۳- بکینگ پودر	۸۱
۲۴- شربت خاکشیر	۸۱
۲۵- چای	۸۱
۲۶- نکات ظریف درمورد رفع بوی غذا	۸۲
پیاز	۸۲
سیب	۸۲
سیب زمینی	۸۳
بادمجان	۸۳
سبزیجات و میوه ها	۸۵
۱- نگهداری	۸۵
۲- پختن سبزیجات	۸۶
۳- کاهو و کرفس	۸۶
۴- گل کلم	۸۶
۵- کلم	۸۷
۶- هویج	۸۷
۷- باقلا	۸۷
۸- گوجه فرنگی	۸۷
۹- قارچ	۸۷
۱۰- خیار	۸۷
۱۱- خشک کردن میوه ها	۸۸
۱۲- تشخیص میوه رسیده	۸۸
آناناس	۸۸
انگور	۸۸
پرتقال	۸۸
هندوانه	۸۸
۱۳- روش رسیده کردن میوه های نارس	۸۸
خرمالو	۸۸

۸۸	کیوی
۸۹	هلو
۸۹	۱۴- نکات دیگر
۹۱	غذای آماده
۹۱	۱- فست فود
۹۲	عوارض جسمانی
۹۲	خرید
۹۲	طبخ
۹۲	۲- اسنک
۹۵	جواهرات و بدلیجات
۹۵	۱- جواهرات
۹۵	۲- بدلیجات
۹۶	۳- نقره جات
۹۶	۴- نگهداری جواهرات
۹۷	لباس و پارچه
۹۷	۱- خرید پارچه
۹۷	۲- دوخت
۹۸	۳- رفع کرک و پرز
۹۸	۴- کندن آدامس از روی لباس
۹۸	۵- دوام
۹۹	۶- بوی لباس
۹۹	۷- نگهداری لباس ها
۹۹	لباس پشمی
۹۹	دامن پلیسه
۹۹	شلوار
۹۹	۸- بید زدگی
۱۰۰	۹- شستشو
۱۰۱	۱۰- خشک کردن

۱۰۳	وسایل برقی
۱۰۳	۱- خرید
۱۰۳	۲- آب میوه گیری
۱۰۴	۳- آسیاب و مخلوط کن
۱۰۵	۴- چرخ گوشت
۱۰۵	۵- پلو پز
۱۰۵	۶- آرام پز زود پز
۱۰۶	۷- فر
۱۰۶	۸- مایکروویو
۱۰۶	۹- غذا ساز
۱۰۶	خرید
۱۰۷	نگهداری
۱۰۷	تمیز کردن وسایل
۱۰۷	۱۰- آبگرمکن
۱۰۷	خرید
۱۰۷	نصب
۱۰۷	۱۱- آبگرمکن برقی
۱۰۸	نگهداری
۱۰۸	۱۲- یخچال، فریزر
۱۰۸	خرید
۱۰۸	نصب
۱۰۹	نگهداری
۱۰۹	نوار لاستیکی در یخچال
۱۰۹	در یخچال
۱۰۹	درجه
۱۰۹	برفک
۱۱۰	داخل یخچال
۱۱۰	رفع بوی یخچال

- فریزر..... ۱۱۰
- ۱۳- ماشین لباسشویی..... ۱۱۰
- خرید..... ۱۱۰
- نصب..... ۱۱۱
- استفاده بهینه..... ۱۱۱
- نگهداری..... ۱۱۱
- ۱۴- ماشین ظرفشویی..... ۱۱۲
- خرید..... ۱۱۲
- چیدمان ظروف در ماشین..... ۱۱۲
- ۱۵- شستن ظروف..... ۱۱۳
- شیشه شیر..... ۱۱۳
- ظروف مختلف..... ۱۱۴
- ۱۶- روش استفاده از ظروف مختلف..... ۱۱۴
- ۱۷- براق کردن و جلادادن ظروف..... ۱۱۵
- ظروف نقره..... ۱۱۵
- ظروف برنجی..... ۱۱۵
- ظروف مسی..... ۱۱۵
- ظروف آلومینیوم..... ۱۱۵
- ظروف شیشه ای..... ۱۱۶
- ظروف فلزی..... ۱۱۶
- کارد آشپز خانه و چنگال..... ۱۱۶
- آبارتمان نشینی..... ۱۱۷
- ۱- تعریف آبارتمان..... ۱۱۷
- ۲- رعایت نکات اخلاقی..... ۱۱۷
- ۳- بعضی از قوانین آبارتمان نشینی..... ۱۱۸
- آب و انرژی..... ۱۱۹
- ۱- آب..... ۱۱۹
- لوله کشی ساختمان..... ۱۱۹

۱۱۹	آب غیر شرب
۱۲۰	۳- بستن شیر آب
۱۲۰	۴- کاهش مصرف آب
۱۲۱	۵- موارد دیگر در مصرف آب
۱۲۱	۲- روشنایی
۱۲۱	نظافت لامپ ها
۱۲۱	زمان مصرف
۱۲۲	نوع لامپ
۱۲۲	۳- وسایل گاز سوز
۱۲۳	۴- تهویه مطبوع
۱۲۳	سیستم سرمازا (کولر)
۱۲۳	خرید کولر
۱۲۳	نصب کولر
۱۲۴	عایق بندی کولر
۱۲۴	پوشال کولر
۱۲۴	نکات مهم
۱۲۵	سیستم گرمازا
۱۲۵	نصب وسایل گرمازا
۱۲۶	نگهداری وسایل گرمازا
۱۲۶	موتورخانه
۱۲۶	نکات مهم
۱۲۷	بازیافت
۱۲۷	۱- در کارخانه ها
۱۲۷	۲- در منزل
۱۲۹	مصوبه طرح اصلاح الگوی مصرف در خانواده
۱۳۲	منابع

هو الجمیل

مقدمه

۱- اهمیت خانه و خانه داری: در فرهنگ ایرانی-اسلامی، زنان ایفاگر نقشهای فراوانند. یکی از این نقشها "مدیریت خانه و خانه داری" است. ابعاد اقتصادی، اجتماعی، هنری این نقش تاکنون بررسی نشده است و متأسفانه تکنیک ها و روش های مربوط به این هنر و ابعاد بین رشته ای آن نیز، کمتر تبیین و ترویج شده است.

۲- ضرورتهای اصلاح الگوی مصرف و مدیریت خانه و خانه داری: طرح و ترویج روش های ساده، برای بهبود الگوی مصرف و مدیریت خانه و خانه داری در ابعاد خرد و کلان ضرورتی شناخته شده است. نام گذاری سال ۱۳۸۸ توسط مقام معظم رهبری به عنوان "اصلاح الگوی مصرف" و اجرای قانون هدفمندی یارانه ها در سال جاری که به همت دولت دهم در دست اجرا است ضرورت های توجه به این مقوله را مضاعف کرده است. بر این اساس، تلاش نویسنده محترم از چند جهت قابل تقدیر است. اول اینکه هدف اصلی از تدوین اثر، مربوط است به تحقق آموزه های دینی در پرهیز از اسراف و تأکید بر صرفه جویی. دوم اینکه، روش های ارائه شده در کتاب، مستقیماً ناظر است به روش های بهینه سازی مصرف و افزایش بهره وری در منزل، سوم اینکه هم راستا با سال اصلاح الگوی مصرف بوده و در پی نهادینه سازی روش های ساده و عملی و قابل استفاده در خانه و خانه داری است و چهارم اینکه، از نظر محتوایی فراگیر بوده و تمامی شئون خانه و خانه داری را در بر میگیرد و پنجم اینکه بهینه سازی مصرف توسط خانواده ها لازمه اجرای برنامه هدفمندسازی یارانه ها به عنوان حرکت ملی و تاریخی است. امیدواریم در تحقق اهداف فوق موفق باشند.

مؤسسه فرهنگی هنری شمیم معرفت و علم