

Obsah

1 Úvod	5
2 Základní pomůcky	6
3 Čisticí prostředky	11
4 Jak často uklízet?	12
5 Jak si úklid zjednodušit?	15
5.1 Začínáme: stropy a stěny	16
5.2 Koupelna, obývací, ložnice	17
5.3 Jak na podlahy?	19
5.4 Nábytek a další nezbytnosti	21

6 Co s roztočí	22
7 Co s cigaretovým kouřem?	23
8 Co s odpadem?	24
9 Ledničky a mrazničky	26
10 Mytí nádobí	29
11 Praní a sušení	34
12 Jak rozvonět byt?	37
13 Jak na nevítané návštěvníky?	39