

تولید ملی،
حمایت از کار و سرمایه ایرانی



مرکز آموزش علمی - کاربردی
گروه بین‌المللی ره‌شهر (کوییک بیلد)
تحت نظارت دانشگاه جامع علمی - کاربردی

معرفی پاک‌کننده‌های طبیعی و سازگار با محیط زیست (بخش دوم)

- مواد طبیعی قابل استفاده برای تمیز کردن حمام و دست‌شویی
- معرفی مواد طبیعی قابل استفاده برای لباس‌شویی
- معرفی لکه‌برها و نرم‌کننده‌های طبیعی
- معرفی مواد طبیعی قابل استفاده برای تمیز کردن وسایل چوبی
- معرفی براق‌کننده‌ها و واکس‌های طبیعی برای سطوح چوبی
- پاک‌کننده‌های طبیعی برای نظافت دیوارها

نشریه شماره ۱۳۳، بهار ۱۳۹۱



ره‌شهر
RAH SHAHR
International Group
گروه بین‌المللی ره‌شهر



به نام خداوند جان و خرد

آدرس: تهران، خیابان آفریقا، نرسیده به
چهارراه جهان کودک، کوچه سپر غربی، پلاک ۲۶
کدپستی: ۱۵۱۸۶۴۳۳۳۵

info@rahshahr.com
www.rahshahr.com

تلفن: ۸۸۷۸۲۲۰۰
دورنگار: ۸۸۲۰۲۶۹۳

شماره سند: 01 09653 O PB 0133 00

یکصد و سی و سومین نشریه علمی، فنی و مهندسی
آدرس وبسایت نشریات
<http://bulletins.rahshahr.com>

فهرست

- ۴ • معرفی مواد طبیعی قابل استفاده برای تمیز کردن حمام
- معرفی مواد طبیعی قابل استفاده برای تمیز کردن
- ۷ • دستشویی
- ۸ • توصیه‌های مفید درباره حمام و دستشویی
- ۹ • معرفی مواد طبیعی قابل استفاده برای لباس شویی
- ۱۴ • معرفی چند نرم‌کننده طبیعی (گیاهی)
- ۱۶ • راه‌حل برخی مشکلات لباس‌شویی (پاک کردن لکه‌ها)
- ۱۹ • تمیز کردن اسباب و وسایل چوبی
- ۲۱ • محلول‌های مفید برای گردگیری سطوح چوبی
- براق‌کننده‌ها، شوینده‌ها و پولیش‌های مخصوص سطوح
- ۲۲ • چوبی
- راهکارهایی برای حل مشکلات مربوط به کف و وسایل
- ۲۵ • چوبی
- ۲۶ • پاک‌کننده‌های طبیعی برای نظافت دیوارها
- ۲۸ • چند توصیه مفید برای تمیز کردن دیوارها

ناشر

مرکز آموزش علمی- کاربردی
گروه بین‌المللی ره‌شهر (کوییک بیلد)

ترجمه

فرهاد مالکی

امور هنری

آوا ذاکری فردی



سخنی با خوانندگان

آیا می‌دانستید میزان آلودگی شیمیایی فضای داخل خانه شما ممکن است ۷۰ برابر بیشتر از بیرون باشد و عوامل این آلودگی درست زیر سینک آشپزخانه شما پنهان شده باشند؟ امروزه محصولات فراوان و متعددی با استفاده از مواد شیمیایی ساخته شده و در خانه‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرند که از جمله آنها می‌توان به انواع شوینده‌ها، جرم‌گیرها، سفیدکننده‌ها، خوشبوکننده‌ها، مایع‌های ظرفشویی و مواد مشابه دیگر اشاره کرد. این مواد ممکن است موجب تمیز شدن خانه شما شوند و با استفاده از آنها چرک و میکروب‌ها ظاهراً پاک و برطرف شوند، ولی ممکن است یک چیز بسیار بدتر بر جای بماند: پسماندهای خطرناک. اگر بدانید که پسماندهای خطرناک چگونه به وجود می‌آیند، تصویر جدید و متفاوتی از آنچه که هر روز به عنوان مواد «عادی» در خانه خود مورد استفاده قرار می‌دهید، در ذهن شما شکل می‌گیرد. اساساً هر ماده سمی، سرطان‌زا، فاسدکننده، واکنش‌پذیر، قابل اشتعال یا مضر (به هر شکلی) برای انسان و گیاهان و جانوران، خطرناک به شمار می‌آید. مواد شیمیایی‌ای که در خانه مورد استفاده قرار می‌گیرند، به مانند مواد خطرناک صنعتی، یکی یا بیشتر از این ویژگی‌ها را دارا هستند و باید برای آنها تدابیر ویژه‌ای اندیشید. تفاوت مواد خطرناک صنعتی و خانگی در این است که تا به حال اطلاع‌رسانی ضعیف یا مبهمی درباره خطرات محصولات شیمیایی خانگی صورت گرفته است.

استفاده و دفع این محصولات آثار منفی گسترده و وسیعی را بر کره زمین و ساکنان آن به همراه دارد. ما به آرامی در حال نابود کردن محیط زیست خود هستیم و با دخالت در چرخه محیط زیست، خود را نیز با سرعتی بیشتر نابود خواهیم کرد. خبر خوب این که امکان استفاده از گیاهان و مواد کاملاً طبیعی و جایگزینی آنها به جای مواد شیمیایی وجود دارد. حالا زمان آن رسیده که برای تمیز کردن خانه خود از راه جدیدی استفاده کنید.

در این مجموعه (که در قالب سه نشریه از کتاب معروف و پرفروش «نظافت خانه با شوینده‌های طبیعی»^۱ استخراج شده است) یاد خواهید گرفت که می‌توان با استفاده از گیاهان و مواد طبیعی، شوینده‌ها و تمیزکننده‌هایی درست کنید که بسیار موثرتر، مطمئن‌تر، خوشبوتر و به‌نحو قابل ملاحظه‌ای ارزان‌تر از محصولات شیمیایی‌ای هستند که در حال حاضر از آنها استفاده می‌کنید و علاوه بر این که از خاصیت پاک‌کنندگی بالاتری برخوردارند، ساخت آنها نیز دشوار، زمان‌بر و پرهزینه نیست. نویسندگان این کتاب، «کارین زیگل مایر»^۲ یک پژوهش‌گر معروف در رابطه با گیاهان و نویسندگان مقالات متعددی در روزنامه‌ها و مجلات معتبر آمریکا است.

در این نشریه اطلاعات کلیدی مربوط به خواص و نحوه ترکیب آنها به زبانی ساده توضیح داده شده‌اند. با این امید که آشنایی با این مواد موجب ارتقای سطح آگاهی عمومی و کاهش اثرات منفی مواد شیمیایی بر سلامت انسان و محیط زیست شود. در شماره قبلی، خطرات ناشی از تاثیر مواد شیمیایی بر محیط زیست و انسان به همراه مزایای استفاده از گیاهان و پاک‌کننده‌های طبیعی مورد بررسی قرار گرفته و گیاهان مفید قابل جایگزینی به جای مواد شیمیایی معرفی شدند و فرمول‌هایی نیز برای تمیز کردن قسمت‌های مختلف و وسایل مورد استفاده در آشپزخانه پیشنهاد شد. در این نشریه، در ادامه معرفی مواد طبیعی مفید، فرمول‌های گیاهی‌ای برای تمیز کردن قسمت‌های مختلف حمام، تمیز کردن لباس‌ها و اسباب و وسایل چوبی و دیوارهای خانه ارائه می‌شوند.

از آنجا که گروه بین‌المللی ره‌شهر در راستای اهداف تعیین‌شده سازمانی، خود را موظف می‌داند که همواره در جهت توسعه پایدار و حفظ محیط زیست سعی و تلاش کند و شعار سازمانی «طراحی سازگار با محیط‌زیست»^۳ را انتخاب کرده است، لذا در جهت آگاهی‌رسانی به هموطنان، اقدام به ترجمه کتاب «معرفی پاک‌کننده‌های طبیعی و سازگار با محیط زیست»^۴ نموده است که این ترجمه در قالب سه نشریه برای اطلاع و استفاده همه عزیزان منتشر می‌شود. باشد که با دقت و رعایت توصیه‌های مفید ارائه شده در این کتاب بتوانیم از محیط زیستی سالم برخوردار باشیم.

گروه بین‌المللی ره‌شهر

- 1- Naturally Clean Home
- 2- Karyn Siegel-Maier
- 3- DFE= Design For Environment

معرفی مواد طبیعی قابل استفاده برای تمیز کردن حمام

به دلیل نوع و ماهیت کارهایی که در حمام انجام می‌دهیم، این مکان محیطی مناسبی برای رشد انواع میکروب‌ها است. برس زدن موی سر، برداشتن یک لایه از پوست بدن و سایر کارهایی که برای نظافت بدن‌مان در حمام انجام می‌دهیم، احتمال رشد انواع قارچ‌ها و کپک‌ها را در این مکان افزایش می‌دهند. با استفاده از فرمول‌های زیر می‌توانید حمام خانه خود را تمیز کنید، بدون آن‌که پوست دست‌هایتان آسیب بینند یا از مواد شیمیایی مضر برای این منظور استفاده کنید.

رشد و نمو انواع قارچ و کپک

قارچ و کپک همواره تهدید خطرناکی در حمام‌ها به‌شمار می‌آیند، به ویژه اگر یک پنجره با یک آستانه در حمام وجود داشته باشد. بخار حاصل از آب گرم دوش‌ها و وان حمام ممکن است بر چوب قاب پنجره تاثیر گذاشته و منجر به پوست‌پوست شدن و تشکیل کپک در برخی نقاط آن شود. تهویه هوای حمام و وجود هواکش در آن می‌تواند این مشکل را به حداقل برساند. همین مشکل در مورده پرده دوش نیز وجود دارد. بهترین نوع پرده دوشی که می‌توان خرید، نوعی پرده قابل خشک‌شویی است. پس از شستن این نوع پرده، آن را در آفتاب پهن کنید تا باکتری‌ها و کپک‌های موجود در آن از بین بروند.

ضد عفونی‌کننده گیاهی

یک فرمول ضد عفونی‌کننده فوق‌العاده که ساختن آن به نحوی باورنکردنی آسان است.

۲ فنجان آب گرم

۵ شاخه کوچک آویشن یا ۱۰ قطره از اسانس آن

۱ یک چهارم فنجان «براکس»

اگر از گیاه تازه استفاده می‌کنید، آب را به نقطه جوش رسانده و آن را داخل یک کاسه بر روی شاخه‌های کوچک آویشن بریزید.

اجازه دهید که این گیاه به مدت ۳۰ دقیقه در داخل آب گرم خیس بخورد، سپس مایع حاصل را جدا کرده و آن را در داخل یک بطری آب‌پاش بریزید. «براکس» را به آن اضافه کرده و خوب تکان دهید. اگر از اسانس آویشن استفاده می‌کنید، تمام مواد فوق را داخل بطری دارای سر آب‌پاش ریخته و آن را خوب تکان دهید. مایع حاصل را بر روی سطح موردنظر اسپری کرده، سپس آنجا را با یک پارچه یا اسفنج مرطوب تمیز کنید.

ضد عفونی‌کننده با اسانس کاج

مطمئننا این فرمول را به تمیزکننده‌های قدیمی با اسانس کاج ترجیح می‌دهید.

۲ فنجان آب

۲ قاشق سوپ‌خوری «براکس»

۸ قطره اسانس کاج

۴ قطره اسانس سدر

تمام مواد فوق را در یک بطری آب‌پاش تمیز مخلوط کنید. قبل از هر بار استفاده، بطری را خوب تکان دهید. محلول حاصل را به سطوح مختلف حمام اسپری کرده و آن را با یک پارچه یا اسفنج مرطوب تمیز کنید.

فرمولی برای جلوگیری از رشد کپک و قارچ

این فرمول را برای تمیز کردن علمک دوش، پرده جداکننده داخل حمام، شیارها و چارچوب درهای شیشه‌ای و سایر قسمت‌های مرطوب داخل حمام به کار برید.

۲ فنجان آب

۸ تا ۱۰ قطره عصاره دانه مرکبات

۲ قاشق سوپ‌خوری اسانس درخت چای

۴ قطره اسانس سرو کوهی

تمام مواد فوق را با یکدیگر ترکیب کنید و آنها را داخل یک بطری آب‌پاش بریزید. محلول حاصل را بر روی سطوح موردنظر بپاشید ولی روی آن دستمال نکشید. توجه: اگر در قسمتی از حمام قارچ

یا کپک تشکیل شده است، اجازه دهید این محلول چند ساعتی بر روی سطح موردنظر بماند. بعد از گذشتن زمان لازم، سطح موردنظر را با یک پارچه نرم تمیز کرده و دوباره محلول فوق را روی آن اسپری کنید و اجازه دهید خودش خشک شود.

جلوگیری از رشد کپک

اگر در قسمتی از حمام قارچ یا کپک تشکیل شده است، اجازه دهید محلول زیر چند ساعتی بر روی سطح موردنظر بماند. بعد از گذشتن زمان لازم، سطح موردنظر را با یک پارچه نرم تمیز کرده و دوباره محلول زیر را روی آن اسپری کنید و بگذارید خودش خشک شود.

- نصف فنجان سرکه سفید

- سه چهارم فنجان آب

- ۴ قطره اسانس دارچین

- ۶ قطره اسانس نعناع هندی

- ۲ قاشق چای خوری اسانس درخت چای

تمام مواد فوق را داخل یک بطری آب پاش مخلوط کنید. محلول حاصل را بر روی سطوح موردنظر اسپری کرده و اجازه دهید خودش (بدون پاک کردن) خشک شود.

پودرها و تمیزکننده های براق کننده

تمیزکننده های زیر افزون بر خاصیت آنتی باکتریال و پاک کننده ای که دارند، دارای رایحه گیاهی بسیار دلپذیری نیز هستند. در صورت تمایل، می توانید مقدار بیشتری از این محصولات را درست کرده و آنها را در ظرف های پلاستیکی نگهداری کنید. (قوطی های بزرگ ادویه که سر آنها دارای سوراخ هایی برای خروج مواد داخل آنها است، برای این منظور بسیار مناسب هستند).

پودر گیاهی براق کننده برای سینک ها و وان ها

این پودر از یک سو جرم، چرک و آلودگی وان و سینک را کاملاً پاک می کند و از سوی دیگر یک رایحه دلپذیر طبیعی بر جای

می گذارد. در پایان کار، وان یا سینک را خیلی خوب بشویید تا هیچ رسوبی از این پودر در محل باقی نماند.

- یک فنجان جوش شیرین

- یک چهارم فنجان برگ آسیاب شده مریم گلی

- یک چهارم فنجان برگ خرد شده رزماری

- یک قاشق چای خوری کرم «تارتر»

تمام مواد فوق را در یک ظرف پلاستیکی با یکدیگر مخلوط کنید. بهتر است سر این ظرف دارای سوراخ هایی برای خروج مواد داخل آن باشد. کمی از این پودر را بر روی سینک یا وان ریخته و آن را با اسفنج یا پارچه مرطوب بسایید. سپس سینک یا وان را با آب معمولی بشویید.

پودر سفید کننده و براق کننده

ترکیب «براکس» و پوست مرکبات می تواند موجب از بین رفتن لکه ها و میکروب ها شود.

- یک فنجان جوش شیرین

- ۲ قاشق چای خوری کرم «تارتر»

- یک هشتم فنجان «براکس»

- یک چهارم فنجان پوست رنده شده لیمو، پرتقال یا گریپ فروت
تمام مواد فوق را در یک ظرف پلاستیکی با یکدیگر مخلوط کنید. بهتر است سر این ظرف دارای سوراخ هایی برای خروج مواد داخل آن باشد. ظرف را خوب تکان دهید تا مواد مذکور کاملاً با یکدیگر مخلوط شوند. کمی از این پودر را بر روی سینک یا وان ریخته و آن را با اسفنج یا پارچه مرطوب بسایید. سپس سینک یا وان را با آب معمولی بشویید.

پودر براق کننده معطر

این فرمول دارای رایحه ای بسیار مطبوع و دلپذیر است. اگر مایلید عطر آن بیشتر شود، مقدار اسانس رزماری آن را به ۴ قطره افزایش دهید.

- یک فنجان جوش شیرین

- یک چهارم فنجان گل برگ خرد شده گل رز

- ۲ قطره اسانس رزماری

تمام مواد فوق را در یک ظرف پلاستیکی با یکدیگر مخلوط کنید. بهتر است سر این ظرف دارای سوراخ‌هایی برای خروج مواد داخل آن باشد. ظرف را خوب تکان دهید تا مواد مذکور کاملاً با یکدیگر مخلوط شوند. کمی از این پودر را بر روی سینک یا وان ریخته و آن را با اسفنج یا پارچه مرطوب بسابید. سپس سینک یا وان را خوب بشویید.

پودر براق‌کننده با اسانس لیمو

این فرمول مخصوص کسانی است که به بوی لیمو علاقه دارند. با ترکیب گیاهان در این فرمول هیچ شانس برای مقاومت میکروب‌ها باقی نمی‌ماند.

- یک فنجان جوش شیرین

- یک چهارم فنجان برگ خشک خرد شده بادرنجیویه

- ۳ قطره اسانس لیمو یا گورگیاه

- ۳ قطره اسانس سنبل هندی یا عصاره دانه گریپ فروت

تمام مواد فوق را در یک ظرف پلاستیکی با یکدیگر مخلوط کنید. بهتر است سر این ظرف دارای سوراخ‌هایی برای خروج مواد داخل آن باشد. ظرف را خوب تکان دهید تا مواد مذکور کاملاً با یکدیگر مخلوط شوند. کمی از این پودر را بر روی سینک یا وان ریخته و آن را با اسفنج یا پارچه مرطوب بسابید. سپس سینک یا وان را خوب بشویید.

پودر براق‌کننده با رایحه مطبوع گیاهان

این تمیزکننده به شما این احساس را می‌دهد که مشغول کار در باغچه خود هستید تا در حال تمیز کردن حمام. استفاده از برگ‌های خشک شده رزماری در این فرمول، قدرت سابندگی پودر شما را افزایش می‌دهد.

- یک فنجان جوش شیرین

- یک چهارم فنجان برگ خشک خرد شده رزماری

- ۵ قطره اسانس آویشن

- ۳ قطره اسانس پونه کوهی

تمام مواد فوق را در یک ظرف پلاستیکی با یکدیگر مخلوط کنید. بهتر است سر این ظرف دارای سوراخ‌هایی برای خروج مواد داخل آن باشد. ظرف را خوب تکان دهید تا مواد مذکور کاملاً با یکدیگر مخلوط شوند. کمی از این پودر را بر روی سینک یا وان ریخته و آن را با اسفنج یا پارچه مرطوب بسابید. سپس سینک یا وان را خوب بشویید.

مایع براق‌کننده و سابنده ملایم وان و کاشی حمام

یک ظرف خالی مایع ظرف‌شویی یا شامپو با سر آب‌پران برای نگهداری این محلول ایده‌آل به شمار می‌آید.

- یک فنجان جوش شیرین

- یک چهارم فنجان صابون روغن زیتون مایع

- ۲ قرص ویتامین ث خرد شده

- ۳ تا ۵ قطره اسانس اکالیپتوس یا درخت چای

جوش شیرین، صابون مایع، ویتامین ث و اسانس موردنظر را در یک بطری پلاستیکی با یکدیگر مخلوط کنید. به اندازه‌ای به آن آب اضافه کنید که یک خمیر چسبناک روان تشکیل شود. بطری را خوب تکان داده یا مخلوط داخل آن را هم بزنید. خمیر حاصل را روی سطح موردنظر ریخته و با یک اسفنج یا پارچه مرطوب آن را آنقدر بسابید تا تمیز شود. سپس سطح مذکور را چندین بار با آب بشویید.

مایع براق‌کننده و سابنده ملایم با اسانس اسطوخودوس

این محلول نه تنها سطح موردنظر را تمیز می‌کند، بلکه بسیار ملایم است و موجب لطیف شدن دست‌های شما می‌شود!

- سه چهارم فنجان جوش شیرین

- یک چهارم فنجان شیر خشک

- یک هشتم فنجان صابون روغن زیتون مایع

- ۵ قطره اسانس اسطوخودوس

- آب

جوش شیرین، شیر، صابون مایع و اسانس اسطوخودوس را در داخل یک بطری با سر آب پُران مخلوط کنید. به اندازه‌ای به آن آب اضافه کنید که یک خمیر چسبناک روان تشکیل شود. بطری را خوب تکان داده یا مخلوط داخل آن را هم بزنید. خمیر حاصل را روی سطح موردنظر ریخته و با یک اسفنج یا پارچه مرطوب آن را بسابید. سپس سطح مذکور را با آب خوب بشویید.

◀ معرفی مواد طبیعی قابل استفاده برای تمیز کردن دستشویی

یکی از مهم‌ترین قسمت‌های حمام که باید به‌خوبی تمیز شود، توالت (فرنگی) موجود در آن است. بیشتر افراد فکر می‌کنند که کثیف‌ترین جای توالت، کاسه توالت است که بیشتر کثیفی‌ها در آنجا جمع می‌شوند. ولی واقعاً این طور نیست و این قسمت نسبتاً تمیز به شمار می‌آید. بیشتر میکروب‌ها در زیر و پشت جای نشستن بر روی توالت فرنگی جمع می‌شوند. از آنجا که این قسمت مورد استفاده زیادی قرار می‌گیرد، حفظ بهداشت و تمیز کردن مداوم آن از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در این قسمت چندین فرمول فوق‌العاده برای مبارزه با باکتری‌ها و میکروب‌های دست‌شویی معرفی می‌شوند.

تمیزکننده و از بین برنده میکروب‌های توالت

در اینجا فرمول یک اسپری تمیزکننده ضدباکتری معرفی می‌شود که به‌طور ویژه برای تمیز کردن تمام سطوح کلی دست‌شویی و زیر و پشت محل نشستن بر روی توالت فرنگی مورد استفاده قرار می‌گیرد.

- ۲ فنجان آب

- یک چهارم فنجان صابون روغن زیتون مایع

- ۲ قاشق سوپ‌خوری اسانس درخت چای

- ۱۰ قطره اسانس اکالیپتوس یا نعناع بیابانی

تمام مواد فوق را داخل یک بطری پلاستیکی دارای سر آب‌پاش ریخته و آن را خوب تکان دهید. محلول حاصل را بر روی سطوح مختلف دست‌شویی اسپری کرده، سپس آنها را با پارچه یا اسفنج

تمیزکننده جوشان سینک یا وان حمام

بچه‌ها دوست دارند حالت آتشفشانی‌ای را که پس از ریختن سرکه بر روی جوش شیرین به وجود می‌آید، تماشا کنند. بنابراین، شاید بتوانید از بچه‌ها برای تمیز کردن حمام و دست‌شویی کمک بگیرید!

- نصف فنجان جوش شیرین

- ۶ قطره اسانس لیمو یا لیمو ترش

- یک چهارم فنجان سرکه

جوش شیرین را با اسانس لیمو یا لیموترش مخلوط کنید. مخلوط حاصل را روی سینک ریخته، سپس سرکه را روی آن بریزید. پس از جوش خوردن و کف کردن این مواد، قسمت مذکور را با پارچه یا اسفنج مرطوب خوب بسابید. سپس محل موردنظر را با آب بشویید.

برطرف کردن کف به‌جای‌مانده از صابون و خمیر دندان

این فرمول برای برطرف کردن کف خشک‌شده و زشتی که در کنار و روی لبه‌های جاصابونی و جامسواکی تشکیل می‌شود، به کار می‌رود. سرکه موجود در این فرمول نیز موجب جوش خوردن و کف کردن می‌شود.

- یک قاشق سوپ‌خوری جوش شیرین

- یک قاشق چای‌خوری نمک

- ۲ قطره اسانس گیاهی دلخواه

- سرکه

مرطوب تمیز کنید.

تمیزکننده کاسه توالت بدون نیاز به سابیدن

این فرمول برای تمیز کردن کاسه توالت‌هایی مفید است که یک دایره زردرنگ دائمی از جرم بر روی آنها تشکیل شده‌است. (برای مثال کاسه توالت دست‌شویی ویلای شما که مدتی طولانی از آن استفاده نکرده‌اید.) شما می‌توانید این محلول را شب و قبل از رفتن به رخت‌خواب بر روی کاسه توالت بریزید. هنگام صبح خواهید دید که حتی سرسخت‌ترین لکه‌ها نیز از روی آن پاک شده‌اند.

- یک فنجان «براکس»

- یک فنجان سرکه

- ۱۰ قطره اسانس کاج یا اسطوخدوس

- ۵ قطره اسانس لیمو یا لیمو ترش

تمام مواد فوق را در یک لگن یا بطری پلاستیکی ریخته و بلافاصله آن را روی تمام قسمت‌های کاسه توالت بریزید. اجازه دهید این محلول تمام شب بر روی کاسه توالت بماند. تنها کاری که صبح باید انجام دهید، کشیدن سیفون است.

فرمولی بسیار آسان برای تمیز کردن کاسه توالت

چه چیزی ساده‌تر از این فرمول کارآمد و آسان برای تمیز کردن کاسه توالت؟

- نصف فنجان جوش شیرین

- یک چهارم فنجان سرکه سفید

- ۱۰ قطره اسانس درخت چای

تمام مواد فوق را با هم مخلوط کرده و داخل یک سطل یا لگن بریزید. محلول حاصل را به آرامی روی کاسه توالت ریخته و در همان حال با برس قسمت‌های مختلف آن را تمیز کنید. دست‌شویی شما به همین سادگی تمیز می‌شود.

برق انداختن آینه

این مخلوط نه تنها به برق انداختن آینه (و شیرها) کمک می‌کند، بلکه از تشکیل بخار بر روی آینه در زمان استفاده از دوش حمام جلوگیری می‌کند.

نصف فنجان سرکه

نصف فنجان آب

۸ قطره اسانس هر یک از مرکبات موردنظر

تمام مواد زیر را در یک بطری دارای سر آب‌پاش مخلوط کرده و قبل از هر بار مصرف آن را خوب تکان دهید. محلول حاصل را به آینه اسپری کرده و آن را با یک پارچه یا حوله خشک پاک کنید.

توصیه‌های مفید درباره حمام و دست‌شویی

برای آن‌که حمام و دست‌شویی همیشه خوش‌بو باشند، چند قطره از اسانس گیاهی موردعلاقه خود را به قسمت نگهدارنده دستمال رولی در کنار توالت بزنید. بدین ترتیب هر زمان که از دستمال کاغذی استفاده شود، بوی خوش اسانس گیاهی در فضای دست‌شویی می‌پیچد.

یک ظرف حاوی مخلوط عطر گل‌ها را در سینک، وان یا منبع فلاش‌تانک دست‌شویی قرار دهید. هر ۳ ماه یک‌بار این ظرف عطر را عوض کنید. برای آگاهی از دستورالعمل ساخت این عطر به نشریه شماره ۳ (نشریه بعدی) مراجعه کنید. مخلوط عطر گل، چه از مواد طبیعی درست شده باشد، چه از مواد مصنوعی، برای حیوانات خانگی و کودکانی که برای امتحان یا حتی خوردن آن وسوسه می‌شوند، سمی است، بنابراین، در این رابطه احتیاط کنید و اگر این احتمال در خانه شما وجود دارد، سعی کنید این مخلوط را در بالاترین قفسه قرار دهید یا آن را در کیسه ریخته و در ارتفاعی آویزان کنید که دور از دسترس باشد.

زیانباری مانند «بلیچ» (ماده‌ای سوزآور)، «اتیلن دیامین تترا استیک اسید»^۱ و براق‌کننده‌های «پتیک» (که به شدت آلرژی‌زا هستند) است، می‌توان ادعا کرد که ترکیبات این نوع محصولات هر خاصیتی دارند غیر از جادویی بودن. در واقع، حدود ۷۰٪ از بسیاری از صابون‌ها و شوینده‌های مورد استفاده در لباس شویی‌ها را کربنات سدیم معمولی (سودای مخصوص شستشو) تشکیل می‌دهد. تنها تفاوتی که در رابطه با این محصولات وجود دارد، مربوط می‌شود به بو، رنگ و مقدار افزودنی‌های اضافه‌شده به آنها.

معمای شوینده‌ها

شاید باور این قضیه برای شما دشوار باشد ولی این را بدانید که میزان پودری که به ازای هر واحد وزن از لباس‌های کثیف مصرف می‌کنید، بسیار بیشتر از نیاز واقعی شما است. آیا می‌دانید واقعا در هر بار شستشو به چه میزان پودر شوینده نیاز دارید؟ تعداد پیمانه‌هایی که توصیه می‌شوند، تقریبا دو برابر نیاز واقعی شما هستند. در واقع، استفاده بیش از حد از شوینده‌ها تنها موجب رسوب آنها در داخل ماشین لباس شویی و احتباس و باقی ماندن کثیفی در داخل لباس‌هایی می‌شود که تازه آنها را شسته‌اید. کمتر مصرف کردن مواد شوینده نه تنها برای محیط زیست بهتر است، بلکه در بهتر شسته شدن لباس‌ها و کاهش هزینه‌هایتان نیز تاثیر قابل توجهی دارد.

در اینجا چند توصیه دیگر در رابطه با مصرف شوینده‌ها ارایه می‌شود:

- همیشه یک ظرف بزرگ سرکه سفید در قسمت لباس شویی خود نگه دارید. استفاده از کمی سرکه در زمان شستن پتوها موجب پف‌دار و نرم شدن پتوها می‌شود. از سوی دیگر، سرکه، حلال خوبی برای «اسید اوریک» است، بنابراین، برای شستن کهنه و لباس‌های بچه بسیار مفید است. سرکه همچنین رسوب صابون را کاهش داده، روغن و چربی را می‌شکند و یک سفیدکننده

برای آنکه پادری یا هرگونه زیرپایی مورد استفاده در حمام و دست‌شویی در فاصله بین دو شستشو خوش‌بو باشند، یک دوم فنجان جوش شیرین را به همراه ۸ تا ۱۰ قطره از اسانس گیاهی دلخواه‌تان مخلوط کنید، مخلوط حاصل را بر روی پادری ریخته و ۱۵ دقیقه صبر کنید تا خشک شود، سپس روی آن جارو برقی بکشید.

اگر یک جامسواکی مستقل دارید، هر چند وقت یک بار آن را داخل ماشین ظرف‌شویی یا با دست بشویید. اگر بدانید که به چه میزان کثیفی و میکروب در داخل جامسواکی جمع می‌شود، بسیار متعجب خواهید شد. اگر جامسواکی شما واقعا جرم گرفته و خیلی کثیف است، آن را به مدت ۲۰ دقیقه در محلولی از آب و ۲ یا ۳ قطره اسانس درخت چای بخیسانید. سپس آن را با دست یا در ماشین ظرف‌شویی بشویید.

فراموش نکنید که در فواصل زمانی معین برس‌ها و شانه‌ها را تمیز کنید. برای این کار، آنها را به مدت ۲۰ دقیقه در ظرفی حاوی یک و نیم فنجان آب، نصف فنجان سرکه و ۲۰ قطره اسانس رزماری، سرکه یا اسطوخودوس بخیسانید. سپس آنها را خوب بشویید و قبل از آن که سر جای‌شان قرار دهید، اجازه دهید با جریان هوا خشک شوند.

«معرفی مواد طبیعی قابل استفاده برای لباس شویی»

سازندگان محصولات لباس شویی پول زیادی را صرف تبلیغات می‌کنند تا به هر ترتیب ممکن ما را متقاعد کنند که محصولات آنها دارای ترکیباتی «جادویی» است که می‌توانند هر لکه‌ای را از روی لباس‌ها پاک کنند. ولی در عمل این طور نیست. با توجه به این که قدرت پاک‌کنندگی محصولات آنها ناشی از وجود مواد

و اسانس یاسمن، رز یا «یلانگ یلانگ»^۲ موجب ایجاد رایحه‌ای مطبوع و رمانتیک در لباس‌های شسته‌شده می‌شوند. حتی می‌توانید مایع شوینده ماشین لباس‌شویی خود را با استفاده از اسانس‌های ذکرشده در صفحه بعد درست کنید.

استفاده از جوش شیرین با رایحه گیاهی نیز یک راه دیگر برای استفاده از اسانس‌های گیاهی در جریان شستن لباس‌ها است. جوش شیرین دارای خاصیت سفیدکنندگی و کاهنده سختی آب است. می‌توانید در یک ظرف با حجم ۱۶ اونس^۳ آب، ۱۵ تا ۲۰ قطره اسانس گیاهی بریزید و آن را در همان ظرف با آب مخلوط کنید. کافی است اسانس موردنظر را در آب ریخته و ظرف را خوب تکان دهید. راه دیگر این است که ۳ تا ۵ قطره اسانس را به یک فنجان سرکه سفید بیافزایید؛ بدین ترتیب، اسانس گیاهی قدرت پاک‌کنندگی پودر یا مایع لباس‌شویی را افزایش داده و از سوی دیگر، در برطرف کردن بو نیز موثر است.

اگر در جریان ساخت محلول‌های شوینده گیاهی خلاق باشید، خیلی زود درمی‌یابید که هیچ نیازی به خرید شوینده‌های شیمیایی موجود در فروشگاه‌ها ندارید.

چگونه صابون‌های رخت‌شویی طبیعی بسازیم؟

در فرمول‌های زیر هیچ چیز عجیب و غریب و جادویی که ندانید چیست، وجود ندارد. پودر صابون‌های معرفی‌شده در زیر از ترکیب مواد و عناصر خالص و تمیزکننده حاصل می‌شوند.

پودر اصلی صابون رخت‌شویی

مقادیر ذکرشده در دستورالعمل زیر برای ۶ بار شستن مقادیر متوسطی لباس کثیف توسط ماشین لباس‌شویی کافی است، ولی در صورت تمایل می‌توانید این مقادیر را دو برابر کنید.

و شوینده طبیعی به شمار می‌آید. یکی دیگر از مزایای استفاده از سرکه در زمان شستشوی لباس‌ها، جلوگیری از چسبیدن لباس‌ها به هم در زمان خشک کردن توسط ماشین لباس‌شویی است.

• صابون‌های رخت‌شویی در صورت استفاده از آب سخت و پرملاح، لباس‌ها را خوب تمیز نمی‌کنند. برای رفع این مشکل می‌توان پودر «ژئولیت»^۱، ریشه بنفشه، جوش شیرین یا «براکس» به آب اضافه کرد.

• اگر هر جا پُرک صابون پیدا کردید، از آن به‌صورت فله‌ای بخرید. این روزها پیدا کردن پُرک صابون در سوپرمارکت‌ها خیلی سخت است. از سال ۱۹۹۱ به بعد این محصول به صورت خالص تولید نشد. اگر نتوانستید پُرک صابون را به‌صورت آماده پیدا کنید، خودتان می‌توانید با رنده کردن قالب‌های صابون این محصول را درست کنید. قالب صابون‌های روغن زیتون خالصی که در بیشتر سوپرمارکت‌ها و فروشگاه‌های عرضه‌کننده مواد طبیعی پیدا می‌شوند، برای این منظور مناسب‌اند.

استفاده از اسانس‌های گیاهی در شوینده‌های ماشین لباس‌شویی

اسانس‌های گیاهی را می‌توانید با پودرها و مایعات لباس‌شویی ترکیب کرده یا آنها را در مخزن نرم‌کننده ماشین لباس‌شویی خود بریزید. اسانس‌های گیاهی نه تنها قدرت پاک‌کنندگی ماشین لباس‌شویی را افزایش می‌دهند، بلکه رایحه دلپذیر و مطبوعی نیز دارند.

اسانس‌های گیاهی خواص درمانی نیز دارند. به عنوان نمونه، اگر از بیماری‌های قارچی پوستی رنج می‌برید، کمی اسانس درخت چای به مخزن شوینده ماشین لباس‌شویی خود اضافه کنید. اسانس اکالیپتوس برای مبارزه با سرماخوردگی مفید است

۱- هر نوع سیلیکات آبدار

۲- Ylang ylang = (با نام علمی Cananga odorata درختی گرمسیری از خانواده «آنانوسه» که بومی فیلیپین و قسمت‌هایی از اندونزی است و در زمان بلوغ ارتفاع آن به ۲۰ متر می‌رسد و دارای گل‌های زرد بسیار زیبا و معطری است.

۳- هر اونس معادل تقریباً ۳۰ میلی لیتر است.

جدول اسانس های گیاهی مورد استفاده در لباس شویی

تمام اسانس های گیاهی ذکر شده در اینجا به تمیز و شاداب کردن لباس ها کمک کرده و خاصیت درمانی نیز دارند.

نام اسانس گیاهی	خاصیت
سدر	پاک کنندگی بیشتر، دارای بویی شبیه بوی چوب
بابونه	نرم کننده
اکالیپتوس	عالی برای سرماخوردگی و مشکلات سینوس
اسطوخدوس	آرامش بخش اعصاب
لیمو	محرک و کمک کننده به سفید شدن بیشتر لباس ها
نعناع	عالی برای سرماخوردگی و مشکلات سینوس
شمعدانی عطری	ایجاد عطری رومانتیک
رز ماری ^۱	آرامش بخش
پرتقال شیرین	کمک به برطرف کردن لکه ها و سفید کنندگی بیشتر
درخت چای	ضد باکتری، ضد قارچ

- یک فنجان کربنات سدیم (سودای مخصوص شستشو)
- یک فنجان جوش شیرین معطر (برای انتخاب اسانس خوشبو کننده مورد نظر، به جدول اسانس های گیاهی رجوع کنید)
- یک فنجان پرک صابون یا یک قالب صابون خالص که به خوبی رنده شده است
- یک اونس صابون روغن زیتون مایع
- ۲ قاشق سوپ خوری گلیسرین
- یک فنجان کربنات سدیم (سودای مخصوص شستشو)
- یک فنجان جوش شیرین
- ۶ فنجان آب گرم
- ۱۰ قطره اسانس گیاهی دلخواه

تمام مواد فوق را با یکدیگر مخلوط کرده و محصول به دست آمده را در یک ظرف پلاستیکی سنگین بریزید. برای شستشوی یک سری لباس با وزن و کثیفی متوسط توسط ماشین لباس شویی، نصف فنجان از محلول فوق را استفاده کنید.

صابون مایع اصلی برای لباس شویی

افزودن گلیسرین و اسانس های گیاهی معطر از یک سو، قدرت پاک کنندگی شوینده ها را افزایش می دهد و از سوی دیگر، موجب نرمی و لطافت لباس ها می شود.

فرمول شوینده مناسب برای استفاده با آب سخت

آب سخت و پرملاح می تواند بر نحوه عملکرد صابون لباس شویی اثر گذارد. در فرمول زیر از «براکس» و سرکه به عنوان موادی که

۱- برای شستشوی پارچه های پشمی، ابریشمی یا ساتن مناسب نیست.

سپس لباس‌ها را داخل ماشین لباس‌شویی قرار داده و دم‌کرده رزماری و صابون روغن زیتون مایع را به مخزن مربوطه اضافه کنید. لباس‌ها را با آب سرد و با دور ملایم بشویید.

سفیدکننده کهنه بچه

نصف فنجان «براکس»، یک چهارم فنجان سرکه و ۶ تا ۸ قطره اسانس گیاهی موردنظر را در یک سطل آب داغ بریزید. کهنه‌ها را قبل از انداختن در داخل ماشین لباس‌شویی، به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه و در صورتی که خیلی کثیف باشند، زمانی بیشتر، در داخل سطل بخیسانید.

فرمول محلول لباس‌شویی برای شستن لباس‌های کودکان

بدون شک بچه‌ها لباس‌های خود را خیلی کثیف می‌کنند. با استفاده از «براکس» و سرکه می‌توانید لباس‌های آنها را سفید و نرم کنید.

- ۲ قطره اسانس گیاهی طبیعی موردنظر
 - ۲ قاشق سوپ‌خوری صابون روغن زیتون مایع
 - یک چهارم فنجان کربنات سدیم (سودای مخصوص شستشو)
 - یک فنجان جوش شیرین
 - یک چهارم فنجان «براکس»
 - یک چهارم فنجان سرکه سفید
- اگر از اسانس طبیعی استفاده می‌کنید، آن را با صابون روغن زیتون مایع مخلوط کنید. این محلول را به همراه کربنات سدیم (سودا)، جوش شیرین و «براکس» به محفظه شوینده ماشین لباس‌شویی خود اضافه کنید. لباس‌ها را طبق روال عادی بشویید.

فرمول مخصوص لباس‌های رنگ روشن

مقادیر ذکرشده در فرمول ذیل برای یک بار شستشوی لباس با

موجب کاهش سختی آب می‌شوند، استفاده شده است.

- یک فنجان پرک صابون یا یک قالب صابون خالص که به‌خوبی رنده شده است

- یک فنجان کربنات سدیم (سودای مخصوص شستشو)

- نصف فنجان «براکس»

- ۲ فنجان سرکه

- ۱۰ قطره اسانس موردنظر

صابون، کربنات سدیم (سودا) و «براکس» را در یک ظرف پلاستیکی سنگین با هم مخلوط کنید. سرکه و اسانس گیاهی را در ظرف دیگری با هم مخلوط کنید که دارای لوله یا دهانه‌ای برای ریختن مایع داخل آن به بیرون باشد. برای شستن لباس‌های کثیف، نصف فنجان مخلوط صابون را داخل ماشین لباس‌شویی بریزید و هنگام آب‌کشی لباس نیز نصف فنجان مخلوط سرکه را داخل ماشین لباس‌شویی بریزید.

فرمول شوینده لباس‌های ظریف

رزماری یکی از گیاهان پرتفرداری است که از گذشته برای شستشوی لباس‌هایی از جنس کتان، زیرپوش‌ها و کشاف‌های ظریف مورد استفاده قرار می‌گرفت. توجه: از اسانس یا پودر رزماری در جریان شستشوی لکه‌های موجود بر روی لباس‌های ۱۰۰٪ پشمی یا ابریشمی استفاده نکنید.

- یک اونس صابون روغن زیتون مایع

- یک فنجان دم‌کرده رزماری

دم‌کرده رزماری را می‌توان از راه‌های مختلف درست کرد. اگر رزماری تازه در اختیار دارید، ۲ شاخه کوچک ساییده‌شده رزماری را (می‌توانید اندکی آن را بین انگشتان خود خرد کنید تا عصاره آن بیرون بزند) در حجمی معادل یک فنجان آب جوش به میزان ۱۵ دقیقه بخیسانید. راه دیگر این است که یک قاشق سوپ‌خوری برگ خشک و خردشده رزماری را در یک فنجان آب جوش به مدت ۱۵ دقیقه بخیسانید، سپس آن را صاف کنید. اگر از اسانس گیاهی استفاده می‌کنید، ۳ قطره از آن را داخل آب جوش بریزید.

یا وان پر از آب تمیز، آب کشیده شوند. هرگز پارچه پشمی را در آب نخیسانید و با چلانیدن نیز آن را خشک نکنید. پس از آب کشی نهایی، پارچه پشمی را روی یک حوله خشک پهن کرده و آن را مانند یک رولت لوله کنید. سپس لباس لوله شده را با ملایمت روی حوله خشک فشار دهید تا آب اضافی آن گرفته شود. اگر لباس هنوز آب داشت، این کار را با حوله خشک و تمیز دیگری تکرار کنید. سپس لباس را باز کرده و آن را بدون تاشدگی روی یک حوله خشک پهن کنید تا خشک شود.

لباس های ابریشمی را نیز باید در داخل محلولی از آب گرم و صابون روغن زیتون مایع فرو برید. پس از شستشو، لباس را خوب آب بکشید و به آرامی بچلانید تا آب اضافی داخل آن خارج شود. لباس را پشت و رو کرده و آویزان کنید تا کمی خشک شود. سپس در حالی که هنوز کمی مرطوب است، آن را با درجه کم اتو کنید.

کم رنگ کردن لکه ها پیش از شستشو

از آنجا که سرکه خاصیت رنگ بری و پاک کردن برخی از لکه ها را دارد، می توانید پیش از شستشو و پاک کردن لکه های موجود بر روی لباس ها، فرمول های زیر را بر روی قسمت کوچکی از لباس امتحان کنید.

پاک کننده لکه های عرق بدن

می توانید از این فرمول برای پاک کردن لکه های عرقی که بر دور گردن یا زیر بغل لباس ها ایجاد می شوند، استفاده کنید.

- یک چهارم فنجان سرکه

- ۴ قطره اسانس لیمو، لیمو ترش یا اکالیپتوس

- یک قاشق سوپ خوری جوش شیرین

تمام مواد فوق را با یکدیگر مخلوط کرده و محلول حاصل را با انگشتان خود، یک پارچه نرم یا یک مسواک کهنه بر روی لکه ها بمالید. لباس را طبق روال عادی بشویید.

ماشین لباس شویی کافی است. در صورت تمایل می توانید مقدار بیشتری از این محلول درست کنید، ولی به این نکته توجه داشته باشید که صابون روغن زیتون مایع را به صورت جداگانه نگهداری کرده و تنها در مواقع شستشو از آن استفاده کنید.

- یک اونس صابون روغن زیتون مایع (که در صورت تمایل با استفاده از ۲ تا ۴ قطره اسانس گیاهی دلخواه معطر شده است)

- یک چهارم فنجان کربنات سدیم (سودای مخصوص شستشو)

- یک چهارم فنجان نمک «پسوم» (سولفات دو منیزی)

ابتدا صابون روغن زیتون مایع را به ماشین لباس شویی اضافه کرده، سپس کربنات سدیم و «سولفات دو منیزی» را نیز به آن بیافزایید.

فرمول جایگزین «بلیچ»

مقادیر ذکر شده در فرمول ذیل برای یک بار شستشوی لباس با ماشین لباس شویی کافی است. در صورت تمایل می توانید مقدار بیشتری از این محلول درست کنید، ولی به این نکته توجه داشته باشید که مخلوط آب لیمو را به صورت جداگانه نگهداری کرده و تنها در مواقع شستشو از آن استفاده کنید.

- یک چهارم فنجان صابون مایع اصلی برای لباس شویی

- یک چهارم فنجان «براکس»

یک چهارم فنجان آب لیمو یا سرکه به علاوه ۶ قطره اسانس لیمو تمام مواد فوق را در یک ظرف پلاستیکی سنگین یا هر ظرف دیگری که دوست دارید، مخلوط کنید. برای سفیدتر شدن بیشتر لباس ها، لباس های تمیز را پس از شستشو در آفتاب آویزان کنید تا خشک شوند.

حفظ و نگهداری پارچه های طبیعی

پارچه های طبیعی مانند پارچه های پشمی و ابریشمی به مراقبت ویژه نیاز دارند. پارچه های پشمی باید با دست در یک لگن پر از آب سرد و صابون روغن زیتون مایع شسته و سپس در یک تشت

محلول شماره ۱ برای خیساندن لباس‌های دارای لکه‌های

عرق

می‌توانید پیش از شستن لباس‌های عرق‌کرده، آنها را در این محلول خوش‌بو بخیسانید.

- یک فنجان سرکه

- یک چهارم فنجان آب لیمو

- ۶ قطره اسانس درخت چای

تمام مواد فوق را با یکدیگر مخلوط کرده و محلول حاصل را به لباس‌های موجود در ماشین لباس‌شویی اضافه کرده و آن را با آب گرم پر کنید. اجازه دهید لباس‌ها به مدت یک تا دو ساعت در این محلول خیس بخورند. سپس آنها را طبق روال معمول بشویید.

محلول شماره ۲ برای خیساندن لباس‌های دارای لکه‌های

عرق

در اینجا فرمول یک لکه‌بر عالی دیگر که بر پایه سرکه ساخته شده است، به شما معرفی می‌شود.

- یک فنجان سرکه

- نصف فنجان نمک

- ۳ قطره اسانس درخت چای

لباس‌ها را در داخل ماشین لباس‌شویی قرار داده و آن‌قدر به آنها آب گرم اضافه کنید که روی آنها را بگیرد. تمام مواد فوق را با یکدیگر مخلوط کرده و آنها را به ماشین لباس‌شویی اضافه کنید. اجازه دهید لباس‌ها یکی دو ساعت خیس بخورند. سپس آنها را طبق روال معمول بشویید.

اسپری لکه‌بر همه‌کاره

از آنجا که در لباس‌شویی تمام لباس‌ها به‌خوبی شسته می‌شوند و لکه‌ای باقی نمی‌ماند، بهتر است چند بطری اضافه تهیه کنید و محلول معرفی‌شده در این فرمول را داخل آنها ریخته و این بطری‌ها را در دست‌شویی و آشپزخانه قرار دهید تا دم‌دست شما باشند.

- یک چهارم فنجان صابون مایع ساخته‌شده از روغن‌های گیاهی

- یک چهارم فنجان گلیسرین

- ۲ قاشق سوپ‌خوری «براکس»

- ۱۰ قطره اسانس نعناع بیابانی یا درخت چای

- یک و سه چهارم فنجان آب

تمام مواد فوق را در یک بطری دارای سر آب‌پاش ریخته و آن را خوب تکان دهید تا این مواد به خوبی با یکدیگر مخلوط شوند. مقدار زیادی از محلول را بر روی لکه اسپری کنید. سپس لباس‌ها را طبق روال معمول بشویید.

لکه‌بر فوری

هر آن ممکن است لکه‌ای بر روی لباس‌های شما بیافتد ولی این لکه‌بر فوری کاری می‌کند که حتی به‌خاطر نیاورید که لکه‌ای بر روی لباس‌تان وجود داشته است.

- ۲ قاشق سوپ‌خوری کرم «تارتر»

- ۲ قطره اسانس نعناع بیابانی، اکالیپتوس یا لیمو

- آب

تمام مواد فوق را در یک فنجان کوچک با هم مخلوط کنید. به اندازه‌ای در داخل فنجان آب بریزید که مخلوط حاصل حالت خمیری پیدا کند. خمیر را بر روی لکه موردنظر بمالید و قبل از شستشو اجازه دهید تا کاملاً خشک شود.

◀ معرفی چند نرم‌کننده طبیعی (گیاهی)

به چندین دلیل، انتخاب سرکه به‌عنوان نرم‌کننده لباس، انتخاب مطلوبی به‌شمار می‌آید: این ماده غیرسمی است، رسوب به‌جای‌مانده از صابون را در مرحله آب‌کشی کاملاً برطرف می‌کند و از ایجاد چسبندگی در خشک‌کن ماشین لباس‌شویی جلوگیری می‌کند. نکته قابل‌توجه، امکان استفاده از انواع سرکه‌ها با بوهای متفاوت است. اسانس‌های گیاهی طبیعی می‌توانند موجب لطافت و پاکیزگی بیشتر و ایجاد رایحه گل‌ها، بوی جنگل یا بوی ادویه‌های معطر در لباس‌های شما شوند. بنابراین، می‌توانید از هر

مواد فوق را در یک ظرف پلاستیکی سنگین با هم مخلوط کنید. در هر بار استفاده می‌توانید یک فنجان از این محلول را در مرحله آب‌کشی به داخل مخزن نرم‌کننده ماشین لباس‌شویی بریزید.

نرم‌کننده لباس با بوی لیمو

هیچ رایحه‌ای مانند رایحه لیمو حس تازگی را تداعی نمی‌کند.

- ۶ فنجان سرکه

- یک فنجان آب

- یک فنجان جوش شیرین

- ۱۵ قطره اسانس لیمو یا گورگیاه

مواد فوق را در یک ظرف پلاستیکی سنگین با هم مخلوط کنید. در هر بار استفاده می‌توانید یک فنجان از این محلول را در مرحله آب‌کشی به داخل مخزن نرم‌کننده ماشین لباس‌شویی بریزید تا لباس‌ها به معنای واقعی بوی تازگی لیمو را بگیرند.

«درایر شیت‌ها»

استفاده از «درایر شیت‌ها» ایده‌ای خلاقانه و در عین حال ساده است. «درایر شیت‌های» طبیعی را می‌توان با استفاده از یک تکه پارچه نخی و ۳ تا ۵ قطره اسانس دلخواه درست کنید. استفاده بیش از حد از اسانس‌های گیاهی ممکن است موجب ایجاد لکه بر روی لباس‌های شسته‌شده شوند. در اینجا چند ترکیب جالب معرفی می‌شوند که می‌توانید هر یک از آنها را امتحان کنید:

✓ اسانس سدر و نعناع هندی برای ایجاد یک رایحه مردانه با بوی جنگل

✓ رزماری و آویشن برای ایجاد رایحه‌ای طبیعی (زمینی)

✓ شمعدانی و بهار نارنج برای ایجاد رایحه گل‌ها

✓ نعناع بیابانی و اکالیپتوس برای کسانی که زیاد سرما می‌خورند

✓ یاسمن و «یلانگ یلانگ» برای ایجاد رایحه‌ای رومانتیک

اسانسی که رایحه آن موجب آرامش خاطراتان می‌شود، استفاده کنید.

اضافه کردن یک یا دو پیمانه سرکه در مرحله آب‌کشی لباس‌های سفید، اثر فوق‌العاده‌ای را به همراه خواهد داشت، ولی استفاده بیش از این مقدار ممکن است موجب تغییر رنگ برخی از پارچه‌ها، به خصوص، ابریشم مصنوعی شود. پس لازم است زمانی که از فرمول‌های زیر استفاده می‌کنید، جنس و رنگ پارچه لباس را مدنظر داشته باشید.

نرم‌کننده لباس‌ها با بوی اسطوخدوس

هیچ فرمولی آسان‌تر از فرمول زیر نیست، محلولی که هم معطر است، هم موثر.

- یک گالن سرکه

- ۲۰ قطره اسانس اسطوخدوس

تنها کافی است اسانس اسطوخدوس را داخل گالن سرکه بریزید تا یک نرم‌کننده لباس فوری داشته باشید. به همین سادگی! قبل از هر بار استفاده، گالن را خوب تکان دهید. اگر حجم لباس‌های کثیف زیاد است، یک فنجان از این محلول نرم‌کننده را در مرحله آب‌کشی به داخل مخزن ماشین لباس‌شویی بریزید. اگر حجم لباس‌های کثیف خیلی زیاد نیست، نصف فنجان از این محلول را در مرحله آب‌کشی به مخزن نرم‌کننده ماشین لباس‌شویی اضافه کنید.

نرم‌کننده لباس با بوی نعناع تازه

با استفاده از این فرمول می‌توانید بوهای بد مانده بر روی لباس‌ها را برطرف کنید.

- یک گالن سرکه

- ۱۰ قطره اسانس نعناع بیابانی

1-Dryer Sheet = درایر شیت‌ها شبیه گاز استریل و به اندازه یک برگ دستمال کاغذی هستند. این محصولات در هنگام شستشوی لباس‌ها با ماشین لباس‌شویی در داخل لباس‌ها قرار داده می‌شوند تا ضمن نرم کردن و جلوگیری از چسبیدن لباس‌ها به یکدیگر، موجب خوش‌بوئی آنها هم بشوند.

این لکه‌ها، بدترین نوع لکه‌های موجود هستند، مانند لکه‌های شربت‌های قرمز، نوشابه، خون و جوهر. ولی قبل از آن که لباس‌های لک‌شده را دور یا داخل لباس‌های کثیف بیاندازید، یکی از فرمول‌های گیاهی معرفی‌شده در این قسمت را برای برطرف کردن لکه به کار برید. اگر لکه در همان بار اول برطرف نشد، می‌توانید فرآیند لکه‌بری را چند بار تکرار کنید. در هر صورت، به این نکته توجه داشته باشید که اگر لباس شما در هوا خشک شد ولی هنوز لکه بر روی آن دیده می‌شود، هرگز آن را داخل ماشین لباسشویی نیااندازید چون در این حالت ممکن است لکه به‌صورت دایم بر روی لباس شما باقی بماند.

در این قسمت، فهرستی از دردرسازترین انواع لکه‌ها و راه‌های برطرف کردن آنها ارائه می‌شوند. برخی از لکه‌برهای معرفی‌شده در این قسمت از چای‌ها و سایر عصاره‌های گیاهی ساخته شده‌اند، در حالی که برخی دیگر از آنها از مواد طبیعی‌ای ساخته می‌شوند که به آسانی می‌توانید آنها را تهیه کنید.

غذاهای مخصوص کودکان. هر کسی که تا به حال از کودکی مراقبت کرده است، با انواع لکه‌های غذاهای کودکان که بر روی لباس‌های آنها می‌افتند، مواجه شده است. بدترین نوع این لکه‌ها، لکه‌های ناشی از غذاهایی هستند که پایه آنها روغن سویا است. برخی از این لکه‌ها را می‌توان بلافاصله پس از آن که بر روی لباس بچه‌ها می‌افتند، پاک کرد، ولی در اغلب موارد پس از آن که لباس‌های لکه‌دار شسته می‌شوند، جای آنها به صورت دایره‌ای کم‌رنگ بر روی آنها باقی می‌ماند. برای از بین بردن جای لکه‌ها پس از شستشوی لباس‌ها می‌توانید از مخلوطی از سرکه و چند قطره آب سیر استفاده کنید و این مخلوط را بر روی لکه بچکانید. این فرمول به شکستن پروتئین موجود در این لکه‌ها و برطرف کردن آنها از روی لباس‌ها کمک می‌کند. تردکننده گوشت نیز همین کار را انجام می‌دهد. مدت‌ها قبل فهمیدم که پاک‌کننده‌های لباس‌های کودکان - که اساسا ترکیبی از الکل، یک ماده تمیزکننده ملایم و نرم‌کننده هستند - به خوبی قادر به پاک

✓ پرتقال شیرین و لیمو برای ایجاد رایحه‌ای نیروبخش و تازه‌کننده

✓ بابونه و زوفا برای ایجاد رایحه‌ای آرامش‌بخش (که به بی‌خوابی هم کمک می‌کند)

۳ تا ۵ قطره از اسانس موردعلاقه خود را بر روی یک تکه پارچه نخی (حدود ۲۴ سانتی‌متر مربع) بریزید. این تکه پارچه را به همراه لباس‌هایی که باید شسته شوند داخل ماشین لباسشویی بیااندازید. می‌توانید ۲ تا ۳ بار از همان تکه پارچه استفاده کنید و هر بار ۳ قطره اسانس جدید روی آن بریزید. لباس‌ها را طبق روال معمول بشویید.

آهار زدن به لباس‌ها

در اینجا یک جایگزین سریع برای آهارهای تجاری که با استفاده از مواد شیمیایی ساخته می‌شوند، معرفی می‌گردد.

- یک فنجان آب

- ۲ قاشق سوپ‌خوری نشاسته ذرت

- ۲ قطره اسانس گیاهی موردنظر (سعی کنید برای رنگ‌های روشن از اسانس‌های شفاف‌ی مانند اسانس درخت‌چای استفاده کنید)

- نصف فنجان چای سیاه خنک‌شده (فقط برای رنگ‌های تیره‌تر)

تمام مواد فوق را در یک بطری دارای سر آب‌پاش با هم ترکیب کنید. قبل از هر بار استفاده، بطری را خوب تکان دهید. مقدار کمی از محلول حاصل را هنگام اتو زدن بر روی پارچه اسپری کنید.

◀ راه حل برخی از مشکلات لباسشویی (پاک کردن لکه‌ها)

برخی اوقات لباس‌ها به دلایلی لک می‌شوند. نمی‌توانیم انتظار داشته باشیم هیچ‌وقت لباس‌هایمان لک نشوند. در برخی از موارد،

روال معمول بشویید.

موم شمع. ابتدا چند قالب یخ روی موم بمالید تا سفت شود، سپس تا جایی که می‌توانید موم‌های سفت‌شده را بکنید. در مرحله بعد، قسمت لک‌شده را بین دستمال‌های حوله‌ای قرار داده و با اتوی گرم روی آن فشار وارد کنید. بدین ترتیب، موم باقی‌مانده بر روی لباس توسط دستمال‌های حوله‌ای جذب می‌شود. به طور مداوم دستمال حوله‌ای‌ها را برداشته و جایگزین کنید تا موم جذب‌شده توسط آنها به داخل لباس بازنگردد. آن‌قدر این کار را تکرار کنید که دستمال حوله‌ای‌ها دیگر موم را به خود جذب نکنند. سپس باقیمانده لکه را با یک تکه پنبه که گلیسرین بر روی آن مالیده شده پاک کرده و طبق روال معمول آن را بشویید.

آدامس. اگر آدامس به لباس شما چسبید، لباس خود را در یک کیسه پلاستیکی قرار داده و آن را به مدت ۳۰ تا ۴۵ دقیقه درون فریزر قرار دهید. بعد از این مدت آدامس باید به صورت یک‌جا کنده شود، ولی اگر قسمتی از آن بر روی لباس باقی ماند، لباس را قبل از شستن در لگنی محتوی سرکه قوی و خالص بخیسانید.

شکلات. با استفاده از «براکس» و آب خمیری درست کرده و آن را بر روی لکه بمالید. اجازه دهید لکه خشک شود. سپس آن را طبق روال معمول بشویید.

چای و قهوه. بلافاصله لباس را با آب سرد پرفشار بشویید. سپس، قبل از شستن در ماشین لباس‌شویی، آن را در محلولی از «براکس» و آب بخیسانید.

تخم مرغ. ابتدا باقیمانده خشک‌شده تخم مرغ را از روی لباس تراشیده و پاک کنید. سپس لکه باقیمانده را با مخلوطی از ۲ قاشق سوپ‌خوری آب لیمو و ۳ قطره اسانس لیمو یا پرتقال شیرین بخیسانید. پس از این مرحله، لباس را با آب سرد بشویید.

کردن این نوع لکه‌ها هستند، البته به شرطی که بلافاصله پس از افتادن لکه بر روی لباس مورد استفاده قرار گیرند. از سوی دیگر، این پاک‌کننده را می‌توان به راحتی برای بیشتر پارچه‌ها به کار برد. در موقع پاک کردن لکه‌های ناشی از ریختن غذای کودکان بر روی لباس آنها، با توجه به نوع پارچه و میزان کهنگی لکه تشکیل‌شده بر روی آن، بهترین روش را انتخاب کنید.

لکه شاتوت و توت فرنگی. اگر لکه تازه است، یک تکه لیمو را چندین بار روی آن بمالید. اگر لکه قدیمی است، بر روی آن گلیسرین مالیده و ۳۰ دقیقه صبر کنید. سپس آن را با آب شسته و اجازه دهید با جریان هوا خشک شود. اگر لکه باز هم پاک نشد، یک قاشق پر نشاسته ذرت، ۲ قطره اسانس اکالیپتوس و یک قاشق سوپ‌خوری گلیسرین را با هم مخلوط کنید. سپس به اندازه‌ای به آن آب اضافه کنید که یک خمیر شکل بگیرد. یک لایه کلفت از این خمیر را روی لکه پخش کنید. سپس، بدون آن که لباس را بشویید، آن را در آفتاب بیاندازید تا خشک شود. در صورت لزوم، باز هم این خمیر را بر روی لکه بمالید. هر وقت که لکه برطرف شد، لباس را طبق روال معمول بشویید.

لکه خون. بلافاصله لباس را با آب سرد بشویید. در صورت لزوم، اجازه دهید پارچه به مدت چند ساعت در مخلوطی از صابون رخت‌شویی و آب خیس بخورد. برای لباس‌های رنگ روشن، سعی کنید لکه خون روی آنها را با یک پارچه نرم مرطوب‌شده با آب اکسیژنه پاک کنید. سپس لباس را در آفتاب بیاویزید و آن‌قدر به لکه روی آن آب اکسیژنه بمالید تا هیچ اثری از آن باقی نماند. اجازه دهید لباس خشک شود، سپس آن را طبق روال عادی بشویید.

کره معمولی یا مارگارین. با ترکیب یک قاشق سوپ‌خوری جوش شیرین، ۲ قطره اسانس لیمو، لیمو ترش یا پرتقال و آب، خمیری را درست کرده و آن را بر روی لکه مالیده و بگذارید آن‌قدر روی آن بماند تا کاملاً خشک شود. سپس لباس را طبق

سبزی. ابتدا لباس را در سرکه بخیسانید. سپس جوش شیرین و آب را با هم مخلوط کنید تا خمیری تشکیل شود. خمیر مذکور را روی لکه بمالید. در مرحله آخر، لباس را با آب گرم بشویید.

چربی. لکه را با مخلوطی از ۲ قاشق چای‌خوری آرد گندم، ۲ قاشق چای‌خوری نمک و به همان اندازه جوش شیرین بپوشانید. اجازه دهید این مخلوط به مدت ۳۰ دقیقه یا بیشتر بر روی لکه بماند تا هر چه بیشتر چربی جذب کند. سپس، آن را پاک کنید. آثار باقیمانده لکه را در محلولی متشکل از نصف فنجان سرکه، ۵ قطره اسانس لیمو یا پرتقال یا عصاره دانه گریپ‌فروت و یک چهارم فنجان آب بخیسانید تا لکه برطرف شود. اگر جنس پارچه مقاوم است، آن را با آب گرم بشویید.

جوهر. یک پارچه را زیر لباس قرار دهید و لکه را به‌طور مداوم با اسانس رقیق‌نشده اکالیپتوس خیس کنید تا لکه جوهر حل و کم‌رنگ شود. در این حالت، رنگ جوهر به پارچه زیری انتقال می‌یابد. تا جایی که می‌توانید لکه را با این روش پاک کنید. سپس قبل از شستشوی نهایی پارچه، آن را در محلولی به نسبت مساوی شیر و سرکه بخیسانید.

ملحفه‌ها. اگر ملحفه‌ها به‌مدت طولانی در صندوقچه یا کمد نگهداری شوند، ممکن است رنگ آنها زرد شود. بهترین راه برای جلوگیری از بروز این حالت، این است که ملحفه‌ها را قبل از انبار کردن در کمد یا هر جای دیگر، به‌دقت با کاغذ بدون اسید بپوشانید. اگر ملحفه‌ها زرد شده‌اند، می‌توانید آنها را در یک محلول چای ساخته‌شده از ۲ یا ۳ ساقه ریواس تازه و ۳ فنجان آب جوش بخیسانید. پس از خیس خوردن ملحفه‌ها، آنها را در آفتاب بیاندازید تا خشک شوند. این کار را آن‌قدر تکرار کنید که لکه‌های زرد روی ملحفه‌ها پاک شوند. راه دیگر، استفاده از یک فنجان آب لیموی رقیق‌شده در ۲ فنجان آب به جای چای ریواس است.

قارچ و کپک. برخی اوقات که به ساحل می‌روید، ممکن است حوله‌ها یک روز تمام در ساک شما باقی بمانند یا لباس‌هایی را که هنوز مرطوب هستند، درون کمد قرار دهید که این وضعیت ممکن است منجر به شکل‌گیری لکه‌های قارچ و کپک بر روی حوله‌ها و لباس‌ها شوند. برای از بین بردن این لکه‌ها، ابتدا آنها را در محلولی متشکل از یک چهارم فنجان سرکه، یک قاشق سوپ‌خوری نمک و ۶ قطره اسانس درخت چای بخیسانید. سپس آنها را طبق روال معمول بشویید.

خردل. خردل حاوی زردچوبه و دارای رنگ زرد روشن است. برای از بین بردن لکه ناشی از ریختن خردل بر روی لباس، کمی گلیسرین روی آن بمالید و ۳۰ دقیقه صبر کنید. سپس لکه را با یک صابون رخت‌شویی (مایع یا پودری) به آرامی ماساژ دهید. در انتها، لباس را طبق روال معمول بشویید.

روغن. با دقت روغن اضافی روی لباس را با هر وسیله‌ای (مثل قاشق) جمع کنید، سپس کلیه مراحل را که در قسمت لکه‌های چربی گفته شد، دنبال کنید.

رنگ. میزان موفقیت شما در پاک کردن لکه‌های رنگ از روی لباس‌ها تا حد زیادی به نوع رنگ ریخته‌شده بر روی لباس بستگی دارد. رنگ‌های «لاتکس» (پلاستیک) را می‌توان به آسانی با شستشوی لباس در آب داغ و صابون پاک کرد. ولی رنگ‌های روغنی کاملاً متفاوت‌اند و اگر بلافاصله آنها را بشویید، امکان موفقیت شما بیشتر است. برای این کار، الکل را بر روی لکه مالیده، سپس چندین بار لباس را در محلولی از سرکه و شیر داغ به نسبت مساوی فرو برید.

خودکار. ممکن است در ابتدا، لکه‌های باقیمانده از خودکار را چندان جدی نگیرید، ولی برخی از آنها بسیار مقاوم‌اند و پس از

موجب گسترش لکه می‌شود. به جای آب، یک پارچه نرم و تمیز را به گلیسرین آغشته کرده و روی لکه بکشید تا ذرات واکس تا حد امکان از الیاف پارچه جدا شوند. سپس لباس را طبق روال معمول بشویید.

قیر. اگر قیر تازه به لباس تان مالیده شد، نخست با یک چاقو که لبه آن را داغ کرده‌اید، قیرهای سطحی را از روی لباس تان بردارید. اگر لکه قیر به جای مانده بر روی لباس خشک شده باشد، ابتدا باید با گلیسرین یا روغن زیتون آن را نرم کنید. سپس لباس را روی چندین دستمال حوله‌ای تاشده قرار دهید و ۲ تا ۳ قطره اسانس اکالیپتوس روی آن بریزید. دستمال‌های حوله‌ای به تدریج قیری را که در حال تجزیه شدن است به خود جذب می‌کنند. بنابراین، در صورت لزوم آنها را جایگزین کنید. طی این مدت هم‌چنان با چاقو، قیری را که به تدریج ور می‌آید، از روی لباس بتراشید. این کار را آن‌قدر تکرار کنید تا قیر به‌طور کامل از روی لباس پاک شود.

آب انگور یا سرکه قرمز. بلافاصله لباس را با آب سرد بشویید. سپس همان دستورالعملی را که برای پاک کردن لکه‌های شاتوت در قسمت‌های قبلی ذکر شده است را دنبال کنید.

◀ تمیز کردن اسباب و وسایل چوبی

لارم نیست هر بار که به گردگیری مبلمان و اثاثیه منزل می‌پردازید، از روغن‌های مخصوص برای براق کردن آنها استفاده کنید. در واقع، برخی از این وسایل چوبی اصلاً به روغن نیاز ندارند و فقط کافی است آنها را با یک پارچه مرطوب گردگیری کنید. روغن زدن به مبلمان و سایر وسایل چوبی به جنس لایه روکار آنها بستگی دارد، البته اگر روکاری داشته باشند.

از آنجا که امروزه بیشتر مبلمان‌هایی که ساخته می‌شوند دارای یک لایه روکار هستند که روغن را به خود جذب نمی‌کند، هدف اصلی باید برطرف کردن کثیفی و گرد و خاک از روی آنها باشد، نه به جای گذاشتن یک لایه روغنی بر سطح آنها که گرد و غبار

شستشو پاک نمی‌شوند. راه حل بسیار آسان است: قبل از شستشو، این لکه‌ها را با پاک‌کن پاک کرده یا حداقل کمرنگ کنید.

زنگ. یک راه برای از بین بردن لکه زنگ این است که ابتدا به وسیله نمک و آب‌لیمو یک خمیر درست کنید. این خمیر را روی محل لکه مالیده و بگذارید چندین دقیقه روی آن باقی بماند. سپس روی لکه آب‌جوش بریزید. روش دیگر این است که لباس را در محلولی متشکل از یک لیتر آب و یک قاشق سوپ‌خوری کرم «تارتر» بجوشانید. یک روش قدیمی ولی ثابت‌شده نیز برای پاک کردن لکه‌های زنگ وجود دارد و آن این است که لباس را در یک چای سرد ساخته‌شده از ۲ تا ۳ ساقه ریواس تازه و ۳ فنجان آب جوش بخیسانید.

سس سالاد. لباس را در محلولی متشکل از نصف فنجان سرکه، نصف فنجان آب لیمو و ۶ تا ۸ قطره اسانس پرتقال شیرین، اکالیپتوس یا درخت‌چای فرو برده و بگذارید ۳۰ دقیقه در آن خیس بخورد. سپس طبق روال عادی لباس را بشویید و اگر جنس آن محکم است، از آب گرم استفاده کنید.

لکه‌های ناشی از سوختگی سطحی لباس. اگر لباس تان رنگ روشن است، قسمت بسیار کوچکی از آن را با آب اکسیژنه بشویید. اگر صدمه‌ای به پارچه وارد نیامد، کل پارچه را با آب اکسیژنه مرطوب کرده و آن را در معرض نور مستقیم آفتاب آویزان کنید تا خشک شود. آن‌قدر محل لکه را با آب اکسیژنه مرطوب کنید تا لکه پاک شود. برای لباس‌های تیره‌تر، بر روی لکه گلیسرین بمالید و بگذارید تمام شب به این صورت باقی بماند. سپس لباس را طبق روال عادی بشویید. اگر پس از شسته شدن لباس، هر گونه رسوبی از گلیسرین بر روی آن باقی ماند، می‌توانید آن قسمت از لباس را با صابون روغن زیتون مایع شسته و کل آن را آب بکشید.

واکس کفش. استفاده از آب یا هر مایع دیگری در این مورد تنها

یا محلول گردگیری مرطوب‌کننده (که در ادامه همین نشریه توضیح داده شده‌اند) و یک پارچه تمیز کنید. همان‌طور که در قسمت کف چوبی خانه و مبلمان و سایر وسایل چوبی گفته شد، هر فرمولی را که می‌خواهید مورد استفاده قرار دهید، ابتدا بر روی قسمت کوچکی که جلوی چشم نیست، امتحان کنید.

تمیزکننده‌های چوب

فرمول‌هایی که در این قسمت ارائه شده‌اند، مخصوص مبلمان و وسایل چوبی‌ای هستند که دارای روکار محکم بوده و سطح آنها باید خیلی خوب تمیز شود، مانند اقلام چوبی‌ای که در پارکینگ خانه قرار دارند یا آنهایی که مدت‌ها است در انبار خانه نگهداری شده‌اند. اگر با استفاده از این محلول‌ها نتوانستید سطح این وسایل را برق ببندازید، شاید زمان آن رسیده که رویه آنها را عوض کنید.

پاک‌کننده معطر برای تمیز کردن چوب‌ها

این فرمول معطر تمام کثیفی‌ها و جرم‌های چسبیده به سطح وسایل چوبی را پاک می‌کند. با استفاده از اسانس ترنج یا شمعدانی می‌توانید عطر گل را نیز به این فرمول بیافزایید.

- نصف فنجان آب لیمو

- یک قاشق چای‌خوری صابون روغن زیتون مایع

- ۴ قطره عصاره ترنج، شمعدانی یا پرتقال شیرین

تمام مواد فوق را در یک بطری کوچک دارای سر آب‌پاش با یکدیگر مخلوط کنید. ابتدا محلول حاصل را بر روی سطح چوب پاشیده و آن را با یک پارچه مرطوب تمیز کرده، سپس با یک پارچه تمیز خشک پاک کنید.

پاک‌کننده چوب با رایحه تمشک

از این محلول میوه‌ای برای تمیز کردن چوب استفاده کنید تا مبلمان و وسایل چوبی کدر و کثیف شما به زندگی بازگردند.

را به خود جذب کند. با این وجود، برخی مبلمان‌های قدیمی لایه روکار ندارند و هر چند وقت یک‌بار، روغن زدن به این مبلمان می‌تواند مفید باشد. همیشه قبل از روغن زدن به مبلمان، ماده تمیزکننده یا روغن چوب را بر قسمت‌هایی از مبلمان که اصلاً جلوی چشم نیستند، مانند قسمت داخلی پایه مبلمان یا تخته زیر آن، امتحان کنید. انجام این کار بسیار مهم است، زیرا برخی از اسانس‌های گیاهی ممکن است اثر معکوسی را بر انواع خاصی از روکارهای مبلمان داشته باشند.

تمام مواردی که در بالا ذکر شد، برای مصالح چوبی‌ای که برای کف‌سازی خانه‌ها به کار می‌روند نیز کاربرد دارند- سطح چوبی کف برخی از خانه‌ها دارای روکارهای نفوذناپذیری هستند، در حالی که بعضی از آنها نیز دارای چنین روکاری نیستند و نفوذپذیراند. اگر کف چوبی خانه دارای ظاهری براق، صیقلی و جلادار است، به احتمال زیاد یک لایه یا پوشش جلادهنده، مانند پلیمر مصنوعی «پلی یورتان»^۱ بر روی آن کشیده شده است. برای تمیز کردن این نوع کف‌سازی‌ها، کافی است که به طور منظم آنها را با صابون‌های مایع گیاهی ویژه تمیز کردن چوب تمیز کرد. این صابون‌ها می‌توانند کثیفی کف خانه را برطرف کرده و آن را برق ببندازند. اگر پس از نظافت، کف خانه خوب تمیز نشد یا برق نیفتاد، شاید باید لایه روکار آن عوض شود. اگر دست خود را بر سطح کف خانه کشیدید و احساس کردید که حالت چرب و روغنی دارد، به احتمال زیاد سطح آن نفوذپذیر است و هر چند وقت یک‌بار باید برای محافظت بیشتر، آن را واکس بزنید.

قاب‌ها و چارچوب‌های چوبی را با احتیاط تمیز کنید زیرا به کار بردن نادرست مایعات تمیزکننده می‌تواند منجر به آسیب رساندن به این قسمت‌ها شود. بیشتر قاب‌ها و چارچوب‌های چوبی را می‌توان تنها با استفاده از یک پارچه نرم گردگیری کرد. با این وجود، اگر سطح قاب یا چارچوب دارای روکار روغنی باشد، می‌توانید آن را با استفاده از محلول گردگیری با رایحه سدر

- یک قاشق سوپ‌خوری برگ‌های تازه تمشک

- یک فنجان آب جوش

- نصف فنجان سرکه

- نصف فنجان آب لیمو

برگ‌های تمشک را در آب‌جوش ریخته و بگذارید ۲۰ دقیقه خیس بخورند. سپس محلول حاصل را صاف کنید. محلول صاف‌شده را به همراه سرکه و آب لیمو در یک بطری دارای سر آب‌پاش بریزید. بطری را خوب تکان دهید. یک پارچه نرم را با محلول فوق مرطوب کنید و به آرامی بر روی سطوح چوبی بمالید تا کثیفی موجود در سطح آنها نرم و تا حد امکان برطرف شوند. سپس یک پارچه تمیز دیگر را برداشته و آن را با آب مرطوب کنید و بر روی سطوح چوبی بکشید تا هرگونه کثیفی باقیمانده بر روی آنها کاملاً پاک شود. در مرحله آخر هم سطوح چوبی را با یک حوله تمیز خشک کنید.

◀ محلول‌های مفید برای گردگیری سطح چوبی

فرمول‌هایی که در این قسمت معرفی می‌شوند برای گردگیری مرتب بسیار مفیداند و بوی بسیار خوبی هم دارند. می‌توانید با توجه به جنس چوب، هر کدام از این فرمول‌ها را که دوست دارید، انتخاب کنید.

محلول گردگیری با رایحه لیمو

این دستورالعمل تنها برای ساخت محلولی برای یک بار استفاده کافی است. شما می‌توانید مقادیر بیشتری از این محلول را درست کنید، ولی وجود آب لیمو در این محلول ایجاب می‌کند که آن را در یخچال نگهداری کنید. اگر می‌خواهید حجم بیشتری از این محلول را درست کرده و آن را در بطری دارای سر آب‌پاش در یخچال نگهداری کنید، مقدار دم‌کرده بادرنجبویه آن را به ۲ فنجان افزایش دهید، آب لیموی این فرمول را حذف کرده و به

جای آن اسانس لیمو را به ۲۰ قطره افزایش دهید.

- یک چهارم فنجان آب لیمو

- یک هشتم فنجان دم‌کرده (چای) بادرنجبویه سرد

- ۲ قطره اسانس آویشن

- ۴ قطره اسانس لیمو

تمام مواد فوق را در یک بطری دارای سر آب‌پاش ریخته و آن را خوب تکان دهید. محلول حاصل را بر روی سطح چوبی موردنظر اسپری کرده و با یک پارچه تمیز روی آن را پاک کنید.

محلول گردگیری با رایحه سدر

این محلول برای تمیز کردن قفسه‌های کتاب‌خانه، میزهای پیش‌دستی، کابینت‌های آشپزخانه و میز عتیقه ناهارخوری بسیار مناسب است. اسانس پرتقال شیرین که در این محلول وجود دارد، نقش مکمل را بازی می‌کند. مقدار موادی که در این قسمت معرفی شده‌اند، برای پر کردن یک بطری بزرگ دارای سر آب‌پاش کافی است.

- یک چهارم فنجان صابون روغنی

- سه چهارم فنجان آب

- ۵ قطره اسانس پرتقال شیرین یا نعنای هندی

- ۱۵ تا ۲۰ قطره اسانس سدر

تمام مواد فوق را در یک بطری دارای سر آب‌پاش ریخته و آن را خوب تکان دهید. محلول حاصل را بر روی سطح چوبی موردنظر اسپری کرده و با یک پارچه نرم و خشک روی آن را پاک کنید.

محلول گردگیری مرطوب‌کننده

این فرمول به‌ویژه برای تقویت و تازه کردن وسایل چوبی قدیمی و خشک بسیار مناسب است. ولی سعی کنید از این محلول زیاد بر روی چوب نمالید چون چربی بیش از حد بر روی چوب موجب جذب گرد و خاک زیادی می‌شود. مقدار روغن «تخم بزرک»

و اسانس گیاهی طبیعی باید بر اساس مساحت سطحی که می‌خواهید آن را پرداخت کنید، انتخاب شود.

- یک هشتم فنجان روغن تخم بزرک

- ۳ قطره اسانس لیمو یا پرتقال شیرین

مواد فوق را داخل یک فنجان کوچک ریخته و آن را تکان دهید تا خوب مخلوط شوند. در هنگام استفاده، مقدار کمی از این محلول را بر روی سطح چوب ریخته و آن را با یک پارچه خشک به‌خوبی بر روی سطح چوب بمالید. سپس سطح چوب را با یک پارچه خشک پاک کنید تا باقیمانده روغن از روی آن پاک شود.

◀ براق کننده‌ها، شوینده‌ها و پولیش‌های سطوح چوبی

چوبی

می‌توانید مقادیر بیشتری از فرمول‌های زیر را تهیه کنید و آنها را در یک قوطی قهوه یا ظرف شیشه‌ای دارای درپوش پیچی بریزید. همیشه به‌خاطر داشته باشید که قبل از هر بار استفاده ظرف را خوب تکان دهید و بعد از این کار، محلول داخل آن را روی پارچه بریزید. می‌توانید با استفاده از یک مسواک قدیمی یا قلم‌موی رنگ، محلول را روی پارچه‌ای که با آن می‌خواهید روی چوب کار کنید، بمالید. این آسان‌ترین و تمیزترین راه ممکن برای انجام این کار است.

پولیش چوب گیاهی

این فرمول دارای عطر گیاهی خاصی است که بوی آن روی چوب باقی می‌ماند.

- یک چهارم فنجان روغن بزرک

- ۳ قطره اسانس اسطوخدوس یا رزماری

مواد زیر را داخل یک کاسه بریزید. یک لایه نازک از آن را با

استفاده از یک برس یا پارچه بر روی چوب بمالید. با یک پارچه نرم و با حرکات دورانی محلول را بر روی سطح چوب بمالید. در پایان، با یک پارچه خشک روی سطح چوب را تمیز کنید.

پولیش چوب گردویی - لیمویی

اگر قصد دارید مقدار بیشتری از این پولیش درست کنید و آن را نگه دارید، به جای آب لیمو از ۱۵ قطره اسانس لیمو استفاده نمایید.

- یک هشتم فنجان روغن گردو

- یک هشتم فنجان روغن بزرک

- یک چهارم فنجان آب لیمو

تمام مواد فوق را در یک کاسه با یکدیگر مخلوط کنید (در صورت ساخت مقادیر زیاد، آن را در یک قوطی قهوه تمیز دردار بریزید). یک لایه نازک از آن را با استفاده از یک برس یا پارچه بر روی چوب بمالید. با یک پارچه نرم و با حرکات دورانی محلول را بر روی سطح چوب بمالید. در پایان، با یک پارچه خشک روی سطح چوب را تمیز کنید.

خمیر چوب با اسانس اسطوخدوس و موم «کارنائوبا»^۱

واکس یا موم «کارنائوبا» به سختی پیدا می‌شود. زمانی که این ماده با روغن مخلوط می‌شود، یک احیاءکننده عالی برای چوب به شمار می‌آید.

- ۲ قاشق سوپ‌خوری تکه‌های موم «کارنائوبا»

- یک فنجان روغن زیتون، گردو، بادام یا بزرک (کتان)^۲

- ۶ قطره اسانس اسطوخدوس

موم «کارنائوبا» و روغن بزرک را در داخل یک ظرف ریخته و به‌آرامی ظرف را گرم کنید و مواد داخل آن را آن‌قدر هم بزنید

۱- Carnauba = موم زرد رنگ یا قهوه‌ای رنگ سختی که از برگ‌های نخل برزیلی به دست می‌آید و از آن برای ساختن واکس و براق کننده کف خانه استفاده می‌شود.

۲- روغن بزرک یا روغن کتان یک روغن گیاهی است که از دانه‌های رسیده گیاه بزرک یا کتان (Linum Usitatissimum) به دست می‌آید.

تا کاملاً آب شوند. سپس ظرف را از روی شعله برداشته و اسانس گیاهی را به آن اضافه کنید و خوب آنها را مخلوط کنید. محلول حاصل را داخل یک لیوان یا ظرف کوچک ریخته و اجازه دهید کاملاً سرد شود. هنگام استفاده، می‌توانید خمیر را با یک پارچه نرم خشک با حرکات دورانی ریز بر روی چوب بمالید. سپس با یک پارچه خشک، خمیر را بر روی سطح چوب خوب پرداخت کنید.

پولیش چوب قدیمی با استفاده از موم زنبور عسل

این فرمول برای استفاده بر روی کارهای چوبی با کیفیت بالا (به ویژه مبلمان و وسایل چوبی آنتیک) که رویه نازک و قابل نفوذی دارند، مورد استفاده قرار می‌گیرد. این محلول را بر روی سطوح لاک و الکل شده، رنگ شده یا بدون روکار امتحان نکنید. یکی از اجزای تشکیل دهنده این فرمول، «تربانتین»^۱ است که باید هنگام استفاده و جابه‌جا کردن آن مراقب دست‌های خود باشید.

- ۸ اونس موم خام رنده شده

- دو و نیم فنجان «تربانتین»

- ۲ فنجان آب

- نصف فنجان آب لیمو

- ۲ اونس صابون روغن زیتون رنده شده

- ۱۵ قطره اسانس گیاهی موردنظر

موم را داخل یک ظرف ریخته و آن را به آرامی ذوب کنید. وقتی که موم کاملاً ذوب شد، آن را از روی شعله برداشته و داخل آن «تربانتین» ریخته و خوب به هم بزنید. محلول حاصل را کنار بگذارید.

در داخل یک ظرف دیگر، آب و آب لیمو ریخته و آنها را به نقطه جوش برسانید. سپس صابون رنده شده را به آن بیافزایید و محلول حاصل را آن قدر هم بزنید تا صابون کاملاً ذوب شود. این محلول را نیز کنار گذارید و اجازه دهید به مدت ۵ دقیقه سرد شود.

حالا محلول آب لیمو را به آرامی داخل محلول موم آب شده بریزید و آن را به طور مداوم هم بزنید. سپس اسانس گیاهی موردنظر را نیز به محلول فوق بیافزایید و آنها را خوب با هم مخلوط کنید. در پایان، محلول حاصل را داخل یک ظرف شیشه‌ای خالی یا قوطی حلبی ریخته و قبل از آن که در آن را ببندید، اجازه دهید کاملاً خنک شود.

یک پارچه نرم و خشک را داخل پولیش فرو برده و آن را بر روی قسمت کوچکی از سطح چوب بمالید و با حرکات دورانی ریز آن را بر روی سطح چوب پخش کنید. سپس با یک پارچه خشک دیگر این محلول را کاملاً بر روی چوب پخش کرده و آن را برق بیندازید.

محلول مخصوص شستشوی کف چوبی سخت

توجه: اگر کاشی‌های چوبی کف منزل شما شل یا لق هستند، بهتر است با دست آنها را تمیز کنید زیرا مایع اضافی موجود در تی یا زمین شور ممکن است لای درزها یا ترک‌های موجود در کف خانه نفوذ کرده و موجب شل (لق) شدن بیشتر آنها شود.

- یک و نیم فنجان آب

- یک و نیم فنجان سرکه

- ۲۰ قطره اسانس نعناع بیابانی

تمام مواد فوق را در داخل یک بطری دارای سر آب پاش ریخته و با یکدیگر مخلوط کنید. مقدار کمی از آن را بر روی بخش کوچکی از کف منزل ریخته و آن را بشوید. سپس با تی آن قسمت را خشک کنید.

واکس کف‌های چوبی با رایحه مرکبات

در این فرمول آب لیمو و اسانس طبیعی موجب تمیزی و موم و واکس «کارنائوبا» موجب برق افتادن و زنده شدن کف خانه

۱- نوعی حلال است که از مواد رزین موجود در درخت کاج به دست می‌آید این ماده از ساقه درخت کاج به دست می‌آید. تربانتین به عنوان رقیق کننده در رنگ‌ها و جلا دهنده‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد.

می‌شوند.

- یک فنجان روغن تخم بزرک

- یک چهارم فنجان آب لیمو

- ۲ قاشق سوپ‌خوری موم زنبور رنده‌شده

- ۲ قاشق سوپ‌خوری موم «کارناتوبا»

- ۶ قطره اسانس لیمو

- ۲ قطره اسانس پرتقال شیرین

- آب لیمو

روغن بزرک، یک چهارم فنجان آب لیمو و موم‌ها را داخل یک ظرف ریخته و روی شعله ملایم حرارت دهید. محلول این مواد را به‌طور مداوم هم بزنید تا کاملاً ذوب و یک‌دست شود. سپس اسانس‌های گیاهی را به محلول فوق اضافه کرده، آن را از روی شعله برداشته و داخل یک ظرف قهوه بریزید و اجازه دهید سفت شود. وقتی که واکس سفت شد، آن‌قدر بر دو طرف ظرف قهوه ضربه بزنید تا واکس از دیواره‌های آن جدا شود. حالا واکس را برداشته و مثل یک مداد رنگی مومی بر روی کف خانه بمالید. یک تکه پارچه را در آب لیمو بخیسانید. سپس آن را بچلانید و روی قسمت‌هایی که روی آن واکس مالیده‌اید، بمالید. در آخر، با یک پارچه خشک و تمیز، کف خانه را برق بیاندازید.

پولیش چوب دارای روغن مغز بادام و گردو

این محلول آن‌قدر خوش‌بو است که شاید هوس کنید آن را بخورید! (ولی این کار را نکنید.)

- یک چهارم فنجان روغن بادام

- یک چهارم فنجان روغن گردو

- ۴ قطره عصاره خالص وانیل

تمام مواد فوق را در یک کاسه با هم مخلوط کنید. لایه نازکی از پولیش را با یک برس یا پارچه بر سطح چوب بمالید. با یک پارچه نرم پولیش را با حرکات دورانی ریز برروی سطح چوب پخش کنید و آن را بسابید. در پایان با یک پارچه خشک روی سطح چوب را پاک کنید.

واکس کف‌های چوبی با رایحه چوب جنگل

با استفاده از این فرمول کف خانه شما به زیبایی برق می‌افتد و رایحه‌ای طبیعی از گیاهان جنگلی در فضا می‌پیچد.

- ۲ فنجان روغن بزرک

- یک چهارم فنجان موم «کارناتوبا»

- ۲ قاشق سوپ‌خوری موم زنبور

- یک چهارم فنجان آب لیمو

- ۸ قطره اسانس نعناع هندی

- ۱۰ قطره اسانس سدر

- آب لیمو

روغن بزرک، یک چهارم فنجان آب لیمو و موم‌ها را داخل یک ظرف ریخته و روی شعله ملایم حرارت دهید. محلول این مواد را به‌طور مداوم هم بزنید تا کاملاً ذوب و یک‌دست گردد. اسانس‌های گیاهی را به محلول فوق اضافه کرده و آن را خوب هم بزنید. سپس آن را از روی شعله برداشته و داخل یک ظرف قهوه تمیز بریزید و اجازه دهید سفت شود. وقتی که واکس سفت شد، آن‌قدر بر دو طرف ظرف قهوه ضربه بزنید تا واکس از آن جدا شود. حالا واکس را برداشته و مثل یک مداد رنگی مومی آن را بر روی کف خانه بمالید. یک تکه پارچه را در آب لیمو بخیسانید. سپس آن را بچلانید و روی قسمت‌هایی که روی آن واکس مالیده‌اید، بمالید. در آخر، با یک پارچه خشک و تمیز، کف خانه را برق بیاندازید.

مایع زمین‌شور بدون واکس

این فرمول برای کف‌های چوبی‌ای به کار می‌رود که روکار براق محافظ ندارند.

- ۲ فنجان سرکه گرم

- نصف فنجان آب لیمو

- نصف فنجان آب

- یک پیمانه صابون روغن زیتون مایع

- ۱۰ قطره اسانس گیاهی مورد نظر

دارای رو کار نباشد یا رو کار آن قابل نفوذ باشد، کمی صابون ساخته شده از روغن های گیاهی (مانند روغن زیتون) و چند قطره اسانس اکالیپتوس را روی لکه بریزید. سپس به طور مکرر با پارچه نخی یا دستمال های حوله ای تمیز روی لکه را پاک کنید.

لکه چربی بر روی مبلمان. اگر لکه روغن بر روی مبلمان ریخته شود، باید بلافاصله روی لکه نمک بریزید زیرا نمک خاصیت جذب چربی دارد. یک ساعت صبر کنید، سپس نمک ها را به کمک جارو برقی یا با استفاده از یک پارچه خشک تمیز به دقت پاک کنید. اگر جای لکه چربی بر روی چوب مبلمان باقی مانده بود، یک حوله نرم را روی لکه انداخته و با یک اتوی گرم روی آن فشار آورید- ولی مراقب باشید که چوب را نسوزانید! به طور مداوم قسمت های خشک حوله را روی لکه گذاشته یا حوله جدیدی را جایگزین آن کنید تا از رسوب مجدد چربی بر روی چوب جلوگیری کنید.

کف های چوبی رنگ شده. این قسمت ها را می توان با یک محلول متشکل از ۲ قاشق چای خوری جوش شیرین مخصوص شستشو و یک فنجان دم کرده مریم گلی یا رزماری (صاف شده و سرد) مخلوط شده با یک گالن آب گرم تمیز کرد.

خراشیدگی. برای از بین بردن خراشیدگی هایی که روی چوب های رنگ روشن افتاده اند، محلولی را به نسبت مساوی از آب لیمو و روغن زیتون (یا روغن نباتی) درست کرده و یک پارچه نرم را با آن مرطوب کرده و به آرامی روی چوب بمالید. خراش هایی که روی وسایل چوبی از جنس چوب گردو افتاده اند را می توانید با خود پوست گردوی تازه ترمیم کنید. برای ترمیم چوب های تیره تر مانند چوب ماهون، می توانید محلولی را به نسبت مساوی از آب گرم و سرکه درست کرده و یک پارچه نرم را با آن مرطوب کرده و به آرامی روی چوب بمالید. اگر خراشیدگی های روی چوب پاک نشدند، می توانید روی آنها را با مداد شمعی (پاستل) پر

تمام مواد فوق را با یکدیگر مخلوط کنید. کف خانه را به قسمت هایی تقسیم کرده و یک تی دارای سر اسفنجی (یا یک برس نرم) را با محلول حاصل آغشته و مرطوب کرده و به قسمت های مذکور بمالید. در هنگام استفاده از تی، ضربات آرامی را با آن به کف محل وارد نمایید. قبل از تمیز کردن قسمت بعدی، قسمت قبلی را با یک حوله یا تی تمیز، خشک کنید.

راهکارهایی برای حل مشکلات مربوط به کف و وسایل چوبی

لکه های سیاه به جای مانده از پاشنه کفش. این لکه ها را می توان با مالیدن ۲ تا ۳ قطره اسانس سدر یا اکالیپتوس بر روی لکه ها و مالیدن یک پارچه نرم تمیز بر روی آنها پاک کرد.

سوختگی ها. برای پاک کردن سوختگی هایی که در سطح چوب منتشر نشده اند و فقط یک لکه از آنها بر جای مانده است، کافی است روی لکه، لایه نازکی سنگ جلا (یا خاکستر سیگار)، روغن بزرک و ۲ یا ۳ قطره اسانس درخت چای یا نعناع بیابانی بمالید. (توجه: اسانس درخت چای برای چوب های با رنگ تیره توصیه نمی شود.) اگر سوختگی در سطح چوب کف منتشر شده باشد، راهی جز عوض کردن روکار کف باقی نمی ماند.

مداد شمعی. چند قطره اسانس سدر، نعناع یا درخت چای را با کمی خمیر دندان مخلوط کرده و روی لکه بمالید. (توجه: اسانس درخت چای برای چوب هایی با رنگ تیره توصیه نمی شود.) سپس محل مورد نظر را با یک پارچه آغشته به سرکه پاک کنید.

لکه چربی بر کف منزل. بلافاصله چند قالب یخ را بر روی لکه چربی گذاشته تا از نفوذ آن به لایه های زیرین یا گسترده شدن آن در سطح چوب جلوگیری به عمل آورید. اگر با این روش یک لایه چربی بر روی چوب شکل گرفت، می توانید آن را با یک وسیله پهن کند مانند چوب بستنی بتراشید. اگر چوب کف منزل

« پاک‌کننده‌های طبیعی برای نظافت دیوارها

هیچ شکی وجود ندارد که کثیفی و میکروب همه جا هست: از زیر پاهای ما گرفته تا تمام محیط اطرافمان. خوشبختانه، این واقعیت ذهن افراد را خیلی درگیر نمی‌کند و گرنه حتی رغبت نمی‌کردیم روی زمین کف خانه‌مان بنشینیم. حتی می‌توان ادعا کرد که وجود کمی میکروب برای حفظ سلامتی لازم است. ولی به هر حال، باید حد مشخصی در این رابطه تعیین شود و نمی‌توانیم اجازه دهیم هر چه کثیفی و میکروب در محیط خارج از خانه است، به فرش‌ها منتقل شوند. از سوی دیگر، هیچ کس دوست ندارد دیوارهای خانه‌اش آن‌قدر کثیف و پر از لکه باشند که موجب افسردگی او شوند.

کاغذ دیواری‌ها، پرده‌ها و فرش‌های خانه از جمله لوازم و وسایل نیمه‌ثابت خانه به‌شمار می‌آیند. به عنوان نمونه، اگر از نگاه کردن به پرده‌های قدیمی و تکراری اتاق نشیمن خسته شده‌اید، می‌توانید آن‌ها را عوض کنید. ولی آیا عوض کردن کاغذ دیواری‌های ضدآب حمام یا فرش‌های مورد استفاده در اتاق‌های خانه نیز به‌همین راحتی است؟ هزینه جایگزینی این لوازم کم نیست و جایگزینی فرش‌ها و کاغذ دیواری‌ها، به ویژه در اتاق‌های بزرگ مستلزم صرف هزینه فراوانی است. بنابراین، عاقلانه‌ترین راه، شستشو و تمیز کردن دیوارها و فرش‌های خانه با شوینده‌های ارگانیک و مطمئن است. این محصولات نه تنها برای شما و محیط زیست بهتر هستند، بلکه به حفظ رنگ، ترکیب و بافت پوشش‌های مختلف روی دیوار و تار و پود فرش‌ها نیز کمک می‌کنند.

تمیز نگه داشتن دیوارها

در صورت داشتن بچه در خانه، وجود اثر انگشت بر روی در و دیوار کاملاً طبیعی است. شستن و تمیز کردن دیوارهایی که با رنگ نیمه‌براق نقاشی شده‌اند بسیار راحت است زیرا یک لایه رنگ کلفت و صیقلی بر روی آنها وجود دارد که مانع جذب مایعات به

کنید. برای برطرف کردن خراش‌هایی که روی کف چوبی منزل افتاده‌اند، می‌توانید سیم ظرف‌شویی ظریف را در یک واکس جامد، مانند واکس کف‌های چوبی با رایحه مرکبات یا واکس کف‌های چوبی با رایحه چوب جنگل که دستور ساخت آنها در صفحات قبلی ارائه شد، مرطوب کرده و آن را با ملایمت و با حرکات دورانی بر روی کف منزل بکشید.

لکه‌ها و سفیدک‌های به‌جای‌مانده از آب. نشت آب از گلدان‌ها یا میعان حاصل از بطری‌های حاوی نوشیدنی‌های خنک می‌تواند موجب بر جای ماندن حلقه‌های سفیدرنگی بر روی سطوح چوبی شود. برای پاک کردن این لکه‌ها باید به ترتیب زیر عمل کنید: ابتدا باید پولیش قبلی را که بر روی سطح چوبی کف منزل وجود داشته است، پاک کنید. برای این کار، یک پارچه نرم را داخل سرکه خالص خیسانده، سپس بر روی محل موردنظر بمالید. حالا محل مذکور را با یک پارچه دیگر کاملاً خشک کنید. سپس بر روی آن نقطه، مایونز یا روغن بزرک بمالید. روش مالیدن این مواد بدین ترتیب است که باید با پارچه از اطراف لکه به سمت مرکز آن مالیده شوند. بگذارید روغن بزرک یا مایونز چند ساعت بر روی لکه باقی بماند. سپس روغن را با مالیدن یک پارچه بر روی محل لکه پاک کنید. می‌توانید ۲ تا ۴ قطره اسانس نعناع نیز بر روی لکه بریزید. خمیر دندان یکی دیگر از مواد مفید برای پاک کردن سفیدک‌های به‌جای‌مانده از نشستی آب بر روی چوب است. همیشه این نکته را به خاطر داشته باشید که از هر روشی استفاده می‌کنید، ابتدا ماده پاک‌کننده را بر روی قسمت بسیار کوچکی از کف منزل امتحان کنید. اگر رنگ آن قسمت تغییر نکرد، با خیال راحت می‌توانید از آن ماده برای پاک کردن لکه‌ها استفاده نمایید.

در مدت کوتاهی مشاهده خواهید کرد که کاغذ دیواری شما به جای آن‌که بر روی دیوار باشد، کف زمین افتاده است. دیوارهای دارای کاغذ دیواری باید به‌طور مرتب گردگیری شوند تا احتمال لکه یا خط افتادن بر روی آنها کاهش یابد. کاغذ دیواری‌ها به‌ویژه در حمام و دست‌شویی در معرض خطراند، زیرا در این دو مکان آب داغ و بخار می‌توانند موجب تشکیل یک لایه نازک از بخار آب بر روی کاغذ دیواری‌های کثیف شوند. اگر سر جاروبرقی شما دارای برس است، می‌توانید از آن برای گردگیری دیوارهای خانه‌تان استفاده کنید، در غیر این صورت، می‌توانید لباس‌های کهنه را به سر چوب جارو یا دسته تی ببندید و به روش قدیمی دیوارهای خانه را تمیز کنید.

فرمول‌های ساده و مطمئن برای تمیز کردن دیوارها

با استفاده از فرمول‌های زیر می‌توانید با خیال راحت به تمیز کردن دیوارهای رنگ‌شده و کاغذ دیواری‌ها بپردازید. اگر لکه‌ای بر روی قسمتی از کاغذ دیواری غیر قابل شستشو افتاده است، باید با شرکت سازنده آن یا فروشنده‌ای که کاغذ دیواری را از آنجا خریده‌اید، مشورت کنید تا توصیه‌های مناسب را برای تمیز کردن لکه موردنظر به شما ارائه کنند. اگر نوع و جنس رنگ یا کاغذ دیواری موجود بر روی دیوارهای خانه خود را نمی‌دانید، همیشه یک محلول تمیزکننده را ابتدا بر روی قسمت بسیار کوچکی از دیوار امتحان کنید و پس از این که اطمینان حاصل کردید آن محلول به رنگ یا کاغذ دیواری خانه آسیبی وارد نمی‌کند، تمام دیوار را با آن بشویید.

تمیزکننده چندمنظوره دیوار با اسانس مرکبات

در اینجا یک فرمول کلی کارآمد برای تمیز کردن مطمئن دیوارها معرفی می‌شود.

- یک فنجان آب

- نصف فنجان سرکه

- ۶ قطره اسانس پرتقال، گریپ فروت یا لیمو

لایه زیرین آنها می‌شود. در واقع، این نوع رنگ، بهترین نوع رنگ برای استفاده در آشپزخانه و به‌ویژه، اتاق بچه‌ها به شمار می‌آید. «لاتکس» یا رنگ پلاستیک نیز تا حدی قابل شستشو است. با تمیز کردن، ساییدن و مرطوب نمودن بیش از حد این جنس رنگ، نه تنها ممکن است لکه‌های موجود بر روی دیوار، بلکه خود رنگ نیز پاک شود. بهترین راه برای تمیز کردن دیوارهای نقاشی‌شده، استفاده از محلول سرکه و آب به نسبت مساوی است. محلول سرکه و آب را در یک بطری دارای سر آب‌پاش ریخته و ۶ تا ۱۰ قطره از اسانس گیاهی موردنظر خود را به آن اضافه کنید تا قدرت پاک‌کنندگی چربی محلول شوینده شما افزایش یابد. فقط این نکته را به خاطر داشته باشید که اسانس گیاهی مورد استفاده، شفاف یا رنگ روشن باشد. از جمله این نوع اسانس‌ها می‌توان به اسانس اکالیپتوس، نعناع یا درخت چای اشاره کرد (توجه: اسانس درخت چای باید تنها بر روی دیوارهای سفید مورد استفاده قرار گیرد). بیشتر کاغذ دیواری‌های امروزی قابل شستشو هستند و بر روی برچسب برخی از آنها حتی کلمه «قابل برس خوردن» نیز به چشم می‌خورد. معمولاً بر روی کاغذ دیواری‌های قابل شستشو یک لایه پلاستیکی نازک وجود دارد. در حالی که کاغذ دیواری‌های برس‌خور، یا دارای پوششی از وینیل هستند یا وینیل به‌صورت تلقیح شده در داخل آنها قرار دارد. در واقع، شما نباید هیچ نوع از کاغذ دیواری‌ها را با برس بشویید یا با هر گونه ماده شوینده ساینده آنها را تمیز کنید، زیرا ممکن است موجب از شکل افتادن لایه محافظ کاغذ دیواری شود. صحیح‌ترین روش برای تمیز کردن کاغذ دیواری، استفاده از یک پارچه یا اسفنج صابونی و شستشوی کاغذ دیواری با حرکات دورانی ریز است. پس از این مرحله، کاغذ دیواری باید با یک اسفنج مرطوب پاک شده و در انتها با یک حوله یا پارچه تمیز خشک شود. اگر لازم شد که قسمتی از کاغذ دیواری دو بار شسته شود، ابتدا باید اجازه دهید که آن قسمت کاملاً خشک شود، سپس آن را دوباره بشویید. مرطوب کردن بیش از حد کاغذ دیواری می‌تواند موجب حل شدن چسب پشت آن شده و

تمام مواد فوق را در یک بطری دارای سر آب‌پاش با یکدیگر مخلوط کنید. قبل از هر بار استفاده، بطری را به‌شدت تکان دهید. مقدار کمی از آن را بر روی قسمت‌های آسیب‌دیده دیوار خانه‌تان اسپری کنید و روی آن را با یک اسفنج تمیز مرطوب پاک کنید. اگر پس از کار کردن بر روی لکه، پاک نشد و پس از خشک شدن در معرض هوا، هنوز قابل مشاهده بود، به دستورالعمل‌هایی که در قسمت چند توصیه مفید برای تمیز کردن دیوارها در همین بخش ارایه شده است، مراجعه کنید.

فرمول ضد عفونی کننده با اسانس آویشن

این فرمول برای تمیز کردن تمام سطوح دیوارهای اتاق بچه‌ها، کلیدهای برق، طرفین تخت‌خواب بچه یا هر جای دیگری که جای انگشت‌های آنها موجب ایجاد لکه یا جمع شدن کثیفی و میکروب می‌شود، فوق‌العاده است.

- یک فنجان آب

- یک فنجان سرکه

- ۵ قطره اسانس درخت چای

- ۳ قطره اسانس آویشن

تمام مواد فوق را در یک بطری دارای سر آب‌پاش با یکدیگر مخلوط کنید. مقدار کمی از آن را بر روی قسمت‌های آسیب‌دیده دیوار خانه اسپری کنید و روی آن را با یک اسفنج تمیز مرطوب پاک کنید. در انتهای کار، تمام سطوح را با یک اسفنج یا پارچه آغشته به آب خالص پاک کنید.

خمیر تمیز کننده دیوار با اسانس نعناع

این خمیر تمیز کننده از خاصیت غیرساینده‌گی برخوردار است و تمام چربی‌ها و اثر انگشت‌های موجود بر روی دیوار را حل می‌کند. این فرمول برای استفاده بر روی کاغذ دیواری‌های قابل شستشو یا دیوارهایی که با رنگ‌های نیمه‌براق نقاشی شده‌اند (مانند دیوار آشپزخانه، حمام و دستشویی و اتاق بچه‌ها) توصیه می‌شود. توجه: مقدار کم اسانس درخت چای موجود در این فرمول هیچ

آسیبی به کاغذ دیواری‌های رنگی وارد نمی‌کند.

- یک چهارم فنجان روغن کنستانتره خمیر صابون (که در فروشگاه‌های عرضه کننده مواد طبیعی یا ابزارفروشی‌ها یافت می‌شود)

- ۲ قطره اسانس نعناع بیابانی

- ۲ قطره اسانس نعناع

- ۲ قطره اسانس درخت چای

خمیر صابون را در یک ظرف کم عمق دهن‌گشاد مانند قوطی خالی تمیز غذای بچه (قوطی شیرخشک یا سرلاک) بریزید. اسانس‌های گیاهی را به آن اضافه کنید و مخلوط حاصل را خوب هم بزنید. غلظت مخلوط حاصل باید شبیه ژله باشد. یک پارچه مرطوب را در داخل خمیر صابون فرو برید. سپس آن را در آورده و بین انگشتان خود فشار دهید تا از آن کف بیرون بزند. حالا کف را بر روی کاغذ دیواری بمالید و آن قسمت را با یک حوله یا اسفنج مرطوب و تمیز دیگر پاک کنید. در انتها، محل موردنظر را با یک پارچه یا حوله تمیز دیگر خشک کنید.

چند توصیه مفید برای تمیز کردن دیوارها

همیشه شستشوی دیوارها را از سمت پایین به بالا (به‌طرف سقف) انجام دهید. ممکن است این پیشنهاد در نظر اول برای شما عجیب به نظر برسد ولی دلیل خوبی برای این کار وجود دارد. اگر تا به حال خلاف این روش عمل کرده‌اید - به عبارت دیگر، دیوار را از سمت سقف به طرف پایین شسته‌اید - به احتمال زیاد با چرک‌آبه‌هایی که از بالا به سمت پایین دیوار راه افتاده و جای آنها بر روی دیوار مانده، مواجه شده‌اید. این رگه‌ها که در واقع مخلوطی از کثیفی و مواد شوینده‌اند، به‌سختی پاک می‌شوند. ولی اگر دیوار را از سمت پایین به بالا بشوید با چنین مشکلی مواجه نخواهید شد.

لکه‌ها و نقطه‌هایی که بر روی کاغذ دیواری‌های غیرقابل شستشو می‌افتند را ممکن است بتوان با مالیدن مداد پاک‌کن یا انواع

چند توصیه مفید برای تمیز کردن دیوارها

می‌توانید این روش را امتحان کنید)، با این روش، می‌توانید بدون به بار آوردن خسارت زیاد، دیوار رنگ‌شده خانه خود را تمیز کنید. به هر حال نگاه کردن به یک دیوار دو رنگ یا کمی رنگ و رو رفته بهتر از نگاه کردن به دیواری پر از خط‌های رنگی است.

لکه‌های غذا هم از جمله لکه‌های دردرسازند. به‌عنوان نمونه، ممکن است سس اسپاگتی از داخل قابلمه‌ای که در حال قل زدن است بر روی گاز یا دیوار آشپزخانه که تنها چند سانتی‌متر آن طرف‌تر است (یا هر چیز دیگری که سر راهش است)، بپرد. اگر لکه‌های غذا بلافاصله پاک شوند معمولاً هیچ مشکلی به وجود نمی‌آید. ولی مشکل اینجا است که در بیشتر موارد تا زمانی که دنبال این لکه‌ها نگردیم، (مثلاً قبل از یک مهمانی مهم) متوجه آنها نمی‌شویم. اگر دیوار آشپزخانه شما با رنگ یا کاغذ دیواری قابل‌شستشو پوشانده شده باشد، مشکل زیادی نخواهید داشت. کافی است آن قسمت را با تمیزکننده چندمنظوره دیوار با اسانس مرکبات که فرمول آن در قسمت‌های قبلی همین قسمت توضیح داده شد، پاک کنید. ولی اگر دیوار با رنگ «لاتکس» یا کاغذ دیواری غیرقابل‌شستشو پوشیده شده باشد، مشکل زیادی خواهید داشت. قبل از انجام هر کاری، با دقت لکه را با یک شی پهن یا چاقوی کند بتراشید. اگر جای لکه به‌جای‌مانده قابل‌توجه بود، ۳ قطره اسانس اکالیپتوس را روی یک تکه پنبه بچکانید، سپس آن را در جوش شیرین فرو برید. لکه را چند بار با تکه پنبه مذکور نمدار کنید، سپس آن را آن‌قدر روی لکه بمالید تا کاملاً پاک شود.

پاک‌کن‌های قوی‌تر برطرف کرد. در مورد لکه‌های حاصل از برخورد مدادهای رنگی با دیوار نیز باید از همین روش استفاده کرد. راه دیگر، مالیدن یک ساقه ریواس تازه بریده‌شده بر روی لکه و پاک کردن آن با یک پارچه مرطوب است. در هر صورت، هر گاه که خواستید یکی از دو روش فوق را به کار بندید، ابتدا بر روی یک قسمت کوچک دور از دید امتحان کنید.

برای پاک کردن لکه روغن یا چربی از روی دیوار، ابتدا یک دستمال حوله‌ای را به ۴ قسمت مربع‌شکل تقسیم کنید. بر روی یکی از این ۴ قسمت یکی دو قطره اسانس اکالیپتوس بریزید و اجازه دهید خشک شود. این قسمت از دستمال را بر روی لکه قرار داده و یک اتو را بر روی درجه بسیار ضعیف تنظیم کرده و برای چند ثانیه روی تکه دستمال قرار دهید. سپس آن تکه دستمال را برداشته و بلافاصله یکی دیگر از تکه دستمال‌ها را بر روی لکه قرار دهید. این کار را به‌همین ترتیب با دو تکه دستمال باقیمانده نیز انجام دهید. اگر جای لکه بر روی دیوار باقی ماند، چند ساعت صبر کنید، سپس با استفاده از کرم «تارتر»، جوش شیرین و مقدار کافی آب، خمیری را درست کرده و لایه کلفتی از آن را بر روی جای لکه بمالید. صبر کنید تا خمیر مذکور به پودری خشک تبدیل شود. سپس با ماهوت پاک‌کن آن را از روی دیوار پاک کنید.

پاک کردن خط‌ها و لکه‌های ناشی از کشیده شدن مداد شمعی بر روی دیوار کار بسیار دشواری است. خوشبختانه، امروزه بیشتر مداد شمعی‌ها قابل شستشو هستند ولی هنوز نمونه‌های غیرقابل‌شستشو هم پیدا می‌شود. اول، روش‌های ذکرشده در بالا برای پاک کردن لکه‌های روغن یا چربی را امتحان کنید. اگر پس از امتحان کردن روش‌های فوق، جای لکه ناشی از مداد شمعی بر روی سطح رنگ‌شده باقی ماند، محل لکه را با صابون روغن زیتون مایع و یکی دو قطره اسانس پرتقال بشویید و بسابید (اگر فکر می‌کنید کاغذ دیواری خانه شما به اندازه کافی مقاوم است،

گروه بین‌المللی ره‌شهر تا کنون ۱۳۲ نشریه با عناوین زیر منتشر کرده

است:

- ۱- کاربرد جدید شیشه در نمای ساختمان (تابستان ۱۳۷۱)
- ۲- پارکینگ مراکز تجاری (پائیز ۱۳۷۱)
- ۳- محافظت در مقابل زلزله (زمستان ۱۳۷۱)
- ۴- جمع‌آوری و دفع زباله و مسائل ناشی از آن (زمستان ۱۳۷۱)
- ۵- طرح اسکان و سریع (زمستان ۱۳۷۱)
- ۶- مجموعه مقالات راجع به ژئوسنتز (بهار ۱۳۷۲)
- ۷- مهار آب با آب (بهار ۱۳۷۲)
- ۸- تحول سبز در معماری (بهار ۱۳۷۲)
- ۹- روندیابی و مدیریت سیلاب (بهار ۱۳۷۲)
- ۱۰- مطالعات اقتصادی جهت احداث مراکز خرید (تابستان ۱۳۷۹)
- ۱۱- نگاهی کوتاه بر طراحی فضای سبز - «تجربیات کشورهای مختلف» (تابستان ۱۳۷۲)
- ۱۲- بازیافت آب در صنایع شن و ماسه‌شویی (پائیز ۱۳۷۲)
- ۱۳- بناهای چوبی (کنده‌ای) در ایران و تجربیات کشورهای دیگر (پائیز ۱۳۷۲)
- ۱۴- نکاتی در مورد طراحی ساختمان‌های بتنی پیش‌ساخته پیش‌تنیده در مناطق زلزله‌خیز (پائیز ۱۳۷۲)
- ۱۵- اتوماسیون و بهینه‌سازی در سیستم‌های توزیع الکتریکی (زمستان ۱۳۷۲)
- ۱۶- انرژی دریاها (زمستان ۱۳۷۲)
- ۱۷- پارکینگ‌های مکانیکی اتوماتیک و نیمه اتوماتیک (بهار ۱۳۷۳)
- ۱۸- انرژی باد (بهار ۱۳۷۳)
- ۱۹- اصول طراحی ساختمان‌های اداری و بانک‌ها (بهار ۱۳۷۳)
- ۲۰- انرژی خورشیدی (بهار ۱۳۷۳)
- ۲۱- طراحی مرکز خرید- جلد اول: مطالعات مقدماتی جهت طراحی مراکز خرید (تابستان ۱۳۷۳)
- ۲۲- شهر سالم با آمورتون (تابستان ۱۳۷۳)
- ۲۳- شهر سالم - کاربرد سیستم‌های فتوولتائیک از میلی وات تا مگاوات (تابستان ۱۳۷۳)
- ۲۴- شهر سالم- اصول طراحی برای افراد دارای کپه‌ولت، ناتوانی، اختلال و معلولیت (تابستان ۱۳۷۳)
- ۲۵- نسل چهارم نیروگاه‌ها (پائیز ۱۳۷۳)
- ۲۶- بازیافت آب در صنایع نساجی (پائیز ۱۳۷۳)
- ۲۷- مراکز درمانی و بیمارستان‌های آینده (پائیز ۱۳۷۳)
- ۲۸- شهر سالم- انبوه‌سازی (انبوه‌سازان اسکان) (زمستان ۱۳۷۳)
- ۲۹- سیستم‌های مدیریت بار و مدیریت انرژی در شبکه‌های انرژی الکتریکی (زمستان ۱۳۷۳)

- ۳۰- بازیافت آب - «تصفیه پساب صنایع لبنی» (بهار ۱۳۷۴)
- ۳۱- شهر سالم - صنعت چوب و کاغذ و نقش آن در فرهنگ، اقتصاد و سیاست (بهار ۱۳۷۴)
- ۳۲- صرفه‌جویی انرژی در ساختمان‌های مسکونی (بهار ۱۳۷۴)
- ۳۳- شهر سالم- معماری و پرورش فکری کودکان و نوجوانان (تابستان ۱۳۷۴)
- ۳۴- شهر سالم- بازیافت زباله و مصالح ساختمانی و نقش آن در حفظ خاک و پاکسازی محیط (پائیز ۱۳۷۴)
- ۳۵- شهر ما کجاست (زمستان ۱۳۷۴)
- ۳۶- حفاظت سواحل دریا و رودخانه‌ها- معرفی روش‌های سنتی و پیشرفته (زمستان ۱۳۷۵)
- ۳۷- بهینه‌سازی آموزش عالی - نگاهی کوتاه بر کارکرد نظام آموزشی ایران و جهان (زمستان ۱۳۷۵)
- ۳۸- استفاده از ژئوگرید در راه‌ها و باند فرودگاه‌ها (بهار ۱۳۷۶)
- ۳۹- اقتصاد گردشگری (جلد اول) (زمستان ۱۳۷۶)
- ۴۰- نگرش‌هایی نوین به طراحی فضای باز اداری (تابستان ۱۳۷۷)
- ۴۱- اقتصاد گردشگری جلد دوم (فصول سوم و چهارم) (زمستان ۱۳۷۷)
- ۴۲- فهرست مطابقه‌ای عملیات اجرایی جهت تسهیل در امر نظارت (پائیز ۱۳۷۸)
- ۴۳- دانسته‌هایی در مورد مناطق آزاد و ویژه اقتصادی در جهان (پائیز ۱۳۷۸)
- ۴۴- هدایت منابع مالی و فنی غیر دولتی جهت اجرای طرح‌های عمرانی (زمستان ۱۳۷۸)
- ۴۵- پژوهش در تاریخچه، مفهوم و سیر تحول شهرسازی و شهر سالم در فرهنگ ایران و اسلام (زمستان ۱۳۷۸)
- ۴۶- پارک انرژی‌های نو (تابستان ۱۳۷۹)
- ۴۷- فضاهای باز اداری - مدیریت تجهیزات و طراحی داخلی (پائیز ۱۳۷۹)
- ۴۸- شهرک ترافیکی کودکان (زمستان ۱۳۷۹)
- ۴۹- فضای باز اداری - استانداردهای طراحی فضاهای اداری جدا کننده‌ها، قطعات و اتصالات (زمستان ۱۳۷۹)
- ۵۰- فضای سبز- مناطق صنعتی- پارک‌های صنعتی (تابستان ۱۳۸۰)
- ۵۱- تنظیم شرایط محیطی- بخش اول: استانداردهای عملکرد حسی- جلد اول: محیط روشنایی (پاییز ۱۳۸۰)
- ۵۲- تنظیم شرایط محیطی- بخش اول: استانداردهای عملکرد حسی- محیط‌های صوتی و حرارتی (پاییز ۱۳۸۰)
- ۵۳- منظر سازی - جلد اول: طراحی کاشت (زمستان ۱۳۸۰)
- ۵۴- منظر سازی - جلد دوم: آبیاری و نگهداری منظر (زمستان ۱۳۸۰)
- ۵۵- تنظیم شرایط محیطی- بخش دوم: سیستم‌های کنترل محیط- جلد اول: تولید و کنترل حرارت (زمستان ۱۳۸۰)
- ۵۶- تنظیم شرایط محیطی- بخش دوم: سیستم‌های کنترل محیط- جلد دوم:

- تولید و کنترل نور و صدا (زمستان ۱۳۸۰)
- ۵۷- منظر سازی- جلد سوم: راهبردهای تکمیلی آراستن مناظر (بهار ۱۳۸۱)
- ۵۸- تنظیم شرایط محیطی- بخش دوم: سیستم‌های کنترل محیط- جلد سوم: سیستم جامع محیطی (تابستان ۱۳۸۱)
- ۵۹- شهر سالم- توسعه (کلان شهر تهران) (تابستان ۱۳۸۱)
- ۶۰- فن‌آوری اطلاعات- بخش اول: مفاهیم کلی (پائیز ۱۳۸۱)
- ۶۱- فن‌آوری اطلاعات- بخش دوم: مدیریت فن‌آوری اطلاعات (زمستان ۱۳۸۱)
- ۶۲- منظر سازی- جلد چهارم (زمستان ۱۳۸۱)
- ۶۳- فن‌آوری اطلاعات- بخش سوم: تجارت الکترونیکی (بهار ۱۳۸۲)
- ۶۴- فن‌آوری اطلاعات- بخش چهارم: تجارت الکترونیکی «امنیت و تجارت بی‌سیم» (تابستان ۱۳۸۲)
- ۶۵- ساختمان‌های سبز و پایدار (تابستان ۱۳۸۲)
- ۶۶- فن‌آوری اطلاعات- بخش پنجم: دولت الکترونیکی (تابستان ۱۳۸۲)
- ۶۷- منظر سازی- جنگل‌های مانگرو (حرا): بخش اول- کلیات (پائیز ۱۳۸۲)
- ۶۸- فن‌آوری اطلاعات- بخش ششم: بازاریابی الکترونیکی (پائیز ۱۳۸۲)
- ۶۹- فن‌آوری اطلاعات- بخش هفتم: شهرداری الکترونیکی (زمستان ۱۳۸۲)
- ۷۰- فن‌آوری اطلاعات- بخش هشتم: آموزش الکترونیکی (بهار ۱۳۸۳)
- ۷۱- فن‌آوری اطلاعات- بخش نهم: دانشگاه الکترونیکی (بهار ۱۳۸۳)
- ۷۲- فن‌آوری اطلاعات- بخش دهم: سیستم‌های اطلاعاتی مدیریتی ساختمان (تابستان ۱۳۸۳)
- ۷۳- فن‌آوری اطلاعات- بخش یازدهم: دانشگاه الکترونیکی (پائیز ۱۳۸۳)
- ۷۴- فن‌آوری اطلاعات- بخش دوازدهم: مدیریت پرونده‌های الکترونیکی (زمستان ۱۳۸۳)
- ۷۵- فن‌آوری اطلاعات- بخش سیزدهم: دموکراسی الکترونیکی (زمستان ۱۳۸۳)
- ۷۶- فن‌آوری اطلاعات- بخش چهاردهم: انتخابات الکترونیکی (زمستان ۱۳۸۳)
- ۷۷- فن‌آوری اطلاعات- بخش پانزدهم: حقیقت مجازی (تابستان ۱۳۸۴)
- ۷۸- برگزاری مناقصه‌های دولتی (تصویب شده سال ۱۳۸۳) (تابستان ۱۳۸۴)
- ۷۹- چین دومین مصرف‌کننده انرژی در جهان (تابستان ۱۳۸۴)
- ۸۰- مدیریت پروژه- استانداردهای مدیریت پروژه (بخش اول. تابستان ۱۳۸۴)
- ۸۱- فن‌آوری اطلاعات- بخش شانزدهم: توسعه فن‌آوری اطلاعات در روستاها (عدالت اجتماعی) (پائیز ۱۳۸۴)
- ۸۲- فن‌آوری اطلاعات- بخش هفدهم: مدیریت ارتباط با مشتریان (پائیز ۱۳۸۴)
- ۸۳- مدیریت پروژه- استانداردهای مدیریت پروژه (بخش دوم، زمستان ۱۳۸۴)
- ۸۴- مهندسی ارزش- بخش اول: اصول، مبانی و فرآیند (زمستان ۱۳۸۴)
- ۸۵- مدیریت پروژه- استانداردهای مدیریت پروژه (بخش سوم، زمستان ۱۳۸۴)
- ۸۶- فن‌آوری اطلاعات- بخش هجدهم: پایتخت الکترونیکی- تجلی عدالت اجتماعی (تابستان ۱۳۸۵)
- ۸۷- مدیریت پروژه- دفتر مدیریت پروژه (بخش اول- تابستان ۱۳۸۵)
- ۸۸- متدولوژی‌های مدیریت پروژه (تابستان ۱۳۸۵)
- ۸۹- صنایع انرژی‌بر، نظریه‌ها و دیدگاه‌ها (تابستان ۱۳۸۵)
- ۹۰- آشنایی مقدماتی با ارزیابی محیط زیست (پائیز ۱۳۸۵)
- ۹۱- آشنایی با فرآوری‌های گازی CNG، LPG، LNG (زمستان ۱۳۸۵)
- ۹۲- رهنمون‌هایی برای توسعه (زمستان ۱۳۸۵)
- ۹۳- خبرنامه تحولات توسعه در حوزه خلیج فارس (بهار ۱۳۸۶)
- ۹۴- متدولوژی مکان‌یابی صنایع (تابستان ۱۳۸۶)
- ۹۵- خبرنامه تحولات توسعه در حوزه خلیج فارس (جلد دوم) (تابستان ۱۳۸۶)
- ۹۶- خبرنامه تحولات توسعه در حوزه خلیج فارس (جلد سوم) (تابستان ۱۳۸۶)
- ۹۷- معماری سبز، (انرژی آفتاب در معماری) (پائیز ۱۳۸۶)
- ۹۸- معماری سبز، (انرژی زمین گرمایی) (پائیز ۱۳۸۶)
- ۹۹- خبرنامه تحولات توسعه در حوزه خلیج فارس (نسخه چهارم) (پائیز ۱۳۸۶)
- ۱۰۰- ایران ترانزیت (بهار ۱۳۸۷)
- ۱۰۱- سوپر جاذب‌ها (راهی برای گسترش فضای سبز و مقابله با کمبود آب) (تابستان ۱۳۸۷)
- ۱۰۲- روند توسعه در خلیج فارس و دریای عمان بخش پنجم (تابستان ۱۳۸۷)
- ۱۰۳- روند توسعه در خلیج فارس و دریای عمان بخش ششم (پائیز ۱۳۸۷)
- ۱۰۴- بام سبز (پائیز ۱۳۸۷)
- ۱۰۵- احداث سامانه‌های گرمایش شهری (اردیبهشت ۱۳۸۸)
- ۱۰۶- روند توسعه در خلیج فارس و دریای عمان بخش هفتم (خرداد ۱۳۸۸)
- ۱۰۷- بحران جهانی و چشم انداز آینده (تابستان ۱۳۸۸)
- ۱۰۸- حمل و نقل همگانی (تابستان ۱۳۸۸)
- ۱۰۹- نانو فناوری ایمن (تابستان ۱۳۸۸)
- ۱۱۰- از شهر فرودگاهی تا منطقه فرودگاهی (بخش اول)
- ۱۱۱- از شهر فرودگاهی تا منطقه فرودگاهی (بخش دوم)
- ۱۱۲- بند رخشک (پائیز ۱۳۸۸)
- ۱۱۳- شرق ایران خاستگاه توسعه ترانزیت منطقه‌ای (پائیز ۱۳۸۸)
- ۱۱۴- صنعتی سازی ساختمان گامی بلند برای تامین مسکن مردم (زمستان ۱۳۸۸)
- ۱۱۵- مدیریت هوشمند خوردگی، حفظ ثروت ملی (بهار ۱۳۸۹)
- ۱۱۶- بیوگاز ثروتی نهفته در پسماندها (بهار ۱۳۸۹)
- ۱۱۷- اکو هتل حرکتی جهانی به سوی گردشگری پایدار (تابستان ۱۳۸۹)
- ۱۱۸- فتوولتائیک تلفیقی، انرژی در کالبد معماری (تابستان ۱۳۸۹)
- ۱۱۹- اصلاح الگوی استقرار جمعیت، گامی به سوی توسعه پایدار (پائیز ۱۳۸۹)
- ۱۲۰- نانو فناوری در معماری (زمستان ۱۳۸۹)
- ۱۲۱- مدیریت حمل بار، گامی بلند در جهت توسعه اقتصادی کشور (زمستان ۱۳۸۹)

۱۲۲- بازار مسافر هوایی بین‌المللی، گامی بلند در جهت توسعه اقتصادی کشور (زمستان ۱۳۸۹)

۱۲۳- نقش طراحی معماری در کاهش مصرف انرژی در ساختمان «معماری همساز با اقلیم و مشکلات ناشی از عدم توجه به آن» (بهار ۱۳۹۰)

۱۲۴- شهر فرودگاهی بستر توسعه گردشگری، گامی بلند در جهت توسعه پایدار (بهار ۱۳۹۰)

۱۲۵- آرایه ضوابط و پیشنهادات طراحی برای افراد دارای کپولت، ناتوانی، اختلال و معلولیت در بخش زمینی فرودگاه (بهار ۱۳۹۰)

۱۲۶- نقش طراحی معماری در کاهش مصرف انرژی در ساختمان «نور روز در معماری» (تابستان ۱۳۹۰)

۱۲۷- شهر فرودگاهی بستر توسعه تجارت، چشم‌انداز تجارت جهانی، چالش‌ها و فرصت‌های ایران (تابستان ۱۳۹۰)

۱۲۸- توسعه صنایع نوین، گامی بلند در جهت توسعه اقتصادی کشور «شهر فرودگاهی بستری مناسب برای استقرار صنایع نوین» (تابستان ۱۳۹۰)

۱۲۹- نقش طراحی معماری در کاهش مصرف انرژی در ساختمان «انرژی باد» (تابستان ۱۳۹۰)

۱۳۰- روند خصوصی‌سازی فرودگاه‌ها در جهان (پاییز ۱۳۹۰)

۱۳۱- شهر فرودگاهی بستری مناسب برای توسعه ورزش ملی و بین‌المللی (پاییز ۱۳۹۰)

۱۳۲- معرفی پاک‌کننده‌های طبیعی و سازگار با محیط‌زیست «بخش اول» (بهار ۱۳۹۱)

نشریه‌های تخصصی منتشر شده بخش‌های مختلف گروه بین‌المللی ره‌شهر

۱- بازارچه صنایع دستی در کوهپایه‌های شمال تهران (بخش شهر سالم) تیر ماه ۱۳۷۴

۲- بهینه‌سازی خدمات پرواز (بخش شهر سالم) - (دی ماه ۱۳۷۳)

۳- بهینه‌سازی بار ترافیکی بزرگراه‌ها (بخش شهر سالم) (دی ماه ۱۳۷۳)

۴- پارک انرژی‌های نو (بخش شهر سالم) - (شهریور ماه ۱۳۷۳)

۵- استفاده از مولتی ویزن در مراکز پرتردد شهری (بخش شهر سالم)

(اردیبهشت ماه ۱۳۷۳)

۶- سازماندهی کارکردهای بهینه‌ی نمایشگرهای دیجیتالی (بخش شهر سالم)

اسفند ماه ۱۳۷۲

۷- شهرک ترافیکی کودکان (بخش شهر سالم) - (آذر ماه ۱۳۷۲)

۸- پارک پویا: اندیشه سالم / بدن سالم در شهرک فاطمیه منطقه ۲۰ شهرداری تهران (بخش شهر سالم) - (آذر ماه ۱۳۷۲)

۹- پژوهش در تاریخچه، مفهوم و سیر تحول «شهرسازی» و «شهر سالم»

در فرهنگ ایران واسلام (بخش شهر سالم) - آبان ماه ۱۳۷۲

۱۰- اصول طراحی مراکز دیسپاچینگ (بخش انرژی) زمستان ۱۳۷۲

۱۱- تحلیل منطقه‌ای سیلاب در حوضه‌های شمالی تهران (بخش عمران آب) بهار ۱۳۷۳

۱۲- انتخاب محل و نوع سد براساس شرایط ژئومورفولوژی و ژئولوژی

(بخش عمران آب) زمستان ۱۳۷۲

۱۳- حقایق در مورد شرکت‌های بزرگ (بخش تحقیق و توسعه) زمستان ۱۳۷۲

ضمنا کتاب‌های زیر توسط گروه بین‌المللی ره‌شهر منتشر گردیده است:

۱- منظرسازی پایدار برای همه (پاییز ۱۳۹۰)

۲- کتاب آموزش نرم‌افزار Revit architecture 2009 (۱۳۸۹)

۳- آشنایی با راهکار مدیریت پروژه جامع (بهار ۱۳۸۹)

۴- درختان در منظر شهری (۱۳۸۹)

۵- نانوفناوری برای همه (۱۳۸۷)

۶- با گیاهان آب را تصفیه کنیم

۷- HSE در سفر (۱۳۸۵)

۸- ترجمه کتاب «چگونه هوای پاکیزه بکاریم»

۹- ترجمه کتاب «تنظیم شرائط محیطی»

۱۰- تدوین کتاب راهنمای برنامه‌نویسی سه بعدی OpenGL (۱۳۸۲)

۱۱- ترجمه کتاب «برنامه‌ریزی و طراحی هتل» در سال ۷۶ توسط سازمان برنامه و بودجه چاپ و توزیع شد

۱۲- تدوین کتاب معرفی پاک‌کننده‌های طبیعی و سازگار با محیط زیست (قسمت اول) خودآموز اتوکد ۱۲ «(۱۳۷۳)

۱۳- ترجمه کتاب «سازه‌های آبی» (۱۳۷۳)

۱۴- ترجمه کتاب «سازه پارکینگ‌های طبقاتی» (۱۳۷۲)

۱۵- صرفه جویی در انرژی (۲۰ جلد)

۱۶- بازنگری استانداردهای صنعت آب کشور با همکاری وزارت نیرو

و سازمان برنامه و بودجه (۲۵ جلد)

۱۷- منظرسازی (طراحی، اجراء)

LANDSCAPING PRINCIPLES & PRACTICES (مترجم: ره‌شهر)

۱۸- مواد هوشمند و فناوری نانو (کاربرد در معماری و طراحی داخلی)

کتاب‌های زیر نیز توسط گروه بین‌المللی ره‌شهر در دست چاپ است:

۱- طراحی، برنامه‌ریزی و ساخت هتل‌ها

۲- برنامه‌ریزی شهری در اقلیم‌های گرمسیر

۳- بام سبز