Guide **Pratiche**

Casa pulita
in 100 mosse

ALTROCONSUMO

PICCOLE E GRANDI RISPOSTE QUOTIDIANE
A PORTATA DI MANO

Sommario

Introduzione 11

Capitolo 1 – Come organizzo il lavoro?

Parola d'ordine: pianificare 16

1 Il calendario delle pulizie 17

2 La checklist stagionale 18

3 Pulizie "last minute" 20

Capitolo 2 – Di cosa ho bisogno?

Gli strumenti base 26

4 Guanti di gomma o lattice 26

5 Spugne 26

6 Panni per spolverare 27

7 Pelle di daino 27

8 Scope 27

9 Redazza o straccio con secchio 28
10 Scopino con paletta 28

Elettrodomestici 29
11 Aspirapolvere 29
12 Pulitore a vapore 32
13 Lucidatrice 33

Detersivi 33
14 Per pulire la casa 36
15 Per il bucato e le stoviglie 39
16 Alla spina 41

Capitolo 3 – In cucina

Organizzare e cucinare gli alimenti 48
17 La dispensa 48
18 I piani di lavoro 48
19 I piani cottura 49
20 Lavello 50
21 Pattumiera 51

Elettrodomestici 53
22 Frigorifero 53
23 Congelatore 54
24 Lavastoviglie 55
25 Forno 56
26 Forno a microonde 57
27 Cappa aspirante 57
28 Elettroventilatore 57
29 Centrifuga e estrattore di succo 58
30 Tostapane 58

Stoviglie e altri utensili 58

31 Casseruole e pentole 59

32 Griglie e bistecchiere 60

33 Bollitori e teiere 60

34 Caffettiera e macchina del caffè 61

35 Piatti, posate e bicchieri 61

36 Taglieri e utensili di legno 62

Capitolo 4 – In bagno e in lavanderia

Elementi d'arredo e sanitari 66

37 Piastrelle 66

38 Vasca da bagno 66

39 Doccia 67

40 Vetri e specchi 67

41 Water 68

42 Lavabo e bidet 68

43 Rubinetti 69

44 Tappetini di gomma 69

Fare il bucato e stirare 69

45 Lavatrice 71

46 Asciugatrice 73

47 Ferro da stiro 75

48 Biancheria di casa 75

49 Completi sportivi 76

50 Scarpe e borse 77

Capitolo 5 – In camera da letto

Riordinare e dormire bene 82

51 Armadio 82

52 Struttura del letto 82
53 Materassi 83
54 Cuscini 85
55 Coperte e copriletti 85
56 Piumini 86
57 Lenzuola 86

Capitolo 6 – In soggiorno

Dagli elementi strutturali ai piccoli oggetti 92
58 Muri 92
59 Pavimenti 93
60 Mobili 95
61 Tendaggi interni 96
62 Tappeti 97
63 Divani e poltrone 98
64 Camini e stufe 99
65 Finestre 101
66 Caloriferi 101
67 Lampadari e lampadine 102
68 Paralumi e candelabri 102
69 Cornici 102
70 Orologi 103
71 Quadri 103
72 Serrature 103
73 Vassoi 104
74 Piante 104

Capitolo 7 – Studio e tempo libero

Studiare e rilassarsi 108
75 Librerie 108

76 Libri 108
77 Scrivania 109
78 Computer e stampanti 109
79 Televisori 110
80 Giocattoli 110
81 Penne stilografiche 111

Capitolo 8 – All'esterno

Struttura esterna e spazzatura 116
82 Cancelli e recinzioni 116
83 Finestre esterne 116
84 Tende da esterni 116
85 Garage e scantinati 117
86 Bidoni della spazzatura 117
87 Canali di scolo 118
88 Zerbini 118
89 Ombrelli 119

Giardino 119
90 Mobili da giardino 119
91 Piscine 121
92 Serre 121
93 Viottoli e lastricati 122
94 Fioriere e cassette 122

Mezzi di trasporto 123
95 Roulotte e camper 124
96 Automobile 124
97 Bicicletta 125

Animali domestici 126
98 Cani e gatti 126

99 Pesci e uccelli 127
100 Piccoli roditori 128

Appendice 1 – Eliminare le macchie

Il set antimacchia 130
Come rimuoverle 130
Macchie grasse 131
Macchie proteiche 134
Macchie vegetali 135
Altri tipi di macchie 138

Appendice 2 – Tecniche di pulizia dei materiali

Fibre 146
Gioielli 150
Metalli 151
Materiali ornamentali e decorativi 154

Appendice 3 – Veleni e primo soccorso

Le sostanze pericolose 158
La prevenzione 159
L'armadietto del pronto soccorso 159
Come intervenire 161
Centri Antiveleni in Italia 165

Indice analitico 169

Introduzione

Avere una casa sempre in ordine è il sogno di molti. La cosa migliore sarebbe poter organizzare le pulizie giornalmente, razionalizzando le ore a disposizione e la fatica. Risparmiare tempo, denaro, con un occhio anche all'ambiente che ci circonda, è possibile. Sarebbe meglio non lasciarci condizionare dagli spot pubblicitari che vorrebbero la nostra casa sterile come una sala operatoria; crescere in un ambiente asettico ha solo svantaggi, senza contare che i batteri si riformano in pochissimo tempo e che i prodotti definiti "igienizzanti" sono piuttosto costosi.

La guida si apre con un capitolo dedicato alla pianificazione delle faccende domestiche, che siano quelle più impegnative, dei cambi di stagione, o quelle velocissime, "last minute", prima dell'arrivo degli ospiti. Il secondo capitolo, invece, è dedicato all'elenco degli strumenti di base necessari per le pulizie di tutti i giorni.

I capitoli successivi sono suddivisi per ambienti domestici: passeremo dalla cucina al bagno, allo studio fino alle camere da letto, senza dimenticarci di giardini e elementi d'arredo esterni, suggerendo come trattare i materiali e gli oggetti tipici di ogni ambiente.

Chiuderemo la guida con tre appendici dedicate, in ordine, a come eliminare e trattare le macchie, da quelle più semplici a quelle più ostinate, ai trattamenti di cui hanno bisogno i metalli e materiali preziosi e infine a chi chiamare e a come intervenire nel malaugurato caso in cui qualcuno incappi in un incidente domestico.

1

Come organizzo il lavoro?

Le pulizie di casa possono essere un'attività faticosa e impegnativa. Una semplice pianificazione e qualche piccolo trucchetto possono aiutare a viverle in modo positivo e piacevole.
Il primo passo è stabilire un programma personalizzato, suddividendo gli interventi in quotidiani e periodici. Niente panico, però, se per qualche motivo dovesse saltare un turno; si recupererà il giorno successivo. Spolverare è irrinunciabile solo se qualche familiare soffre di asma o di allergie. Sono importanti per la salute soprattutto la pulizia del bagno e della cucina.
Prima di iniziare i lavori stendete un'accurata checklist, da cui spuntare mano a mano le voci: risparmierete tempo e energie. Scegliete il sottofondo musicale che preferite: lento e rilassante per i lavori quotidiani o che sappia darvi la giusta carica quando decidete di affrontare le pulizie più faticose. Ricordatevi di non strafare per non arrivare troppo stanchi al termine della giornata e complimentatevi con voi stessi per il risultato ottenuto: vi metterà di buon umore e stimolerà a fare sempre meglio. Infine, scegliete con attenzione gli elettrodomestici e i prodotti necessari per pulire: avrete più possibilità di ottenere ottimi risultati.
E se il tempo a disposizione è poco e preferite dedicare le ore libere ad altri interessi, prendete in considerazione la possibilità di farvi aiutare da un collaboratore: per stabilire la quantità di ore che sono necessarie per le pulizie, considerate la grandezza dell'abitazione, il numero di persone che ci vivono e la gestione abituale.

Torna al Sommario

Torna al Sommario

Parola d'ordine: pianificare

Pianificare le pulizie aiuta a semplificare la vita: procedere con ordine e avere sotto controllo le attività da fare, senza perdersi tra un mestiere e l'altro, vi toglierà una preoccupazione in più, soprattutto se siete alle prese con la gestione di famiglia, casa e lavoro.
Una lista delle pulizie è il primo passo: potete realizzarla utilizzando il PC (sarà più facile se avete un programma come Excel) o manualmente su un foglio di carta. Appendetela poi su una parete e spuntate le voci a mano a mano che procedete. All'inizio potrà sembrare macchinoso ma con il tempo vi accorgerete che procedere con ordine vi farà risparmiare tempo e fatica.
Con il passare del tempo, una volta memorizzata la lista dei lavori, leggerla diventerà superfluo. Se, invece, non sopportate le liste cartacee e preferite i supporti digitali, potete creare una lista sul vostro smartphone o tablet; potrete cancellare velocemente i compiti già svolti oppure mettere in rosso quelli urgenti.

Piano delle pulizie

	Giornaliere	Settimanali
In tutta la casa	Arieggiare i locali	Lavare i pavimenti Passare l'aspirapolvere Spolverare le mensole Sbattere i tappeti Pulire i pavimenti dei balconi
Bagno/Lavanderia	Passare i sanitari Fare il bucato (a seconda delle necessità familiari)	Pulire i sanitari e la doccia Pulire gli specchi Cambiare gli asciugamani Stirare
Cucina	Spazzare i pavimenti Pulire il piano di cottura e di lavoro Pulire la superficie del tavolo Pulire piatti e stoviglie Vuotare il secchio della spazzatura	Riordinare il frigorifero Sistemare la dispensa ed eliminare i prodotti scaduti Pulire le ante Pulire il forno (dopo ogni utilizzo)
Camera da letto	Rifare i letti	Sbattere i cuscini Cambiare le lenzuola (a seconda delle necessità familiari) Lavare giocattoli e peluche
Soggiorno	Mettere in ordine tutto ciò che è fuori posto	Spolverare oggetti e mobili
Animali	Pulire le lettiere dei gatti Pulire le ciotole del cibo Prendersi cura delle piante di casa (annaffiare se è stagione)	Pulire le cucce, le gabbie e gli acquari

1 Il calendario delle pulizie

Per organizzarsi in maniera efficace, è necessario suddividere la casa in tre o quattro sezioni e decidere con quale frequenza dovranno essere pulite. Alcuni interventi saranno da fare quotidianamente, altri, come la pulizia degli armadi e delle cantine, saranno invece annuali.

- **Ogni giorno** Il bagno e le superfici in cucina dovrebbero essere pulite ogni giorno, in modo particolare se in casa vivono animali domestici. Lavate quotidianamente i piatti utilizzati per i pasti. Anche areare i locali è molto importante: i letti devono essere disfatti appena alzati e rifatti dopo la colazione, perché il calore emesso dal corpo durante la notte evapori del tutto (occorre almeno mezz'ora).

Mensili	Semestrali/annuali
Pulire a fondo le finestre e gli infissi interni Pulire le porte interne Pulire i termosifoni Pulire i lampadari Pulire gli interruttori	Pulire gli infissi esterni e le zanzariere Passare l'aspirapolvere sulle pareti, sui soffitti e sui rivestimenti in legno Lavare le tapparelle e le persiane Lavare tende e mantovane Controllare condizionatori (pulire il motore esterno e i filtri split)
Pulire gli armadietti Buttare i medicinali scaduti	Pulire la lavatrice
Pulire il frigorifero Pulire il vano spazzatura	Svuotare e lavare a fondo gli armadi della cucina Sbrinare il frigorifero e freezer e pulirli a fondo Pulire la cappa
Arieggiare i materassi Lavare il coprimaterasso	Pulire, areare e sistemare l'interno degli armadi guardaroba Girare i materassi Lavare copriletti e trapunte
Spolverare la parte superiore di armadi e librerie Passare con un panno asciutto o leggeremente umido gli apparecchi elettronici	Vuotare la libreria e spolverare i libri

Casa pulita
in 100 mosse

"Chi ben comincia è a metà dell'opera" recita un noto proverbio. Per questo motivo, quando è tempo di affrontare le grandi pulizie di casa, è meglio organizzarsi bene e per tempo. Una semplice pianificazione e qualche piccolo trucchetto faranno sembrare tutto più leggero.

Casa pulita in 100 mosse propone una versione aggiornata della guida *Il manuale delle pulizie*: troverete, suddivisi per ambienti della casa, suggerimenti per organizzare al meglio il lavoro e per scegliere i prodotti più adatti. La guida passa in rassegna tutti i principali strumenti di pulizia e suggerisce alternative valide per pulire senza lasciarsi influenzare dalla pubblicità, che cerca di imporre prodotti non sempre utili, spesso costosi, a volte dannosi per l'ambiente e per l'uomo.

ALTROCONSUMO
propone questa guida perché

- Propone calendari stagionali e checklist per organizzare il lavoro di pulizia
- Aiuta a scegliere gli attrezzi e i prodotti indispensabili, con un occhio al portafoglio e l'altro all'ambiente
- Fornisce tecniche e consigli specifici per ogni tipo di macchia