

УДК 648.5
ББК 37.279
Д64

Редактор К. Бычкова

Доланд Э.

Д64 Всё по полочкам: Как избавиться от беспорядка, даже если у вас нет времени / Эрин Доланд ; Пер. с англ. — М.: Альпина Пабlishер, 2016. — 262 с.

ISBN 978-5-9614-5831-2

Думаете, у вас нет времени, чтобы лучше организовать свое пространство? А вот Эрин Доланд точно знает, что даже одной свободной минутки хватит, чтобы начать борьбу с хаосом. Если вы последуете ее советам, то обнаружите, что легко можете уследить за каждым уголком в доме. Не важно, справляетесь ли вы с беспорядком за тридцать секунд или посвящаете много времени тщательной уборке каждой комнаты, из книги вы узнаете, как управлять своим временем и разгребать завалы максимально эффективно. Вы научитесь избавляться от отвлекающих вас раздражителей, сможете защитить себя от стресса и излишних нагрузок и посвятить свое время тому, что действительно важно для вас.

УДК 648.5
ББК 37.279

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу mylib@alpina.ru.

© Erin Doland 2016
Published by arrangement
with William Morrow Paperbacks,
an imprint of HarperCollins Publishers
© Издание на русском языке,
перевод, оформление.
ООО «Альпина Пабlishер», 2016

ISBN 978-5-9614-5831-2 (рус.)
ISBN 978-0-06-241972-9 (англ.)

Содержание

Как пользоваться этой книгой.....	11
-----------------------------------	----

Шаг I

КАК ЗА ОДИН РАЗ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ХЛАМА В КОМНАТЕ	13
Введение	15

ТО, ЧТО ВИДНО ВСЕМ	18
---------------------------------	-----------

Прихожая	23
----------------	----

ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 1 ОПЕРАЦИЯ «ЗОНА СБРОСА БАЛЛАСТА»	28
---	-----------

Гостиная	31
----------------	----

<i>Мебель двойного назначения</i>	<i>35</i>
---	-----------

ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 2 РАСПУТЫВАЕМ ПРОВОДА.....	38
--	-----------

Кухня	41
-------------	----

<i>Двенадцать предметов, которые уже есть в вашей кухне и которые можно использовать для ее уборки</i>	<i>47</i>
--	-----------

ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 3 ПРЕОБРАЖАЕМ ХОЛОДИЛЬНИК	51
---	-----------

Ванная комната	55
----------------------	----

<i>Когда пора расставаться с косметикой?</i>	<i>59</i>
--	-----------

ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 4 РАЗБИРАЕМ ВАННЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ	62
---	-----------

Столовая	65
----------------	----

<i>ТЕСТ. Что столовая может рассказать о вашем типе организованности?</i>	<i>69</i>
---	-----------

СОДЕРЖАНИЕ

Пространство за пределами дома	75
Как уничтожить бардак и восстановить порядок в каждой комнате прямо сейчас	79
ТО, ЧТО ВИДНО ТОЛЬКО ВАМ	82
Спальня. Осваиваем пространство	85
ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 5 ЗАИМУЕМ ИДЕИ У ГОСТИНИЧНЫХ НОМЕРОВ	89
Гардероб	93
ТЕСТ. Как организовать пространство в шкафу?	97
ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 6 ВПЕРЕД, К МОДЕ!	100
Детская комната для малышей и детей дошкольного возраста	105
Как научить детей организовывать пространство, избавляться от хлама и убирать за собой	108
Спальня детей младшего школьного возраста и подростков	111
Домашний офис	117
ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 7 СОЗДАЙТЕ ИДЕАЛЬНЫЙ ДОМАШНИЙ ОФИС	122
Кладовая и запасы продуктов	127
Планирование питания и питание в семье	130
Искусство нарезки продуктов и мизанплас	133
Место для хобби	137
Заверните!	140
ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 8 УНИЧТОЖАЕМ ХЛАМ	142

СОДЕРЖАНИЕ

С ГЛАЗ ДОЛОЙ	144
Домашняя прачечная	147
<i>Десять советов, как сделать стирку легче</i>	151
Хранение инструментов и оборудования	155
<i>Что покупать оптом</i>	159
Лестницы и коридоры	163
ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 9	
СТОЛ НЕВОЗВРАТА	166
Гараж и автомобили	169
ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 10	
ГАРАЖ, РАДУЮЩИЙ ГЛАЗ	173
Комната для гостей	177
ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 11	
УСТРОЙТЕ ГОСТЯМ ОТЛИЧНЫЙ ОТДЫХ	181
Места для домашних животных	185
ВЕЩИ В КОМНАТАХ	188
Книги и развлечения	191
ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 12	
ОЦИФРОВЫВАЕМ КНИЖНУЮ ПОЛКУ	195
Документы, счета и подписки	199
Цифровые данные и безопасность	205
ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 13	
ЗАЩИТИТЕ СВОИ ДАННЫЕ	210
Памятные вещи и коллекции.....	213
<i>Что это: коллекция или хлам?</i>	219
Безопасность и чрезвычайные происшествия.....	221
ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ № 14	
СОБИРАЕМ АПТЕЧКУ И КОМПЛЕКТ	
для ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ	225

СОДЕРЖАНИЕ

ШАГ II

ИЗБАВЛЯЕМСЯ ОТ ЛИШНЕГО В ПОВСЕДНЕВНЫХ ДЕЛАХ И УПРОЩАЕМ ЖИЗНЬ227

Введение229

Как поддерживать
эффективность и продуктивность
выполнения ежедневных дел?231

Образец утреннего распорядка235

Образец возвращения домой236

Образец вечернего распорядка237

ШАГ III

НЕОЖИДАННОСТИ, ПРИЗЫВАЮЩИЕ К ИЗБАВЛЕНИЮ ОТ ХЛАМА239

Введение241

Сюрприз! К нам едут гости!243

Телевизор манит, но у меня дела247

Семья проголодалась, а я не знаю,
что приготовить251

Срыв планов на выходные253

Глоссарий.....257

Благодарности259

Об авторе261