

Памятки для воспитанников тренировочной квартиры

Учебная тренировочная квартира должна быть образцом порядка и чистоты!

Жилая комната

- Ежедневно делай влажную уборку полов, протирай пыль.
- Ежедневно удаляй мусор из ведер.
- Держи обувь в определенном месте, чистую и сухую.
- Аккуратно размещай одежду в шкафу.
- Содержи туалетные принадлежности в чистоте и порядке.
- Соблюдай порядок на письменном столе.
- Поливай цветы (если имеются) в соответствии с индивидуальными особенностями каждого растения.
- Утром заправляй кровать.
- Пылесось ковры ежедневно.
- Уходя, гаси свет и выключай электрические приборы.
- Следи за своими вещами, не забывай стирать и гладить свою одежду.

Кухня

При приготовлении пищи:

- используй продукты для приготовления пищи с не истекшим сроком годности;
- составляя меню, используй калорийные и богатые витаминами продукты;
- содержи посуду в чистоте;
- старайся приглашать к столу всех совместно проживающих с тобой;
- обсуждай меню со своим соседом (если вы питаетесь совместно).

После приготовления пищи:

- вымой посуду и расставь ее на места;
- протри поверхность стола и шкафов тряпкой;
- вымой плиту;
- вымой раковину;
- вынеси мусор и протри пол;
- не храни продукты с истекшим сроком годности.

Уход за холодильником

1. Не храни в холодильнике продукты с истекшим сроком годности.
2. Во избежание поломки холодильника не ставь в него продукты в горячей посуде.
3. Размораживай и мой холодильник один раз в месяц, по окончании проживания.
4. Если в холодильнике появился неприятный запах:
 - проверь и выброси испорченные продукты;
 - протри стенки и полки холодильника сначала влажной тряпкой, затем сухой;
 - разрежь лимон пополам, удали мякоть, насыпь в очищенную половинку пищевую соду и поставь в холодильник, запах исчезнет.

Уход за стиральной машиной и по стирке

1. Протри поверхности стиральной машины влажной тряпкой, можно с использованием жидкого моющего средства.
2. Вытри поверхности насухо мягкой тряпкой.
3. Не лей воду на стиральную машину.
4. Используй при стирке только порошки для автоматических стиральных машин с низким пенообразованием и средство, предотвращающее образование накипи.
5. Не перегружай стиральную машину, иначе белье не будет хорошо выстирано.
6. Сортируй белье по цвету: белое белье стирай отдельно от цветного.
7. Сортируй белье на хлопок, синтетику, шерсть, вискозу, шелк.
8. Перед стиркой изучи символы на ярлыках одежды, указывающие, как нужно обращаться с тканью.
9. Стирай требующие осторожного обращения ткани в режиме деликатной стирки.
10. Помни: загрузка в машину белья и одежды различных размеров улучшает эффективность стирки.
11. Перед стиркой вынимай все из карманов вещей: монеты, английские булавки и аналогичные предметы, так как они могут повредить белье, барабан стиральной машины и емкость для воды.
12. Застегивай застёжки: молнии, пуговицы, крючки.
13. Свяжи вместе висящие ремни или ленты.

Уход за микроволновой печью

1. Всегда следи за тем, чтобы уплотнители дверцы были чистыми и чтобы дверца надежно закрывалась. Невыполнение мер по поддержанию печи в чистоте может привести к повреждению ее поверхности, что негативно сказывается на работе печи и увеличивает опасность при ее использовании.
2. Чисти наружные поверхности мягкой тряпкой и теплой мыльной водой. Смой мыло и вытри насухо.
3. Удали намыленной тряпкой все брызги и пятна с внутренних поверхностей и роликовой подставки. Смой мыло и протри насухо.
4. Чтобы отмочить засохшие частицы пищи и удалить запахи, помести чашку разбавленного лимонного сока на вращающийся поднос и нагревай ее в течение 10 минут на максимальном уровне мощности.
5. Мой по мере загрязнения вращающийся поднос.
6. Не допускай попадания воды в вентиляционные отверстия.
7. Никогда не используй для чистки поверхностей печи абразивные материалы и химические растворители.

Уход за пылесосом

1. Вытряхивай мешок для сбора мусора один раз в неделю.
2. Аккуратно сматывай шнур после работы.

Уход за плитой

1. Мой плиту после каждого приготовления пищи.
2. Не оставляй включенной плиту после приготовления пищи, особенно если выходишь из дома.