

智慧大王03

生活窍门246例

智慧让您的生活简单而充满乐趣



巧用牙膏清洁门把手



化妆棉清洁电话



香水制作香囊

60例养生美容小窍门

保健茶、消暑汤、润肠羹
亲手调制，健康美丽轻松拥有

49例旧物利用小窍门

旧牙刷、旧袜子、矿泉水瓶
改造翻新，重复利用乐趣多多

137例其他创意小品

另类眼镜吊床、毛巾浇花器、清凉水枪
慧心妙手，在平淡生活中发掘无穷乐趣



碎粉饼复活记



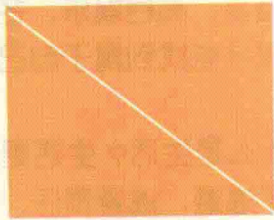
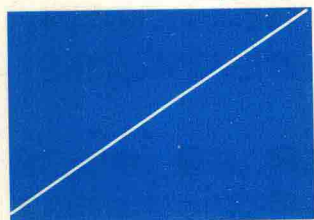
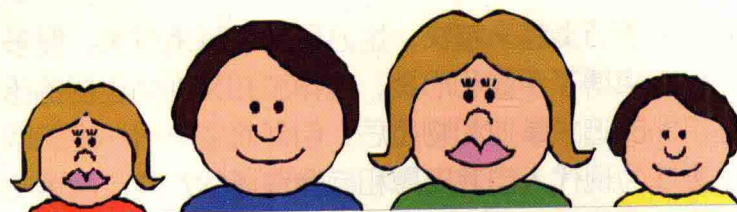
用奶粉罐做卫生纸

南海出版公司

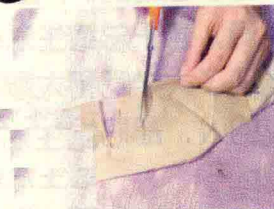
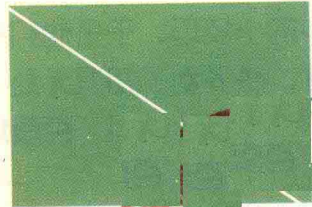
TS 976

智慧大王03

47



生活窍门 246 例



SHENGHUO GIAOMEN

-83

南海出版公司

序言 LIFE NEED CLEAN UP

现代人的生活节奏越来越快，生活压力也越来越大，很多人被这个社会所谓的成功标准束缚了手脚和心灵，想挣脱却又面临世俗的压力和心灵的失落。他们在拼命的追求事业和物质后，自然想要获得一定的回报，于是，享受生活又一度成为现代人自我安慰和自我偿还的方式。所谓的享受又是什么呢？华服盛宴、高档娱乐、名车出入，终究还是陷入了物质和消费的陷阱。现代人何时才能找到属于自己的生活和天空？这是个一度让人们慨叹的话题。

到底什么是生活？生活更多时候就意味着平淡、琐碎、枯燥，所以，很多人选择了逃避，逃避责任、逃避琐碎；也有很多人在平淡的生活中活出了乐趣，发现了智慧，经营了事业。这两类人的区别就在于用心二字。

犹太民族是一个很注重智慧的民族，智慧与智力二字的区别在于前者是后天的用心而为，技巧而为，后者是先天而成。一个有着大智慧的人必定是用心生活，善于总结的。问题在这里就豁然开朗了，用心生活的人留心观察生活中的点滴，善于总结生活中的小技巧，于是他们从表面看似平淡、枯燥的生活中发现了大学问和大智慧，感受到了知识无处不在的乐趣。而终日浮躁居于求成的人，却把生活本身当作一种负担，百般埋怨生活的繁琐，何谈享受生活呢？

已经有一批热爱生活的人们，他们走出了现代人的生活症结，事业蒸蒸日上，却置身于工作和房车之外，享受生活本身的从容与惬意。

为了能更好地引导现代人活出自己的精彩与情趣，本书为广大读者介绍了一系列的生活窍门，清洁、旧物利用、养生、美容、创意小品，让你在平淡的生活中咀嚼出不一样滋味，在琐碎的家事中发现生活的智慧，成为居家生活的高手。

收纳可以增添家庭生活的乐趣。现在超市和各个家居用品店都有许多漂亮的收纳器皿，既能存放东西，又能装饰环境。这些可爱的器皿是居家收纳的百宝箱，借助它们打理你的家居空间，可让你轻松地享受整洁而有序的休闲生活。

收纳可以“变废为宝”。喝过的饮料瓶、用过的卫生纸卷和吃过饼干的盒子，看起来一无是处，其实动动脑、动动手，就能把这些废品变成宝贝。盒子可以装很多小东西，瓶子可以用来装油盐酱醋，纸筒可以装领带，还可以做成各式各样的小饰品。既省了买东西的花费，享受到做手工的乐趣，又让家里变得赏心悦目，何乐而不为呢？

L

LIFE NEED CLEAN UP



收纳六大原则

CLEAN UP SIX PRINCIPLE

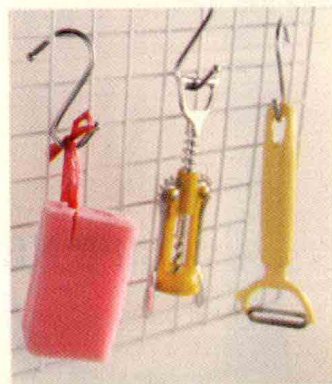
你是不是总觉得自己的家不够大，经常因为家里大堆的杂物而烦恼，或者因为找不到要用的东西而手忙脚乱？有这些烦恼的我们，不是因为太懒，也不是房子不够大，而是因为我们没有掌握最合理的收纳原则。

原则1：检视脏乱状况，预做规划。

要整理我们的家，首先应该对居家的空间结构及自己的生活习惯有一个大体的了解，才能进行合理规划，这是小空间大利用的不二法门。在设计收纳空间前先做完善的规划，并预留充分的空间，这样才不会随着生活时间的增长而物满为患。对屋内的每一寸空间都做最详尽的分析与设计，务求将收藏功能发挥到极致。

原则2：该丢则丢，不要犹豫。

放眼望去，家中到处都是散乱的物品！塞得满满的柜子总让人觉得不知所措。实际上我们看上去很“充裕”的物品大多是用不着的，徒占空间而已。例如衣服，我们往往真正常用的只占全部衣物的20%。因此，衣柜中只留日常服饰就行了，可以精简它们的数量，以便更好地利用余下的空间，这也是养成良好收纳习惯的开始。只是我们往往对一些东西难于取舍，所以有必要按“需要”“不需要”“难以取舍”将物品分类。如果判断出什么是不需要的，要毫不犹豫地扔掉它们。



原则3：分门别类，缩小收纳空间。

收纳最重要的秘诀就是分类。如果将东西先分类再收放，使用起来就会很方便。分类的方式可根据实际需要而定，但务必做到“易拿易放”，要让全家人容易懂得如何分类，又不容易忘记。我们可以利用空间的功能性，作为分类的标准，如客厅、餐厅、浴室、卧房等，特定地方所使用的物品，要尽量放在该空间内。同一空间的物品，不妨以使用的频率和顺序来决定。常用物品的收纳高度，最好是在眼睛和膝盖之间，而体积较小的，最好要收在伸手可得、可放之处。

分门别类地收纳不仅有利于物品保护保养，而且更加方便查找。合理进行家居收纳，不只是简单地把物品归类，或集中放置。还应遵循美学的原则，所选择的收纳家具要与家居风格相匹配，才会显得和谐。无论是封闭式或开放式的收纳，都可以借助家具本身或物品的摆放，起到装饰居室的作用。

原则4：物尽其用，巧用各个角落。

常听人说家里东西太杂乱了，再大的房子仍然显得不够用。其实房间里有很多被人遗忘的空间。如墙壁、墙角、柜门等地方，人们习惯将其忽略，却没有想到用好这些小空间，会达到意想不到的效果。再小的空间总有小东西可收纳，只要充分利用好小角落，储藏空间就能得到极大的延展。



要妥善利用空间的高度和深度。当你使用壁橱或衣柜等较大空间收纳物品时，活用高度与尝试能增加收纳上的方便性。在高度方面，可以运用市场上专用的现成棚架，并根据物品的高度调整棚架的位置。深度上则可以利用抽屉，只要将抽屉拉出来，就能看到所有的物品。高度的原则是轻的物品放上面，重的物品放下方，而架子的较深处，则存放使用频率较低的物品。抽屉的收纳能让人一眼看清抽屉里放了什么，方便取用。

要尽量减少多余的空隙，谨记“多余的间隙就是仇人”的原则。把所有的角落都利用起来。

原则5：注意动线与方便性。

动线是指人们经常走动活动的地方。由于利用频率高，所以动线的布置必须方便合理。

厨房里储藏柜、冰箱、水槽、炉具、碗柜的顺序安排，决定了下厨动线，由储存、清洗、料理这三道程序进行规划，并设置成“L”形，符合下厨的习惯。规划适当就不会多绕圈，能节省时间和精力。如果安排不合理，做起饭来就会手忙脚乱。客厅的动线处则不能安放大件物品，否则会阻碍平时的活动。

原则6：物归原处、定期清理。

用过的东西不能物归原处，这是收纳的大忌。收纳物品时，要先决定东西的存放位置，并且养成物品用完立即归位的习惯，这样东西就不会到处散乱。

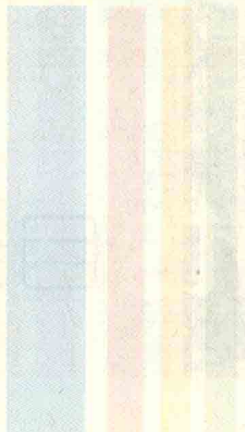
如果你工作繁忙，每天最少能抽出5分钟的时间整理居家环境，虽然这种作法每天只有少少的进度，但一定会比什么都不做好。另外，相隔一个月或半个月，应该给家里来次大清扫，把不要的东西通通整理出局。将随手放乱的东西整理好，家里才能时时保持干净明亮。



Contents 目录

Part1 房间的收纳技巧

- | | | | | | |
|----|-----------|----|----------|----|------------|
| 15 | T恤衫巧折叠 | 25 | 夹克折叠法 | 33 | 丝袜叠放法 |
| 16 | 长袖T恤的折叠 | 25 | 连衣裙折叠法 | 34 | 长筒丝袜折叠法 |
| 17 | 衬衫防皱折叠法 | 26 | 裤裙折叠法 | 35 | 套装的收纳 |
| 18 | 开领短袖衬衫折叠法 | 27 | 短裤折叠法 | 36 | 洋装的收纳 |
| 19 | 对襟衣物护扣折法 | 28 | 睡衣折叠法 | 36 | 用衣架收纳丝巾 |
| 20 | 毛衣多折法 | 29 | 文胸对折法 | 37 | 用风琴夹收纳丝巾 |
| 21 | 厚毛衣折叠法 | 30 | 女用短裤折叠法 | 37 | 用月历收纳丝巾 |
| 22 | 线衫无痕折叠法 | 31 | 衬裙折叠法 | 38 | 毛衣的收存方法 |
| 22 | 背心对折法 | 32 | 贴身短内衣折叠法 | 39 | 衬衫平放的收存方法 |
| 23 | 连帽衫无皱折叠法 | 32 | 男用短裤折叠法 | 39 | 领带和皮带的收存方法 |
| 24 | 外套折叠法 | 33 | 袜子叠放法 | 39 | 衬衫立放的收存方法 |



- 40 自制可以直立的装衣盒
- 40 橱壁安装滑进式衣架
- 41 衣盒加标签收存
- 41 衣柜里侧巧利用
- 42 垂直放置更合理
- 42 衣服长度颜色一分到底
- 43 利用衣柜壁面收纳帽子
- 43 皮带的收纳
- 44 废纸卷变领带卷
- 45 自制手表保护筒
- 46 衣服的收纳技巧
- 48 鞋盒放蓬松的衣物不占空间
- 49 巧用竖立式隔板

- 50 皮包去污保养
- 50 皮包收纳技巧
- 52 分类整理小饰品
- 52 首饰的收纳
- 53 饼干盒变成首饰盒
- 54 名片盒变成首饰盒
- 54 海绵首饰收纳盒
- 55 饰品的保养收纳
- 56 银饰的收纳与保养
- 57 用透明的盒子收存首饰
- 57 用台历收纳小饰品
- 58 发夹巧收藏
- 58 空盒变身小瓶子收纳架

- 59 化妆品收纳技巧
- 60 将化妆用具整理到一起
- 61 用纸盒纸箱巧收存化妆品
- 62 棉被的收纳方法
- 62 蚕丝被的收纳方法
- 63 凉被的收纳法
- 64 用凳子收纳棉被
- 64 用大旅行箱收纳被子
- 65 卫生棉收纳盒



Part2 门厅的收纳绝招

67 利用衣架收纳拖鞋1

67 利用衣架收纳拖鞋2

68 拖鞋的收纳法

68 童鞋的收纳

69 靴子的清洁法

70 靴子的收纳方法

71 凉鞋的对放收纳

72 高跟鞋的对放收纳

72 鞋子的军绳悬挂法

73 利用长筒袜收纳鞋子

74 鞋架空间的再利用

74 鞋子的收纳方法

75 制作多功能鞋柜

75 快速去除鞋子异味

76 面巾纸盒的收纳

76 另类眼镜吊床

77 色彩粉嫩的杂志架

78 桌面小纸碟

78 杂志的收纳

79 账单纸收纳盒

80 用鞋盒收纳CD盒

80 自制漂亮的纸茶篮

81 礼盒变糖果盒

82 遥控器的收纳

82 用面巾盒收纳画册

83 钥匙挂盒

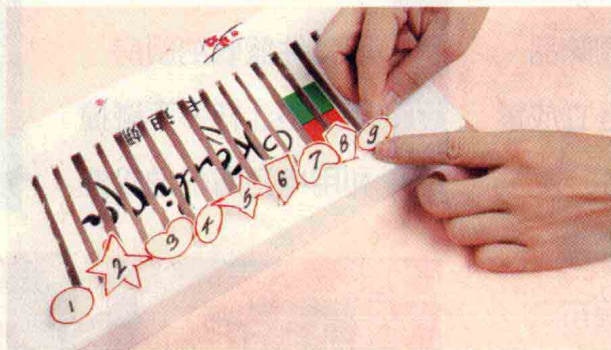
83 省力制作墙面收纳

84 椅子的巧用

84 制作简单的CD架

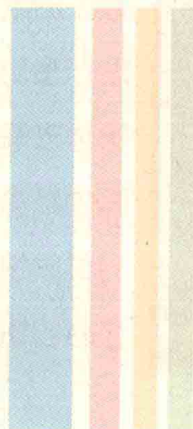
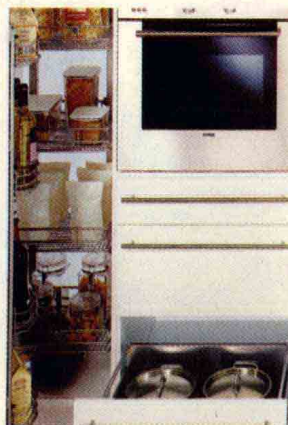
85 易丢失物品存放在桌子底下

85 出门物品放在鞋柜上



Part3 厨房的收纳窍门

- | | | |
|-----------------|---------------|------------------|
| 87 巧用厨房空间 | 96 厨房用具的吊式收纳 | 102 厨房空间增大法 |
| 87 厨房餐具的收纳 | 97 厨房海绵洗碗布的放置 | 103 饮料瓶做密封夹 |
| 88 厨房盆具的收纳 | 97 砧板的收纳 | 104 牛奶盒的妙用 |
| 88 厨房巧摆设 | 98 巧用冰箱外侧空间 | 104 衣架变身垃圾桶 |
| 89 厨房巧收纳 | 98 纸箱三层橱柜 | 105 巧用厨房间隙收存小物品 |
| 89 厨房空间的合理利用 | 99 网格收纳架 | 105 药酒的存放空间 |
| 90 利用水果网套保护餐具 | 99 用塑料箱收纳调味料 | 106 巧用网兜 |
| 90 用夹子固定已开封的调味包 | 100 保鲜膜盒 | 106 巧用水槽下的空间 |
| 91 用塑料胶盒收纳调味品 | 101 用文件篮收纳厨房 | 107 日常用品挂在网状板上 |
| 91 将厨房的小物品竖立放置 | 101 防滑垫让杯子不碰撞 | 107 把咖啡杯挂在稳固的杯架上 |
| 92 用文件夹收纳盘子 | 102 利用电话簿快速吸油 | |
| 92 用收纳篮装瓶瓶罐罐 | | |
| 93 用绳吊挂海绵洗碗布 | | |
| 93 用瓶瓶罐罐收纳厨房用品 | | |
| 94 可拉式挂物架 | | |
| 95 可移动式挂物篮 | | |
| 95 利用光碟让剩菜层层叠起 | | |
| 96 巧用废纸盒清洁冰箱 | | |



Part4 卫生间的收纳设计

109 巧用盥洗台和墙壁的空间

109 自制卫生间书架

110 发圈的收纳

110 多用小提篮收纳小物品

111 喷头下巧置盥洗用品

112 墙角整理箱

112 毛巾架挂杆

113 自制牙刷架

114 自制卷筒卫生纸架

115 自制卫生纸架

115 洗漱小物品的收纳

116 衣架存放盒

117 磁盘盒变化妆品收纳盒

117 利用大毛巾做挂壁式衣袋

118 利用金属架收存洗脸用品

118 让卷筒卫生纸具有饰品效果

119 自制卫生间收存架

119 巧用浴室壁角收存小物品



Part5 闲置物品的收纳创意

121 衣架变多功能晒袜架

122 衣架变滚筒式面纸架

123 衣架变漱口杯架

124 衣架变抽取式面纸架

125 衣架巧晒平口鞋

125 铁丝衣架做成挂物架

126 网格做成晒衣网

127 矿泉水瓶变风铃留言夹

128 矿泉水瓶变不滴水伞架

129 饮料瓶变纸杯抽取架

130 矿泉水瓶变隔热杯座

130 饮料瓶变笔筒

131 大塑料瓶变刀叉收纳罐

132 铝罐变烟灰缸

133 铝罐变创意收纳篮

134 饮料盒摇身变收放架

135 牛奶盒摇身变收纳盒

136 牛奶盒摇身变手机盒

137 软料纸盒变有把手收纳盒

138 牛奶盒做成一次性饭盒

139 奶粉筒变垃圾筒

139 奶粉筒变卫生纸罐

140 饮料盒做成文件夹

140 纸袋的变身术

141 可吊式纸盒

141 磁盘盒变折扣券收纳盒

142 利用纸箱制作旧报纸存储箱

143 巧用“H”形隔板

144 把1个纸箱做成2个抽屉

145 硬纸箱变抽屉式存储箱

146 硬纸箱变简单储物架

146 半透明箱变药箱

147 小相册的大利用

147 巧制插针包

148 废光盘变花盆

149 巧制塑料袋抽取桶

150 用旧报纸当垃圾袋

150 丝袜的再利用

151 丝袜变厨房清洁用品

151 巧用丝袜晒毛衣



Part6 其他空间的收纳利用

153 书房巧收纳

153 巧用楼梯空间

154 借助空盒在办公室养花

154 办公室文件盒的组合

155 办公用品巧收纳

155 办公室笔的收纳

156 办公室桌下空间的收纳

157 办公室抽屉隔间的收纳

157 制作票据收纳夹

158 办公桌上的双层收纳

158 用磁盘盒收纳办公室小物品

159 旅行箱里不同鞋子的收纳

159 旅行时贵重品的收纳方法

160 旅行时保养用品的收纳方法

160 旅行时衣服的收纳方法

161 旅行时衣服的快速干法

162 用衣架制作清扫用具

163 网格板收纳工具

163 利用长柄伞收纳小伞

164 制作墙面侧抽面纸袋

164 四脚椅充当临时垃圾桶

165 罐子变笔筒

165 利用纸盒收存书籍

166 橱柜的收纳术

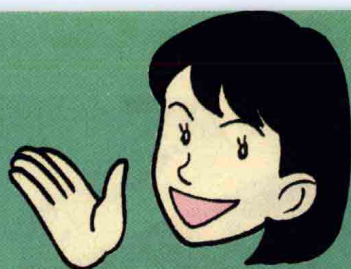


- 166 纸袋收纳架
- 167 塑料袋的四方形叠法
- 168 塑料袋的蝴蝶结收纳法
- 168 塑料袋三角形收纳法
- 169 塑胶袋抽取盒
- 170 不起皱的衣架
- 170 玻璃瓶的收纳
- 171 餐桌下安装抽屉
- 171 收存运动器材的“运动器材塔”
- 172 滑雪板的收存
- 172 用网制吊床收存布制玩具
- 173 网状板当间壁材料
- 173 橱柜内壁收存信件
- 174 活用移动收存柜

- 174 狭窄房间的收纳
- 175 自制杂志书架
- 175 利用文件夹收存旧杂志
- 176 壁橱隔板的取法
- 176 巧用盒子收存物品
- 176 巧用支撑棍增大壁橱空间
- 177 利用移动式抽屉收存衣物
- 177 自制鞋架
- 178 巧用双层床收纳
- 178 用彩色箱收存玩具
- 179 衣柜变化妆室
- 179 用盒子收存照片和底片
- 180 手端式小竹筐的收存
- 180 巧用门或衣柜上方的空间



Part 1

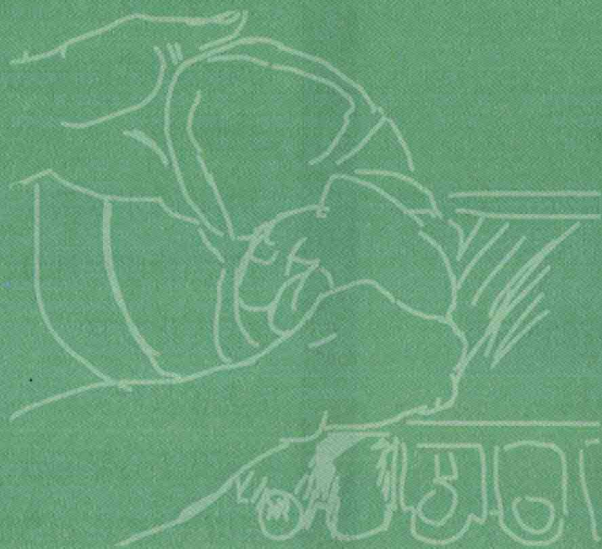


房间的收纳技巧



SHOU
NA
QIAO
MEN

■ 房间作为每个人生活的一个小世界，是需要用心打理的。如果你房间里的东西总是杂乱不堪，柜子里总是塞得满满的，挂衣架上层层叠叠全是衣服、包……你走进房间感觉肯定是不好的。因此，你要对你的房间进行收纳，使你的床上、挂衣架、柜子等空间得到充分的利用，你的小世界就会漂亮舒适起来。





T恤衫巧折叠

巧支招:

将T恤衫紧密叠起时,要避免褶皱,衣领的周围不要有折痕。把衣物向后折叠,根据放置场所的大小,决定最终的宽度。将两端折叠,再对折1次或2次都可以。



步骤



(1) 将后身向上放置的T恤衫摊开,抚平褶皱。



(2) 根据放置场所的宽度,左侧向后身重叠,再将袖子折回来。



(3) 相对的一侧同样折叠,将右侧折叠,并将袖子折回。左右折叠的大小要均等。



(4) 从下摆开始向上对折,整理形状和褶皱后,就基本完成了。领子的周围也要整齐。



(5) 再将前身向上放置,叠放起来。竖立收藏的时候,进一步对折。将折叠的边缘向上并列排列,既不易松散,也可以轻松取放。



长袖T恤的折叠

巧支招：长袖T恤衫的收纳折叠重点在于长袖子的整理，做好了这一步，什么都好说啦！



折叠法 步骤



(1) 把T恤摊平，拉直，领口的一面朝上放。



(2) 依照存放的抽屉或空间宽度，把袖子往内折，然后将长袖子整理好。



(3) 将下摆向上折1/4，然后再对折就完成了。

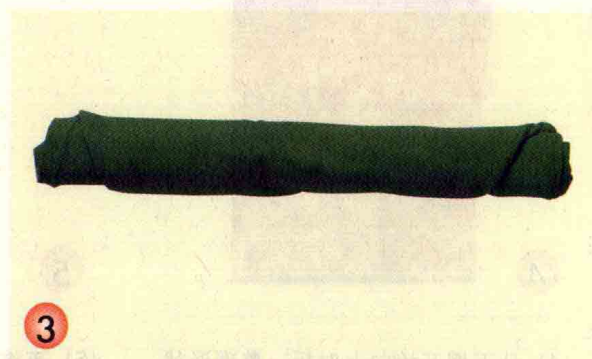
卷折法 步骤



(1) 把T恤衫背朝上摊平。把袖子往内折，并整理好。



(2) 由下摆开始向上卷折。



(3) 由下摆开始往上卷至领口即可。