

DIE GRUNDLAGEN

- 001** Das Wichtigste schnell zur Hand
- 002** Wisch und weg
- 003** Fusselade
- 004** Hände schützen
- 005** Beste Bürsten
- 006** Müll eintüten
Frühjahrsputz neu organisiert
- 007** Hausmittel
- 008** Selber anmischen
Tipp: Gut gestreut
- 009** Selbstgemachte Reinigungsmittel
- 010** Und los geht's
- 011** Sauberkeit im ganzen Haus
- 012** Der volle Durchblick
- 013** Fenster und Spiegel putzen
- 014** Neue Frische für Sicht- und Lichtschutz
- 015** Jalousien und Fensterläden reinigen
- 016** Saubere Rollos
- 017** Gepflegte Vorhänge
Tipp: Professionelle Reinigung
- 018** Türen und Leisten nicht vergessen
- 019** Hygienische Lichtschalter
- 020** Wände und Decken nicht vernachlässigen
- 021** Welche Wandfarbe?
Tipp: Abwaschbare Tapeten
- 022** So bleiben edle Tapeten lange schön
- 023** Neuer Glanz für Holzpaneele
- 024** Unbehandeltes und geöltes Holz
- 025** Flecken an den Wänden
- 026** Ziegelwände reinigen
- 027** Einladende Eingangstür
- 028** Dusche für den Mülleimer
- 029** Türgriffpflege
- 030** Von Grund auf sauber
- 031** Sprühmopp
- 032** Für jeden Boden die richtige Pflege
- 033** Umgang mit Hartholz
- 034** Sanfte Pflege für Bambus
- 035** Langlebiges Laminat
- 036** Schöner Stein
- 037** Korkpflege
- 038** Blitzblanke Betonböden
- 039** Liebe zum Linoleum
- 040** Die richtige Fliesenpflege
- 041** Vinylböden lange erhalten
- 042** Pflege für Teppiche
- 043** Antike Teppiche reinigen
- 044** Teppich über Teppich
- 045** Sauberes Kuhfell
- 046** Kuscheliges Schaffell
- 047** Regelmäßig reinigen
- 048** Natürliche Fleckenentferner
- 049** Sofort reagieren
- 050** Tipps für die häufigsten Flecken
- 051** Es werde Licht
- 052** Lampenschirme reinigen
- 053** Lampenschirme aus Stoff
- 054** Lampenschirme aus Glas
- 055** Andere Leuchten
- 056** Neuer Glanz für Kronleuchter
- 057** Deckenleuchten
Tipp: Glühbirnen abstauben

GRUNDLAGEN: CHECKLISTE

KÜCHE

- 058 Ordnung in der Küche
- 059 Allabendliches Aufräumen
- 060 Start in den Tag
 - Tipp:* Die ganze Familie miteinbeziehen
- 061 Kühlschrank putzen
- 062 Mehr Platz in der Gefriertruhe
- 063 Kondensator reinigen
- 064 Außenflächen abwischen
- 065 Glänzender Edelstahl
 - Tipp:* Einlegematten
- 066 Backofen reinigen
- 067 Mikrowelle wieder wie neu
 - Tipp:* Flecken sofort abwischen
- 068 Ein sauberes Kochfeld
- 069 Ganz glatt
- 070 Heizspiralen putzen
- 071 Gasherd reinigen
- 072 Dunstabzug nicht vergessen
- 073 Geschirr von Hand spülen
- 074 Effizienter abspülen
- 075 Die Spülmaschine reinigen
- 076 Bedienfeld und Griff abwischen
- 077 Richtig einräumen
- 078 Keine Gerüche
- 079 Gründlich reinigen
- 080 Wasserfluss beachten
- 081 Beste Ergebnisse
- 082 Welche Spüle?
- 083 Küchenabfälle zerkleinern
- 084 Pflege des Müllschluckers

- 085 In den Müll
 - 086 Armaturenpflege
 - 087 Lebendes Material
 - 088 Alte Armaturen schonend putzen
 - 089 Versiegelte Arbeitsflächen
 - 090 Unversiegelte Arbeitsflächen
 - 091 Saubere Bretter
 - 092 Frische für die Kaffeemaschine
 - 093 Messerblock saubermachen
 - 094 Reinigung des Toasters
 - Tipp:* Spray für Obst und Gemüse
 - 095 Pflege für die Küchenmaschine
 - 096 Mixer reinigen
 - 097 Umgang mit Hochleistungsmixern
 - 098 Entsafter
 - 099 Sauberkeit im Küchenschrank
 - 100 Neuer Glanz für Schranktüren
 - Tipp:* Keimfreie Schwämme
 - 101 Fächer reinigen
 - 102 Flecken rasch entfernen
 - 103 Saubere Griffe
 - 104 Reiniger für die Küche
- KÜCHE: CHECKLISTE**

BADEZIMMER

- 105 Morgens schon sauber
 - Tipp:* Farblich trennen
- 106 Putzset für das Badezimmer
- 107 Frische im Bad
- 108 Ordnung im Medizinschrank
- 109 Arzneien sicher aufbewahren

- 110 Weg mit dem Zeug
- 111 Neuer Glanz für die Dusche
- 112 Duschkopf reinigen
- 113 Saubere Lüftung
- 114 Fliesen und Fugen
 - Tipp:* Seife wechseln
- 115 Welche Badewanne?
- 116 Badewanne außen reinigen
- 117 Hygienischer Whirlpool
- 118 Natürliche Abflussreinigung
- 119 Pflege für Handtücher
- 120 Bademäntel nicht vergessen
- 121 Badematten waschen
- 122 Waschbecken und Waschtische
- 123 Dos und Don'ts
 - Tipp:* Gründlich trockenwischen
- 124 Flecken auf Emaille
- 125 Schränke und Schubladen entrümpeln
- 126 Make-up sauber aufbewahren
- 127 Ordnung im Schmuck
- 128 Armaturen trockenwischen
- 129 Beschichtung bewahren
- 130 Unbeschichtete Armaturen
- 131 Natürliche Patina
- 132 Nichts riskieren
- 133 Goldrausch
- 134 Make-up-Pinsel säubern
- 135 Zahnbürste reinigen
- 136 Becher, Behälter und Seifenschale
- 137 Pflege für Haarbürsten
 - Tipp:* Sauberkeit im Mülleimer

- 138 Ran an die Toilette
- 139 Ablagerungen beseitigen
- 140 Reinheit im Bidet
- 141 WC-Bürste reinigen
- 142 Verhalten bei Grippe und Erkältungen
- 143 Kampf den Keimen
- 144 Heiß waschen
- 145 Hände waschen
- 146 Wegwerftücher verwenden
- 147 Keimfreie Flächen
- 148 Alles desinfizieren
- 149 Reiniger für das Badezimmer

BADEZIMMER: CHECKLISTE

WASCHKÜCHE

- 150 Schlau waschen
- 151 Alles an seinem Platz
- 152 Einen Sammelkorb aufstellen
 - Tipp:* Nett dekorieren
- 153 Das Bügeleisen dampfreinigen
- 154 Strategien bei Flecken
- 155 Erste-Hilfe-Set für Flecken
- 156 Nur Natur
- 157 Was bedeuten die Pflegesymbole?
- 158 Wofür stehen die Zahlen?
 - Tipp:* Schonender geht immer
- 159 Reiniger für die Waschküche
- 160 Saubere Maschine
- 161 Kuschelweiche Wäsche
- 162 Frontlader reinigen
- 163 Toplader reinigen

- 164 Pflege für den Wäschetrockner
 - 165 Ran an die Bälle
 - 166 Abluftschlauch reinigen
 - 167 Fusseln fangen
Tipp: Trocknertücher selbstgemacht
- WASCHKÜCHE: CHECKLISTE**

WOHNBEREICHE

Wohnzimmer

- 168 Wohnliches Wohnzimmer
- 169 Für Ordnung sorgen
- 170 Dem Staub die Stirn bieten
- 171 Das Sofa reinigen
- 172 Den Code kennen
- 173 Weg mit Flecken
- 174 Frische Polster
- 175 Polstermöbel schamponieren
- 176 Pflege für edles Leder
- 177 Flecken aus Leder entfernen
- 178 Natürliche Möbelpolitur
- 179 Holz häufig abstauben
- 180 Tischlein, ich putz dich
- 181 Kamin reinigen
- 182 Feuerraum leeren
- 183 Gut gerüstet
- 184 Sauberkeit im Feuerraum
- 185 Einen Gasofen reinigen
- 186 Kaminzubehör putzen
- 187 Den Kaminsims nicht vergessen
- 188 Kaminfenster saubermachen
- 189 Bilder und Gemälde reinigen

- 190 Antike Möbel gut behandeln

Tipp: Bloß kein Brot

- 191 Reinigung des Fernsehers
- 192 Lautsprecher saubermachen
- 193 Schmutzfreie Fernbedienung
- 194 Auch Bücher brauchen Pflege
- 195 Sauberkeit im Bücherregal
- 196 Staubfreie Pflanzen
Tipp: Bücher ausmisten
- 197 Reiniger für das ganze Haus

WOHNZIMMER: CHECKLISTE

Esszimmer

- 198 Esszimmer neu entdeckt
- 199 Auf Gäste vorbereitet sein
- 200 Für Festlichkeit sorgen
- 201 Tischwäsche waschen
Tipp: Stoffe natürlich weich machen
- 202 Erbstücke von Hand waschen
- 203 Feucht bügeln
- 204 Mehr Platz zum Bügeln
- 205 Bügeltipps
- 206 Gut aufgehängt
Tipp: Wäsche schützen
- 207 Flecken im Esszimmer
- 208 Umgang mit feinem Porzellan
- 209 Sicher verstauen
- 210 Kristall und Glas reinigen
- 211 Glänzendes Silberbesteck
- 212 Silber polieren
- 213 Esstisch pflegen

- 214 Holz natürlich polieren
- 215 Genügend Zeit für die Gäste
- 216 Sagen Sie ja!
- 217 Gut vorbereitet
- 218 Nebenbei abspülen
Tipp: Möbel umstellen

ESSZIMMER: CHECKLISTE

Schlafzimmer

- 219 Ein Ort der Entspannung
- 220 Mühelos sauber
- 221 Bettwäsche waschen
- 222 Kissen schonen
- 223 Kuschelige Bettwäsche
- 224 Kissen beziehen
- 225 Falten reduzieren
- 226 Kissenpflege
- 227 Memory-Schaum auffrischen
- 228 Die Bettdecke schonen
- 229 Bettdecken reinigen
- 230 Neue Frische für Matratzen
- 231 Matratzenauflagen waschen
- 232 Betthimmel und Bettvolants
- 233 Lavendelduft verbreiten
- 234 Betten machen
- 235 Das Bettgestell nicht vergessen
- 236 Kommoden saubermachen
- 237 Ventilator putzen
- 238 Ein Kopfteil aus Stoff reinigen
- 239 Luftbefeuchter reinigen
- 240 Wollmäuse raus

- 241 Schränke putzen
- 242 Lavendel gegen Motten
- 243 Textilschutz Zedernholz
- 244 Motten verjagen
- 245 Staubmilben bekämpfen
- 246 Läuse loswerden

SCHLAFZIMMER: CHECKLIST

Büro

- 247 Computer reinigen
- 248 Schreibtisch aufräumen
- 249 Gut organisiert
- 250 Mehr Platz in den Regalen
- 251 Ordnung im Aktenschrank
- 252 Bürostuhl auffrischen
- 253 Papier vermeiden
Tipp: Schubladen wachsen
- 254 Pinnwand aktualisieren
- 255 Ausmisten und sortieren

BÜRO: CHECKLISTE

- 30-Tüten-Entrümpelungsaufgabe
- Reinigungs-Checklisten
- Rezepte
- Danksagung/Bildnachweis
- Register