

BONUS #2

ABY DLOUHO VYDRŽELO



Nepostradatelné tipy, jak se o
vaše kousky ve skříni starat.

Michala Měřínská,
www.michalamerinska.cz

Aby dlouho vydrželo...

V eBooku **Kouzla oblékání** jste načerpaly spoustu inspirace, jak se cítit v oblečení pěkně a šik. Víte, co ze skříně vyřadit a co naopak dokoupit.

Aby vyl váš šatník opravdu funkční a nadčasové kousky vám dlouho sloužily, vypadaly kvalitně a investice do nich se vám vyplatila, je potřeba ještě jedna nesmírně důležitá věc.

Správně o vaše oblečení pečovat.

Nezáleží pouze na kvalitě, kterou při oblečení kupujete. Záleží také na VÁS, jak dlouho vám oblečení vydrží pěkné.

Abyste ze svých oblíbených módních kousků měla radost co nejdéle, je potřeba se naučit o ně správně starat – správně skládat, prát, sušit. Pokud to budete umět, budou vaše oblíbené kousky vypadat klidně i po letech nošení jako nové. Sama mám ve skříní několik svetrů, šatů nebo i šál a kabátů, které nosím více než 5 let a není to na nich vidět.



Takže i když péče o oblečení vypadá na první pohled jako samozřejmost, ruku na srdce.

Opravdu poctivě čtete pokyny o údržbě oděvu před tím, než vezmete nůžky a cedulku ustříhnete?

Nikdy jste nevyžehlila na jeden zátaž něco, co se vlastně žehlit nemá? Kolikrát se vám nechtělo skládat tričko nebo halenku, tak jste ji do poličky ve skříni ležerně pohodily se slovy „uklidím to, až se potom...”

Myslím, že každá z vás to aspoň jednou zažila, když si takto zničila svůj oblíbený kousek.



Myslím si, že je velká škoda, když jen svojí leností nebo nevědomostí způsobíte to, že se oblečení rychleji sepere, svetry vyblednou, na jemné halence se udělají sklady, které už nejdou narovnat.

Těm mrzutým myšlenkám, které pak přicházejí, lze totiž krásně předejít. Začněte přemýšlet nad tím, jak vypadá vaše šatní skříň, a seznamte se základními informacemi, které vám pomohou k tomu, aby vám vaše oblečení dlouho vydrželo.

Tento Bonus k eBooku Kouzla oblékání vám v tom pomůže. **Najdete tu zásadní věci v péči o oblečení, co se vyplatí nejen vám, ale hlavně vaší peněženice.** A samozřejmě taky něco navíc.

Tak jdeme na to!

Čím si oblečení nejvíce ničíte?

#1 NEDBÁTE NÁVODŮ

Cedulky na oblečení mají svou roli. I když se vám to nezdá. (*Chápu, byla jsem na tom kdysi podobně.*) Možná právě proto je nečtete a opomíjíte informace, které jsou pro údržbu vašeho oblečení zásadní. **Proto první krok k tomu, aby vaše oblečení dlouho a skvěle sloužilo – respektujte visačky.** Než je odstříhnete a nemilosrdně vyhodíte, **přečtěte si, co je na nich.**

Jestli chcete vaše oblíbené oblečení opravdu uchránit před zničením, **dodržujte rady výrobců.** Tam, kde je napsáno:

- Prát v ruce – tak opravdu perte v ruce (*Ano, to i tehdy, když se vám nechce. Není nic horšího než si z pouhé lenosti zničit třeba hedvábnou košilku...*)
- Nežehlit – tak nežehlete (*já třeba takové oblečení přímo vyhledávám ☺*)
- Nesušit – tak co...? Ano, nesušte to v sušičce.

Zkrátka dodržujte pokyny pro údržbu vašeho oblečení. I když se to může zdát jako velmi základní rada, nevěřily

byste, kolik žen vypere svetr na moc stupňů, takže se srazí, kolik žen zapere tričko s potiskem nebo kolika z vás se povede udělat si z bílé barvy trička spíš šedivou. Při tom to není potřeba. Stačí jen číst a dodržovat informace, který vám výrobce k vašemu oblečení poskytuje.

#2 VĚŠÍTE, CO VISET NEMÁ A NAOPAK

Někdy se vám nechce, spěcháte nebo prostě nemáte náladu. Tak prostě jen nějak hodíte oblečení do skříně nebo někam na pohovku a pak? Pak jsou situace, kdy pláčete nad výdělkem.

Zbytečnému pomačkání nebo nepěkným skladům předejdete jednoduše dodržováním jednoduchých pravidel (nejen) v šatníku.

- **Co můžete udělat hned, neodkládejte.** Pokud můžete oblečení pověsit a uklidit do skříně, šatny nebo na věšák rovnou, nenechávejte ho nikde válet a udělejte to hned. Pokud máte pocit, že na to „ted“ nemáte čas, tak se zastavte a připomeňte si pravidlo 2 minut. A jestli ho neznáte, bude se vám hodit možná tento trénink o tom, jak si na péči o sebe dělat víc času. Tohle pravidlo a

další skvělé tipy k organizaci času v něm najdete na zlatém podnose. Více o něm [tady >>](#)

- **Pořídte si tichého sluhu nebo štendr.** Zvlášť pokud patříte k ženám, kterým vadí jednou nošené oblečení vrátit hned do skříně a cítíte se lépe, když ho dáte někde bokem. Právě tihle dva pomocníci vám můžou udělat skvělou službu, pokud doma nemáte přímo místnost se šatnou.
- **Oblečení z jemných materiálů neskládejte** do poliček, ale nechte jej viset volně na ramínku v šatně nebo ve skříni. Pro které materiály to platí? Na toto pravidlo myslíte u hedvábí, polyesteru nebo nylonu. Sklady, které se špatným poskládáním ve skříni na oblečení udělají, mohou taky nenávratně oblečení poškodit. Vyplatí se nad tím přemýšlet.
- Naopak bez obav **do skříně můžete uložit oblečení z tlustých a silných materiálů.** To znamená trička z bavlny, svetry nebo džíny – to vše může být poskládáno ve vašem šatníku v úhledných komíncích nebo můžete využít systém skládání oblečení podle Marie Kondo.





Praktické tipy, jak ukládat oblečení

- Svetry bez propínání nebo mikiny složte do komínků. Při pověšení na ramínku svou tíhou zbytečně ztratí tvar a v oblasti ramen se vytáhnou.
- Saka věste na široká ramínka. Saka pověšená na příliš tenkých ramínkách ztrácejí tvar.
- Do komínků dávejte na sebe maximálně 5-6 kousků oblečení, ať nejsou nacpané přes celou výšku police (samozřejmě záleží i na výšce police)
- Jemné halenky věste na ramínka, ze kterých nesklouznou. Ideální vychytávka jsou dřevěná ramínka s gumovými zoubky, ráda používám ramínka se semišovým povrchem nebo tenká gumová protiskluzová ramínka.
- Sukně dávejte do skříně na ramínka s kolíčky.
- Látkové kalhoty věste na speciální ramínka, džiny můžete skládat do komínků nebo ruličkovat.
- Je dobré naučit se předem nakupovat různé typy kvalitních ramínek. Ramínka, která vám nabízejí v obchodě k nakoupenému oblečení jim raději nechte a nenoste si je domů.

ŠPATNĚ SE STARÁTE O SPODNÍ PRÁDLO

Vybrat si správně padnoucí podprsenku není pro řadu žen zrovna lehký úkol. Proto když ji najdete, mějte z ní upřímnou radost a tu přeneste i do péče o ni.

Na stránkách eBooku jste sílu dobře padnoucího spodního prádla pochopily. **Ale pokud se o něj nestaráte správně, nedrží tvar a velmi rychle přestane sloužit tak, jak má.**

Mnohokrát se podprsenky a kalhotky ničí především praním. To platí hlavně pro spodní prádlo z jemných materiálů nebo kombinované s krajkou.

Nejčastěji se u podprsenek doporučuje **jemné praní v ruce**. Používejte při něm **jemný prací prostředek nebo jemné mýdlo** a pouze **vlažnou vodu** (ne horkou). Na praní spodního prádla nepoužívejte aviváž.

Při praní v ruce nechte nejdřív zhruba 5 – 10 minut podprsenku ve vodě **máčet**. Ideálně v mýdlové vodě. Tohle namočení je důležité právě proto, aby měly molekuly mýdla čas se rozpustit.

Podprsenku teď „vyperte v ruce“. To znamená, namočenou podprsenku **jemně prsty vyčistíte** místo po místě. Dejte si záležet hlavně u obvodu a u ramínek. Nakonec vypusťte mýdlovou vodu a znovu napusťte čistou studenou vodu do umyvadla. Nechte podprsenku zhruba 5 minut ve vodě a nakonec lehce promáchejte.

Podprsenku **nikdy neždímejte**, abyste nezničila jemný materiál, košíčky nebo kostice.

Na sušení používejte sušák na prádlo, nedávejte schnout do sušičky ani na přímé slunce. Stejně tak se vám podprsenka zkroutí, pokud ji budete sušit na topení.

Praní podprsenky v pračce, jde to?

Ano, samozřejmě, že to jde. Jen je fajn dodržet pár pravidel:

- Zapněte na podprsence všechny **háčky**, než ji vložíte do bubnu pračky (důležité to je hlavně proto, aby háček neprotrhl jemný materiál podprsenky jako je například krajka).
- Podprsenku se zapnutými háčky vložte do **speciálního sáčku na praní**. Ten seženete například v drogerii. Sáček brání vysunutí kostice nebo odření materiálu.

- Perte na **nejnižší možnou teplotu** a nastavte na pračce ten nejjemnější program.
- Opět nesušte na přímém slunci, topení ani v sušičce.

Nakonec je ještě dobré vědět, **jak podprsenku ukládat do skříně nebo do komody.**

Pokud máte podprsenky s kosticemi nebo s košíčkem, **neskládejte je košíček na košíček.** Tímto postupem si ji dříve nebo později zničíte, protože se kostice navzájem kříží. Vyvíjejí tak tlak na látku a proděraví ji. Proto podprsenky neskládejte a ideálně je nechte ležet volně v šuplíku. Skládání podprsenek bez kostic nebo košíčků, braletek nebo sportovních podprsenek je v pohodě.





JAK ZABRÁNIT VYBLEDNUTÍ ČERNÉHO PRÁDLA?

Péče o černé prádlo má svá specifika. Aby vám barva na vašem oblíbeném triku, sukni nebo kalhotách nebledla, je dodržujte pár tipů, jak vyblednutí zabránit.

Tady jsou:

- Obratě oblečení **naruby** před tím, než jej perete. V bubnu pračky se nejvíce poškozuje ta část, která přímo přichází do styku s pračkou. Tření totiž způsobuje ničení vláken.
- Perte ve **studenější vodě**. Příliš horká voda způsobuje u oblečení vypouštění barvy, proto černé oblečení při vysokých teplotách rychleji bledne. Teplá voda vlákna ničí.
- **Volte krátký prací cyklus**. Pokud je to možné, vybírejte na praní černého prádla jemný a krátký prací cyklus. Čím méně černé oblečení v pračce stráví, tím je menší šance, že ztratí barvu.
- Používejte **speciální prací prášky** na černou barvu, které jsou účinnější v zachování barvy.
- **Vynechejte sušičku**, protože teplo je pro černou barvu nepřítelem. Pokud už ji použít musíte, nepoužívejte alespoň žádné změkčovače.

Jak se starat o nejčastější materiály?

BAVLNA

Čistá bavlna je velmi oblíbeným materiálem, který je na údržbu poměrně jednoduchý, protože má vysokou míru odolnosti. Bavlna snese teplotu až 95 stupňů, kterou samozřejmě pro praní svého oblečení nepotřebujete.

Barevnou bavlnu perte na teplotu maximálně do 60 stupňů a použijte prací prostředek na barevné prádlo. Při žehlení je rozumné žehlit bavlněný materiál po naruby.

Při péči o bavlněné výrobky se vždy ujistěte, jestli jsou 100 % bavlněné nebo mají malou příměs umělého vlákna jako je třeba elastan. Pokud je přidán elastan nebo jiný elastický materiál, je nutné při praní i při žehlení snížit teplotu. Pokud je bavlna méně kvalitní, praním naruby zabráníte tvoření žmolků.

POLYESTER

Je nejčastěji používaný syntetický materiál, objevuje se často ve směsi s bavlnou a viskózou. **Je zpravidla nemačkový a není potřeba jej často žehlit.** Zároveň má výhodu, že poměrně rychle schne.

Pokud je potřeba, snese jak při žehlení i při praní vyšší teploty. Aby se dělaly méně žmolky (má sklon k jejich tvoření), perte oblečení naruby.

ELASTAN, NYLON, VISKÓZA

Jsou to nejznámější syntetické materiály, které se obvykle používají ve směsi s jiným materiálem. Proto u těchto kombinací vždy koukněte na cedulku a dodržujte pokyny k praní. Obecně je potřeba **prát tyto materiály ve studené vodě a žehlit při nízkých teplotách po rubové straně**, abyste zabránily nežádoucímu lesklému efektu.



VLNA

Nejčastěji se setkáte s ovčí vlnou buď v čisté podobě, nebo s přimíchaným menším procentem umělých vláken. I když se kvalita vlněných výrobků podle příměsí syntetických vláken různí, vždy je u ní potřeba dbát na jemné zacházení.

Svetry, čepice nebo šály z vlny se pere vždy při nízké teplotě. Ideálně je perte v pračce vždy na speciální program určený pro praní vlny a používejte i speciální přípravky na vlnu. Tyto přípravky používejte i při praní v ruce.

Vlnu nikdy neždímejte ani nepoužívejte bělidlo. Po praní oblečení **vysušte ve vodorovné poloze**. Nikdy je neždímejte, nevěste na šňůru, nedávejte schnout na topení nebo nevěste pro uschnutí na ramínko.

Textilie z vlny uschnou nejlépe, když je nejdříve srolujete do ručníku, jemně vymačkáte přebytečnou vodu, rozprostřete do požadovaného tvaru, a nakonec položíte na jiný suchý ručník k doschnutí ve vodorovné poloze.

Oblečení z vlny se žehlí při nižších teplotách nebo se napaří přes vlhkou látku.

DENIM

Džínovinu perte naruby ideálně ve studené vodě. Neperte džínové kalhoty příliš často, aby neztrácely tvar a vydržely co nejdéle. Chcete-li je zbavit zápachu (třeba kouře ze zakouřených prostorů), **pověste je před sprchováním do koupelny**. Pára na zápach funguje přímo zázračně.

Džíny nežehlete. Není to třeba, ihned po vyprání se vlákno natvaruje do původní podoby. Navíc žehlením si džíny můžete zničit – vytvořit si na nich pruhy, kterých se už nezbavíte.

KUŽE

Koženou bundu nebo kalhoty neperte v pračce vůbec. Svěřte je odborníkům **do čistírny**, kteří mají zkušenosti s chemickým čištěním kožených výrobků. Při skladování kůže ji nenechávejte ve skříni v ochranném igelitovém vaku ani při nízké vlhkosti vzduchu.

HEDVÁBÍ

Umělé hedvábí můžeme prát v pračce na 30–40 stupňů. Přírodní varianta hedvábí si žádá jemnější péči. Perte jej ve vlažné vodě a v ruce. Nepoužívejte agresivní prací prášky, ale ideálně speciální prostředek na praní hedvábí nebo jemný (ideálně dětský) šampon.

Hedvábí následně neždímejte kroucením, aby nedošlo k narušení jemné textilie nebo švů. Raději vysušte ve froté ručníku a nechte dosušit po rubové straně. Nevystavujte při sušení přímému slunci nebo nedávejte na horké topení. Žehlete ještě vlhké a nepoužívejte napařování.

SAMET

Vždy se na oblečení podívejte na cedulku s návodem, jak oblečení tohoto materiálu prát (někdy bývají přidána jiná syntetická vlákna).

Samet nikdy nežehlete na tvrdé podložce, nebo si vytvoříte neodstranitelné rýhy na oblečení. Raději jej pověste na ramínko a žehlete ve svislé poloze za použití páry. Snažte se jej neskládat. Oblečení ze sametu pověste na ramínko.

Orientujte se v symbolech praní



RUČNÍ PRÁNÍ - Prádlo lze prát pouze ručně.



PRÁNÍ V PRAČCE - Prádlo můžete prát v pračce. Nepřekračujte však teplotu uvedenou na symbolu.



JEMNÉ PRÁNÍ - Prádlo můžete prát v pračce na program jemné praní. Nepřekračujte teplotu uvedenou na symbolu.



ŽEHLENÍ - Prádlo můžete žehlit. Čím více puntíků je uvedeno na žehličce, tím vyšší teplotu můžete použít. ● 100°C ●● 150°C ●●● 200°C



NEŽHLIT - Prádlo se nesmí žehlit.



CHEMICKÉ ČISTĚNÍ - Prádlo lze chemicky čistit.



NEČISTIT CHEMICKY - Prádlo se nesmí chemicky čistit.



NEBĚLIT - Prádlo se nesmí bělit chlórem.



NESUŠIT - Prádlo se nesmí sušit.



NESUŠIT V BUBNOVÉ SUŠIČCE - Prádlo se nesmí sušit v sušičce.



PRÁDLO SE MŮŽE SUŠIT V BUBNOVÉ SUŠIČCE - Puntíky uprostřed symbolu označují teplotu sušení.
● sušení při nížší teplotě
●● sušení na normální program



SYMBOLY PRO ÚDRŽBU ODĚVŮ S VYSVĚTLIVKAMI:

POSTUPY PRANÍ								
 PRANÍ	 výrobek se nesmí prát	 ruční praní, max. teplota 40 °C	 maximální teplota praní dle čísla na symbolu (30 °C), normální postup	 max. teplota praní dle čísla na symbolu (30 °C), mírný postup	 max. teplota praní dle čísla na symbolu (30 °C), velmi mírný postup	 výrobek označen tímto symbolem můžete prát v pračce a sušit v sušičce na vlněný program		
POSTUPY BĚLENÍ								
 BĚLENÍ	 povoleno použití všech oxidačních prostředků		 povolen pouze oxidační/ nechlorový bělicí prostředek		 výrobek se nesmí bělit			
POSTUPY SUŠENÍ V BUBNOVÉ SUŠIČCE				POSTUPY SUŠENÍ				
 SUŠENÍ	 nesušit v bubnové sušičce	 sušit při snížené teplotě v sušičce	 sušit při normální teplotě v sušičce	 výrobek se nesmí ždímat v pračce	 sušení v závěsu	 sušení v rozprostřeném stavu	 sušení ve stínu	
POSTUPY ŽEHLENÍ								
 ŽEHLENÍ	 výrobek se nesmí žehlit		 žehlit max. při teplotě 110 °C		 žehlit max. při teplotě 150 °C		 žehlit max. při teplotě 200 °C	
PROFESIONÁLNÍ OŠETŘOVÁNÍ TEXTILÍ								
 PROF. OŠETŘOVÁNÍ TEXTILÍ	 možnost chem. čištění, normální postup	 možnost chem. čištění, mírný postup	 možnost chem. čištění pouze v uhlovodících, mírný postup	 možnost chem. čištění pouze v uhlovodících, normální postup	 výrobek se nesmí chemicky čistit	 prof. čištění za mokra, normální postup	 prof. čištění za mokra, mírný postup	 prof. čištění za mokra, velmi mírný postup

Triky a babské rady našich babiček, jak zatočit se skvrnami

Už naše babičky zkoušely cokoli, aby se zbavily skvrn na oblíbeném oblečení. Některé „zaručené“ babské rady stojí za to zkusit, když už třeba nevíte kudy kam, abyste zkusily svůj oblíbený kousek zachránit. Ale zkoušejte je jen na vlastní nebezpečí ☺

- Černé prádlo perte s octem. Do bubnu pračky nalijte cca 2 dcl octa. Barva nebude tolik pouštět.
- Máte-li na oblečení skvrny od čokolády, dejte ho do mrazáku. Čokoláda zmrzne a následně se dobře odrolí. Zbylé šmouhy vyperete vlažnou vodou se solí.
- Zbytky špenátu z triček vyčistí brambora. Rozkrojte ji, skvrnu pořádně potřete, vložte do pračky a perte na třicet stupňů.
- Oblečení od pylu nenamáčejte. Jemné částičky pylu se namočením jen zažerou do látky. Zkuste pyl nejdříve odstranit lepící páskou a potom použijte jemný kartáček na dokartáčování.

- Hodně skvrn pomůže odstranit citrónová šťáva, vinný ocet, sůl nebo soda.
- Skvrny od krve nejdříve smyjte studenou vodou.
- Skvrny od vosku se nesnažte hned utřít, zbytečně teplý vosk roztřete do struktury látky. Počkejte až zaschne a dejte oblečení na chvíli do ledničky nebo mrazáku. Pak vosk lépe sloupnete.
- Skvrny od červeného vína odstraníte tak, že je polijete bílým vínem. Následně vyberete v pračce.



Na závěr tohoto bonusu vám chci říct jediné.

PEČUJTE O SVOJE OBLEČENÍ S LÁSKOU!

Nejen, že si to zaslouží samotné oblečení zaslouží, ale hlavně si to zasloužíte vy. Díky láskyplné péči o vaše oblečení:

- Budete vnímat více jeho hodnotu a tím pádem každý den **zvyšovat i svoji hodnotu.**
- Uvidíte, že se **investice do kvalitních kousků** vyplatí, protože je ve skříni budete mít skutečně dlouho a budou vám dělat radost.
- Díky úklidu ve skříni si **uklidíte i samy v sobě.**
- Díky udržování pořádku ve skříni si pravidelně připomenete **pořádek ve svém životě.**
- Díky jemné a šetrné péči o svoje oblečení si každý den připomene i **péči o sebe samotnou.**
- Oblečení, o které láskyplně pečujete, **bude láskyplně pečovat i o vás.**

Přeji vám, ať je vám spolu dobře.

Míša

