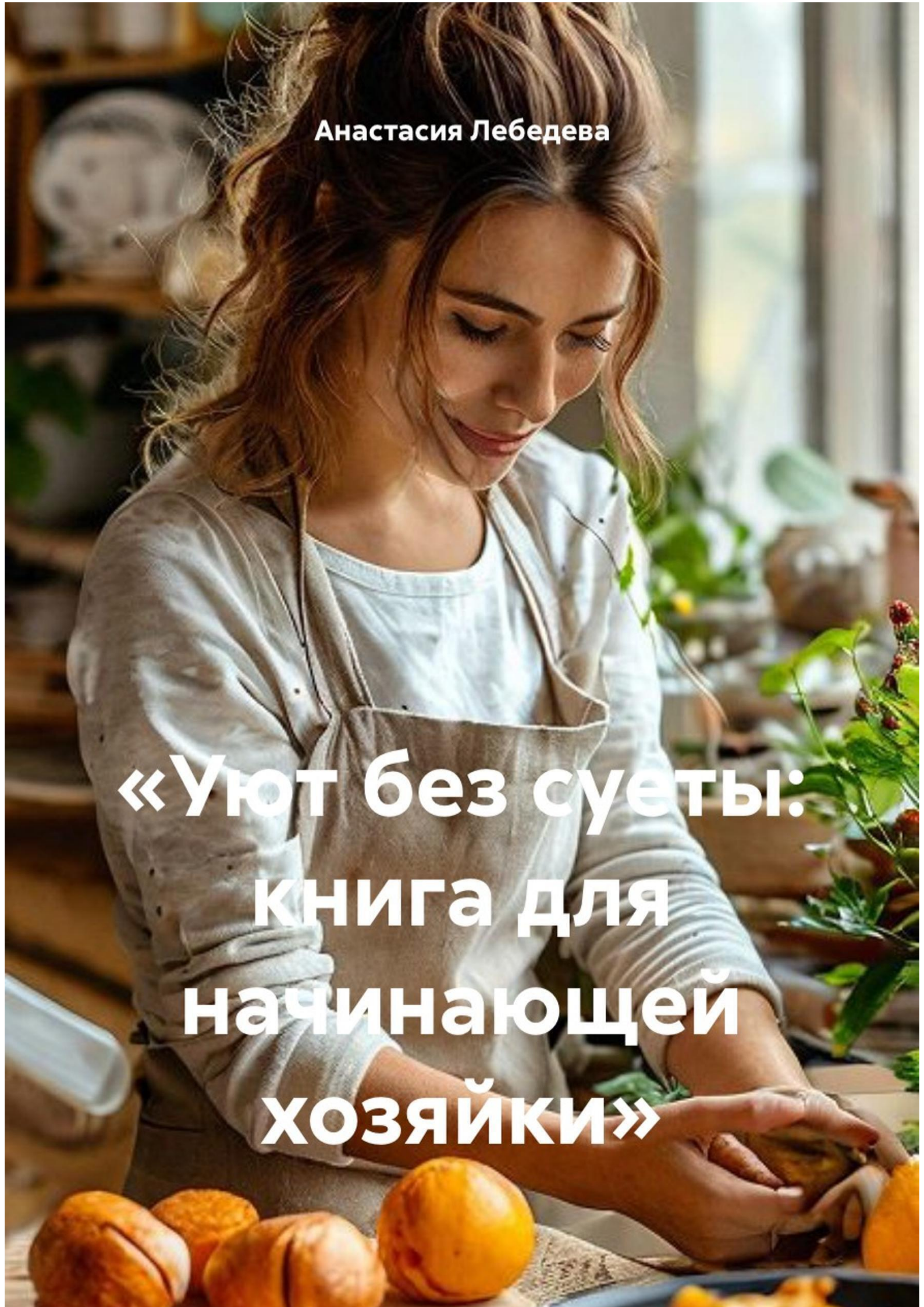


A woman with long, wavy brown hair is shown from the chest up, wearing a light grey cardigan over a white t-shirt and a grey apron. She is smiling slightly and looking down at her hands as she prepares food on a wooden table. In the foreground, there are several round, golden-brown bread rolls. To her right, there are green leafy plants and some red berries. The background is softly blurred, showing a kitchen setting with shelves and a window.

Анастасия Лебедева

**«Уют без суеты:
книга для
начинающей
хозяйки»**

Анастасия Лебедева

**«Уют без суеты: книга для
начинающей хозяйки»**

«Автор»

2026

Лебедева А.

«Уют без суеты: книга для начинающей хозяйки» / А. Лебедева —
«Автор», 2026

Ты только начинаешь вести хозяйство — и порой кажется, что дел слишком много, а сил почти не осталось. Особенно когда нужно успевать и за малышом присмотреть, и дом в порядке держать, и хотя бы немного позаботиться о себе. Эта книга — не про идеальную чистоту и сложные рецепты, а про уютный, спокойный быт, который по силам каждому. В ней собраны простые и проверенные приёмы, которые помогут экономить время и силы: как спланировать дела на неделю, чтобы не выгорать; какие три блюда выручат каждый день; как убраться за 15 минут и не устать; как организовать хранение и закупки, чтобы всё было под рукой. Каждая глава — это короткий, понятный блок с конкретными советами и готовыми решениями: от базового набора посуды до чек-листа «минимум на сегодня» на те дни, когда совсем нет энергии. Книга построена так, чтобы ты могла брать из неё по одному-два совета и сразу применять их в реальной жизни.

© Лебедева А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Глава 1. Вступление: зачем эта книга и как ею пользоваться	6
Глава 2. Планируем быт: как составить простой недельный план	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Анастасия Лебедева
«Уют без суеты: книга для
начинающей хозяйки»

Глава

Глава 1. Вступление: зачем эта книга и как ею пользоваться

Ты только начинаешь вести хозяйство и хочешь, чтобы дома было уютно, а не идеально. Это нормально. «Идеальная хозяйка» — это миф, который заставляет нас чувствовать вину за то, что мы не успеваем всё.

Цель этой книги — не сделать из тебя супергероя, а дать простые, рабочие приёмы, которые реально экономят время и силы. Здесь нет сложных рецептов и «идеальных» графиков. Есть то, что работает в обычной жизни: когда ребёнок зовёт, телефон звонит, а дел всё равно много.

Как пользоваться книгой:

Читай по одной главе в день или по мере необходимости.

Выбирай 1–2 совета и пробуй их на практике.

Не пытайся внедрить всё сразу — лучше медленно, но стабильно.

Помни: уют — это не про идеальную чистоту и сложные блюда. Уют — это когда дома спокойно и тебе хочется туда возвращаться.

Глава 2. Планируем быт: как составить простой недельный план

Когда дел много, самое сложное — понять, с чего начать. Решение — простой недельный план. Он не должен быть идеальным, он должен быть выполнимым.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.