

<<怎样当个好保姆>>

图书基本信息

书名：<<怎样当个好保姆>>

13位ISBN编号：9787811404494

10位ISBN编号：7811404494

出版时间：2012-1

出版时间：浙江工商大学出版社

作者：裘崇加

页数：219

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<怎样当个好保姆>>

### 内容概要

裘崇加主编的《怎样当个好保姆》是专为保姆和准备当保姆的准保姆编写的。

本书讲述的就是保姆必备的思想品质和知识技能。

本书将告诉你，保姆必须具备哪些道德品质和基本的个人素质修养，要遵守哪些职业道德和行为准则，要具备哪些心理素质，要学习哪些仪表仪容和基本礼仪。

## <<怎样当个好保姆>>

### 书籍目录

#### 第一章保姆准则

- 第一节 发展演变及准人条件
- 第二节 道德规范及行为准则
- 第三节 心理素质及注意事项

#### 第二章保姆礼仪

- 第一节 保姆应有的仪表仪容
- 第二节 保姆应有的礼节礼仪

#### 第三章 保姆必备技能之一——家居保洁

- 第一节 保洁概述
- 第二节 客厅保洁
- 第三节 卧室保洁
- 第四节 厨房保洁
- 第五节 卫生间保洁

#### 第四章保姆必备技能之二——家庭膳食

- 第一节 原料的采买和记账
- 第二节 食品原料的初加工
- 第三节 家庭膳食的调制
- 第四节 膳食的营养和安全

#### 第五章 保姆必备技能之三——衣物洗涤和保管

- 第一节 衣物的洗涤
- 第二节 衣物的熨烫
- 第三节 衣物的保管

#### 第六章 保姆必备技能之四——家用电器的使用和维护

- 第一节 厨房电器的使用、维护和清洁
- 第二节 日常电器的使用、维护和清洁

#### 第七章保姆必备技能之五——孕妇护理

- 第一节 饮食要清淡
- 第二节 起居有规律
- 第三节 营养要合理
- 第四节 孕期要当心
- 第五节 问题及预防

#### 第八章保姆必备技能之六——产妇护理

- 第一节 如何科学坐月子
- 第二节 奶水充足的奥秘
- 第三节 哺乳妈妈要补钙

#### 第九章 保姆必备技能之七——婴幼儿护理

- 第一节 婴幼儿的喂养
- 第二节 婴幼儿的抚触
- 第三节 怎样给宝宝洗澡
- 第四节 日常生活的护理

#### 第十章 保姆必备技能之八——儿童照护

- 第一节 饮食安排要科学
- 第二节 接触阳光要适量
- 第三节 秋季腹泻的预防

## <<怎样当个好保姆>>

第四节 小儿惊厥的护理

第五节 孩子偏食要纠正

第六节 孩子说谎要制止

第十一章 保姆必备技能之九——老年人照护

第一节 日常起居要留神

第二节 老人饮食巧用心

第三节 春季保健五注意

第四节 老人秋冻要当心

第十二章 保姆必备技能之十——病人护理

第一节 家庭基础护理

第二节 家庭预防护理

第十三章 保姆必备技能之十一——家居安全及防护

第一节 家庭如何防火

第二节 预防煤气中毒

第三节 家庭防盗措施

第四节 预防意外事件

## <<怎样当个好保姆>>

### 章节摘录

版权页： 2.根据原料的加工方法分类 鲜活原料：如鲜猪肉、羊肉、牛肉、蔬菜、活鸡、活鸭、活鱼、鲜虾等。

干货原料：如黑木耳、香菇、花椒、笋干、虾仁、干果等。

复制品原料：如香肠、火腿肠、腊肉、酱肉、罐头食品等。

3.根据原料在菜肴中的作用分类 主料：菜肴中的主要原料，如油豆腐烧肉中，肉为主要原料。

配料：菜肴中搭配的原料，如油豆腐烧肉中，油豆腐则为配料。

调料：菜肴中的调味品，即油、盐、酱、醋、葱、蒜、茴香、桂皮等。

（二）家庭食品原料日常采买应注意的事项 1.按计划和要求采买 保姆一般都是协助雇主进行家庭生活日用品采购。

通常情况下家庭采买工作是由雇主指定的，保姆选购的物品以蔬菜、鸡鸭鱼肉、油盐酱醋、洗衣粉、肥皂、牙膏等日常生活必需品为主。

而一些高级保姆，能根据雇主的要求和审核同意后的采购单、采购费用，确定采购物品的计划，安排雇主的家庭生活日常开销。

2.注重质量 保姆在采买农副产品原料时，首先要注重产品的质量。

膳食原料的质量好坏、新鲜程度差异很大。

一般采购时，应选择那些信誉良好、管理严格的农贸市场或大型超市。

购买原料时，选购经常使用的品牌或老字号产品，价格可能会高点，但能保证质量与分量。

对所购产品要反复挑选，不要贪图便宜，因小失大。

3.注重价格，货比三家 保姆必须有当家做主的意识，能替雇主当好家管好钱。

在保证商品质量的前提下，做到价廉物美。

无论是去一般菜市场还是去农贸市场买菜，首先要注意蔬菜的价格。

现在蔬菜的市场价格已经放开，不同菜市场、不同的摊位、不同的时间，价格均不一样，要想买到价廉物美的商品，就应货比三家，熟悉市场，掌握行情。

## <<怎样当个好保姆>>

### 编辑推荐

《怎样当个好保姆》还告诉你，当好保姆应学习和掌握哪些知识技能：家居卫生保洁，家庭膳食，衣物的洗涤和保管，家用电器的使用和维护，孕妇的护理，产妇的护理，儿童的照护，婴幼儿的护理，老人的照护，病人的护理，家居安全及防护等。

<<怎样当个好保姆>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>