



میشل جوزف

خانم هینچ

ترجمه‌ی ریحانه بهادری

www.ketab.ir

سرشناسه	هینچ
عنوان و نام پدیدآور	Hinch, Mrs. خانم هینچ : با تمرکزی خود را خوش حال کن بهترین نکات برای درخشش بخشیدن به سینک خانه و تسکین دادن به روح شما/نویسنده [هینچ]؛ مترجم ریحانه بهادری؛ ویراستار بهاره حق وردی.
مشخصات نشر	تهران : آوند دانش، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۲۲۲ ص.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۶۶۲-۰۵۰-۹
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	عنوان اصلی: Hinch yourself happy : all the best cleaning tips to shine your sink and soothe your soul, 2019.
عنوان دیگر	با تمرکزی خود را خوش حال کن بهترین نکات برای درخشش بخشیدن به سینک خانه و تسکین دادن به روح شما.
موضوع	خانه -- نظافت House cleaning خودسازی Self-actualization (Psychology)
شناسه افزوده	بهادری، ریحانه، ۱۳۷۰-، مترجم
رده بندی کنگره	TX۳۲۴
رده بندی دیویی	۶۴۸/۵
شماره کتابشناسی ملی	۸۵۳۵۳۲۲
اطلاعات رگورد کتابشناسی	فیبا

خانم هینچ

نویسنده: میشل جوزف
مترجم: ریحانه بهادری
ویراستار: بهاره حق وردی
طراحی گرافیک: استودیو حربی

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۱

تیراژ: ۱۰۰ جلد

قیمت: ۱۳۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۲-۰۵۰-۹

چاپ و صحافی: چاپدونه

نشانی ناشر و مرکز بخش:

خیابان پاسداران، خیابان گل نبی، خیابان ناطق نوری، بن بست طلائی، پلاک ۴

تلفن: ۲۲۸۹۳۹۸۸ شماره: ۲۲۸۷۱۵۲۲

نشانی فروشگاه:

ضلع جنوبی پارک قیطریه، خیابان شهاب، تقاطع روشندان، پلاک ۲۵ کتاب فروشی آوند

تلفن: ۲۲۳۹۵۲۹۳

کلیه حقوق این کتاب نزد ناشر محفوظ است.



آوند دانش

فهرست

بخش اول

- ۱۳ خانه همان جایی است که قلب من در آنجا است
- ۱۵ یک: خانه من، پناهگاه من است
- ۲۱ دو: همه چیز چگونه آغاز شد؟

بخش دوم

- ۳۵ به دنیای تمیزکاری (هینچ کردن) من
- ۳۵ خوش آمدید
- ۳۷ سه: هینچ کردن (تمیزکاری)
- ۵۱ چهار: این کاملاً طبیعی است که روی پارچه هایتان اسم بگذارید

بخش سوم

- ۸۷ کمی درباره من

- شش: فراز و فرود و تبدیل شدن به خانم هینچ ۱۰۵
- هفت: بیایید در مورد اضطراب صحبت کنیم ۱۲۳

بخش چهارم

- به مینکه خودتان بچسبید، ما در حال عبور از یک ماجراجویی درباره تمیزکاری هستیم ۱۳۹
- هشت: بیایید جدی بگیریم و تمیز باشیم! ۱۴۱
- نه: زمانی برای تمیز کردن سینک و آزاد کردن ذهن ۱۴۵

بخش پنجم

- بیایید زندگی مان را دگرگون کنیم ۱۹۵
- ده: هینچ خوش حال و صندوق چیزهای به در دلخور ۱۹۷
- یازده: من چگونه کمد لباسم را تحت کنترل می گیرم ۲۰۱
- دوازده: هنری هینچ ۲۰۹