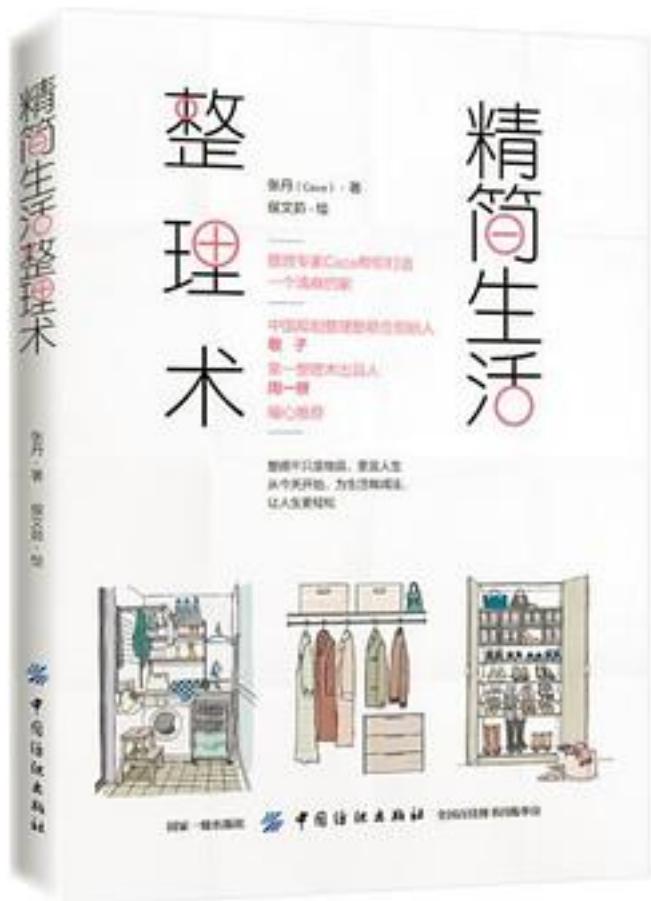


# 精简生活整理术



[精简生活整理术\\_下载链接1](#)

著者:张丹

出版者:中国纺织出版社

出版时间:2019-8-15

装帧:平装

isbn:9787518056804

《精简生活整理术》针对日常生活中的整理收纳问题，从衣、食、住、行等几个方面介绍了一些符合中国人习惯的整理术。内容涵盖最基本的规划、整理、收纳方法，其中包括衣服、书籍文件和小物品的规划、整理和收纳，玄关、客厅、卧室、儿童房等各房间

的规划、整理和收纳，办公出行活动的规划、整理和收纳及老前整理等。

作者介绍：

张丹，英文名Coco

规划整理咨询师

日本JALO协会一级生活规划师（中国首批）

韩国KAPO一级整理收纳师（中国首批）

中国规划整理塾上门导师、三级课金牌讲师

北京电视台《暖暖的新家》合作整理师

《喜马拉雅》音频节目《Coco为你定制的家庭整理术》主讲人

西门子家电北京品牌体验中心整理收纳顾问

知识技能共享平台“在行”高分行家

在《核桃Live》开设的《整理心情从整理家开始》是国内首位整理专家开设的视频课程，深受观众的喜爱

整理直播节目《整理不可以》主播

公众号“整理专家Coco”的作者

拥有多年从业经验，曾多次接受中央电视台、北京电视台、《北京日报》等相关媒体采访报道

目录: 目录

物品篇

衣服的整理术

01 其实你只需要21套衣服

02 衣柜，一辈子整理一次就够了

03 两米衣柜就能装下你所有的衣服

04 一二三四五，鞋柜理清楚

书籍文件的整理术

05 书山有路“理”为径

06 终结找东西恐惧症之文件篇

小物品的整理术

07 过日子常用的这20件小物品还是放在手边好

08 美在脸上，“收”在家里

09 终结找东西恐惧症之药品篇

10 挥一挥衣袖，这些我都要带走

房间篇

11 三种规划方案，解决你的玄关问题

12 五大主角重新规划你家的客厅

- 13 睡眠、工作、阅读三合一的卧室如何打造
- 14 有朋自远方来，客人住哪儿
- 15 儿童房规划，妈妈说了并不算
- 16 给你家的餐桌找一个好搭档
- 17 规划让你的厨房由小变大
- 18 打造梦想中的浴室
- 19 阳台晾晒悲剧如何避免
- 20 小家也能装下“大块头”
- 办公、出行篇
- 21 桌面无一物，工作更专注
- 22 五分钟包包整理术
- 23 一学就会的行李打包法
- 附录 和宜家创始人学老前整理
- · · · · (收起)

[精简生活整理术](#) [下载链接1](#)

## 标签

整理

极简，生活，整理

生活

收纳整理

\*小木屋

设计

极简生活

极简

## 评论

传达的理念都有点借鉴 小家 和怦然心动的人生整理魔法 像是一部读完这几本书之后的实践操作答卷

非日本的整理书籍，写得不错！很实用

一口气读完，没有深夜听到那么地觉得精彩，也很受教

看此书有一种娓娓道来的亲近感，从物品到空间到出游的细致到毛孔的整理方法的讲述特别适合作为读者的我们，有一种被体贴被照顾到的感觉，暖暖的。

作者是国内收纳整理师top3，说是第一人的话可能也不为过吧。书的话就有一点点失望啦。感觉内容不多，和其他收纳类书籍相比的话，没有什么特别突出的地方。大概老师不太适合写书吧。真心希望无印良品赞助书籍，或者下次和名创优品啦，nomi合作一下，收纳用品直接上二维码，书费再降一丢丢或者干脆免费。

私认为这是我读过为数不多的收纳整理书籍里最实用的一本，图文并茂，并且比日本作家写的更适合大多数忙碌的中国人

打高分说比日系整理书干货多的人是认真的吗？就不说书里推荐必备（大牌）鞋了，小家电一章真的有必要增加那么多指名道姓的品牌家电吗？而且和日系博主比，作者家东西真的不少……图片也称不上美观。不建议购买，有空翻翻就算了……

找不到电子版，看的简书总结。吸收到不少收纳的点子，对我而言受益。  
喜欢又常用的东西，要放在好拿好放的区域，不喜欢不常用的要流通掉，喜欢又不常用的，比如沙滩裙要收起来，如果有一些衣服不喜欢，但是经常穿就列到购物清单，有机会把它们换成喜欢且常用的就好。

厨房灶台下放灶具，两个柜子一个放食物，水槽下放沥水盆，手套等不常用东西，水槽旁边的洗涤剂区域放一个收纳盒。

文件卡片说明书收纳，药品收纳，进门柜的卫生纸收纳，不常用的物品放置不碍事的区域。要先规划好要放的东西，再设计如何收纳。微信群和公众号的断舍离。

1、女性衣服鞋多，针对女性的精简整理。2、整理是一件身心愉悦的事情。  
3、精简物品，少而精；精简人生，简而精。

一个下午看完这本书，作者将极简主义应用在了国内一线城市的日常生活里，实用性很强，我还是需要一点物质，不过确实只需要21套服装就够啦！

果然整理还是要结合装修。但还是有些有用的内容。

浏览毕。精简，不是极简。结合中国家居国情来写的，有一定针对性。但阅过脑无痕……太多类似的书了，没有啥新鲜的内容。我主要就是来看看图的。。。

co老师的书看上去薄薄的 但 干货足足有新华字典那么厚！名副其实的 精！简！

这本书是从小家越住越大那里来的启发，内容和那一本相差不多，有亮点，大部分平平吧，如果是在书店里半小时就可以翻完了

精简生活，还是给了自己很多启发！不管是从洗手间的装修还是客厅的布置，让自己开始思考，继续经营自己的家。我想规划整理的终极奥义就是让自己在家里生活的更舒服，体验更加极致！当然这种体验也都是非常个性化的，就是我觉得舒服，其他人未必。所谓整理也是因地适宜，千人前面哇！

从理念到家里每一处的规划以及整理细节，用自己的家举例，同时用其他案例扩展说明，很实用。是符合国人生活的精简主义。

继《小家越住越大》后发现的适合中国家庭的第二本收纳整理类书。

满本书的宜家广告（虽然我很爱宜家）和各种品牌广告。还有一些不合时宜的语句：好死不死，坑爹等语言非常不适合出现在书里，故意营造一些搞笑的氛围？书中一些小小idea很不错。

精简生活这个概念很好，比极简更适合。不过感觉里面很多内容其实都已经懂了吧，所以对我来说不是特别实用啦。

昨天晚上看完了这本书，感觉作者的整理思路还是颇为清晰的，也很适合中国家庭。规划是整理第一步，想清楚房间的主要用途，把东西化繁为简，归类归位才是王道。图片也拍的挺精致的，看得出作者是个非常认真生活的人。

[精简生活整理术](#) [下载链接1](#)

## 书评

首先说一下为什么买这本书。这段时间心里有些压抑，感觉自己的房间乱糟糟的，堆砌了很多东西，每次推开门看到拥挤的房间就很憋屈，一点都没有别人家的小屋那么温馨，那么大气。这可能也是我近期状态的一个写照，很多东西都没有梳理到位，所以，在书店看到这本书的时候，我就毫...

[精简生活整理术](#) [下载链接1](#)