

PROVATO PER VOI

**Scienza della pulizia, filosofia del bucato, stirologia. Materie che si studiano al primo master in home management. Cronaca di una full immersion tra scope e detersivi. Dove, sorpresa, gli uomini sono più delle donne**

## C'era una volta la casalinga

di Anna Capelli  
foto Cerchioli/Neri

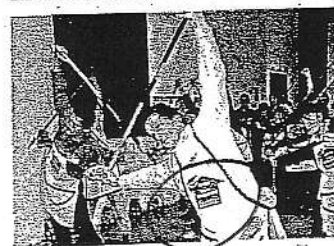
**H**o preso il diploma. Sono diventata "home manager". In pratica, una casalinga del terzo millennio esperta in budget, scienza delle pulizie, stirologia, epistemologia del bucato. In tempi in cui non ci sono più né le mamme né le nonne di una volta, che ti insegnavano a stirare la camicia da uomo per far felice tuo marito, ci si impegna come si può. E la Spontex, nota azienda produttrice di spugnette e panni in microfibra, ha promosso il primo master in "home management", per venire in soccorso a donne e uomini alla ricerca del bucato perduto. Mi sono iscritta subito: full immersion di una giornata, sabato 7 febbraio, a Milano.



## [PROVATO PER VOI]

### ore 10.15

■ Prima sorpresa, davanti a un caffè di benvenuto: siamo una quarantina e gli uomini sono oltre la metà. Più anziani, come Giuseppe, 62 anni («Sono in pensione e voglio aiutare mia moglie»), o il suo coetaneo Alberto («Sono vedovo e devo occuparmi di due figli. A stirare sono bravo, ma devo imparare tutto il resto»), o giovani come Marco e Tommaso, 26 e 29 anni («Dividiamo le spese dell'affitto e vogliamo imparare a gestire la casa»). Una coppia di sposini di Lecco (lui, Renato, 28 anni, dice: «Lavoriamo tutti e due e dobbiamo dividerci l'impegno della casa») e perfino un ragazzo, Paolo, 24 anni, che convive con la fidanzata e dichiara: «Devo imparare a stirarmi le camicie. E' una questione di dignità personale. Non esiste al mondo che me le stiri lei». Mi sembra di sognare. Che i maschi stiano veramente cambiando?



I partecipanti al master usano stracci e scope per fare ginnastica. Ci vuole il fisico, si sa, per fare i casalinghi...

**ore 10.30**

■ Seconda sorpresa. Ci sediamo nella sala conferenze e ci viene consegnato un grembiulino bianco, che indossiamo tutti prontamente. Se pensavo a una giornata giocosa e autoironica, mi sbagliavo. Tutto è terribilmente serio. Compresi gli iscritti che seguono la prima lezione, "Fondamenti di psicologia domestica", prendendo appunti con impegno davvero manageriale. Daniela Marafante, la psicoterapeuta, esordisce citando Carl Gustav Jung, per il quale la casa era «il

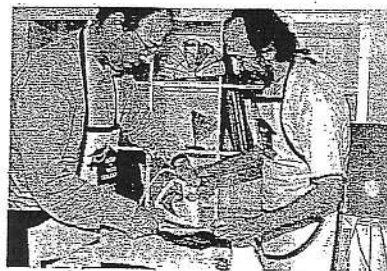
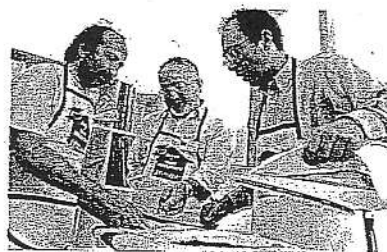
C'era una volta  
**la casalinga**

luogo della concentrazione spirituale, uno spazio infinito per il regno della psiche». Si vede che non aveva bambini pronti a sporcare i divani di Nutella, né adolescenti in crisi di identità con la musica degli Oasis a manetta. Ma soprassediamo. La psicoterapeuta parla

della casa come estensione dell'io, «una terza pelle, dopo quella vera e dopo gli abiti, nella quale ci identifichiamo». E fa un paragone tra casa e corpo: la cucina è il nostro apparato digerente, la soffitta è la testa, la cantina l'angolo buio della memoria, il bagno l'intimità del rapporto con la nostra immagine, la camera da letto il luogo della passività, la tana nella quale il corpo si rigenera. Ci consiglia di chiuderci ogni tanto in uno sgabuzzino, al buio, per riflettere. Passo rapidamente in rassegna i locali di casa mia: per fortuna, niente sgabuzzini. Se la casa è il nostro corpo, dice la psicologa, meglio sta lei, meglio stiamo noi. Quindi, seguendo il feng shui, dobbiamo

segue >

ammorbidire gli angoli, perché questo significa ammorbidire anche le nostre rigidità mentali. Preferiamo, quindi, i mobili dai profili arrotondati e facciamo piccoli cambiamenti nella loro disposizione. Non dobbiamo applicare un modello rigido nel fare le pulizie, perché questo genera ansia, ma alterniamo le operazioni e facciamo delle pause tra un lavoro e l'altro. Cerchiamo di dormire con la testa verso nord, in una camera da letto esposta a est, per far entrare la luce del mattino. Qui ci vuole la bussola, al prossimo trasloco. Rendiamo più viva la casa con le piante, che trasmettono energia, e aggiungiamo qualche goccia di olio essenziale rilassante (lavanda o neroli) sui cuscini della camera da letto, mentre per la sala sono meglio gli oli tonificanti, come rosmarino o cannella. Dobbiamo scegliere con cura anche i colori: niente rosso in cucina, perché è la tinta delle emozioni più violente, la rabbia e la passione; colori più sfumati in camera da letto, accesi nella camera dei bimbi e più caldi in sala. «Domani devo ridipingere la casa», mormora la mia vicina. E io, che ho comprato un letto rosso fuoco, cosa ne faccio? Lo regalo?



Stirare? E' un'arte. Che  
appassiona soprattutto gli uomini.  
Ecco un gruppo di "studenti"  
impegnati nella caccia alla piega.

## ore 11.30

■ Prima pausa caffè: pasticcini, brioches, succhi di frutta. Poi ci trasferiamo in un altro locale, dove ci aspettano ferri a vapore, camicie e assi da stiro. Fiorenzo Bresciani, presidente dell'Associazione uomini casalinghi, ci divide in gruppi e ci insegna l'arte della camicia senza piegoline. Si parte dall'abc: come mettere l'acqua nel ferro. Ma molti maschi non sanno fare nemmeno quello. «Guarda che ti cola fuori tutta l'acqua!», dice Paolo, allarmato. «E' normale, ne esce sempre un pochino», spiega paziente Claudia, 52 anni, casalinga e mamma di cinque figli («Sono qui per cercare motivazioni nuove»). Ogni gruppetto si concentra sul lavoro: iniziamo dal collo (dai bordi verso il centro), passiamo ai polsini, poi le maniche, le due metà davanti e infine il dietro. Gli uomini sono impegnatissimi, le donne, solerti e un po' intenerite, li guidano e li aiutano. «No, non così. Vedi che stai facendo una piega sulla manica?». Walter, 37 anni, armeggia col ferro e sospira: «Per ora la mia compagna e io mandiamo tutto in tintoria, ma vorrei imparare a cavarmela». Poi attacchiamo i pantaloni: dal rovescio le tasche e il girovita, dal diritto le gambe. Quanto a me, dopo un polsino ho già un attacco di nausea: non c'è master che tenga. Stirare mi fa orrore. Indisciplinatissima, torno un mo-

mento nella sala conferenze a cercare una sigaretta. Oddio, non ci sono più le sedie! Solo scope e sacchi di patate. Non credo di poter resistere fino alla fine.

## ore 12.30

■ Un'altra pausa caffè. E una buona notizia. Spazzoloni e patate servono per fare ginnastica. Parte la musica e il maestro, Giuseppe Stracuzza, ci impegna nell'home fitness. Tutti a usare il manico della scopa dietro le spalle, per ruotare il busto, fletterlo, piegarlo in avanti. Con le patate facciamo sollevamento pesi, con gli stracci impugnati tra le mani distendiamo i muscoli della schiena e delle spalle, con le bottiglie d'acqua rinforziamo i bicipiti. Impariamo che lavando i pavimenti smaltiamo 100 calorie in mezz'ora, tonifichiamo le cosce e rassodiamo le braccia, mentre lavando i vetri aumentiamo le dimensioni dei pettorali. E noi che ci lamentavamo...

## ore 13.30

■ Pausa pranzo: si vede che l'home fitness mette appetito, perché mangio primo, secondo, contorno, chiacchiere, tortelli e chi più ne ha più ne metta. Ha ragione Bresciani, il presidente dei casalinghi, toscano verace e panciutello: «L'handicap del casalingo è che si ingrassa. Stiri e ti mangi un biscotto, accendi la tv e ti bevi un succo. Son tutte calorie». A chi lo dice! Oltre tutto, questo più che un master in home management sembra un master in merendine.

## ore 14.30

■ Si ricomincia dal bucato. Liliana Merlo, presidente di DonnEuropee Federcasalinghe Lombardia, parte dai rudimenti della lavatrice. Gli uomini si appassionano. Alberto, che evidentemente ha avuto qualche incidente di percorso, chiede se ci sono metodi per rimediare agli errori di bucato. No, non ce ne sono. Se un capo rosa è diventato verde, bisogna tenercelo così. Mormorii di dispiacere in sala. Pierfrancesco, 34 anni, gioca a calcetto: «Come fare per lavare bene gli indumenti sportivi, nei quali si è tanto sudato, senza farli sbiadire per le alte temperature?». Mettere in lavatrice un cucchiaino di perborato di sodio, che sviluppa ossigeno e aiuta il lavaggio anche a 30 gradi, consiglia saggiamente la Merlo. E le macchie d'erba sui jeans? Si tamponano con alcool. Il problema macchie risveglia l'attenzione delle signore. Ci si scambiano suggerimenti (Claudia, la mamma di cinque figli, dispensa a tutti consigli da professioni-

segue >

C'era una  
volta  
**la casalinga**