



# 10 trucchi per vivere senza stirare

Una donna italiana passa in media due ore a settimana a stirare. In un anno fanno circa 100 ore, ovvero due settimane e mezza, otto ore al giorno, di lavoro. Il ferro da stiro consuma circa 50 kWh all'anno di corrente e con la stessa energia potrei tenere accesa per tre mesi una lampadina a risparmio energetico, o guardare un'ora di TV al giorno, per tutto l'anno. Volendo risparmiare tempo, soldi ed emissioni, ridurre l'uso del ferro da stiro è più utile che sostituire le lampadine. Io non stiro da sei anni e ho collezionato una serie di trucchetti utili anche a chi, volendo o dovendo stirare, vorrebbe avere più tempo libero o inquinare di meno. Il primo consiglio è di partire gradualmente acquistando capi che non devono essere stirati.

**1. Capi "spiegazzati"** come le gonne o le sciarpe che devono asciugare attorcigliate sono un inizio facile e prêt-à-porter.

**2. Pile, lana e tessuti tecnici** per lo sport non si stirano e per la stagione fredda siete a posto. Le T-shirt in tessuto traspirante per fare sport sono ideali per l'estate.

**3. Capi di tessuto a fibra grossa** si spiegazzano meno di quelli a fibra fine. Pensate ad un paio di pantaloni militari o di lino (i pantaloni di lino sono tremendi!). Per l'estate basta metterli corti e si sta freschi ugualmente.

**4. Capi elasticizzati**, come maglie a collo alto, pantaloni aderenti, calzini... si adeguano alla forma del vostro corpo e le pieghe che vedete sul capo non stirato spariscono al momento di indossarli.

**5. Il peso del tessuto bagnato** stira al posto vostro. Per evitare le pieghe alle ascelle delle T-shirt basta stenderle con le maniche distese. Per evitare le pieghe sui pantaloni basta sbatterli un paio di volte.

**6. Lisciare le pieghe sui capi umidi.** Quando estraggo le camicie dalla lavatrice passo tra le dita i bordi, specialmente dove ci sono i bottoni, e le metto su un appendino, per non lasciare i segni delle mollette. Se

dovete stendere all'aperto basta chiudere il primo bottone e fissare l'appendino con un giro al cordino.

**7. Piegare da cassetto.** Quando piegate la maglietta potete lisciarla passandoci rapidamente il palmo della mano. La pressione delle altre magliette farà emergere le "pieghe da cassetto" e potrete indossare un capo che sembra stirato. Idem per i pantaloni.

**8. Lenzuola, asciugamani, biancheria** intima e canovacci in casa mia non si stirano. Prendo in considerazione di stirare la tovaglia solo per le vecchie zie, se voglio evitare prediche e godermi la cena. (Niente fondamentalismi e niente integralismi per carità!)

**9. Per ammorbidire gli asciugamani di spugna** (se non vi piace l'effetto scrub che io invece adoro) basta arrotolarli e rollarli per un attimo come se fossero un mattarello.

**10. Se proprio volete stirare**, fatelo nelle ore di scarsa richiesta energetica (la sera) e cominciate dalle cose da stirare a freddo (seta e sintetici a 140°) mentre il ferro si scalda, poi quelle ad alta temperatura (cotone a 200°, lino a 230°) e, dopo aver staccato il ferro, finite le ultime cose a bassa temperatura.

Se decidete di boicottare il ferro da stiro, abbondate in prudenza e discrezione perché chi vi ascolta decantare le gioie del non stirare potrebbe sentirsi giudicato come "uno che perde tempo a curare solo l'immagine". Vogliamo vivere meglio, non sciupare gli affetti e rovinare le amicizie!

Gli effetti sociali si manifestano solo nel momento in cui lo dite in giro. Ho vissuto anni di pace fino al giorno che mi hanno intervistato in TV, rivelando il mio segreto. Da quel giorno, gente che non mi aveva mai notato ferma i miei parenti per strada per chiedere se è vero che non stiro. Se lo avessi previsto, avrei dato un nome falso alla RAI.

**Francesca D'Amato**  
[www.ecowiki.it](http://www.ecowiki.it)

