

# Lista di controllo per la sicurezza in casa

Apri le porte alla sicurezza!



upi – Ufficio prevenzione infortuni



# Quanto è sicura la tua casa?

Ogni anno in Svizzera si verificano 600 000 infortuni in casa o nel tempo libero, di cui la metà sono cadute. Puoi contribuire a prevenirli rendendo la tua casa più sicura e migliorando la tua consapevolezza dei pericoli. La nostra lista di controllo ti aiuta a passare al vaglio ogni locale e a trovare le fonti di pericolo che spesso si scoprono troppo tardi. Nella maggior parte dei casi potrai eliminarle facilmente. A tutto vantaggio della sicurezza!



## **Come si compila la lista di controllo?**

Per rispondere alle domande basta apporre una crocetta nella rispettiva casella. Ti consigliamo di farti aiutare da qualcuno. Ti servirà una mezz'oretta. Se una domanda non ti concerne, passa a quella successiva e non conteggiare alcun punto. Somma i punti ottenuti e annota il risultato nella rispettiva casella. Potrai poi leggere la valutazione per ogni locale nelle ultime pagine dell'opuscolo.

# Checklist

## 1. Accesso alla casa/al pianerottolo

Domande	sì	in parte	no
1.1 L'accesso alla porta principale e il numero civico sono illuminati automaticamente di notte?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.2 C'è una ringhiera o un corrimano che garantisce anche la sicurezza dei bambini? O se è ubicata una rampa: questa è munita di corrimano?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.3 I gradini non sono scivolosi nemmeno se umidi? Gli spigoli sono ben visibili?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.4 Tappeti e zerbini sono antisdrucchiolevoli?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.5 I pannelli di vetro delle porte sono visibili per i bambini e gli adulti?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.6 I tappeti o la pavimentazione sono privi di punti (angoli rialzati, frange, ondulazioni) in cui si potrebbe incespicare?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.7 È stato usato vetro di sicurezza per i pannelli di vetro delle porte?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.8 I punti con rischio di caduta sono muniti di ringhiera o staccionata?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Totale</b>			

## 2. Zona giorno/corridoi

Domande	si	in parte	no
2.1 L'illuminazione è sufficiente nelle zone di passaggio?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.2 Tappeti e passatoie sono antisdrucciolevoli?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.3 I tappeti o la pavimentazione sono privi di punti (angoli rialzati, rigonfiamenti) in cui si potrebbe incepicare?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.4 I locali sono sgombri da cavi, fili del telefono, cestini e altri oggetti che potrebbero ostacolare il passaggio?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.5 I mobili alti e stretti (ad es. librerie) sono fissati alla parete in modo da evitare ribaltamenti?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.6 Gli accessi alle scale sono muniti di dispositivi che impediscono l'accesso ai bambini piccoli?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.7 I punti in cui vi è un rischio di caduta sono protetti da una ringhiera/un parapetto?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.8 Riponi i medicinali fuori dalla portata dei bambini?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.9 Lasci candele accese solo in presenza di qualcuno che possa sorvegliarle?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Totale</b>			

### 3. Cucina

Domande	sì	in parte	no
3.1 Il piano di lavoro è ben illuminato?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.2 Pulisci immediatamente il pavimento quando rovesci qualcosa?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.3 Riponi detersivi e altri prodotti chimici fuori dalla portata dei bambini?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.4 Conservi i prodotti liquidi nelle confezioni originali?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.5 Disponi le pentole in modo che il manico non sporga dal bordo del piano di cottura?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.6 Usi una barriera di protezione per fornelli se hai bambini piccoli in casa?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.7 Tieni una coperta antincendio a portata di mano?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
3.8 Usi una scaletta solida per raggiungere i ripiani più alti?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.9 Indossi calzature comode con tacco basso e suola antisdrucciolevole?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Totale</b>			

#### 4. Camera da letto

Domande	sì	in parte	no
4.1 Puoi spegnere e accendere la luce anche stando a letto?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
4.2 Tieni una torcia funzionante a portata di mano?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
4.3 Conservi eventuali armi e munizioni fuori dalla portata dei bambini?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
4.4 In caso di emergenza puoi telefonare anche dal letto?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 1
4.5 Hai un rivelatore di fumo a batterie in camera o almeno davanti alla porta?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 1
4.6 I letti a castello sono fissati alla parete?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
4.7 Le finestre nella cameretta sono solo difficilmente apribili per i bambini?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
4.8 Le prese nella cameretta dispongono di dispositivi di sicurezza?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Totale</b>			

## 5. Zona bagno

Domande	si	in parte	no
5.1 I tappeti del bagno hanno un retro antiscivolo o un sottotappeto?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.2 Il pavimento è antisdrucciolevole anche se umido?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
5.3 La vasca da bagno e la doccia hanno un fondo, un tappetino o strisce antisdrucciolevoli?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.4 Puoi prendere facilmente gli asciugamani dalla vasca e dalla doccia?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.5 Riponi cosmetici e medicinali fuori dalla portata dei bambini?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.6 Le prese nella zona bagno sono protette da salvavita?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.7 In bagno ci sono solo radio e telefoni a batteria?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
5.8 Usi l'asciugacapelli davanti al lavandino o alla vasca vuoti e con i rubinetti chiusi?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.9 Stacchi la spina dell'asciugacapelli e del rasoio quando non li usi?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.10 I rubinetti miscelatori regolano la temperatura dell'acqua calda a max. 55 °C?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Totale</b>			

## 6. Cantina/lavanderia

Domande	si	in parte	no
6.1 Scale e locali sono ben illuminati?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
6.2 La scala che conduce in cantina è sgombra da oggetti nei quali si potrebbe incespicare?	<input checked="" type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
6.3 La scala è munita di una ringhiera/un corrimano?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
6.4 Il pavimento della lavanderia è antisdrucciolevole anche se umido?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
6.5 Riponi detersivi e altri prodotti chimici per casa e giardino fuori dalla portata dei bambini?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Totale</b>			



## 7. Locale hobby

Domande	sì	in parte	no
7.1 Il locale è ben illuminato?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.2 Il pavimento è sgombro da attrezzi, cavi e altri oggetti nei quali si potrebbe inciampare?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.3 Riponi pitture, lacche, diluenti e altri prodotti chimici fuori dalla portata dei bambini?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.4 Le prese sono munite di salvavita?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.5 Leggi le istruzioni per l'uso prima di utilizzare un apparecchio che hai appena acquistato?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.6 Indossi gli occhiali di protezione quando svolgi dei lavori che potrebbero danneggiare la vista?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.7 Quando utilizzi una sega circolare o a nastro applichi uno spingitoio?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.8 Tieni una cassetta di pronto soccorso a portata di mano (cerotti, garze, disinfettante)?	<input type="checkbox"/> 0		<input checked="" type="checkbox"/> 1
<b>Totale</b>			

## 8. Giardino

Domande	si	in parte	no
8.1 Quando lavori in giardino indossi scarpe comode, solide, con un buon profilo?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.2 Usi scale sicure e in buono stato?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.3 Quando lavori con apparecchi elettrici come il tosaerba o il tosasiepi usi l'apposito avvolgicavo con salvavita?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.4 Tieni i bambini piccoli lontano dagli apparecchi a motore?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.5 Il bidone dell'acqua è munito di un coperchio a prova di bambino?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
8.6 La profondità del tuo biotopo non supera i 20 cm (eventualmente griglia metallica) e i punti pericolosi sono protetti da una ringhiera?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
8.7 Le piscine mobili e le piscine per bambini sono munite di dispositivi contro l'annegamento di esseri umani e animali?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.8 Riponi gli attrezzi da giardino in modo che nessuno possa incespicarvi?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.9 Controlli regolarmente l'altalena, lo scivolo e le strutture per l'arrampicata?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Totale</b>			

## Valutazione

Per capire fino a che punto la tua casa è sicura, confronta i punteggi dei singoli locali con i valori indicati nella tabella.

Spazio	Livelli di sicurezza		
	A	B	C
Accesso casa/ pianerottolo	0-4	5-9	10-16
Zona giorno	0-4	5-10	11-18
Cucina	0-4	5-10	11-18
Camera da letto	0-4	5-8	9-14
Zona bagno	0-5	6-12	13-20
Cantina	0-3	4-5	6-10
Locale hobby	0-4	5-8	9-15
Giardino	0-4	5-10	11-18

### Livello di sicurezza A

Congratulazioni! La tua casa è molto sicura e la tua consapevolezza dei pericoli ottima. Comunque fai regolarmente un controllo.

### Livello di sicurezza B

La tua casa cela alcune fonti di pericolo che sarebbe opportuno eliminare. Dovresti essere un po' più consapevole dei pericoli.

### Livello di sicurezza C

La tua abitazione presenta un basso livello di sicurezza e non sei consapevole dei pericoli. Dovresti porvi rimedio.

## Informazioni utili e consigli

Spetta in ogni caso a te decidere se e come cambiare qualcosa. Gli opuscoli indicati a tergo, ottenibili gratuitamente su [www.upi.ch/trasloco](http://www.upi.ch/trasloco) o scaricabili in formato PDF, possono aiutarti nelle tue scelte. Sul nostro sito trovi anche informazioni relative ai prodotti sicuri e la lista di controllo «Una casa sicura per i bambini».

# Per la tua sicurezza. Il tuo upi.

L'upi è il centro svizzero di competenza per la prevenzione degli infortuni. Svolge ricerche negli ambiti della circolazione stradale, dello sport, della casa e del tempo libero e ne divulga i risultati attraverso consulenze, formazioni e campagne destinate tanto agli ambienti specializzati quanto al vasto pubblico. Il sito [www.upi.ch](http://www.upi.ch) offre maggiori informazioni.

## Ulteriori informazioni

L'upi consiglia anche i seguenti pieghevoli:

- 2.003 Ringhiere e parapetti  
(opuscolo tecnico)
- 2.004 Parchi giochi (opuscolo tecnico  
disponibile soltanto in formato PDF)
- 2.005 Porte e portoni (opuscolo tecnico)
- 2.006 Il vetro nell'architettura  
(opuscolo tecnico)
- 2.007 Scale (opuscolo tecnico)
- 3.004 Cadute
- 3.011 Veleni e sostanze chimiche
- 3.012 Apparecchi domestici
- 3.027 Fuoco e calore
- 3.109 Una casa sicura per i bambini

**I pieghevoli e le pubblicazioni elencati possono essere richiesti gratuitamente o scaricati in formato PDF:**  
**[www.upi.ch/trasloco](http://www.upi.ch/trasloco).**

© upi 2011, riproduzione gradita con indicazione della fonte, stampato su carta certificata FSC