

Marzo 2008

Traslocare evitando stress e confusione

Ogni trasloco cela innumerevoli rischi di ferirsi: dita di mani e piedi schiacciate, strappi alla muscolatura, danni alla schiena e cadute. Una pianificazione ragionata aiuta a evitare confusione e spiacevoli sorprese.



Pianificare con largo anticipo

- Sgombrate accuratamente l'abitazione; ogni scatola che non deve essere trasportata è un peso in meno.
- Eseguite per tempo le piccole riparazioni necessarie nel vecchio appartamento.
- Se non desiderate ricorrere ai servizi di professionisti del trasloco, riservate con sufficiente anticipo un mezzo di trasporto adeguato dotato di cinghie, carrello e coperte.
- Studiate attentamente la piantina della nuova abitazione e realizzate uno schizzo approssimativo dell'arredamento. Etichettate mobili e scatoloni di conseguenza.
- Procuratevi gli attrezzi adeguati per smontare e rimontare i mobili, e racchiudete in sacchetti etichettati i piccoli accessori come viti e bulloni.

Esecuzione accurata

- Indossate vestiti comodi e scarpe con suola antisdrucciolo.
- Assicuratevi che l'illuminazione sia sufficiente, soprattutto nelle scale, in solaio e in cantina.
- Assegnate i lavori in base alle capacità: lasciate agli uomini più forti il compito di trasportare, caricare e scaricare gli oggetti più pesanti.
- Gli oggetti pesanti e ingombranti vanno trasportati su carrelli o perlomeno a due.
- Quando sollevate uno scatolone, mantenete la schiena diritta e i piedi ben saldi a terra.
- I pesi vanno sollevati da una posizione raccolta e tenuti vicini al corpo.

- Caricate sul veicolo da trasporto dapprima gli oggetti più pesanti ed ingombranti, che fisserete con le cinghie; poi riempite gli spazi con il materiale più leggero e infrangibile.
- Nella nuova abitazione, consegnate e illustrate a tutta la squadra il piano dell'arredamento.

upi – Ufficio prevenzione infortuni

Laupenstrasse 11

CH-3001 Berna

Tel. +41 31 390 22 22

Fax +41 31 390 22 30

info@upi.ch

www.upi.ch