



Weekly Safety Meetings

Safety Training for the Construction Industry

© 2020 Safety Meeting Outlines, Inc.

Standard Subscription

COMPANY NAME: _____

Volume 43 Issue 16 April 20, 2020

Ladder Safety

Falls from portable ladders are still one of the leading causes of deaths and injuries on the jobsite. The three most common causes of ladder accidents are: **1)** using the wrong ladder, **2)** using a ladder that's in poor condition, and **3)** using a ladder improperly. Ladders come in many styles, sizes, and materials. Regardless of what kind of ladder you use, what it's made of, and where you use it, you absolutely must know how to use it safely. It's not hard, but it takes a little effort and attention.

Use the right tool for the job. Make sure you use the right type of ladder for the work you have planned. It's dangerous to just grab the first ladder you see on the jobsite. If the ladder you choose is too short, you're more likely to use the top rungs to reach a little higher. Instead, use a ladder that's tall enough to reach your work safely. If the ladder you choose is aluminum, make sure you aren't working with or near electricity. If you are working near electricity, use a fiberglass ladder. Fiberglass doesn't conduct electricity, so you won't get electrocuted. Choose wisely.

Be aware of the limits of the ladder. Look for a label on the ladder that shows its weight limit. Your weight, plus the weights of all your tools, equipment, and materials must be less than the weight limit. Never overload a ladder.

Pre-use inspection. Inspect the ladder before you use it for any task. Look for visible defects that could make the ladder unsafe. Missing or damaged feet on the ladder could cause it to tip over or slip. Check that rungs are not

bent, worn, cracked, or missing. Missing or damaged locking mechanisms can cause the ladder to collapse. Make sure the rails are in good condition. Remove damaged ladders from service and tag them "Do Not Use."

Follow these safe work practices when using a ladder:

- Set up the ladder on a level, stable surface. Don't try to make a ladder taller by setting it on blocks.
- Look up and check for power lines. Keep all ladders at least 10 feet away from power lines.
- Prevent slipping. Clean mud, grease, etc., off your boots before climbing a ladder.
- Face the ladder when you climb up and down. Maintain three points of contact at all times (two feet and one hand, or two hands and one foot).
- Don't carry tools and materials when you climb. Hoist them up in a bucket once you're at the top.
- Keep your body between the side rails. Don't overreach. Reaching too far could make the ladder tip, and you could fall off.
- Never stand on the top two rungs of a stepladder or on the top three rungs of an extension ladder.
- Don't try to "walk" a ladder while you're on it. Climb down, move the ladder, and climb back up.

SAFETY REMINDER

Superstition says it's bad luck to walk under a ladder. Common sense says it's just dangerous.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

S.A.F.E. CARDS® PLANNED FOR THIS WEEK:

REVIEWED SDS #

SUBJECT:

MEETING DOCUMENTATION:

JOB NAME:

MEETING DATE:

SUPERVISOR:

ATTENDEES:

These instructions do not supersede local, state, or federal regulations.



COMPANY NAME: _____

Volume 43 Issue 16 April 20, 2020

Seguridad al usar escaleras

(Ladder Safety)

Las caídas de las escaleras portátiles aún son una de las causas principales de muertes y lesiones en la obra. Las tres causas más comunes de los accidentes involucrando escaleras incluyen: 1) usar una escalera incorrecta, 2) usar una escalera en malas condiciones, y 3) usar una escalera indebidamente. Las escaleras vienen en muchos estilos, tamaños, y materiales. Sea cual fuere qué tipo de escalera que usted usa, de qué está hecha, y en dónde la usa, usted absolutamente debe saber cómo usarla en forma segura. No es difícil, pero toma un poco de esfuerzo y atención.

Use la herramienta correcta para el trabajo correspondiente. Asegúrese de usar el tipo correcto de escalera para el trabajo que ha planeado. Es peligroso simplemente agarrar la primera escalera que usted ve en la obra. Si la escalera que selecciona es demasiado corta, usted con más probabilidad usará los peldaños superiores para llegar un poco más. En vez de eso, use una escalera que esté lo suficientemente alta para alcanzar su trabajo en forma segura. Si la escalera que selecciona está hecha de aluminio, asegúrese que no estará trabajando con o cerca de electricidad. Si está trabajando cerca de electricidad, use una escalera de fibra de vidrio. La fibra de vidrio no conduce electricidad, por lo tanto usted no se electrocutará. Seleccione la escalera en forma inteligente.

Tenga cuidado con los límites de la escalera. Busque una etiqueta en la escalera que muestra su límite de peso. Su peso, más el peso de todas sus herramientas, equipo, y materiales deben ser menores que el límite de peso establecido en la escalera. Nunca sobrecargue una escalera.

Inspección previa al uso. Inspeccione la escalera antes de usarla para cualquier tipo de tarea. Cerciórese que no tenga defectos visibles que pudieran afectar la seguridad de la escalera. Las patas faltantes o dañadas de una escalera pudieran causar que se ésta se vuelque o se resbale. Revise que los peldaños no estén doblados, desgastados, agrietados, o que faltan. Los mecanismos de cierre faltantes o dañados pueden causar que la escalera se

colapse. Asegúrese que los largueros estén en buenas condiciones. Saque las escaleras dañadas de servicio y póngales una etiqueta de "Do Not Use" (No usar).

Siga estas prácticas de seguridad en el trabajo al usar una escalera:

- Coloque la escalera sobre una superficie nivelada y estable. No trate de hacer más alta una escalera al colocarla encima de bloques.
- Vea para arriba y revise que no haya cables de electricidad cercanos. Mantenga todas las escaleras a por lo menos 10 pies de distancia de los cables de electricidad.
- Evite un resbalón. Limpie el lodo, grasa, etc., de sus botas antes de subirse a una escalera.
- Póngase de frente al subir y bajar de una escalera. Mantenga los tres puntos de contacto en todo momento (dos pies y una mano, o dos manos y un pie).
- No cargue herramientas y materiales al subir a una escalera. Súbalas en una cubeta una vez que usted esté arriba.
- Mantenga su cuerpo entre ambos largueros. No se estire demasiado. Estirarse demasiado puede hacer que la escalera se vuelque y usted se puede caer.
- Nunca se pare en los últimos dos peldaños de una escalera de tijera o en los últimos tres peldaños de una escalera de extensión.
- Nunca trate de "caminar" o mover una escalera al estar arriba de ella. Bájese, mueva la escalera, y luego súbase nuevamente.

SAFETY REMINDER

La superstición dice que es mala suerte caminar debajo de una escalera. El sentido común dice que es simplemente peligroso.

NOTES:

SPECIAL TOPICS /EMPLOYEE SAFETY RECOMMENDATIONS/NOTES:

S.A.F.E. CARDS® PLANNED FOR THIS WEEK:

REVIEWED SDS # _____ SUBJECT: _____

MEETING DOCUMENTATION

JOB NAME: _____

MEETING DATE: _____

SUPERVISOR: _____

ATTENDEES: _____

These instructions do not supersede local, state, or federal regulations.