

7 Steps to Ladder Safety

7 PASOS DE SEGURIDAD EN ESCALERAS

1 Extend ladder 3' above the surface
Extienda la escalera 3 pies por encima del punto que desee alcanzar

2 Tie off ladder at top
Asegure la escalera en la parte de arriba para que no se resbale

3 3-point contact at all times when climbing ladder
Mantenga dos manos y un pie o una mano y dos pies en la escalera todo el tiempo

4 Don't use if ladder has broken rungs
No use la escalera si esta dañada o defectuosa

5 For every 4' in height, put ladder 1' back
Coloque la escalera en ángulo para que la base quede a 1 pie de distancia del lugar donde esté apoyada por cada 4 pies de altura

6 Secure ladder at bottom
Asegure la escalera en la base

7 Never carry tools or materials on ladder
Nunca cargue material, o equipos mientras suba o descienda. Use un montacargas o una polea