



COMPANY: _____

DATE: _____

The 10 Foot Rule (Overhead Power Lines)

As an employee in the construction business, you probably work around electric lines on a daily basis. The electric lines themselves aren't a problem until your body or equipment comes in contact with the lines. Electricity will always seek the shortest path to the ground, so anything that touches a power line and the ground at the same time will act as a conductor. Metal, water, or a human body are all very good conductors. A strong electric shock can cause severe burns, organ damage, and death. Even a mild shock can cause involuntary muscular reactions that can cause you to fall or be thrown a distance, which can cause fractures or other damage to your body.

There are multiple situations in which to watch for:

OPERATING HIGH RISE EQUIPMENT

– Operators or spotters of cranes, booms, forklift trucks, or other aerial devices should pay special attention to the location of all overhead lines and always maintain a minimum distance of 10 feet away. Never try to guide a load and spot; always rely on a designated spotter.

CONCRETE PUMPING – Concrete delivered directly to a construction site is often pumped through piping that extends over structures which can block the operator's view of the rigging. In these instances always have a clear view of the entire rig or have additional spotters to avoid contact with any power lines. Always stay at least 10 feet away.

LONG BED DUMP TRUCKS WITH

HYDRAULIC LIFTS – These trucks can push beds 25 feet or more into the air. Truck drivers always need to make sure they are aware where all overhead power lines are located and utilize spotters if necessary to stay at least 10 feet away.

LADDERS AND SCAFFOLDS – Always carry ladders, gutters, rollers, or other long objects parallel to the ground so they are not upright. Before adjusting ladders or scaffolds add your height and make sure the total height will be at least 10 feet from any power lines.

TREE TRIMMING – Always check for power lines in or near the tree prior to any trim work. If branches are running through the tree or are too close to power lines contact PG&E to de-energize the lines so you can work safely.

If you ever need to be closer than 10 feet to a "live" power line (always assume they are "live" or you won't be), your supervisor or General Contractor can call PG&E to come to the jobsite and de-energize the lines.

As you are aware a lot of electrical power lines are now located underground so if you have to perform any digging, grading or excavating make sure you call before you dig to have all underground utilities, electric lines, and gas lines located. Underground Service Alert must be called at least 2 working days before digging (1-800-227-2600). Also when excavating, grading or resurfacing around a power pole or tower, be careful not to grade away the base, this can make poles and towers unstable or fall.

**REMEMBER THE 10-FOOT RULE:
KEEP EQUIPMENT, TOOLS, VEHICLES,
AND PEOPLE AT LEAST 10 FEET AWAY
FROM ALL OVERHEAD POWER LINES.**

Training Tips:

- a) Discuss specific overhead line hazards for your jobsite.
- b) Describe any barricades, signs or tape that will be used for warning employees of electrical hazards
- c) Ask for any experiences with electrical burns, shock, etc.



NOTES & SIGN OFFS

Project specific topics (specific exposures, hazards, etc.):

Employee Comments/Suggestions & Safety Recommendations

Attendance Log (all attendees sign/print name). Your signature is acknowledgement that you have received and understand the training offered on this sheet.

Supervisor's Signature:

These instructions do not supercede local, state or federal regulations. They are designed to provide a guideline to assist with enforcing safe work practices, but are not presumed to be inclusive of all workplace hazards or situations. Employers are recommended to always refer to actual Cal/OSHA Safety Orders to ensure compliance with mandated regulations.



North Coast Builders Exchange ~ Tailgate Topics
Email suggestions to ncbecomp@sonic.net or call (707) 542-9502



COMPANY: _____

DATE: _____

La Regla de los 10 Pies (Líneas de energía aéreas)

Como empleado de la construcción, usted probablemente trabaje alrededor de líneas eléctricas diariamente. Las líneas eléctricas en por sí mismas no son un problema hasta que su cuerpo o equipo toma contacto con ellas. La electricidad buscará siempre la ruta más corta a la tierra, así que cualquier cosa que toque una línea de energía y el suelo al mismo tiempo actuará como un conductor. El metal, el agua, o el cuerpo humano son muy buenos conductores. Un golpe eléctrico fuerte puede causar quemaduras severas, daños a los órganos, y la muerte. Aún un golpe leve puede causar reacciones musculares involuntarias que le pueden provocar una caída o tirarle a la distancia, lo cual puede provocar fracturas u otros daños a su cuerpo.

Hay múltiples situaciones para estar atentos:

OPERACIÓN DE EQUIPO DE ALTA ELEVACIÓN

– Los operadores u observadores de grúas, tractores grúa, tracto elevadores, u otros aparatos aéreos deben poner atención especial a la ubicación de todas las líneas aéreas y mantenerse alejados siempre a una distancia mínima de 10 pies. Nunca trate de guiar una carga y observar; confíe siempre en el observador designado.

BOMBEO DE CONCRETO – El concreto entregado directamente a un sitio de construcción se bombea con frecuencia a través de una tubería que se extiende sobre estructuras que pueden bloquear la visión del operador de la maniobra. En estas instancias siempre tenga una visión clara del total del aparato o tenga observadores adicionales para evitar el contacto con cualquier línea de energía. Siempre esté por lo menos a 10 pies de distancia.

CAMIONES VOLQUETES HIDRÁULICOS CON CARROCERÍA LARGA – Estos camiones pueden levantar cajas de 25 pies o más en el aire. Los conductores de los camiones deben asegurarse siempre de estar conscientes de dónde se ubican las líneas de energía aéreas y de utilizar observadores si es necesario para permanecer alejados por lo menos 10 pies.

ESCALERAS DE MANO Y ANDAMIOS – Siempre cargue las escaleras, canalones, correderas, u otros objetos largos paralelos al suelo de manera que no estén en posición vertical. Antes de ajustar escal-

eras de manos o andamios agregue su altura y asegúrese que la altura total quede por lo menos a 10 pies de distancia de las líneas de energía.

PODA DE ÁRBOLES – Siempre revise por líneas de energía en o cerca de los árboles antes de cualquier tarea de poda. Si las ramas se desplazan a través del árbol o están demasiado cerca de las líneas de energía contacte a PG&E para que corte la energía y pueda trabajar seguro.

Si usted alguna vez necesita estar más cerca que 10 pies a una línea de energía bajo tensión (siempre suponga que están bajo tensión o usted no estará vivo), su supervisor o Contratista General puede llamar a PG&E para que venga al sitio de trabajo y corte la energía de las líneas.

Como usted bien conoce, muchas líneas de energía están ahora ubicadas bajo tierra por lo cual si usted tiene que cavar, nivelar o excavar, asegúrese llamar antes de cavar para que le ubiquen todos los servicios subterráneos, líneas eléctricas, y líneas de gas. La Alerta de Servicios Subterráneos debe llamarse por lo menos 2 días hábiles antes de cavar (1-800-227-2600). También cuando se excava, nivela o alisa alrededor de un poste o torre de energía, tenga cuidado de no nivelar sobre la base, porque esto puede inestabilizarlos o hacerlos caer.

RECUERDE LA REGLA DE LOS 10 PIES: MANTENGA EL EQUIPO, HERRAMIENTAS, VEHÍCULOS, Y LA GENTE POR LO MENOS 10 PIES ALEJADOS DE TODAS LAS LÍNEAS DE ENERGÍA AÉREAS.

Sugerencias para el Entrenamiento

- a) Discuta los peligros específicos de líneas aéreas para su lugar de trabajo.
- b) Describa todas las barricadas, carteles o cintas que se usarán para advertir a los trabajadores sobre peligros eléctricos
- c) Pregunte por experiencias con quemaduras o golpes de electricidad, etc.



NOTAS Y FIRMAS

Temas específicos a ciertos proyectos (exposiciones específicas, riesgos, etc.)

Comentarios/Sugerencias y Seguridad de los Empleados Recomendaciones

Registrar de Asistencia (todos los asistentes deben poner nombre y firma) . Su firma certifica que ha recibido y comprendido el curso de capacitación que contiene este documento.

Firma del Supervisor:

Estas instrucciones no alteran los reglamentos locales, estatales o federales. Estas instrucciones son diseñadas como una guía para apoyarlo (a) en cumplir las practicas de seguridad, per no deben asumirse inclusivas de todas las situaciones o áreas de trabajo con riesgos. Se le recomienda a las compañías que siempre hagan referencia a las reglas de seguridad actuales de Cal/OSHA para asegurarse del cumplimiento de sus reglamentos mandatorios.



North Coast Builders Exchange ~ Tailgate Topics
Envíe sus sugerencias por medio de correo electrónico a ncbecomp@sonic.net or call (707) 542-9502