



Follow the Three-Point Rule

For the most part feller-bunchers, skidders, and knuckle-boom loaders have the job of the logger easier and much safer than it was for previous generations. However, logging equipment has also introduced new hazards. Since loggers must climb in and out of large mobile equipment, they are exposed to falls.

Although the fall distance is relatively short, injuries from falling can be significant. Falling and landing on a stump or rock can fracture ribs or cause a concussion. Attempts to break your fall can result in a broken arm or dislocated shoulder. Additionally, stumbling while getting off equipment can result in a sprained ankle, which could sideline you for a couple of weeks.

To prevent falls while getting in and out of trucks and logging equipment, you must remember and follow the THREE-POINT RULE. The three-point rule is really very simple. It means *three* of your *four* limbs are in contact with the vehicle at all times when you are climbing in and out of equipment. In short three points of contact means two hands and one foot, or two feet and one hand are in contact with the truck or equipment. If you pay attention to how you enter and exit logging equipment, you will notice that following the three-point rule requires you to think about it. It feels awkward, but doing it can prevent you from falling.

Discuss With Your Crew

Have any of you fallen while getting in or out of a truck or logging equipment? What happened?

Which direction do you face when you are climbing into or out of logging equipment? (Always face the equipment)

To prevent falls you need to have a firm grip on the grab rails or handles. Does any of our equipment have missing or defective handholds?

Does all of our equipment have steps that are in good condition? (Bent metal steps, missing strap-steps, and steps that are worn smooth are all significant fall hazards.)

In addition to following the three-point rule, what can you do to prevent injuries while getting in and out of logging equipment and trucks?

(The following are a few suggestions to spark conversation)

- Slow down and use extra caution when the steps and handholds are wet
- Look for obstacles on the ground below before exiting.
- Don't climb down with something in your free hand. Put it on the cab floor and reach up for it when you get down on the ground.
- Don't *ever* jump out. You may land off balance or on an uneven surface, and fall.
- Don't use tires or wheel hubs as a step surface.
- Don't use the door frame or door edge as a handhold. It's too easy for your hand to slip off.



Cumplir con la regla de los tres puntos

En la mayor parte fellerbunchers, skidders, y cargadoras de knuckleboom tienen el trabajo del leñador más fácil y mucho más seguro que fue para generaciones anteriores. Sin embargo apuntando equipo también ha introducido nuevos peligros. Desde que leñadores deben subir y fuera de equipo grande de móvil, ellos son expuestos a caídas.

Aunque la distancia de caída sea relativamente corta, las heridas de caer pueden ser significativas. Caer y aterrizar en un tocón o la piedra pueden fracturarse costillas o causar una conmoción. Las tentativas para romper su caída puede tener como resultado un brazo roto u hombro dislocado. Adicionalmente, tropezando al bajar de equipo puede tener como resultado un torció tobillo, que podría marginar usted para una semanas de pareja.

Para prevenir caídas al entrar y fuera de camiones y apuntar equipo, usted debe recordar y deber seguir el REGLA de TRES-PUNTO. La tres regla del punto es realmente muy sencilla. Lo medios *tres* de su *cuatro* los miembros están en el contact con el vehículo siempre cuando usted sube y fuera de equipo. En resumen tres nexos de unión significan dos manos y un pie, o dos pies y una mano están en el contacto con el camión o el equipo. Si usted atiende a cómo usted entra y sale equipo que apunta, usted advertirá que siguiendo la tres regla de punto le requiere a pensar de ello. Si se siente incómodo, pero lo haciendo le puede prevenir de caer.

Discuta Con Su Tripulación

¿Tiene cualquiera de usted caído al entrar o fuera de un camión o apuntar equipo? ¿Qué sucedió?

¿En cuál dirección encara usted cuando usted sube o fuera de apuntar equipo? (Siempre cara el el equipo)

Para prevenir caídas que usted debe tener un el puño firme en el agarro ralls o maneja. ¿De nuestro equipo tiene cualquiera perder o asideros defectuosos?

¿Tiene todo nuestro equipo pasos que son en buen estado? (Dobló pasos de metal, perdiendo correa-pasos y pasos que son llevados liso son todos peligros significativos de caída.

¿Además de seguir la tres regla de punto, qué puede hacer usted prevenir heridas al entrar y fuera de apuntar equipo y camiones?

(El siguiente es unas pocas sugerencias de chispear conversación)

- Vaya más despacio y utilice cuidado extra cuándo los pasos y asideros son mojados
- Busque obstáculos en el suelo abajo antes de salir.
- No bájese con algo en la mano libre. Póngalo el cabina El piso y el alcance arriba para ello cuando usted baja en el suelo.
- No haga *jamás* Salte. Usted puede aterrizar desequilibrado o en una superficie desigual, y en la caída.
- No utilice ejes de neumáticos ni rueda como una superficie de paso.
- No utilice el marco de puerta ni orilla de puerta como un asidero. Es demasiado fácil para la mano para resbalar lejos.