City of San Angelo 106 S Chadbourne St San Angelo TX 76903

TAILGATE/TOOLBOX SAFETY TRAINING

Safety Services Company-Safety Meeting Division, PO Box 6408 Yuma, AZ 85366-6408 Toll Free (866) 204-4786

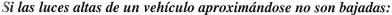
		SAFETY
		4
	AV	SERVICES
1) LIVI ICL)
	42	CUMPANIA

Nombre de Trabajo: _	Localidad del sitio de trabajo:					
Fecha:	Tiempo Empezaron:	Tiempo Terminaron:	Supervisor:	4		
Tópico 206: Conduciendo de Noche						
Introducción: Solo un tercio de nuestra conducción es hecha en la oscuridad, sin embargo, casi dos-tercios de todos los accidentes						
fatales de tráfico ocu	rren en la noche. Reduci	do visibilidad, luz deslumbra	ante de faros aproximados	s, y objetos no vistos en la		
carretera, se combina	n para hacer la conducció	ón de noche peligrosa. En la	tarde, en cuanto comienza	a a disminuir la luz del día.		

prende sus faros para hacer tu vehículo más visible a otros. Deberá usar sus luces delanteras desde la puesta de sol hasta el amanecer, pero esté atento que otros conductores no hayan prendido las luces de su vehículo. Sigue éstas reglas cuando conduzca

Luces delanteras son un mal suplente para luz del día así que:

- Nunca maneje tan recio que no pueda parar dentro de la distancia que pueda ver adelante con sus luces delanteras.
- Utilice rayos bajos cuando maneje en las calles de la ciudad o poblado.
- Utiliza rayos altos en carreteras cuando no viene otro vehículo hacia usted dentro 500 pies.
- Cambie a rayos bajos cuando encuentre tráfico aproximándose para evitar cegar el otro conductor.
- Cuando siga a otro vehículo, use rayos bajos cuándo esté a 200 pies de distancia.
- Cuando conduzca en lluvia pesada por la noche, use rayos altos.
- Cuando conduzca de noche en neblina o nieve, use los rayos bajos o la luz puede ser reflectada para atrás y así reducir la visibilidad.
- Muchos animales son más activos de noche y son difíciles a ver; esté atento de animales en la carretera, especialmente en áreas de bosque y rural.



- Evite mirar directamente a las luces altas.
- No destelle sus luces altas al tráfico venidero para alertar el otro conductor, ni dejes sus luces altas.
- **Fíjese al lado** de la carretera, al lado derecho donde esta la raya. Esto te permitirá guiar su vehículo y mantener su vista segura para no ser afectado.
- Haga esto hasta que haya pasado el otro vehículo.

No se conviertes en victima de "Hipnosis de la Carretera" (un estado hipnótico que puede ocurrir durante largos plazos de conducir). Si en cualquier momento llega sentirse muy cansado mientras conduce:

■ Hágase a un lado y descanse.

de noche:

- Use la radio y aire fresco para desviar hipnosis de la carretera.
- Para cada hora para caminar y hacer ejercicio; esto le ayudará mantenerse alerta.
- Trate de reducir la conduciendo de noche programando tareas durante el día.
- Use la visera para reducir el deslumbramiento del tráfico.
- Inspeccione las luces del vehículo regularmente para asegurar que estén limpias, funcionando propiamente, y que no tengan lentes rotos. Mantenga las luces propiamente ajustadas.
- Mantenga las ventanas limpias. Reemplace vidrios agrietados, los cuales pueden reflectar el relumbre de luces de otros vehículos.
- Nunca tome medicamento que puede impedir su discernimiento o lo haga somnoliento.

<u>Conclusión</u>: Fatiga y la falta de atención son un peligro grande por la noche. Conductores no verán o responderán tan rápido en la oscuridad, y el reloj de su cuerpo le dirá que es hora de dormir. No comience a conducir si está cansado. Recuerde usar el cinturón de seguridad.



Revisión del Sitio de Trabajo

Peligros del sitio de trabajo y sug	gerencias de	e seguridad:		
Violaciones de Seguridad del Per	rsonal:	***		
Hoja informativa de Material de	Seguridad R	Revisada:		(nombre de químico)
Firma de Empleado:	(Mi fi		ensión de y conformidad a acatar con to tado, o sostenido cualquier lesión o enfe	odas pólizas y regulaciones de seguridad rmedad relacionado con el trabajo)
				The second secon

Esta pauta no remplaza regulaciones locales, estatales o federales y no deben ser interpretadas como substitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA.