

# CONGRATULATIONS

GERARDO MORENO FROM PARKSIDE COURT



SEPTEMBER TIER 1  
COMPLETION  
WINNER OF \$75!



TRAINING SCHEDULE BY  
REGION

PAGE 1



TRAINING HIGHLIGHTS

PAGE 2



SAFETY NEWSLETTER

IN ENGLISH AND SPANISH

PAGE 3-6



ESSEX  
TRAINING NEWSLETTER

## OCTOBER 2015

### PNW

October 8th Leadership Course  
October 13th Basic Electric  
October 13th Tier One Work Shop  
October 14th Essex Essentials  
October 20th RRP Lead  
October 21st Leadership Foundations  
October 27th Basic Electric  
October 28-29th Leasing Fundamentals Day 1 & 2  
October 29th Leadership Foundations

### Nor Cal

October 13th Essex Essentials  
October 14th Basic Plumbing  
October 14th Tier One Work Shop  
October 15th Basic Electrical  
October 15-16th Leasing Fundamentals Day 1 & 2  
October 21st RRP Lead  
October 22nd Mold Awareness  
October 22nd Asbestos IV or Refresher  
October 22nd Month End  
October 23rd Mold Awareness  
October 23rd Asbestos IV or Refresher  
October 27th Essex Essentials  
October 28th Tier One Work Shop  
October 29-30th Leasing Fundamentals Day 1 & 2

### LA/Ventura

October 8th Essex Essentials  
October 13th Leadership Foundation  
October 15h RRP Lead  
October 16h Mold Awareness  
October 16h Asbestos IV or Refresher  
October 21st Tier One Work Shop  
October 22-23rd Leasing Fundamentals Day 1 & 2  
October 27th Month End  
October 27th Leadership Foundations

### Orange County/San Diego

October 8th Essex Essentials OC/SD  
October 13th RRP Lead SD  
October 14th RRP Lead OC  
October 16th Tier One Work Shop OC  
October 20th Tier One Work Shop SD  
October 22-23rd Leasing Fundamentals Day 1 & 2

### Webinars

October 1st Level One Webinar Schedule All Sites 10-10:45 AM  
October 1st Level One Webinar Schedule All Sites 3-3:45 PM  
October 6th Level One Webinar Schedule All Sites 10-10:45 AM  
October 6th Level One Webinar Schedule All Sites 3-3:45 PM  
October 7th Level One Webinar Schedule All Sites 10-10:45 AM  
October 7th Level One Webinar Schedule All Sites 3-3:45 PM  
October 9h Level One Webinar Schedule All Sites 3-3:45 PM  
October 12h Level One Webinar Schedule All Sites 3-3:45 PM

**\*Classes are subject to change**

# Training Highlights

Lease more apartments  
and keep residents happy.



Client Logi

Clients who u  
Contact Cent  
were also  
interested in t  
solutions

- Maintenance Cen
- Call Center
- Property Manage
- Resident Portal
- Online Demos
- Apartment Marke
- Resident Screeni
- Renter's Insuran
- Spend Managem

## Level One Updates!

Do you want to save time and maximize your customer and resident experience? We are excited to announce updates to the Level One program that can achieve that for you! Operations Support and Training have created webinars to roll out these amazing updates. Please register for a Level One webinar within LMS, login and search Level One.

ping

ce

Provide Prom  
Responses



## FIELD FACILITATOR PROGRAM

We now have field facilitators in every region!

Congratulations to the 14 newly graduated Field Facilitators from our Los Angeles, Orange County and San Diego regions. They have completed the course and we look forward to having them support our onsite teams in a training room near you.



# Supervisor Talks



**RISK CONTROL**

REDUCE RISK. PREVENT LOSS. SAVE LIVES.

## Don't take hand tool safety for granted

---

### SUPERVISOR TALK

---

#### **Too many people take hand tool safety for granted, both at home and at work**

Household jobs usually are light, so sometimes you can get away with using a tool improperly or substituting one for another. Our work, however, makes it imperative to use the correct tool for the right job. Choosing an incorrect tool, using it the wrong way or using one in poor condition can result in injury or shoddy work.

#### **Choose the right tool for the job**

Would you use an ax to drive nails? No, you would probably use a claw hammer. It's the less obvious misuse of tools that sometimes gives us the most trouble, like using a screwdriver or a file as a pry bar. Problems also can come from trying to get by with a tool that's not the right size for the job. A common mistake is using a wrench that's the wrong size for the nut, or one with a handle that's too short. This can result in scraped knuckles or a broken wrench.

How many times have you seen a person slip a cheater pipe over a wrench handle for more leverage on a tight nut? In many cases, the cheater pipe slips off the handle and the worker loses his or her balance and falls. And often it's off a ladder.

Don't take chances. Get the right tool, even if it takes you a few minutes longer. You'll probably save yourself lots of time in the long run.

#### **Only use tools in good condition**

A hammer's head that comes off is less dangerous than one that has a head that just wiggles a little. In the first case, we know the hammer is dangerous and fix it. In the second case, we never know when the head will twist enough to glance off the work, or just fly off.

Tools in proper condition have handles and heads that are solid and fit securely, and cutting edges that are sharp. It's usually the dull tool that hurts you. Tools should be kept clean of dirt and grease. If a tool doesn't meet these qualifications, don't use it. Otherwise, you're asking for trouble.

#### **Use tools properly**

Few of us are experts when it comes to using every type of tool. If you don't know how to use a tool, don't be afraid to ask someone who does. Here are a few tips for using tools properly:

1. Pull a wrench, don't push.
2. Use the full handle of the hammer. If not, you could lose control.
3. Always cut away from yourself.
4. Be sure to wear eye protection if there is a chance of chips or flying particles.
5. Don't use a file without a handle.
6. Don't use a chisel or screwdriver as a pry bar.

#### **Carry and store tools safely**

If you carry tools in your hands, keep sharp or cutting edges covered and hold them away from you.

Use a toolbox or belt when carrying many tools. Don't carry them in your pockets. Keep the toolbox in order so you can easily find the tool you need without getting cut or injured.

If someone wants to borrow one of your tools, hand it to them - don't toss it.

Hand tool safety depends on the right tool for the job – in proper condition – used correctly – and carried and stored safely.



# Supervisor Talks (PNW ONLY)



RISK CONTROL

REDUCE RISK. PREVENT LOSS. SAVE LIVES.

## Health effects of cold

---

### SUPERVISOR TALK

---

Extreme cold can cause a number of health problems. Hypothermia and frostbite are just two of the health effects induced by cold weather.

Hypothermia occurs when a person's core body temperature is lower than 95°F. The condition is considered mild if a person's core temperature is between 90 and 95°F. Victims of mild hypothermia may show symptoms including uncontrollable shivering, loss of dexterity, pale and cool skin, and incoherence.

Severe hypothermia occurs when a person's core body temperature falls below 90°F. At this temperature shivering stops and the victim's blood pressure, heart rate and respiration begin dropping. Symptoms of severe hypothermia include slurred speech, confusion, shallow breathing, unusual behavior and a slow, irregular heartbeat. In extreme cases, the victim appears dead.

Treat mild hypothermia by moving the victim to a warm, dry environment. Prevent further heat loss by covering the victim's head and neck. Provide extra clothes or blankets. Give the victim warm liquids (no caffeine or alcohol) and high-energy foods. Consult a physician as soon as possible.

Severe hypothermia demands immediate medical attention. Apply mild heat (comfortable to the elbow) to the victim's head, neck, chest, armpits and groin. Attempt to keep the victim conscious. As much as possible, prevent them from moving. Movement circulates cold blood back to the heart and can cause further damage.

Frostbite is frozen and sometimes dead tissue caused by prolonged exposure to cold temperatures, *usually* below freezing. The extremities of the body (ears, nose, fingers, hands, toes, and feet) are most often affected because the body reduces blood flow to them in an effort to maintain its core temperature.

Frostbite usually causes the skin to look pale or blue. In extreme cases, the skin may turn black. The skin will generally feel cold and numb, and may be either stiff or rubbery. Severe cases of frostbite may form blisters.

Contrary to common belief, one should NEVER rub areas affected with frostbite. Rubbing actually increases the tissue damage. Move the victim to a warm, dry area. Place the affected area into warm water (100 to 104°F) until it becomes red, not until feeling returns. Consult a physician as soon as possible.

If you must be outside in cold weather, dress in layers including a hat, gloves and insulated boots. The inner layer of clothing should transfer moisture away from the skin (e.g., polypro or similar material), the middle layer should provide insulation and warmth (e.g., polar fleece or wool) while the outer layer prevents wind, rain and snow from getting in (e.g., nylon or Gortex®). Air between the layers also will provide additional warmth.

Keeping dry in cold weather is crucial to avoiding hypothermia. If a person does get wet, quickly move the individual to a warm, dry area. Remove the wet clothing and cover the individual with dry clothes or blankets.

Avoid smoking and stimulants, such as caffeine and alcohol. Smoking decreases circulation to the extremities. Caffeine stimulates the heart and may cause it to circulate cold blood. Although alcohol may make a person feel warm, it actually causes the body to lose heat.

Nutrition is a critical part of combating hypothermia. Your body needs food to burn to sustain core temperature. Eat a well balanced diet rich in complex carbohydrates. The dry air in cold conditions also can cause dehydration. It is important to rehydrate regularly.



# Conversaciones Para Supervisores



CONTROL DE RIESGO

REDUZCA RIESGOS. EVITE PÉRDIDAS. SALVE VIDAS.

## No tome la seguridad de herramienta de mano para concedido

### PLÁTICA DE SUPERVISOR

#### Demasiadas personas toman la seguridad de herramienta de mano para concedido, tanto en casa como en el trabajo

Trabajos domésticos por lo general son ligeros, lo que a veces puede salirse con la suya utilizando una herramienta inadecuada o sustituir una por otra. Nuestro trabajo, sin embargo, hace que sea imprescindible utilizar la herramienta correcta para el trabajo correcto. Elección de una herramienta incorrecta, utilizada de manera equivocada, o en un en mal estado puede causar lesiones o trabajo de mala calidad.

#### Elegir la herramienta adecuada para el trabajo

¿Quieres usar un hacha para conducir clavos? No, probablemente se utilizarías un martillo. Es menos obvio el mal uso de las herramientas que a veces nos da más problemas, como usar un desarmador o un archivo como una palanca. Los problemas también pueden ocurrir con una herramienta que no es el tamaño correcto para el trabajo. Un error común es usar una llave que es el tamaño incorrecto de la tuerca, o una con un mango que es demasiado corto. Esto puede resultar en las manos raspadas o una llave rota.

¿Cuántas veces has visto a una persona meter un tubo de trampa en el mango de una llave para hacer más influencia en una tuerca apretada? En muchos casos, el tubo se resbala del mango y el trabajador pierde su equilibrio y se cae. Y a menudo es de una escalera.

No se arriesgue. Obtenga la herramienta correcta, incluso si se lleva unos cuantos minutos más. Probablemente ahorrará mucho tiempo en el largo plazo.

#### Utilice sólo herramientas en buen estado

La cabeza de un martillo que puede ser deslojada es menos peligrosa que uno que tiene una cabeza que sólo se mueve un poco. En el primer caso, sabemos que el martillo es peligroso y lo puedes arreglar. En el segundo caso, nunca sabemos cuando se va a torcer la cabeza suficiente como para que se desloje.

Herramientas en buen estado tienen manijas y los cabezas que son sólidas y en forma segura y bordes cortantes que son filosos. Por lo general es la herramienta sin filo que te lastima. Las herramientas deben estar limpias de suciedad y grasa. Si una herramienta no cumple estos requisitos, no la use. De lo contrario, usted está buscando problemas.

#### Utilice las herramientas adecuadamente

Pocos de nosotros somos expertos en lo que respecta a la utilización de cada tipo de herramienta. Si usted no sabe cómo usar una herramienta, no tenga miedo de preguntar a alguien que tenga experiencia. Éstos son algunos consejos para utilizar correctamente las herramientas:

1. Jale una llave, no la empuje.
2. Use todo el mango del martillo. Si no, puede perder el control.
3. Siempre corte hacia fuera de usted.
4. Asegúrese de usar protección para los ojos si hay una posibilidad de astillas o partículas voladoras.
5. No utilice una lima sin un mango.
6. No utilice un cincel o un desarmador como palanca.

#### Transportar y almacenar las herramientas con seguridad

Si lleva las herramientas en las manos, mantenga las herramientas con filo o cortantes cubiertos y manténgalos lejos de usted.



# Conversaciones Para Supervisores (Solamente Para PNW)



CONTROL DE RIESGO

REDUZCA RIESGOS. EVITE PÉRDIDAS. SALVE VIDAS.

## Efectos en la salud de frío

### PLÁTICA DE SUPERVISOR

El frío extremo puede causar una serie de problemas de salud. La hipotermia y la congelación son sólo dos de los efectos sobre la salud inducidos por el clima frío.

La hipotermia ocurre cuando la temperatura corporal de una persona es inferior a 95 ° F. La condición se considera leve si la temperatura corporal de una persona es de entre 90 y 95 ° F. Las víctimas de hipotermia leve puede mostrar síntomas como la pérdida de temblor incontrolable, de la destreza, la piel pálida y fría, y la incoherencia.

La hipotermia severa ocurre cuando la temperatura corporal de una persona cae por debajo de 90 ° F. A esta temperatura deja de tiritar, y la presión sanguínea de la víctima, el ritmo cardíaco y la respiración comenzará a caer. Los síntomas de hipotermia severa incluyen problemas de hablar, confusión, respiración superficial, comportamiento inusual y una lentos latidos cardíacos irregulares. En casos extremos, la víctima aparece muerta.

Trate la hipotermia leve moviendo a la víctima a un ambiente cálido y seco. Prevenga la pérdida de calor cubriendo la cabeza y el cuello de la víctima. Proporcione ropa extra o mantas. Darle a la víctima líquidos calientes (sin cafeína o alcohol) y alimentos de alta energía. Consulte con un médico tan pronto como sea posible.

Hipotermia severa demanda atención médica inmediata. Aplique calor suave (confortable para el codo) a la cabeza de la víctima, el cuello, tórax, axilas y la ingle. Intente de mantener a la víctima consciente. Evite que se mueva. El movimiento circula la sangre fría al corazón y puede causar más daños.

Congelación son tejidos muertos causados por la exposición prolongada a temperaturas frías, por lo general, temperaturas bajo cero. Las extremidades del cuerpo (orejas, nariz, dedos, manos, dedos y pies) son los más afectados porque el cuerpo reduce el flujo sanguíneo a ellos en un esfuerzo para mantener su temperatura interna.

Congelación usualmente hace que la piel se vea pálida o azul. En casos extremos, la piel puede volverse negra. La piel generalmente se sienten frío y entumecido, y puede ser rígida o de goma. Los casos graves de congelación pueden formar ampollas.

Contrariamente a la creencia común, uno NUNCA debe frotar las zonas afectadas con la congelación. El frotamiento de hecho aumenta el daño de tejidos. Mueva a la víctima a un lugar caliente y seco. Coloque el área afectada en agua caliente (100 a 104 ° F) hasta que se convierta en rojo, no hasta que vuelva la sensación. Consulte con un médico tan pronto como sea posible.

Si usted tiene que estar afuera en clima frío, debes vestirse en capas incluyendo un sombrero, guantes y botas aislantes. La capa interna de la ropa debe transferir la humedad de la piel (por ejemplo, polipropileno o material similar), la capa intermedia debe proporcionar aislamiento y el calor (por ejemplo, polar polar o lana), mientras que la capa exterior evita que entra el viento, la lluvia y la nieve (por ejemplo, de nylon o Gortex®). Aire entre las capas también proporcionar calor adicional.

Mantener seco en clima frío es fundamental para evitar la hipotermia. Si una persona se moja, se mueve rápidamente a la persona a un lugar caliente y seco. Quítese la ropa mojada y cubra a la persona con ropa seca y mantas.

Evite el tabaco y los estimulantes como la cafeína y el alcohol. Fumando reduce la circulación en las extremidades. La cafeína estimula el corazón y puede provocar que circulan en la sangre fría. Aunque el alcohol puede hacer que una persona se siente caliente, lo que realmente hace que el cuerpo pierda calor.

La nutrición es una parte fundamental de la lucha contra la hipotermia. Su cuerpo necesita alimentos para quemar para mantener la temperatura central. Coma una dieta bien equilibrada, rica en carbohidratos complejos. El aire seco en condiciones de frío también puede causar deshidratación. Es importante hidratarse regularmente.