

Krav til praktisk utførelse

Kursdeltaker skal etter endt opplæring:

- Velge riktig utstyr til aktuell jobb
- Vurdere festepunkter og bedømme fri fall høyde for fallsikring
- Kunne tilpasse personlig utstyr
- Ha ferdigheter i bruk av det utstyret som skal brukes

Momenter i den praktiske øvingen

Handling	Utført
Brukerveiledning	
Sjekk at brukerveiledning er tilgjengelig og forstått av alle	
Brukerkontroll	
Foreta en visuell inspeksjon av utstyret før bruk	
Personlig tilpassing	
Ta på fallsikringsutstyr og foreta en personlig tilpassing av utstyret.	
Kameratsjekk	
La arbeidskollega sjekke at utstyret er montert riktig og har ingen defekter.	
Risikoanalyse	
Se etter potensielle farer og finn eventuelle tiltak for å redusere risikoen	
Foreta korrekt valg av fallsikringsutstyr for den gitte arbeidsoppgaven	
Aktivt utstyr	
Vis hvordan en bruker støttestropp	
Passivt utstyr	
Vis hvordan en bruker fangline og fallblokk	
Forankring	
Finne et passende forankringspunkt som tåler stor kraft	
Feste utstyret til forankringspunktet	
Fallhøyde	
Sjekk frihøyde under seg: at denne er tilstrekkelig og uten hindringer	
Traumastropp	
Vis hvordan montere traumastropp på fallselen og hvordan bruke den	

Jeg kan bekrefte at kursdeltaker har gjennomført den lovpålagte praktiske opplæring.

Kursdeltaker

Arbeidsgiver / Fagkyndig person

Dato

Viktig!

Returner skjemaet signert til fokushms for at vi skal kunne utstede sertifikat.