

Grundkurs fallskydd 4h

Innehåll:

Teori ca 1,5h:

- Grunder för fallskydd
- Vad är ett fall?
- Vad är ett fallskydd?
- När och hur skall fallskydd användas?
- Genomgång av lagar och regler som gäller: Arbetsgivare & Arbetstagare (AFS 1981:14, 1999:3 med flera)
- Genomgång av olika typer av utrustning

Praktik ca 2h:

- Prova och hänga i helsele
- Förankringar med sling (flera tekniker)
- Använda rep med replås, platta/sluttande tak
- Falldämparlina (krokar flera varianter)
- Horisontella fallskydd
- Hur fungerar en falldämpare
- Olika metoder och tekniker för att arbeta säkert på höjd
- Fasta fallskydd*
- Praktiska övningar och förflyttningar i reell miljö*

*Möjligt på Altitude Access Utbildningscentra eller om Kund har egen, utgår annars.