



KURSPLAN GWO - Working at Heights

Obligatoriska moment:

- ☐ Global och nationell lagstiftning (normer och föreskrifter).
- ☐ Risker, fall, arbetsplanering, räddningsplan.
- ☐ Suspension trauma.
- ☐ Knopar behärskas: åttan samt korrekt inbindning(infästning) i sele.
- ☐ Besiktning och utrustningsgenomgång av PPE, sele, hjälm, rep, rundslingor, glidlås samt falldämpare.
- ☐ Förankringspunkter.
- ☐ Stegar.
- ☐ Arbetspositionering.
- ☐ Förlängning och belastningsfördelnings arrangemang med slingor och karbiner.
- ☐ Sekundärsystem vid övningar
- ☐ De vanligaste kommando- och varningsorden.
- ☐ Omkopplingar vid fästpunkter och horisontella system med Y-klyka.
- ☐ Behärska att klättra med fasta fallskyddssystem (skena & vajer).
- ☐ Behärska att klättra med mobilt fallskyddssystem (rep).
- ☐ Självvakuering och räddning med räddningsutrustning (olika procedurer)
 - MILAN(Descending- and Rescue-Device with Lifting Function).
- ☐ Work shop
- ☐ Examination (kontinuerligt)
 - Teori
 - Praktiska färdigheter

Kurslängd: 16 timmar

Giltighetstid certifikat: 2 år

Antal deltagare: minst 4 deltagare, max 12 deltagare

Under teorielektion har behandlats:

Principer för hur evakuering, fallskyddsutrustningens funktion, materialvård, terminologi, ergonomi, knopar, säkrings- och klättringsteknik.