

FAR108

## Fallsikring

---

**Varighet** 1 dag

---

**Målgruppe** Alt personell i som har arbeidsoppgaver i høyden hvor de må sikre seg mot fall til lavere nivå.  
Kurset er egnet for industripersonell offshore og på land.  
Er utarbeidet i henhold til Norsk standard 9610

---

**Krav til forkunnskap** Ingen.

---

**Hovedmål** Gi deltakerne en grundig innføring i:  
- Riktig og sikker bruk av enkelt fallsikringsutstyr.  
- Gode holdninger ved arbeid i høyden.  
- Begrensningene som ligger i utstyret.

---

**Innhold** I løpet av kurset vil følgende emner gjennomgås:  
- Offentlig lovverk og forskrifter  
- Belastninger og fall  
- Utstyrskjennskap  
- Sikkerhetsrutiner  
- Praktisk bruk av fallsikringsmidler  
- Ettersyn og vedlikehold  
- Innføring i fallredning

---

**Eksamen** Ingen.