



Livreddende regler

Jeg planlegger og leder:

- Jeg er trygg på at jeg har satt sammen et team som har riktig kompetanse, opplæring og erfaring
- Jeg har foretatt risikovurdering og sørget for at alle involverte er informert og har forstått denne
- Jeg har forsikret meg om at rigplanen er risikovurdert for å sikre en trygg arbeidsplass
- Jeg har forsikret meg om at den enkelte er trygg og har forstått sine oppgaver
- Jeg har tilrettelagt for at teamet har hatt nok tid til planlegging, risikovurdering og sikker jobbanalyse (SJA)
- Jeg har sørget for at teamet har riktig og godkjent utstyr for oppgavene
- Jeg har sørget for at det brukes synlighetstøy klasse 2* på overkroppen.

Jeg medvirker og utfører:

- Jeg har forstått arbeidsoppgaven og hvordan jeg utfører den på en sikker måte
- Jeg bruker påbudt verneutstyr i forhold til farene
- Jeg bruker synlighetstøy klasse 2* på overkroppen
- Jeg sier ifra og tar grep når jeg ser risiko for farlige situasjoner
- Jeg er våken og til stede, og bruker mobiltelefon kun i sikre soner

* EN ISO 20471



Konflikt menneske og maskin

Livredder for leder:

- Jeg sørger alltid for at deltakere i prosjektet er gjort kjent med maskinenes blindsoner
- Jeg sørger for sikre gangveier på byggeplassen
- Jeg har gitt pålegg om bruk av hjelpemann ved rygging der det er mulighet for påkjørsel

Livredder for arbeidstaker:

- Jeg stanser alltid minst ti meter fra maskinen, og venter på øyekontakt og klarsignal fra maskinføreren, før jeg går inn i arbeidsområdet
- Jeg er/har gjort mine kollegaer kjent med maskinens blindsoner
- Jeg bruker alltid hjelpemann ved rygging når det er mulighet for påkjørsel



Fall fra høyde

Livredder for leder:

- Jeg sørger alltid for at teamet har vurdert og så langt som mulig har prioritert fallforhindrende barrierer fremfor falloppfangende løsninger
- Jeg har tilrettelagt for at teamet har hatt nok tid til planlegging, risikovurdering og SJA

Livredder for arbeidstaker:

- Jeg er alltid sikret når jeg arbeider i høyden
- Jeg bryter aldri sperringer og barrierer
- Jeg deltar i SJA før arbeid i høyden og gjennomfører arbeidet som avtalt



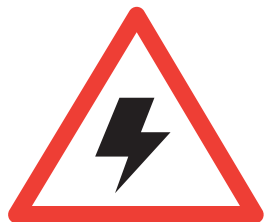
Fallende gjenstander

Livredder for leder:

- Jeg sørger alltid for en ryddig byggeplass
- Jeg gir kranfører autoritet og støtte til å stanse farlige løfteoperasjoner

Livredder for arbeidstaker:

- Jeg lar aldri løse gjenstander ligge å slenge
- Jeg plasserer meg alltid i sikker sone og går aldri under hengende last
- Jeg bryter aldri sperringer og barrierer
- Jeg stopper alle løfteoperasjoner som er usikre
- Jeg sikrer alltid last før løft



Kontakt med elektrisk spenning

Livredder for leder:

- Jeg starter aldri opp arbeid uten oversikt over alle risikofaktorer vedrørende elektrisk spenning
- Jeg informerer alle om risikomomenter relatert til elektrisk spenning
- Jeg har en ryddig arbeids-plass
- Jeg har rutiner for kontroll og vedlikehold av elektrisk utstyr.

Livredder for arbeidstaker:

- Jeg skaffer meg alltid oversikt over risiko
- Jeg fikser ikke elektrisk utstyr selv, men sier ifra til elektriker ved feil og mangler
- Jeg rydder etter egne arbeider og henger opp kabler
- Jeg setter meg inn i sikkerhetsbestemmelsene og bryter aldri en sperring



Konstruksjons-svikt

Livredder for leder:

- Jeg har kvalitetssikrede planer for montasje
- Det skal ikke arbeide folk i de to underliggende etasjene til monteringsstedet
- Vi har utstyr til å gjennomføre sikker montasje

Livredder for arbeidstaker:

- Jeg følger alltid planen for montasje
- Jeg sørger alltid for at områdene under montasjestedet er sperret av
- Jeg sørger for å kontrollere opplegg og understøttelse for elementer og utfører avstiving fortløpende

Jeg tenker HMS, sier ifra og tar grep!



Konflikt menneske og maskin

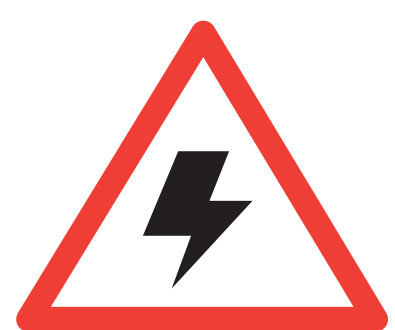
Livredder for leder:

- Jeg sørger alltid for at deltakere i prosjektet er gjort kjent med maskinenes blindsoner
- Jeg sørger for sikre gangveier på byggeplassen
- Jeg har gitt pålegg om bruk av hjelpemann ved rygging der det er mulighet for påkjørsel

Livredder for arbeidstaker:

- Jeg stanser alltid minst ti meter fra maskinen, og venter på øyekontakt og klarsignal fra maskinføreren, før jeg går inn i arbeidsområdet
- Jeg er/har gjort mine kollegaer kjent med maskinens blindsoner
- Jeg bruker alltid hjelpemann ved rygging når det er mulighet for påkjørsel

Jeg tenker HMS, sier ifra og tar grep!



Kontakt med elektrisk spenning

Livredder for leder:

- Jeg starter aldri opp arbeid uten oversikt over alle risikofaktorer vedrørende elektrisk spenning
- Jeg informerer alle om risikomomenter relatert til elektrisk spenning
- Jeg har en ryddig arbeidsplass
- Jeg har rutiner for kontroll og vedlikehold av elektrisk utstyr

Livredder for arbeidstaker:

- Jeg skaffer meg alltid oversikt over risiko
- Jeg fikser ikke elektrisk utstyr selv, men sier ifra til elektriker ved feil og mangler
- Jeg rydder etter egne arbeider og henger opp kabler
- Jeg setter meg inn i sikkerhetsbestemmelsene og bryter aldri en sperring

Jeg tenker HMS, sier ifra og tar grep!



Fall fra høyde

Livredder for leder:

- Jeg sørger alltid for at teamet har vurdert, og så langt som mulig har prioritert, fallforhindrende barrierer fremfor falloppfangende løsninger
- Jeg har tilrettelagt for at teamet har hatt nok tid til planlegging, risikovurdering og SJA

Livredder for arbeidstaker:

- Jeg er alltid sikret når jeg arbeider i høyden
- Jeg bryter aldri sperringer og barrierer
- Jeg deltar i SJA før arbeid i høyden og gjennomfører arbeidet som avtalt

Jeg tenker HMS, sier ifra og tar grep!



Konstruksjonssvikt

Livredder for leder:

- Jeg har kvalitetssikrede planer for montasje og riving
- Det skal ikke arbeide folk i de to underliggende etasjene til monteringsstedet ved elementmontasje
- Vi har utstyr til å gjennomføre sikker montasje og riving

Livredder for arbeidstaker:

- Jeg følger alltid planen for montasje og riving
- Jeg sørger alltid for at usikre områder er sperret av ved elementmontasje og riving
- Jeg sørger for å kontrollere opplegg og understøttelse for elementer og utfører avstiving fortløpende

Jeg tenker HMS, sier ifra og tar grep!



Fallende gjenstander

Livredder for leder:

- Jeg sørger alltid for en ryddig byggeplass
- Jeg gir kranfører autoritet og støtte til å stanse farlige løfteoperasjoner

Livredder for arbeidstaker:

- Jeg lar aldri løse gjenstander ligge å slenge
- Jeg plasserer meg alltid i sikker sone og går aldri under hengende last
- Jeg bryter aldri sperringer og barrierer
- Jeg stopper alle løfteoperasjoner som er usikre
- Jeg sikrer alltid last før løft

Jeg tenker HMS, sier ifra og tar grep!