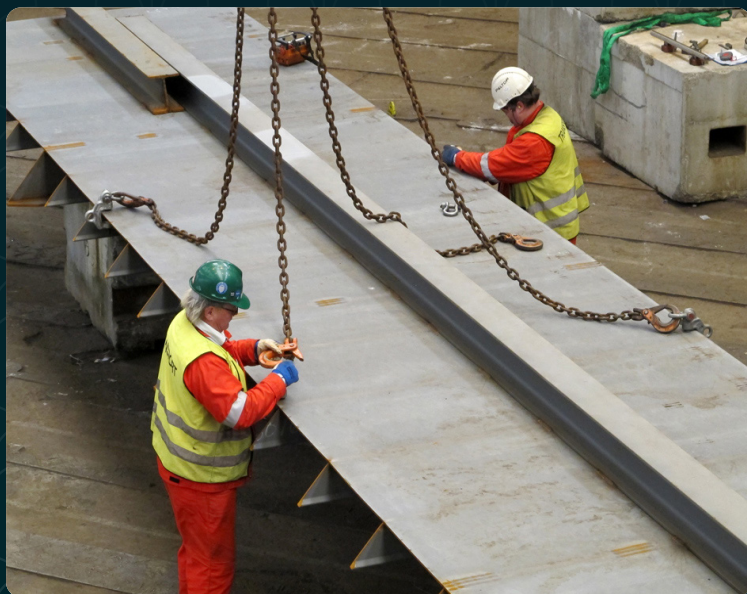


Personell som bruker løfteredskap, må ha teoretisk og praktisk opplæring om riktig valg, kontroll, bruk og vedlikehold av løfteredskap.

Dette kurset dekker den teoretiske delen av anhukeropplæringen, og inneholder også skjema som kan brukes for dokumentasjon av praksis.



## Målgruppe

Dokumentert sikkerhetsopplæring.

Personell som trenger anhukerkurs / stroppekurs for å være anhuker og signalgiver for kranfører.

## Innhold

- Løfteutstyr, ord og uttrykk
- Anhuking og tyngdepunkt
- Løftetabeller
- Fiberstropper
- Kjettingredskap
- Ståltastropper
- Sjakler
- Øyebolter og øyemuttere
- Signaler og tegn
- Styring av last
- Sikkerhetsregler
- Øvingsoppgaver
- Avsluttende test



## Kursdetaljer

Type: e-læring

Utgiver: Lifting & Safety International AS  
www.Lsi-bok.no

Språk: Kurset kan velges på Norsk, Engelsk eller Polsk språk ved innlogging.

Varighet: Anbefalt kurstid - 4.5 time

## Kontakt

muniolms.com  
contact@muniolms.com  
Tlf: +47 33 35 14 20

## Kompetanse

Kursbevis som PDF ved fullført kurs

Skjema for dokumentasjon av praksis  
tilgjengelig som PDF

# E-læring - Sikkerhetsopplæring - iht. Forskrift om utførelse av arbeid

## Dokumentert

## Sertifisert



**Farlig verktøy / HMS på arbeidsplassen**

Varighet: 1 time Kr. 650,-

K095



**Anhukerkurs / Stroppekurs**

Varighet: 4.5 time Kr. 1.190,-

K100



**HMS - Arbeidsmiljø, ansvar, og konsekvenser - Modul 1**

Varighet: 3 timer Kr. 990,-

K096



**Sikker bruk av løfteredskap - G11 (Modul 2.3 - Støtte)**

Varighet: 7 timer Kr. 1.490,-

K099

### Målgruppe:

#### Dokumentert sikkerhetsopplæring.

Personell som bruker verktøy og arbeidsutstyr, som krever særlig forsiktighet ved bruk.



#### Dokumentert sikkerhetsopplæring.

Personell som er anhuker og bruker løfteredskap, og som gir signaler til kranfører.



#### 1. Sertifisert sikkerhetsopplæring.

**Modul 1 - Førere av kran, truck og masseforflyttingsmaskiner**

**2. Ledere, verneombud og annet personell som ønsker fordypning / repetisjon om HMS regelverk**



#### 1. Sertifisert sikkerhetsopplæring.

**Modul 2.3 - G11 Løfteredskap** (E-læringskurs som fordypning / støtteundervisning)

**2. Kontrollører og sakkyndige virksomheter som ønsker fordypning om løfteredskap.**



### Innhold:

- Bruk av arbeidsutstyr
- Arbeidsområder og krav til personell
- Risikovurdering
- HMS, ulykker og ansvar
- Direkte og bakenforliggende årsaker til ulykker
- Aktuelle lover og forskrifter
- Øvingsoppgaver
- Avsluttende test

- Løfteutstyr, ord og uttrykk
- Anhuking og tyngdepunkt
- Løftetabeller
- Fiberstroppe
- Kjettingredskap
- Ståltastroppe
- Sjakler
- Øyebolter og øyemuttere
- Signaler og tegn, styring av last
- Sikkerhetsregler
- Øvingsoppgave
- Avsluttende test

- Bruk av arbeidsutstyr
- Arbeidsområder og krav til personell
- Risikovurdering
- HMS, ulykker og ansvar
- Direkte og bakenforliggende årsaker til ulykker
- Aktuelle lover og forskrifter
- Personforbedring
- Ytre miljø
- Farlig gods
- Øvingsoppgave
- Avsluttende test

- Løfteutstyr, ord og uttrykk
- Anhuking og tyngdepunkt
- Løftetabeller
- Fiberstroppe
- Kjettingredskap
- Ståltastroppe
- Sjakler
- Øyebolter og øyemuttere
- Pallegafler, tobber og containere
- Åk, løftestativ, plateklyper, vakuum og magnetløftere
- Integrerte løftepunkter
- Hånddetaljer og innfesting
- Signaler og tegn, styring av last
- Sikkerhetsregler
- Øvingsoppgave
- Avsluttende test

### Kompetanse:

Kursbevis som PDF ved fullført kurs.

Kursbevis som PDF ved fullført kurs.

Skjema for dokumentasjon av praksis tilgjengelig som PDF.

Kursbevis som PDF ved fullført kurs.

E-læringskurset erstatter 7 timer klasseromsundervisning Modul 1.

Kursbevis som PDF ved fullført kurs.