



Sikkerhet i kum

Kurs – 2026

Kl. 08.30-08.50 Registrering og kaffe

Kl. 08.50-09.05 **Velkommen, mål for dagen og presentasjon kursholdere**

DEL 1 - TEORI

Kl. 09.05-09.20 **Kort om planlegging av arbeid i kum**

- Hvor kummer er plassert
 - Trafikkert vei/fortau – hva må det tenkes på og legges til rette for
-

Kl. 09.20-09.45 **Faremomenter i vann- og avløpskummer**

- Gasser, biologisk smitte
 - Vannføring ved nedbør
-

Kl. 09.45-10.00 Pause

Kl. 10.00-10.30 **Faremomenter i vann- og avløpskummer**

- Trykksatte deler, dybde på kum
 - Andre utfordringer (mellomdekker, annet).
-

Kl. 10.30-10.40 Pause

Kl. 10.40-11.15 **Planlegging på plassen**

- Sikring rundt tilkomst/nedstigning - utenforstående, fallende gjenstander
 - Hvordan sjekke for oksygen og gasser – hvordan lufte kummer
 - Hva må det følges med på underveis i arbeidet
 - Endringer i oppførsel/oppfattelsesevne hos den som er i kum
 - Endringer i omkringliggende område, eksempel trafikkbildet
 - Hvor lang oppholdstid anbefalt i kum, værforhold
-

Kl. 11.15-11.45 Lunsj

DEL 2 – BRUK AV UTSTYR OG PRAKTISKE ØVELSER

Kl. 11.45-12.00 Inndeling i 2 grupper

Kl. 12.00-13.00 **Gruppe 1 - Fallsikring og redning**

- Hvordan kle på seg fallsikringssele
 - Alle skal forsøke løfte opp og flytte en dukke tilsvarende et menneske uten bruk av hjelpemidler
 - Alle skal forsøke det samme med bruk av hjelpemidler i form av sele og tripod
-

Kl. 12.00-13.00 **Gruppe 2 - Gassmåler**

- Bruk av gassmåler
 - Hva gassmåleren skal registrere
 - Type gasser og farer
-

Kl. 13.00-14.00 **Gruppe 1 og 2 bytter stasjon**

- Gruppe 1 – Gassmåler
 - Gruppe 2 – Fallsikring og redning
-

Kl. 14.00-14.30 **Samling av gruppene, avslutning**

- Kort oppsummering av dagen
 - Dialog om hva deltakerne sitter igjen med
 - Tilbakemeldinger om opplegg og gjennomføring
-

