

Kursbeskrivning

Planering, arbete och räddning med personliga fallskyddssystem

Dokument-ID	PARPF-KB-001	Version	1.2
Status	Gällande	Klassning	Externt dokument
Dokumentägare	Hewall Safety Sweden AB	Upprättad av	Martin Öbrink
Granskad av	John Hedin	Godkänd av	John Hedin
Fastställt datum	2026-08-14	Gäller från	2026-08-16
Nästa översyn	Fastställs vid godkännande	Ersätter	V1.1

Översikt

Planering, arbete och räddning med personliga fallskyddssystem (PARPF) är en tvådagarsutbildning som omfattar hela arbetsprocessen vid arbete där det finns fallrisk – från arbetsuppgift och riskbedömning till val av åtgärd, personligt fallskyddssystem, kontroll och användning av utrustningen samt räddningsberedskap och räddning.

Deltagaren får teoretisk förståelse och praktisk träning i hur arbetsuppgift, risker, skyddsåtgärder, personlig fallskyddsutrustning, personliga fallskyddssystem och räddningsberedskap hänger samman.

Utbildningen bygger på principen att rätt arbetsmetod och skyddsåtgärd ska väljas utifrån riskbedömningen innan personligt fallskyddssystem och enskilda produkter väljs.

Utbildningen omfattar både kunskap, praktisk färdighet och förmåga att fatta säkerhetsrelaterade beslut inom utbildningens fastställda omfattning.

Målgrupp

Utbildningen riktar sig till personer som i sin roll ska:

- ansvara för eller leda arbete där det finns fallrisk
- planera och riskbedöma arbete där personliga fallskyddssystem kan behöva användas
- utföra arbete med personliga fallskyddssystem
- planera eller genomföra räddning och evakuering med personliga fallskyddssystem

Exempelvis:

- arbetsledare och personer med arbetsmiljö- eller planeringsansvar
- montörer och servicetekniker
- drift- och underhållspersonal
- personer som använder personliga fallskyddssystem
- personal som ska planera eller medverka vid räddning

Olika deltagare kan ha olika roller och ansvar. Utbildningen är därför utformad för att skapa förståelse för hur planering, arbete och räddning hänger samman, även när funktionerna utförs av olika personer.

Kursmål

Efter genomförd och godkänd utbildning ska deltagaren, inom utbildningens omfattning, kunna:

- förklara grundläggande regler, ansvar och risker vid arbete där det finns fallrisk
- beskriva arbetsuppgiften, identifiera riskkällor, bedöma risker och välja lämpliga åtgärder
- välja ett lämpligt personligt fallskyddssystem utifrån riskbedömningen
- kontrollera, tillpassa, sätta samman och använda de system som ingår i utbildningen
- bedöma räddningsberedskap och genomföra de räddningsmoment som ingår i utbildningen
- avgöra när ett arbete inte får påbörjas eller ska avbrytas
- ompröva riskbedömningen när förutsättningarna förändras

Syfte

Utbildningens syfte är att ge deltagaren den kunskap, riskmedvetenhet och praktiska färdighet som krävs för att inom utbildningens omfattning och utifrån sin roll kunna planera, leda eller genomföra arbete och räddning med personliga fallskyddssystem på ett säkert sätt.

Utbildningen ska skapa förståelse för hur arbetsuppgift, riskbedömning, val av åtgärd, personligt fallskyddssystem och räddningsberedskap hänger samman samt ge deltagaren möjlighet att öva och verifiera de praktiska färdigheter som krävs för säker användning.

Deltagaren ska förstå sambanden och kunna omsätta dem i praktiska beslut.

Pedagogisk metod

Utbildningen kombinerar teori, fysisk utrustning, aktuella bruksanvisningar, scenariobaserade övningar och praktisk träning. Praktiska färdigheter lärs ut enligt modellen Visa – Instruera – Öva – Pröva (VIÖP).

- VISA – instruktören demonstrerar momentet och vad deltagaren ska uppmärksamma.
- INSTRUERA – instruktören förklarar hur momentet genomförs, varför det genomförs på det sättet samt möjligheter och begränsningar.
- ÖVA – deltagaren tränar under kontrollerade former med stöd och återkoppling.
- PRÖVA – deltagaren tillämpar färdigheten självständigt i kursanläggningens realistiska men kontrollerade övningsmiljö.

Deltagaren ska ges möjlighet att öva innan de praktiska färdigheterna provas och bedöms.

Krav för godkänt resultat

För godkänt resultat ska deltagaren:

- delta i samtliga teori- och praktikmoment
- uppnå godkänt resultat på utbildningens teoriprov
- uppnå godkänt resultat i de praktiska moment som ingår i utbildningen enligt fastställda bedömningskriterier

Samtliga obligatoriska bedömningskriterier ska vara uppfyllda för godkänt resultat.

Utbildningsintyg utfärdas först när samtliga krav är uppfyllda.

Förkunskapskrav

Utbildningen har inga formella förkunskapskrav.

Utbildningen är omfattande och innehåller både teoretiska och praktiska moment samt examination. För att deltagaren ska få bästa möjliga förutsättningar rekommenderas förinläsning om personlig fallskyddsutrustning och personliga fallskyddssystem.

Deltagaren behöver kunna medverka i de praktiska moment som ingår i utbildningen.

Kvalitetssäkring

Utbildningskonceptet har utvecklats av Hewall Safety sedan 2008 och kvalitetssäkras inom Hewall Safetys ledningssystem, i linje med principerna i ISO 9001, ISO 14001 och ISO 45001.

Utbildningen bygger på:

- fastställda kursmål
- styrt utbildningsmaterial
- fastställd pedagogisk metod
- aktuella bruksanvisningar och produktunderlag
- teoriprov
- praktiska moment
- fastställda bedömningskriterier
- dokumenterade krav för godkänt resultat

Innehållet utgår från tillämplig arbetsmiljölagstiftning, relevanta föreskrifter och standarder samt aktuell produktdokumentation.

Utbildningens innehåll

Block 1 – Teori – Planering, regler och riskbedömning

A – Lagar, förordningar och föreskrifter

Utbildningen behandlar tillämpliga delar av:

- Arbetsmiljölagen (1977:1160)
- Arbetsmiljöförordningen (1977:1166)
- AFS 2023:1 – Systematiskt arbetsmiljöarbete
- AFS 2023:2 – Planering och organisering av arbetsmiljöarbete
- AFS 2023:3 – Projektering och byggarbetsmiljösamordning, orienterande när den är tillämplig
- AFS 2023:10 – Risker i arbetsmiljön, särskilt regler om fallrisk
- AFS 2023:11 – Arbetsutrustning och personlig skyddsutrustning – säker användning
- AFS 2023:12 – Utformning av arbetsplatser, tillämpliga delar
- AFS 2023:13 – Risker vid vissa typer av arbeten, särskilt vid tillämpligt byggnads- och anläggningsarbete
- AFS 2023:15 – Medicinska kontroller i arbetslivet, bland annat vid klättring med stor nivåskillnad

B – Planering och systematiskt arbetsmiljöarbete

Deltagaren arbetar med att:

- beskriva arbetsuppgiften och arbetsområdet
- identifiera riskkällor och beskriva möjliga skadehändelser
- bedöma risker och om de är allvarliga
- dokumentera riskbedömningen
- välja och prioritera lämpliga åtgärder
- kontrollera att åtgärder är genomförda och fungerar
- bedöma när personligt fallskydd får eller behöver användas
- kontrollera särskilda krav på kompetens, medicinsk kontroll och tjänstbarhetsintyg
- kontrollera övriga förutsättningar före start
- avgöra om arbetet får starta, behöver åtgärdas eller ska stoppas
- ompröva riskbedömningen när förutsättningarna förändras

Kunskapen tillämpas genom scenarier där deltagaren får motivera val av arbetsmetod, skyddsåtgärd och personligt fallskyddssystem.

Block 2 – Teori – Personlig fallskyddsutrustning och personliga fallskyddssystem

A – Personlig skyddsutrustning

Utbildningen behandlar:

- vad som är personlig skyddsutrustning och vad som inte automatiskt är PPE
- tillämpliga delar av förordning (EU) 2016/425
- kategori III för PPE mot fall från hög höjd
- CE-märkning
- EN-standarders funktion och förhållandet mellan EN-standard och CE-märkning
- produktidentifikation och märkning
- avsedd användning och bruksanvisningens betydelse
- val, lämplighet och tillpassning
- kompatibilitet mellan komponenter
- personligt bruk och delad utrustning
- kontroll före och efter användning
- skötsel, rengöring, underhåll och förvaring
- livslängd, kassationskriterier och när utrustning ska tas ur bruk

B – Periodisk inspektion – avgränsning mot användarkontroll

Utbildningen behandlar skillnaden mellan användarens kontroll och periodisk inspektion. Periodisk inspektion är en annan kontrollnivå än användarens kontroll före användning, ska genomföras enligt den aktuella tillverkarens instruktioner, ska utföras av en person med den kompetens som tillverkaren kräver och dokumenteras enligt aktuella krav och instruktioner.

PARPF utbildar inte deltagaren till kompetent person för periodisk inspektion.

C – Relevanta standarder och produktkategorier

Utbildningen behandlar relevanta standardreferenser för de produkter som förekommer i utbildningen, bland annat:

System

- SS-EN 363 – personliga fallskyddssystem

Förankringsanordningar

- EN 795 – förankringsanordningar
- EN 17235 – permanent installerade förankringsanordningar och säkerhetskrokar, där tillämpligt

Kroppshållande utrustning

- EN 361 – fallskyddssele
- EN 358 – utrustning för arbetspositionering och hindrande funktion
- EN 813 – sittsele

Kopplingar och fallskyddskomponenter

- EN 353-1 – styrt glidlås på fast förankringslina
- EN 353-2 – styrt glidlås på flexibel förankringslina
- EN 354 – kopplingslina
- EN 355 – falldämpare
- EN 358 – arbetspositioneringslina
- EN 360 – fallskyddsblock
- EN 362 – kopplingsanordningar

Räddningsutrustning

- EN 341 – nedfyringsanordningar
- EN 1496 – räddningslyftanordningar
- EN 1497 – räddningsselar
- EN 1498 – räddningsslingor

Standardnumret används som teknisk referens. Produktens faktiska märkning, avsedda användning, aktuella bruksanvisning och tillämpliga produktdokumentation ska alltid verifieras.

D – Personliga fallskyddssystem

Utbildningen behandlar systemens funktioner och principer enligt bland annat SS-EN 363. Följande system behandlas:

- hindrande system
- arbetspositioneringssystem
- falldämpande system
- räddningssystem

Reparatssystem behandlas orienterande för att deltagaren ska kunna identifiera systemtypen och förstå att särskild kompetens, organisation och utrustning krävs. Praktiskt repararbete ingår inte.

Vid val och sammansättning av system behandlas bland annat:

- systemets avsedda funktion
- förankring
- kroppshållande utrustning
- kopplingar

- kompatibilitet mellan komponenter
- arbetsplatsens förutsättningar
- användarens förutsättningar
- aktuella bruksanvisningar
- räddningsmöjlighet

Block 3 – Teori och praktik – Risker med falldämpande system

Deltagaren arbetar med bland annat:

- fritt fall
- fångryck och falldämpning
- fallfaktor
- erforderlig fri höjd
- förankringspunktens placering
- pendelfall
- horisontell användning
- fall över kant
- systemets totala rörelse
- deflektion och andra bidrag till systemets rörelse
- räddningsbehov efter ett fall
- produkters och systems begränsningar

Deltagaren ska kunna bedöma om ett falldämpande system är lämpligt för den aktuella situationen och avgöra vilka uppgifter som måste verifieras innan systemet används.

Block 4 – Praktik – Arbete med personliga fallskyddssystem

A – Kontroll och tillpassning

Deltagaren får instruktion och praktisk träning i:

- kontroll av personlig fallskyddsutrustning före användning
- identifiering av skador, slitage och annan påverkan
- korrekt påtagning och tillpassning av sele
- kontroll av produktidentifikation och märkning
- val och kontroll av rätt infästningspunkt

B – Sammansättning och användning

Praktiska moment genomförs med:

- hindrande system
- arbetspositioneringssystem
- falldämpande system

Deltagaren tränar på att:

- välja och verifiera lämplig förankring
- välja lämpliga och kompatibla komponenter
- sätta samman systemet
- kontrollera förankringsanordning – sele – koppling
- använda rätt infästningspunkt

- kontrollera kopplingar och låsningar
- använda systemet enligt dess avsedda funktion
- förklara systemets funktion och begränsningar
- identifiera relevanta risker
- bedöma räddningsmöjlighet
- avgöra när momentet ska stoppas eller omprövas

De praktiska momenten genomförs med instruktion, övning och återkoppling innan deltagarens färdigheter bedöms enligt fastställda bedömningskriterier.

Block 5 – Teori och praktik – Räddningsberedskap och räddning

Utbildningen behandlar:

- räddningsberedskap som en del av planeringen
- förutsebara räddningsscenarier
- säker plats
- första hjälpen och krisstöd
- ortostatisk påverkan vid stillahängande
- räddarens egen säkerhet
- val av räddningsmetod
- räddningsutrustning och dess funktion
- lyftning och sänkning
- kontrollerad belastningsöverföring

A – Räddning till lägre nivå

- etablering av räddningssystem
- säkring av räddare och nödställd
- belastningsöverföring
- kontrollerad nedfiring
- förflyttning till säker plats

B – Räddning efter fall över kant

- bedömning och hantering av kantpassage
- säkring
- förankring
- belastningsöverföring
- lyftning, sänkning eller kombination av metoder
- förflyttning till säker plats

C – Räddning till högre nivå

- etablering av räddningslyftsystem
- avlastning av befintligt system
- belastningsöverföring
- kontrollerad lyftning
- förflyttning till säker plats

D – Självvakuering

- etablering och kontroll av systemet
- förankring och räddningsväg
- kontrollerad nedfirning
- förflyttning till säker plats

Räddningsmetod, utrustning, förankring och bemanning ska anpassas till det förutsebara scenariot och den aktuella utrustningens bruksanvisning.

Examination och bedömning

Teoretisk examination

Teoriprovet ska verifiera att deltagaren kan tillämpa utbildningens kunskaper inom bland annat:

- regelverk och ansvar
- riskbedömning och åtgärdsval
- personlig fallskyddsutrustning
- systemval
- produkter och bruksanvisningar
- risker med falldämpande system
- räddningsberedskap

Bedömningen ska i första hand verifiera förståelse och tillämpning, inte memorering av paragraf- eller standardnummer.

Praktisk examination

Deltagaren ska självständigt visa de praktiska färdigheter som omfattas av utbildningen enligt fastställda bedömningskriterier. Bedömningen omfattar bland annat:

- kontroll före användning
- tillpassning
- systemuppbyggnad
- förankring
- korrekt inkoppling
- systemets funktion
- riskmedvetenhet
- räddningsmoment
- säkerhetskritiska beslut

Säkerhetskritiskt handlande kan innebära att ett moment avbryts.

Utbildningsintyg och kompetensens omfattning

Efter godkänt resultat utfärdas utbildningsintyg.

Intyget visar att deltagaren har uppfyllt utbildningens teoretiska och praktiska krav inom utbildningens fastställda omfattning.

Utbildningen innebär inte generell behörighet för alla former av arbete på höjd, alla arbetsmiljöer eller alla typer av personlig fallskyddsutrustning.

Avgränsningar

Utbildningen:

- ger inte kompetens som kompetent person för periodisk inspektion
- omfattar inte projektering, installation eller godkännande av permanenta förankringsanordningar eller permanenta livlinesystem
- omfattar inte praktiskt repararbete
- omfattar inte avancerad teknisk räddning utanför utbildningens definierade moment och scenarier
- ersätter inte arbetsgivarens ansvar för arbetsplatsanpassad riskbedömning, instruktioner, kompetensbedömning, val av arbetsmetod eller räddningsberedskap
- innebär inte att en viss produkt får användas utan att dess aktuella märkning, avsedda användning, bruksanvisning och begränsningar har verifierats