



# 12 GOLDEN SAFETY RULES

Together beyond safety

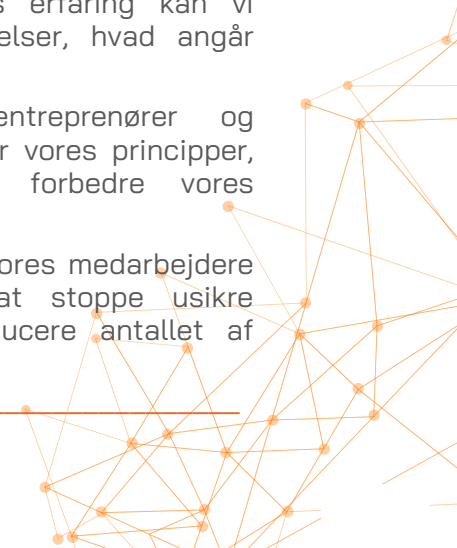
Rev. 2 - June 2025

---

Hos Applus+ mener vi, at alle uheld kan undgås. Det er vores alles ansvar (dem, der organiserer arbejdet, dem, der udfører arbejdet, og dem, der overvåger arbejdet) at arbejde på en sikker måde og sikre os, at vi vender hjem raske og i god behold hver dag. De gyldne sikkerhedsregler hjælper os med at holde os sikre hele tiden.

## PRINCIPPER:

- Vi har alle et ansvar over for os selv og andre for at handle og arbejde på sikker vis.
  - Et velplanlagt arbejde vil forhindre farlige situationer.
  - Ved at lære af vores erfaring kan vi forbedre vores forpligtelser, hvad angår sikkerhed og helbred.
  - Den støtte, som entreprenører og underentreprenører giver vores principper, hjælper os med at forbedre vores standarder.
  - Ved at autorisere alle vores medarbejdere og entreprenører til at stoppe usikre situationer, kan vi reducere antallet af uheld og personskader.
- 



Vores organisation er anderledes og indebærer mange risici i arbejdsmiljøet, som skal forvaltes. Vores sikkerhed kræver forpligtelse, lederskab og vilje til at gribe ind, hvis man ser en person, der arbejder under usikre forhold, eller hvis en situation forværres. Et af de centrale krav i vores forebyggelsesstrategi og -principper er at forstærke og fremme den individuelle medarbejdes "selvansvar" inden for sundhed og sikkerhed på arbejdspladsen og passe på hinanden.

Derfor har Applus+ udviklet de gyldne sikkerhedsregler. Disse regler udgør en del af systemet til forvaltning af sundhed og sikkerhed hos Applus+, og de skal anvendes ved ethvert arbejde, der foretages på vegne af Applus+.

De gyldne sikkerhedsregler hos Applus+ giver grundlæggende retningslinjer, der er baseret på vores indhøstede erfaring og oplevelser. De bekræfter og fuldender vores proces til identifikation og kontrol af risici.

Overholdelsen af disse regler er

særligt vigtig for at forhindre skader og sundhedsmæssige problemer og er obligatorisk. De gyldne sikkerhedsregler fra Applus+ er med til at sikre en forebyggende kultur inden for vores organisation.

Det primære formål med de gyldne sikkerhedsregler fra Applus+ er at SIKRE dig og dine kollegaer. Reglerne gælder alle personer, der befinder sig på vores installationer, eller som arbejder under vores kontrol, det være sig medarbejdere, entreprenører, serviceleverandører eller besøgende, og det er vigtigt, at du bruger tid på at gøre dig bekendt med dem og deres operationelle regler.

De gyldne sikkerhedsregler hos Applus+ dækker ikke alle operationelle risici, og der er derfor vigtigt, at du kender sikkerhedskravene, før du starter arbejdet, og mens du arbejder. Hvis du eller dine kollegaer har tvivl om de operationelle regler og deres anvendelse i jeres arbejde, opfordrer jeg jer til stop arbejdet og kommentér det for din direkte leder.

**I dette hæfte finder du en afkrydsningsliste ud for hver regel, du kan anvende som vejledning, og som vil hjælpe dig med at garantere, at dine handlinger på arbejdet er tilpasset følgende driftsnormer:**

- Fundamentterne
- Kvalificeret til at arbejde
- Manuel lasthåndtering
- Sikker kørsel
- Rejs sikkert
- Koordinering af aktiviteter
- Lukkede rum
- Farlige stoffer
- Ioniserende stråling
- Arbejde i højden
- Arbejde i udgravninger og grøfter
- Opbevaring og isolering af udstyr og installationer.
- Elektrisk farerisiko

Hvis du er bevist om de risici, du stiller dig over for, kan du bevare et sikkert arbejdssted og undgå uheld. Disse gyldne regler er ukrænkelige, og relevante disciplinære foranstaltninger vil blive taget mod dem, der ikke overholder dem. Applus+ har indgået en forpligtelse med de gyldne sikkerhedsregler, og forventer at alle personer, der arbejder for Applus+, deler denne forpligtelse og følger reglerne til enhver tid.

**Richard Bartlett**  
Applus+ CEO



## FUNDAMENTERNE



# FUNDAMENTERNE

**Der må ikke udføres noget arbejde før disse grundlæggende krav, der udgør de gyldne sikkerhedsregler, er implementeret.**

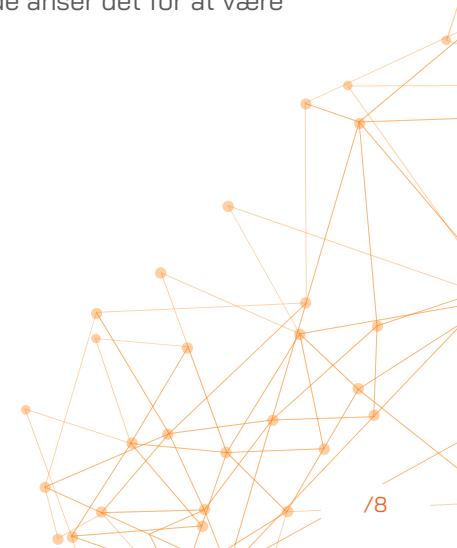
- Der må ikke påbegyndes noget arbejde, før personen, der skal udføre arbejdet, har foretaget en personlig risikoevaluering og delt resultaterne med de andre personer, der er involverede i arbejdet.
- Personalet skal være oplært, kvalificeret og egnet (ikke være under indflydelse af narkotika eller alkohol) for at udføre arbejdsaktiviteter.
- Udstyret, der skal anvendes, skal være det rette til den pågældende aktivitet, og det skal være korrekt vedligeholdt.

- Der skal anvendes det personlige beskyttelsesudstyr, der er passende for opgaven, og det skal holdes i god stand.
- Personalet skal tænke på sikkerhed, kende arbejdsomgivelserne og kommunikere eventuelle usikre forhold, der observeres.
- Personalet har ret til at stoppe et hvilket som helst arbejde, det anser for usikkert. Denne rettighed medfører en forpligtelse til at handle. Ledelsen i Applus+ respekterer personers ret til at udøve deres myndighed til at stoppe et arbejde.
- Personalet skal vide, hvad der skal gøres i en nødsituation og garantere tilstedeværelsen af passende udstyr hertil for en hensigtsmæssig indsats, før der påbegyndes en aktivitet.



## Fundamentene: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

Har du kontrolleret følgende aspekter?	Ja/nej
▪ Har du foretaget en personlig risikoevaluering forud for arbejdets påbegyndelse, og har du kommenteret eventuelle risici og sikkerhedskontroller til de involverede parter?	<input type="checkbox"/>
▪ Er alle deltagerne i opgaven oplærte, kvalificerede og egnede til at udføre aktiviteten?	<input type="checkbox"/>
▪ Anvender du passende individuelt beskyttelsesudstyr til aktiviteten, og ved du, hvordan det anvendes?	<input type="checkbox"/>
▪ Er udstyret, der skal anvendes, passende til formålet og i god stand?	<input type="checkbox"/>
▪ Har du gennemgået mulige nødsituationer i forbindelse med arbejdet?	<input type="checkbox"/>
▪ Er der implementeret en passende beredskabsplan med de nødvendige midler, før arbejdet påbegyndes?	<input type="checkbox"/>
▪ Er alle personer, der er involveret i opgaven, bevidste om, at de skal stoppe arbejdet, hvis de anser det for at være usikkert?	<input type="checkbox"/>



# 01

## KVALIFICERET TIL AT ARBEJDE



Én af vores vigtigste overvejelser er at fremme sunde arbejdsvaner. Vores formål er at garantere, at alle vores medarbejdere har et godt fysisk og mentalt helbred, der gør, at de kan udføre de tildelte opgaver uden at gå på kompromis med sikkerheden eller udgøre en fare for deres egen eller andres sikkerhed og sundhed. For at opnå dette skal du være:

- Sørg for, at du er tilstrækkeligt udhvilet, før du påbegynder arbejdet. Dette gælder især skifteholdsarbejde (og særligt nattevagten).

# 01 KVALIFICERET TIL AT ARBEJDE

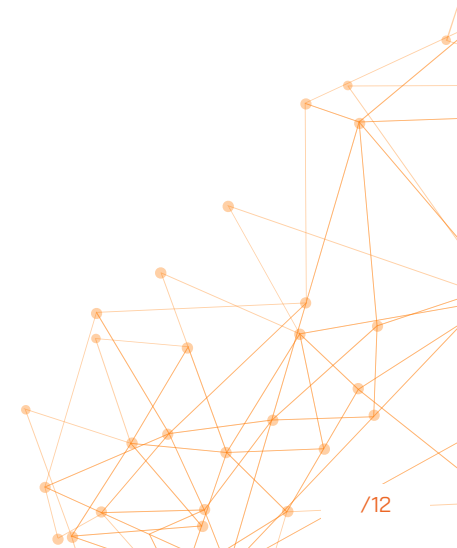
- Vær ikke under indflydelsen af alkohol eller andre stoffer.
- Styr trætheden (f.eks. termisk stress, dehydrering, fysisk anstrengelse osv.), mens du arbejder.
- Informer din leder om et hvilket som helst aspekt (f.eks. medicin, stress, fysisk og mental sundhed osv.), der kan påvirke din arbejdsindsats.

## Kvalificeret til at arbejde: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

### Har du kontrolleret følgende aspekter?

Ja/nej

- Er du udhvilet, og mener du, at du kan udføre arbejdet?
- Er du under indflydelse af alkohol eller andre stoffer?
- Tager du medicin, der kan påvirke dit arbejde, og har du i så fald meddelt dette til din leder?



# 02

## MANUEL LASTHÅNTERING



Overvej nøje muligheden for at undgå processen med manuel lasthåndtering. Hvis det er muligt, skal du altid anvende mekanisk udstyr til at håndtere genstande, men hvis der skal foretages manuel lastbehandling, skal du kun fortsætte, hvis:

- Du har evalueret mulighederne for at undgå at skulle håndtere lasten manuelt.

# 02

## MANUEL LASTHÅNTERING

- Personalet er korrekt oplært og kender teknikkerne til manuel håndtering og løft af last.
- Der er foretaget en risikoevaluering af opgaven, og der er taget de rette kontrolforanstaltninger for at eliminere eller reducere omfanget af farer og risici.
- Hvis det er nødvendigt, findes der individuelt beskyttelsesudstyr, der er egnet til opgaven, og det anvendes.
- Der er tilstrækkelig plads rundt om genstanden for nemmere at kunne håndtere den, og der er ingen forhindringer på vejen. Se hvor du går, når du transporterer en last.
- Kontrollér, at lasten er korrekt fastgjort, og at den ikke kan falde, ligesom den ikke har spidse kanter.



## Manuel lasthåndtering: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

### Har du kontrolleret følgende aspekter?

Ja/nej

- Har du evalueret behovet for manuel lasthåndtering?
- Kender du de rette løfteteknikker?
- Har du foretaget en risikoevaluering i forbindelse med opgaven?
- Har du personligt beskyttelsesudstyr, der passer til opgaven?

# 03

## SIKKER KØRSEL



**Du må kun køre (undtagen testkørsel eller kørsel på prøvebane), hvis:**

- Du kan bevise, at køretøjet er blevet efterset regelmæssigt, og at vedligeholdelsesopgaverne er blevet udført af kvalificeret personale.
- Køretøjet er egnet til opgaven og de lokale kørselsforhold.
- Du evaluerer køretøjets egnethed og sikkerhed, før du foretager en rejse.

# 03 SIKKER KØRSEL

- Du har de relevante tilladelser, du er tilstrækkeligt oplært, og du er medicinsk egnet til at køre den pågældende type køretøj, der anvendes, under de lokale kørselsforhold.
- Du er ikke under indflydelse af alkohol eller stoffer, du er i sundhedsmæssig stand til at køre, du kender og respekterer de lokale færdselsregler og hastighedsgrænserne.
- Antallet af passagerer overskrider ikke køretøjets specifikationer, og køretøjet er udstyret med sikkerhedsseler med 3 forankringspunkter, som fører og passagerer anvender. Undgå sikkerhedsseler med 2 forankringspunkter, som stadigvæk findes.
- Lasten er fastgjort og overskrider ikke køretøjets specifikationer.
- Passagererne og udstyret transporteres ikke i det samme rum.
- Der findes en rejseplan, eller ruten er blevet planlagt ved rejse i bestemte områder.
- Mens du kører, må du ikke foretage aktiviteter, der kan distrahere eller begrænse din evne til at kontrollere køretøjet. Du skal altid holde på rattet med begge hænder. Husk, at det i visse lande eller områder kan være forbudt at anvende håndfri mobiltelefon. Du skal være sikker på, at du kender reglerne og overholde dem



## Sikker kørsel: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

Har du kontrolleret følgende aspekter?	Ja/nej
▪ Er der bevis for, at køretøjet er blevet efterset regelmæssigt, og at vedligeholdelsesopgaverne er udført.	<input type="checkbox"/>
▪ Anses køretøjet for at være passende til de lokale kørselsforhold?	<input type="checkbox"/>
▪ Har du de relevante tilladelser til at køre køretøjet, og - hvor det er relevant - har du modtaget undervisning i køre køretøjet under de lokale kørselsbetingelser?	<input type="checkbox"/>
▪ Er du i stand til at køre, dvs. du er ikke under indflydelse af alkohol eller stoffer, ligesom du ikke er træt?	<input type="checkbox"/>
▪ Er køretøjet udstyret med sikkerhedsseler med 3 forankringspunkter, og anvendes de af alle passagerer samt fører (1 til hver)?	<input type="checkbox"/>
▪ Er lasten fastgjort, og overholder den køretøjsfabrikantens specifikationer eller lovmæssige grænser?	<input type="checkbox"/>
▪ Kender du de lokale færdselsregler, og ved du, at du skal respektere fartgrænserne?	<input type="checkbox"/>
▪ Er det nødvendigt at overveje en rejseplan eller planlægge ruten?	<input type="checkbox"/>
▪ Ved du, at du ikke må foretage aktiviteter, der kan distrahere eller begrænse din evne til at kontrollere køretøjet.	<input type="checkbox"/>



## 04

REJS  
SIKKERT

Risiciene og farerne ved en rejse afhænger normalt af destinationen, informationsniveauet, forberedelsen før afrejsen, din sundhedsmæssige tilstand og hvor meget vægt, du lægger på farlige områder. Derfor skal du for at rejse sikkert kun fortsætte, hvis:

- Du har evalueret mulighederne for at undgå behovet for at rejse.

04 REJS  
SIKKERT

- Du har foretaget en risikovurdering hvad angår de mulige sikkerheds- og sundhedsmæssige risici på destinationen.
- Du har modtaget online uddannelse, hvis risikoen for landet er høj eller ekstrem (i henhold til ISOS-indekset).
- Du har sikret dig, at din dokumentation (pas, ID-kort osv.) er gyldigt, og at dine vaccinationer er opdateret.
- Du har indsamlet og kontrolleret den opdaterede information vedrørende sundhed og sikkerhed på destinationen.
- Når du rejser til et land med høj eller ekstrem risiko, har du en sikkerhedsplan til rejsen, der indeholder detaljerede og klare oplysninger vedrørende destinationen, og den inkluderer en plan i tilfælde af nødsituationer.
- Du skal kende denne sikkerhedsplan (når det er nødvendigt) og vide, hvordan du kan få hjælp.



## Rejs sikkert: kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

### Har du kontrolleret følgende aspekter?

Ja/nej

- Har du overvejet behovet for at rejse?
- Har du foretaget en risikovurdering for at fastslå de mulige sikkerheds- og sundhedsmæssige risici på destinationen?
- I tilfælde af at du skal rejse til et land med høj eller ekstrem risiko: har du modtaget undervisning?
- Er din dokumentation (pas, ID-kort osv.) gyldig, og har du fået de rette vaccinationer?
- Har du indhentet og kontrolleret den tilgængelige opdaterede information vedrørende din destination?
- Hvis du skal rejse til et land med høj eller ekstrem risiko: har du en sikkerhedsplan for rejsen, og kender du og forstår du denne plan?
- Ved du, hvordan du kan bede om hjælp i nødstilfælde?



# 05

## KOORDIERING AF AKTIVITETER



**Sørg for, i det omfang det er muligt, at du samarbejder og koordinerer aktiviteter med medarbejdere, klienter, entreprenører, underentreprenører og andre personer, der deltager i det samme arbejde på same tid på et arbejdssted. For at gøre dette skal du:**

- Dele den nødvendige information med henblik på sikkerhed og sundhed (f.eks. risiko forbundet med aktiviteten). Undlade at besværliggøre kommunikationen og besvare rimelige anmodninger fra andre ledere for at hjælpe dem med at overholde deres forpligtelser.

# 05

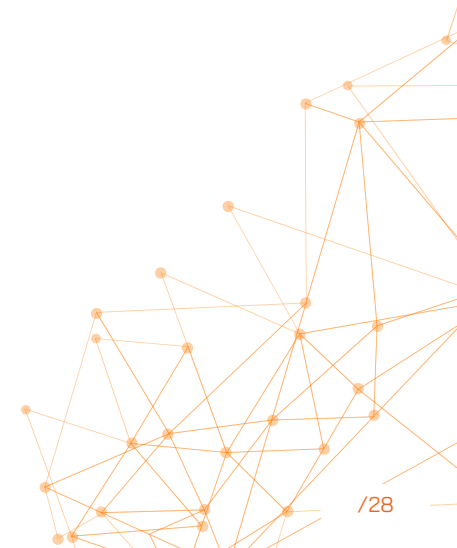
## KOORDIERING AF AKTIVITETER

- Identificér, hvem der kontrollerer eller har indflydelse på de arbejds- eller områdemæssige aspekter, hvor arbejdet udføres.
- Sørg for, at arbejdet ikke falder sammen med andre ukompatible aktiviteter, og find ud af, om andre personers aktiviteter kan udgøre eller forøge risiciene, og implementér de nødvendige kontrolforanstaltninger, hvis dette er tilfældet.
- Identificér, hvornår og hvordan de enkelte kontrolforanstaltninger skal implementeres, kontrollér, at de supplerer hinanden og verificér, at de er effektive.
- Sørg for, at alle deltagerne i aktiviteten og dem, der kan blive påvirket af aktiviteten, kender og ved, hvornår og hvor den pågældende aktivitet finder sted, hvilke stoffer eller udstyr, der anvendes, samt de implementerede kontrolforanstaltninger.
- I tilfælde af en uforudset ændring i omstændighederne eller vilkårene skal arbejdet stoppes, og der kræves en ekstra kommunikation eller koordinering, før arbejdet genoptages.



## Koordinering af aktiviteter: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

Har du kontrolleret følgende aspekter?	Ja/nej
▪ Har du modtaget sikkerheds- og sundhedsrelateret information vedrørende de aktiviteter, der foretages?	<input type="checkbox"/>
▪ Har du identificeret de evaluerede risici med tanke på andre opgaver, der udføres i det samme område?	<input type="checkbox"/>
▪ Har du sikret dig, at der ikke er nogen ukompatible aktiviteter?	<input type="checkbox"/>
▪ Er kontrolforanstaltningerne blevet identificeret, supplerer de hinanden, er de blevet implementeret, og er det blevet fastlagt, at de er effektive?	<input type="checkbox"/>
▪ Er alle de involverede personer forud for arbejdet blevet informeret om risiciene i forbindelse med sammenfaldet af aktiviteterne, og fortsætter kommunikationen under aktiviteten	<input type="checkbox"/>



# 06

## LUKKEDE RUM



**Det er kun tilladt at gå ind i lukkede rum, hvis:**

- Mulighederne for at undgå at gå ind i et lukket rum er blevet evalueret.
- Der er foretaget en risikoevaluering af det lukkede rum, der findes en nødplan, og der disponeres over de nødvendige tilladelser til at gå ind i rummet.
- De involverede personer er blevet uddannet og er kvalificerede til at udføre arbejdet i det lukkede rum.

# 06 LUKKEDE RUM

- Adgangsbetingelsens vilkår er blevet kommunikeret til alle de personer, der er involverede i aktiviteten, og de er forstået.
- Alle energi- og væskeskilder, der påvirker det lukkede rum, er isolerede og lukkede.
- Arbejdsgrupperne har fået tilladelse til brugen i det lukkede rum.
- Luften er blevet kontrolleret og verificeret, og prøverne er blevet gentaget i det interval, der er angivet i tilladelsen.
- Der er til enhver tid en person uden for det lukkede rum, der overvåger arbejdet for at kunne aktivere alarmerne. Denne person bør ikke gå ind i det lukkede rum.
- Der er foretaget foranstaltninger for at forhindre uautoriseret adgang i det lukkede rum.



## Lukkede rum: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

Har du kontrolleret følgende aspekter?	Ja/nej
▪ Er der foretaget en evaluering for at fastslå, om det kan undgås at arbejde i det lukkede rum?	<input type="checkbox"/>
▪ Findes der en gyldig adgangstilladelse til det lukkede rum, er der foretaget en risikoevaluering, og findes der en redningsplan?	<input type="checkbox"/>
▪ Er de involverede personer blevet oplært, og er de kvalificerede til at udføre arbejdet i det lukkede rum?	<input type="checkbox"/>
▪ Er tilladelsens betingelser blevet kommunikeret og forstået af alle de involverede personer?	<input type="checkbox"/>
▪ Er de relevante kontrolforanstaltninger og den rette isolering blevet implementeret og verificeret?	<input type="checkbox"/>
▪ Er udstyret, der anvendes til at udføre arbejdet i det lukkede rum, egnet hertil, og er det identificeret i tilladelsen?	<input type="checkbox"/>
▪ Er de indledende luftprøver blevet foretaget og verificeret?	<input type="checkbox"/>
▪ Ved parterne, at de skal gentage og verificere prøverne i løbet af aktiviteten i henhold til betingelserne, der er angivet i tilladelsen?	<input type="checkbox"/>
▪ Nægtes der adgang for uvedkommende, og er der en person, der overvåger arbejdet udefra?	<input type="checkbox"/>



# 07

## FARLIGE STOFFER



**Der må kun arbejdes med farlige stoffer, hvis:**

- Det ikke har været muligt at undgå brugen af disse, og der ikke er et andet mere sikkert alternativ.
- I sikkerhedsdatabladet for det farlige stof, du skal håndtere, finder du instruktionerne for håndtering af stoffet. Læs dem, hav dem ved hånden og følg dem under arbejdet.

# 07

## FARLIGE STOFFER

- Der er foretaget en risikoevaluering, og der er implementeret effektive kontrolforanstaltninger for at garantere de involverede parter sikkerhed og helbred.
- Det individuelle beskyttelsesudstyr er egnet til opgaven, er i god stand og anvendes korrekt.
- Den autoriserede procedure til håndtering eller eliminering af kemiske produkter eller farlige stoffer følges. Vask hænderne efter brug eller håndtering af et farligt stof, og før arbejdet påbegyndes.
- Der er implementeret en beredskabsplan (opsamling af spild), og der disponeres over passende udstyr og førstehjælpsforanstaltninger på arbejdsstedet.
- Der findes en implementeret procedure, og der disponeres over de rette midler til korrekt affaldshåndtering.



## Farlige stoffer: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

Har du kontrolleret følgende aspekter?	Ja/nej
▪ Er brugen af mere sikre, alternative stoffer blevet overvejet?	<input type="checkbox"/>
▪ Har du instruktionerne, der er indeholdt i sikkerhedsdatabladet, ved hånden, og har du læst og forstået dem?	<input type="checkbox"/>
▪ Er der foretaget en risikoevaluering, og er der implementeret effektive kontrolforanstaltninger vedrørende anvendelsen af stoffet?	<input type="checkbox"/>
▪ Anvender du passende personligt beskyttelsesudstyr, og er det i god stand?	<input type="checkbox"/>
▪ Følger du den autoriserede procedure til håndtering eller eliminering af kemiske produkter eller farlige stoffer?	<input type="checkbox"/>
▪ Findes der nød- og førstehjælpsforanstaltninger?	<input type="checkbox"/>
▪ Er der implementeret en beredskabsplan/-handling i tilfælde af lækager eller spild, og disponeres der over passende foranstaltninger i forbindelse hermed.	<input type="checkbox"/>
▪ Findes der procedurer og foranstaltninger til korrekt affaldshåndtering?	<input type="checkbox"/>



# 08

## IONISERENDE STRÅLING



**Der må kun udføres arbejde, der indebærer brugen af ioniserende stråling, hvis:**

- Der er foretaget evaluering af opgavens risici, og der er implementeret effektive kontrolforanstaltninger for at garantere arbejdssikkerheden og holde dosen på det lavest mulige niveau.
- Personalet har en gyldig licens og/eller uddannelse til at foretage arbejdet i henhold til gældende jurisdiktion.

# 08 IONISERENDE STRÅLING



- Udstyret er registreret til at blive anvendt i den jurisdiktion, hvor det skal anvendes.
- Udstyret er blevet efterset og anses for at være i god stand, og udstyrskalibreringen, hvis relevant, er gyldig.
- Beskadiget eller ødelagt udstyr skal tages ud af driften, og dette skal kommunikeres til virksomheden.
- Alt sikkerhedsudstyr (strålingsmålere, barrierer, skiltning osv.) er tilgængeligt og i god stand.
- Personalet arbejder i overensstemmelse med lokal lovgivning, virksomhedens bestemmelser og procedurer samt specifikke lokale krav.
- Personalet skal straks informere om et hvilket som helst tab af kontrol eller uheld, hvor personer har været eller menes at have været udsat for ioniserende stråling.
- Der er implementeret en beredskabsplan, og der disponeres over passende udstyr hertil. Personalet kender funktionerne og kontaktoplysningerne til nødhjælpspersonalet.
- De radioaktive kilders sikkerhed er til enhver tid sikret og garanteret.

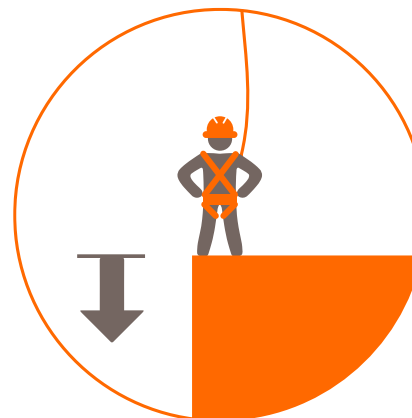


## Ioniserende stråling: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

Har du kontrolleret følgende aspekter?	Ja/nej
▪ Har operatørerne en lokal, gyldig licens, og er de korrekt oplært til at anvende radiografiudstyr?	<input type="checkbox"/>
▪ Er udstyret, der anvendes, registreret hos de lokale myndigheder?	<input type="checkbox"/>
▪ Er ALT udstyret blevet efterset før brugen, og er det fundet, at det kan anvendes?	<input type="checkbox"/>
▪ Er operatøren bekendt med nødvendigheden af straks at fjerne defekt udstyr og kommunikere dette til virksomheden?	<input type="checkbox"/>
▪ Er alt sikkerheds- og kontroludstyr klart til at blive taget i brug og korrekt kalibreret, hvis det er relevant?	<input type="checkbox"/>
▪ Er der foretaget kontrol af stråleudstyrets batterier, og er der foretaget eksponeringskontrol?	<input type="checkbox"/>
▪ Har man overvejet tiden, afstanden og beklædningen med det formål at følge ALARA-princippet (As Low As Reasonably Achievable) for at fastholde en så lav dosis som overhovedet muligt?	<input type="checkbox"/>
▪ Er der udvalgt korrekt udstyr til arbejdet (enhedstype, kildestyrke osv.)?	<input type="checkbox"/>
▪ Er operatørerne bekendt med virksomhedens normer og lokale bestemmelser?	<input type="checkbox"/>
▪ Er den radioaktive kilde sikret, når den ikke er i brug?	<input type="checkbox"/>
▪ Er der foretaget en risikoevaluering af opgaven, og er der implementeret effektive kontrolforanstaltninger for at garantere arbejdssikkerheden?	<input type="checkbox"/>
▪ Er der implementeret en beredskabsplan, og findes der passende udstyr hertil?	<input type="checkbox"/>

# 09

## ARBEJDE I HØJDEN



**Der må kun foretages arbejde i højden, hvis:**

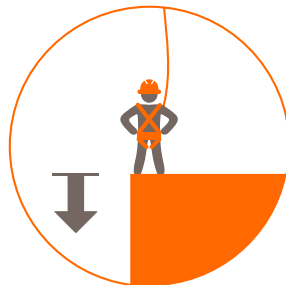
- Mulighederne for at undgå at foretage arbejde i højden er blevet evalueret.
- Personalet er korrekt oplært og kvalificeret til at udføre aktiviteten. Dette gælder også brugen af personligt sikkerhedsudstyr og faldsikringssystemer.

# 09

## ARBEJDE I HØJDEN



- Platforme, stilladser og andre midlertidige strukturer er udelukkende blevet konstrueret og verificeret af kvalificeret og autoriseret personale.
- De mobile løfteplatforme (sakseelevatore, leddelte eller teleskopiske platforme osv.) er blevet undersøgt før brug og anvendes af autoriseret og kvalificeret personale.
- Alt udstyr, der skal anvendes, er i god stand til formålet, og skadet eller defekt udstyr fjernes.
- Alt værktøj og udstyr, der anvendes, er fastgjort for at forhindre fald af genstande, der kan skade andre personer, som befinder sig under arbejdsområdet.
- Hvis der er risiko for fald til et andet niveau, skal der tages foranstaltninger mod fald og andre beskyttelsesforanstaltninger i overensstemmelse med konklusionerne i risikoevalueringen.
- Der findes en beredskabsplan (inklusive redning i højden), der kan iværksættes, hvis det er nødvendigt.



## Arbejde i højden: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

Har du kontrolleret følgende aspekter?	Ja/nej
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Man har evalueret muligheden for, at elementet, hvorpå der skal foretages arbejde, kan afmonteres, således at arbejdet kan foretages på fast grund?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hvis arbejdet ikke kan udføres på fast grund, er det i så fald muligt at anvende en fast eller mobil platform (med sikkerhedssystemer eller rækværk) for at få adgang hertil?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Opfylder faldsikringssystemet de obligatoriske krav?               <ul style="list-style-type: none"> <li>– Et forankringspunkt, der kan bære en person.</li> <li>– Et faldsikringsseletøj til kroppen under inspektionen/aktiviteterne.</li> <li>– Et fastgørelsesreb med en energiabsorber.</li> </ul> </li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Er alle de personer, der er involveret i aktiviteten, oplært i brugen af det personlige sikkerhedsudstyr og faldsikringssystemet?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Er udstyret, der skal anvendes, blevet undersøgt, og er det fundet, at det er i god stand?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Er alle elementer korrekt fastgjort for at sikre faldende genstande?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Er der implementeret en beredskabsplan, og findes der passende udstyr hertil?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>



# 10

## ARBEJDE I UDGRAVNINGER OG GRØFTER



Der må kun foretages arbejde i udgravninger og grøfter, hvis:

- Adgangen til udgravningen eller grøften er autoriseret, før arbejdet påbegyndes.
- Grøfterne har et passende beskyttelsessystem, herunder afstivningssystem på hældning eller trin, for at beskytte arbejderne mod jordskred.
- Udgravningen eller grøften er blevet undersøgt af en kvalificeret person, der anvender accepterede undersøgelses- og kontrolmetoder.

# 10

## ARBEJDE I UDGRAVNINGER OG GRØFTER

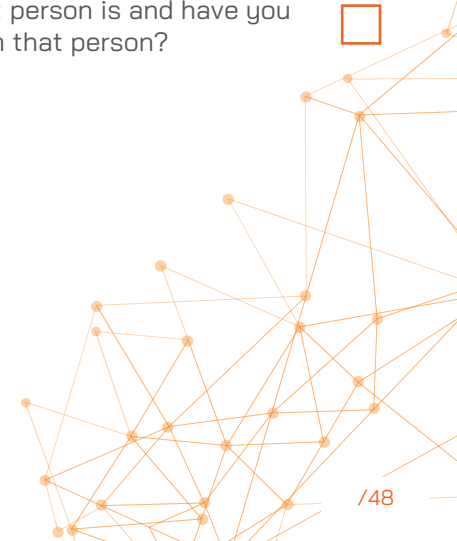


- Der findes en beredskabsplan, og der er foretaget en risikoevaluering.
- Der er sikre, forhindringsfrie ind- og udgange fra en hvilken som helst position i udgravningen eller grøften.
- Der skal være mindst to adgangs- og udgangspunkter.
- Stigerne skal kunne forlænges tilstrækkeligt (mindst 3 meter) over udgravningens øverste del.
- Tungt udstyr skal placeres i en sikkerhedsafstand fra udgravningens kant.
- Der er en person, der til enhver tid overvåger arbejdet udefra for at kunne iværksætte en beredskabsplan, såfremt det måtte være nødvendigt. Denne person må på intet tidspunkt befinde sig i udgravningen.



## Arbejde i udgravninger og grøfter: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

Har du kontrolleret følgende aspekter?	Ja/nej
▪ Has the excavation been properly constructed and approved for use.	<input type="checkbox"/>
▪ Has a risk assessment of the task been completed and effective controls implemented to ensure the safety of the job.	<input type="checkbox"/>
▪ Can the excavation be accessed and egressed safely and without obstruction from any work location?	<input type="checkbox"/>
▪ Have the conditions of the permit been communicated to and understood by everyone involved?	<input type="checkbox"/>
▪ Is a person available to remain outside the excavation and instigate emergency response actions if required?	<input type="checkbox"/>
▪ Have measures been taken to avoid objects and materials from falling into the excavation?	<input type="checkbox"/>
▪ Is an emergency response plan in place and appropriate response equipment available?	<input type="checkbox"/>
▪ Do you know who the competent person is and have you verified that is safe to enter from that person?	<input type="checkbox"/>



# 11

## OPBEVARING, ISOLERING AF UDSTYR OG INSTALLATIONER



**Følg altid proceduren til opbevaring og isolering af anlægget. Der må kun foretages arbejde, hvor opbevaring og isolering af anlæg og udstyr er et krav, hvis:**

- Alle energikilder, herunder elektriske, mekaniske, potentielle (f.eks. tyngdekraft) samt kinetiske kilder osv. er blevet identificeret.

# 11

## OPBEVARING, ISOLERING AF UDSTYR OG INSTALLATIONER

- Der er planlagt trin til isolering og afisolering, ligesom der er foretaget risikoevaluering af eliminerings-/gendannelsesmetoden for lagret energi og/eller farlige materialer, og dette er blevet autoriseret af en kvalificeret person.
- En kvalificeret og autoriseret person har fuldført alle trin i forbindelse med isolering/afisolering.
- Alle isoleringspunkter er klart identificeret, og de er blevet afprøvet, afmærket og/eller blokerede og kontrollerede for at forhindre utilsigtede bevægelser eller aktiveringer, ligesom arbejdsområdet er markeret og afgrænset.
- Isoleringen er blevet afprøvet, før arbejdet påbegyndes, og den er fundet at være effektiv.
- Der er mindst to personer til stede, når der arbejdes nær frilagte ledere, og disse personer opfylder landets/området specifikke krav, hvad angår oplæring og/eller andre kvalifikationer.
- I tilfælde af en uventet ændring i omstændighederne eller forholdene skal du sørge for, at genbekræfte isoleringen/afisoleringen i dens helhed.



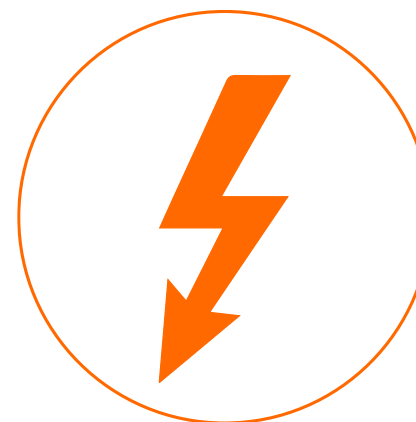
## Opbevaring, isolering af udstyr og installationer: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

Har du kontrolleret følgende aspekter?	Ja/nej
▪ Er alle energikilder blevet identificeret?	<input type="checkbox"/>
▪ Findes der en plan for isolerings- og afisoleringssekvensen, der er autoriseret af en kvalificeret person?	<input type="checkbox"/>
▪ Er der foretaget en risikoevaluering, og er alle mulige farlige materialer blevet identificeret?	<input type="checkbox"/>
▪ Har en kvalificeret og autoriseret person fuldført isoleringen/afisoleringen?	<input type="checkbox"/>
▪ Er isoleringspunkterne blevet klart identificeret, afmærket og/eller blokeret og kontrolleret ved hjælp af et passende system?	<input type="checkbox"/>
▪ Er arbejdsområdet blevet afgrænset og afmærket?	<input type="checkbox"/>
▪ Er isoleringspunkterne blevet afprøvet, og er de fundet at være effektive?	<input type="checkbox"/>
▪ Er der mindst to personer til stede, når der foretages arbejde nær frilagte ledere?	<input type="checkbox"/>
▪ Er arbejdsgruppen bekendt med, at den skal gentage prøverne, hvis der er ændringer i omstændighederne eller forholdene?	<input type="checkbox"/>



# 12

## ELEKTRISK FARERISIKO



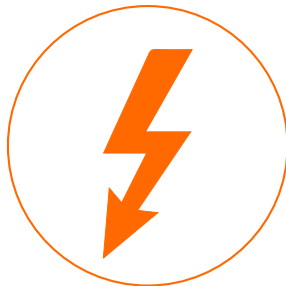
**Arbejdet med eksponering for elektrisk risiko bør kun udføres, hvis:**

- Risici er blevet vurderet, potentielle elektriske farer identificeret, kontrolforanstaltninger implementeret for at mindske risiciene, og nød- og evakueringsprocedurer er defineret.
- Arbejdet udføres i overensstemmelse med sikre praksisser og procedurer for arbejde med elektricitet, og alle lokale og globale elektriske sikkerhedsforskrifter og standarder overholdes.

# 12 ELEKTRISK FARERISIKO



- Alle nødvendige tilladelser og autorisationer er opnået, inden arbejdet på elektriske systemer påbegyndes.
- Kompetent tilsyn er til stede, og der sikres klar kommunikation mellem holdmedlemmer og med andre arbejdere til stede i området.
- Intet arbejde vil blive udført ud over opgaverne tildelt stillingen og ikke inkluderet i en arbejdsordre.
- Personale er uddannet og kvalificeret, fortrolige med elektriske systemer, udstyr og sikkerhedsprocedurer, og ved, hvordan man reagerer på elektriske nødsituationer som stød eller brande.
- Arbejde på levende elektriske systemer undgås, når det er muligt.
- Udstyret er blevet afbrudt, inden arbejdet påbegyndes i overensstemmelse med låse-/mærkningsprocedurer, og fraværet af spænding er effektivt verificeret, inden arbejdet påbegyndes.
- Når der arbejdes på levende elektriske systemer, er der specifikke sikre arbejdsprocedurer på plads, og arbejdet udføres aldrig isoleret. I svært tilgængelige områder (f.eks. begrænsede rum) eller uden kommunikation skal mindst to arbejdere være til stede under operationen.
- Udstyret og værktøjerne er velegnede til opgaven, regelmæssigt inspiceres for at sikre, at de er i god stand, og udskiftes eller repareres, hvis der opstår skader.
- Personale bruger passende personligt beskyttelsesudstyr, såsom isolerede handsker, sikkerhedsbriller, flammehæmmende tøj og andet specifikt udstyr til elektrisk arbejde, når det er nødvendigt.



## Elektrisk farerisiko: Kontrolliste forud for arbejdets påbegyndelse

Har du kontrolleret følgende aspekter?	Ja/nej
▪ Er risikovurderingen blevet gennemført, og kontrolforanstaltninger implementeret?	<input type="checkbox"/>
▪ Har du en nødprocedure, og er arbejderne uddannet i førstehjælp og ved, hvordan de skal handle i tilfælde af en elektrisk ulykke?	<input type="checkbox"/>
▪ Har du sikre arbejdsprocedurer, og sikrer du overholdelse af elektriske sikkerhedsforskrifter?	<input type="checkbox"/>
▪ Inden du arbejder på et elektrisk system, har du...?	<input type="checkbox"/>
– De nødvendige tilladelser og autorisationer-	
– En kompetent supervisor	
– Kommunikationssystem med holdet eller tredjeparter til stede på arbejdsområdet.	<input type="checkbox"/>
▪ Involverer arbejdet ikke udførelse af opgaver ud over stillingens omfang og ikke inkluderet i en arbejdsordre?	<input type="checkbox"/>
▪ Er alle arbejdere, der er involveret i arbejdet, uddannet og kvalificeret til at udføre elektrisk arbejde?	<input type="checkbox"/>
▪ Inden du arbejder på levende systemer, er muligheden for at arbejde uden spænding blevet overvejet og fundet uigennemførlig?	<input type="checkbox"/>
▪ Er udstyret/installationen blevet afbrudt, og fraværet af spænding er blevet effektivt verificeret?	<input type="checkbox"/>
▪ Har du sikre arbejdsprocedurer for arbejde på levende systemer? Udføres opgaverne i en "ingen isolation" situation?	<input type="checkbox"/>
▪ Er det udstyr, der skal bruges, blevet inspiceret og fundet i god stand?	<input type="checkbox"/>
▪ Bruger du passende personligt beskyttelsesudstyr til elektrisk risiko, og er det i god stand?	<input type="checkbox"/>

---

**01** 

**KVALIFICERET  
TIL AT ARBEJDE**

---

---

**02** 

**MANUEL  
LASTHÅNTERING**

---

---

**07** 

**FARLIGE STOFFER**

---

---

**08** 

**IONISERENDE STRÅLING**

---

---

**03** 

**SIKKER KØRSEL**

---

---

**04** 

**REJS SIKKERT**

---

---

**09** 

**ARBEJDE I HØJDEN**

---

---

**10** 

**ARBEJDE I  
UDGRAVNINGER OG  
GRØFTER**

---

---

**05** 

**KOORDIERING AF  
AKTIVITETER**

---

---

**06** 

**LUKKEDE RUM**

---

---

**11** 

**OPBEVARING, ISOLERING AF  
UDSTYR OG INSTALLATIONER**

---

---

**12** 

**ELEKTRISK FARERISIKO**

---