

Emneplan

Grunnleggende sikkerhetsopplæring for fiskere oppdatering.

STCW-F kapittel III



NIS//NOR



Sammen for økt sjøsikkerhet i rent miljø

Innhold

FORMÅL:	2
Opplæringens hensikt:	3
Målgruppe:	3
Bruk av emneplanen :	3
Læringsmål:	3
Tidsforbruk :	3
Innhold:	4
Personlige redningsteknikker/ nødsituasjoner	5
Forebyggende brannvern og brannslukking	12
Grunnleggende førstehjelp	22
Personlig sikkerhet / HMS/ regelverk	28

FORMÅL:

Denne emneplanen beskriver innholdet for kurs : ”Sikkerhetsopplæring for fiskere – oppdatering” . Denne emneplanen er i samsvar med kravene i STCW- F konvensjonen Kapittel III, Regel 1 om ”Grunnleggende sikkerhetsopplæring for alt personell på fiskefartøy”.

Oppdateringskurset tilfredsstiller også kravene til oppdatering av ”Grunnleggende sikkerhetsopplæring for sjøfolk” : STCW- 2010 , A- koden , kap. VI/1.2

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Opplæringens hensikt:

Sikre at deltakerne får en grunnleggende sikkerhetsopplæring som gjør dem i stand til å opprettholde sikkerheten om bord på fiskefartøy.

Målgruppe:

Målgruppen for denne emneplanen er de opplæringsinstitusjonene som er godkjent av Sjøfartsdirektoratet for å kunne tilby sikkerhetsopplæring for fiskere (SOFF). Sjøfartsdirektoratet eier denne emneplanen og endringer i denne må ikke skje uten direktoratets godkjenning.

Bruk av emneplanen :

Bruk av denne emneplanen forutsetter at opplæringsinstitusjonen utarbeider en instruktørveiledning for hvert emne i emneplanen , som et underliggende dokument. Denne veiledningen skal igjen danne grunnlaget for undervisningen i hvert emne.

Læringsmål:

Etter kurset skal deltakerne kunne demonstrere kompetanse gitt i STCW- F konvensjonen.

Tidsforbruk :

Anbefalt tidsforbruk for undervisning i henhold til denne emneplanen er 20 timer .

Oppdatering av sikkerhetsopplæring:

Forskrift om sikkerhetsopplæring for fiskere § 4

Fiskere som har fullført grunnleggende sikkerhetsopplæring i henhold til § 3 eller annen godkjent sikkerhetsopplæring, skal innen åtte år, men ikke før fem år er gått, ha gjennomgått et repetisjonskurs på minst 20 timer. Deretter skal alle gjennomgå tilsvarende repetisjonskurs mellom hvert femte og åttende år etter siste kurs. Tilsvarende gjelder også for fiskere som har sikkerhetskurs fra andre land enn Norge.

Fiskere som ikke har gjennomgått repetisjonskurs i overensstemmelse med første ledd, må gjennomføre grunnleggende sikkerhetsopplæring i henhold til § 3 på nytt.

Endringslogg:

Versjon 0.1: 15.09.2015. Lagt til krav til oppdatering

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Innhold:

Emne		1.0 Introduksjon / evaluering/ slutttest 0,5 time			
Hensikt/Læremål	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
Informasjon om regler ved opphold på skolens område	<ul style="list-style-type: none"> • Presentasjon av instruktører • Informasjon om regler for oppmøte og fravær • HMS, informasjon om opphold på skolens område inkludert øvelsesfelter 	Instruktører presenteres med ansvarsoppgaver gjennom kurset Informasjon om føring av fraværsprotokoll HMS regler for all ferdsel på skolen Sikkerhetsregler for opphold på øvelsesområder	Samtale PP Presentasjon	Klasserom	
Timeplan	Presentasjon av kursets timeplan	Gjennomgang av kursets timeplan, tidspunkter for oppstart, avslutning. Utlevering av bekledning for øvelser	PP Presentasjon	Klasserom	
Informasjon om kontroll av læremål	Praktisk og teoretisk vurdering av deltakere	Teoretisk slutttest Observasjon av fagforståelse, beslutninger og handlinger under øvelser		Klasserom Øvelsesfelt	

STCW tabell A-VI/1-1 og STCW- F kap. III, regel 1 , pkt. 1.1 og 1.3

Personlige redningsteknikker/ nødsituasjoner

Emne		1.0 Nød situasjoner 0,25 time			
Hensikt/Læremål	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	Referanse
1.1 Definisjoner	Definisjoner vedrørende redningsfarkoster og redningsutstyr	<ul style="list-style-type: none"> • Redningsfarkost • MOB-båt • Hydrostatutløser • Fritt fall utsetting • Redningsdrakt • Oppblåsbart redningsutstyr • Termisk beskyttelse • Utsettings arrangementer • 	Teori	Klasserom	
1.2 Typer av nødsituasjoner	Opplisting av typer av nødsituasjoner	<ul style="list-style-type: none"> • Kollisjon • Stranding/grunnstøting • Virkning av farlig gods • Forskyvning av last • Brann eller eksplosjon om bord • Kantring • Fall over- bord 	Teori	Klasserom	
1.3 Forholdsregler		Forholdsregler vi må ta for å unngå slike nødsituasjoner	Teori	Klasserom	
1.4 Mannskaps kompetanse		Forklare at effektiviteten av det redningsutstyret vi har er avhengig av kompetansen til de som skal bruke det.	Teori	Klasserom	
1.5 Alarminstruks og nødsignaler		Forklare nødvendigheten for å ha: <ul style="list-style-type: none"> • Alarminstruks • Alarm signaler • Øvelser om bord • 	Teori	Klasserom	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

1.6 Mannskap og nød instruks		<p>Si at så fort som mulig etter at en ny person har mønstret på et skip, så skal personen få kjennskap til:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alarm signaler og deres betydning • Instruksjon om alarminstruksen og tilhørende oppgaver • Lokasjon til redningsutstyr og bruken av dette • Lokasjon til brannslukkingsutstyr og bruken av dette • Nødutganger • Nød prosedyrer ved evakuering av skipet • Nød utstyr om bord på skipet og i redningsfarkost 	Teori/Gruppe oppgaver	Klasserom	
1.7 Ekstra utstyr og overlevelse		Beskrive hva slags utstyr vi tar med fra skipet og over i redningsfarkost dersom vi har tid og mulighet til det.	Teori/Gruppe oppgaver	Klasserom	

Emne	2.0 Evakuering 0,25 time
------	---------------------------------

Hensikt/Læremål	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet					
2.1 Evakuering av skipet		Beskrive hvorfor vi har best mulighet for overlevelse ved å bli om bord på skipet, og at evakuering fra skipet er siste utvei	Teori	Klasserom	
2.2 Personlige forberedelser før evakuering		Forklare hvordan vi forbereder oss selv best mulig før evakuering	Teori	Klasserom	
2.3 Nødvendigheten av å forhindre panikk		Forklare hva vi skal gjøre for å unngå panikk	Teori	Klasserom	
2.4 Mannskapets plikter overfor passasjerer		Beskrive våre oppgaver i henhold til passasjerer om bord	Teori	Klasserom	
2.5 Mannskapets plikter ved sjøsetting av redningsfarkost		Beskrive oppgaver i forbindelse med utsetting av redningsfarkoster	Teori	Klasserom	
2.6 Kapteinens ordre til å evakuere skipet		Beskrive at ordren om evakuering kommer fra kapteinen	Teori	Klasserom	
2.7 Komplikasjoner ved evakuering av skipet		<p>Forklare hvilke komplikasjoner som kan oppstå under evakuering når:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Noen av redningsfarkostene ikke kan settes ut • Vi har dødt skip, og ikke lys • Fravær av personer med oppgaver i forbindelse med evakueringen 	Teori/Gruppe oppgaver	Klasserom	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne		3.0 Redningsfarkost og redningsbåter 0,25 timer			
Hensikt/Læremål	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
3.1 Livbåter	Beskrive de ulike typene av livbåter man kan finne på skip	<ol style="list-style-type: none"> 1. Typer av livbåter og beskrivelse av: <ul style="list-style-type: none"> • Åpne livbåter • Delvis lukkede livbåter og selv rettende delvis lukkede livbåter • Lukkede livbåter • Lukkede livbåter m/luft system og brann beskyttelse 2. Krav til passasjer skip om plass til antall passasjerer i livbåtene i forhold til passasjerer om bord. 3. For laste skip er kapasiteten i livbåtene som regel det dobbelte av antall mannskap om bord på skipet 4. Beskrivelse av utsettingsmetode for: <ul style="list-style-type: none"> • Livbåt daviter • Fritt fall systemer 5. Hvilke forholdsregler vi må ta for å ivareta egen og andres sikkerhet i forbindelse med låring og opp hiving av livbåt 6. Beskrive metode for ombordstigning/mønstring 	Teori/ Gjennomgang av utstyr	Klasserom/ Øvingsfelt	
3.2 Redningsflåter	Beskrive ulike typer av redningsflåter	<ol style="list-style-type: none"> 1. Typer av redningsflåter og beskrivelse av: <ul style="list-style-type: none"> • Oppblåsbare redningsflåter • Faste redningsflåter 2. Beskrive «fri flyt» arrangementet for redningsflåter, (Hydrostat utløser). 	Teori/ Gjennomgang av utstyr	Klasserom/ Øvingsfelt	
3.3 Redningsbåter	Beskrive krav til MOB-båter om bord på skip	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskrive krav til minimums antall MOB båter om bord på passasjerskip 2. Beskrive krav til minimums antall MOB båter om bord på lasteskip 3. Beskrive regelverk som tillater livbåt brukt som MOB-båt 	Teori	Klasserom	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne		4.0 Personlig rednings utstyr (teori) 0,25 time			
Hensikt/Læremål	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
4.1 Livbøyer	Krav til livbøyer	<ol style="list-style-type: none"> Beskrive hvordan livbøyer er plassert om bord på skip Beskrive hva slags krav som finnes til ekstra utstyr på livbøyer 	Teori/ Gjennomgang av utstyr	Klasserom/ Øvingsfelt	
4.2 Redningsvester	Krav til redningsvester	<ol style="list-style-type: none"> Beskrive antall redningsvester vi må ha om bord på: <ul style="list-style-type: none"> Passasjer skip Laste skip Beskrive at redningsvestens oppdrift kan bli oppnådd av: <ul style="list-style-type: none"> At vesten er laget av et materiale med oppdrift Oppblåsing Beskrive utstyr på redningsvester som: <ul style="list-style-type: none"> Fast eller blinkende lys Fløyte sikret til vesten med line 	Teori/ Gjennomgang av utstyr	Klasserom/ Øvingsfelt	
4.3 Redningsdrakter	Krav til redningsdrakter	<ol style="list-style-type: none"> Beskrivelse av redningsdrakten Beskrive hvordan redningsdrakter skal være tilgjengelig for alle personer som er mannskap på redningsbåten Beskrive kravet til laste og passasjerskip med åpne eller delvis lukkede livbåter, at det skal være minimum tre redningsdrakter for hver livbåt 	Teori/ Gjennomgang av utstyr	Klasserom/ Øvingsfelt	
4.4 Varmebeskyttende hjelpemidler	Krav til termisk varmebeskyttelse	<ol style="list-style-type: none"> Beskrive hovedhensikten til termisk varmebeskyttelse Beskrive hvordan det skal for laste og passasjerskip, hvor det er åpne eller delvis lukkede livbåter, at det skal være termisk varmebeskyttelse tilgjengelig for alle som ikke har overlevnings drakt 	Teori/ Gjennomgang av utstyr	Klasserom/ Øvingsfelt	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne		5.0 Personlig rednings utstyr 2,5 timer (praksis)			
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
5.1 Livbøyer	Bruk av livbøyer	Kaste livbøye over bord og sjekke at dens funksjoner virker som de skal <ul style="list-style-type: none"> • Livbøye • Selv aktiverende lys • Selv aktiverende røyk signal • Flytende line 	Demonstrasjon	Øvingsfelt	
5.2 Redningsvester	Bruk av redningsvester	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ta på redningsvest riktig på under et minutt uten assistanse 2. Ta på redningsvest i vannet 3. Svømme en kort distanse med redningsvest 4. Teste fløyten på en redningsvest 	Demonstrasjon/ Praksis	Øvingsfelt	
5.3 Oppblåsbare redningsvester	Bruk av oppblåsbare redningsvester	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ta på en oppblåsbar redningsvest riktig på under et minutt uten assistanse 2. Teste fløyten på en redningsvest 3. Teste manuell utløsning av oppblåsbar redningsvest 	Demonstrasjon/ Praksis	Øvingsfelt	
5.4 Redningsdrakter	Bruk av redningsdrakt	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ta på redningsdraktriktig på under to minutter uten assistanse 2. Ha på en redningsdrakt og utføre følgende: <ul style="list-style-type: none"> • Klatre opp og ned en vertikal stige på minst 5 meters lengde • Hoppe fra en høyde på minst 1 meter og ned i vannet • Svømme en kort distanse og borde en redningsfarkost • Utføre dedikerte oppgaver i forbindelse med evakuering 	Demonstrasjon/ Praksis	Øvingsfelt	
5.5 Varmebeskyttende hjelpemidler	Bruk av termiske hjelpemidler	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pakke ut og ta på en termisk pose/drakt uten assistanse om bord i redningsfarkost eller redningsbåt 2. Fjerne en termisk pose/drakt som hindrer en fra å svømme på under to minutter 	Demonstrasjon/ Praksis	Øvingsfelt	
5.6 Overlevelse i vann uten redningsvest	Demonstrere overlevelse i vann uten redningsvest eller redningsdrakt	Demonstrere hvordan en kan flyte i vannet uten hjelp av redningsvest eller redningsdrakt	Demonstrasjon/ Praksis	Øvingsfelt	
5.7 Bording av redningsfarkost	Praktisk bruk av redningsflåter	<ol style="list-style-type: none"> 1. Borde en redningsflåte fra skute siden og fra vannet 2. Hjelp andre om bord 3. Demonstrere bruk av utstyret om bord inklusiv driv ankeret 4. Rette opp en kantret redningsflåte 5. Demonstrere hvordan man evakuerer fra en redningsflåte 	Praksis	Øvingsfelt	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne		6.0 Overlevelse i sjø 0,5 timer (praksis)			
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
6.1 Farer for skipbrudne	Farer for skipbrudne	1. Beskrive farer som: <ul style="list-style-type: none"> • Hete slag, sol stikk, kulde og hypotermi • Sjøsyke • Dehydrering • Drikke sjø vann • Brann eller olje i sjøen • Marine dyr som kan utøve fare 	Teoretisk gjennomgang	Øvelsesfelt	
6.2 Beste bruk av redningsutstyret	Gjennomgang av bruken av redningsutstyret i redningsfarkoster	1. Beskrive hvordan man kommer klar av skipet 2. Forklare hvordan man beskytter seg mot hete slag, sol stikk, kulde og hypotermi 3. Beskrive effekten av sjøsyke og hvordan bekjempe sjøsyke 4. Forklare forsvarlig bruk av ferskvann og mat og nødvendigheten av å forhindre dehydrering. 5. Forklare tiltak for overlevelse i tilfeller der det er brann eller olje på vannet 6. Forklare tiltak for overlevelse i områder der marine dyr kan utøve fare for skip brudne 7. Forklare riktig bruk av driv anker for å forhindre avdrift 8. Forklare nødvendigheten og viktigheten av å ha en utkikk 9. Forklare bruk av nød utstyr for å kunne bli funnet av andre 10. Viktigheten av å opprettholde moralen 11. Forklare tiltak for overlevelse i vann og ikke i redningsfarkost	Demonstrasjon/ Praksis	Øvelsesfelt	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne	7.0 Helikopter redning 0,25 timer				
------	--	--	--	--	--

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
7.1 Kommunikasjon med helikopteret		<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklare arm og håndsignaler som kan brukes 2. Forklare hvordan man kan kommunisere med helikopteret med VHF 	Teori	Klasserom	
7.2 Evakuering fra skip og redningsfarkost		<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklare viktigheten av å ha et område på skipet som er egnet for helikopter «pick up», som er klar av master eller andre hindringer 2. Beskrive måte man kan ta helikopter evakuering fra redningsflåte eller livbåt 	Teori/ Demonstrasjon/ Praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	
7.3 Helikopter redning		<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskrive metoder for «Pick up» med rednings sele, bære eller redningskurv 2. Forklare håndsignaler brukt for sikker løfting 3. Beskrive hvordan en redningsmann fra helikopteret kan hjelpe under operasjonen 4. Forklare viktigheten av å følge ordrene fra helikopterpiloten eller redningsmannen 	Teori/ demonstrasjon/ praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	
7.4 Bruk av rednings sele		<ol style="list-style-type: none"> 1. Gjennomgå redningsselen 2. Demonstrere riktig måte å ta på en redningssele og hvordan man skal forholde seg i den 	Teori/ praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	

Emne	8.0 GMDSS utstyr 0,25 timer (Bruk i forbindelse med praktisk trening)				
------	--	--	--	--	--

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
8.1 Håndholdt nød VHF radio		Beskrive bruken av en håndholdt nød VHF radio, skifte batteri, lade batteri og nødvendigheten av å ha antennen så høyt som mulig.	Teori/ praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	
8.2 Nødpeilesender - EPIRB		<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskrive nødvendigheten av en EPIRB, (Nødpeilesender) 2. Beskrive hvor de er lagret og hvilket antall vi har om bord 3. Demonstrere hvordan de blir aktivert 	Teori/ praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	
8.3 Radar Transponder - SART		Beskrive bruken av SART	Teori/ praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	

STCW tabell A-VI/1-2 og STCW- F kap. III, regel 1, pkt. 1.2

Forebyggende brannvern og brannsløkking

Emne		1.0 Minimere risiko for brann 0,75 time			
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
1.1 Forutsetninger for brann	Gjennomgang av forutsetninger for at en brann skal kunne oppstå	<ol style="list-style-type: none"> Forklare hva som må være tilstede for at en brann kan oppstå <ul style="list-style-type: none"> Brennbar materiale Tenn kilde Oksygen Forklaring om forutsetningene for at en brann kan holde på: <ul style="list-style-type: none"> Branntrekanten Brannfirkanten Forklare hvorfor den fjerde tilstanden, «kjede reaksjon», fører til en brann som brenner kontinuerlig så lenge alle fire sidene i brann firkanten er til stede. 	Teori	Klasserom	
1.2 Egenskaper for brannfarlige materialer	Gjennomgang av egenskapene for brannfarlige materialer	<ol style="list-style-type: none"> Definisjoner <ul style="list-style-type: none"> Brennbarhet Tenn temperatur Flammepunkt Brenn temperatur Brenn hastighet Termiske verdier Nedre eksplosjons område Øvre eksplosjons område Selv antenning Gi et eksempel på hvordan statisk elektrisitet kan oppstå Gi eksempler på tenn kilder 	Teori	Klasserom	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

1.3 Prinsipper for brannvern	Forklare hvordan vi kan forhindre en brann i å spre seg og hvordan vi skal forhindre en brann i å fortsette med å brenne	<ol style="list-style-type: none"> Gi eksempler på hvordan en brann kan bli forhindret fra å spre seg gjennom å redusere og blokkere: <ul style="list-style-type: none"> Varme ledning Stråling Konveksjons strømmer Forklare hvordan vi kan slukke en brann gjennom å fjerne en av sidene i brann firkanten. 	Teori	Klasserom	
1.4 Brann spredning	Forklare hvordan en brann kan spre seg	<ol style="list-style-type: none"> Definisjoner <ul style="list-style-type: none"> Varme ledning Stråling Konveksjons strømmer Forklare hvordan en brann sprer seg gjennom <ul style="list-style-type: none"> Varme ledning Stråling Konveksjons strømmer De fire fasene for brann utvikling <ul style="list-style-type: none"> Tenning Utvikling Brann (fullt utviklet) Brenne ut Forklare temperaturen i en vanlig brann og temperaturen i brennende metall 	Teori	Klasserom	
1.5 Sikker praksis for forebygging av brann	Gjennomgang av generelle sikkerhetsprosedyrer og tiltak man kan gjøre for å forebygge brann ombord	<ol style="list-style-type: none"> Generelle sikkerhetsprosedyrer inkludert: <ul style="list-style-type: none"> Røyke forbud i farlige områder Ryddighet God orden på arbeidsplassen Evne til å gjenkjenne brann farer og gjennomføre tiltak for å stanse disse. List opp tiltak for å redusere brannfaren for: <ul style="list-style-type: none"> Maskin rommet Byssa Lugar området Laste området 	Teori	Klasserom	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

1.6 Behov for konstant årvåkenhet	Gjennomgang av behovet for å være årvåken og oppmerksom på brann farer	Påpeke at forebygging er det beste middelet vi har for å forhindre at en brann skal oppstå, og at dette kan bli oppnådd ved: <ul style="list-style-type: none"> • Konstant årvåkenhet • Beredskap • Brann runder • Skikkelig vakthold • Vedlikehold av utstyr 	Teori	Klasserom	
1.7 Brann vakt	Gjennomgang av rutiner og behov for brann vakt	<ol style="list-style-type: none"> 1. Påpeke at et skip med mer enn 36 passasjerer skal ha et effektivt brann vakt system. 2. Liste opp oppgavene til brann vaktene 3. Påpeke at et brann vakt system er å anbefale på alle typer skip 	Teori	Klasserom	
1.8 Brann farer	Gjennomgang av brannfarer vi har i de ulike delene av et skip	<ol style="list-style-type: none"> 1. Liste opp brann farer i: <ul style="list-style-type: none"> • Maskin rommet • Byssa • Lugar området • Laste området 2. Liste opp brann fare fra de som røyker og fra sigaretter. <ul style="list-style-type: none"> • Temperaturen til en sigarett glo kan være på ca 500 °C • Uforsiktighet med sigaretter og fyrstikker kan sette fyr på sengeklær, innhold i søppelkurver og møbler ombord 	Teori	Klasserom	

Emne	2.0 Beredskap til å reagere på brann tilløp 0,5 timer
------	--

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
2.1 Generell nød alarm	Beskrivelse av general alarm og andre typer alarmsignaler	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskrivelse av general alarm 2. Beskrive hensikten med spesial alarmer operert fra broa, for å kalle på mannskapet til mønstrings stasjoner for brann 3. Beskrive andre mulige alarmer som: <ul style="list-style-type: none"> • CO₂ • Pumpe rom • Andre alarmer 	Teori	Klasserom	
2.2 Alarminstruks og mønstringslister	Gjennomgang av alarm instruks	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskrive brann planer og hvor man finner dem 2. Beskrive mønstrings lister 3. Gi et eksempel på oppgavene til enkelt mannskaper 	Teori	Klasserom	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

2.3 Kommunikasjon	Bruk av kommunikasjon under brannslukking	Beskriv metode for kommunikasjon brukt under en brann som: <ul style="list-style-type: none"> • Meldinger mellom mennesker • Telefon • VHF/UHF om bord • Skip til land VHF • PA anlegg 	Teori	Klasserom	
2.4 Personlig sikkerhets prosedyrer	Gjennomgang av personlig sikkerhets prosedyrer	<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklar hvordan et brannlag er satt sammen og hvem som er leder 2. Forklar hvorfor en brann sone ikke skal entres før lederen av brannlaget gir ordre om det 3. Forklar hvorfor det er viktig å være kjent i brannområdet og å kjenne til nødutgangene i dette området 4. Forklar hvorfor det er viktig med å være utstyrt korrekt i tilfelle det er mørkt og røykfullt 5. Beskriv hvordan man skal være kledd 6. Beskriv hva som skal være til stede av utstyr som: <ul style="list-style-type: none"> • Røykdykker utstyr • Hånd lykt • Brann øks • Flamme sikker livline 7. Forklar bruken av livline for signal giving 8. Forklar hvorfor det er viktig å ha et fleksibelt mannskap ombord i de tilfeller hvor nøkkelpersonell i brannlaget er fraværende 	Teori	Klasserom	
2.5 Periodiske øvelser ombord	Forklare hensikten med øvelser om bord	<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklar hensikten med slike øvelser 2. Beskriv typiske øvelser som brukes under brann øvelser: <ul style="list-style-type: none"> • Brannslukking i frityr • Entring av et lukket rom • Slukking av stor brann på dekk • Redning av bevisstløs person fra et røykfullt rom 	Teori	Klasserom	
2.6 Skipets konstruksjon	Forklare generelt om skipets konstruksjon	<ol style="list-style-type: none"> 1. Liste opp grunnleggende prinsipper for skips konstruksjon 2. Beskriv hvor man finner nødutganger og hvordan nød utganger er beskyttet 3. Beskriv klassifisering A, B C/F 4. Beskriv kort hva slags brann beskyttelses arrangementer vi har i laste områder 	Teori	Klasserom	
2.7 Nød brann pumpe	Gjennomgang av nød brann pumpe	<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklar hvor mange strålerør en nød brann pumpe på kunne betjene 2. Forklar hvor en slik pumpe skal lokaliseres 3. Forklar under hvilke forhold en slik pumpe blir brukt 	Teori	Klasserom	
2.8 Faste pulver anlegg	Gjennomgang av faste pulver anlegg	Beskriv et typisk fast pulver anlegg med containere som inneholder 250 kg pulver i hver, og forklar hvordan et slikt anlegg kan anvendes på best mulig måte.	Teori	Klasserom	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

2.9 Nød utganger	Forklare de vanligste nødutgangene vi har på skip, og hva slags krav det er til nødutganger	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskriv de nødutgangene vi vanligvis har om bord på skip 2. Gå igjennom at nødutgangene er utstyrt med et nød lys system 3. Forklar at nødutgangene kan brukes for å entre et brann område i motsatt vei de egentlig er tenkt å brukes. 	Teori	Klasserom	
2.10 Brann spredning	Forklare brann spredning i skip	Forklar hvordan en brann i et skip ikke skal kunne spre seg til andre områder i skipet ved at man stenger spjeld, dører luker, stopper ventilasjon	Teori	Klasserom	
2.11 Brann og røyk detektorer	Gjennomgang av brann og røyk detektorer	<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklar virkemåten til et automatisk brann deteksjons system 2. Beskriv ulike typer automatiske brann detektorer 3. List opp de alarmene som automatiske deteksjons systemer kan aktivere 4. Forklar fordelene med et automatisk sprinkler system i forhold til et brann deteksjons system i passasjer og lugar område 	Teori	Klasserom	
2.12 Automatisk brann alarm	Gjennomgang av automatiske brann alarmer	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskriv virkemåten til et automatisk brann alarm system 2. Beskriv et system som er inndelt i brann soner og beskriv hvor et slikt system kan bli installert om bord på et skip 	Teori	Klasserom	
2.13 Klassifisering av branner og dertil egnede brannslukningsmidler	Gjennomgang av brann klassifisering og egnede slukkemidler	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskriv de ulike brann klassene vi har 2. Beskriv hvilke slukkingsmiddel vi kan bruke for de ulike brann klassene 3. Forklar at en elektrisk brann går over til en av disse brann klassene så snart strømmen blir slått av/kuttet 	Teori	Klasserom	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne		3.0 Bruk av brannslukkere og brann utstyr 2,5 timer (praksis)			
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
3.1 Brannslanger og strålerør	Gjennomgang og bruk av brannslanger, grenerør og strålerør	Beskriv hvordan man legger ut et normal utlegg, og la elevene prøve strålerørene med ulike mengder vann og ulike stråle. Forklar også normalt vedlikehold på slanger og strålerør	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.2 Mobile brannslukkere	Gjennomgang av mobile brannslukkere	Beskriv hva slags mobile brannslukkere vi normalt har som: <ul style="list-style-type: none"> • CO2 flasker • Pulver containere • Skum utstyr 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.3 Bærbare brannslukningsapparater	Gjennomgang og bruk av bærbare brannslukkings apparater og bruk av skum	<ol style="list-style-type: none"> 1. Forklar hvilke bærbare brannslukkere vi har som: <ul style="list-style-type: none"> • Vann • Skum • Pulver • CO₂ • AFFF 2. Beskriv hvordan de brukes og bruksområde 3. Beskriv kapasiteten vi har på slike brannslukkere 4. Forklar bruken av en skumvæske injektor og hva slags strålerør som brukes til hvilken skum type, (tungt, mellom og lett skum) 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.4 Brannmannsbekledning	Oppklodning av elevene i brannmannsbekledning	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskriv hvordan en brannmann er kledd opp <ul style="list-style-type: none"> • Personlig utstyr <ul style="list-style-type: none"> ○ Underbekledning ○ Brannmannsbekledning ○ Hansker ○ Støvler ○ Hjelm ○ Lykt ○ Øks • Røykdykker utstyr <ul style="list-style-type: none"> ○ Maske ○ Lungeautomat ○ Seletøy med manometer og flaske • Brann sikker livline med karabin krok og sele 2. Beskriv fordeler og ulemper med røykdykker utstyret 3. Beskriv viktigheten med bruken av livline 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

3.5 Brann teppe	Bruk av brann teppe	Beskriv og demonstrer bruken av et brann teppe La elevene prøve å slokke brann i person, (dummy), med brann teppe Forklar hvor man normalt oppbevarer brann teppe om bord	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.6 Kunnskap om brann sikkerhets utstyr	Kjennskap til brann systemer og brann utstyrets virkemåte	1. Beskriv: <ul style="list-style-type: none"> Lokasjonen og bruk av brann alarmer Lokasjonen og bruken av sikkerhetssystemer 2. Forklar viktigheten med å vite hvordan brann utstyret virker	Teori/ Praktiske øvelser	Klasserom Øvingsfelt	
3.7 Brann alarm og respons	Kunne beskrive riktig respons ved oppdagelse av brann	Beskriv metode for brann varsling <ol style="list-style-type: none"> Aktiver brann alarmer Informer bro Prøv å begrense brannen Prøv å slokke brannen 	Teori/ Praktiske øvelser	Klasserom Øvingsfelt	
3.8 Brannslukking	Kunne velge riktig metode for brannslukking ut ifra de faktorer det må tas hensyn til	1. Forklar faktorer som det må tas hensyn til når man skal velge metode for brannslukking: <ul style="list-style-type: none"> Tilgjengelighet til brann område Personer til stede i brann område Fare for at last reagerer/antennes av brannen Utstyr og brannslukkings medier som er egnet for å slokke brannen 2. Forklar hensikten og nødvendigheten av en brann vakt i tilfelle fare for re-tenning	Teori/ Praktiske øvelser	Klasserom Øvingsfelt	
3.9 Brannslukkings medier	Kjennskap til brannslukkings medier	Forklar hvilke brannslukkings medier vi har som: <ul style="list-style-type: none"> Vann i stråle, spray, tåke Skum, lett, medium og tungt skum CO₂ Damp Pulver Inergen 	Teori/ Praktiske øvelser	Klasserom Øvingsfelt	
3.10 Brannslukkings prosedyrer	Kjennskap til brannslukkings prosedyrer	1. Forklar at så snart brann alarmer går så gjelder brann prosedyrene: <ul style="list-style-type: none"> Mannskapet møter på sine stasjoner som beskrevet i alarmplanen Brannlagene samler seg, på ordre fra bro, og utfører sine oppgaver i å slukke brannen Pumper startes for å gi vann til slukkingen Kaptein bestemmer metode for best å slokke brannen 2. Beskriv kapteinens rolle i å lede brannslukkingen fra bro <ol style="list-style-type: none"> Forklar at så snart brannen er slokket så setter vi ut en brann vakt Forklar at kaptein setter i gang en undersøkelse for å finne brannårsaken slik at brannen ikke kommer igjen Om vi får brann mens vi er til havn, skal brannvesen i land varsles umiddelbart 	Teori/ Praktiske øvelser	Klasserom Øvingsfelt	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

3.11 Slukking av små branner	Slukking av forskjellige branner der det skal velges riktig slokkemiddel	Utfør korrekt bruk av bærbare håndslukkere for branner som: <ul style="list-style-type: none"> • Tre brann • Olje brann • Frityr brann • Brann i plastikk • Propan brann • Elektrisk brann Demonstrer korrekt bruk av skum utstyr	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	
3.12 Slukking av større branner	Slukking av større branner av ulike slag	Utfør korrekt slukking av større branner, inkludert olje brann, der vi bruker: <ul style="list-style-type: none"> • Vann • Skum • CO2 • Pulver 	Praktiske øvelser	Øvingsfelt	

Emne	4.0 Forholdsregler ved bruk av faste slokkeanlegg 0,25 timer
------	---

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
4.1 Faste slokkeanlegg	Gjennomgang av faste slokke anlegg	Liste opp generelle krav til faste slokkeanlegg, som: <ul style="list-style-type: none"> • Slokke mediet må ikke lage giftige gasser • Utløsning av gass slokkeanlegg må ikke være automatiske • Kun kapteinen eller en annen senior offiser kan gi ordre om å utløse et fast slokkesystem Gjennomgå de vanligste faste slokkeanleggene som: <ul style="list-style-type: none"> • CO₂ • Sprinkler • Skum, (tungt skum, lett skum) • Brann hydranter • Brann pumper • Tåke anlegg • Pulver 	Teori	Klasserom	
4.2 Faste anlegg som kveler brann	Gjennomgang av faste slokke anlegg som kveler brannen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beskriv inergen 2. Forklar hvordan CO2 kveler an brann 3. Beskriv farene ved bruk av CO2 4. Beskriv hvilke tiltak som må gjennomføres når CO2 alarmen går 5. Beskriv hva som skjer når en bruker skum på en brann 6. Beskriv de ulike typene av skum 	Teori/ Demonstrasjon/ Praktiske øvelser	Klasserom/ Øvingsfelt	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

4.3 Faste pulver anlegg	Gjennomgang av faste pulver anlegg	Beskriv for hva slags type branner pulver blir brukt som slökkemiddel	Teori/ demonstrasjon/ praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	
4.4 Faste slokkeanlegg med kjølede egenskaper	Gjennomgang av faste solle anlegg med kjølede egenskaper	<p>Sprinkler system</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forklar hvordan et sprinkler system virker • Beskriv hvor et sprinkler system er anvendelig • Beskriv hvor det er vanlig å ha et tåke system <p>Brann hydranter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beskriv nødvendigheten av å ha en kran for hver brannslange • Beskriv hvorfor vi har en internasjonal land kobling på hydrantene • Beskriv hvordan den blir koblet på. 	Teori/ praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	

Emne	5.0 Bruk av røykdykkerutstyr for brann bekjempelse og redning– 3,5 timer
------	---

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
5.1 Røykdykker utstyr	Gjennomgang av røykdykker utstyr	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gi en beskrivelse av røykdykker utstyret 2. Demonstrer riktig måte å ta på masken 3. Demonstrer sjekk av RD utstyret før bruk 4. Demonstrer riktig pusteteknikk for å begrense luft bruken 5. Forklar viktigheten av å ikke være i et giftig område frem til flasken er tom 6. Forklar viktigheten av å følge med på manometeret ofte og til regelmessige intervaller 	Teori	Klasserom	
5.2 Øvelser i røykfylte omgivelser	Praktiske øvelser med bruk av røykdykker utstyr	<ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstrer bruken av røykdykker utstyr i et røykfylt rom hvor røyken er ufarlig, (ikke giftig) 2. Demonstrer bruken av livline som signal line 3. Kommuniser med andre på brann laget når man bruker røykdykker utstyr 4. Demonstrer brannsløkking med håndsløkkere når man bruker røykdykker utstyr 5. Demonstrer brannsløkking med røykdykker utstyr på en større brann når man bruker: <ul style="list-style-type: none"> • Vann • Skum • Pulver 	Teori/ Demonstrasjon/ Praktiske øvelser	Klasserom/ øvingsfelt	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

<p>5.3 Bruk av røykdykker utstyr under redning av mannskaper i røykfylte rom</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstrere hvordan man skal søke etter personer i røykfylte rom med bruk av røykdykker utstyr 2. Bruk av røykdykkerutstyr under redning av personer: <ul style="list-style-type: none"> • Praksis på bruk av RD utstyr, to personer i team som entrer øvingsmodul, søk etter person og bringer person, (dummy), til sikkert område for medisinsk førstehjelp • Samme som ovenfor i mørket • Samme som ovenfor i røykfylt rom • Samme som ovenfor i varm røyk <p>Samme som ovenfor men med ekstra RD sett for forulykket person</p>			
--	--	--	--	--	--

STCW tabell A-VI/1-3 og STCW- F , kap. III, regel 1, pkt. 1.4

Grunnleggende førstehjelp

Emne	1.0 Generelle førstehjelps prinsipper – 0,25 timer
------	---

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
1.1 Strakstiltak	Strakstiltak ved nødsituasjoner	<ul style="list-style-type: none"> Beskrive sekvensene av strakstiltakene ved nød situasjoner 	Teori	Klasserom	
1.2 Vurdering av ulykke	Vurdering av ulykke i henhold til alvorlighetsgrad	Angir innholdet i en nødsituasjons sjekkliste som: <ul style="list-style-type: none"> Vurdering av ulykkesituasjonen Vurdering av egen risiko Bevisstløshet Respirasjons stans Hjerte stans Alvorlig blødning Redning av forulykket Varsel om beredskap 	Teori/Praksis	Klasserom/ Øvingsfelt	

Emne	2.0 Kroppens oppbygging og funksjoner – 0,25 timer
------	---

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
2.1 Kroppens oppbygging	Beskrive kroppens oppbygging	Beskrive kroppens oppbygging i henhold til <ul style="list-style-type: none"> Skjelett Ledd, muskler og sener Viktige organer, (Hjerne, hjerte, lunger etc.) Sirkulasjons systemet Beskrive i enkle ord de funksjonene som utgjør kroppens oppbygging	Teori	Klasserom	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne	3.0 Posisjonering av forulykkede – 0,25 timer				
------	--	--	--	--	--

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
3.1 Prosedyre for å legge forulykket i hensiktsmessig stilling	Beskrive prosedyre for å posisjonere forulykket person	Beskrive hensiktsmessig prosedyre for posisjonering av forulykkede i en nød situasjon og da spesielt: <ul style="list-style-type: none"> • Stabilt sideleie • HLR stilling 	Teori/ demonstrasjon	Klasserom	
3.2 Demonstrere Stabilt sideleie	Demonstrere korrekt metode for å legge person i stabilt sideleie	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstrere korrekt metode for å legge person i korrekt stilling 	Praksis	Klasserom/ øvelses område	

Emne	4.0 Bevisstløshet – 0,25 timer				
------	---------------------------------------	--	--	--	--

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
4.1 Gjenkjenne symptomer		<ul style="list-style-type: none"> • Gjenkjenne symptomer og farer ved bevisstløshet 	Teori/ demonstrasjon	Klasserom	
4.2 Tiltak		<ul style="list-style-type: none"> • Bruke hensiktsmessige tiltak som: • Holde luftveier åpne • Legger forulykket person i stabilt sideleie • Handlinger i tilfelle puste eller hjertestans • Ikke og mat, væske eller annet til bevisstløs person oralt 	Praksis	Klasserom/ øvelses område	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne		5.0 Prinsipper for gjenopplivings forsøk – 0,5 timer			
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
5.1 Gjenopplivning		Gjenkjenne nødvendigheten av umiddelbar gjenopplivning i nød situasjoner	Teori/ demonstrasjon	Klasserom	
5.2 HLR		Gjennomføre gjenopplivning alene og med assistanse fra en person for minimum 10 minutter, inkludert: <ul style="list-style-type: none"> • Kontroll av luftveier • Riktig hode stilling for å åpne luftveier • Munn til munn • Munn til nese • Hjerte stans I de tilfeller hvor man har hjerte stans: <ul style="list-style-type: none"> • Hjerte kompresjoner • Hjerte lunge redning 	Praksis	Klasserom/ øvelses område	

Emne		6.0 Blødninger – 0,5 timer			
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
6.1 Blødninger		Gjenkjenne farer ved blødninger	Teori/ demonstrasjon	Klasserom	
6.2 Blødninger - praksis		Gjennomføre hensiktsmessig grunnleggende tiltak for å begrense/stanse blødninger, spesielt med tanke på: <ul style="list-style-type: none"> • Indre/ytre blødninger • Sjokk • Trykk på blødningen • Posisjonering av pasienten • Bruksområder og farer ved å sette på et turniquet 	Praksis – Øvelse med markører	Øvelses område	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne	7.0 Behandling av sjokk – 0,5 timer				
------	--	--	--	--	--

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
7.1 Årsaker til sjokk		Beskrive de vanligste årsakene til sjokk	Teori/ demonstrasjon	Klasserom	
7.2 Symptomer for sjokk		Gjenkjenne symptomene for sjokk som: <ul style="list-style-type: none"> • Ansikts farge • Puls – hastighet og karakter 	Praksis	Klasserom/ øvelses område	
7.3 Behandling av sjokk		Gjennomføre de hensiktsmessige tiltak for behandling av sjokk som: <ul style="list-style-type: none"> • Stopp av blødning • Beskyttelse mot kulde • Tidlig inntak av rikelig med væske dersom personen er ved bevissthet • Stabilt sideleie • Ingen røyking • Ingen alkohol • Ingen aktiv oppvarming 			

Emne	8.0 Brann skader og forbrenninger – 0,25 timer				
------	---	--	--	--	--

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
8.1 Symptomer for brannskader og forbrenninger		Gjenkjenne symptomer på brann skader og forbrenninger og skader forårsaket av elektrisitet	Teori/ demonstrasjon	Klasserom	
8.2 Nedkjøling av brannskader		Gjennomføre de hensiktsmessige tiltak for brann skader og forbrenninger: <ul style="list-style-type: none"> • Nedkjøling av skaden så raskt som mulig 	Praksis	Klasserom/ øvelses område	
8.3 Kjemiske brann skader		Gjennomføre de hensiktsmessige tiltak for kjemiske brann skader: <ul style="list-style-type: none"> • Fjerne klær som er forurenset av kjemikaliene • Rense sår med rikelig med vann 	Teori/praksis	Klasserom/ øvelses område	
8.4 Kjemiske øye skader		Gjennomføre de hensiktsmessige tiltak for kjemiske brannskader på øynene: <ul style="list-style-type: none"> • Rense øynene med rikelig med vann 	Teori/praksis	Klasserom/ øvelses område	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

8.5 Elektriske brann skader		Gjennomføre de hensiktsmessige tiltak for ulykker forårsaket av elektrisitet: <ul style="list-style-type: none"> • Merke seg farene for første helpere • Isolering av forulykket • Beskyttelse mot kollaps • Kontroll av vitale funksjoner 	Praksis - Øvelse	Klasserom/ øvelses område	
-----------------------------	--	--	------------------	------------------------------	--

Emne	9.0 Transport av skadde – 0,5 timer
------	--

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
9.1 Transport av skadde		Gjennomføre hensiktsmessig transport av skadde alene og med assistanse fra andre, med tanke på lukkede rom og utfordringer vi kan ha om bord på skip	Teori/ demonstrasjon Praksis	Klasserom/ Øvelses område	
9.2 Midlertidige transportmidler		<ul style="list-style-type: none"> • Identifiser og bruk: • Midlertidige hjelpemidler for transport • Bruk av stol som transportmiddel • Bruk av teppe som transportmiddel 	Praksis	Klasserom/ øvelses område	
9.3 Transport av skadde med nakke/rygg skader		<ul style="list-style-type: none"> • Gjenkjenne de farene vi kan ha ved transport av skadde med nakke og/eller rygg skader, og kunne demonstrere sikker transport av skadde med slik skade 	Teori/praksis	Klasserom/ øvelses område	

Emne	10.0 Andre førstehjelps emner – 0,25 timer
------	---

Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	
10.1 Bandasjering		<ul style="list-style-type: none"> • Bruke improvisert bandasje av det vi har tilgjengelig • Bruke bandasje fra førstehjelps skrin • Demonstrere korrekt bandasjering 	Teori/ demonstrasjon	Klasserom	
10.2 Lukkede rom		<ul style="list-style-type: none"> • Gjenkjenne farer ved entring av lukkede rom/tanker • Ha kunnskap om at atmosfæren i lukkede rom kan inneholde farlige gasser og/eller mangel på oksygen • Ta alle nødvendige og hensiktsmessige forholdsregler 	teori	Klasserom/ øvelses område	

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

10.3 Smittsomme sykdommer		<ul style="list-style-type: none">• Gjenkjenne farene fra blod og andre sekreter fra personer som lider av smittsomme sykdommer som hepatitt og HIV• Kunne ta alle nødvendige forholdsregler for å beskytte seg selv ved behandling av personer med slike sykdommer• Kunne beskrive korrekt prosedyre for avhendelse av blod og andre sekreter fra personer med smittsomme sykdommer	Teori	Klasserom/ øvelses område	
10.4 Personlig hygiene		<ul style="list-style-type: none">• Gjennomføre enkle regler for å ivareta egen helse og personlig hygiene	Teori	Klasserom	

STCW tabell A-VI/1-4 og STCW- F kap. III, regel 1, pkt. 1.5 og 1.6

Personlig sikkerhet / HMS/ regelverk

Emne		1.0 Holdninger/ ulykker/ regelverk : 1 time			
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	Referanse
Farer ved fiskeryrket / Holdninger til sikkerhet	Ulykkesstatistikk	<ul style="list-style-type: none"> Kjennskap til farene ved fiskeryrket / kjenne til ulykkesstatistikk Diskutere holdninger i forhold til statistikken 	Teori	Klasserom	STCW- F , kap. III, regel 1.6 Video : "Trygt hjem" (www.yrkesfisker.no) SINTEF : ulykkesstatistikker
Nasjonal og internasjonalt regelverk	Regelverk: SOLAS/ MARPOL /STCW Forskrift om arbeidsmiljø, helse og sikkerhet for arbeidstakere på skip (ASH) Forskrift om sikkerhetstiltak m.v på fiskefartøy (Sikkerhetsforskriften) Forskrift om redningsredskaper med mer på fiskefartøy ISM –koden	<ul style="list-style-type: none"> Kjenne til det viktigste nasjonale og internasjonale regelverk (spesielt for fiskere) Kunne bruke sjekklister for uanmeldt inspeksjon av fiskefartøy 	Teori/ gruppeoppgave	Klasserom	SOLAS MARPOL STCW Forskrifter (Sjøfartsdirektoratet) www.yrkesfisker.no

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne		2.0 Arbeidsmiljø, sikkerhet og helse (ASH): 2 t			
Arbeidsmiljø, sikkerhet og helse (ASH)	Organisering av vernearbeidet Risikovurdering/ Sikker- jobb-analyse Personlig verneutstyr/ flyteutstyr (spesielt for fiskere) Orden/renhold Produkt datablad Skademeldinger/ statistikker/ rapporteringssystem	<ul style="list-style-type: none"> • Kjenne til ASH- forskriften • Kunne gjennomføre enkel risikovurdering • Kjenne til farer ved forskjellige driftsformer (sjarkfiske/ garn/ tråling/ ringnot/ line etc.) 	Teori Gruppearbeid (risikovurderinger) "Verneløype"	Klasserom	STCW- F, Kap. III, regel 1.6 Filmer fra www.yrkesfisker.no Og Tromstrygd Film : Risikovurdering Verneutstyr og sikringstiltak

GRUNNLEGGENDE SIKKERHETSOPPLÆRING FOR FISKERE OPPDATERING (20 timer)

Emne	3.0 : Stabilitet / kantring : 1 t				
Hensikt/Læremål Etter endt opplæring skal deltakerne ha kunnskap, forståelse og dyktighet	Innhold	Krav til utførelse	Eksempel på metode	Eksempel på læremiljø	Referanse
Stabilitet/ kantring	Fartøyets stabilitet: Den driftsmessige stabiliteten som skipper/ mannskap har ansvar for Viktige forhold som vil innvirke på driftsmessige stabilitetsforhold Dører/ luker er livsviktige lukningsmidler	Kunnskap om hva som er viktig for et fartøys stabilitet (skroget) Kunnskap om hvordan stabiliteten kan påvirkes (positivt/ negativt) Gjennomgang av : "Forskrift om sikkerhetstiltak m.v på fiske – og fangstfartøy" (hva som spesielt angår stabilitet)	PP-presentasjoner Film Evt.: demo- modell	Klasserom/ gruppeoppgaver	Filmer fra www.yrkesfisker.no Og Tromstrygd Film : Mønstersjarken
Fall over bord/ hypotermi	Forebygging ang.: fall over bord Personlig sikkerhetsutstyr Flyteplagg Redningsdrakter Leider/ gangvei (i havn) Nødstopp Hypotermi	Kunnskap om hvordan man kan forebygge fall over bord Kjennskap til diverse nødstopp utstyr (nødstopp av "spill" etc. om bord / nødstopp av motor ved fall over bord) Forholdsregler mot varmetap i luft og sjø (forebygging/ opptreden i sjø/ Pick-up av nedkjølte personer)	Filmer pp-presentasjoner	Klasserom/ demonstrasjon	STCW- F , kap. III , regel 1.1 og Annex Guidance ref. : 1.9.2 og 1.10 Film : Mønstersjarken