

	□		
	Instruks		
	Personlig verneutstyr		
	ID10254	Versjon:6.10	EK-Ansvarlig: Andreas Aune
Gradering: Åpen	Gyldig fra: 17.04.2026	Gyldig til: 17.04.2027	Godkjent av: Anne Elisabeth Tromsdal

## 1 Hensikt og omfang

Å sikre at personlig verneutstyr (PVU) gjøres tilgjengelig og brukes for å beskytte mot skade på personell. Kravet til bruk av PVU gjelder alle ansatte i Tensio, leverandører og samarbeidspartnere.

## 2 Ansvar og myndighet

Nærmeste leder skal gjøre nødvendig PVU tilgjengelig og sørge for at det gis nødvendig opplæring i bruk og vedlikehold. Alle ansatte som har oppdrag i Tensio sitt forsyningsanlegg plikter å bruke PVU, inkludert eksterne som gis adgang. Eksterne som skal utføre arbeid i Tensio sitt anlegg, skal i samarbeid med LFS, AFA eller ledsager fra Tensio risikovurdere behovet for PVU.

## 3 Beskrivelse

**Grunnbekledning**<sup>1</sup> er minimumsbekledningen som skal benyttes av alle ansatte når en er ute i felt. Dette gjelder uavhengig av om anlegget er i drift, under bygging eller endring og inkluderer aktiviteter som besøk, befaring og lignende. Tabell 2 angir hva som normalt skal brukes i ulike arbeidsområder og arbeidsoperasjoner.

Tabell 1: Grunnbekledning.

PVU	Minimumskrav
Hjelm	1000V AC og AUS-symbol og hakestropp
Jakke	ELIM 8,1 cal/cm <sup>2</sup> , synlighetsklasse 2
Bukse	ELIM 8,1 cal/cm <sup>2</sup> , synlighetsklasse 1
Vernesko	Antiskli, S1 (vernehette), spikerbeskyttelse

**Ved arbeid på eller nær ved spenningsførende anlegg**, skal det benyttes langermet og flammehemmende bekledning. Flammehemmende bekledning i flere lag gir best beskyttelse.

### Risikovurdering:

- Det skal alltid gjøres en risikovurdering dersom det er usikkerhet knyttet til hva slags PVU som er nødvendig.
- Unntak fra krav om grunnbekledning eller annet verneutstyr skal dokumenteres i en risikovurdering.

**Innkjøp:** PVU kjøpes hos vår leverandør Tess. Dette vil sikre at det som anskaffes er godkjent i henhold til kravene. [Lenke til varekatalog for Tensio.](#)

<sup>1</sup> Minimumskrav i tråd med Fornybar Norge sin [Veileder for vernebekledning i fornybarnæringen](#) .

Tabell 2: Veiledning i valg av personlig verneutstyr. Se fotnoter for forklaringer.

Behov for ekstra PVU avhenger av hvor du jobber, og hva du jobber med.		Hjelm m/hakestropp	Koblingslue/visir	Hørselsvern <sup>2</sup>	Øyevern <sup>3</sup>	Åndedrettsvern <sup>4</sup>	Vernehansker	Verneadress/forkle	Isolerhansker 17 kV	Motorsagpakke <sup>5</sup>	Synlighetsklasse 3	Styrthjelm	Flytevest
Område	Kraftverk og fjellanlegg	X											
	Trafostasjon, nettstasjon og utendørsanlegg	X											
	Bygg- og anleggsplass	X									X		
	Arbeid i høyden <sup>6</sup>	X											
	Arbeid/opphold nær gravemaskin/anleggsmaskin	X									X		
	Batterirom, batterianlegg				X		X	X					
	Arbeid i kontrollanlegg (spenningsløst) <sup>7</sup>	X											
	Arbeid i på/nær veg	X									X		
Arbeidsoperasjon	Koblingsarbeid	X	X		X		X						
	Kobling av linjebrytere 22/11/6.6 kV	X							X				
	Motorkjedesag og ryddesag	X		X	X		X			X			
	Saging, sliping, meisling			X	X	X	X						
	Boring i fjell og betong	X		X	X	X	X						
	Skjæring/skjærbrenning			X	X	X	X						
	Kjemikalieeksponering <sup>8</sup>				X	X	X						
	Kabelgrøfter- og kabellegging	X											
	Snøscooter <sup>9</sup> og ATV <sup>10</sup>	X			X							X	
	Båtkjøring og lignende												X
	Løfteoperasjoner	X									X		
	Støyende arbeid			X									
	Droneflyving												

<sup>2</sup> Hørselsvern skal ha SNR 30 dB og bøyse som går over hodet skal være isolert

<sup>3</sup> Behov for vernebriller med styrke avklares med nærmeste leder. Dvs. dette defineres som personlig verneutstyr og dekkes fullt ut

<sup>4</sup> Åndedrettsvern = støvmaske (P3), gassmaske (A,B,E,K) eller kombifilter (støv og gass), velges basert på arbeidsoperasjon.

<sup>5</sup> Motorsagpakke: hjelm, øyevern/visir, hørselsvern, vernebukse, sagvernstøvel/-sko, synlighetsjakke og førstehjelpsutstyr

<sup>6</sup> Se egen klatreinstruks for detaljer om fallsikringsutstyr

<sup>7</sup> Ved arbeid i spenningsløst kontrollanlegg i stasjoner kan det være behov for andre type hjelmer pga. trange skap/arbeidsforhold

<sup>8</sup> Kjemikalieeksponering: Les sikkerhetsdatabladet for stoffet. Kjemisk eksponering skal risikovurderes

<sup>9</sup> Ved snøscooterkjøring skal styrthjelm brukes. Unntaket er f.eks. kjøring mellom master og på begrensede geografiske områder

<sup>10</sup> Ved kjøring med ATV, skal det brukes styrthjelm eller vanlig arbeidshjelm, f.eks. klatrehjelm

## 4 Vedlikehold, rengjøring og kontroll

Det er viktig å sørge for vedlikehold og kontroll iht. brukermanual. Generelt må alt PVU sjekkes for synlige skader, misfarging, kjemikalie-/oljesøl og eventuelt utløpsdato dersom det er relevant.

For at arbeidsklær og verneutstyr skal kunne gi tilstrekkelig beskyttelse, er det viktig at de rengjøres ved behov. Olje, smuss og annen skitt reduserer lysbuebeskyttelsen og synlighetsklassifiseringen. Skyllmiddel skal ikke brukes ved vask av synlighetsklær.

## 5 Spesielle forhold

**Ekstern undervisning kan gjennomføres på følgende transformatorstasjoner:**

- TS: Vestbyen og Universitetet (UNIT)
- TN: Sutterø, Steinkjer og Namsos

Studenter, elever og andre eksterne som får omvisning ledet av Tensio-ansatt på disse stasjonene, kan bruke godkjent frakk<sup>11</sup> og 1000V hjelm når omvisningen begrenses til sikre områder.

**Personalrom (toalett, bad, spiserom og lignende.) inkludert kontor,** er normalt unntatt kravene om PVU.

## 6 Referanser:

[Sortilog fra Tess tilgjengelig via intranett](#)

[ID05195 Arbeid i høyden - klatring og arbeid i stolpe](#)

[Utstysliste for Dronepiloter](#)

[Forskrift om organisering, ledelse og medvirkning kapittel 15](#)

[Forskrift om sikkerhet ved elektriske anlegg \(FSE\) kapittel 7 og 10](#)

[Veileder for vernebekledning i fornybarnæringen](#)

[Forskrift om bruk av bilbelte mv](#)

---

<sup>11</sup> Godkjent frakk skal være flammehemmende, lysbue-godkjent og med «Tensio besøkende» logo.