Vernerunde for renholdsfirma: sjekkliste med paragraf

28 punkter om godkjenning og HMS-kort, rengjøringsmidler og hud, ensformig arbeid, alene om kvelden og stikk fra sprøyter. Hver paragraf er lest i Lovdata 6.11.2026. Gratis, uten innlogging.

Vernerunde · Renhold **0 av 28**

DATO

dd.mm.yyyy

GÅR RUNDEN

OMRÅDE

A. Godkjenning, HMS-kort og kundene

01 **Firmaet er godkjent av Arbeidstilsynet og står i registeret over godkjente renholdsvirksomheter.**

RHF § 3; § 4 · lest 6.11.2026

☐ OK ☐ Avvik ☐ Ikke aktuelt

02 **Alle som gjør renhold, også nyansatte, har sitt eget HMS-kort før de går på første oppdrag.**

RHF § 9 · lest 6.11.2026

☐ OK ☐ Avvik ☐ Ikke aktuelt

03 **HMS-kortet bæres godt synlig på jobb, og alle vet at kunden og verneombudet kan be om å se det.**

RHF **§ 13** andre ledd · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

04 **Med hver kunde er det avtalt hvordan dere samarbeider om arbeidsmiljøet: hvem renholderne melder fra til om farer, og hvor rømningsveier og førstehjelpsutstyr er.**

aml **§ 2-2** første ledd b. Hva avtalen skal inneholde, står ikke i loven. · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

B. Kjemikalier og hud

05 **Stoffkartoteket har med de faremerkede rengjøringsmidlene dere bruker, både de på lageret og de som står ute hos kundene.**

FUA **§ 2-1** første ledd · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

06 **Det er kartlagt hvilke midler som brukes, hvor mye, hvor ofte og hvordan, for eksempel som spray, og vurdert hva de kan gjøre med hud og lunger.**

FUA **§ 3-1** første og andre ledd · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

07 **Helsefarlige midler unngås der et mindre farlig middel gjør jobben, og mengden holdes nede, for eksempel med ferdig doserte flasker og skum eller klut i stedet for spray.**

FOLM **§ 10-1** d. Doseringen og sprayen er tiltak, ikke ord i forskriften. · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

08 **Hansker og annet verneutstyr som passer til midlene, finnes i riktige størrelser og blir brukt.**

FOLM **§ 15-1** første og andre ledd; FUA **§ 3-8** andre ledd c. Hansker er nevnt som eksempel, ikke ord i paragrafen. · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

09 **Alle vet hvilke midler som aldri skal blandes, for eksempel klor og syre, og hvorfor.**

aml **§ 3-2** første ledd a · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

C. Tunge løft, gjentakelse og tempo

10 **Det er vurdert hvilke oppgaver som er ensformige og langvarige, som mopping, støvsuging og bøying under pulter, og arbeidet varieres gjennom dagen.**

FUA **§ 23-1** andre ledd d; aml **§ 4-4** andre ledd · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

11 **Utstyret er lett og kan stilles inn: skaft som kan forlenges, vogner med gode hjul, og maskin der store gulv ellers vaskes for hånd.**

aml **§ 4-4** andre ledd. Utstyret er eksempler, ikke ord i loven. · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

12 **Nye renholdere får opplæring i arbeidsteknikk, arbeidsklær og bruk av hjelpemidlene.**

FUA **§ 23-2** · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

13 **Tiden hvert oppdrag får, står i forhold til arealet og det som skal gjøres, og renholderne er spurt om tidspress når arbeidsmiljøet kartlegges.**

FUA **§ 1A-2**; aml **§ 4-3** andre ledd c · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

D. Maskiner og stiger

14 **Gulvmaskiner, støvsugere og ledninger med feil som har betydning for sikkerheten, tas ut av bruk til de er reparert.**

FUA **§ 12-5** andre ledd · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

15 **De som bruker gulvvaskemaskin, skuremaskin og lignende, har fått opplæring på akkurat den maskinen, og det er skrevet ned hvem som har fått den og av hvem.**

FUA **§ 10-4** · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

16 **Stigen brukes bare kort, når risikoen er liten og annet utstyr ikke passer bedre, for eksempel til høye vinduer og lamper. Ellers brukes langt skaft eller en plattform.**

FUA **§ 17-22** andre ledd · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

17 **Stigene er hele og står stødig på fast underlag når de brukes.**

FUA **§ 17-21** · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

E. Alene, kveld og stikk

18 **Det er vurdert hva som kan skje når en renholder er alene i et bygg tidlig eller sent, og den som jobber alene, har en avtale om å melde fra.**

aml **§ 4-1** tredje ledd. Avtalen er ett slikt tiltak, ikke et ord i loven. · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

19 **Det er kartlagt hvor og når renholderne kan bli utsatt for vold og trusler, for eksempel i tomme bygg om kvelden, i butikker og når de møter ukjente.**

FUA **§ 3A-2** første og tredje ledd c og e · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

20 **Renholderne kan tilkalle hjelp, og alarmutstyr som finnes, blir sjekket og vedlikeholdt.**

FUA **§ 3A-3** andre ledd c og d · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

21 **Det er vurdert faren for stikk fra sprøyter og skarpe ting i søppel og på toaletter, og alle vet hva de skal gjøre om de stikker seg.**

FUA **§ 6-1** første og andre ledd; aml **§ 3-2** første ledd a · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

F. Opplæring, verneombud og organisering

22 **Opplæringen om farene i arbeidet gis slik at hver ansatt forstår den, også de som ikke leser norsk godt.**

aml **§ 3-2** første ledd a. Språket er ikke nevnt i paragrafen. · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

23 **Alle vet hvem verneombudet er, og verneområdet er ikke større enn at verneombudet har oversikt over oppdragene.**

aml **§ 6-1** andre ledd · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

24 **Renholdsarbeidet er med i kartleggingen og risikovurderingen: kjemikalier, løft, alenearbeid, vold og trusler og stikkskader, med tiltak, ansvarlig og frist.**

aml **§ 3-1** andre ledd c · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

25 **Skader og sykdom som kan komme av arbeidet, for eksempel eksem på hendene, blir registrert, og verneombudet har sett oversikten.**

aml **§ 5-1** første og tredje ledd · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

26 **Det finnes en oversikt over hvor mye hver ansatt har arbeidet, også når dagen er delt på flere oppdrag.**

aml **§ 10-7** · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

27 **Firmaet er knyttet til en godkjent bedriftshelsetjeneste. Rengjøringsvirksomhet står på lista over næringer som skal ha det.**

FOLM **§ 13-1**; aml **§ 3-3** første ledd · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

---

28 **Førstehjelpsutstyret i firmabilene og på lageret er fylt opp og lett å finne.**

APF **§ 3-10** første ledd · lest 6.11.2026

☐ **OK** ☐ **Avvik** ☐ **Ikke aktuelt**

Avvik: skriv hva, hvor og forslag til tiltak på linja under punktet, så ansvarlig og frist. Vernerunden er en vanlig måte å oppfylle kravet om kartlegging og risikovurdering i internkontrollforskriften § 5. Lista er et utgangspunkt, ikke juridisk rådgivning. Siste versjon, og runden på mobilen: vernerundeklar.no/renhold