Vernerunde for transportfirma: sjekkliste med paragraf

27 punkter om truck og lastebilkran, rampe og rygging, lastesikring, tunge løft, alenearbeid, vold og trusler på veien og tidspress. Hver paragraf er lest i Lovdata 6.11.2026. Gratis, uten innlogging.

Vernerunde · Transport **0 av 27**

DATO

dd.mm.yyyy

GÅR RUNDEN

OMRÅDE

A. Truck, kran og bakløfter

01 **Truck med fast førerplass kjøres bare av dem som har dokumentert sikkerhetsopplæring fra en sertifisert opplæringsvirksomhet, og bevisene kan vises verneombudet.**

FUA **§ 10-3**; **§ 10-2** tredje ledd · lest 6.11.2026

☐ OK ☐ Avvik ☐ Ikke aktuelt

02 **Lastebilkraner over 2 tonnmeter brukes bare av dem som har sertifisert opplæring for kran.**

FUA **§ 10-3** · lest 6.11.2026

☐ OK ☐ Avvik ☐ Ikke aktuelt

03 **Truckene, lastebilkranene og løfteredskapen (stropper, sjakler, kroker) har gyldig sakkyndig kontroll.**

FUA **§ 13-1** · lest 6.11.2026

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

---

04 **De som bruker bakløfter, pallejekk og sekketralle med motor, har fått opplæring på akkurat det utstyret, og det er skrevet ned hvem som har fått den og av hvem.**

FUA **§ 10-4** · lest 6.11.2026

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

---

05 **Bakløftere, kraner og annet utstyr med feil som har betydning for sikkerheten, tas straks ut av bruk til feilen er rettet.**

FUA **§ 12-5** · lest 6.11.2026

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

---

06 **Kranbilen står støtt før løftet: støttebena er ute, og det er sjekket hva underlaget tåler.**

FUA **§ 18-4** · lest 6.11.2026

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

B. Rampe, gårdsplass og tunge løft

07 **Lasterampene er sikret så ingen faller ned, og bilen står bremset og sikret mens trucken kjører inn og ut av den.**

APF **§ 2-20**; BKF **§ 1-7** · lest 6.11.2026

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

---

08 **På gårdsplassen og terminalen er gående og kjørende skilt fra hverandre, eller det er avtalt hvordan rygging skjer, for eksempel med en som dirigerer.**

APF **§ 2-18** · lest 6.11.2026

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

---

09 **Tunge og uhåndterlige kolli, levering i trapper og bæring over lange avstander er vurdert, og hjelpemidler som sekketralle eller trappeklatrer finnes der de trengs.**

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

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

---

10 **De som laster og bærer mye, har fått opplæring i arbeidsteknikk og i bruk av hjelpemidlene.**

FUA **§ 23-2** · lest 6.11.2026

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

C. Lastesikring og bilen

11 **Hver bil har nok stropper, kjetting og annet utstyr til å sikre godset, og slitt utstyr byttes.**

BKF **§ 3-2** nr. 3. Paragrafen krever at godset er sikret; utstyret er det som trengs for å gjøre det. · lest 6.11.2026

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

---

12 **Sjåførene vet hvordan godset de kjører, skal sikres og fordeles på akslene, og nye sjåfører får det vist før de kjører alene.**

BKF **§ 3-2** nr. 2 og 3; aml **§ 3-2** første ledd a · lest 6.11.2026

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

---

13 **Trinn og håndtak på bilen er hele, så sjåføren kan gå av og på førerhuset og lasteplanet uten å hoppe.**

aml **§ 4-4** første ledd; FUA **§ 12-5**. Trinn og håndtak er ett slikt tiltak, ikke ord i forskriften. · lest 6.11.2026

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

---

14 **Det er kartlagt hvor mye sjåfører og truckførere ristes av kjøringen (helkroppsvibrasjoner), og setene er justerbare og vedlikeholdt.**

FUA **§ 14-1** første og tredje ledd; aml **§ 4-4** andre ledd · lest 6.11.2026

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

---

15 **Førstehjelpsutstyret i hver bil og på terminalen er fylt opp og lett å finne.**

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

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

D. Alene på veien, vold og trusler

16 **Det er vurdert hva som kan skje når en sjåfør jobber alene, og den som leverer alene tidlig, sent eller på øde steder, 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**

---

17 **Det er kartlagt hvor og når sjåførene kan bli utsatt for vold og trusler, for eksempel sinte mottakere, verdifull last eller overnatting i bilen, og hvordan alenearbeid og arbeidstid spiller inn.**

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

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

---

18 **Sjåførene kan tilkalle hjelp på veien, og alarmutstyr som finnes, blir sjekket og vedlikeholdt.**

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

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

---

19 **De som kan møte vold og trusler, har fått opplæring og øvelse i å forebygge og håndtere det, og øvelsen gjentas.**

FUA **§ 3A-5** · lest 6.11.2026

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

---

20 **Den som har vært utsatt for vold eller trusler, får oppfølging for både den fysiske og den psykiske belastningen.**

FUA **§ 3A-6** · lest 6.11.2026

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

E. Tidspress og arbeidstid

21 **Tidspress fra rutetider og leveringsvinduer er tatt med i kartleggingen av det psykososiale arbeidsmiljøet, sammen med sjåførene.**

FUA **§ 1A-2** første, andre og fjerde ledd a; aml **§ 4-3** andre ledd c · lest 6.11.2026

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

---

22 **Det finnes en oversikt over hvor mye hver ansatt har arbeidet, med lasting, lossing og venting, ikke bare kjøringen.**

aml **§ 10-7**. Kjøre- og hviletid og fartsskriver hører under vegtrafikkloven og er ikke med her. · lest 6.11.2026

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

F. Kjemikalier og vaskehallen

23 **Stoffkartoteket har med de farlige produktene firmaet bruker: diesel, avfetting og vaskemidler i vaskehallen, frostvæske og spylervæske.**

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

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

---

24 **Motorer går ikke på tomgang inne i vaskehallen eller terminalen, og avgassen luftes ut.**

APF **§ 2-14** · lest 6.11.2026

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

G. Organisering

25 **Transportarbeidet er med i kartleggingen og risikovurderingen: lasting, rygging, lastesikring, alenearbeid, vold og trusler, med tiltak, ansvarlig og frist.**

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

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

---

26 **Skader i arbeidstiden, også på veien og hos kunder, blir registrert, og verneombudet har sett oversikten.**

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

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

---

27 **Firmaet er knyttet til en godkjent bedriftshelsetjeneste. Landtransport 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**

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/transport