



## Veileder i relevant regelverk i HMS innen varedistribusjon

Veilederen er utarbeidet av LUKS i samarbeid med Arbeidstilsynet.  
Veilederen er finansiert av LO/NTF/NNN og NHOs Arbeidsmiljøfond.



## HVEM HAR ANSVARET FOR HVA?

Ved et varemottak er det mange aktører som har ulike roller og ulikt ansvar. Det finnes en rekke HMS-bestemmelser som regulerer arbeidsmiljøet ved et varemottak. Dette heftet er utarbeidet av **Leverandørens Utviklings- og Kompetansesenter (LUKS)** for å klargjøre den enkeltes rolle slik at misforståelser kan unngås.

Heftet refererer de fleste sentrale punktene i arbeidsmiljøloven og tilhørende forskrifter. Det presiseres at sitatene er selektive og ikke alltid gjengir hele paragrafen de er hentet fra.

I forbindelse med innholdsfortegnelsen finnes en rubrikk merket **X**. Her kan man krysse av for punkter i regelverket som er særlig aktuelle for den saken man arbeider med. Det er også gjort plass til egne notater bakerst i heftet.

Dette heftet bør benyttes som et oppslagsverk. Vi anbefaler dem som ønsker en dypere og bredere forståelse av problematikken rundt adkomst, plassering og utforming av varemottak å sette seg inn i Bransjestandard for varelevering (BVL). Standarden er gratis og kan bl.a. lastes ned på **luks.no**.

# Innhold

X




<b>DEN ENKELTE AKTØRS ROLLE VED VAREMOTTAKET</b>		<b>9</b>	
<b>ARBEIDSMILJØLOVEN (AML) - UTDRAG</b>		<b>13</b>	
§ 1-1	Lovens formål	13	
§ 1-2	Hva loven omfatter	13	
§ 1-8	Arbeidstaker og arbeidsgiver	14	
§ 1-9	Ufravikelighet	14	
§ 2-1	Arbeidsgivers plikter	14	
§ 2-2	Arbeidsgivers plikter overfor andre enn egne arbeidstakere	14	
§ 2-3	Arbeidstakers medvirkningsplikt	14	
§ 3-1	Krav til systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid	15	
§ 3-2	Særskilte forholdsregler for å ivareta sikkerheten	15	
§ 4-1	Generelle krav til arbeidsmiljøet	16	
§ 4-2	Krav til tilrettelegging, medvirkning og utvikling	16	
§ 4-3	Krav til det psykososiale arbeidsmiljøet	17	
§ 4-4	Krav til det fysiske arbeidsmiljøet	17	
§ 10-11	Nattarbeid	17	
§ 18-9	Arbeidstilsynets samtykke ved oppføring av bygning, bygningsmessige endringer, omorganisering m.v.	17	
Kap. 6 og 7	Verneombud og arbeidsmiljøsamarbeid	17	
<b>FORSKRIFT OM SYSTEMATISK HELSE-, MILJØ- OG SIKKERHETSARBEID I VIRKSOMHETER - UTDRAG</b> [IK-forskriften. Best. nr. 544]		<b>19</b>	
§ 1	Formål	19	
§ 2	Virkeområde	19	
§ 3	Definisjoner	19	
§ 4	Plikt til internkontroll	19	
§ 5	Innholdet i det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet	20	
§ 6	Samordning	21	
<b>FORSKRIFT OM ORGANISERING, LEDELSE OG MEDVIRKNING - UTDRAG</b> [Best. nr. 701]		<b>23</b>	
<b>Kapittel 1. Innledende bestemmelser</b>		<b>23</b>	
§ 1-1	Formål	23	
§ 1-2	Virkeområde	23	
§ 1-3	Hvem forskriften retter seg mot	23	
§ 1-4	Definisjoner	23	
§ 1-5	Dispensasjon	25	
<b>Kapittel 2. Medvirkning fra arbeidstakere eller deres representanter</b>		<b>25</b>	
§ 2-1	Arbeidstakernes medvirkning	25	
<b>Kapittel 7. Risikovurdering</b>		<b>25</b>	
§ 7-1	Gjennomgående krav til risikovurdering	25	
<b>Kapittel 8. Opplæring</b>		<b>26</b>	
§ 8-1	Gjennomgående krav til opplæring	26	






X

§ 8-2	Kvalifikasjons- og tilleggskrav til opplæring	26	
<b>Kapittel 9. Informasjon til arbeidstakerne</b>		27	
§ 9-1	Gjennomgående krav om informasjon til arbeidstakerne	27	
<b>Kapittel 10. Planlegging, tilrettelegging av arbeidet og sikker drift</b>		27	
§ 10-1	Planlegging og tilrettelegging av arbeidet	27	
§ 10-2	Forebygging av skader ved ergonomisk belastende arbeid	28	
§ 10-3	Krav til valg av arbeidsutstyr	28	
<b>Kapittel 15. Bruk av personlig verneutstyr</b>		29	
§ 15-1	Gjennomgående krav om bruk av personlig verneutstyr	29	
§ 15-5	Krav til informasjon om personlig verneutstyr	29	
<b>Kapittel 16. Avsluttende bestemmelser</b>		29	
§ 16-1	Straff	29	
	<b>FORSKRIFT OM UTFORMING OG INNREDNING AV ARBEIDSPLASSER OG ARBEIDSLOKALER - UTDRAG</b> [Best. nr. 702]	<b>31</b>	
<b>Kapittel 1. Innledende bestemmelser</b>		31	
§ 1-1	Formål	31	
§ 1-2	Virkeområde	31	
§ 1-3	Hvem forskriften retter seg mot	31	
§ 1-4	Definisjoner	32	
§ 1-5	Dispensasjon	33	
<b>Kapittel 2. Krav til arbeidsplasser og arbeidslokaler</b>		34	
§ 2-1	Utforming og innredning av arbeidsplasser og arbeidslokaler	34	
§ 2-2	Arbeidsstol	34	
§ 2-3	Arbeidsbord	34	
§ 2-4	Arbeidstakere med nedsatt funksjonsevne	35	
§ 2-5	Sikkerhet ved renhold, vedlikehold, montering, mv.	35	
§ 2-6	Gulv og dekker	35	
§ 2-7	Vegger og himling	36	
§ 2-8	Romhøyde	36	
§ 2-9	Dører og porter	36	
§ 2-10	Dagslys og utsyn	36	
§ 2-11	Belysning	37	
§ 2-12	Synsforhold	37	
§ 2-13	Nødbelysning	38	
§ 2-14	Klima, ventilasjon, luftkvalitet mv.	38	
§ 2-15	Stråling	38	
§ 2-16	Støy og vibrasjoner	38	
§ 2-18	Ferdseil og atkomst	39	
§ 2-19	Mekanisk personbefordring	39	
§ 2-20	Lasteramper, lasteplasser, tippsteder og kaier	39	
§ 2-21	Rømningsveier og nødutganger	40	

X

§ 2-22	Utforming av rekkverk	40	
§ 2-24	Særskilte vernetiltak for utendørs arbeidsplasser	41	
<b>Kapittel 3. Krav til personalrom, rom for renholdsutstyr, førstehjelpsrom og førstehjelpsutstyr</b>		41	
§ 3-1	Plassering av personalrom	41	
§ 3-2	Dimensjonering og innredning av personalrom	41	
<b>Kapittel 5. Skilting og merking</b>		42	
§ 5-1	Krav til sikkerhetsskilting	42	
§ 5-2	Sikkerhetsskilting ved trafikk på arbeidsområde	42	
§ 5-4	Bestemmelser om bruk av sikkerhetsskilt og signaler	42	
§ 5-6	Plassering, belysning og fjerning av sikkerhetsskilt	42	
§ 5-11	Varig skilting og merking	43	
§ 5-16	Hindringer og farlige steder	43	
§ 5-17	Ferdselsveier for kjøretøy	43	
<b>Kapittel 6. Sikring av farlige arbeidsplasser og områder</b>		44	
§ 6-1	Adgangsbegrensning til faresoner	44	
§ 6-4	Sikring av arbeid på eller nær vei	44	
§ 6-5	Sikring mot fall	44	
<b>Kapittel 9. Gebyr ved byggesaksbehandling</b>		44	
§ 9-1	Plikt til å betale gebyr for byggesaksbehandling	44	
<b>Kapittel 10. Avsluttende bestemmelser</b>		45	
§ 10-1	Straff	45	
	<b>FORSKRIFT OM UTØVELSE AV ARBEID, BRUK AV ARBEIDSUTSTYR OG TILHØRENDE TEKNISKE KRAV - UTDRAG</b> [Best. nr. 703]	47	
<b>Kapittel 1. Innledende bestemmelser</b>		47	
§ 1-1	Formål	47	
§ 1-2	Virkeområde	47	
§ 1-3	Hvem forskriften retter seg mot	48	
§ 1-4	Definisjoner	48	
§ 1-5.	Dispensasjon	53	
<b>Kapittel 10. Krav til bruk av arbeidsutstyr</b>		53	
§ 10-1	Krav om dokumentert sikkerhetsopplæring for arbeidsutstyr som krever særlig forsiktighet ved bruk	53	
§ 10-2	Krav om dokumentert sikkerhetsopplæring ved bruk av arbeidsutstyr	54	
§ 10-3	Arbeidsutstyr underlagt krav om sertifisert sikkerhetsopplæring	54	
§ 10-4	Informasjon til arbeidstakerne om sikker bruk av arbeidsutstyr	54	
§ 10-5	Alminnelige plikter for arbeidsgiver ved bruk av arbeidsutstyr	55	
§ 10-6	Montering og demontering av arbeidsutstyr	55	
§ 10-7	Betjeningsinnretninger og styresystem	55	
§ 10-8	Start og stopp av arbeidsutstyr	56	
§ 10-9	Nødstop	56	

X

§ 10-10	Stabilisering av arbeidsutstyr	56	
§ 10-11	Fare fra gjenstander som faller eller slynges ut	56	
§ 10-12	Fare for brudd i arbeidsutstyr	56	
§ 10-13	Fare i forbindelse med bevegelige deler	57	
§ 10-14	Farlige temperaturer på arbeidsutstyr	57	
§ 10-15	Varslingsinnretninger på arbeidsutstyr	57	
§ 10-16	Utkobling av energikilder på arbeidsutstyr	57	
§ 10-17	Elektrisk fare ved bruk av arbeidsutstyr	57	
§ 10-18	Fare for brann og utslipp av stoff ved bruk av arbeidsutstyr	57	
§ 10-21	Merking av arbeidsutstyr	58	
§ 10-22	Krav til datautstyr	58	
<b>Kapittel 11. Tilrettelegging for bruk av arbeidsutstyr</b>		59	
§ 11-1	Plassering, oppstilling og sikring av arbeidsutstyr	59	
§ 11-2	Arbeidsutstyr som kan medføre særlig fare ved bruk	59	
§ 11-3	Valg og bruk av mekanisk og elektrisk utstyr	59	
§ 11-4	Trafikkregulering og andre tiltak ved bruk av mobilt arbeidsutstyr	59	
<b>Kapittel 12. Kontroll og vedlikehold av arbeidsutstyr og anlegg</b>		60	
§ 12-1	Opplæring for kontroll og vedlikehold av arbeidsutstyr	60	
§ 12-2	Krav til kompetanse for den som utfører montering, kontroll og vedlikehold av arbeidsutstyr	60	
§ 12-3	Krav om systematisk kontroll og vedlikehold	60	
§ 12-8	Krav om dokumentasjon av kontroll og vedlikehold	60	
<b>Kapittel 18. Arbeid med utstyr til løfting</b>		61	
§ 18-1	Styrke og stabilitet	61	
§ 18-2	Merking av arbeidsutstyr til løfting av last	61	
§ 18-3	Klemfare ved løfting av last	61	
§ 18-4	Tiltak ved løft av person	61	
§ 18-5	Krav til utstyr for løfting eller flytting av arbeidstakere	61	
§ 18-6	Mobilt eller flyttbart arbeidsutstyr til løfting av last	62	
§ 18-7	Bruk av arbeidsutstyr for løfting av fritt hengende last	62	
§ 18-8	Tiltak ved løfteoperasjoner	63	
<b>Kapittel 19. Arbeid med mobilt arbeidsutstyr</b>		63	
§ 19-1	Sikkerhet for mobilt arbeidsutstyr	63	
§ 19-4	Farer ved velting	63	
§ 19-5	Farer ved motordrevet arbeidsutstyr	64	
<b>Kapittel 23. Risikovurderinger, opplæring og informasjon ved manuelt arbeid</b>		65	
§ 23-1	Risikovurdering ved planlegging, utforming og utførelse av manuelt arbeid	65	
§ 23-2	Opplæring om ergonomisk belastende arbeid	66	
§ 23-3	Informasjon om risiko i tilknytning til ergonomisk belastende arbeid	66	
<b>Kapittel 32. Avsluttende bestemmelser</b>		66	
§ 32-1	Straff	66	



# DEN ENKELTE AKTØRS ROLLE VED VAREMOTTAKET

**UTLEIERE** har sammen med leietaker / varemottaker (arbeidsgiver på stedet) ansvaret for at uten- og innendørs adkomstveier, lasteramper og lasteplasser er utformet, plassert og dimensjonert for den lasten som skal transporteres.  
[Ref. bl. a. arbeidsplassforskriften, best. nr. 702 §§ 1-3, 2-18 og 2-20].

Utleiere eller andre som skal bygge eller innrede et arbeidslokale må søke om Arbeidstilsynets (AT) samtykke før byggingen settes i gang. Det gjelder hvis det bygningsmessige tiltaket er søknads- eller meldepliktig etter plan- og bygningsloven (PBL). Ved behandling av søknad om samtykke går Arbeidstilsynet igjennom tegninger og øvrige beskrivelser og kontrollerer om utvendige og innvendige adkomstveier, varemottak og andre deler av lokalet oppfyller kravene i arbeidsplassforskriften.  
[Ref. arbeidsmiljøloven (AML) § 18-9].

**ARKITEKTER OG RÅDGIVENDE INGENIØRER** tegner og prosjekterer varemottaket. Foruten i AML m/forskrifter er det særlig i plan- og bygningsloven (PBL) og forskrift om tekniske krav til byggverk (TEK 10) §§ 8-8, 8-9 og 12-14 man finner myndighetskravene til hvordan adkomst, plassering og utforming av varemottaket skal være.

**LEVERANDØRENES UTVIKLINGS- OG KOMPETANSESENTER (LUKS)** har spisskompetanse om adkomst, plassering og utforming av varemottaket samt organiseringen av arbeidet ved dette. LUKS sitter også med sekretariatet for Bransjestandard for varelevering (BVL) som kan lastes ned gratis fra bl.a. luks.no.

**PLAN- OG BYGNINGSETATEN** i den enkelte kommune forvalter PBL m/tekniske forskrifter. På hjemmesidene til LUKS (luks.no) vil man i dok. nr. 3708 finne viktige utdrag fra PBL som omhandler adkomst, plassering og utforming av varemottak.

**ARBEIDSTILSYNET** har myndighet til å gi samtykke til at adkomst, plassering og utforming av varemottak og interne transportveier er i orden. Det er viktig at AT ved å gi samtykke har vurdert søknaden i lys av AML § 2-2) og § 6 i forskrift om systematisk HMS-arbeid i virksomheter.

Den planlagte organiseringen og utøvelsen av arbeidet må sees i lys av de bestemmelsene som er referert i dette heftet fra ATs HMS-forskrifter med best. nr. 701, 702 og 703.

AT har også myndighet til å gjennomføre tilsyn og gi de pålegg som er nødvendige for at arbeid kan utføres i tråd med kravene i arbeidsmiljøloven og tilhørende forskrifter.

**MATTILSYNET** skal føre tilsyn med at IK-mat blir etterlevet. De skal gi råd og veiledning, slik at kvaliteten på næringsmidler ikke forringes. Ved varemottak er det særlig uhygieniske forhold ved sammenblanding av rene og urene soner på ramper, inngangspartier, interne transportveier og lagre, samt fare for brutt kjølekjede som bør vektlegges.

**ENTREPRENØR** må sørge for at utelukkende godkjente byggetegningene blir benyttet.

**LEVERANDØRENE** har ansvaret for å levere rett vare med rett kvalitet til rett varemottak i rett tid til varemottaker.

**VAREMOTTAKER** skal motta varene og sørge for at varemottaket er i forskriftsmessig stand. All aktivitet i varemottaket må være i samsvar med AML med forskrifter og IK-mat.

**DAGLIG LEDER** ved virksomheten som mottar varene har ansvaret for samordningen av det systematiske HMS-arbeidet ved varemottaket. [Ref. AML § 2-2 og IK-forskriften § 6]. Dette er et ansvar som de ofte ikke er klar over at de har, så informasjonsbehovet er stort.

**LEIETAKER** Utleiere eller andre som skal bygge eller innrede et arbeidslokale må søke om Arbeidstilsynets (AT) samtykke før byggingen settes i gang. Det gjelder hvis det bygningsmessige tiltaket er søknads- eller meldepliktig etter plan- og bygningsloven (PBL). Ved behandling av søknad om samtykke går Arbeidstilsynet igjennom tegninger og øvrige beskrivelser og kontrollerer om utvendige og innvendige adkomstveier, varemottak og andre deler av lokalet oppfyller kravene i arbeidsplassforskriften. [Ref. arbeidsmiljøloven (AML) § 18-9.]





# ARBEIDSMILJØLOVEN (AML)

## - UTDRAK

### § 1-1 Lovens formål

- a) å sikre et arbeidsmiljø som gir grunnlag for en helsefremmende og meningsfylt arbeidssituasjon, som gir full trygghet mot fysiske og psykiske skadevirkninger, og med en velferdsmessig standard som til enhver tid er i samsvar med den teknologiske og sosiale utvikling i samfunnet,
- b) å sikre trygge ansettelsesforhold og likebehandling i arbeidslivet,
- c) å legge til rette for tilpasninger i arbeidsforholdet knyttet til den enkelte arbeidstakers forutsetninger og livssituasjon,
- d) å gi grunnlag for at arbeidsgiver og arbeidstakerne i virksomhetene selv kan ivareta og utvikle sitt arbeidsmiljø i samarbeid med arbeidslivets parter og med nødvendig veiledning og kontroll fra offentlig myndighet,
- e) å bidra til et inkluderende arbeidsliv

### § 1-2 Hva loven omfatter

- 1) Loven gjelder for virksomhet som sysselsetter arbeidstaker, med mindre annet er uttrykkelig fastsatt i loven.
- 2) Unntatt fra loven er:
  - 1) sjøfart, fangst og fiske, herunder bearbeiding av fangsten om bord i skip,
  - 2) militær luftfart som omfattes av luftfartsloven. Departementet kan gi forskrift om unntak fra loven for sivil luftfart og annen statsluftfart enn militær luftfart og om særregler for slik luftfart.
- 3) Kongen kan gi forskrift om og i hvilken utstrekning bestemmelsene i kapittel 14, 15, 16 og 17 skal gjelde for arbeidstakere som omfattes av lov av 4. mars 1983 nr. 3 om statens tjenestemenn m.m. eller som er embetsmenn.
- 4) Kongen kan gi forskrift om at deler av den offentlige forvaltning, helt eller delvis skal unntas fra loven når virksomheten er av så særegen art at den vanskelig lar seg tilpasse lovens bestemmelser.

**§ 1-8 Arbeidstaker og arbeidsgiver**

- 1) Med arbeidstaker menes i denne lov enhver som utfører arbeid i annens tjeneste.
- 2) Med arbeidsgiver menes i denne lov enhver som har ansatt arbeidstaker for å utføre arbeid i sin tjeneste. Det som i denne lov er bestemt om arbeidsgiver, skal gjelde tilsvarende for den som i arbeidsgivers sted leder virksomheten.

**§ 1-9 Ufravikelighet**

Loven kan ikke fravikes ved avtale til ugunst for arbeidstaker med mindre dette er særskilt fastsatt.

**§ 2-1 Arbeidsgivers plikter**

Arbeidsgiver skal sørge for at bestemmelsene gitt i og i medhold av denne lov blir overholdt.

**§ 2-2 Arbeidsgivers plikter overfor andre enn egne arbeidstakere**

- 1) Når andre enn arbeidsgivers egne arbeidstakere, herunder innleide arbeidstakere eller selvstendige, utfører arbeidsoppgaver i tilknytning til arbeidsgivers aktivitet eller innretning, skal arbeidsgiver:
  - a) sørge for at egen virksomhet er innrettet og egne arbeidstakeres arbeid er ordnet og blir utført på en slik måte at også andre enn egne arbeidstakere er sikret et fullt forsvarlig arbeidsmiljø,
  - b) samarbeide med andre arbeidsgivere for å sikre et fullt forsvarlig arbeidsmiljø
- 2) Hovedbedriften skal ha ansvaret for samordningen av de enkelte virksomheters helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid. Dersom det samtidig sysselsettes mer enn 10 arbeidstakere, og ingen virksomhet kan regnes som hovedbedrift, skal det skriftlig avtales hvem som skal ha ansvaret for samordningen. Kommer slik avtale ikke i stand, skal det meldes til Arbeidstilsynet som bestemmer hvem som skal ha ansvaret for samordningen.
- 3) Departementet kan i forskrift gi nærmere bestemmelser om gjennomføringen av arbeidsgivers plikter etter første ledd.

**§ 2-3 Arbeidstakers medvirkningsplikt**

- 1) Arbeidstakerne skal medvirke ved utforming, gjennomføring og oppfølging av virksomhetens systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid. Arbeidstaker skal delta i det organiserte verne- og miljøarbeidet i virksomheten og skal aktivt medvirke ved gjennomføring av de tiltak som blir satt i verk for å skape et godt og sikkert arbeidsmiljø.
- 2) Arbeidstaker skal
  - a) bruke påbudt verneutstyr, vise aktsomhet og ellers medvirke til å hindre ulykker og helseskader
  - b) straks underrette arbeidsgiver og verneombudet og i nødvendig utstrekning andre arbeidstakere når arbeidstakeren blir oppmerksom på feil eller mangler som kan medføre fare for liv eller helse, og vedkommende ikke selv kan rette på forholdet,

- c) avbryte arbeidet dersom arbeidstaker mener at det ikke kan fortsette uten å medføre fare for liv eller helse,
  - d) sørge for at arbeidsgiver eller verneombudet blir underrettet så snart arbeidstaker blir kjent med at det forekommer trakassering eller diskriminering på arbeidsplassen,
  - e) melde fra til arbeidsgiver dersom arbeidstaker blir skadet i arbeidet eller pådrar seg sykdom som arbeidstaker mener har sin grunn i arbeidet eller forholdene på arbeidsstedet,
  - f) medvirke ved utarbeiding og gjennomføring av oppfølgingsplaner ved helt eller delvis fravær på grunn av ulykke, sykdom, slitasje og lignende,
  - g) rette seg etter påbudet fra Arbeidstilsynet.
- 3) Arbeidstakere som har til oppgave å lede eller kontrollere andre arbeidstakere, skal påse at hensynet til sikkerhet og helse blir ivaretatt under planleggingen og utførelse av de arbeidsoppgaver som hører under eget ansvarsområde.

### **§ 3-1 Krav til systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid**

- 2) Systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid innebærer at arbeidsgiver skal
- c) kartlegge farer og problemer og på denne bakgrunn vurdere risikoforholdene i virksomheten, utarbeide planer og iverksette tiltak for å redusere risikoen,
  - d) under planlegging og gjennomføring av endringer i virksomheten, vurdere om arbeidsmiljøet vil være i samsvar med lovens krav, og iverksette de nødvendige tiltak,
  - e) iverksette rutiner for å avdekke, rette opp og forebygge overtredelser av krav fastsatt i eller i medhold av denne lov,
  - f) sørge for systematisk arbeid med forebygging og oppfølging av sykefravær,
  - g) sørge for løpende kontroll med arbeidsmiljøet og arbeidstakernes helse når risikoforholdene i virksomheten tilsier det, jf. bokstav c.
- 2) Departementet kan i forskrift gi nærmere bestemmelser om gjennomføringen av kravene i denne paragraf, herunder om krav til dokumentasjon av det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet.

### **§ 3-2 Særskilte forholdsregler for å ivareta sikkerheten**

For å ivareta sikkerheten på arbeidsplassen skal arbeidsgiver sørge for:

- a) at arbeidstaker gjøres kjent med ulykkes- og helsefarer som kan være forbundet med arbeidet, og at arbeidstaker får den opplæring, øvelse og instruksjon som er nødvendig,
  - b) at arbeidstaker som har til oppgave å lede eller kontrollere andre arbeidstakere har nødvendig kompetanse til å føre kontroll med at arbeidet blir utført på en helse- og sikkerhetsmessig forsvarlig måte,
  - c) sakkyndig bistand når dette er nødvendig for å gjennomføre lovens krav.
- 2) Når det ikke på annen måte kan tas forholdsregler for å oppnå tilstrekkelig vern om liv eller helse, skal arbeidsgiver sørge for at tilfredsstillende personlig verneutstyr stilles til arbeidstakers rådighet, at arbeidstaker gis opplæring i bruken av verneutstyret og at det tas i bruk.

- 3) Hvis det skal utføres arbeid som kan innebære særlig fare for liv eller helse, skal det utarbeides en skriftlig instruks om hvordan arbeidet skal utføres og hvilke sikkerhetstiltak som skal iverksettes.
- 4) Departementet kan gi forskrift om gjennomføringen av bestemmelsene i denne paragraf. Departementet kan også i forskrift gi nærmere bestemmelser om personlig verneutstyr, herunder om:
  - a) utforming, merking mv.
  - b) bruk, vedlikehold mv.
  - c) prøving, sertifisering og godkjenning
  - d) godkjenning av organer som skal utøve kontroll knyttet til produksjon av personlig verneutstyr.
- 5) Departementet kan i forskrift fastsette at reglene om personlig verneutstyr også skal gjelde for produsent, importør og leverandør.

#### **§ 4-1 Generelle krav til arbeidsmiljøet**

- 1) Arbeidsmiljøet i virksomheten skal være fullt forsvarlig ut fra en enkeltvis og samlet vurdering av faktorer i arbeidsmiljøet som kan innvirke på arbeidstakernes fysiske og psykiske helse og velferd. Standarden for sikkerhet, helse og arbeidsmiljø skal til enhver tid utvikles og forbedres i samsvar med utviklingen i samfunnet.
- 2) Ved planlegging og utforming av arbeidet skal det legges vekt på å forebygge skader og sykdommer. Arbeidets organisering, tilrettelegging og ledelse, arbeidstidsordninger, teknologi, lønnsystemer mv. skal være slik at arbeidstakerne ikke utsettes for uheldige fysiske eller psykiske belastninger og slik at sikkerhetshensyn ivaretas.

#### **§ 4-2 Krav til tilrettelegging, medvirkning og utvikling**

- 1) Arbeidstakerne og deres tillitsvalgte skal holdes løpende orientert om systemer som nyttes ved planlegging og gjennomføring av arbeidet. De skal gis nødvendig opplæring for å sette seg inn i systemene, og de skal medvirke ved utformingen av dem.
- 2) I utformingen av den enkeltes arbeidssituasjon skal:
  - a) det legges til rette for at arbeidstaker gis mulighet for faglig og personlig utvikling gjennom sitt arbeid,
  - b) arbeidet organiseres og tilrettelegges under hensyn til den enkelte arbeidstakers arbeidsevne, kyndighet, alder og øvrige forutsetninger,
  - c) det legges vekt på å gi arbeidstaker mulighet til selvbestemmelse, innflytelse og faglig ansvar,
  - d) arbeidstaker så langt som mulig gis mulighet til variasjon og for å se sammenheng mellom enkeltoppgaver,
  - e) det gis tilstrekkelig informasjon og opplæring slik at arbeidstaker er i stand til å utføre arbeidet når det skjer endringer som berører vedkommendes arbeidssituasjon.

**§ 4-3 Krav til det psykososiale arbeidsmiljøet**

- 1) Arbeidet skal legges til rette slik at arbeidstakers integritet og verdighet ivaretas.
- 2) Arbeidet skal søkes utformet slik at det gir mulighet for kontakt og kommunikasjon med andre arbeidstakere i virksomheten.
- 3) Arbeidstaker skal ikke utsettes for trakassering eller annen utilbørlig opptreden.

**§ 4-4 Krav til det fysiske arbeidsmiljøet**

- 1) Fysiske arbeidsmiljøfaktorer som bygnings- og utstyrmessige forhold, inneklima, lysforhold, støy, stråling o.l. skal være fullt forsvarlig ut fra hensynet til arbeidstakernes helse, miljø, sikkerhet og velferd.
- 2) Arbeidsplassen skal innredes og utformes slik at arbeidstaker unngår uheldige fysiske belastninger. Nødvendige hjelpemidler skal stilles til arbeidstakers disposisjon. Det skal legges til rette for variasjon i arbeidet og for å unngå tunge løft og ensformig gjentakelsesarbeid. Ved oppstilling og bruk av maskiner og annet arbeidsutstyr skal det sørges for at arbeidstaker ikke blir utsatt for uheldige belastninger ved vibrasjon, ubekvem arbeidsstilling o.l.
- 3) Maskiner og annet arbeidsutstyr skal være konstruert og ha nødvendige verneinnretninger slik at arbeidstaker er vernet mot skader.

**§ 10-11 Nattarbeid**

- 1) Arbeid mellom kl. 2100 og kl. 0600 er nattarbeid. Arbeidsgiver og arbeidstakers tillitsvalgte ved virksomhet som er bundet av tariffavtale kan skriftlig fastsette et annet tidsrom på minst åtte timer som omfatter tiden mellom kl. 00.00 og kl. 06.00. Som nattarbeid regnes ikke arbeid på to skift som legges mellom kl. 06.00 og kl. 00.00.
- 7) Arbeidstaker som hovedsakelig utfører arbeid om natten, skal gis tilbud om helsekontroll før tiltredelse og deretter med jevne mellomrom.

**§ 18-9 Arbeidstilsynets samtykke ved oppføring av bygning, bygningsmessige endringer, omorganisering m.v.**

- 1) Den som vil oppføre bygning eller bygningsmessig arbeid som er melde- eller søknadspiktig etter plan- og bygningsloven og som skal brukes eller ventelig bli brukt av virksomhet som går inn under denne lov, har plikt til å innhente Arbeidstilsynets samtykke på forhånd.
- 2) Departementet kan i forskrift gi nærmere bestemmelser om plikten til å innhente Arbeidstilsynets forhåndssamtykke etter denne paragraf, hvilke opplysninger som kan kreves og de vilkår som kan stilles for å gi et slikt samtykke.
- 3) Departementet kan i forskrift bestemme at forhåndssamtykke ikke er nødvendig for spesielle arbeidsplasser eller bygninger når dette er ubetenkelig ut fra hensynet til arbeidsmiljøet.

**Kap. 6 og 7 Verneombud og arbeidsmiljø samarbeid**

Lovteksten omhandler "verneombud og arbeidsmiljø samarbeid". Da teksten er på flere sider blir den ikke gjengitt her. Leseren henvises til AML.



- H
- M
- S

# FORSKRIFT OM SYSTEMATISK HELSE-, MILJØ- OG SIKKERHETSARBEID I VIRKSOMHETER - UTDRAG

[IK-forskriften. Best. nr. 544]

## § 1 Formål

Gjennom krav om systematisk gjennomføring av tiltak, skal denne forskrift fremme et forbedringsarbeid i virksomhetene innen arbeidsmiljø og sikkerhet.

## § 2 Virkeområde

Forskriften gjelder for virksomheter som omfattes av arbeidsmiljøloven.

## § 3 Definisjoner

I denne forskrift betyr:

Internkontroll: Systematiske tiltak som skal sikre at virksomhetens aktiviteter planlegges, organiseres, utføres og vedlikeholdes i samsvar med krav fastsatt i eller i medhold av helse-, miljø- og sikkerhetslovgivningen.

## § 4 Plikt til internkontroll

Den som er ansvarlig for virksomheten skal sørge for at det innføres og utøves internkontroll i virksomheten og at dette gjøres i samarbeid med arbeidstakerne og deres representanter.

Arbeidstakerne skal medvirke ved innføring og utøvelse av internkontroll.

Internkontroll innebærer at virksomheten i det minste må kunne dokumentere de 5 siste punktene skriftlig:

- Virksomheten skal sørge for at de lover og forskrifter i helse-, miljø- og sikkerhetslovgivningen som gjelder for virksomheten er tilgjengelig, og å ha oversikt over de krav som er av særlig viktighet for virksomheten.
- Virksomheten skal sørge for at arbeidstakerne har tilstrekkelige kunnskaper og ferdigheter i det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet, herunder informasjon om endringer.
- Virksomheten skal sørge for at arbeidstakerne medvirker slik at samlet kunnskap og erfaring utnyttes.
- Virksomheten skal fastsette mål for helse, miljø og sikkerhet.
- Virksomheten plikter å ha oversikt over dens organisasjon, herunder hvordan ansvar, oppgaver og myndighet for arbeidet med helse, miljø og sikkerhet er fordelt.

- Virksomheten skal kartlegge farer og problemer og på denne bakgrunn vurdere risiko, samt utarbeide tilhørende planer og tiltak for å redusere risikoforholdene.
- Bedriften skal iverksette rutiner for å avdekke, rette opp og forebygge overtredelser av krav fastsatt i eller i medhold av helse-, miljø- og sikkerhetslovgivningen.
- Virksomheten er også pliktig til å foreta systematisk overvåking og gjennomgang av internkontrollen for å sikre at den fungerer som forutsatt.

### § 5 Innholdet i det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet

Krav til dokumentasjon

Internkontrollen skal tilpasses virksomhetens art, aktiviteter, risikoforhold og størrelse i det omfang som er nødvendig for å etterleve krav i eller i medhold av helse-, miljø- og sikkerhetslovgivningen.

Internkontroll innebærer at virksomheten skal:		Dokumentasjon
<b>1</b>	sørge for at de lover og forskrifter i helse-, miljø- og sikkerhetslovgivningen som gjelder for virksomheten er tilgjengelig, og ha oversikt over de krav som er av særlig viktighet for virksomheten	
<b>2</b>	sørge for at arbeidstakerne har tilstrekkelige kunnskaper og ferdigheter i det systematiske helse-, miljø- og sikkerhetsarbeidet, herunder informasjon om endringer	
<b>3</b>	sørge for at arbeidstakerne medvirker slik at samlet kunnskap og erfaring utnyttes	
<b>4</b>	fastsette mål for helse, miljø og sikkerhet	må dokumenteres skriftlig
<b>5</b>	ha oversikt over virksomhetens organisasjon, herunder hvordan ansvar, oppgaver og myndighet for arbeidet med helse, miljø og sikkerhet er fordelt	må dokumenteres skriftlig
<b>6</b>	kartlegge farer og problemer og på denne bakgrunn vurdere risiko, samt utarbeide tilhørende planer og tiltak for å redusere risikoforholdene	må dokumenteres skriftlig
<b>7</b>	iverksette rutiner for å avdekke, rette opp og forebygge overtredelser av krav fastsatt i eller i medhold av helse-, miljø- og sikkerhetslovgivningen	må dokumenteres skriftlig
<b>8</b>	foreta systematisk overvåking og gjennomgang av internkontrollen for å sikre at den fungerer som forutsatt	må dokumenteres skriftlig



Internkontrollen skal dokumenteres i den form og det omfang som er nødvendig på bakgrunn av virksomhetens art, aktiviteter, risikoforhold og størrelse. Dokumentasjon som følger av krav i eller i medhold av helse-, miljø- og sikkerhetslovgivningen, for eksempel instruks, tillatelser, kompetansebevis, sertifikater og lignende skal inngå.

Skriftlig dokumentasjon etter denne forskrift skal minst omfatte annet ledd nr. 4) til og med nr. 8) i denne paragraf.

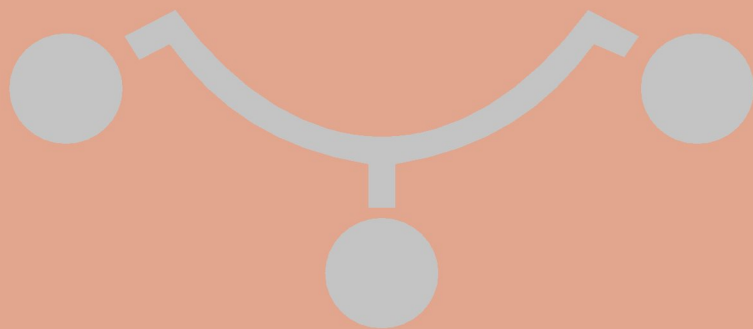
Frivillige sertifikater kan også inngå som en del av dokumentasjonen.

### **§ 6 Samordning**

Når flere virksomheter utøver arbeid på samme arbeidsplass, skal de, når det er nødvendig, skriftlig avtale hvem av dem som skal ha ansvaret for å samordne internkontrollen for deres felles aktiviteter eller områder. Kommer slik avtale ikke i stand, kan tilsynsmyndighetene bestemme hvem av dem som skal ha dette ansvaret. Dersom hensynet til helse, miljø eller sikkerhet tilsier en annen ansvars plassering, kan tilsynsmyndighetene omgjøre en inngått avtale.

Når en virksomhet som oppdragsgiver engasjerer oppdragstakere eller lignende til å utføre oppgaver på virksomhetens eget område eller anlegg, skal oppdragstakers internkontroll så vidt mulig legges til grunn for de aktiviteter som omfattes av oppdraget.

Dette gjelder både der oppdraget utføres av oppdragstaker personlig, ved egne ansatte eller andre. Oppdragsgiver skal informere om fellesregler og lignende og påse at mulig mangler blir korrigeret eller nødvendige tilpasninger foretatt i sin egen eller oppdragstakers internkontroll.



# FORSKRIFT OM ORGANISERING, LEDELSE OG MEDVIRKNING - UTDRAG

[Best. nr. 701]

## Kapittel 1. Innledende bestemmelser

### § 1-1 Formål

Formålet med forskriften er at arbeid organiseres og tilrettelegges slik at arbeidstakere sikres et fullt forsvarlig arbeidsmiljø beskyttet mot fysiske eller psykiske belastninger ved at

- kartlegging, risikovurdering og iverksetting av tiltak gjennomføres før aktiviteten igangsettes,
- arbeidstakerne og deres representanter sikres medvirkning,
- arbeidstakerne og deres representanter gis nødvendig informasjon og opplæring.

### § 1-2 Virkeområde

Forskriften gjelder organisering, tilrettelegging og ledelse av arbeidet, og medvirkning fra arbeidstakerne eller deres representanter.

Forskriftens kapitler 7, 8 og 9 gjelder ikke for petroleumsvirksomhet til havs og for virksomhet på landanlegg som nevnt i rammeforskriften § 6 bokstav e. Forskriftens kapittel 12 gjelder ikke for petroleumsvirksomheten til havs.

0 Endret ved forskrift 19. desember 2012 nr. 1371 [i kraft 1. januar 2013].

### § 1-3 Hvem forskriften retter seg mot

Arbeidsgiver skal sørge for at bestemmelsene i denne forskriften blir gjennomført.

Forskriften § 14-2 og kapittel 15 gjelder også for virksomheter som ikke sysselsetter arbeidstakere.

Forskriften § 14-3 gjelder leger i forbindelse med meldeplikt.

### § 1-4 Definisjoner

I denne forskriften menes med:

- 1) **arbeidsplass**: ethvert sted, innendørs, utendørs eller under jord hvor det utføres arbeid av fast eller midlertidig karakter.

- 2) **arbeidsutstyr:** tekniske innretninger o.l. som maskiner, løfteredskap, sikkerhetskomponenter, beholdere, transportinnretninger, apparater, installasjoner, verktøy og enhver annen gjenstand som nyttes ved fremstilling av et produkt eller ved utførelse av arbeid.
- 3) **asbest:** de fibrøse, krystallinske silikatmineralene krysotil [hvit asbest], krokidolitt [blå asbest], amositt [brun asbest], antofyllittasbest, tremolittasbest og aktinolittasbest.
- 4) **bruk av arbeidsutstyr:** arbeidsoperasjoner som igangsetting, stans, montering og demontering, transport, bruk, overvåking, ettersyn, reparasjon, vedlikehold, pass og renhold.
- 5) **bygge- og anleggsvirksomhet:**
  - oppføring av bygninger
  - innrednings-, utsmykkings-, og installasjonsarbeid
  - montering og demontering av prefabrikkerte elementer
  - riving, demontering, ombygging og istandsetting
  - sanering og vedlikehold
  - alminnelig anleggsvirksomhet
  - graving, sprenging og annet grunnarbeid
  - annet arbeid som utføres i tilknytning til bygge- eller anleggsarbeid.
- 6) **hånd- og armsignal:** bevegelser eller innstillinger av armer eller hender, i kodet form, for å veilede personer som utfører arbeid som kan medføre fare for arbeidstakere.
- 7) **ioniserende stråling:** stråling fra radioaktivt stoff, røntgenstråling og partikkelstråling.
- 8) **kjemikalier:** grunnstoffer, kjemiske forbindelser eller blandinger av slike, enten de forekommer i naturlig tilstand eller er industrielt fremstilt eller brukes eller frigjøres, ved enhver arbeidsoperasjon, uavhengig av om fremstillingen er tilsiktet eller ikke. Dette gjelder uavhengig av om kjemikaliene er tilgjengelige på markedet eller ikke.
- 9) **personlig verneutstyr:** alt utstyr inkludert tilbehør til utstyret, som bæres eller holdes av arbeidstaker for å verne arbeidstaker mot en eller flere farer som kan true vedkommendes sikkerhet og helse under arbeidet. Personlig verneutstyr omfatter ikke:
  - alminnelig arbeidstøy og uniformer som ikke spesielt er beregnet til å beskytte arbeidstakernes sikkerhet og helse
  - nødhjelp- og redningsutstyr
  - selvforsvarsutstyr

- transportabelt utstyr til sporing og lokalisering av farlige og skadelige faktorer
- personlig verneutstyr som brukes i henhold til krav i veitrafikkloven.

10) **risiko**: en funksjon av sannsynligheten for at en uønsket hendelse kan inntreffe og konsekvensen for arbeidstakernes liv eller helse.

11) **sikkerhetsskilting og signalgivning**: anvendelse av skilt, farge, lyssignal, lydsignal, muntlig anvisning eller et hånd- og armsignal som henviser til en bestemt gjenstand, virksomhet eller situasjon og som gir opplysninger eller instruksjoner om hvordan personer skal forholde seg i forskjellige situasjoner av hensyn til sikkerhet og helse på arbeidsplassen. Definisjonen omfatter ikke skilting og signalgivning som reguleres av annen lovgivning eller i medhold av veg-, jernbane-, luft- eller sjøtransport eller transport på innenlandske sjøveier.

### § 1-5 Dispensasjon

Arbeidstilsynet kan gi dispensasjon fra forskriften dersom det foreligger særlige grunner, det er sikkerhets- og helsemessig forsvarlig, og det ikke strider mot EØS-avtalen.

## Kapittel 2. Medvirkning fra arbeidstakere eller deres representanter

### § 2-1 Arbeidstakernes medvirkning

Planlegging og vurdering av arbeidsmiljøet og gjennomføring av nødvendige og forebyggende tiltak skal skje i samarbeid med arbeidstakerne, verneombud og tillitsvalgte.

Utviklingstiltak for å forebygge skader ved ergonomisk belastende arbeid skal iverksettes i samarbeid med berørte arbeidstakere.

Ved utarbeidelse av sikkerhetsprosedyrer, beredskapsplaner og nødprosedyrer ved arbeid under vann eller økt omgivende trykk skal verneombudet eller, hvis virksomheten ikke har verneombud, en representant for arbeidstakerne tas med på råd.

Arbeidstakerne skal medvirke ved planlegging av dykkeoperasjoner, herunder risikovurdering og tiltak.

## Kapittel 7. Risikovurdering

### § 7-1 Gjennomgående krav til risikovurdering

Den som forskriften retter seg mot, jf. § 1-3, skal sørge for at arbeidsmiljøet i virksomheten blir vurdert ved planleggingen, tilrettelegging og gjennomføringen av arbeidet.

Faktorer som kan påvirke arbeidstakernes fysiske eller psykiske helse og sikkerhet,

herunder arbeidstid, skal kartlegges og om nødvendig måles. Det skal tas særskilt hensyn til om arbeidstakere under 18 år skal benyttes i arbeidet, jf. kapittel 12.

På grunnlag av kartleggingen skal risikoen for skade på eller fare for arbeidstakernes helse og sikkerhet vurderes.

Risikovurdering skal gjentas regelmessig, ved endringer som kan ha betydning for risikoforholdene og ved innkjøp av maskiner og utstyr, som kan ha betydning for helse, arbeidsmiljøet og sikkerheten i virksomheten.

Risikovurdering skal foretas i samarbeid med arbeidstakerne og deres representanter.

Risikovurdering skal dokumenteres i den form og det omfang som er nødvendig på bakgrunn av virksomhetens art, aktiviteter, risikoforhold og størrelse og oppbevares slik at opplysningene kan anvendes på et senere tidspunkt.

## Kapittel 8. Opplæring

### § 8-1 Gjennomgående krav til opplæring

Arbeidsgiver skal sørge for at arbeidstakere som bruker utstyr og anlegg eller håndterer varer, stoffer eller produkter, har nødvendig opplæring og øvelse i hensiktsmessig arbeidsteknikk, organiseringen av arbeidet, andre relevante forhold, og har nødvendige kvalifikasjoner for sikker utførelse av arbeidet.

Der det er påkrevd med bruk av hjelpemidler, rømnings- og redningsutstyr, bruk av førstehjelpsutstyr eller personlig verneutstyr skal det gis opplæring, og om nødvendig øvelse, i bruken av dette.

I opplæringen av personer under 18 år, skal det tas særlig hensyn til deres manglende arbeidserfaring, at de ikke er oppmerksomme på eksisterende og potensiell risiko, eller at de ennå ikke er fullt utviklet.

Innehaver av virksomhet som ikke sysselsetter arbeidstakere og som ved bruk av utstyr og utførelse av arbeid kan utsette arbeidstakere for fare, skal sørge for å ha nødvendig opplæring og kvalifikasjoner.

Opplæringen skal gjentas når det er nødvendig.

Opplæringen skal gis på et språk som arbeidstakerne forstår.

### § 8-2 Kvalifikasjons- og tilleggskrav til opplæring

Arbeidsgiver skal sørge for opplæring i samsvar med forskrift om utførelse av arbeid ved:

- arbeid med kjemikalier, jf. kapittel 3,
- arbeid med asbest, jf. kapittel 4,
- arbeid med risiko for å bli utsatt for biologiske faktorer, jf. kapittel 6,
- arbeid med arbeidsutstyr som krever særlig forsiktighet, jf. kapittel 10,
- vedlikehold av arbeidsutstyr, jf. kapittel 12,
- arbeid med risiko for å bli utsatt for helseskadelig støy eller mekaniske vibrasjoner, jf. kapittel 14,
- arbeid med risiko for å bli utsatt for kunstig optisk stråling, jf. kapittel 16,
- bygging av stillaser, jf. kapittel 17,
- sikkerhetsskiltning og signalgivning, jf. kapittel 22.
- ergonomisk belastende arbeid, jf. kapittel 23,
- arbeid med driftskontroll og sikkerhetsovervåking [kontrollrom], jf. kapittel 24
- arbeid under vann eller økt omgivende trykk, jf. kapittel 26.

## Kapittel 9. Informasjon til arbeidstakerne

### § 9-1 Gjennomgående krav om informasjon til arbeidstakerne

Arbeidsgiver skal sørge for at arbeidstakerne og deres representanter får løpende informasjon om risikofaktorer i tilknytning til arbeidet og hvordan disse kan unngås.

Informasjon skal være utformet på en slik måte at den er forståelig for den enkelte arbeidstaker.

## Kapittel 10. Planlegging, tilrettelegging av arbeidet og sikker drift

### § 10-1 Planlegging og tilrettelegging av arbeidet

Arbeidsgiver skal planlegge arbeidet og kontrolltiltak slik at arbeidet kan utføres sikkert og helsemessig forsvarlig.

- a) Det skal iverksettes tiltak for å fjerne eller motvirke risikofaktorer. Tiltak for å redusere eksponering for risikofaktorer skal gjøres ved kilden så langt det er mulig.
- b) Kollektive vernetiltak skal prioriteres framfor personlige vernetiltak.
- c) Ved planlegging og tilrettelegging av arbeidet skal det tas hensyn til arbeidstakernes individuelle forutsetninger og behovet for variasjon i arbeidsoppgaver. Arbeidet skal tilrettelegges for den enkelte arbeidstaker slik at uheldige belastninger om mulig unngås.
- d) Forekomsten av helsefarlige kjemikalier og biologiske faktorer skal unngås. Dersom dette ikke lar seg gjennomføre, skal mengden reduseres så langt det er mulig. Antall arbeidstakere som eksponeres eller kan bli eksponert for helsefarlige kjemikalier eller biologiske faktorer skal være lavest mulig.
- e) Det skal opprettes stoffkartotek for de helsefarlige stoffene som håndteres i virksomheten.

- f) Ergonomiske prinsipper skal legges til grunn når det gjelder arbeidsstillinger og tilpassing til arbeidsplassen ved bruk av arbeidsutstyr. Arbeidsstillinger skal kunne varieres og statisk arbeid unngås. Arbeidet skal så langt mulig ikke innebære bevegelser eller stillinger som kan medføre helseskade.
- g) Arbeidet skal planlegges og gjennomføres på en slik måte at arbeidstakerne beskyttes mot støy, vibrasjoner og kunstig optisk stråling.
- h) Det skal treffes tiltak for å verne de arbeidstakerne som har adgang til faresoner.
- i) Det skal sørges for sikker atkomst der arbeidet er vanskelig tilgjengelig. Ved arbeid i høyden skal det om nødvendig tilrettelegges med arbeidsplattform eller stillas.
- j) Det skal utarbeides rutiner som sikrer at ferdselsveier og rømningsveier er åpne for fri ferdsel.
- k) Arbeidsplasser og arbeidslokaler skal holdes ryddige og forsvarlig rengjort.
- l) Det skal være hensiktsmessig førstehjelpsutstyr tilgjengelig på alle steder hvor arbeidsforholdene gjør det nødvendig.

### **§ 10-2 Forebygging av skader ved ergonomisk belastende arbeid**

Arbeidsgiver skal gjennomføre nødvendige tiltak for å fjerne eller redusere forekomsten av belastende og helseskadelig manuelt arbeid, herunder iverksette utviklingstiltak, jf. § 2-1 andre ledd. Tiltakene skal ta utgangspunkt i arbeidet som utføres og omfatte faktorer som:

- organisering av arbeidet,
- lokaler,
- inventar,
- utstyr, herunder tekniske hjelpemidler,
- samarbeidsrelasjoner, og
- styrings- og planleggingssystemer som bidrar til å påvirke arbeidstakt og arbeidsinnhold.

### **§ 10-3 Krav til valg av arbeidsutstyr**

Arbeidsgiver skal påse at arbeidsutstyr som skal brukes, er konstruert og innrettet slik at arbeidstakerne er vernet mot skader på liv eller helse ved bruken av dem, jf. forskrift om utførelse av arbeid.

For å sikre arbeidstakernes liv eller helse skal arbeidsgiver ved valg av arbeidsutstyr ta hensyn til spesielle arbeidsforhold på den enkelte arbeidsplass, arbeidets særpreg og de farer som kan oppstå ved bruken.

Arbeidsgiveren skal vurdere farene og treffe nødvendige tiltak for å sikre at arbeidsutstyr som stilles til rådighet for arbeidstakerne egner seg for arbeidet og er tilpasset formålet. Arbeidsutstyret skal kunne brukes og vedlikeholdes uten fare for skade på liv eller helse for den som utfører arbeidet.

Når det ikke er mulig å sikre fullt ut at arbeidsutstyr kan brukes uten fare for skade på liv eller helse, skal arbeidsgiveren treffe tiltak for å begrense farene mest mulig.



## Kapittel 15. Bruk av personlig verneutstyr

### § 15-1 Gjennomgående krav om bruk av personlig verneutstyr

Arbeidsgiver skal stille hensiktsmessig personlig verneutstyr til rådighet for arbeidstaker hvis risiko for skade på liv eller helse hos arbeidstaker ikke kan unngås ved tekniske installasjoner på arbeidsplassen, ved endringer av arbeidsmetoder eller ved endringer av arbeidsprosesser.

Arbeidsgiver skal påse at personlig verneutstyr brukes når tilfredsstillende vern av arbeidstakerens sikkerhet, helse og velferd ikke kan oppnås på annen måte.

Krav i bestemmelsen gjelder også virksomheter som ikke sysselsetter arbeidstakere innen bygge- og anleggsvirksomhet.

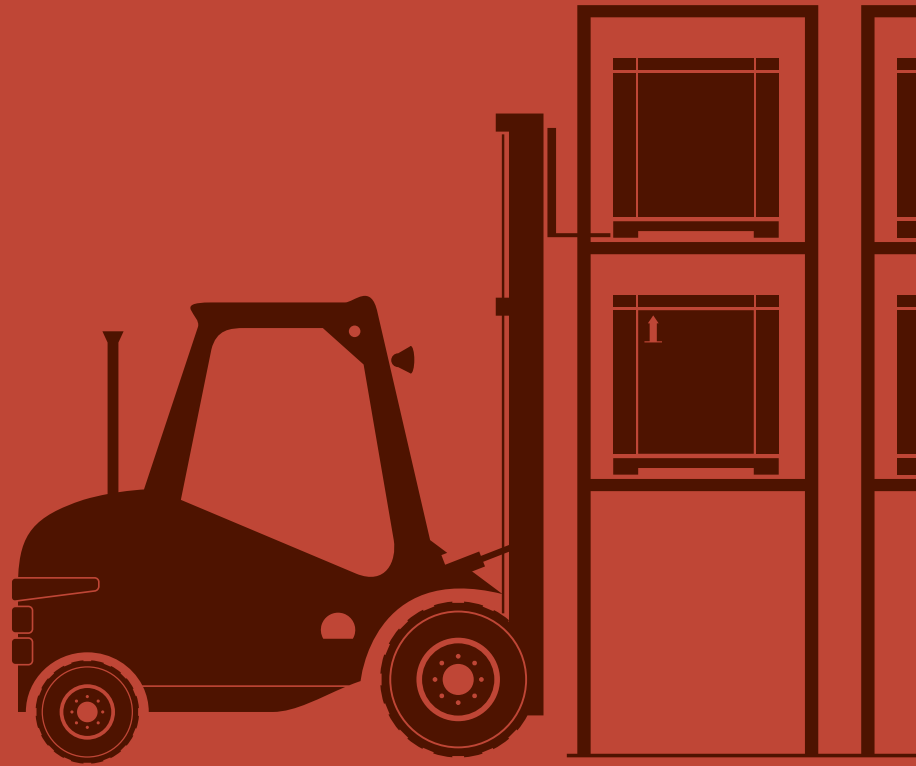
### § 15-5 Krav til informasjon om personlig verneutstyr

Arbeidsgiver skal før personlig verneutstyr tas i bruk informere arbeidstaker om hvilke farer det personlige verneutstyret beskytter mot og sørge for at det gis tilstrekkelig og forståelig informasjon om bruken av det.

## Kapittel 16. Avsluttende bestemmelser

### § 16-1 Straff

Forsettlig eller uaktsom overtredelse av denne forskriften eller vedtak gitt i medhold av denne, eller medvirkning til dette, er straffbart i henhold til arbeidsmiljøloven kapittel 19.



# FORSKRIFT OM UTFORMING OG INNREDNING AV ARBEIDSPLASSE OG ARBEIDSLOKALER - UTDRAG

[Best. nr. 702]

## Kapittel 1. Innledende bestemmelser

### § 1-1 Formål

Formålet med forskriften er å sikre at arbeidstakernes sikkerhet, helse og velferd ivaretas ved at arbeidsplasser og arbeidslokaler tilrettelegges og utformes i forhold til arbeidet som utføres, den enkelte arbeidstaker og til særskilte risikoforhold.

### § 1-2 Virkeområde

Forskriften gjelder for alle faste og midlertidige arbeidsplasser, adkomstveier og for nye og eksisterende arbeidslokaler.

Forskriftens § 2-10 og kapittel 9 gjelder ikke for petroleumsvirksomhet til havs og for virksomhet på landanlegg som nevnt i rammeforskriften § 6 bokstav e. Forskriftens § 2-22, § 2-23 og § 6-5 gjelder ikke for petroleumsvirksomhet til havs.

For Svalbard får denne forskriften anvendelse med mindre annet følger av forskrift 18. januar 1993 nr. 33 om kullgruvene på Svalbard.

0 Endret ved forskrift 19. desember 2012 nr. 1372 [i kraft 1. januar 2013].

### § 1-3 Hvem forskriften retter seg mot

Arbeidsgiver skal sørge for at bestemmelsene i denne forskriften blir gjennomført.

For virksomheter som ikke sysselsetter arbeidstakere gjelder følgende:

- kapittel 4 Sikkerhetsutrustning,
- kapittel 5 Skilting og merking,
- kapittel 7 Kjemikalier og forurensning i arbeidsatmosfæren og
- kapittel 8 Arbeid i omgivelser som kan medføre eksponering for biologiske faktorer.

For virksomheter i jordbruk og skogbruk som ikke sysselsetter arbeidstakere gjelder i tillegg til foregående ledd følgende:

- § 2-11 Belysning
- § 2-14 Klima, ventilasjon, luftkvalitet mv.
- § 2-18 Ferdsel og atkomst
- § 2-20 Lasteramper, lasteplasser, tippsteder og kaier
- § 2-21 Rømningsveier og nødutganger
- § 3-7 Toaletter
- § 3-10 Førstehjelpsrom og førstehjelpsutstyr.

For utleiere av arbeidslokaler og kaianlegg gjelder følgende:

- kapittel 2 Krav til arbeidsplasser og arbeidslokaler,
- kapittel 3 Krav til personalrom, rom for renholdsutstyr, førstehjelpsrom og førstehjelpsutstyr,
- § 4-2 Rømnings- og redningsutstyr, første, andre, fjerde og femte ledd,
- § 4-3 Brannforebygging, eksplosjonsforebygging og brannsløkkingsutstyr, første ledd,
- § 6-5 Sikring mot fall, og
- § 8-1 Arbeidsplasser med biologisk helserisiko.

#### § 1-4 Definisjoner

I denne forskriften menes med:

- 1) **arbeidslokaler:** rom som virksomheten bruker i forbindelse med arbeidet slik som arbeidsrom, personalrom, atkomstarealer med mer
- 2) **arbeidsplass:** ethvert sted, innendørs, utendørs eller under jord hvor det utføres arbeid av fast eller midlertidige karakter
- 3) **arbeidsrom:** rom der arbeidstakere skal oppholde seg for å utføre arbeid som inngår i virksomhetens faste aktiviteter
- 4) **arbeidsutstyr:** tekniske innretninger o.l. som maskiner, løfteredskap, sikkerhetskomponenter, beholdere, transportinnretninger, apparater, installasjoner, verktøy og enhver annen gjenstand som nyttes ved fremstilling av et produkt eller ved utførelse av arbeid
- 5) **atkomstvei:** atkomstvei omfatter veier, trapper, korridorer, heis mv. som benyttes av arbeidstakere for å komme seg til arbeidsplasser eller mellom arbeidsplasser og personalrom
- 6) **biologiske faktorer:** levende eller døde mikroorganismer, cellekulturer, endoparasitter og prioner som kan fremkalle infeksjoner, allergi eller giftvirkning hos mennesker

- 7) **lydsignal**: kodet lydsignal som utløses og overføres ved hjelp av en innretning som er konstruert for dette formålet, uten bruk av en menneskelig eller kunstig stemme
- 8) **lyssignal**: et signal som utsendes gjennom en innretning som er konstruert for belysning fra innsiden eller baksiden på en måte som gjør at overflaten er opplyst
- 9) **personalrom**: garderobe, tørkerom, vaskerom, dusjrom, toalett, spiserom, hvilerom, pauserom og soverom
- 10) **prosessavsug**: innretning som fjerner forurenset luft nær kilden før forurensningen spres til omgivelsene
- 11) **risiko**: en funksjon av sannsynligheten for at en uønsket hendelse kan inntreffe og konsekvensen for arbeidstakernes liv eller helse
- 12) **sikkerhetsskiltning**: skilt som med form, symboler, farger og eventuelt tekst gir opplysninger og instruksjoner om hvordan man skal forholde seg til forskjellige situasjoner med hensyn til sikkerhet eller helse
- 13) **stråleinnretning**: et samlebegrep for innretninger som styrer væskestrålens retning. Den omfatter dyse, forlengelsesrør, holde- og støtteanordning og ventilinnretning for å kontrollere gjennomstrømming av væske. Væskestrålens trykk er høyere enn 25 Bar
- 14) **varmt arbeid**: arbeid hvor det nyttes varme, for eksempel åpen ild, varmeflater, og tenningsdyktige gnister. Varmt arbeid omfatter også arbeidsoperasjoner som sveising, lodding, skjærbrenning og sliping av metall mv. hvor det i tillegg kan utvikles helsefarlig gass
- 15) **varselfarger**: farger som har en bestemt betydning og som varsler om farlige forhold.

#### **§ 1-5 Dispensasjon**

Arbeidstilsynet og Petroleumstilsynet, kan på sine områder gi dispensasjon fra forskriften dersom det foreligger særlige grunner, det er sikkerhets- og helsemessig forsvarlig, og det ikke strider mot EØS-avtalen.

## Kapittel 2. Krav til arbeidsplasser og arbeidslokaler

### § 2-1 Utforming og innredning av arbeidsplasser og arbeidslokaler

Arbeidslokaler og atkomsten til lokaler skal være utformet og innredet med sikte på den virksomheten og de arbeidsplassene som skal finnes i lokalet og ha en tilfredsstillende velferdsmessig standard.

Arbeidsplasser skal være dimensjonert, innrettet og tilpasset arbeidets art, arbeidsutstyret og den enkelte arbeidstaker. Gulvarealet skal være så stort at det blir tilstrekkelig fri plass til gode og varierte arbeidsstillinger og bevegelser, og slik at arbeidet og bruk av arbeidsutstyr ikke medfører fare for sikkerhet og helse.

Arbeidsutstyr skal plasseres og oppstilles slik i forhold til omgivelsene at utførelse av arbeid, samt bruk og vedlikehold av arbeidsutstyr ikke medfører fare for sikkerhet og helse.

Fundamenter og festeanordninger for arbeidsutstyr skal være slik at innretningen er stabil.

Arbeidsplasser, arbeidsutstyr og prosesser skal avskjermes mot omgivelsene når det utføres arbeid som kan innebære belastning, fare eller helserisiko for andre arbeidstakere for eksempel på grunn av lys, stråling, sprut, støy eller luftforurensning.

### § 2-2 Arbeidsstol

Arbeidsstolen skal være stø, gi brukeren bevegelsesfrihet og muliggjøre en stabil og bekvem stilling. Stolen skal om nødvendig motvirke overføring av vibrasjoner.

Ved fare for uheldig muskelbelastning, for eksempel ved arbeid med dataskjerm, skal stolsetet være regulerbart i høyden og stolryggen være regulerbar i høyde og skråstilling. Om nødvendig skal stolsetet også være regulerbart i dybden.

En fotstøtte skal stilles til rådighet for dem som ønsker det.

Underarmsstøtte skal ved behov kunne påmonteres.

### § 2-3 Arbeidsbord

Arbeidsbord og arbeidsbenker skal være tilstrekkelig store slik at det er mulig med en hensiktsmessig og fleksibel plassering av arbeidsutstyret.

Ved fare for uheldig muskelbelastning, for eksempel ved arbeid med dataskjerm, skal det være tilstrekkelig plass for støtte til underarmer og hender.

Arbeidshøyden skal kunne tilpasses gode arbeidsstillinger.

**§ 2-4 Arbeidstakere med nedsatt funksjonsevne**

Faste arbeidsplasser skal være utformet, dimensjonert og innredet slik at det tas hensyn til at arbeidstakere med nedsatt funksjonsevne skal kunne arbeide i virksomheten.

Personalrom skal være utformet og plassert slik at det i nødvendig utstrekning tas hensyn til at arbeidstakere med nedsatt funksjonsevne skal kunne arbeide i virksomheten.

Det skal spesielt tas hensyn til atkomstveier, mekanisk personbefordring, dører, dusjer, håndvasker og toaletter.

**§ 2-5 Sikkerhet ved renhold, vedlikehold, montering, mv.**

Bygninger, bygningselementer og installasjoner skal være slik utformet, plassert og innredet slik at vedlikehold og renhold kan foregå farefritt.

Vinduer, takvinduer og ventilasjonssystemer som kan åpnes eller reguleres, skal kunne betjenes på en sikker måte og være slik utformet og plassert at de ikke utgjør en fare for arbeidstakerne når de er åpne.

Før det settes i gang arbeid med montering, justering, kontroll og ettersyn av bygning eller tekniske installasjoner, skal det være sikker atkomst og nødvendig fri høyde og bredde. Atkomst til tak skal fortrinnsvis være gjennom dør eller luke.

Bygningsdeler, takvinduer eller konstruksjoner som er for svake til å trå på og hvor det er fare for fall, skal være sikret med merking, avsperring, gangbaner eller andre sikringstiltak.

På bygninger der gesimshøyden er mer enn 5,0 m, skal det være montert stige feste for at løs stige skal kunne brukes som atkomst. Stigen skal være så lang at den rekker 1,0 m over taket.

Festepunkter for sikkerhetstau skal være montert i nødvendig omfang på hensiktsmessige steder der dette er nødvendig for sikring under arbeidet.

Dersom det er nødvendig for å ivareta sikkerheten, skal luker, dører og stengsler ha sikkerhetsinnretning slik at de kan sikres i åpen stilling. De skal kunne åpnes fra begge sider.

**§ 2-6 Gulv og dekker**

Gulv og dekker skal være fri for farlige ujevnheter, hull og helninger og være faste og stabile slik at tilsiktet bruk av kjøretøyer og transportinnretninger kan skje på en sikker måte.

Gulv i arbeidslokaler, på lasteramper, varemottak o.l. skal være jevne og behagelige å gå på og med en utforming og overflate som motvirker at gulvet blir glatt.

Gulv i arbeidslokaler og personalrom skal kunne rengjøres slik at det oppnås en tilfredsstillende hygienisk standard.

### § 2-7 Vegger og himling

Vegger og himling i arbeidslokaler skal kunne rengjøres og vedlikeholdes slik at det oppnås en tilfredsstillende hygienisk standard.

Gjennomsiktige skillevegger, særlig skillevegger som bare består av glass, skal være tydelig merket og tåle de belastninger de kan bli utsatt for. Dersom skilleveggene kan bli knust, skal disse være atskilt fra arbeidsplasser eller ferdselsveier slik at arbeidstakerne ikke kan bli skadet.

### § 2-8 Romhøyde

Romhøyden i arbeidsrom og i personalrom skal avpasses i forhold til rommets gulvareal og den virksomheten som drives der. Det skal særlig tas hensyn til ventilasjonsanlegg, belysning og innredningens dimensjoner.

### § 2-9 Dører og porter

Dører og porters plassering, antall og dimensjoner, og hvilke materialer som anvendes, skal bestemmes ut fra arbeidslokalenes eller områdenes art og bruk.

Dører for gående skal finnes i umiddelbar nærhet av porter som hovedsaklig er beregnet for kjøretøy, bortsett fra der hvor det er trygt for gående å bruke disse portene. Slike dører skal være tydelig merket og skal aldri blokkeres.

Dører skal ikke plasseres under åpning for vertikal varetransport.

Dører og porter med glassfelt eller som er gjennomsiktige skal være beskyttet mot knusing og være tilfredsstillende varselmerket i øynehøyde.

Svingdører og svingporter skal være utformet slik at kollisjoner unngås.

Det skal til enhver tid være mulig å åpne mekaniske dører og porter manuelt.

Dører og porter skal ha sikkerhetssystemer dersom utilsiktet lukking innebærer fare. Mekaniske dører og porter skal fungere på en slik måte at de ikke utsetter arbeidstakerne for fare. De skal være utstyrt med lett kjennelige og lett tilgjengelige nødstoppmekanismer.

Skyvedører skal være utstyrt med en sikkerhetsinnretning som hindrer dem i å spore av eller velte.

### § 2-10 Dagslys og utsyn

De enkelte arbeidsplasser skal ha dagslys og utsyn.



Lokaler uten dagslys og utsyn kan benyttes som arbeidsplass i følgende tilfeller:

- a) når arbeidsplassen av tekniske eller sikkerhetsmessige grunner må ligge under jorda,
- b) når arbeidets art tilsier det,
- c) når lokalets størrelse eller tiden arbeidstakeren oppholder seg der gjør det forsvarlig,
- d) når det for eksisterende arbeidslokaler vil medføre store ulemper og store omkostninger å foreta ombygninger.

Spiserom skal om mulig ha dagslys og utsyn.

### **§ 2-11 Belysning**

Arbeidslokaler og arbeidsplasser skal være utformet og innredet slik at de enkelte arbeidsplasser får tilfredsstillende belysning for å verne arbeidstakernes sikkerhet og helse.

Arbeidsplasser utendørs og under jord skal være tilstrekkelig opplyst ved kunstig belysning dersom dagslys ikke er tilstrekkelig. Der det av sikkerhetsmessige grunner anses påkrevd skal også ferdselsveier ha belysning. Belysningsstyrken skal være tilpasset de rådende arbeids- og trafikkforhold. Lysinstallasjonene skal være tilpasset de klimatiske forholdene.

Belysningsinstallasjoner i arbeidslokaler, på arbeidsplasser, i atkomstveier, transportveier og lasteplasser skal være plassert på en slik måte at den form for belysning som er valgt ikke innebærer noen ulykkesrisiko for arbeidstakerne.

Belysningen skal være slik innrettet at eventuell stroboskopvirkning ikke leder til fare på grunn av misforståelse vedrørende maskindelers bevegelse eller deres bevegelsesretning.

### **§ 2-12 Synsforhold**

Det skal være gode farge- og kontrastforhold uten for store luminansforskjeller innen synsfeltet, idet det tas hensyn til arbeidets art og arbeidstakerens syn.

Arbeidsplasser skal være utformet slik at forstyrrende reflekslys eller kontrastblending som kan vanskeliggjøre arbeid ved dataskjermer, maskiner, avlesingen av instrumenter o.l. unngås ved å samordne arbeidsplassens og arbeidsstasjonens utforming med de kunstige lyskildenes plassering og tekniske karakteristika. Lyskilder som vinduer og andre åpninger, gjennomsluktige eller gjennomskinnelige vegger samt utstyr og vegger i lyse farger skal ikke forårsake direkte blending og gi så lite reflekser som mulig.

Vinduer skal være utstyrt med en hensiktsmessig regulerbar blendingsanordning for å dempe dagslyset som faller inn over arbeidsplasser med dataskjerm.

**§ 2-13 Nødbelysning**

Arbeidsplasser hvor arbeidstakerne kan bli utsatt for fare ved svikt i den kunstige belysningen, skal være forsynt med nødbelysning av tilstrekkelig styrke.

Rømningsveier og nødutganger skal være utstyrt med nødlys tilstrekkelig til å dekke behovet i tilfelle svikt i den ordinære belysningen.

**§ 2-14 Klima, ventilasjon, luftkvalitet mv.**

Arbeidslokaler skal være utformet og innredet slik at de enkelte arbeidsplasser, personalrom mv. får tilfredsstillende klima med hensyn til temperatur, fuktighet, trekk, luftkvalitet og sjenerende lukt, og beskyttelse mot giftige eller helsefarlige stoffer mv. Ved vurderingen av klima og luftkvalitet skal det om nødvendig tas hensyn til den fysiske belastningen som arbeidstakeren utsettes for.

Områder under jord hvor adgang er tillatt, skal ha kontinuerlig tilførsel av frisk luft.

Det skal tas hensyn til solinnstråling slik at arbeidstakerne ikke utsettes for unødig belastning på grunn av varme.

Dersom det er nødvendig av hensyn til arbeidstakernes helse, skal ventilasjonsanlegg være utstyrt med feilvarsling.

**§ 2-15 Stråling**

Lokaler skal være utformet og innredet slik at de enkelte arbeidsplasser får tilfredsstillende beskyttelse mot stråling.

De arbeidsplasser og arbeidslokaler der risikovurderingen viser at eksponering for kunstig optisk stråling kan overskride grenseverdiene, skal merkes med passende advarsel eller skilt i henhold til kapittel 5 i forskriften her. Dersom det er teknisk mulig, skal arbeidsplassen ha adgangsbegrensning.

**§ 2-16 Støy og vibrasjoner**

Arbeidslokaler og arbeidsplasser skal være utformet og innredet slik at de enkelte arbeidsplasser er beskyttet mot støy og vibrasjoner, og slik at årvåkenheten ikke svekkes og samtale vanskeliggjøres.

Det skal i nødvendig omfang benyttes lydabsorberende materialer og avskjerming mot lydutbredelse slik at arbeidsplasser og personalrom beskyttes mot støy.

Støy og vibrasjoner fra tekniske innretninger skal tas i betraktning når arbeidsplasser og arbeidslokaler utformes slik at unødig støy og vibrasjoner ikke oppstår.

Fundamenter og festeanordninger for arbeidsutstyr skal være slik at innretningen ikke forårsaker unødig støy eller vibrasjoner.

**§ 2-18 Ferdsel og atkomst**

Det skal være sikker atkomst fra offentlig område til arbeidslokaler og personalrom, mellom personalrom og de enkelte arbeidsplasser og mellom arbeidsplasser.

Der arbeidstakerne må bruke båt for å komme til og fra arbeidssted, skal det sørges for sikker transport.

Dersom det brukes transportmidler på ferdsels- og atkomstveier, skal det være avsatt en tilstrekkelig sikkerhetsavstand for gående.

Ferdselsveier for kjøretøy skal være plassert i tilstrekkelig avstand fra dører, porter, ferdselsveier for gående, korridorer og trapper. De skal være dimensjonert ut fra trafikkmengde og virksomhetens art.

Arbeidsplasser og ferdselsveier medregnet trapper, der arbeidstakerne oppholder seg under arbeidet, skal være utformet på en slik måte at gående og kjørende ferdsel kan foregå på en sikkerhetsmessig forsvarlig måte.

På bygge- og anleggsplasser hvor faresoner må passeres, skal det om nødvendig settes opp overbygde, eventuelt innebygde ferdselsveier.

Inngang til bygg eller andre konstruksjoner under oppføring med større høyde enn 6 m skal være beskyttet av skjerm eller være forsvarlig avsperrert. Det samme gjelder områder nær vegg der arbeidstakere regelmessig oppholder seg.

Ferdsels- og atkomstveiene skal være tydelig merket dersom det påkrevd for å sikre vern av arbeidstakerne.

Ferdselsveier for kjøretøy skal merkes varig med varselfarger.

**§ 2-19 Mekanisk personbefordring**

Mekanisk personbefordring som rulletrapper, rullende fortau, heiser mv. skal være installert og virke på en sikkerhetsmessig forsvarlig måte. De skal være utstyrt med nødvendige sikkerhetsinnretninger, og med lett kjennelige og tilgjengelige nødstopp-mekanismer.

**§ 2-20 Lasteramper, lasteplasser, tippsteder og kaier**

Lasteramper, kaier og lasteplasser, herunder varemottak, skal være dimensjonert for den last som skal transporteres og det utstyret som benyttes for transport og håndtering av last. Opplysninger om tillatt belastning skal være synlig og lett forståelig.

Lasteramper skal ha minst én utgang. Der hvor det er teknisk mulig og hvor lasterampens lengde krever det, skal det være mer enn én utgang.

Lasteramper, kaier og lignende skal være sikret for å unngå at arbeidstakerne faller ned.

Fast tippsted for last og andre områder hvor bruk av kjøretøy kan innebære særskilt fare, skal ha sperreinretning som hindrer utforkjøring.

Kaianlegg skal være utstyrt med kaifrontlist som skal være dimensjonert ut fra hensynet til bruken av kaia.

Kaianlegg skal være utstyrt med fortøyningsfester som skal være slik at fartøyer kan fortøyas på en forsvarlig måte, og være så solide at de med sikkerhet vil tåle de belastninger som de kan bli utsatt for. Festene skal ikke plasseres slik at fortøyingene sperrer den alminnelige ferdsel og transport på kaia.

### **§ 2-21 Rømningsveier og nødutganger**

Ved fare skal arbeidstakerne raskt og på en sikker måte kunne evakueres fra alle arbeidsplasser og personalrom.

Bygninger og arbeidsplasser skal være utformet med tilstrekkelige rømningsveier og nødutganger, som til enhver tid skal være åpne for fri ferdsel og lett kunne åpnes innenfra uten spesielle hjelpemidler. Dører som er plassert i rømningsveien skal åpne i rømningsretningen.

Rømningsveienes og nødutgangenes antall, fordeling og dimensjoner skal avpasses etter arbeidsplassens bruk, utstyr og dimensjoner, og etter det høyeste antall personer som kan være til stede.

Rømningsveier og nødutganger skal så direkte som mulig føre ut i det fri eller til et sikkerhetsområde eller rom som er tilrettelagt for å beskytte mot farer som kan oppstå, og hvor arbeidstakerne kan oppholde seg i sikkerhet inntil de kan reddes eller faren er over.

Ved bergarbeid under jord skal det være minst to solide og lett tilgjengelige utganger til overflaten. Dersom det for annet bergarbeid under jord enn gruvearbeid er umulig å anlegge to utganger, skal det treffes tiltak for å sikre muligheten for sikker rømning.

Rømningsveier og dører som er plassert i rømningsveier, skal være tilstrekkelig merket.

### **§ 2-22 Utforming av rekkverk**

Der det skal være rekkverk jf. § 6-5 skal det ha en slik høyde og utforming at sikring oppnås og at arbeidstakerne ikke utsettes for fare.

Høyden på rekkverket skal være minst 1 meter. Rekkverkshøyden på systemstillas kan reduseres til et absolutt minstemål på 0,95 meter.

Rekkverket skal ikke ha så store åpninger at det innebærer fare for at arbeidstakere kan falle igjennom. Når det som fallsikring benyttes horisontale lister skal det være minst en knelest plassert midt mellom håndlist og gulv eller fotlist.

Der det er fare for at gjenstander kan falle ned skal rekkverket ha fotlist som er minst 0,10 meter høy. På stillaser skal fotlist være minst 0,15 meter. På trestillaser med gulv-høyde mindre enn 8 meter skal fotlist være minst 0,1 meter. Fotlist skal ligge an mot gulvet. Annen tildekking skal benyttes når fotlist ikke gir tilstrekkelig vern.

0 Endret ved forskrifter 19. desember 2012 nr. 1372 [i kraft 1. januar 2013], 4. januar 2013 nr. 10.

### **§ 2-24 Særskilte vernetiltak for utendørs arbeidsplasser**

Utendørs arbeidsplasser skal så langt det er mulig være innrettet slik at arbeidstakerne:

- a) er beskyttet mot ugunstige værforhold,
- b) er vernet mot fallende gjenstander,
- c) ikke blir utsatt for skadelig støy eller for skadelige ytre påvirkninger som f.eks. gass, damp eller støy,
- d) raskt kan forlate arbeidsplassen ved fare eller raskt kan reddes,
- e) ikke kan gli eller falle.

Arbeidstakerne skal ha tilgang til lokale hvor de kan oppholde seg når det er nødvendig av hensyn til arbeidstakernes sikkerhet, helse og arbeidsmiljø.

Arbeidsplasser på utendørs stillas skal om nødvendig være dekket med presenning eller lignende og ha lokal oppvarming og belysning.

## **Kapittel 3. Krav til personalrom, rom for renholdsutstyr, førstehjelpsrom og førstehjelpsutstyr**

### **§ 3-1 Plassering av personalrom**

Personalrom skal være hensiktsmessig plassert i forhold til personalinngang og arbeidssted.

### **§ 3-2 Dimensjonering og innredning av personalrom**

Ved dimensjonering av personalrom skal det blant annet tas hensyn til:

- a) arbeidets art,
- b) det største antall arbeidstakere som normalt skal bruke rommet samtidig,
- c) at det skal utstyres med et antall bord og stoler med rygg som er tilpasset antallet arbeidstakere,
- d) at virksomheten skal kunne sysselsette både kvinner og menn. I personalrom skal det ikke plasseres eller installeres annet utstyr enn det som er knyttet til den naturlige virksomheten i rommet.

## Kapittel 5. Skilting og merking

### § 5-1 Krav til sikkerhetsskilting

Sikkerhetsskilting skal hurtig og tydelig rette oppmerksomheten mot de formål og situasjoner som kan innebære fare. Sikkerhetsskiltingen skal ikke erstatte nødvendige verneinnretninger.

### § 5-2 Sikkerhetsskilting ved trafikk på arbeidsområde

Når trafikk inne på et arbeidsområde kan medføre fare for sikkerheten, skal arbeidsgiver sørge for å sette opp de skilter som er nødvendige.

### § 5-4 Bestemmelser om bruk av sikkerhetsskilt og signaler

Bruk av sikkerhetsskilt og signaler skal planlegges slik at:

- a) Annen skilting eller andre lys- eller lydkilder ikke plasseres slik at det kan påvirke synligheten eller hørbarheten på de skilter eller signaler som kreves etter denne forskriften.
- b) Plassering av flere skilt nær hverandre unngås.
- c) Lyssignal som kan forveksles ikke brukes samtidig.
- d) Et lyssignal ikke brukes i nærheten av en annen lyskilde av lignende type.
- e) To eller flere lydsignaler ikke brukes samtidig.
- f) Lydsignal ikke brukes dersom bakgrunnsstøy kan hindre oppfattelsen av signalet.
- g) Skilter eller signalinnretninger blir lette å forstå og godt synlige i forhold til de farer de skal varsle om.
- h) Skilter eller signalinnretninger blir plassert i nødvendig antall i forhold til graden av fare eller risiko eller til sonen som skal dekkes.
- i) Skilter og signalinnretninger blir kontrollert før de settes i drift og deretter jevnlig rengjøres, vedlikeholdes, kontrolleres, repareres og, om nødvendig erstattes, for å sikre at de fungerer korrekt og virker etter hensikten.
- j) Skilting som krever en energikilde, blir sikret med nødtilførsel i tilfelle strømbrudd, med mindre risikoen forsvinner med strømbruddet.
- k) Igangsetting av lys- og lydsignal angir når en påkrevd handling starter. Lys- og lydsignal skal vare så lenge handlingen krever det.
- l) Lys- og lydsignalene skal settes i beredskapsstilling umiddelbart etter hver bruk.
- m) Dersom berørte arbeidstakeres hørsel eller syn hemmes, f.eks. som følge av bruk av personlig verneutstyr, treffes det tiltak for å utfylle eller erstatte den aktuelle skiltingen.
- n) Arealer, rom eller inngjerdede områder for lagring av store mengder helsefarlige, brannfarlige eller eksplosjonsfarlige stoffer eller stoffblandinger, angis med et passende sikkerhetsskilt valgt blant dem som er oppført i § 5-7 b) eller merkes som fastsatt i § 5-13.

### § 5-6 Plassering, belysning og fjerning av sikkerhetsskilt

Sikkerhetsskilt skal plasseres slik at de ikke representerer noen fare eller uønsket hindring.

Det skal brukes selvlysende farger, reflekterende materiale eller kunstig belysning der det naturlige lyset er årlig.

Sikkerhetsskiltet skal fjernes når situasjonen den henviser til ikke lenger er til stede.

#### **§ 5-11 Varig skilting og merking**

Det skal være varig merking med sikkerhetsskilt der hvor arbeidstakerne kan bli utsatt for fare og der hvor det er innført forbud eller ufravikelige krav for å ivareta sikkerheten. Rømningsveier og utstyr for rømning, redning, førstehjelp og brannsløkking skal være varig merket.

#### **§ 5-16 Hindringer og farlige steder**

Steder der det er fare for sammenstøt med hindringer, fare for fall eller fallende gjenstander skal være merket varig med varselfarger eller med sikkerhetsskilt.

De skal være merket med vekselvis gule og sorte, eventuelt røde og hvite striper i de områdene av virksomheten som arbeidstakerne har adgang til under arbeidet. Stripene skal danne en vinkel på ca. 45 ° og være av tilnærmet lik bredde.

Dimensjonene på merkingen skal stå i rimelig forhold til størrelsen på hindringen eller det aktuelle farlige stedet.

Eksempel



#### **§ 5-17 Ferdseisveier for kjøretøy**

Ferdseisveier for kjøretøy skal, når det er nødvendig for sikkerheten, være merket med sammenhengende striper i en klart synlig farge, fortrinnsvis hvit eller gul, idet det tas hensyn til fargen på underlaget.

Stripene skal være plassert slik at de angir den nødvendige sikkerhetsavstand mellom kjøretøyene og enhver gjenstand som befinner seg i nærheten, og mellom gående og kjøretøy.

Faste ferdseisveier for kjøretøy på området utendørs skal om nødvendig være merket som nevnt i første og andre ledd, med mindre de er utstyrt med egnede stengsler eller fortau.

Opplysninger om tillatt belastning skal være synlig og lett forståelig på kai og andre områder hvor kjøring kan medføre fare for overbelastning.

## Kapittel 6. Sikring av farlige arbeidsplasser og områder

### § 6-1 Adgangsbegrensning til faresoner

Dersom arbeidsplassene eller andre områder omfatter faresoner der det kan være fare for arbeidstakernes sikkerhet på grunn av arbeidets art, for eksempel ved at gjenstander kan falle ned og arbeid med stråleinnretning, skal disse sonene være sikret mot at uvedkommende arbeidstakere kommer inn i faresonene.

Faresoner skal være tydelig merket.

### § 6-4 Sikring av arbeid på eller nær vei

Ved arbeid på eller nær vei eller på annet område åpent for ferdsel, skal arbeidsstedet i tilstrekkelig grad være sikret og merket med varselfarger eller sikkerhetsskilt.

### § 6-5 Sikring mot fall

Gangbaner, trapper, plattformer og arbeidsplasser som er plassert i høyden skal til enhver tid være solide og stabile, og ha en utforming og overflate som motvirker at de blir glatte.

På konstruksjoner der arbeidet medfører fare for personskade ved fall på mer enn 2 m til lavere nivå, skal det der det er praktisk mulig, være gangbane.

Gangbaner, trapper, plattformer, gulv, etasjedekker og lignende skal ha rekkverk i samsvar med § 2-22 der det er fare for at personer eller gjenstander kan falle ned. Når høyden er større enn 2 m, skal det alltid være rekkverk eller andre vernetiltak.

Åpninger mellom vegg og stillas eller gangbane større enn 0,3 m skal sikres. Over faste arbeidsplasser og trafikkarealer tillates åpninger i gulv og gitterrister bare når åpningene sjelden passeres, f.eks. i forbindelse med ettersyn og vedlikehold.

Landgang for skip og lignende skal ha rekkverk og sikkerhetsnett. Kai skal ha fester for sikkerhetsnett med passende mellomrom.

## Kapittel 9. Gebyr ved byggesaksbehandling

### § 9-1 Plikt til å betale gebyr for byggesaksbehandling

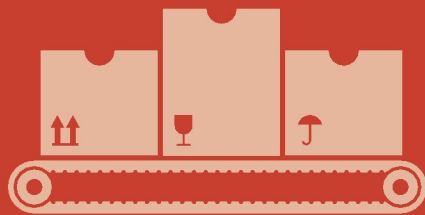
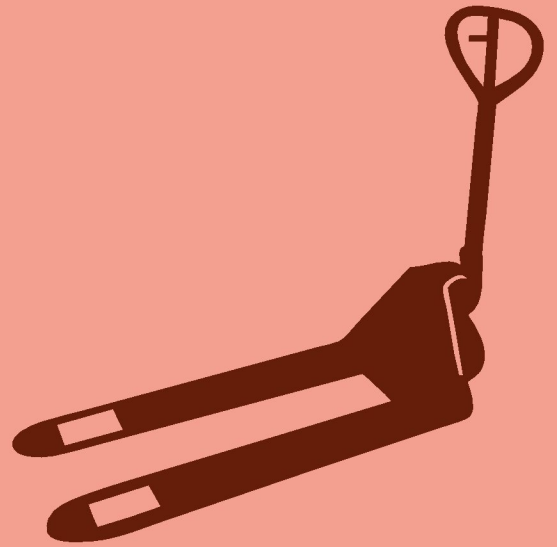
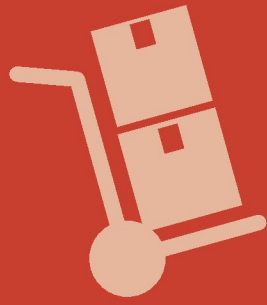
Den som vil oppføre bygning eller utføre bygningsmessig arbeid som har plikt til å innhente Arbeidstilsynets samtykke på forhånd etter arbeidsmiljøloven § 18-9, skal betale gebyr i henhold til forskrift om administrative ordninger kapittel 13.



## **Kapittel 10. Avsluttende bestemmelser**

### **§ 10-1 Straff**

Forsettlig eller uaktsom overtredelse av denne forskriften eller vedtak gitt i medhold av denne, eller medvirkning til dette, er straffbart i henhold til arbeidsmiljøloven kapittel 19.



# FORSKRIFT OM UTØVELSE AV ARBEID, BRUK AV ARBEIDSUTSTYR OG TILHØRENDE TEKNISKE KRAV - UTDRAG

[Best. nr. 703]

## Kapittel 1. Innledende bestemmelser

### § 1-1 Formål

Formålet med forskriften er å sikre at utførelse av arbeid og bruk av arbeidsutstyr blir gjennomført på en forsvarlig måte, slik at arbeidstakerne er vernet mot skader på liv eller helse.

### § 1-2 Virkeområde

Forskriften gjelder for utførelse av arbeid, bruk av arbeidsutstyr og tekniske krav til arbeidsutstyret.

Forskriften kapittel 2 om stoffkartotek gjelder ikke farlige kjemikalier som føres gjennom landet som transittgods eller som lagres som slikt transittgods i Norge, dersom de ikke er gjenstand for behandling eller bearbeidelse.

Forskriftens kapittel 26 om arbeid under vann eller økt omgivende trykk gjelder ikke:

- a) for virksomhet i forbindelse med petroleumsvirksomhet til havs.
- b) for tjenestemenn i politiets beredskapstropp når dykkingen er nødvendig for å gjennomføre pålagte politioppgaver.
- c) for vernepliktige og militære tjenestemenn i Forsvaret som utfører dykkevirksomhet som militær aktivitet.
- d) Bestemmelsene i kapittel 26 om dykkerbevis gjelder ikke forskere og helsepersonale som må utføre påkrevd arbeid i trykksatt trykkammer.

Forskriftens § 4-4, § 10-1, § 10-2, § 10-3, § 13-1, § 13-2, § 13-3, § 13-4 og § 27-4 samt kapitlene 5, 17, 20, 24, 26, 28 og 29 gjelder ikke for petroleumsvirksomhet til havs og for virksomhet på landanlegg som nevnt i rammeforskriften § 6 bokstav e.

Forskriftens § 3-23, § 3-24, § 3-27, § 14-1, § 14-2, § 14-3, § 14-4, § 14-5, § 14-6, § 14-7, og § 14-10, gjelder ikke for petroleumsvirksomhet til havs.

Forskriften gjelder for Svalbard:

- a) unntatt bestemmelsene i § 10-1 til § 10-3 og kapittel 13,
- b) med mindre annet følger av forskrift av 18. januar 1993 nr. 33 om kullgruvene på Svalbard.

0 Endret ved forskrift 19. desember 2012 nr. 1373 [i kraft 1. januar 2013].

### § 1-3 Hvem forskriften retter seg mot

- 1) Arbeidsgiver skal sørge for at bestemmelsene i denne forskriften blir gjennomført.
  - 2) Forskriftens bestemmelser skal også, der de er relevante, gjennomføres av:
    - a) Verneombud og arbeidsmiljøutvalg
    - b) Familiebruk i landbruket
    - c) Virksomheter som ikke sysselsetter arbeidstakere
      - som bruker arbeidsutstyr
      - som håndterer asbest og asbestholdig materiale i arbeidslivet
      - i bygge- og anleggsvirksomhet
      - i landbruket
      - som utfører arbeid under vann eller økt omgivende trykk
      - som i arbeidet kan bli eksponert for biologiske faktorer, unntatt kravene om føring av register og helseundersøkelse
      - som i arbeidet kan bli eksponert for kjemikalier, unntatt kravene om beredskapsplan, helseundersøkelse, omplassering og register over kreftfremkallende eller arvestoffskadelige kjemikalier og bly.
  - 3) Bestemmelsene om dykking gjelder ikke:
    - a) vernepliktige og militære tjenestemenn i Forsvaret som utfører dykkevirksomhet som militær aktivitet
    - b) tjenestemenn i politiets beredskapstropp når dykkingen utøves i tjenesten
    - c) forskere og helsepersonell som arbeider i trykkammer.
- 0 Endret ved forskrift 19. desember 2012 nr. 1373 [i kraft 1. januar 2013].

### § 1-4 Definisjoner

I denne forskriften menes med:

- 1) **arbeidslokaler:** rom som virksomheten bruker i forbindelse med arbeidet slik som arbeidsrom, personalrom, atkomstarealer m.m.,
- 2) **arbeidsutstyr:** tekniske innretninger o.l. som maskiner, løfteredskap, sikkerhetskomponenter, beholdere, transportinnretninger, apparater, installasjoner, verktøy og enhver annen gjenstand som nyttes ved fremstilling av et produkt eller ved utførelse av arbeid,
- 3) **arbeidsutstyr for løfting av last:** en maskin som er konstruert for løfte- og senkeoperasjoner,

- 4) **arvestoffskadelige kjemikalier:**
- stoffer som oppfyller kriteriene for klassifisering som arvestoffskadelige (mutagene) i mutagenkategori 1 eller 2 i henhold til forskrift 16. juli 2002 nr. 1139 om klassifisering, merking mv. av farlige kjemikalier, eller Muta. 1A og Muta. 1B i henhold til forskrift om klassifisering, merking og emballering av stoffer og stoffblandinger [CLP],
  - stoffblandinger som er sammensatt av ett eller flere av stoffene som nevnt i første strekpunkt, når konsentrasjonen av ett eller flere av stoffene oppfyller de krav til konsentrasjonsgrenser for klassifisering av en stoffblending som arvestoffskadelig i mutagenkategori 1 eller 2 i henhold til forskrift av 16. juli 2002 nr. 1139 om klassifisering, merking mv. av farlige kjemikalier, eller Muta. 1A og Muta. 1B i henhold til forskrift om klassifisering, merking og emballering av stoffer og stoffblandinger [CLP],
- 5) **asbest:** de fibrøse, krystallinske silikatmineralene krysotil (hvit asbest), krokidolitt (blå asbest), amositt (brun asbest), antofyllittasbest, tremolittasbest og aktinolittasbest,
- 6) **avløpsanlegg:** avløpsnett, inkludert pumpestasjon, renseanlegg og utløpsledning,
- 7) **beredskapsdykker:** dykker som er klar til å assistere dykker i vann tilstrekkelig hurtig i en fare- eller nødsituasjon,
- 8) **bergarbeid:** alle former for brytning av berg, inkludert arbeid med kontroll, rensk og sikring av berget. I tillegg omfattes lasting og transport av sprengt stein innenfor arbeidsplassen,
- 9) **biologiske faktorer:** levende og døde mikroorganismer, cellekulturer, endoparasitter og prioner som kan fremkalle infeksjoner, allergi eller giftvirkning hos mennesker,
- 10) **bruk av arbeidsutstyr:** arbeidsoperasjoner som igangsetting, stans, montering og demontering, transport, bruk, overvåking, ettersyn, reparasjon, vedlikehold, pass og renhold,
- 11) **dekompresjon:** tilbakevending fra forhøyet til normalt trykk,
- 12) **dykkerklokke:** et trykkammer som er konstruert og utstyrt for å transportere dykkere mellom arbeidssted og overflatekammer,
- 13) **dykkeoperasjon:** arbeid ved økt omgivende trykk under vann eller i trykkammer hvor dykkeren tilføres pustegass,
- 14) **dykkeslange (umbilical):** pustegassslange, kommunikasjonskabel og eventuell sikkerhetsline bundet sammen til en enhet,

- 15) **faresone**: ethvert område der det kan være fare for arbeidstakernes sikkerhet på grunn av arbeidets art, herunder ethvert område inne i eller rundt et arbeidsutstyr,
- 16) **farlige kjemikalier**: Kjemikalier som kan utgjøre en fare for arbeidstakers sikkerhet og helse;
- alle kjemikalier som oppfyller kriteriene for klassifisering jf. forskrift om klassifisering, merking mv. av farlige kjemikalier [merkeforskriften] eller forskrift om klassifisering, merking og emballering av stoffer og stoffblandinger [CLP]. Dette gjelder enten kjemikallet er klassifisert i medhold av nevnte forskrifter eller ikke. Stoffer som bare er skadelige for det ytre miljø, omfattes ikke av denne forskriften,
  - kjemiske stoffer som det er fastsatt en grenseverdi eller tiltaksverdi for,
  - øvrige kjemikalier som kan utgjøre en risiko for arbeidstakernes sikkerhet og helse,
- 17) **fibre**: partikler med lengde større enn 5 mikrometer, med diameter mindre eller lik 3 mikrometer, og med forholdet lengde:diameter større eller lik 3:1,
- 18) **forplantningsskade**:
- en skade på forplantningsevnen ved at en persons evne til å få friske og velskapte barn er helt eller delvis, varig eller forbigående ødelagt som følge av påvirkninger i arbeidsmiljøet,
  - en skade eller sykdom påført barnet som følge av påvirkninger forut for fødselen eller påvirkninger gjennom morsmelken,
- 19) **forsøksdykking**: dykkeoperasjoner som utføres som ledd i forsknings- eller utviklingsarbeid hvor dykkeoperasjonen har til hensikt å fremskaffe resultater som gir grunnlag for å belyse påvirkningen på dykkeren eller forsvarligheten av dykkeoperasjoner,
- 20) **grenseverdi**: verdien for eksponering som ikke skal overskrides,
- 21) **hengestillas**: en mekanisk drevet arbeidsplattform som beveger seg fritt opphengt i tau,
- 22) **hånd- og armsignal**: bevegelser eller innstillinger av armer eller hender, i kodet form, for å veilede personer som utfører arbeid som kan medføre fare for arbeidstakere,
- 23) **ikke-koherent optisk stråling**: kunstig optisk stråling, unntatt laserstråling,
- 24) **inneslutning av biologiske faktorer**: barrierer som anvendes for å unngå at biologiske faktorer kommer i utilsiktet kontakt med mennesker eller miljø,

- 25) **ioniserende stråling**: stråling fra radioaktivt stoff, røntgenstråling og partikkelstråling,
- 26) **kjemikalier**: grunnstoffer, kjemiske forbindelser eller blandinger av slike, enten de forekommer i naturlig tilstand eller er industrielt fremstilt eller brukes eller frigjøres, ved enhver arbeidsoperasjon, uavhengig av om fremstillingen er tilsiktet eller ikke. Dette gjelder uavhengig av om kjemikaliene er tilgjengelige på markedet eller ikke,
- 27) **klatrestillas**: en mekanisk drevet arbeidsplattform som beveger seg vertikalt i styrte føringer,
- 28) **klokkeløp i dykking**: et klokkeløp er tiden fra klokken kobles fra boligkammeret til klokken igjen kobles til,
- 29) **kreftfremkallende kjemikalier og prosesser**: kjemikalier som oppfyller kriteriene for klassifisering som kreftfremkallende i henhold til forskrift av 16. juli 2002 nr. 1139 om klassifisering, merking mv. av farlige kjemikalier. Følgende prosesser eller kjemikalier som frigjøres i prosessene, betraktes også som kreftfremkallende:
- fremstilling av auramin,
  - arbeid som innebærer eksponering for polysykliske aromatiske hydrokarboner (PAH) som forekommer i sot, tjære eller bek,
  - arbeid som innebærer eksponering for støv, røyk eller tåke som utvikles under røsting og elektrolytisk raffinering av nikkelfråstein,
  - fremstilling av 2-propanol ved sterkt sur prosess,
  - arbeid som medfører eksponering for støv fra harde tresorter,
- Ovennevnte opplisting er ikke fullstendig eller til hinder for at andre prosesser kan anses som kreftfremkallende.
- 30) **kunstig optisk stråling**: elektromagnetisk stråling i bølgelengdeområdet 100 nm–1 mm som ikke emitteres fra solen. Det optiske strålingsspekteret inndeles i ultrafiolett stråling, synlig stråling [lys] og infrarød stråling,
- ultrafiolett stråling**: optisk stråling med bølgelengde i området 100 nm og 400 nm. Området oppdeles videre i UVA (315–400 nm), UVB (280–315 nm) og UVC (100–280 nm),
- synlig stråling**: optisk stråling med bølgelengde i området mellom 380 nm og 780 nm,
- infrarød stråling**: optisk stråling med bølgelengde i området mellom 780 nm og 1 mm. Området deles videre i IR-A (780–1400 nm), IR-B (1400–3000 nm) og IR-C (3000 nm–1 mm),

- 31] **laser**: [«light amplification by stimulated emission of radiation» – lysforsterkning ved hjelp av stimulert strålingsemisjon]: enhver innretning som kan fås til å produsere eller forsterke elektromagnetisk stråling innenfor bølgelengdeområdet for optisk stråling gjennom prosessen med kontrollert, stimulert emisjon,
- 32] **laserstråling**: optisk stråling fra laser,
- 33] **løfte- og stablevogn for gods**: gaffeltruck og lignende mobilt motordrevet arbeidsutstyr for kombinert løfting, flytting og stabling,
- 34] **løfteredskap**: komponenter eller utstyr som brukes mellom arbeidsutstyr for løfting av hengende last og lasten, eller på lasten for å gripe denne, og som ikke er en integrert del av arbeidsutstyret for løfting av last,
- 35] **masseforflytningsmaskin**: en motordrevet maskin som er konstruert for å løfte eller transportere masse, dvs. jord, sand, stein osv., som f.eks. hjullaster, veihevsel, gravemaskin, doser, dumper, skrapper, gravelaster,
- 36] **metningsdykking**: dykk som varer så lenge at den maksimale mengde pustegass har løst seg i kroppen,
- 37] **mobilt arbeidsutstyr**: tekniske innretninger som beveger seg på hjul, belter og lignende med eller uten egen framdrift,
- 38] **overflateforsynt dykking**: dykkeoperasjon hvor dykker arbeider ved økt omgivende trykk, med pustegasstilførsel fra overflaten,
- 39] **personlig verneutstyr**: alt utstyr inkludert tilbehør til utstyret, som bæres eller holdes av arbeidstaker for å verne arbeidstaker mot en eller flere farer som kan true vedkommendes sikkerhet og helse under arbeidet. Personlig verneutstyr omfatter ikke:
- alminnelig arbeidstøy og uniformer som ikke spesielt er beregnet til å beskytte arbeidstakernes sikkerhet og helse
  - nødhjelp- og redningsutstyr
  - selvforsvarsutstyr
  - transportabelt utstyr til sporing og lokalisering av farlige og skadelige faktorer
  - personlig verneutstyr som brukes i henhold til krav i veitrafikkloven,
- 40] **redningsdykker**: dykker som har til oppgave å utføre redning av person i vann i det tidsrom det er håp om å redde liv,
- 41] **risiko**: en funksjon av sannsynligheten for at en uønsket hendelse kan inntreffe og konsekvensen for arbeidstakernes liv eller helse,



- 42) **selvforsynt dykking [SCUBA]**: dykking der dykkeren bærer med seg sitt forråd av pustegass,
- 43) **sikkerhetsskilting og signalgivning**: anvendelse av skilt, farge, lyssignal, lydsignal, muntlig anvisning eller et hånd- og armsignal som henviser til en bestemt gjenstand, virksomhet eller situasjon og som gir opplysninger eller instruksjoner om hvordan personer skal forholde seg i forskjellige situasjoner av hensyn til sikkerhet og helse på arbeidsplassen. Definisjonen omfatter ikke skilting og signalgivning som reguleres av annen lovgivning eller i medhold av veg-, jernbane-, luft- eller sjøtransport eller transport på innenlandske sjøveier,
- 44) **smitterisikogruppe**: klassifisering av levende biologiske faktorer etter den infeksjonsfare representerer i henhold til forskrift om tiltaks- og grenseverdier § 6-1,
- 45) **tiltaksverdi**: verdier for eksponering som krever iverksetting av tiltak for å redusere helserisikoen til et minimum,
- 46) **trykkperiode i dykking**: tiden en dykker er under forhøyet omgivende trykk, regnet fra kompresjonen starter til dekompresjonen i kammer er avsluttet også inkludert overflateintervallet i kammer ved overflatedekompresjon,
- 47) **varmt arbeid**: arbeid hvor det nyttes varme, for eksempel åpen ild, varmeflater, og tenningsdyktige gnister. Varmt arbeid omfatter også arbeidsoperasjoner som sveising, lodding, skjærbrenning og sliping av metall mv. hvor det i tillegg kan utvikles helsefarlig gass.

0 Endret ved forskrift 19. desember 2012 nr. 1373 [i kraft 1. januar 2013].

### § 1-5. Dispensasjon

Arbeidstilsynet og Petroleumstilsynet kan på sine områder gi dispensasjon fra forskriften dersom det foreligger særlige grunner, det er sikkerhets- og helsemessig forsvarlig, og det ikke strider mot EØS-avtalen.

## Kapittel 10. Krav til bruk av arbeidsutstyr

### § 10-1 Krav om dokumentert sikkerhetsopplæring for arbeidsutstyr som krever særlig forsiktighet ved bruk

Når arbeidsgiver etter en risikovurdering finner at arbeidsutstyret krever særlig forsiktighet ved bruk, kan det bare benyttes arbeidstakere som har dokumentert sikkerhetsopplæring etter § 10-2.

Dokumentert sikkerhetsopplæring kan gis av arbeidsgiver eller andre som er kompetent til det.

**§ 10-2 Krav om dokumentert sikkerhetsopplæring ved bruk av arbeidsutstyr**

Den som skal bruke arbeidsutstyr som nevnt i § 10-1 og § 10-3, skal ha praktisk og teoretisk opplæring som gir kunnskaper om oppbygging, betjening, bruksegenskaper og bruksområde, samt vedlikehold og kontroll. Opplæringen skal gi kunnskaper om de krav som stilles til sikker bruk og betjening i forskrifter og i bruksanvisning.

Det skal utstedes dokumentasjon på at praktisk og teoretisk opplæring er gitt i henhold til denne forskriften.

Dokumentasjon av praktisk og teoretisk opplæring skal være tilgjengelig for verneombudet og vises myndighetene på forlangende.

Arbeidsgiver kan bare sette arbeidstaker til å utføre arbeid med aktuelle arbeidsutstyr innenfor det området det er gitt opplæring i.

Demonstrasjon og prøving i forbindelse med reparasjon er unntatt fra kravet om dokumentert opplæring.

EØS-borger skal søke Arbeidstilsynet om tillatelse til å bruke arbeidsutstyr som nevnt i § 10-3.

0 Endret ved forskrift 19. desember 2012 nr. 1373 [i kraft 1. januar 2013].

**§ 10-3 Arbeidsutstyr underlagt krav om sertifisert sikkerhetsopplæring**

Dokumentert sikkerhetsopplæring i henhold til § 10-2 skal gis som sertifisert sikkerhetsopplæring for følgende arbeidsutstyr:

- bro- og traverskraner, dersom bruken medfører fare for skade på liv eller helse
- tårnkraner
- mobilkraner
- portalkraner
- kraner med større kapasitet enn 2 tm montert på lastebil eller lastebilhenger
- løfte- og stablevogn for gods med permanent førerplass på vognen
- masseforflyttingsmaskiner med større effekt enn 15 kW [20,4 hk].

**§ 10-4 Informasjon til arbeidstakerne om sikker bruk av arbeidsutstyr**

Arbeidsgiver skal sørge for at det blir gitt nødvendig informasjon om sikker bruk av det arbeidsutstyr som arbeidstakerne settes til å arbeide med.

Arbeidsgiveren skal særlig sørge for at arbeidstakerne får informasjon om:

- a) bruken av arbeidsutstyr
- b) farer ved uregelmessigheter som kan oppstå
- c) de forholdsregler som må tas på bakgrunn av erfaringer med bruk av arbeidsutstyret.

Arbeidstakerne skal gjøres kjent med:

- a) farer de er utsatt for ved bruk av arbeidsutstyret
- b) farer med årsak i arbeidsutstyr i nærheten
- c) farer som skyldes endring av arbeidsutstyr i nærheten.

#### **§ 10-5 Alminnelige plikter for arbeidsgiver ved bruk av arbeidsutstyr**

Arbeidsgiver skal sørge for at det kun brukes arbeidsutstyr som er i samsvar med forskriftskravene til det aktuelle arbeidsutstyret, og de tekniske kravene i forskrift om maskiner vedlegg I, for maskiner og sikkerhetskomponenter som går under forskrift om maskiner.

Arbeidsutstyr skal brukes til de arbeidsoperasjoner og under de forhold som det er beregnet for.

Arbeidsutstyr skal ikke brukes til persontransport med mindre det er konstruert og bygget for det.

#### **§ 10-6 Montering og demontering av arbeidsutstyr**

Montering eller demontering av arbeidsutstyr skal skje under sikre forhold, særlig ved å påse at eventuelle instruksjoner gitt av produsenten overholdes.

#### **§ 10-7 Betjeningsinnretninger og styresystem**

Betjeningsinnretninger skal være klart synlige og identifiserbare, gode å bruke, bevegelsene skal være logiske, og de skal ikke medføre uheldige belastninger ved bruken.

Betjeningsinnretninger skal om nødvendig være hensiktsmessig merket.

Betjeningsinnretninger skal være plassert utenfor faresonen, med mindre spesielle forhold gjør det nødvendig at de er plassert innenfor. Betjeningen av dem skal ikke i noe tilfelle føre til fare.

Arbeidsutstyr som regelmessig krever arbeidsbevegelser inn i faresonen skal bare betjenes av personer som har fått spesiell instruksjon om hvordan innretningen kan brukes uten fare for skade på liv og helse.

Feil ved og utilsiktet påvirkning av betjeningsinnretninger skal ikke kunne medføre fare.

Operatøren skal ha full oversikt over faresonen for å kunne forsikre seg om at det ikke befinner seg personer der. Hvis dette ikke er mulig, skal det før hver start automatisk utløses et hørbart eller synlig varselsignal.

Utsatt arbeidstaker skal ha tid og mulighet til å unngå fare forårsaket av start eller stopp av arbeidsutstyr.

Styresystemene skal være sikre og utformet slik at svikt, feil, utilsiktet påvirkning og belastninger ikke medfører fare.

#### **§ 10-8 Start og stopp av arbeidsutstyr**

Arbeidsutstyr skal bare kunne startes ved en tilsiktet bruk av en betjeningsinnretning som er beregnet for det.

Det samme skal gjelde ved:

- a) ny igangsetting etter en stans, uansett årsaken til stansen,
- b) styring av en vesentlig endring i driftsforholdene, f.eks. hastighet, trykk osv., med mindre en slik ny start eller endring ikke innebærer noen fare for utsatte arbeidstakere.

Kravet i foregående ledd gjelder ikke for automatisk arbeidsutstyr dersom ny start eller endring i arbeidsforholdene inngår som en del av den normale arbeidsoperasjonen.

Arbeidsutstyr skal være utstyrt med en betjeningsinnretning som gjør det mulig å foreta fullstendig og sikker stans.

Hver arbeidsplass skal være utstyrt med en betjeningsinnretning som kan stanse noe eller alt arbeidsutstyr avhengig av farens art, slik at arbeidsutstyret er sikkert.

Stoppordren til utstyret skal ha prioritet fremfor startordren. Når arbeidsutstyret eller de farlige deler av det er stanset, skal energitilførselen til disse drivinnretningene være avbrutt.

#### **§ 10-9 Nødstop**

Arbeidsutstyr skal om nødvendig være utstyrt med en nødstop, avhengig av de farer som er forbundet med arbeidsutstyret og hvor lang tid det normalt tar å stanse det.

#### **§ 10-10 Stabilisering av arbeidsutstyr**

Når det er nødvendig skal arbeidsutstyr eller deler av slikt utstyr være stabilisert ved fastspenning eller lignende.

#### **§ 10-11 Fare fra gjenstander som faller eller slynges ut**

Arbeidsutstyr som medfører fare på grunn av fallende gjenstander eller utslyngning av deler, skal være utstyrt med egnede sikkerhetsinnretninger som gir vern sett i forhold til den fare det gjelder.

0 Endret ved forskrift 19. desember 2012 nr. 1373 [i kraft 1. januar 2013].

#### **§ 10-12 Fare for brudd i arbeidsutstyr**

Dersom det er mulighet for brudd eller sprengning av arbeidsutstyret eller deler av det, skal arbeidsutstyret være innrettet slik at splinter og løse deler ikke medfører fare for arbeidstakernes sikkerhet og helse.

**§ 10-13 Fare i forbindelse med bevegelige deler**

Dersom det er mulighet for at arbeidstakerne kan skades på grunn av fysisk kontakt med arbeidsutstyrets bevegelige deler, skal arbeidsutstyret utstyres med vern eller verneinnretninger som hindrer adgang til faresonene, eller som stanser de farlige delenes bevegelse før det gis adgang til faresonene.

Verneinnretninger skal:

- a) ha en robust konstruksjon
- b) ikke forårsake noen ekstra fare
- c) ikke lett kunne flyttes eller settes ut av funksjon
- d) være plassert i tilstrekkelig avstand fra faresonen
- e) ikke hindre oversikten over arbeidsutstyrets arbeidsoperasjon mer enn nødvendig
- f) ikke være til hinder for nødvendig arbeid som montering, skifting av deler og vedlikehold. Atkomsten skal være begrenset til det område der slikt arbeid skal utføres, og om mulig, uten at vern eller verneinnretninger blir fjernet.

0 Endret ved forskrift 19. desember 2012 nr. 1373 (i kraft 1. januar 2013).

**§ 10-14 Farlige temperaturer på arbeidsutstyr**

Deler av arbeidsutstyr med høy eller svært lav temperatur skal om nødvendig være utstyrt med vern for å unngå at arbeidstakere berører eller kommer for nær disse delene.

**§ 10-15 Varslingsinnretninger på arbeidsutstyr**

Varslingsinnretninger på arbeidsutstyret skal være klare, entydige, lette å oppfatte og forstå.

**§ 10-16 Utkobling av energikilder på arbeidsutstyr**

Arbeidsutstyr skal være utstyrt med klart identifiserbare innretninger for utkobling av energitilførselen. Ny tilkobling skal først kunne skje når det ikke lenger foreligger fare for arbeidstakerne.

**§ 10-17 Elektrisk fare ved bruk av arbeidsutstyr**

Arbeidsutstyr skal være innrettet slik at det verner utsatte arbeidstakere mot direkte eller indirekte kontakt med elektrisitet.

Der arbeidet medfører at det oppstår statisk elektrisitet, skal denne fjernes ved jording, dersom det er fare for brann eller eksplosjon.

**§ 10-18 Fare for brann og utslipp av stoff ved bruk av arbeidsutstyr**

Arbeidsutstyr skal være innrettet slik at arbeidstakerne er vernet mot farer ved overoppheting av eller brann i arbeidsutstyret, og mot utslipp av gass, støv, væske, damp eller andre stoffer som produseres, brukes eller lagres i arbeidsutstyret. Dersom det er fare for eksponering fra slikt utslipp skal arbeidsutstyret være utstyrt med egnede oppsamlings- eller utsugningsinnretninger i nærheten av farekildene.

Ved brannfare, skal brannsløkkingsutstyr finnes på mobilt arbeidsutstyr, og være lett tilgjengelig ved stasjonært arbeidsutstyr.

#### **§ 10-21 Merking av arbeidsutstyr**

Arbeidsutstyr skal være merket med nødvendige advarsler og opplysninger for sikker bruk. Ved merkingen skal det brukes anerkjente symboler eller tekst på norsk. Hvis det er nødvendig skal det brukes et annet språk som er forståelig for arbeidstakerne.

#### **§ 10-22 Krav til datautstyr**

Bruk av datautstyr skal ikke innebære en risiko for arbeidstakerne.

Tegnene på dataskjerm skal være klart definert og utformet og tilstrekkelig store, og det skal være tilstrekkelig avstand mellom tegn og linjer.

Skjermbildet skal være rolig, uten flimrer eller andre forstyrrelser.

Lysstyrken og kontrasten mellom tegnene og bakgrunnen skal lett kunne reguleres og endres av den som bruker skjermterminalen, og like lett kunne tilpasses omgivelsene.

Skjermen skal uhindret og med letthet kunne reguleres for å tilpasses brukerens behov.

Skjermen skal ikke gi reflekser eller gjenskinn som kan medføre ubehag for brukeren.

Konseptholderen skal være stø, regulerbar og plassert slik at ubehagelige bevegelser med hode og øyne unngås i størst mulig grad.

Tastaturet for datautstyr skal være utformet så lavt som mulig og bør kunne skråstilles. Det skal være atskilt fra skjermen slik at arbeidstakeren kan innta en bekvem stilling som ikke forårsaker tretthet i armer eller hender.

Det skal være tilstrekkelig plass foran tastaturet slik at brukeren kan støtte underarmer og hender.

Tastaturet skal ha en matt overflate for å unngå reflekser.

Plasseringen av tastaturet og utformingen av tastene skal bidra til å lette bruken av det.

Symbolene på tastene skal være tilstrekkelig fremtredende og leselige sett fra den normale arbeidsstilling.

## Kapittel 11. Tilrettelegging for bruk av arbeidsutstyr

### § 11-1 Plassering, oppstilling og sikring av arbeidsutstyr

Arbeidsutstyr skal installeres og plasseres på en slik måte at det gir full trygghet både for arbeidstakerne som bruker arbeidsutstyret og andre arbeidstakere.

Maskiner og tilhørende utstyr skal innrettes og oppstilles slik at det ikke oppstår brannfare ved bruk.

Det skal også iverksettes tiltak slik at bruk kan skje farefritt og uten uheldige belastninger.

Det skal iverksettes tiltak for å fjerne farer forbundet med varme, kulde, stråling, elektrisitet, støv, røyk, gass, damp, oljeprodukter, kjemikalier, biologiske faktorer, eksplosiver mv.

Når forbrenningsmotorer skal brukes innendørs, skal det iverksettes nødvendige tiltak for å hindre at arbeidstakerne eksponeres for helsefarlige gasser.

### § 11-2 Arbeidsutstyr som kan medføre særlig fare ved bruk

Dersom bruk av arbeidsutstyr kan medføre særlig fare for skade på liv eller helse, skal arbeidsgiveren sørge for å treffe nødvendige tiltak for å sikre at:

- a) bruken av arbeidsutstyr begrenses til de personer som har fått i oppgave å bruke det, og som har gjennomgått nødvendig opplæring,
- b) de personer som skal utføre reparasjoner, ombygging eller vedlikehold, er spesielt utvalgt til å utføre slikt arbeid og
- c) arbeidsutstyr som skal repareres, ikke tas i bruk dersom feilen, slitasjen eller skaden kan medføre fare ved bruk.

### § 11-3 Valg og bruk av mekanisk og elektrisk utstyr

Ved valg, installasjon, idriftsetting, drift og vedlikehold av mekanisk og elektrisk utstyr, skal arbeidsgiveren ta hensyn til arbeidstakernes sikkerhet, liv og helse. Det skal særlig tas hensyn til de spesielle arbeidsforholdene på den enkelte arbeidsplass, arbeidets særpreg og farer som kan oppstå ved bruken. Arbeidsutstyret skal bare brukes til de arbeidsoperasjoner og under de forholdene som det er beregnet for.

### § 11-4 Trafikkregulering og andre tiltak ved bruk av mobilt arbeidsutstyr

Dersom mobilt arbeidsutstyr benyttes i et arbeidsområde, skal trafikkregler utarbeides og overholdes.

Det skal iverksettes organisatoriske og andre tiltak for å hindre at arbeidstakere til fots kommer inn i arbeidsområdet til motordrevet arbeidsutstyr. Dersom arbeidet bare kan utføres riktig når det er arbeidstakere til fots til stede, skal det iverksettes egnede tiltak for å hindre at de blir skadet av utstyret.

Transport av arbeidstakere med mobilt arbeidsutstyr med egen framdrift er bare tillatt dersom sikre innretninger til dette formålet finnes. Dersom det må utføres arbeid under forflyttingen, skal hastigheten tilpasses.

## Kapittel 12. Kontroll og vedlikehold av arbeidsutstyr og anlegg

### § 12-1 Opplæring for kontroll og vedlikehold av arbeidsutstyr

Arbeidsgiveren skal sørge for at arbeidstakere som skal drive kontroll- og vedlikeholdsarbeid får nødvendig opplæring.

0 Endret ved forskrift 19. desember 2012 nr. 1373 [i kraft 1. januar 2013].

### § 12-2 Krav til kompetanse for den som utfører montering, kontroll og vedlikehold av arbeidsutstyr

Montering, kontroll, vedlikehold og reparasjon av arbeidsutstyr skal bare utføres av personer som har fått nødvendig opplæring, øvelse og instruksjon for dette arbeidet.

Dersom arbeidsutstyrets sikkerhet avhenger av installasjonsvilkår skal kontrollen være foretatt av kvalifiserte personer for å sikre at:

- arbeidsutstyret er riktig installert og virker etter hensikten,
- helse- og sikkerhetsvilkårene opprettholdes, og
- forringelse kan påvises og avhjelpes i god tid.

### § 12-3 Krav om systematisk kontroll og vedlikehold

Vedlikeholdsarbeid skal utføres på en sikker måte.

Vedlikeholdet skal utføres under behørig hensyn til den virksomhet som foregår.

Dersom arbeidsutstyrets sikkerhet avhenger av installasjonsvilkår, skal arbeidsgiver påse at det utføres kontroll før det tas i bruk første gang. Slik kontroll skal gjøres etter hver montering på en ny anleggsplass eller et nytt arbeidssted.

Arbeidsgiveren skal sørge for periodisk kontroll dersom arbeidsutstyr og anlegg utsettes for påvirkninger som forårsaker forringelse som kan føre til farlige situasjoner.

0 Endret ved forskrifter 19. desember 2012 nr. 1373 [i kraft 1. januar 2013], 11. januar 2013 nr. 28.

### § 12-8 Krav om dokumentasjon av kontroll og vedlikehold

Dersom en maskin er utstyrt med vedlikeholdsjournal, skal denne holdes oppdatert. Journal skal alltid føres for utstyr og anlegg ved bergarbeid og for høytrykkspyleutstyr.

For arbeidsutstyr med krav om sakkyndig kontroll er krav til dokumentasjon gitt i § 13-4.

Det skal fremgå tydelig hva som er kontrollert og hvem som har utført kontrollen.



Når arbeidsutstyr brukes utenfor virksomheten, skal dokumentasjon for den siste kontrollen medfølge.

Journaler for kontroll, prøving og vedlikehold skal oppbevares på en forsvarlig måte og være tilgjengelige for verneombud, arbeidsmiljøutvalg og tilsynsmyndigheter.

## **Kapittel 18. Arbeid med utstyr til løfting**

### **§ 18-1 Styrke og stabilitet**

Arbeidsutstyr til løfting av last og dets oppheng og forankring, skal ha nødvendig styrke til å tåle de belastningene som det kan bli utsatt for og for å ivareta utstyrets stabilitet.

### **§ 18-2 Merking av arbeidsutstyr til løfting av last**

Arbeidsutstyr til løfting av last skal være tydelig merket med angivelse av den største arbeidsbelastningen og eventuelt være forsynt med en merkeplate som angir største arbeidsbelastning for hver enkelt løfteposisjon.

Løfteredskap skal være merket slik at det fremgår hvordan det skal brukes på en sikker måte.

Arbeidsutstyr som muliggjør løfting av personer, men som ikke er beregnet for det, skal være tydelig merket med forbud mot personløft.

### **§ 18-3 Klemfare ved løfting av last**

Arbeidsutstyr for løfting av last skal være slik montert at arbeidstakerne ikke kan utsettes for fare ved at lasten kolliderer med arbeidstakere, beveger seg utilsiktet på en farlig måte, løsner utilsiktet eller faller fritt.

### **§ 18-4 Tiltak ved løft av person**

Arbeidstakere skal kun løftes ved hjelp av arbeidsutstyr og en plattform som er beregnet for dette formål. Når arbeidstakere befinner seg på arbeidsutstyr beregnet på løfting av last, skal betjeningsstedet hele tiden være bemannet. Arbeidstakeren på plattformen skal ha et driftssikkert kommunikasjonsmiddel til disposisjon. Arbeidstakere som løftes, skal kunne evakueres på en sikker måte.

### **§ 18-5 Krav til utstyr for løfting eller flytting av arbeidstakere**

Arbeidsutstyr til løfting eller flytting av arbeidstakere skal være utført slik at:

- a) egnede innretninger hindrer plattformen eller lignende å falle ned
- b) arbeidstakeren ikke kan falle ned fra plattformen
- c) arbeidstakeren ikke kan knuses, klemmes fast eller støtes, særlig på grunn av utilsiktet kontakt med gjenstander
- d) arbeidstakeren ikke utsettes for fare, og kan frigjøres fra plattformen i tilfelle utilsiktet driftsstans.

Dersom innretningene nevnt i bokstav a) i denne paragraf ikke gir tilstrekkelig sikkerhet på grunn av arbeidsstedets beskaffenhet og høydeforskjeller, skal plattformen sikres ved at det monteres et ekstra tau med forhøyet sikkerhetsfaktor. Tauet skal kontrolleres før hver bruk.

#### **§ 18-6 Mobilt eller flyttbart arbeidsutstyr til løfting av last**

Arbeidsutstyr som er beregnet på å løfte last, og som er mobilt eller som kan demonteres, skal brukes på en slik måte at arbeidsutstyrets stabilitet er sikret ved bruk under alle forhold som kan forutses. Det skal tas hensyn til underlagets art.

#### **§ 18-7 Bruk av arbeidsutstyr for løfting av fritt hengende last**

Dersom to eller flere enheter av arbeidsutstyr til løfting av last som ikke er styrt, er installert eller montert på et arbeidssted på en slik måte at deres aksjonsradier overlapper hverandre, skal det treffes egnede tiltak for å unngå at lastene og/eller deler av enhetenes arbeidsutstyr for løfting av last støter sammen.

Når det brukes mobilt arbeidsutstyr til løfting av last som ikke er styrt, skal det treffes tiltak for å hindre at utstyret velter, ruller rundt eller eventuelt flytter seg eller glir. Arbeidsgiver skal sørge for å sikre at tiltakene gjennomføres riktig.

Dersom en operatør av arbeidsutstyr for løfting av last som ikke er styrt, verken direkte eller ved hjelp av tilleggsutstyr, kan se lasten hele veien, skal en person med kompetanse for oppgaven stå i direkte kontakt med operatøren og rettlede ham. Det skal iverksettes organisatoriske tiltak for å hindre sammenstøt med last som kan sette arbeidstakere i fare.

Arbeidet skal være organisert slik at det kan utføres fullt forsvarlig når arbeidstaker fester eller frigjør lasten for hånd, særlig når arbeidstakeren styrer arbeidsoperasjonen enten direkte eller indirekte.

Alle løfteoperasjoner skal planlegges grundig, overvåkes nøye og utføres slik at hensynet til arbeidstakernes helse og sikkerhet er ivaretatt. Dersom en last må løftes samtidig av to eller flere enheter av arbeidsutstyr for løfting, og lasten ikke er styrt, skal det fastlegges og brukes rutiner for å sikre at operatørene koordinerer arbeidet på en fullt forsvarlig måte.

Dersom arbeidsutstyr beregnet på løfting av last som ikke er styrt, ikke kan holde lasten i tilfelle helt eller delvis brudd i strømtilførselen, skal det treffes egnede tiltak for å unngå at arbeidstakerne utsettes for de farer dette innebærer. Hengende last må ikke forlates uten overvåking, med mindre adgangen til faresonen er hindret og lasten er forsvarlig opphengt og festet.

Utendørs bruk av arbeidsutstyr beregnet på løfting av last som ikke er styrt, skal opphøre når værforholdene er slik at utstyret ikke lenger kan brukes på en sikker måte. For

å unngå fare for arbeidstakerne skal det treffes hensiktsmessige vernetiltak, særlig for å unngå at arbeidsutstyret velter.

#### **§ 18-8 Tiltak ved løfteoperasjoner**

Det skal iverksettes tiltak for å sikre at arbeidstakere ikke kommer under hengende last. Dersom dette likevel er nødvendig for utførelsen av arbeidet, skal det gjøres tiltak for å sikre arbeidstakerne mot skade.

Løfteredskap skal velges slik at det står i forhold til den last som skal håndteres, og til gripepunkter, løfteøye og værforholdene, samt at det må tas hensyn til metoden for stropping og anhukning. Sammenstillinger av løfteredskap som ikke demonteres etter bruk, skal være tydelig merket slik at brukerne er klar over løfteredskapets egenskaper.

Løfteredskap skal lagres på en måte som sikrer at det ikke skades eller forringes.

## **Kapittel 19. Arbeid med mobilt arbeidsutstyr**

#### **§ 19-1 Sikkerhet for mobilt arbeidsutstyr**

Mobilt arbeidsutstyr skal være utrustet slik at det ikke oppstår fare for arbeidstaker som oppholder seg på arbeidsutstyret. Dette gjelder også faren for å komme i kontakt med eller bli fanget av hjul eller belter.

#### **§ 19-4 Farer ved velting**

Mobilt arbeidsutstyr som kan velte under bruk og som har plass for fører eller arbeidstakere skal ha:

- a) enten en vernekonstruksjon som sikrer at utstyret ikke velter mer enn en kvart omdreining, eller
- b) en konstruksjon som gir tilstrekkelig rom omkring føreren og de arbeidstakere som befinner seg på arbeidsutstyret, dersom veltebevegelsen kan fortsette mer enn en kvart omdreining, eller
- c) en annen innretning med tilsvarende virkning.

Vernekonstruksjonene kan være en integrert del av arbeidsutstyret.

Vernekonstruksjoner kreves ikke når arbeidsutstyret er stabilisert under driften, eller dersom utformingen gjør velt umulig.

Dersom det er fare for at en arbeidstaker som befinner seg på arbeidsutstyret skal kunne bli knust mellom deler av arbeidsutstyret og bakken ved velt, skal det finnes en fastspenningsinnretning for disse arbeidstakerne.

Løfte- og stablevogner som fører med seg én eller flere arbeidstakere, skal ha:

- a) en konstruksjon som hindrer velt, eller

- b) et veltesikkert vern, eller
- c) en konstruksjon som sikrer at det forblir en tilstrekkelig klaring for arbeidstakerne mellom bakken og utstyret dersom løfte- og stablevognen velter, eller
- d) en konstruksjon som spenner arbeidstakerne fast til føreriset og derved hindrer at de blir knust mellom bakken og deler av løfte- og stablevognen ved velt.

Traktor skal være utstyrt med typegodkjent førervern [førerhus eller verneramme] som beskytter føreren ved velt og steiling.

### § 19-5 Farer ved motordrevet arbeidsutstyr

Arbeidsutstyr med egen framdrift som under forflytting kan utgjøre en fare for arbeidstakere, skal oppfylle følgende vilkår:

- a) Det skal ha innretninger som hindrer utilsiktet start.
- b) Det skal ha egnede innretninger som reduserer følgene av en kollisjon til et minimum, dersom det finnes flere bevegelige maskiner på samme bane.
- c) Det skal finnes en innretning for å bremse og stoppe utstyret. Dersom hensynet til sikkerheten krever det, skal det finnes en nødstopppinnretning som kan betjenes med en lett tilgjengelig betjeningsinnretning, eller et automatisk system for å nedbremse og stoppe utstyret i tilfelle svikt i hovedbremseinnretningen.
- d) Dersom førerens direkte synsfelt ikke er tilstrekkelig til at arbeidstakernes sikkerhet kan ivaretas, skal det installeres egnede hjelpeinnretninger som kan gi fullt forsvarlig sikt.
- e) Arbeidsutstyr beregnet på bruk om natten eller på mørke steder skal være utstyrt med fullt forsvarlig belysning som er tilpasset det arbeidet som skal utføres.
- f) Arbeidsutstyr som kan utgjøre brannfare, enten i seg selv eller med hensyn til det som slepes eller transporteres, og som kan sette arbeidstakere i fare, skal være utstyrt med egnet brannsløkkingsutstyr dersom slikt utstyr ikke er innen rekkevidde på den plassen der arbeidsutstyret brukes.
- g) Fjernstyrt arbeidsutstyr skal stoppe automatisk straks det beveger seg ut av det området hvor det kan styres.
- h) Fjernstyrt arbeidsutstyr som under normale bruksforhold kan innebære fare for at arbeidstaker kan bli påkjørt eller fastklemt, skal ha innretninger som hindrer dette, med mindre det er andre egnede innretninger på stedet som hindrer faren for påkjøring og fastklemming.

Mobilt arbeidsutstyr med forbrenningsmotor skal ikke brukes i arbeidsområder, med mindre det kan sikres at det finnes tilstrekkelig mengde frisk luft slik at arbeidstakerne ikke utsettes for skade på liv eller helse.

## Kapittel 23. Risikovurderinger, opplæring og informasjon ved manuell arbeid

### § 23-1 Risikovurdering ved planlegging, utforming og utførelse av manuell arbeid

I forbindelse med planlegging, utforming og utførelse av manuell arbeid skal arbeidsgiver sørge for en enkeltvis og samlet vurdering av de organisatoriske forhold som kan innebære risiko for helseskade hos arbeidstaker.

Ved vurdering av arbeid som skal utføres manuelt, skal arbeidsgiver særlig ta hensyn til:

a) **Objektets art**

Manuell håndtering kan særlig føre til helseskade dersom objektet:

- er for tungt eller for stort,
- er uhåndterlig eller gir dårlig tak,
- er ustøtt eller har et innhold som kan forskyve seg,
- har en slik plassering at det må holdes på avstand fra kroppen eller ved å bøye eller vri kroppen eller
- på grunn av sin ytre form eller konsistens kan påføre arbeidstaker skader, særlig ved sammenstøt.

b) **Fysiske anstrengelser**

En fysisk anstrengelse kan særlig føre til helseskade dersom den:

- er for stor,
- må medføre vridning av kroppen,
- kan sette tunge gjenstander i brå bevegelser eller
- utføres med kroppen i en ustø stilling.

c) **Arbeidsmiljøets utforming**

Arbeidsmiljøets utforming kan føre til økt risiko for helseskade dersom:

- det ikke er tilstrekkelig plass til å utføre arbeidsoppgaven,
- gulvet er ujevnt og kan forårsake snubling, eller er glatt for arbeidstakers fottøy,
- gulvet eller arbeidsunderlaget har nivåforskjeller som innebærer at objektet må håndteres i ulike høyder,
- gulvet eller støttepunktet er ustøtt,
- arbeidsplassen eller arbeidsmiljøet ikke gir arbeidstaker mulighet til å håndtere objektet manuelt i en forsvarlig høyde eller i en hensiktsmessig arbeidsstilling, eller
- temperaturen, fuktighetsgraden eller ventilasjonen ikke er hensiktsmessig.

d) **Arbeidsoppgaven**

Arbeidsoppgaven kan særlig føre til helseskader dersom den innebærer ett eller flere av følgende forhold:

- for hyppige, ensformige og langvarige arbeidsoperasjoner som særlig belaster muskel- skjelettsystemet. Statisk arbeid skal reduseres i størst mulig grad,

- løfting, senking eller bæring over for store avstander,
- utilstrekkelig tid for nødvendig hvile eller restitusjon eller
- et arbeidstempo som bestemmes av en prosess som arbeidstaker ikke kan regulere.

### **§ 23-2 Opplæring om ergonomisk belastende arbeid**

Ved ergonomisk belastende arbeid som tungt eller ensformig arbeid eller arbeid ved dataskjerm, skal arbeidstakerne gis opplæring i hvordan arbeidet er organisert, hensiktsmessig arbeidsteknikk, valg og bruk av arbeidsklær og bruk av hjelpemidler.

### **§ 23-3 Informasjon om risiko i tilknytning til ergonomisk belastende arbeid**

Arbeidsgiver skal sørge for at arbeidstakerne og deres representanter gis nødvendig informasjon om ergonomiske risikofaktorer knyttet til tungt eller ensformig arbeid og arbeid ved dataskjerm som kan medføre helseskade, og hvordan helseskade kan unngås.

Når det er mulig skal arbeidstakerne informeres om vekt og stabilitet for gjenstander det arbeides med.

Arbeidstakerne skal informeres om de helsemessige konsekvenser av ikke å utføre arbeidet eller ikke å bruke dataskjermarbeidsplassen i samsvar med opplæring og veiledning.

## **Kapittel 32. Avsluttende bestemmelser**

### **§ 32-1 Straff**

Forsettlig eller uaktsom overtredelse av denne forskriften eller vedtak gitt i medhold av denne, eller medvirkning til dette, er straffbart i henhold til arbeidsmiljøloven kapittel 19.

A series of horizontal lines forming a notepad grid, with a vertical red margin line on the left side.



**LUKS**

Pb. 493 Sentrum, 0105 OSLO

E-post: [luks@luks.no](mailto:luks@luks.no)

Tlf: 22 42 95 90

