

# Grunnkurs i HMS

**Digitalt kurs kombinert med 2 dager  
undervisning via «Teams»**

**19. oktober og 9. november - 21**

## Målgruppe

Kurset er beregnet for verneombud, medlemmer av AMU, ledere og andre med HMS-ansvar i bedriften.

Kurset tilfredsstillende arbeidsmiljølovens krav til grunnopplæring i arbeidsmiljø for verneombud, medlemmer i AMU og ledere. (Ledere kan evt. isteden velge "HMS for ledere", som er et mindre omfattende kurs).

## Hvorfor gå på dette kurset

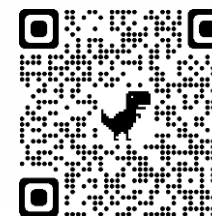
Som leder, verneombud eller AMU-medlem får du på kurset innføring i hva systematisk og dokumentert helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid innebærer for din virksomhet og for den enkelte.

Du lærer hvordan leder, verneombud og øvrige ansatte sammen kan arbeide for å utvikle og vedlikeholde et godt arbeidsmiljø, med konstruktive metoder.

På kurset får du anledning til å lære av andre, samt dele gode erfaringer. Vi legger stor vekt på kvalitet i undervisningen, og ønsker derfor innspill og spørsmål fra kursdeltakerne.

Kursbevis ved gjennomførte kursdager inkl. digitalt kurs.

# Program



**2 kursdager med undervisning via «Teams»:** [Grunnkurs i HMS \(ListerBHT01\)](#)  
**19. oktober og 9. november: kl. 08.30 – 15.00.**

Programinnhold begge dager:  
Lovverk, internkontroll, HMS-rollene  
Psykososialt arbeidsmiljø  
Balanse mellom aktivitet og hvile  
Sykefraværarbeid  
Yrkeshygieniske tema (Inneklima, kjemisk helsefare, støy, belysning)  
Akan  
Brannvern

**Digitalt kurs:** [HMS grunnkurs arbeidsmiljø \(NI002\)](#)

**Gjennomføres mellom 19. oktober og 9. november. Filmatisert innførende kunnskap om bl.a:**

Arbeidsmiljøloven og internkontroll  
Risikovurdering  
Ansvar og roller i HMS arbeidet  
Mobbing og trakassering  
Rus  
Kjemisk/ biologisk eksponering  
Ergonomi

Med forbehold om mindre endringer i programmet

## OM LISTER BHT

Lister BHT er en godkjent fellesordning som har ca 140 medlemsbedrifter med ca 6000 ansatte. Tjenesten er av «nonprofit» type. Det vil si at den eies av medlemsbedriftene og administreres av ett styre med representanter fra enkelte av bedriftene.

Vårt team består av sykepleiere, fysioterapeut, yrkeshygieniker, HMS-sekretær og lege.

Vår visjon er å være «ditt knutepunkt i HMS-arbeidet».

Våre verdier er:  
Nær – Raus – Solid.

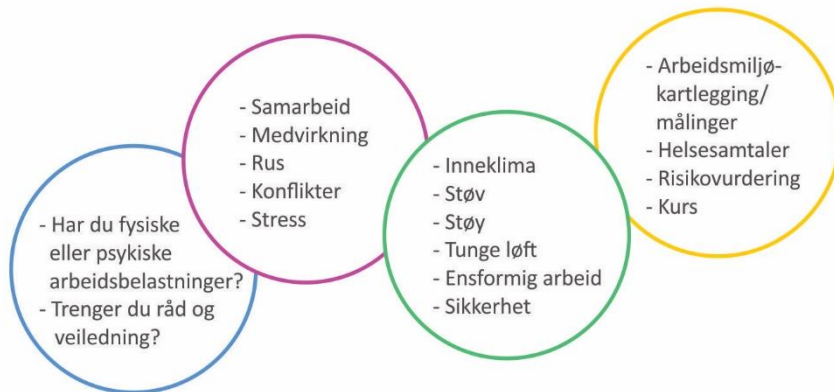
### Påmelding

Frist: Tirsdag 12. oktober -21

Påmelding via vår hjemmeside [www.bhtlister.no](http://www.bhtlister.no)  
Eller direkte til vår [kursbutikk/](#) eller bruk QR-koden

**Pris** (2 kursdager + digitalt kurs)  
Medlemmer kr.6200,- / andre kr.7300,- (eksl. MVA)

Ved ev. problemer med påmeldingen: kontakt oss på tlf:  
99091662 (kl. 08.00 – 15.30) eller til [kurs@bhtlister.no](mailto:kurs@bhtlister.no)



# Grunnkurs i HMS