

# *Kurs og fagbrev*

*Styrk din fagkompetanse!*





## *Ren og nær verdiskapning*

Lilleborg har lange tradisjoner som Norges ledende totalleverandør av hygiene og rengjøringsløsninger til det profesjonelle markedet.

I juni 2024 ble Lilleborg kjøpt opp av Solenis, som er et verdensomspennende selskap med høy kompetanse innen renhold, hygiene og infeksjonskontroll. Lilleborg er nå en del av Diversey, a Solenis company. Diversey har vært en nær samarbeidspartner for Lilleborg i mange år, med velkjente produkter allerede tilgjengelig i vår portefølje.

Vi driver hele verdikjeden, inkludert produktutvikling og produksjon, og har det bredeste løsningstilbudet på markedet. Lilleborg har dermed dypere og bredere totalkompetanse innenfor vårt område enn noen annen leverandør i Norge.

Fagavdelingen ved Lilleborg forvalter og formidler kunnskap innen alle former for profesjonelt renhold og hygiene. Avdelingen har ansatte med bakgrunn fra næringsmiddelhygiene, serviceledelse, kjemi/laboratorium, renholdsplanlegging, spesial- og byggrenhold (RTB), samt lang erfaring fra ulike deler innenfor renholdsfaget.

Vi tilbyr et bredt spekter av kurs innen ulike renholdsfaglige områder; fagbrevkurs, innføring i renholdsstandarden NS-INSTA 800:2018, kurs i ledelse og motivasjon, dilemmatretning, HMS, hygiene og smitterenhold. Dersom du ikke skulle finne det kurset du ønsker deg i vår kurskatalog, ta kontakt! Vi kan skreddersy kurs til å passe dine behov.

*Ta kontakt med Lilleborg for pristilbud og ytterligere informasjon.*

## Innhold

Ren og nær verdiskapning .....	2
<b>1</b> Fagbrevkurs i renholdsoperatørfaget .....	4
<b>2</b> Gulvpleie: Riktig renhold og vedlikehold av gulv .....	5
<b>3</b> Motivasjon og teamarbeid .....	6
<b>4</b> Renholdsledelse og dilemmatrening .....	7
<b>5</b> HMS: Innemiljø og ergonomi.....	8
<b>6</b> Byggrenhold: Rent tørt bygg .....	9
<b>7</b> NS-INSTA800:2018.....	10
<b>8</b> Tøyvaskekurs.....	11
<b>9</b> Hygiene og smitterenhold .....	12
<b>10</b> Sanitær og badeanlegg .....	13
<i>Våre fagpersoner</i> .....	14

# 1 Fagbrevkurs i renholdsoperatørfaget



## Mål

Å gi kursdeltakerne et godt teoretisk grunnlag for å bestå den skriftlige eksamen i renholdsoperatørfaget. Etter endt kurs skal deltakerne være kjent med alle emner som ligger til grunn i læreplanen, samt ha god trening i å besvare eksamensoppgaver.

## Målgruppe

Renholdere som ønsker å formalisere sin kompetanse ved å ta et fagbrev i renholdsoperatørfaget, men også renholdere som ønsker et omfattende kurs som tar for seg et variert spekter av yrkets mange utfordringer.

## Kursinnhold

Gjennom 10 samlinger skal Kursdeltagerne delta aktivt med både erfaringsutveksling, oppgaveløsning og få en innføring i renholdsteori. I tillegg skal de også levere inn oppgaver som er eksamensforberedende. Det er ett tema for hver samling. Disse er hentet fra læreplan i renholdsoperatørfaget. Dette kurset vil kreve en del lesing og jobbing med oppgaver på egenhånd. Oppgavene er forberedelse til eksamen, som er skriftlig. Det er lagt opp til to tentamener for at deltagerne skal få erfaring med å "ta eksamen".

## Varighet

*Kurset avholdes normalt 2 ganger per år i Lilleborg sine lokaler i Oslo. Ut over dette settes det også med jevne mellomrom opp kurs i landets andre store byer, så sant det er tilstrekkelig med deltakere. Kurset kan også avholdes på forespørsel i hele landet som bedriftsinterne kurs, og skreddersys etter kunden ønske i forhold til tidsperspektivet.*

## 2 Gulvpleie: Riktig renhold og vedlikehold av gulv



### Mål

Kursdeltakerne skal få kunnskap om de vanligste gulvtypene, og hvilke renholdsmetoder som er anbefalt for å ta best mulig vare på gulvet over tid.

### Målgruppe

Renholdere som utøver daglig renhold av gulvflater, samt temporært renhold. Kurset passer også for renholdsledere eller andre som ønsker et kostnadseffektivt gulvrenhold over tid.

### Kursinnhold

- › Materiallære gulv: Hvilke egenskaper har de ulike gulvtypene?
- › Gulvpleie: Hvorfor skal vi pleie gulvet, og hvilke alternativer finnes?
- › Metoder og utstyr for et kostnadseffektivt gulvrenhold: Hvorfor er det så viktig med riktig renhold og vedlikehold? Hvordan systematisk behandle gulv for å unngå årlig oppskuring ?
- › Problemer og problemløsning: Hvilke utfordringer kan oppstå, og hvordan skal de løses?
- › Oppsett av gulv fra grunnen av: Hvordan sikre at dette blir utført korrekt?

### Varighet

*Tilpasses kundens ønske, vanligvis fra 2 til 4 timer. Dette kurset kan også kombineres med andre kurs, dersom et mer variert kursinnhold er ønskelig.*

## 3 *Motivasjon og teamarbeid*



### Mål

Å skape gode rammer for renholdsorganisasjoner som ønsker å ha motiverte medarbeidere som spiller på lag. Kurset kan tilpasses konkrete problemstillinger etter kundens ønske, og kan benyttes som et ledd i en endringsprosess – dette kan være spesielt aktuelt ved implementering av nye renholdsmetoder eller ved innføring av NS-INSTA 800.

### Målgruppe

Alle som ønsker en ny giv og en vitamininnsprøyting i sin renholdsorganisasjon. Kurset passer for husøkonomer, så vel som utøvende renholdere.

### Kursinnhold

- › Motivasjon: Hva motiverer oss til å gå på jobb?
- › Teamarbeid og konflikthåndtering, hva må leder og ansatte gjøre for å bidra til at teamet blir best mulig?
- › Kommunikasjon, hvordan skal vi snakke sammen?
- › Endring/utvikling, en viktig del av å være en moderne organisasjon.

### Varighet

*Tilpasses kundens ønske, vanligvis fra 3- 6 timer. Dette kurset kan også kombineres med andre kurs, dersom et mer variert kursinnhold er ønskelig.*

## 4 Renholdsledelse og dilemmatrening



### Mål

Å gjøre renholdsledere mer rustet til å løse problemer og konflikter i egen organisasjon, ved å dele og diskutere reelle problemstillinger. Ved å drøfte både tabubelagte og vanskelige dilemmaer ønsker vi å øke bevisstheten på hvordan god kommunikasjon og innsikt kan fremme et godt fungerende lederskap.

### Målgruppe

Renholdsledere, husøkonomer, driftsansvarlige og andre med personalansvar innen renhold som ønsker å utveksle kompetanse og utvikle seg som ledere.

### Kursinnhold

Teamarbeid og konflikthåndtering; hvordan få en gruppe mennesker til å fungere best mulig sammen? Målsetninger og lederoppgaver, hva kjennetegner en god leder? Kommunikasjon og dilemmatrening. Her drøftes en rekke dilemmaer som kan oppstå, deltakerne er aktivt med og kan komme med aktuelle problemstillinger fra sin arbeidsplass. Oppsett av gulv fra grunnen av: Hvordan sikre at dette blir utført korrekt?

### Varighet

*Tilpasses kundens ønske, vanligvis fra 3 til 6 timer. Kurset kan både settes opp internt hos kunde, eller arrangeres i Lilleborg sine lokaler i alle store byer – gjerne med ulike kunder tilstede for et bredere spekter for kompetanseutveksling.*

## 5 HMS: Innemiljø og ergonomi



### Mål

Å gi kursdeltakerne et bevisst forhold til hvordan kroppen skal benyttes for å skape minst mulig uheldig belastning ved utførelse av profesjonelt renhold.

### Målgruppe

Kurset henvender seg først og fremst til de som utfører renhold. Renholdsledere og verneombud kan også ha nytte av dette kurset.

### Kursinnhold

- › Kroppens behov: Hvordan tilpasse arbeidet til kroppen?
- › Utstyr og metoder som skal sikre en ergonomisk riktig arbeidshverdag
- › utfordringer i renhold: Fra problem til løsning
- › Risikofaktorer: Hvilke konsekvenser kan feil bruk av kroppen føre til?
- › Erfaringsutveksling: Det vil bli lagt stor vekt på kursdeltakernes egne erfaringer og god tid til å stille spørsmål knyttet til egen arbeidsplass

### Varighet

*Tilpasses kundens ønske, vanligvis fra 2 til 4 timer. Dette kurset kan også kombineres med andre kurs.*



## 6 Byggrenhold: Rent tørt bygg



### Mål

Å bevisstgjøre kursdeltakerne viktigheten av renhold i byggeperioden for å sikre et godt inneklima i ferdige bygg. Rent Tørt Bygg (RTB) sikrer også et bedre arbeidsmiljø, samt en mer effektiv arbeidsplass for de som arbeider i bygningen.

### Målgruppe

Renholdsbyråer, renholdere, byggherrer eller andre som er eller kommer til å være i befatning med renholdsprosessen i nybygg eller rehabiliteringer.

### Kursinnhold

- › Formålet med Rent Tørt Bygg (RTB): Hvorfor skal dette innføres?
- › Smussforebyggende tiltak under byggeprosessen: Hvordan overholde RTB?
- › Soneinndeling: hva er dette og hvordan skal det brukes?
- › Fallgruver: Hvilke utfordringer kan oppstå underveis?
- › Måleinstrumenter for objektive målinger: Hvordan skal disse benyttes og hvilken nytte har det?
- › Utstyr og maskiner: Hva er nødvendig for å kunne overholde RTB-normene på enklest mulig måte?
- › Vi tar for oss renhold i hele byggeprosessen, fra råbygg til ferdig bygg – klare for innflytting.

### Varighet

*Tilpasses kundens ønske, anbefalt fra 2 til 4 timer.*

# 7 NS-INSTA 800:2018



## Mål

Å gi en grundig innføring i NS-INSTA 800; forstå hva det er, hvorfor det er utviklet og hva det brukes til. Videre skal kursdeltakere få en forståelse for de ulike definisjonene og begreper, samt hovedprinsipper. Hva skal til for å implementere dette til egen virksomhet – også i tilfeller hvor renholdet er satt ut til en tredjepart.

## Målgruppe

Alle de som ønsker å bli bedre kjent med NS-INSTA 800. Kurset er beregnet på de som administrerer renholdsansvarlige, samt de som arbeider med renhold daglig. Du trenger ingen forkunnskaper for å delta.

## Kursinnhold

- > Innføring i NS-INSTA 800: Hovedprinsipper/oppbygging, begreper og prosesser
- > Standardens bruksområder: Renhold og omfanget for regelmessig renhold. Hvordan skal man benytte NS-INSTA 800?
- > Kvalitetsprofiler: Gjennomgang av systemets kvalitetsnivåer og hva som passer til ulike typer virksomheter
- > Kontroll av renholdskvalitet: Visuell bedømmelse av rengjøringskvalitet, inklusive håndtering av spesielle forhold. Hvordan gå kontroller – fremgangsmåte. Planlegging, dokumentasjon av kontroller og rapportering, samt objektive målinger med instrumenter
- > Befaring: Praktisk befaring i ulike romgrupper. Teorien blir satt ut i praksis.
- > Avsluttende prøve: Hva har vi lært? Prøven vil bli gjennomgått avslutningsvis og det vil være rom for å ta opp det som eventuelt er vanskelig
- > Kursbevis: Etter endt kurs vil alle deltakere motta kursbevis per post

## Varighet

*Kurset avholdes med jevne mellomrom i Lilleborg sine lokaler, da som heldagskurs. Ut over dette kan kurset avholdes på forespørsel i hele landet og skreddersys etter kunden ønske, da med varighet fra 3 til 6 timer.*

# 8 Tøyvaskekurs



## Mål

Få rent tøy på en tilfredsstillende måte.

## Målgruppe

Husøkonomer, driftsansvarlige og vaskeriansatte.

## Kursinnhold

### HMS

- > Kjemikunnskap
- > Verneutstyr
- > Risikovurdering
- > Regelverk/ lovverk

### Maskinlære

- > Maskintyper

### Tekstiler

- > Tekstiltyper
- > Bruksområder, styrker og svakheter
- > Spesialtekstiler, (synlighetstøy, flammehemmende, barrieretekstiler)

### Kjemi

- > Kjemikalietyper
- > Bruksegenskaper

### Prosesslære

- > Sinners sirkel
  - Kjemi
  - Tid
  - Temperatur
  - Mekanikk
- > Kjemi, virkemåte og bruksområder
- > Oppbygging av vaskeprogram og resepter

### Hygiene

- > Krav til termisk desinfeksjon
- > Krav ved kjemotermisk desinfeksjon KTD
- > Personlig hygiene

### Renhold av produksjonsutstyr

## 9 Hygiene og smitterenhold



### Mål

Gi kursdeltakerne innsikt i viktigheten av god personlig hygiene, samt hvordan ulike typer smitte i institusjoner kan forebygges ved hjelp av gode innarbeidede rutiner.

### Målgruppe

Dette kurset passer for ledere som overordnet skal sikre et hygienisk og sikkert renhold på ulike institusjoner, så vel som den enkelte renholder som ønsker å lære mere om gode rutiner for å forhindre smitte, samt grunnen til at disse rutinene kan være forskjellen på liv og død for en pasient.

### Kursinnhold

- > Håndvask: Når, hvordan, hvor lenge skal dette gjøres?
- > Arbeidsantrekk: Hvordan skal arbeidstøyet behandles, hvilke rutiner er gjeldende for bruk av smykker, klokker, o.l.?
- > Egen helse: Hvilke tiltak er nødvendige for å sikre egen helse i et smittebelastet miljø?
- > Smitteveier og smitteverntiltak: Hvordan sprer smitten seg og hvordan hindre dette?
- > Daglig, ukentlig og periodisk renhold: Hvilke tiltak kan iverksettes for å forhindre smitte?
- > Nedvask ved smitte: Hvilke rutiner er gjeldende for de ulike smittetyperne?

### Varighet

*Tilpasses kundens ønske, kurset kan tilpasses fra 3 til 6 timer. Dette kurset kan også kombineres med andre kurs, dersom et mer variert kursinnhold er ønskelig.*

## 10 Sanitær og badeanlegg



### Mål

Øke kunnskapen om renhold og hygiene i badeanlegg.

### Målgruppe

Kurset passer for alle som jobber innen renhold på badeanlegg og som ønsker en grunnleggende innføring eller en oppfriskning. Vi ønsker å skape en ramme for dagen med rom for erfaringsutveksling og nettverksbygging.

### Kursinnhold

Dette kurset vil belyse betydningen av renholdsmetoder og løsninger, bruk av kjemikalier og renholdsmidler i svømme/ bad- og idrettsanlegg. Videre vil kurset belyse renholdernes rolle i et HMS perspektiv, noe som gir økt kunnskap for å sikre en bedre og tryggere hverdag.

### Varighet

*Tilpasses kundens ønske, kurset kan tilpasses fra 3 til 6 timer. Dette kurset kan også kombineres med andre kurs, dersom et mer variert kursinnhold er ønskelig.*

# Våre fagpersoner

## Frank Nybø

*Regionsjef Nord & leder fagavdeling  
Institutional Norge*

Frank har jobbet med stort engasjement innen de fleste fagområder i Lilleborg siden 1990. Han har høy kompetanse innen fagområdene, med lang praktisk erfaring innen kjøkkenhygiene og renhold. Etter å ha jobbet som selger i mange år ble han utnevnt som første Fagsjef i Lilleborg utenfor Oslo med fagområde Building Care. Han har stort fokus på å teste ut nye metoder og det å synliggjøre viktigheten med å ta i bruk maskiner i renhold. De siste 14 årene har han arbeidet som regionsjef i Region Nord som leder for både selgere og serviceteknikere. Nå har han i tillegg ansvaret for fagavdelingen. Frank sin detaljerte fagkunnskap og bransjeeerfaring skal sikre at Lilleborg sine kunder får gode rutiner og dagsaktuelle kurs.

Mob.: 982 66 362 E-post: [FNybo@solenis.com](mailto:FNybo@solenis.com)



## Tommy Harsvik

*Fagansvarlig Hygiene, Renhold & Renholdsplanlegging  
Institutional Norge*

Tommy har over 30 års erfaring innenfor renholdsfaget. I sin yrkeskarriere har han blant annet vært renholdsleder med ansvar for 150 renholdere, vært med på oppbygging av et renholdsfirma spesialisert på byggrenhold. Tommy var den første mannen i Norge som tok fagbrev som renholdsoperatør. Til daglig jobber Tommy som foredragsholder og problemløser. Han utvikler kursmateriell og har hovedansvaret for opplæring i renholdsoperatørfaget i Lilleborg. NS INSTA 800 nivå 4 sertifisert.

Mob.: 998 99 990 E-post: [THarsvik@solenis.com](mailto:THarsvik@solenis.com)



## Marianne Søderberg

*Fagansvarlig Hygiene, Renhold og Renholdsplanlegging  
Institutional Norge*

Marianne har jobbet 17 år med sykehus- og smitterenhold. Hun har også 8 års erfaring med renholdsledelse med blant annet implementering og gjennomføring av NS INSTA 800, renholdsplanlegging og fagopplæring. Hun jobber daglig med å utarbeide renholdsplaner for både privat og offentlig sektor. Marianne er dedikert til å hjelpe kundene med å lage kostnads- effektive renholdsplaner samt å anbefale riktig metoder og utstyr som er ergonomisk riktig for renholderne. Hun tenker praktisk og ergonomisk, og fokuserer på å tilrettelegge for best mulig renholdshverdag. NS INSTA 800 nivå 4 sertifisert.

Mob.: 915 16 030 E-post: [MSoderberg@solenis.com](mailto:MSoderberg@solenis.com)



# Lilleborgs kundesenter svarer på alle spørsmål.



## *Priser*

Alle kurs prises individuelt med mindre annet er oppgitt. Vi tar utgangspunkt i veiledende priser og kundeavtaler ved prissetting av kursene. Det kan gis rabatt ved større oppdrag. Ta kontakt for et uforpliktende pristilbud.

## *Påmelding og bestilling av kurs*

For mer informasjon, påmelding ved oppsatte kurs, bestilling av kurs eller pristilbud kontakt kundesenteret på tlf. 815 36 000 eller besøk [www.lilleborg.no](http://www.lilleborg.no).

## *Telefon kundesenter*

815 36 000

## *E-post*

Service og andre henvendelser: [kundeservice.lilleborg@solenis.com](mailto:kundeservice.lilleborg@solenis.com)

Ordrekontor: [ordre.lilleborg@solenis.com](mailto:ordre.lilleborg@solenis.com)

## *Fakturaer, betaling eller leveranser:*

[customer.lilleborg@solenis.com](mailto:customer.lilleborg@solenis.com)

## *Åpningstider*

Mandag – torsdag kl. 08.00 – 16.00 (fredag til 15.30)

(I romjulen, dagene før påske, i juli-måned og første uken i august holder vi åpent fra kl. 09.00 – 15.00)

## *Adresser*

Besøksadresse: Hoffsvæien 21/23, 0257 Oslo

Postadresse: Postboks 643, Skøyen, 0214 Oslo



Lilleborg skaper verdi gjennom effektive og bærekraftige hygiene- og rengjøringsløsninger til det profesjonelle markedet.

*Lilleborg - ren og nær verdiskapning*