

Risikovurdering

Kartlegging av farer, vurdering av risiko og tiltak – mal med 5×5-risikomatrise

Bedrift	
Arbeidsområde, avdeling eller aktivitet som vurderes	
Dato	
Deltakere (leder, verneombud, ansatte)	
Neste planlagte gjennomgang	

Slik bruker du malen

Arbeidsmiljøloven § 3-1 og internkontrollforskriften § 5 nr. 6 krever at farer kartlegges, risiko vurderes og at det lages planer og tiltak. Dette skal dokumenteres skriftlig. Det finnes ingen påbudt mal – innholdet er det som teller.

1. Del arbeidet inn i områder eller arbeidsoppgaver. Ta én om gangen.
2. Kartlegg farene sammen med dem som gjør jobben og verneombudet. Bruk avvik, nestenulykker og funn fra vernerunder.
3. Skriv ned hva som kan skje, og hvem som kan bli skadet.
4. Sett sannsynlighet (S) og konsekvens (K) fra 1 til 5 med skalaene under, og regn ut risiko = $S \times K$. Finn nivået i matrisen.
5. Alt som er høy eller kritisk, får tiltak, ansvarlig og frist. Vurder tiltak også for middels.
6. Vurder restrisikoen – hva S og K blir når tiltakene er gjort – og om den er akseptabel.
7. Følg opp at tiltakene blir gjort. Oppdater vurderingen ved endringer, etter alvorlige avvik og minst én gang i året.

Skalaer for sannsynlighet og konsekvens

Sannsynlighet (S)

S	Betegnelse	Hvor ofte
1	Svært lite sannsynlig	Sjeldnere enn hvert 10. år
2	Lite sannsynlig	En gang i løpet av 1–10 år
3	Mulig	Omtrent en gang i året
4	Sannsynlig	Flere ganger i året
5	Svært sannsynlig	Hver måned eller oftere

Konsekvens (K)

K	Betegnelse	Hvor ille
1	Ubetydelig	Ingen skade
2	Liten	Skade som krever førstehjelp
3	Middels	Skade som gir sykefravær
4	Alvorlig	Alvorlig skade, langt fravær
5	Svært alvorlig	Død eller alvorlig varig skade

Skalaene er forslag. Dere kan tilpasse dem, men bruk de samme gjennom hele vurderingen, så to personer som vurderer samme fare havner på samme rute.

Risikomatrise 5×5

Sannsynlighet ↑ · Konsekvens →

S 5 Svært sannsynlig	5	10	15	20	25
S 4 Sannsynlig	4	8	12	16	20
S 3 Mulig	3	6	9	12	15
S 2 Lite sannsynlig	2	4	6	8	10
S 1 Svært lite sannsynlig	1	2	3	4	5
	K 1 Ubetydelig	K 2 Liten	K 3 Middels	K 4 Alvorlig	K 5 Svært alvorlig

Nivå	Risiko (S × K)	Hva gjør vi
Lav	1–3	Akseptabel. Følg med.
Middels	4–8	Vurder tiltak.
Høy	9–14, og konsekvens 5 med sannsynlighet 1	Tiltak kreves, med ansvarlig og frist.
Kritisk	15–25, og konsekvens 5 med sannsynlighet 2 eller mer	Stans aktiviteten til tiltak er på plass.

Hvorfor konsekvens 5 aldri er lav: med ren multiplikasjon blir «lite sannsynlig dødsfall» ($1 \times 5 = 5$) bare middels. Farer som kan drepe eller gi varig skade, skal alltid ha tiltak.

Kartlegging, risikovurdering og tiltak

Første rad er et utfylt eksempel – slett den når dere har fylt inn egne. Restrisiko er $S \times K$ etter at tiltakene er gjort.

Nr.	Arbeidsoppgave / område	Fare – hva kan skje?	Hvem kan bli skadet?	S	K	Risiko	Tiltak	Ansvarlig	Frist	Restrisiko
Eks.	Varelager, henting fra øverste hylle	Fall fra stige eller ved klatring i reolen	Lagermedarbeidere (3)	3	4	12 Høy	Kjøpe plattformstige med rekkverk. Forby klatring i reoler. Gå gjennom rutinen på personalmøtet.	Daglig leder	01.12.2026	$1 \times 4 = 4$ Middels

Oppfølging og godkjenning

Kontroller at tiltakene er gjort, og om de virket. Risikovurderingen skal gjentas regelmessig og ved endringer som kan ha betydning for risikoen, for eksempel nytt utstyr, nye lokaler, nye arbeidsoppgaver eller etter en alvorlig hendelse.

Nr.	Tiltak	Utført (dato)	Kontrollert av	Virket tiltaket? Kommentar

Godkjenning

Gjennomgått med verneombud (dato og signatur)	
Godkjent av leder (dato og signatur)	
Neste gjennomgang (dato)	

Regelverket finnes på lovdata.no, og Arbeidstilsynet har veiledning på arbeidstilsynet.no. Malen er et utgangspunkt og ikke juridisk rådgivning.