

Den første morgentime er i rute  
For natten er blitt gråhåret og blek.  
Nå holder verden pusten sin der ute  
Og månen er en gyllen tankestrek.

Nå er det sent. Nå er det tidlig.....

Kilde: [Musixmatch](#)

Låtskrivere: Ingvar Hovland / Oyvind Staveland



# Arbeidstid – en sikkerhetsrisiko?



Foto: Marie Von Krogh

Professor Reason wrote: *'I once heard a speaker say, 'Safety management, that's not rocket science.' He was right. Rocket science is trivial compared to managing safety'*

Elisabeth Vaagen, Petroleumstilsynet, 2023

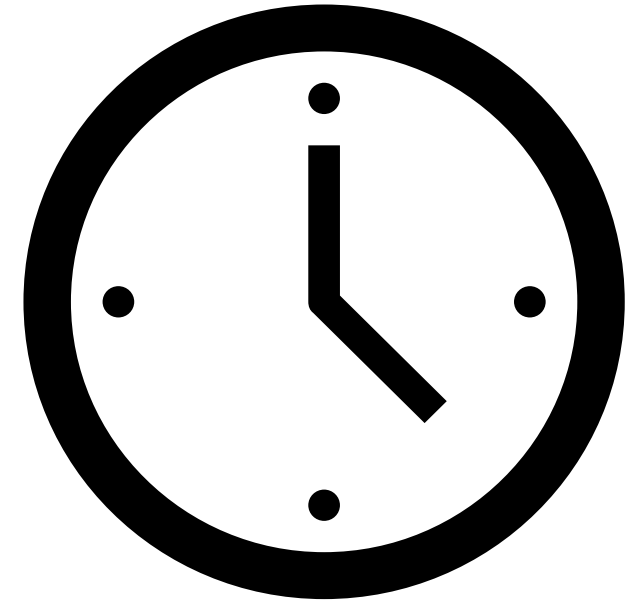


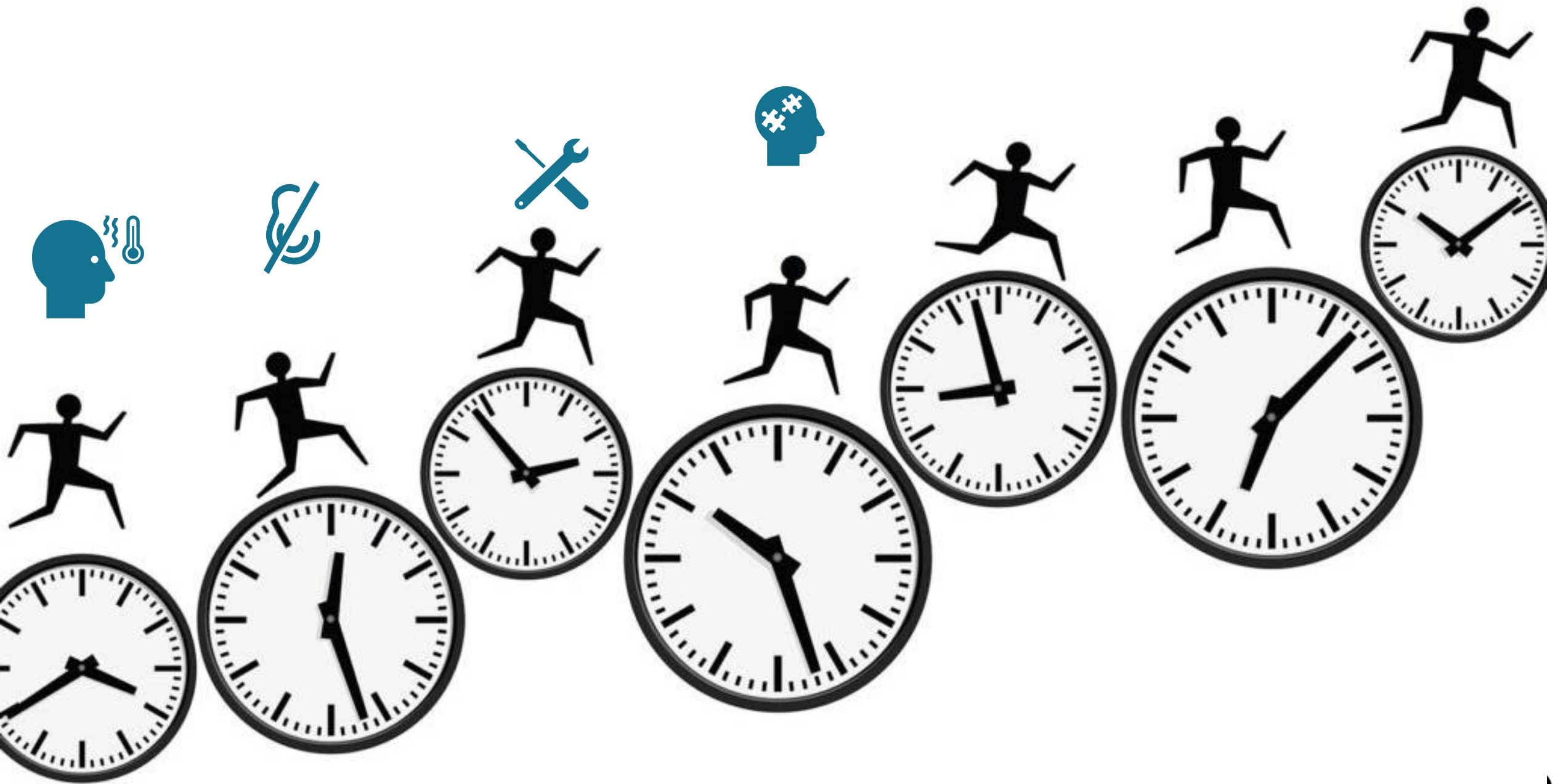
# Betydningen av tid- tid en faktor

- «Det tar alltid lengre tid enn du forventer, selv om du regner med Hofstadters Lov.» – [Douglas Hofstadter](#)
- «Tid er penger.» – [Benjamin Frankl](#)
- «Tid er det du måler med en klokke.» – [Albert Einstein](#)

$$s = vt$$

( $v$  er fart,  $s$  er strekning,  $t$  er tid)





# Hva skjer med den blå bilen?



<https://www.youtube.com/watch?v=U1saQoMRD8A>





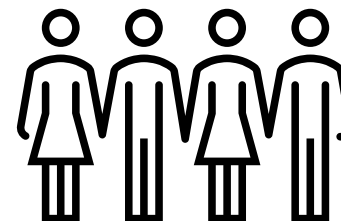
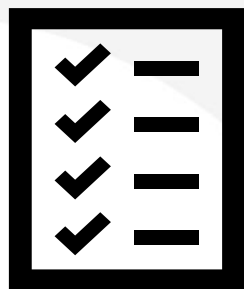
Vi er alle "superhelter", eller?



<https://creazilla.com/nodes/1686988-idea-hero-of-the-company-employee-illustration>



# Aktivitet, bemanning og tilrettelegging av arbeid





# Definisjoner av fatigue

*«Reduksjon i fysisk og/eller mental kapasitet som et resultat av søvmangel og eller fysisk, mental eller emosjonell anstrengelse. Utmattelse kan utvikles etter gjentatt eksponering for arbeidsmiljøfaktorer som er belastende fysisk og/eller mentalt, og kan resultere i helsefare og økt sikkerhetsrisiko.»*

<https://www.ptil.no/trepartsamarbeid/sikkerhetsforum/rapporter/forebygging-og-handtering-av-utmattelse-fatigue-hos-ansatte-i-petroleumsnaringen/>

*«En tilstand av fysisk og/eller mental utmattelse/trøtthet som følge av faktorer som utilstrekkelig søvn, langvarige våkenperioder, arbeids- og hviletidsordninger som er usynkrone med den cirkadiske døgnrytmen (naturlig døgnrytme) og fysisk, mental eller emosjonell utmattelse som kan svekke oppmerksomheten og evnen til å føre et skip eller utføre sikkerhetsrelaterte oppgaver på en trygg og sikker måte".»*

[International Maritime Organization](#)

Fatigue vs søvnighet....



# Fatigue en sikkerhetsrisiko, menneskelig feilhandling

- Ptil sine egne granskninger
- Næringens granskninger



# Fatigue- veiledere/ fatigue management

Sikkerhetsforum arbeidsgruppe mai 2020

"Når det blir for mye"- arbeid med forebygging og håndtering av utmattelse/ fatigue hos ansatte i petroleumsnæringen som følge av Covid-19 epidemien"



Det er en grunn til at selvfølgeligheter er selvfølgeligheter.

Takk for oppmerksomheten!

