SJEKKLISTE

Hva må du egentlig ha i bilen om vinteren?

Det er lett å blande lovkrav med gode råd når kulda kommer. Her skiller vi nødutstyret loven krever fra det som bare er lurt å ha med.

I vanlig personbil skal du ha med minst én varseltrekant og minst én godkjent refleksvest som ligger lett tilgjengelig for føreren. Fri sikt og godt veggrep er egne plikter, og i vintersesongen må dekkene ha minst 3 mm mønster på biler inntil 3 500 kg. Isskrape, spade, varme klær og startkabler er råd, ikke krav. (Forskrift om bruk av kjøretøy §§ 1-3, 1-4 og 1-6 og Statens vegvesen, sjekket 12.11.2026)

Folkeguiden · oppdatert 12. november 2026 · 9 min lesing · utkast til godkjenning



Foto: Peulle / Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0 (beskåret og nedskalert)

KORT FORTALT

- **Lovkrav: varseltrekant og refleksvest**
- **Vesten på før du går ut av bilen**
- **Trekanten om mulig minst 150 m bak**
- **Fri sikt og nok mønster er også krav**
- **Resten er råd – pakk etter turen**
- **Elbil: lad fullt før fjellet**

Står du langs veien nå? Slå på nødblink. Ta på refleksvesten **før** du går ut, og gå ut på siden bort fra trafikken. Sett varseltrekanten i god avstand bak bilen – om mulig minst 150 meter. Er noen i fare: ring 112.

Dette krever loven

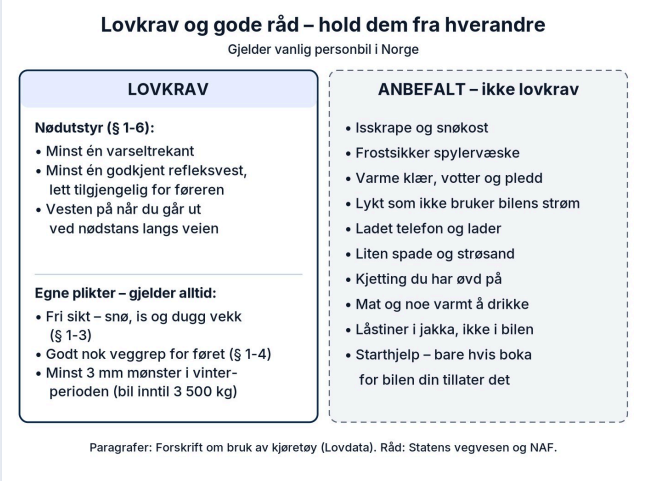
Reglene står i forskrift om bruk av kjøretøy. Her er det som faktisk er påbudt for en vanlig personbil. Alt annet i denne guiden er gode råd.

Lovkrav – personbil

- **Varseltrekant:** Minst én varseltrekant skal være med i bilen (§ 1-6 nr. 1).
- **Refleksvest:** Minst én godkjent refleksvest i en størrelse som passer føreren, lett tilgjengelig for føreren. Den skal brukes når noen går ut av bilen ved nødstans langs veien (§ 1-6 nr. 3).
- **Varsling:** Står bilen til fare eller hinder og ikke kan flyttes straks, skal du varsle med varseltrekant, nødblink eller på annen måte. Trekanten settes i god avstand, om mulig minst 150 meter, så andre ser den i tide (§ 1-6 nr. 2).
- **Sikt:** Du skal ha tilstrekkelig utsyn til alle sider. Snø, is og dugg skal ikke hindre sikten (§ 1-3).

- **Veggrep:** Bilen skal ha godt nok grep for føret, om nødvendig med vinterdekk, piggdekk eller kjetting (§ 1-4).
- **Mønsterdybde:** Bil inntil 3 500 kg skal ha minst 3 mm mønster fra 1. november til første søndag etter 2. påskedag. I Nordland, Troms og Finnmark gjelder 16. oktober–30. april (§ 1-4).

Kjetting er påbudt å ha med bare i kjøretøy over 3 500 kg. For vanlig personbil er kjetting et råd, ikke et krav.



Grafikk: Folkeguiden – lovkrav til venstre, råd til høyre.

Refleksvesten: hvor skal den ligge?

Statens vegvesen sier at vesten skal ligge på en armlengdes avstand fra føreren, for eksempel i sidelomma i døra eller i hanskerommet. Den skal **ikke** festes rundt bilsetet, fordi det kan hindre sideairbagen i å løses ut. Vegvesenet anbefaler en CE-merket vest. Mangler du vest, gir det ikke gebyr i seg selv, men politiet kan bøtelegge deg hvis du opptrer uaktsomt uten vest når du trenger den.

Et godt tips er å ha én vest per person i bilen. Da slipper passasjerene å gå ut i mørket uten. Det er ikke et krav. Velg en vest som passer utenpå vinterjakka.

Slik bruker du vest og varseltrekant

Det viktigste er rekkefølgen. Du er mest utsatt i de første minuttene etter at bilen har stoppet, mens du står ved siden av den.

Sjekk først: Vet du hvor vesten og trekanten ligger? Trekanten ligger ofte i bagasjerommet. Finn den nå, ikke når du står i mørket.



Grafikk: Folkeguiden

STEG 1

Nødblink og så langt ut som mulig

Slå på nødblink med en gang. Rull så langt ut til siden som du trygt kan, helst til en lomme eller bred veiskulder. Stans ikke i en uoversiktlig sving, på en bakketopp eller i en tunnel hvis du har noe valg (trafikkreglene § 17).



Vesten skal ligge innen armlengde fra føreren. Foto: Magnus Mertens / Wikimedia Commons, CC BY-SA 2.0 DE (nedskalert)

STEG 2

Vesten på – før du åpner døra

Ta på vesten mens du fortsatt sitter i bilen. Gå ut på siden bort fra trafikken hvis du kan. Passasjerene går ut samme vei.



Trekanten står på egne ben – fold dem helt ut. Foto: Santeri Viinamäki / Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0 (nedskalert)

STEG 3

Sett ut trekanten

Gå bakover langs kanten av veien, så langt unna trafikken som mulig. Sett trekanten i god avstand – om mulig minst 150 meter. Er det en sving eller bakketopp bak deg, sett den slik at bilistene ser den før de kommer rundt svingen.

Er det livsfarlig å gå langs veien, for eksempel på en smal vei med høy fart? Forskriften sier at du kan varsle med nødblink eller på annen måte. Din egen sikkerhet går først.

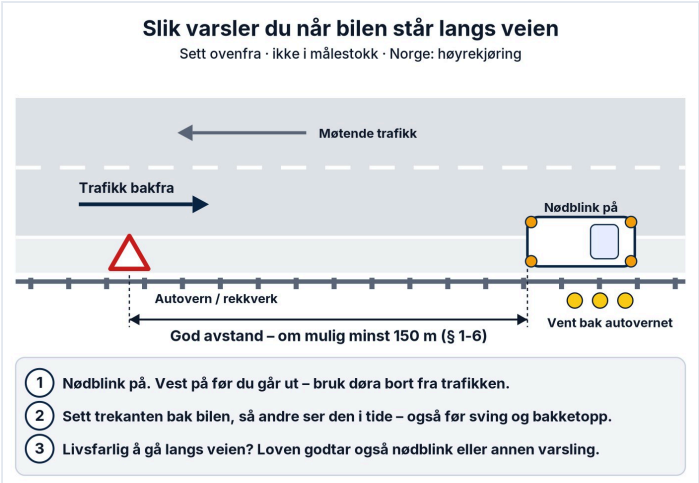


Grafikk: Folkeguiden

STEG 4

Vent på et trygt sted og ring

Vent bak autovernet eller godt utenfor veien – ikke i eller rett ved bilen. Ring veihjelp. Hindrer bilen trafikken, ring Vegtrafikksentralen på 175 (døgnåpen). Er noen i fare eller skadet: 112 (politi) eller 113 (ambulanse).



Grafikk: Folkeguiden – prinsippskisse, ikke i målestokk.

Anbefalt utstyr om vinteren – og hvorfor

Dette er **ikke** lovkrav. Det er utstyr som gjør en kald stopp tryggere og lettere. Hvor mye du trenger, avhenger av turen.

- **Isskrape og snøkost.** Du skal ha fri sikt før du kjører, også snø på taket som kan blåse ned på ruta.
- **Frostsikker spylervæske.** Sommervæske kan fryse i tank og slanger.
- **Varme klær, lue, votter og pledd.** Står bilen, blir det fort kaldt. Kle på deg før du fryser.
- **Lykt eller hodelykt.** NAF råder til en lykt som ikke er avhengig av strøm fra bilen.
- **Ladet telefon og lader.** Du må kunne ringe etter hjelp.
- **Liten spade og litt strøsand.** Nyttig når brøytekanten har pakket inn bilen, eller du står fast.
- **Mat og noe varmt å drikke.** Statens vegvesen anbefaler dette før fjellturer og kolonnekjøring.
- **Låstiner i jakka eller veska.** Ligger den i bilen, får du ikke tak i den når låsen er frosset.
- **Startkabler eller startbooster.** Bare hvis instruksjonsboka for bilen din tillater det. Se guiden Flatt batteri og starthjelp.



Skrap alle ruter, speil og lys – ikke bare et kikkhull. Foto: Bearas / Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0 (nedskalert)

Hvis du står fast eller får stopp om vinteren

Først sikrer du stedet med nødblink, vest og trekant som beskrevet over. Så handler det om å holde varmen og komme løs uten å gjøre vondt verre.

Pass på eksosen. Lar du en bensin- eller dieselmotor gå for å holde varmen, må eksosrøret være fritt for snø. Ellers kan eksos komme inn i bilen. Kullos (CO) er en giftig gass uten farge og lukt. Hodepine, svimmelhet og kvalme kan være tegn. Slå av motoren, luft ut og ring 113 ved alvorlige symptomer (Helsenorge).

- **Bli ved bilen.** I snøvær er bilen lettere å finne enn en person til fots. I kolonne skal du ikke gå bort fra bilen – det kan være livsfarlig (Statens vegvesen).
- **Ta det rolig med gassen.** Spinner hjulene, polerer du snøen til is og graver bilen dypere ned (NAF).
- **Grav fri hjulene** med spaden og legg strøsand, granbar eller bilens gulvmatter foran drivhjulene.
- **Dytting:** Pass på at ingen står der bilen kan skli når den får grep.
- **Slep:** Bruk bare bilenes slepepunkter og hold avstand til tauet – et tau som ryker kan skade folk. Sjekk hva produsenten sier om sleping, særlig for elbil. Sitter bilen helt fast, ring veihjelp.



Kjetting gir grep, ikke fart. Øv på å legge den på hjemme først. Foto: Famartin / Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0 (nedskalert)

Kjetting eller «autosokk» er det NAF mener hjelper best når du står fast, men det er vanskelig å få på første gang. Øv hjemme, gjerne på et løst hjul. Ikke alle bilprodusenter tillater kjetting – sjekk instruksjonsboka.

Fjelloverganger og kolonnekjøring

Når vær og føre gjør det uforsvarlig å kjøre alene, innfører Statens vegvesen kolonnekjøring: du kjører i en gruppe med brøytebil eller ledebil foran og bak. Er det enda verre, stenges veien med bom.



Kolonnestart på rv. 7 ved Haugastøl. Vent på din tur. Foto: Stefan.straub / Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0 (nedskalert)

Før du drar

- Sjekk status på vegvesen.no/trafikk, i appen Vegvesen trafikk eller på telefon 175.
- Fyll tanken eller lad fullt. Det finnes ikke bensin- eller ladestasjoner på kolonnestrekningene.
- Ha lykt, slepetau og snøspade lett tilgjengelig – ikke under bagasjen.
- Ta med varme klær, vintersko, mat og varm drikke.

Underveis

- Bruk nødblink, og tåkelys hvis bilen har det. Hold jevn fart og øyekontakt med bilen foran.
- Ikke kjør ut av kolonnen og ikke prøv å snu.
- Er det minusgrader, la lufteanlegget blåse kald luft mot frontruta. Det hindrer ising (Statens vegvesen).

Brøytemannskapet kan avvise biler som ikke er godt nok skodd, har tekniske feil eller har passasjerer uten varme klær. Kjør aldri forbi en stengt bom, selv om været ser greit ut der du står.

Elbil om vinteren

Kravene til trekant og vest er de samme. Noen råd er likevel spesielle for elbil:

- **Forvarm mens bilen lader.** Da varmes kupé og batteri med strøm fra nettet, ikke fra batteriet (NAF).
- **Regn med kortere rekkevidde** i kulde, og legg inn god margin til neste lader. Se elbil og vinterrekkevidde.
- **Lad før fjellet.** Finn laderen nærmest fjellovergangen. Kjør batteriet varmt før du lader, så går ladingen raskere (NAF).
- **Fordel i kø:** Står kolonnen stille, kan elbilen holde varmen uten eksos – så lenge det er nok strøm.
- **Vit hvor slepekroken er** og hva produsenten sier om sleping av akkurat din bil.
- **Ladekabel du faktisk bruker,** og en lykt som ikke trekker strøm fra bilen.

Fryser ladeluka, finner du råd i guiden Frosset bildør eller billås.

Pakkeliste etter type tur

Bruk lista som utgangspunkt. Lovkravene gjelder alltid. Resten pakker du etter hvor du skal.



Grafikk: Folkeguiden – kryss av før du drar.

Ofte stilte spørsmål

Må jeg ha varseltrekant i bilen?
Ja. Forskrift om bruk av kjøretøy § 1-6 krever minst én varseltrekant i bil.

Hvor langt bak bilen skal varseltrekanten stå?
I god avstand, om mulig minst 150 meter, slik at andre ser den i tide. Er det farlig å gå langs veien, kan du varsle med nødblink eller på annen måte (§ 1-6).

Hvor skal refleksvesten ligge?
Innen armlengde fra føreren, for eksempel i døra eller hanskerommet. Ikke rundt setet, fordi det kan hindre sideairbagen (Statens vegvesen).

Er kjetting påbudt i personbil?
Nei. Kravet om å ha med kjetting gjelder kjøretøy over 3 500 kg. For personbil er det et råd, og du må sjekke at bilen tåler kjetting.

Er startkabler påbudt?
Nei. Det er nyttig utstyr for noen, men bruk det bare hvis instruksjonsboka for bilen din tillater det.

Hvilket nummer ringer jeg hvis bilen stopper og står i veien?
Ring Vegtrafikksentralen på 175 hvis bilen hindrer trafikken, og veihjelp for berging. Er noen i fare, ring 112.

Relaterte guider

- Vinterdekk 2026/27: datoer, mønsterdybde og piggdekkgebyr
- Flatt batteri og starthjelp
- Elbil og rekkevidde om vinteren
- Hytta klar for vintersesongen

KILDER

- Lovdata: Forskrift om bruk av kjøretøy §§ 1-3, 1-4 og 1-6
- Statens vegvesen: Refleksvest
- Statens vegvesen: Slik kjører du i kolonne
- Statens vegvesen: Fjelloverganger
- Statens vegvesen: Veitrafikksentralene (175)
- NAF: Kjørt deg fast? Slik kommer du deg løs
- NAF: Slik takler du kolonnekjøring med elbil
- NAF: Tipsene for bedre rekkevidde om vinteren
- NAF: Kjør trygt på motorveier
- Lovdata: Trafikkreglene § 17 (stans og parkering)
- Helsenorge (Giftinformasjonen): Karbonmonoksid

Sist sjekket: 12. november 2026