



FORSVARET

For alt vi har. Og alt vi er.

ÅRGANG 77 - UTGAVE 3/2024 - HEIMEVERNSBLADET UTGIS AV KOMMUNIKASJONSSEKSJONEN I HEIMEVERNET

# HEIMEVERNET

## FRIHET SOM MÅL

*Som instruktør i operasjon Interflex trener han ukrainske soldater med presisjon og omsorg, og gir dem ferdigheter som kan være avgjørende for å overleve i kampen for frihet.*

SIDE 12

*HVs østligste område*

SIDE 22

*Hva er en god områdetrening?*

SIDE 28

*Hjemmeberedskapen*

SIDE 48



# SIKRAR PROFESJONELL OPPFØLGING

I mai styrka Forsvaret handteringa av varslings saker ved å etablere Forsvarets sentrale varslingsenhet. Som eit resultat av dette vart det også oppretta ny stilling i Heimevernsstaben: leder varsling.

TEKST OG FOTO: Tor-Magnus Øverås

**S**andra Johansen (31) har sju år politifagleg bakgrunn i etterforskning, men rettar no blikket mot varslings saker i Heimevernet. Til dagleg koordinerer ho varslings saker som kjem gjennom Forsvarets sentrale varslingsenhet i Oslo, men òg saker frå Heimevernet internt. Ho jobbar aktivt med å avgjere alvorgraden på varslings saker, og kva for nokre tiltak som skal tre i kraft. Vidare koordinerer ho ut i distrikta, rådfører, samarbeider og kjem med tips til korleis dei skal ivareta omsorgsplikten, varslar og omvarslar (den som det er varsla på).

## KVA ER EIGENTLEG EIT VARSEL?

Eit varsel er, i følge Arbeidsmiljøloven, når arbeidstakarar, soldatar eller innleigde informerer om forhold som er i strid med rettsreglar, etiske retningslinjer eller etiske normer som det er bredt tilslutning til i samfunnet. Dette kan være fare for liv, helse, klima eller miljø. Eit varsel kan også være om korrupsjon, myndighetsmisbruk eller uforsvarleg arbeidsmiljø.

Johansen fortel at det er ikkje alle i Heimevernets elleve distrikt som veit kva man bør varsle om. Derfor koordinerer ho varslings saker frå heile Heimevernet, fordi det ikkje er nok samla kompetanse om handtering av varslings saker i dei ulike distrikta og områda. Dermed får varslings seininga inn alle varslar frå Heimevernet og tar ein avgjerd på vedtaka som skal gjerast.

## BLIR TATT ALVORLEG

Ho ønskjer at det skal bli lågare terskel for å varsle, og meir informasjon om korleis man varslar, kva man skal varsle om og

ikkje minst sikre, behandle og ivareta varslaren på ein profesjonell måte. Ho understrekar at so fort eit varsel er meldt er det ei viktig sak, og blir tatt alvorleg frå første ledd, for å unngå følgefeil i saksbehandlinga.

–Det viktigaste tiltaket for å forhindre varslings saker er å ivareta kvarandre. Rette blikket mot andre. Ta en ekstra makkersjekk på dei rundt deg, fortel Johansen.

Når eit varsel tikkar inn hos varslingsmottaket i Heimevernet, møtast leder varsling, HMS rådgjevar og vernepliktig jurist. Dei tar deretter ein innleiande vurdering om dette er eit varsel, for om ikkje so vil saka bli sendt vidare til riktig mottakar av saken.

Stillinga som leder varsling i Heimevernet vart oppretta delvis for å koordinere og etterforske varslings saker, men òg for å ivareta alle partar under ei varslings sak, og profesjonalisere varslings seininga.

–Det å varsle er nok ganske høgt-hengande hos folk, og det kan være vanskeleg å varsle. So når man først har tatt det skrittet å varsle so skal dei bli møtt på ein god måte. Det er viktig for oss å ivareta alle partane på en best mogleg måte, og at undersøkingane som blir utført er objektive.

For Johansen er det viktig at alle skal

ha det bra på jobb og i teneste. Om man opplever uønskt seksuell merksemd, mobbing eller trakassering frå kollegaer eller overordna so skal det varslast.

– Dessverre er ein gjengangar når det kjem til varslings saker at det er alkohol involvert.

Det eg tenker er veldig viktig då er at om man opplever noko som har gitt deg ubehag, so er det veldig viktig å kjenne på at det framleis ikkje er greit, sjølv om det har vært rus involvert.



## KVAR SKAL MAN VARSLER?

Johansen fortel at satsinga Forsvaret har gjort no med varsling er eit viktig grep i kampen mot mobbing og seksuell trakassering. Forsvarets personell- og verneplikts senter (FPVS) har tilsett sju personar for å handtere saker som kjem i frå avdelingane utan et varslingsmottak. Ho fortel vidare at av den grunn har dei eit veldig tett forhold med FPVS og den sentrale varslings seininga. Dermed får alle avdelingane i Forsvaret framover lik prosedyre på korleis varsling handterast. Viss du opplever noko du følar er i strid med arbeidsmiljøloven enten om det er på øving, jobb eller under sosiale arrangement gjennom jobben i Forsvaret, kan du melde det gjennom Forsvarets RAPP app eller til nærmaste sjef. Du kan også melde om hendingar gjennom FIF portalen på FIS Basis.



**Frode Ommundsen**  
Generalmajor  
Sjef Heimevernet

### **Kjære HV-soldater**

Mens Norge forbereder seg på julefeiring, markerer Ukraina over tusen dager med krig. Denne konflikten har hatt en enorm innvirkning på Ukraina, Europa og verdenssamfunnet, og understreker viktigheten av internasjonalt samarbeid for å sikre fred og stabilitet.

Heimevernet har spilt en viktig rolle i Norges støtte til Ukraina. Gjennom operasjon Ellisiv har mange av dere bidratt til å styrke de ukrainske styrkene med opplæring og ekspertise, både i Norge og i utlandet. Dette arbeidet gjøres sammen med våre allierte og resten av Forsvaret. Vi gir noe til Ukraina, men vi mottar også verdifull kunnskap og erfaring tilbake. Dette styrker Heimevernets kompetanse og beredskap. Støtten til Ukraina vil fortsatt være en av våre viktigste prioriteringer også i 2025.

Jeg vil også benytte anledningen til å anerkjenne alle arbeidsgivere som legger til rette for at Heimevernet skal få trene og løse sine oppdrag. Deres fleksibilitet og støtte er uvurderlig, og jeg setter stor pris på deres bidrag og forsvarsvilje.

Heimevernet blir satset på, og det er fordi dere har vist hva som bor i Heimevernet gjennom flere kriser, ulike bistandsoperasjoner, sikring av våre allierte og ikke minst støtten til våre ukrainske kolleger. Derfor er jeg svært fornøyd med at vi i 2025 skal trene mer enn på lenge. Jeg vet at mange av dere er positive til flere treningsdager, men forstår også at det ikke passer for alle. Den årlige treningen er avgjørende for å opprettholde og videreutvikle kompetansen, samholdet og beredskapen i Heimevernet. Alle i Heimevernet har en unik funksjon, og uten deg blir det et hull.

Jeg og heimevernets øvrige ledere skal gjøre vårt beste for å skape forutsigbarhet for dere og sørge for at kvaliteten på treningen er så god som mulig.

I sommer vedtok et samlet storting at Heimevernet skal styrkes med en distriktsstab i Agder, fire innsatsstyrker og en økning til 45 000 soldater. Vi er nå i ferd med å ansette distriktsjef og flere nøkkelstillinger i HV-07. Områdestrukturen i HV-07 er i dag en del av HV-08, og gjennom beredskapstesten 20. november viste Evje og Venesla HV-område at både vilje og evne er på plass. Likheter i organisering, trening og utrustning har mange fordeler, men et moderne heimevern må også ha rom for tilpasning og ulike kapasiteter. Det er helt avgjørende at Heimevernet tar i bruk tilgjengelig teknologi for å løse våre oppdrag og hindre motstanderen i å fullføre sine. Fremtidens heimevern vil være organisert og utrustet ut ifra de oppdrag avdelingene er satt til å løse i de ulike operasjonsområdene.

6. desember ble Heimevernet 78 år og i den anledning vil jeg takke alle som bidro på Uniform på jobben-dagen. Det er viktig at vi synes og det er viktig at dere får velfortjent anerkjennelse for den innsatsen dere bidrar med for fellesskapet.

Vi står foran et innholdsrikt år med både utfordringer og store forventninger. Jeg ser frem til å ta fatt på oppgavene sammen med dere. Men først vil jeg ønske dere alle en fredfull jul og et riktig godt nytt år.

Overalt – alltid



#### REDAKSJONEN

##### Ansvarlig redaktør:

Brigader Morten Eggen, NK/stabssjef HV

##### Redaktør:

Rådgiver Siv Iren Brænd

##### Grafisk design:

Tore Ellingsen og Helene Sofie Thorkildsen

#### PRESSE OG INFORMASJON I HEIMEVERNET

Kommunikasjonssjef HV:

**Oberstløytnant Per Gunnar Grosberghaugen**

Fagleder kommunikasjon HV:

**Rådgiver Stein Cato Nybakken**

Combat media team 1:

**Seniorkonsulent Tore Ellingsen**

**Spesialist Karen Gjetrang**

Combat media team 2:

**Kaptein Rune Haarstad**

**Spesialist Kristian Kapelrud**

Combat media team 3:

**Kvartermester Ingvild Ekrol**

**Spesialist Helene Sofie Thorkildsen**

**Spesialist Tor-Magnus Øverås**

Media- og kommunikasjonssoldat:

**Ledende flysoldat Hermine Heier**

**Flysoldat Marcus Solheim**

**Flysoldat Melvin Christiaan Jongenburger**

#### TIPS OSS

Siv Iren Brænd

Telefon: 40028135

Epost: sbrand@mil.no

Heimevernsbladet

Postboks 393 Terningmoen

2403 Elverum

forsvaret.no/hv

#### TRYKK

Aksell AS

Bladet ble sendt til trykk 6. desember 2024

OPPLAG

45 539



#### FORSIDEN

Som instruktør på operasjon Interflex trener han opp ukrainske soldater i kampen for frihet. Dette er hans måte å bidra til Ukrainas seier på slagmarken.

Foto: Samuel Andersen

FØLG OSS PÅ



Heimevernets opptrening av ukrainske soldater krever omfattende logistikkarbeid. Fra detaljert planlegging til koordinering mellom flere nasjoner. Alt fra utstyr til soldater må transporteres og koordineres nøye. Bak kulissene jobber folk som Henrik, som sørger for at alt går på skinner – en prosess der samarbeid og fleksibilitet er avgjørende.

## 18



I Heimevernets østligste område er områdesjef Tor-Halvard Olsen og hans soldater mer bevisste på trusselen fra Russland etter invasjonen av Ukraina. Med et sterkt fokus på kompetanseheving, samarbeid mellom det militære og det sivile, og økt beredskap, er motivasjonen for å forsvare hjemtraktene høy. Soldatene er klare til å beskytte sitt eget område til siste slutt.

## 22



En god områdeøvelse i Heimevernet krever realistisk trening, god planlegging og effektiv kommunikasjon. Soldatene verdsetter trening som gir mening og utfordringer, og ledelsen fokuserer på klar instruksjon og oppfølging.

## 28



## 12

Norske instruktører trener opp ukrainske sivilister til soldater. Med dedikasjon og perfektion lærer de bort livsviktig kunnskap – alt for å gi ukrainerne en sjanse til å overleve krigens brutalitet.



Heimevernets beredskap handler ikke bare om årlig trening og øvelser, men også om hvordan hver enkelt soldat kan bidra til å sikre egen og familiens trygghet i en krisesituasjon. Her kan du lese mer om hvordan man blir beredskapsklar og hvordan man kan forberede hjemmet med nødvendige ressurser.

## 48

## INNHold

### 02 NYTT I HV

*Sikrar profesjonell oppfølging*

### 04 LEDER

*Sjef Heimevernets ord*

### 08 AKTUELT

*Start og smått fra HV-Norge*

### 18 BAK TRENINGEN

*Logistikk*

### 22 HEIMEVERNETS ØSTLIGSTE HV-OMRÅDE

*Vennskapet som forsvant*

### 28 TRENING 5/7

*Hva er en god område trening?*

### 34 DIGITAL SOLDATUTDANNING

*Ta grep*

### 38 TILLITSVALGTLØFTET

*HVs områdestruktur*

### 42 ER HV MISFORSTÅTT?

*En soldats betraktning*

### 46 STYRKEBESKYTTELSE

*På vakt*

### 48 BEREDSKAPSKLAR?

*Både hjemme og i HV*

### 54 HV-NORGE RUNDT

*Områdesoldat, områdesjef og distriktssjef*

### 58 HEIMEVERNETS VÅPENSKOLE

*Modernisering av utdanning*

## MÅLET ER NÅDD!

TEKST: Rune Haarstad FOTO: Privat

**Hugo Alexander Johnsen (45) blir bestefar om en måned og har nettopp feiret sin sølvbryllupsdag - nå er han ferdig på Forsvarets befalsskole som beste medelev.**

Gjennom mange år var han frivillig soldat i innsatsstyrke Heron i Sør-Hålogaland heimevernsdistrikt 14. Der satt han også som S4 (logistikk) i tre år.

– Jeg har lenge ønsket meg fast jobb i Forsvaret, forteller Hugo.

– Befalsskolen var for meg et krav for å få fortsette i Forsvaret, da jeg var nær å overstige treårsgrensen som midlertidig ansatt.

Min vei inn på befalsskolen strekker seg over tid. Det har vært søkt om plass til meg flere ganger, men med avslag da HV har så begrenset med plasser. Omsider fikk jeg gjennomslag for min søknad. Jeg tror at Heimevernet er full av dedikerte ildsjeler som med hell kan rekrutteres inn til faste stillinger også. Er du en av dem? -

Da bør du ta kontakt med distriktet ditt, oppfordrer Hugo.

Før Hugo startet på befalsskolen, var han litt tvilende til om dette var noe som skulle gi han mer kompetanse.

– Jeg hadde håpet på en realkompetansevurdering, men fikk skoleplass før en slik var gått gjennom.

Det jeg ser i ettertid er at skolen har gitt meg noe helt spesielt. Jeg har lært utrolig mye av å være medstudent med den yngre garde, forteller han.

– Mange i laget mitt er like gamle som mine egne barn. Det vi så underveis er at vi har like mye å lære av hverandre. Der de yngre naturlig nok er bedre på studentlivet, kunne jeg fylle inn med livserfaring og det praktiske.

På befalsskolen ble Hugo også beste medelev. Det er den eleven som gjennom utdanningen har utmerket seg med best



Befalsskolens eldste og beste medelev Hugo Alexander Johnsen (45) var fra Heimevernet. Her sammen med beste elev, Isak Leander Hagh fra Sjøforsvaret.

praktisk anvendelse av Forsvarets grunnverdier; respekt, ansvar og mot og som utmerket seg som en positiv rollemodell. Tildelingen gjøres etter en vurdering av skolesjef, sjefssersjant og kullsjef med innspill fra befalelevne.

– Jeg var egentlig bare meg selv gjennom hele perioden, smiler Hugo.

## HEIMEVERNET OG HÆREN PÅ ØVELSE

TEKST OG FOTO: Ingvild Ekrol

**Et lag med heimevernssoldater fra innsatsstyrke Varg ligger i stilling i en salig blanding av snø og gjørme. De vet at fire stormpanservogner (CV90) beveger seg mot dem i duskregnet. Snart åpnes det ild.**



Innsatsstyrke Varg, som er satt opp med folk fra Agder og Rogaland heimevernsdistrikt 08, skal virke i nord. I oktober var de på øvelse i indre Troms med Panserbataljonens stormeskadron 4, tropp 1, som driver opptrening til eFP17 (enhanced Forward Presence) i Litauen, og Sanitetsbataljonen.

Ved å øve på tvers av avdelinger, på scenarioer man vil kunne oppleve i strid, får soldatene verdifull innsikt og erfaring.

Etter å ha møtt stormeskadronen i felt, fikk HV-soldatene møte personellet og se inne i vognene, spørre og forstå hvordan en CV90 stormpanservogn fungerer.

– Vi vet at pansrede kampkjøretøy er noe vi kan komme til å møte på i strid, så det å få muligheten til å trene på å møte denne kapasiteten har vært veldig

givende. CV90 har enormt bra optikk, og nå har vi fått kjenne på hvor vanskelig det er å prøve å skjule seg for dem. Dette er viktig lærdom vi tar med oss.

– Det kommer godt med at heimevernssoldatene er kreative og tenker utenfor boksen, sier sjef for innsatsstyrke Varg major Hans Borgfjord.

Visste du at... Heimevernet har egne nettsider? Sjekk ut [forsvaret.no/hv](https://forsvaret.no/hv)

## STYRKEBESKYTTELSE

TEKST OG FOTO: Tor-Magnus Øverås



**Hangarskipet USS Harry S. Truman seilte inn Oslofjorden i starten av november.**

Ukene før trente skipet, sammen med flere andre fartøy i norske nærrområder. Soldater fra Oslo og Akershus heimevernsdistrikt 02 og dykkere fra innsatsstyrke Polar Bear VI i Oslofjord heimevernsdistrikt 01 hadde som oppdrag å sikre kaia da personell, varer og gods ble fraktet til og fra skipet.

– Dette trener vi mye på, og nå gjennom-

fører vi det. Det er godt å se at den treningen vi legger ned, fungerer når vi skal gjøre det skarpt, sier sjef HV-02 oberst Kai Morkestrand.

Mottak av allierte er avgjørende for å forsvare Norge og Norden. Forsvaret samarbeider tett med flere aktører i totalforsvaret for å ta imot allierte.

**Mottakere av plakett i gull siden august 2024**

**SJEF HVS PLAKETT I GULL:**

- Oberstløytnant Roar Solholt, Heimevernsstaben
- Visekorporal Benedicte Martine Forsaa, Nord-Hålogaland heimevernsdistrikt 16
- Kaptein Jan Hugo Berg, Nord-Hålogaland heimevernsdistrikt 16
- Menig Roy Arne Solberg, Bergenhus heimevernsdistrikt 09
- Kaptein Harry Aure, Sør-Hålogaland heimevernsdistrikt 14

## INNLEID TOG

TEKST: Hermine Heier

**Under øvelse Birkebeiner i Opplandske heimevernsdistrikt 05 leide Heimevernet inn et tog.**

Toget hadde fasiliteter som ble brukt som operasjonssentral under øvelsen, i tillegg til en sovekupé for soldatene.

–Vi leide et tog for å prøve å drifte fra andre steder enn det vi normalt gjør, og for å utnytte totalforsvarets samla ressurser på en best mulig måte, sier NK HV-05 Joakim Meyer.

Togskinner og annen infrastruktur er viktig i en krigssituasjon. Både allierte og nasjonale styrker må kunne transportere mannskap og utstyr til de ytterste NATO-landene, Sverige og Finland.

## HV-UNGDOMMEN PÅ PLOSS I HV-17

TEKST: Karen Gjetrang

**Denne høsten var endelig Heimevernungdommen på plass i Finnmark heimevernsdistrikt 17.**

I oktober hadde ungdommene sin første helgesamling på Porsangmoen. Her fikk

de utdelt personlig bekledning og utstyr for å kunne bruke til de ukentlige samlingene fremover.

I løpet av samlingshelgen fikk ungdommene prøvd seg på blant annet knapetelt, båltenning, samband og navigasjon.

## UVARSLET BEREDSKAPSØVELSE I HEIMEVERNET

TEKST: Tore Ellingsen

**I november gjennomførte Heimevernet en beredskapstest i Agder og Rogaland heimevernsdistrikt 08.**

Klokken 03.00 fikk soldatene i ett av distriktets områder i Agder melding om straks å møte med alt utstyr på oppsetningsstedet. Oberstløytnant Øystein Fos-

sum Nilsen, distriktssjef i HV-08, var svært godt fornøyd med gjennomføringen.

– Det gikk cirka fem timer fra soldatene spratt opp av sengen til de første gikk med skarpladde våpen ut i skogen. Dette viser av vi har evne til å bekjempe overraskende militær aktivitet på kort varsel.

En slik beredskapsøvelse påvirker familien og arbeidstakere til HV-soldaten. – Hva skjer når soldaten plutselig er borte fra familien og jobben? Hvordan skal de hjemme omorganisere for å få ting til å gå rundt? Det er også moment som blir trent på som følge av beredskapstesten, forteller Fossum Nilsen.

## UTDANNER OMRÅDESOLDATER OG UKRAINERE

TEKST OG FOTO: Karen Gjetrang

Denne høsten trente påtroppende instruktører til operasjon Interflex et heimevernsområde som en del av forberedelsene før avreise til Storbritannia. Treningsopplegget var en del av områdesoldatenes årlige øvelse.

– På denne måten bidrar områdesoldatene direkte til innsatsen for Ukraina. De bidrar til den kampkraften som skapes der borte, i og med at instruktørene blir mye bedre

forberedt og får et helt annet utgangspunkt for den opplæringen de skal gi, forteller fagansvarlig for opptrening til Interflex.

Områdesoldatene var godt fornøyde med den årlige treningen de fikk av instruktørene.

– Denne øvelsen har vært bra. Det har vært «på-på-på.» Tiden har gått fort og det er alltid noe å gjøre, forteller en av soldatene.



## FORLENGER AVTALEN MED DFS

TEKST: Karen Gjetrang FOTO: Torgeir Hansen



Under landsrådsmøte i november signerte sjef Heimevernet, Frode Ommundsen, og presidenten i Det frivillige Skyttervesen (DFS), Kari Sofie Brøndbo Fiskum, en ny avtale for å opprettholde det gode samarbeidet mellom Forsvaret og DFS.

Den nye avtalen sikrer samarbeidet frem til 2040. Avtalen regulerer Forsvarets støtte til gjennomføring av Landsskytterstevnet.

Det er viktig å opprettholde det gode samarbeidet med DFS, da deres formål er å fremme god våpenkultur og praktiske skyteferdigheter samt sikre tilgang til desentralisert skytebanestruktur til nytte for Forsvaret og samfunnet forøvrig. DFS har omtrent 800 skytebaner i hele landet, som Forsvaret og HV er avhengig av i forbindelse med treninger og beredskap.

## MITT HV-LAG

Kulturutviklingsprogrammet er nå klart for bruk i hele Heimevernet.

TEKST: Trond Sakshaug, sjefssersjant Heimevernets våpenskole

Heimevernet har nå ferdigstilt *Mitt HV-lag*, et kulturutviklingsprogram tilgjengelig for alle i organisasjonen. Programmet er basert på lagssamtaler som styrker fellesskapet, tilliten og samarbeidet i organisasjonen. *Mitt HV-lag* er tilpasset alle nivåer i Heimevernet – fra sjef Heimevernet til geværsoldatene – og gir alle en struktur for å styrke samholdet og bygge et tryggere fellesskap.

I tråd med Hærens tilnærming har vi i Heimevernet organisert oss slik at alle tilhører et definert lag med en lagfører. Dette inkluderer også stab- og spesialistpersonell, som kanskje ikke naturlig faller inn i faste lag. Ved å tilhøre et lag får hver soldat en arena for å dele erfaringer og reflektere over tjenesten, noe som bidrar til et trygt og støttende fellesskap.

*Mitt HV-lag* gjennomføres ved at laget etablerer grunnleggende rammer og forventninger gjennom en gruppeetablering som legger til rette for tillit og samarbeid i laget. Etter denne oppstarten følger regelmessige refleksjonssamtaler, der medlemmene deler erfaringer og ser

på hvordan laget kan styrke fellesskapet. Disse strukturerte samtalerne hjelper laget å holde fokus på sine felles mål og bygger opp en enda sterkere lagkultur. *Mitt HV-lag* blir også gjennomgått som en del av troppeførerutdanningen.

*Mitt HV-lag* kan enkelt integreres i den daglige tjenesten uten å komme i konflikt med den øvrige tjenesten. Alle nødvendige verktøy – som veiledninger, kompetansepakker og refleksjonsverktøy – er tilgjengelige på Heimevernets nettsider under «Praktisk informasjon». Ressursene gir ledere enkle trinnvise instruksjoner som kan styrke lagfølelsen og samholdet uten å komme i konflikt med annen treningstid.

Nå er det opp til hver enkelt leder å ta verktøyene i bruk. *Mitt HV-lag* gir oss muligheten til å bygge en kultur som fremmer åpenhet og engasjement, og sammen gjør dette Heimevernet sterkere og mer sammensveiset.

Scan QR kode for å lese mer.



## TAKK FOR DELTAKELSEN PÅ UNIFORM PÅ JOBBEN-DAGEN

TEKST OG FOTO: Karen Gjetrang

Blant de som deltok var Audun Viken Strugstad, som var med på Uniform på jobben-dagen for andre gang i år.

Strugstad jobber til daglig som eieomsmegeglerfullmektig hos Utleiemegeglere i Jessheim.

Når han tar på seg uniformen, er det vanligvis for å dra på trening og øvelse som troppsassistent i innsatsstyrke Grebe i Opplandske HV-distrikt 05.

Han deltok på Uniform på jobben-dagen for å synliggjøre at Heimevernet er overalt – alltid.

– Dette viser tilstedeværelse. De som er i Heimevernet får vist frem at de er klare hvis det skjer noe. Andre tenker nok ikke over at Heimevernet er først ute hvis noe skulle skje.



## GODT I GANG MED HV-07

TEKST: Tore Bjørheim og Karen Gjetrang

I november var 11 representanter og vararepresentanter i det nyetablerte distriktsrådet i Agder heimevernsdistrikt 07 (HV-07) samlet i Kjevik leir, hvor distriktet etter hvert skal etablere sitt hovedkvarter.

– Ordningen med en rådsstruktur er unik

i Forsvaret. Det finnes ikke tilsvarende der representanter fra sivilbefolkningen har direkte tilgang til militære sjef. Dette sikrer et demokratisk innsyn i Heimevernet og en god arena for dialog mellom Heimevernet og sivilbefolkningen i Agder, forteller generalsekretæren i Landsrådet for Heimevernet Jørgen Roaldset.

Etableringen av distriktet går i henhold til fremdriftsplanen.

Det gjennomføres nå intervjuer til stillinger i kjernegruppen som skal gjennomføre etableringen av det nye distriktet.

I januar blir det tilsatt ny sjef for HV-07.

## SAMTRENING MED OMRÅDE, INNSATSSTYRKE OG KYSTVAKTA

TEKST: Tor-Magnus Øverås

I oktober gjennomførte Møre og Fjordane heimevernsdistrikt 11 ei trening der både innsatsstyrken og område trener i lag med støtte fra kystvakta.

Det å samvirke med flere avdelinger krev mykje planlegging og arbeid i

forkant, men fungerer som eit viktig kunnskapsutbytte for alle ledd.

– Det er viktig at vi klarer å samarbeide, og at vi ikkje berre er ein og ein avdeling, fortel Kristoffer Nonstad, troppsersjant i innsatsstyrke Archery.

Treninga vart positivt tatt i mot frå soldatane som er fornøgd med å kunne trene med kystvaktskipet KV Njord.

Treninga med område, innsatsstyrken og kystvakta har gitt en synergieffekt og dei får trent på korleis eit samarbeid ville fungert i ein reell situasjon.



## UTDANNER CIVILISTER TIL KRIGERE

De ukrainske soldatene forbereder seg på å kjempe for livet og landet sitt. Med fagkunnskap, nøyaktighet og dedikasjon bidrar den norske instruktøren til deres overlevelse og frihet – men det koster.

*TEKST: Siv Iren Brænd FOTO: Samuel Andersen*

Den tette tåka som omslutter den engelske landsbygda legger et dystert grått teppe over landskapet. Plutselig høres barnelatter. Krystallblå øyne møter pappas like blå gjennom den lille mobilskjermen – noen få minutter hver dag.

– Det er viktig, så hun ikke glemmer hvordan jeg ser ut.

Sist han var instruktør i England, lå hun trygt i mammas mage. Nå har hun møtt verden.

#### IKKE NOK TIMER

Om det er mandag eller lørdag er ikke lenger viktig; det som teller er om man er på dag 23 eller 28 i treningsprogrammet – en dag nærmere avreise for de ukrainske soldatene. De skal tilbake til en brutal virkelighet der hver dag handler om å overleve.

Han skal hjem til fredagstaco, hverdag og

trygghet. En stor kontrast til dem han nå tilbringer mesteparten av døgnet sammen med. Derfor er treningstimen så utrolig viktige og innsatsen som legges ned så høy. I perioder har ikke døgnet nok timer, og søvnmålet på åtte er ikke i nærheten av å nås. Pausene som er tiltenkt hvile og mat brukes på å forberede neste leksjon. Alt må være feilfritt, for konsekvensen i motsatt tilfelle er for stor.

– Alle instruktørene kan dette godt, men vi må gå gjennom det, spesielt når vi er slitne, for å sikre at alt sitter. Jo lenger ut i perioden vi kommer, desto viktigere blir det, særlig når vi jobber med komplekse oppgaver der marginene for feil er små.

#### OVERLEVE OG BEKJEMPE

Han står foran en gjeng ukrainere. De er møkkete, svette og flere har allerede rukket å tenne sigarettene. De er tydelig fornøyd med innsatsen de akkurat har lagt ned. De har kjempet seg gjennom skyttergravene, nedkjempet markører,

tatt vare på sårede og brukt det de har lært de siste ukene i en siste «eksamen». Neste gang er det ikke norske instruktører med uniformen på vranga de møter i de sølete, trange gangene, men russere med det samme ønske som dem selv: å overleve og å bekjempe motstanderen.

Instruktøren har fulgt dem i flere uker. Ved skyttergravene i treningsområdene har han nå observert dem. Det er tid for tilbakemelding. Stemmen er klar og tydelig da han på ukrainsk får oppmerksomheten til mennene foran seg før han fortsetter på engelsk:

– Do you remember where you were just a few days ago? Holy f....! You've learned so much in such a short time.

Det utløser begeistrede rop og klapp blant ukrainerne. Han fortsetter å rose, gi dem selvtillit og konstruktive tilbakemeldinger ved hjelp av tolken. Han er tydelig fornøyd, men det har kostet. De siste tre-

ningsdagene har vært usedvanlige harde både for ukrainerne, men ikke minst for instruktørene.

– Vi er her for å trene soldater, mennesker, som skal ut i krig. Da blir våre behov lite viktig, og det kommer sist. Det er selvfølgelig nødvendig å ta vare på seg selv, for vi skal drive på med dette i tre måneder, men det har vi mulighet til. Vi har en ledelse som er flinke til å ha et overordnet blikk, som passer på.

En sjelden gang, etter spesielt intensiv trening som nå, får de en fridag. Han skal sove, trene, sove litt til og ringe hjem. Nå har han bedre tid, men det har ikke hun som enda ikke har fylt ett år, for fokuset skifter fort og pappa på skjermen er ikke interessant mer enn noen minutter av gangen. Da er det godt å høre samboeren fortelle om små og store øyeblikk fra hverdagen hjemme. Dette er et oppdrag de løser sammen, og uten henne kunne ikke han vært her. – Jeg snakker om at jeg er sliten, men jeg

kan ikke forestille meg hvordan hun har det – oppe hver natt, uten å ha hatt en sammenhengende natts søvn på lenge. Hun står på og det er ingen klaging. Hun legger til rette for at jeg kan bidra her; det er utrolig imponerende og bare å hylle.

#### FEIL STED TIL FEIL TID

Blant de ukrainske soldatene finnes hele aldersspektret, fra de som knapt har fylt 18, til bestefedrene, der linjene i ansiktet vitner om et liv preget av hardt arbeid. Du har de som har søkt seg til dette frivillig og de som har vært på feil sted til feil tid.

– Noen av dem har blitt hentet rett fra gata som vernepliktige. Bare en uke før de kom hit, hadde de ingen militær erfaring – kanskje ingen tanke om at de skulle ut i krig. De kunne ha vært på butikken for å kjøpe majones, og plutselig blir de plukket opp. Nå står de her midt i et grunnleggende infanterikurs.

Det er derfor ikke overraskende at noen kan være innesluttet og tankefulle i starten. Verneplikten i Ukraina gjelder alle menn mellom 25 og 60 år, og det er noe de ikke kan unngå – uansett hvilken grunn de måtte ha. Når de ankommer England, står de overfor to valg: å gi opp eller å gi alt de har. De aller fleste velger det siste.

– Det er jo skremmende, og det skjønner jeg. Etter noen dager blir vi bedre kjent med dem. Da bygger vi et nært og godt forhold – og det er helt nødvendig, mener jeg. Når du gir litt av deg selv og åpner opp, blir de mer mottakelige for det vi prøver å lære dem.

Ukrainerne er takknemlige og det er tydelig at de setter stor pris på omsorgen nordmennene gir dem. En varme de ikke er vant til fra tidligere, men som gjør at de føler seg sett, verdsatt og mer motivert – kanskje også litt mindre alene. Selv det han ser på som et verktøy for å opprettholde stridsutholdenhet, oppfatter de som omsorg.





”

– De lærer så ekstremt fort. Jeg kan nesten ikke fatte og begripe det. De får til så mye på så kort tid.

Norsk instruktør

– Så enkelt som å ta vare på føttene for eksempel. Det er helt fjernt for dem. Når vi går en runde på kveldstid og ber dem ta av seg sko og sokker for å sjekke at føttene er i orden og samtidig spør om det går bra med dem, om de har spist, drukket, vært på do og slikt, merker vi hvor mye det betyr for dem. For dem handler det om å bli sett – om å ta vare på hverandre.

#### FRA SIVILIST TIL SOLDAT

Over 70 prosent av dem han har trent de siste ukene har aldri før holdt i et våpen. Derfor starter de med det helt grunnleggende og læringskurven er bratt.

– De lærer så ekstremt fort. Jeg kan nesten ikke fatte og begripe det. De får til så mye på så kort tid. Alt fra å håndtere våpen, grunnleggende stridsdriller og teknikker for å overleve på egenhånd i felt. Det er intet annet enn imponerende. En viktig faktor er nok nettopp det at de skal tilbake til krig, og de vet at det de lærer her kan holde dem i live.

Gjennom ukene i England kommer det hele tiden små drypp med mestrings. Sakte, men sikkert blir sivilister om til soldater. En drill blir ikke bare gjennomført, men betydningen bak handlingen blir forstått, noe som er like viktig.

– Det er ikke alltid de bare kan ta en drill og bruke den direkte i et virkelig scenario og forvente at det fungerer. Men det vi vektlegger er at når de mestrer en drill til det punktet hvor de ikke trenger å tenke, kan den danne grunnlaget for videre im-

provisasjon. Derfor er det helt avgjørende at de forstår prinsippet bak hver teknikk, noe det er imponerende at de gjør så raskt.

#### MEG ELLER HAM

Blant paller spikret sammen for å illustrere gatehjørner og husvegger står han og vurderer teknikken til ukrainerne. De øver på håndgrepene som skal brukes i morgendagens økt på skytebanen, men også når de skal forsvare landet sitt hjemme i Ukraina. Sola skinner og den ellers dystre tåka har lettet. Han er ikke helt fornøyd og med raske skritt og tolken hakk i hæl går han bort til den ene gruppa. Stemmen hans overdøver alle klikkelydene fra avtrekkene. Han får lånt seg et våpen, stiller seg stødig og lener seg inntil pallen. Han forklarer hva han gjør og hvorfor. Så er det ukrainerens tur igjen, og en etter en får de direkte tilbakemeldinger før han går videre til neste gruppe.

Det han gjør i operasjon Interflex, ser han på som ekstremt givende.

– Vi bidrar til å øke sjansene for at disse menneskene overlever – mennesker som kun ønsker det vi har i Norge: demokrati, et fritt land og et normalt liv. Ingen ønsker å være i krig, men de kjemper for frihet. Å kunne sette dem i stand til å påføre motstanderen dødelighet og hjelpe dem med å overleve er svært givende. Det handler tross alt om liv eller død for dem – enten «meg» eller «ham».

De norske instruktørene har en gjennomsnittsalder på rundt 30, men også her

finnes både de helt unge og de litt eldre med mer livserfaring. De har blitt en godt sammensveiset gruppe der kommentarer og latter sitter løst. Han er i starten av 30 åra. Har en helt vanlig jobb, har akkurat blitt pappa og er soldat i en av Heimevernets innsatsstyrker. Dette er hans andre kontingent. Forrige gang han kom hjem gikk tankene ofte til de ukrainske soldatene han hadde blitt kjent med. Spesielt klokken 09.00, da han var vant til at de hver dag i England – både nordmenn og ukrainere – hedret sine falne kamerater med ett minutt stillhet.

#### ET LITE OFFER I DET STORE BILDET

Den tette grå tåka byttes snart ut med lette snøfnugg hjemme. Det går mot jul. Om ikke lenge kan han løfte opp datteren sin igjen. Holde henne tett, lukke øynene og kjenne hvor heldig han er.

– Det er veldig tøft å være hjemmefra og ikke se henne hver dag. Men så minner jeg meg på situasjonen, og det føles som et veldig lite offer i det store bildet.

Han blir stille før han fortsetter:

– De fleste jeg trener opp her har barn.

Det blir nært. Krig er brutalt, og mange av de ukrainske soldatene gjør dette for barna sine – for at de skal slippe. De er villig til å gi alt, selv om mange aldri får holde døtrene og sønnene sine igjen. Det vet han, og derfor gjør han sitt ytterste i rollen som instruktør – for at de en dag skal komme hjem igjen.





**LOGISTIKK:** Det er mange ledd det kan gå galt i når store mengder materiell og personell skal forflyttes fra og til et land i krig. Det stiller store krav til at logistikkerne alltid ligger ett skritt foran, slik at all transport går som planlagt.



## BAK TRENINGEN

Heimevernets opptrening av ukrainske soldater i Norge og England er mer enn stridsteknikk og sanitet. Før første leksjon kan begynne, må en stor og kontinuerlig logistikkoperasjon være i sving.

*TEKST OG FOTO: Kristian Kapelrud*

For at opptreningen skal lykkes, kreves en enorm koordinering av ressurser, presis planlegging og tett samarbeid mellom ulike avdelinger og nasjoner. Alt starter lenge før første soldat setter sine ben på norsk eller britisk jord. Detaljerte planer som tar hensyn til transportkapasitet, nødvendig utstyr, forsyninger og ruting av både personell og materiell. Logistikkfolkene må komme fram til det mest effektive løpet for hver eneste transport. For hver kontingent med nye soldater som ankommer, har noen i kulissene jobbet lenge i forkant for å få alt av nødvendig papirarbeid på plass for at treningen skal gå mest mulig på skinner for alle involverte.

– Før vi kan frakte soldatene må manifestet stemme. Noen ganger får vi det bare et par dager før avreise, og selv da kan det oppstå endringer på grunn av skader eller at de har blitt drept. Det gjør jobben ekstra krevende når flyet må bestilles flere måneder i forveien, forklarer Henrik, som er Heimevernets logistikkspesialist.

### OVERSIKT OG KONTROLL

Det gjelder for soldatene som skal transporteres til og fra Ukraina via Polen til sin destinasjon for opptrening, for materiell

de har med seg og ikke minst for materiell som doneres systematisk av Forsvaret. Ikke så mye som en ullsokk kan doneres uten at alle skjemaer er korrekte. Noen vil kanskje kalle det bortkastede ressurser, men det er viktig for både Norge og Ukraina å ha kontroll på hva som er donert og hva som er mottatt av donasjoner.

En logistikkoperasjon av denne størrelsen er krevende for alle involverte, men en god forutsetning er evnen til å være fleksibel når planer møter virkeligheten, der forsinkelser, motstand og «kvist» kan oppstå i flere ledd.

– Samarbeid mellom nasjonene er avgjørende. Vi donerer mye vinterutstyr til all opptreningen som foregår i England som for eksempel fotposer, ullundertøy og vinterkamouflasje. Til gjengjeld stiller England med uniformer og våpen til opptreningen som foregår her i Norge, forteller han.

### ÆREFULLT OPPDRAG

Henrik er stolt over sin del av denne operasjonen.

– Vi er mange som bidrar i dette, og jeg misunner instruktørene som gjør en god jobb med å trene soldatene.

For meg er det ærefullt bare å hente, returnere og sørge for at logistikken går rundt. Dette er et samarbeid som er en skikkelig motivasjonsforsterker, sier Henrik.

– Det er lett å sette tall på antall donerte ullfrotéer og slikt, men bak tallene er det mennesker som skal bruke dette utstyret i krig, fortsetter han.

#### VIKTIG UTSTYR

Det er ingen tvil om at utstyret som doneres har effekt, og det er mer enn bare kuler og krutt som gir det.

– I England har vi donert 45 000 par joggesko, som er det viktigste de får der. Mange ville trodd at det er fotposene som er alle infanteristers drøm, men det er joggeskoene som ofte gjør at voksne kurselever er i stand til å møte til trening dag etter dag, ved at bena får bedre hvile enn feltstøvlene kan gi.

#### KNUTEPUNKTET

Hele operasjonen ville blitt vanskeligere uten Polen på laget. Alt som skal inn eller ut fra Ukraina må innom Polen først. Av og til er det godt over 1000 soldater om dagen som kommer og går. I Polen har Ukraina en koordinator, som kontinuerlig har mange baller i luften.

– Min oppgave er å sikre at all transport er synkronisert, organisert, koordinert og avtalt. Kort fortalt innebærer det å sørge for at alle som krysser grensa på vegne av det Ukrainske forsvaret har alt de trenger for å nå destinasjonen sin, forklarer han.

Han er særlig fornøyd med samarbeidet med nordmennene.

– Det mest verdifulle for meg er fleksibiliteten. Noen dager er travlere enn andre, så hvis jeg ser at noen deler av dette maskineriet er i ferd med å bli overbelastet kan jeg fikse det. Ikke mange nasjoner er like fleksible som Norge når vi må gjøre slike tilpasninger.



PBU: De ukrainske soldatene får alt de trenger når de ankommer Norge. Mye av utstyret, slik som arbeids- og feltuniformer, stridsvest og hjelm kjøpes i samarbeid med England for å standardisere satsen. Det som doneres fra Norge, slik som ullundertøy, går ikke på bekostning av norske soldater.

# VENNSKAPET SOM FORSVANT

Hvordan er det å lede soldater i Heimevernets østligste HV-område, med 200 kilometer delt grense mot det som en gang var en nær venn?

*TEKST OG FOTO: Kristian Kapelrud*



SØR-VARANGER: Områdesjef Tor-Halvard Olsen sammen med lagfører Marie Iversen.

**F**ørst og fremst tenker jeg at jeg er heldig som har denne stillingen, og at vi er her vi er med et godt samarbeid med Jegerkompaniet på Høybuktmoen, sier områdesjef Tor-Halvard Olsen i Sør-Varanger HV-område.

Han har vært områdesjef siden 2008 i det som den gang var Øst-Finnmark heimevernsdistrikt 18.

For ikke lenge siden ble Kirkenes omtalt som «lille Russland» og under 2. verdenskrig bidro Sovjetunionen til å frigjøre byen fra Tysklands okkupasjon. Sør-Varanger kommune hadde lenge en vennskapsavtale med den russiske kommunen Petsjenga. Etter Russlands invasjon av Ukraina er avtalen nå lagt på is, og som en protest mot krigen er det også tatt til orde for å fjerne de mange gateskiltene med navn skrevet på kyrillisk i kommunen.

Vennskapet har kjølnet.

#### DET SOM EN GANG VAR

– Selv om vi som bor i kommunen tidligere har hatt et avslappet forhold og godt samarbeid med Russland på forskjellige områder, som idrett og kultur, er alt det lagt på is. Så det er selvfølgelig blitt et kaldere klima, og folk er mer bevisst på situasjonen, forklarer han.

Det påvirker også i noen grad soldatene.

– Som områdesjef opplever jeg at det er en holdningsendring og bevisstgjøring rundt det at vi er en del av totalforsvaret. Jeg opplever at befal og mannskap har et annet syn på det å bidra. De skjønner nok mer og mer viktigheten av hvorfor vi må trene hvert år, og hvorfor vi må bli gode på våre oppdrag.

– Med tanke på vår beliggenhet er vi utsatt og sårbare. Vi må være bevisst på, og tydeliggjøre vår rolle dersom det skulle skje noe. Samtidig må vi ikke eskalere

mer enn nødvendig eller danne oss et bilde som er urealistisk. Vi prøver å ha et så godt bilde av normalsituasjonen som mulig i det daglige virket. Gjennom alle soldatene som bor her i kommunen har vi mange «sensorer» som er viktige bidragsyttere til det. Folket er mer bevisst og følger med. Det ser vi på mengden og innholdet i det som rapporteres inn.

Heimevernets hovedoppdrag er vakthold og sikring av viktige militære og sivile objekter, men den sikkerhetspolitiske situasjonen har også gjort områdedelelsen mer bevisst på utnyttelsen av treningsdagene.

– Vi trener slik vi har gjort før, men vi er mer bevisst på hva vi kan komme opp i og tar det med oss i planleggingen. Vi trener litt mer på bekjemping enn før. Vi skal selvsagt være gode på overvåkning, kontroll og sikring, men vi må også være i stand til å nedkjempe en trussel hvis det blir nødvendig. I tillegg får soldatene på

årlig trening en brief av etterretningsoffiseren for å oppdatere og bevisstgjøre.

I år er det befalet som trenes. Kompetanseheving på alle nivå, fra nestlagfører til områdestaben, er årets fokus. De siste årene har de registrert at de har litt å hente på flere områder.

– Det grunnlaget vi legger nå setter kursen i noen år fremover med tanke på å øke kompetansen. Hele målsetningen er at vi skal bli litt bedre for hvert år som går.

#### GODT SAMARBEID I REGIONEN

Områdesjefen motiveres blant annet av det gode samarbeidet med andre militære og sivile avdelinger i regionen.

– Det skjer mye bra i Heimevernet for tiden. Vi har fått et bedre fotfeste og forståelsen av at HV er en viktig ressurs i totalforsvaret. Heimevernet blir prioritert i mange sammenhenger og i tillegg har vi blitt en del av Finnmark landforsvar som vi har et tett samarbeid med, sier han.

Området har et særlig godt samarbeid med Jegerkompaniet, som også befinner seg i Høybuktnoen leir. De har ved flere anledninger vært involvert i hverandres øvelser, og neste år ser Olsen på muligheten for å teste planverket sitt i samvirke med Jegerkompaniet under en større øvelse i Finnmark landforsvar.

– Da kan vi avdekke eventuelle utfordringer når det kommer til for eksempel kommandoforhold, rapportering og samband, utdyper han.

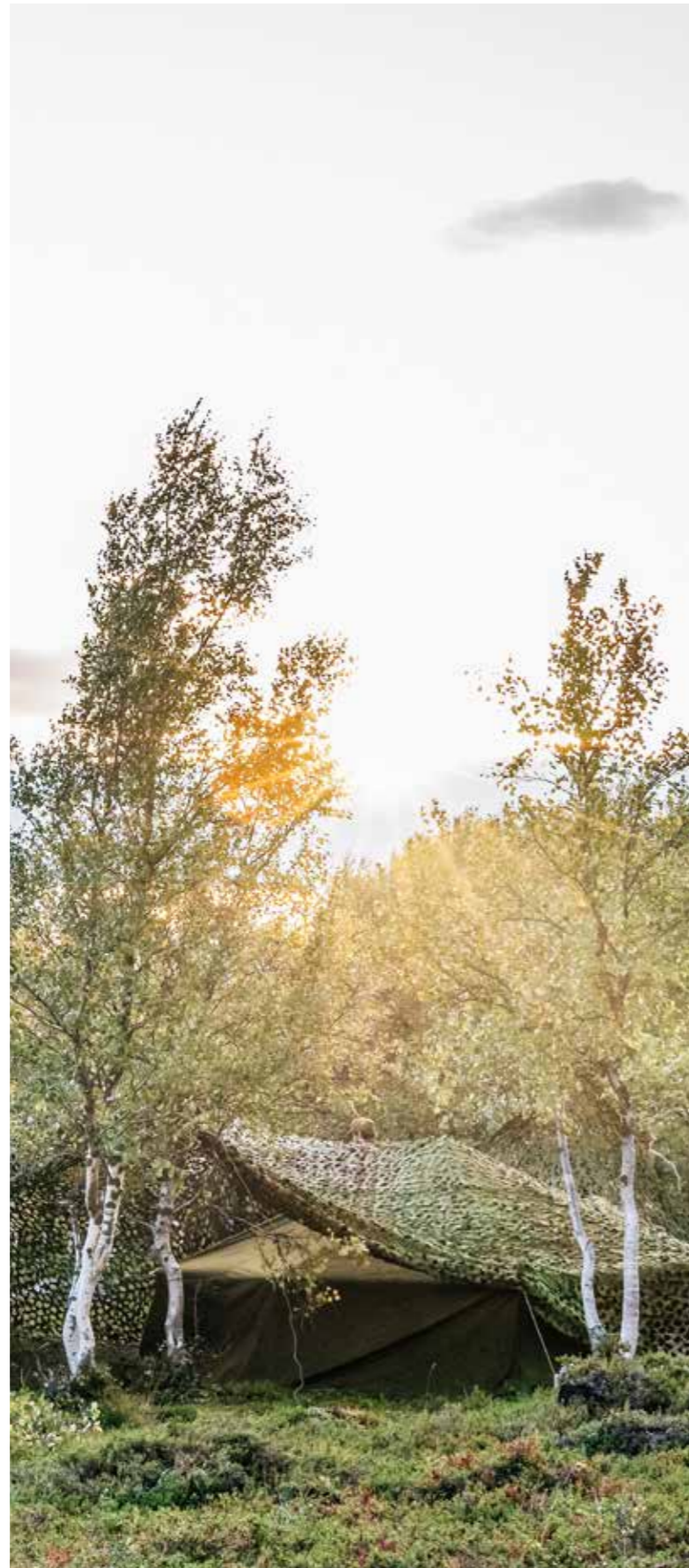
Tidligere i år var de med alle bataljonene i Finnmark landforsvar til Garnisonen i Porsanger og gjennomførte ROC-driller (Rehearsal of Concept). Hensikten er å sikre en enhetlig forståelse og sørge for at operasjonen er koordinert og synkronisert med alle underavdelinger og spesialister. ROC-driller kan gjennomføres i alle typer avdelinger og på alle nivå.

– Det var veldig lærerikt. Alle avdelingssjefene ble utfordret på planene sine i ulike situasjoner.

Det sivilmilitære samarbeidet er også godt. I løpet av årets trening kom kommunens beredskapsråd på besøk. Med dem gjennomføres et årlig møte.

#### NYE KREFTER

Etter opprettelsen av Heimevernets førstegangstjeneste på Porsangmoen har tilførselen av nye unge soldater med lokal kjennskap begynt å ta seg opp. En



av dem er nestlagfører Marie Iversen (23). Hun har vært i Heimevernet i fire år og vokste opp i Kirkenes.

– Vi har ikke sett på det som rart eller farlig at Russland er på andre siden av grensa. Det har vært helt vanlig å dra dit på tur eller for å handle. I oppveksten hadde jeg flere med russisk bakgrunn i klassen.

I det krigen i Ukraina brøt ut var situasjonen uoversiktlig.

– Da Russland gikk inn i Ukraina var jeg i Tønsberg, så jeg visste ikke hva som skjedde her hjemme. Jeg husker at jeg lurte på

om jeg ble kalt inn til tjeneste, men jeg går ikke rundt og er bekymret for krig i det daglige, selv om normalsituasjonen har endret seg.

Det påvirker både motivasjonen og treningen. Som nestlagfører gjør hun også sitt for å gi soldatene utbytte for tiden de er inne til årlig trening.

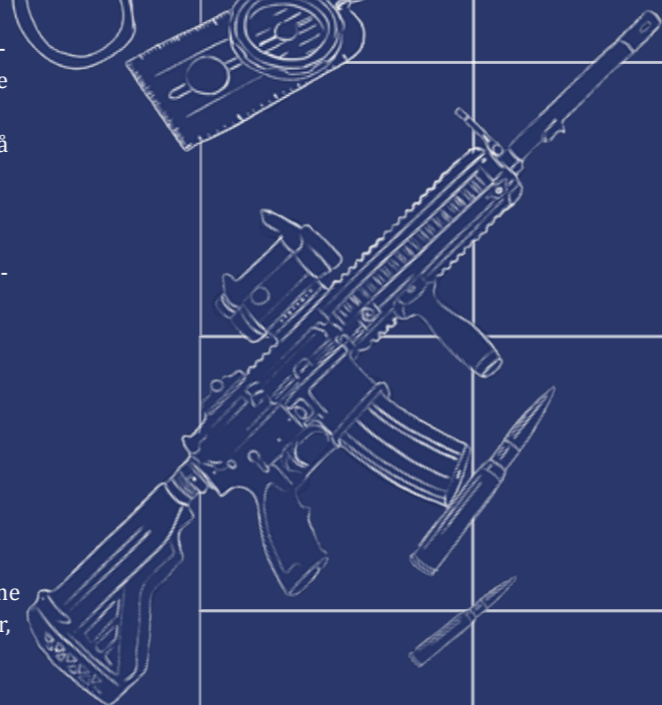
– Det er mindre dødtid, og jeg merker at troppen er mer skjerpet. Alle jobber for at ting skal skje, slik at vi får mest mulig utbytte av tiden vi har. Selv prøver jeg å alltid ha en «lommeleksjon» på lur, for å få inn noen læringspunkter der det er ledig

tid. Ellers prøver jeg å ha et godt humør, fordi det også smitter over på de andre.

#### HAR NOE Å FORSVARE

Dersom det skulle bli nødvendig er Marie tydelig på at motivasjonen for å forsvare hjemmeplassen er på topp.

– Jeg hadde forsvart Kirkenes til siste slutt. Det er jo derfor vi trener. Tanken på det er selvfølgelig skummel, men det er jo noe man som soldat må være mentalt forberedt på. Det er det som er så kult med Heimevernet også, at du forsvarer ditt eget hjem og din egen familie som er her.



## SOLDATENE

Svette og slitne etter et områdeledet ildoverfall i kompanistørrrelse har soldatene i Ålesund HV-område klare meninger om hva som gjør en årlig trening god eller dårlig.

– Jeg har bare vært her i fire år, men merker bedring. Det er mindre venting og bedre og mer effektive leksjoner. I tillegg er det en økt forståelse blant medsoldatene om hvorfor vi er inne på trening og hva vår rolle er, forteller nestlagfører Daniel Sætre-Håvoll.

– Vi har tatt noen steg mot mindre dødtid. Det var nok mer venting og dårligere kommunikasjon på de to første treningene jeg var på, legger Håvard Eidsaa til.

– Jeg føler ledelsen har tatt til seg tilbakemeldinger hele veien, og det setter jeg pris på.  
– Dette ildoverfallet er et godt eksempel

på noe som gjør en områdeledelse god. Her fikk vi trent såpass realistisk og så nært opp til en skarp situasjon som vi bare kan. Det gjør godt for motivasjonen, sier Sætre-Håvoll.

– For meg er en god områdeledelse der vi ser hensikten med det vi driver med, forteller Håvard Eidsaa med fire års fartstid i området.

– Det må være meningsfylt. Vi kan ikke ha trening der det hives inn aktiviteter underveis – bare fordi det er dårlig planlagt. Da kan det nesten virke mot sin hensikt, og vi skjønner at det bare er tid som fylles, poengterer han.

– I et HV-område har du alltid noen som er motivert og noen som ikke er motivert.



Nøkkelen til god stemning er at lagfører og troppssjef har et bevisst forhold til dette og skjønner når vi kan legge inn litt ekstra aktivitet og når vi kan ta det roligere – denne balansegangen må ofte lagføreren finne. Han eller hun må rett og slett kjenne folkene sine og lese stemningen i laget sitt, mener Christian Gjerde. Han har lengst fartstid i Heimevernet av gjengen.

– Vi merker stor forskjell på lagførere som er flinke på å «matche» laget. Ellers synes jeg planleggingen har blitt bedre, men at det kan legges til rette for mer individuelle løsninger – når en tropp er ferdig så er den ferdig og trenger ikke vente på de andre. Det vil øke motivasjonen.

## HVA ER EN GOD OMRÅDETRENING?

TEKST: Rune Haarstad og Ingvild Ekrol ILLUSTRASJON: Helene Sofie Thorkildsen

Her er det sikkert like mange meninger som det finnes soldater i Heimevernet. Hva mener geværsoldaten? Områdesjefen? Distriktssjefen? Våpenskolen? Er det mulig å finne en rød tråd?

I langtidsplanen for Forsvaret styrkes Heimevernet, og fra 2025 skal alle Heimevernets soldater trene minimum fem dager. På de neste sidene kan du lese hvordan «hele» Heimevernets kommandolinje svarer på spørsmålet: *Hva er en god områdeledelse?* Flere soldater trekker frem betydningen av trening på realistiske oppdrag under realistiske forhold.

– Dette ildoverfallet vi nettopp er ferdig med, hvor vi trente såpass realistisk og så nært opp til en skarp situasjon som vi bare kan, gjør godt for motivasjonen, sier Kristian Gjerde fra Ålesund HV-område i Møre og Fjordane HV-distrikt 11 (HV-11).

– Det gir mening og man blir automatisk «påskrudd». Det er bra med markører på ildoverfallet og samtrening med innsatsstyrke Archery også, påpeker han.

Distriktssjefen er på sin side opptatt av at områdeledelsen må møte de kravene som er satt – men i tillegg kunne utnytte oppduggende muligheter. Heimevernets våpenskole på Dombås har også klare meninger om premissene for en god områdeledelse og legger vekt på at kompetanseheving av offiserer, befal og spesialister gir grunnlaget for en god lokal trening. Les mer på de neste sidene.

## TROPPSSJEFEN

– Jeg har tro på at intensjonsbasert ledelse, klar kommunikasjon og tilbakemeldinger gjør treningen god, forteller stabstroppssjefen i Ålesund HV-område Asbjørn Rørvik.

– Jeg har inntrykk av at områdesjef Carl Anton Lorgen er flink på å delegerer på intensjonsbasert ledelse.

– Han sier hvordan han vil ha det - så er det opp til lagførere og troppssjefer å levere. Underveis er han flink på å følge opp og korrigerer om det

skulle være nødvendig, sier Rørvik, som tidligere har vært lagfører i mange år.

– Jeg har også inntrykk av at han er god på planleggingen i forkant av treningen. Dersom det meste er på plass i forkant, blir det mindre dødtid og improvisering. En områdesjef som også er dyktig på kommunikasjon og er klar i sin tale er viktig. Det gjør at mannskapene er forberedt når treningen eller øvelsen starter.

# OMRÅDESJEFEN I VEST



– Syv dager for befal og fem for mann- skapene er minimum for å gjennomføre en effektiv trening med flere døgn i felt, mener områdesjefen for Ålesund HV-område i HV-11 major Carl Anton Lorgen.

I tillegg er områdesjefen opptatt av å gi god informasjon i forkant av treningen.

– Vi sendte ut program og pakningsplan 14 dager før. Da opplever jeg at soldatene er mer «mentalt» forberedt på å møte til trening, sier major Lorgen.

Områdesjefens erfaring er at det beste er å trene minimum 5/7 hvert år over tid.

– Dette tror jeg er passelig mengde for soldatene, og vi får effektive treninger. Med færre dager blir det for mye administrasjon og for «lite» trening. Vi trenger litt tid i forkant til å gjennomføre skyting, trene på stridsdriller, for så å reise ut i felt. Da er det viktig med effektive inn-

rykk der man går fort over til utdanning/ trening, forklarer han.

Den erfarne områdesjefen prioriterer trening i felt på oppdragene. For eksempel objektsikring og ildoverfall.

– Et markørspill øker effekten og motivasjonen. Vi bør bruke skytetabeller og et øvingsopplegg som er så realistisk som mulig – det gir soldaten utfordringer. Nok ammunisjon er også viktig. Det har vi heldigvis hatt de siste årene. Samtrening med andre områder og innsatsstyrken, hvor man ser og lærer av hverandre, er også noe som øker effekten av årets trening, påpeker Lorgen.

– Nok kjøretøy er også viktig. Dette har vært utfordrende siden vi gikk over til bruk av innleide biler. En «kjøretøy-pool» på distriktet hadde vært en bedre løsning, mener Lorgen.

# OMRÅDESJEFEN I NORD

– For å få til en god områdeøvelse, er jeg helt avhengig av å ha en god plan før treningen starter, kjenne status og utbedringsområder samt å opprettholde et godt samspill mellom området og fagseksjonene i distriktet, sier Charles Hansen. Han er områdesjef i Narvik HV-område i Nord-Hålogaland heimevernsdistrikt 16 (HV-16).

– Vi må hele tiden ha fokus på relevant trening opp mot områdesjefens skarpe oppdrag. Jeg er også opptatt av at mannskapet får så lite dødtid som mulig.

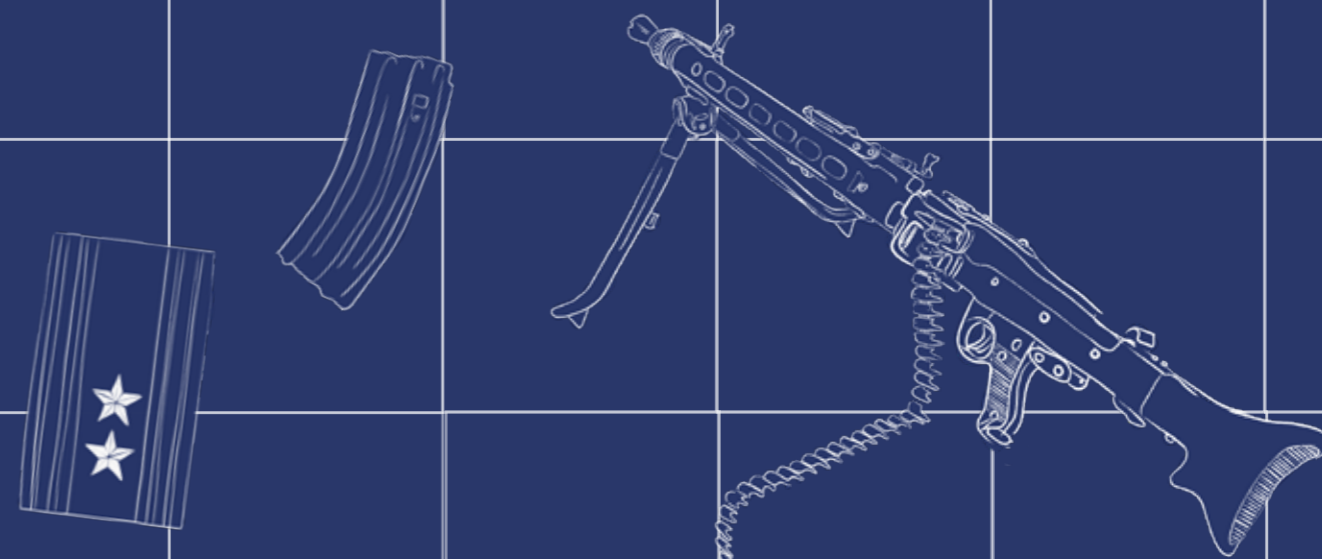
– Når årlig trening er over og soldatene er på vei hjem, skal de sitte igjen med en følelse av at dette er noe de vil være med på videre. I tillegg til ønske om at laget, troppen og området skal være klare til å løse oppdrag om bjella skulle ringe. Jeg vil at soldatene mine skal være stolte av å være en del av

HV. For hvem andre stiller om ikke dem, hvis det utenkelige skjer?

– Som områdesjef må jeg kjenne området mitt, staben min, troppssjefer og områdes status. En utfordring i det å planlegge en god områdeøvelse er den tiden jeg og staben min har til rådighet. Vi er jo sivilister til daglig med jobb og familie. Men for min egen del og områdes status per nå, så mener jeg at vi får det til å gå rundt på grunn av en meget kompetent stab, god troppsledelse og en faglinje i distriktet som fungerer godt.

– I planleggingen av områdes øvelser er det godt å ha våpenskolen i ryggen. De bidrar året rundt med kompetanseheving i form av kurs og veiledning. Det er også lett å ta en telefon ned til Dombås for å få tilsendt reglementer og undervisningsmateriell.

# DISTRIKTSSJEFEN



– Det enkleste svaret på hva som kjennetegner en vellykket områdetrening, er når avdelingen har trent effektivt og riktig. Når tiden er utnyttet optimalt og kompetansen er hevet på individ-, lags-, tropps- og områdenivå, sier distriktssjef for HV-11 Richard Moen.

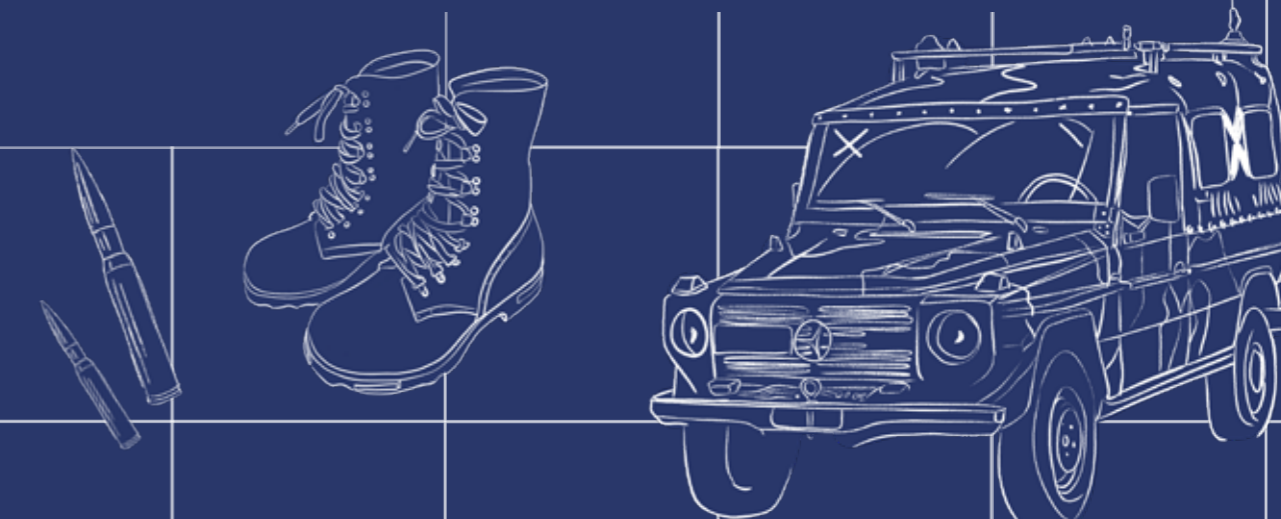
– Dette kan i seg selv være en krevende eksersis, da det er mange fagfelt og mye undervisning som må gjennomgås. Derfor tror jeg det blir enda viktigere å prioritere og velge bort det som ikke har direkte bæring for de oppgaver vi skal løse, mener distriktssjefen.

– Over lang tid vil jeg si at det har blitt «pakket» inn for mange elementer i de få dagene avdelingene trener, og det blir for lite tid til å bli god på de få elementene som krever det mest.

Moen har tro på modellen med balansert trening i HV, der erkjennelsen kanskje ligger i å velge bort noe for å kunne fokusere på noen få elementer.

– I HV-11 har vi brutt balansert treningsmodell ned i en fireårs modell, der vi har ulikt fokus avhengig av treningstype som skal gjennomføres. De fire kategoriene er også tidfestet i kvartaler slik at alle vet når de skal trene 16 år frem i tid. Alle fire kategorier kjøres årlig, men avdelingene roterer mellom dem fra år til år. I 2024 har vi kjørt tre år på den nye modellen og har gode erfaringer.

– I alle fire treningskategoriene er det noen elementer som gjentas. Dette kan være skyting, stridsteknikk, samband og sanitet. Men deretter vektlegger vi ulike retninger i de fire forskjellige kategoriene.



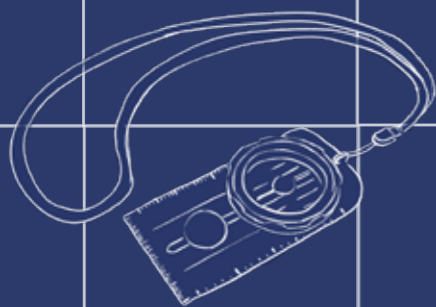


# 4 ULIKE MÅTER Å BYGGE OPP EN OMRÅDETRENING

**FERDIGHETSTRENING** er fokus på alle primærroller. Nestlagfører og lagfører trener på stridsteknikk. Troppssjef trener også stridsteknikk med fokus på ledelse og på utvikling til strid. Områdestaben trener på utvikling til strid og operasjonsplanlegging. Eksempelvis får operasjonsoffiseren i tillegg kompetanseheving på vakthavende sine oppgaver og bruk av IKT-systemer. Forsyningsbefalet kompetanseheves på sine oppgaver innenfor eksempelvis forvaltning og ammunisjon.



**AVDELINGSTRENING** har fokus på å trene mot avdelingens oppdrag i planverket, men i et rolig kontrollert miljø med bare avdelingen. Her leder områdesjefen treningen selv, men kan be om noe støtte dersom nødvendig.



**SYSTEMTRENING** har fokus på å løse oppdrag innenfor avdelingens planverk, men gjøre dette i samspill med sideordnede (andre områder), og samvirkepartnere som politi. Avdelingen trener på oppdrag i starten av treningen, mens områdestaben planlegger operasjoner. Her er det samhandlingen som er fokus.

**BEREDSKAPSTRENING** er test av planverk og hurtighet samt løse uforberedte oppgaver. Soldater og befal møter samme dag, og man stress-tester system og planverk – med liten eller ingen tid til forberedelser.



## HEIMEVERNETS VÅPENSKOLE

– Jeg vil si at den klart viktigste måten våpenskolen bidrar er med kompetanseheving av offiserer, befal og spesialister i nøkkelfunksjoner.

– Vi bidrar mer indirekte gjennom utvikling av treningsprogram og reglementer for Heimevernet, herunder trykking av reglementer. Våpenskolen bidrar også med veiledning av området gjennom taktiske evalueringer (TAKEVAL), forteller Trond Sakshaug, sjefssersjant ved Heimevernets våpenskole (HVVS).

– For meg vil en god områdeøvelse ha resultert i at området har fått økt sin evne til å løse oppdrag på en god og effektiv måte. Det betyr at man må trene på riktig ting på riktig måte, sett i forhold til avdelingens behov og rammebetingelser.

– Soldatene skal ha styrket ferdighetene de er avhengig av for å kunne løse avdelingens oppdrag. Ideelt sett skulle jeg ønske at soldatene sitter igjen med en opplevelse av at øvelsen har vært god bruk av ens tid. Men utbyttet kan objektivt sett ha vært veldig bra, uavhengig av hva man subjektivt måtte mene om øvelsen. Det er jo åpenbart fordelaktig for

styrking av forsvarsviljen i landet, dersom dialogen over kjøkkenbordet og lunsjrommet er positivt ladet.

– For en områdesjef er det mye som skal planlegges, koordineres og saksbehandles i forkant av øvelsen, og mye som skal rapporteres og følges opp i etterkant. Dette er utfordringer som skal håndteres i kombinasjon med sivil arbeid, familie, foreninger, verv og venner. Denne kombinasjonen av ulike interesser i hverdagen oppleves nok av mange som den største utfordringen, sier Sakshaug.

– Generelt kan en si at utfordringene rundt områdeøvelser blir mindre, dersom områdesjefen har opparbeidet seg kompetanse og erfaring, har et team rundt seg som kan og vil støtte, har høyt kompetanse- og selvstendighetsnivå blant offiserer, befal og spesialister, samt har gode og forutsigbare rammer for treningen. For å komme dit kreves det mye god og langsiktig planlegging, samt direkte oppfølging av avdelingens personell, sier Sakshaug før han legger til:

– Jeg kan ikke berømme den jobben områdesjefene gjør nok. De er virkelig limet i Heimevernet.



## VÅPENSKOLENS RÅD TIL OMRÅDESJEFEN

- Områdesjefen må forstå sitt oppdrag og sin avdeling. Dette er utgangspunktet all trening og øving må planlegges ut fra.
- Områdesjefen trenger tilstrekkelige rammebetingelser or å kunne sy sammen en god treningsplan. Dette går på tilstrekkelig med treningsdager, materiell, kjøretøy, infrastruktur, skyte- og treningsfasiliteter, men også kompetanse til å utvikle en god treningsplan.
- Når en god plan foreligger, er områdesjefen avhengig av dyktige offiserer, befal og spesialister i alle funksjoner som evner å omsette denne treningsplanen til aktiviteter som skaper måloppnåelse.

# DIGITAL SOLDATUTDANNING

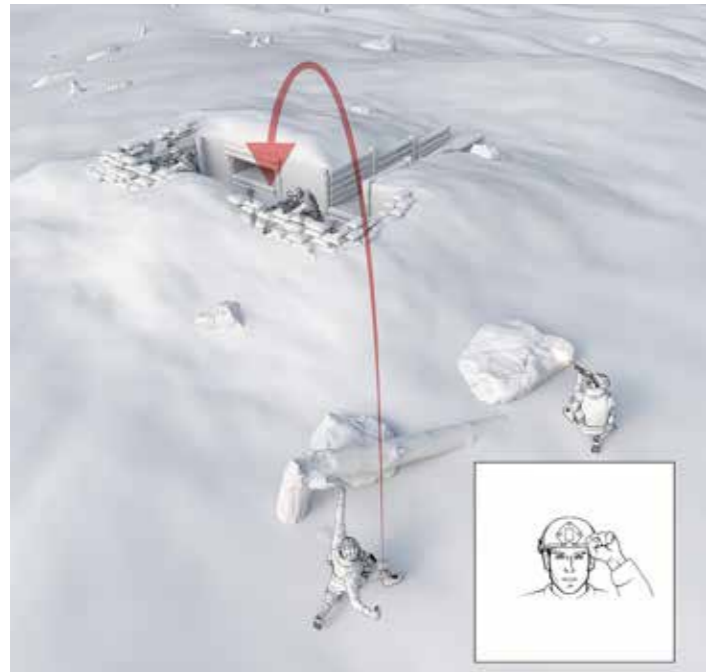
Forsvarets digitale soldatutdanning er en nettside og er ment som en forstudie til leksjoner innenfor grunnleggende militære fag. Undervisningen har teoretiske, praktiske og holdningsbyggende mål. Leksjonene er ment som en forberedelse til leksjonene som holdes av instruktører og lagførere samt som repetisjon. Nettsiden eies og utvikles av Hærens Våpenskole, og er tilgjengelig for Heimevernet til bruk i tjeneste. Du

får gjennom tekst, bilder, illustrasjoner, animasjoner og film lære om blant annet håndtering av våpen, CBRN-utstyr, kamuflasje, sanitet, stridsteknikk, vintertjeneste, verdigrunnlag og alt annet du trenger.

I Heimevernsbladet får du i hvert nummer en leksjon fra digital soldatutdanning. Ønsker du å lære mer kan du gå inn på [soldatutdanning.no](http://soldatutdanning.no), passord får du hos din nærmeste militære leder.



Scan QR koden for å lære mer



## STRIDSDRILL 3A - INNBRUDD I ILDSTILLING/GROP

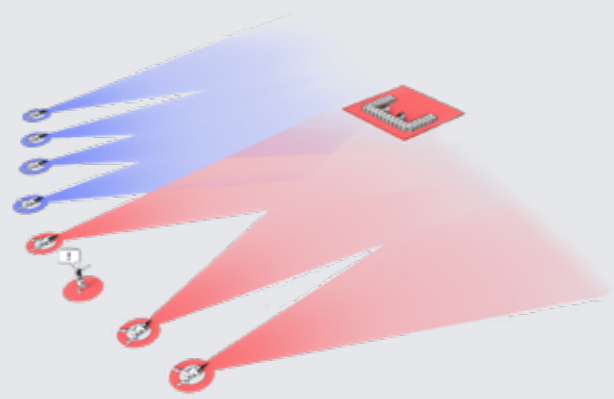
Stridsdrill 3 Alfa (3A) utføres i rammen av makkerpar, og brukes når fienden ligger i en ildstilling med skjul og dekning.

1

### Lagfører gir ordren

Drillen utføres ofte i makkerpar, og iverksettes på ordre fra lagfører.

Selve drillen starter først når makkerparet er på rett avstand til å kaste håndgranat og treffe.

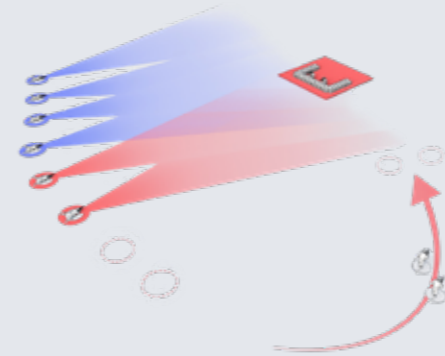


2

### Rykke frem til rett avstand

Er man for langt unna bruker man stridsdrill 2: Ild og bevegelse, eller fremrykningsmåter for å komme nærmere.

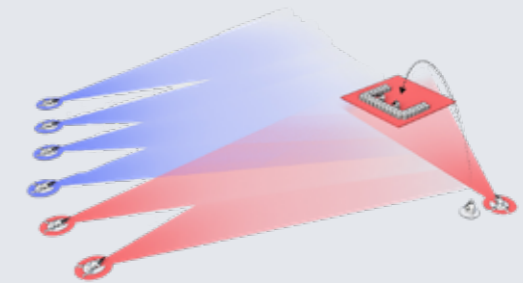
Mens makkerparet rykker frem og bryter stillingen støtter resten av laget med å holde fiendene i og rundt stillingen nede ved å skyte på sannsynlige mål.



3

### Forhåndsbekjemping med granat

Når makkerparet er nærme nok forhåndsbekjemper de stillingen med håndgranat.

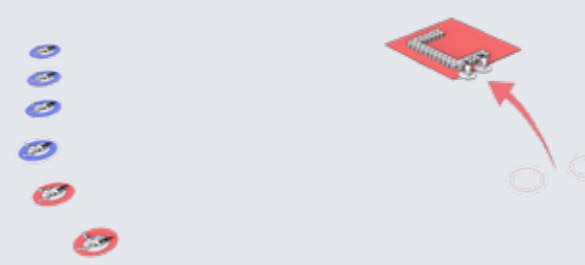


4

### Stillingen bekjempes

Avslutningsvis bekjemper makkerparet fienden i stillingen med enten «kryp og kast» eller «kast og storm», tar opp sikring mot dypet og melder tilbake til lagfører.

Obs: Når makkerparet bekjemper stillingen forlegger eller opphører resten av laget sin ild.





## Kaster og sikrer

Avhengig av situasjonen og fiendens stillingstype benyttes én av to teknikker under stridsdrill 3A: «Kryp og kast» eller «kast og storm».

Begge teknikkene innledes identisk med at en granat kastes mot fiendens stilling med ønsket effekt. Avgjørelsen om hvilken av de to teknikkene som skal benyttes gis enten fra lagfører eller avtales i makkerparet som skal ta stillingen.

Når du og din makker er på rett avstand til å kaste og treffe med håndgranat, må dere først fordele rollene som «kaster» og «sikrer», og du vil nå tas gjennom prosedyren for selve rollefordelingen og granatkastet.

## GRANATKASTET - STEG FOR STEG



### Fordele rollene

Det er soldaten som har størst sannsynlighet for å treffe fiendens stilling som bør kaste granaten.

Dersom du selv har gode forutsetninger for å treffe stillingen med granat melder du «SJOKK» eller «SPLINT» for å signalisere hvilken granat du har til hensikt å kaste.

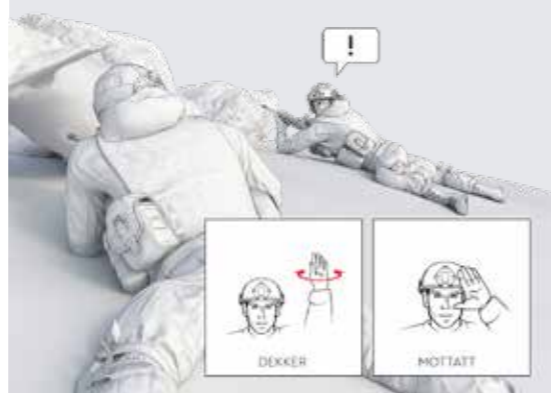
Dersom makkeren din har bedre forutsetninger enn deg for å treffe stillingen melder du «KLARGJØR SJOKK» eller «KLARGJØR SPLINT».

## 2

### Muligheter for maskering

Dersom du melder «SJOKK/SPLINT», så kvitterer makkeren din med «DEKKER». Med dette signaliserer makker at han har hørt og forstått deg, og vil sikre mot fiendens stilling mens du klargjør granaten.

Hvis du i stedet melder «KLARGJØR SJOKK/SPLINT», så kvitterer makker med «MOTTATT». Dette signaliserer at makker gjør seg klar til å kaste granat, mens du sikrer mot fiendens stilling.



## 1



### Selve kastet

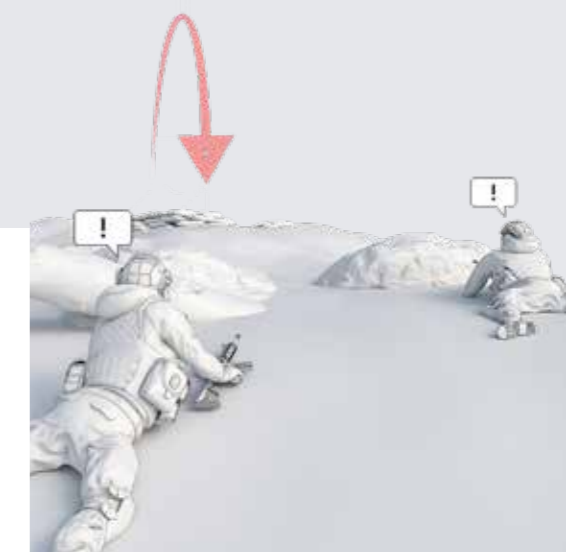
Kasteren trekker splinten, roper «SJOKK/SPLINT», slik at hele laget får det med seg, og kaster så granaten mot stillingen.

## 4

## 5

### Treff eller bom

Du må observere selve kastet for å se om granaten lander på et sted hvor den vil ha ønsket effekt. Du melder så «TREFF», eller «BOM», og både du og makker inntar dekning til granaten har gått av.



## 3

### Klargjøring til kast

Kasteren klargjør granaten og begynner så å telle ned fra tre.

Sikreren øker da ildhastigheten for å tvinge fienden ned i dekning, så de ikke kan se eller skyte på kasteren.





# ET TILLITSVALGTLØFT I HEIMEVERNET

Stadig flere distrikter i Heimevernet jobber nå for å gjøre et løft rundt tillitsvalgtordningen. I Telemark og Buskerud heimevernsdistrikt 03 (HV-03) har det blitt innført mer opplæring for tillitsvalgte og nye rapporteringssystemer.

*TEKST OG FOTO: Karen Gjetrang*

**T**ina Borlaug er på heimevernsøvelse. Hun og laget har satt seg ned for en lunsjpause på rommet før treningen fortsetter. Samtalen flyter lett mellom HV-soldatene, som snakker om alt fra fritid til sivilt yrke og hva de skal trene på etter pausen.

Her er Borlaug i sitt ess, når hun får slå av en prat med dem hun er på årlig trening med.

– Jeg ble tillitsvalgt, fordi jeg bryr meg om hvordan andre har det. Jeg er glad i mennesker, i å bygge relasjoner, bli kjent med nye og

prate med folk. Og jeg liker å tro at jeg er god til å lytte til andre.

Borlaug begynte som tillitsvalgt for kort tid siden, men har allerede tatt rollen på strak arm. Hun er en som tar pulsen på gruppa og har oversikt over både misnøye og motivasjon i troppen.

– For meg er det viktig å bidra til trivsel blant soldatene, og det er viktig at soldatene blir hørt for å oppnå deres potensiale og dra nytte av deres ferdigheter.



– For meg er det viktig å bidra til trivsel blant soldatene.

Tina Borlaug

#### DISTRIKTSSJEFEN

Tillitsvalgtløftet er noe flere distrikter har begynt å ta tak i. Tony Platek, distriktssjef i HV-03, er svært engasjert for videre utvikling av tillitsvalgttjenesten.

– Tillitsvalgte i seg selv holder ikke. Man må sette det i system, slik som jeg mener at vi har gjort nå.

Han forteller videre at satsningen hos HV-03 virkelig fikk fart etter evaluering av trivsel- og informasjonsundersøkelsen i 2023.

– Det holder ikke bare å ha en områdetillitsvalgt, hvis ikke den tillitsvalgte får opplæring og ikke vet hva som skal gjøres, forteller Platek og legger til at det nå er gjort store endringer i opplæringen av tillitsvalgte i HV-03.

#### DISTRIKTSTILLITSVALGTE

Snorre Bakken har rukket å bli en erfaren tillitsvalgt. Han har allerede tre år som tillitsvalgt på forskjellige nivåer i HV-03. I dag er han hovedtillitsvalgt i distriktet, eller distriktstillitsvalgt, som det heter.

– Jeg synes det er interessant å se på denne delen av Heimevernet. Det er mange temaer vi tar opp, som man kanskje ikke tenker på som vanlig HV-soldat, men som gjør det bedre for veldig mange soldater.

Med det nye tillitsvalgtløftet i Heimevernet har Bakken allerede begynt å merke forskjell. I høst deltok han og andre tillitsvalgte på en samling på Gardermoen med sjef Heimevernet.

– Der fikk vi ut litt frustrasjon, men også snakket litt om veien videre for Heimevernet. Det er et HV som er i endring, for vi skal bli 4500 flere soldater i løpet av noen år.

Bakken forteller at det er flere grunner til at HV-soldater i dag er misfornøyde, blant annet på grunn av store mangler på viktig utstyr.

– Det er kanskje viktig at vi, som tillitsvalgte, får informasjonen og forstår hvorfor ting, som PBU for eksempel, ikke alltid blir som forventet. Da kan vi forklare til soldatene at «det gjelder ikke kun deg, for det gjelder faktisk flere. Dette er ikke et lokalt problem, men det er et nasjonalt problem i HV».

Han mener at den største forskjellen med den nye tillitsvalgtordningen er at informasjonsflyten skal fungere bedre fra soldatnivå og oppover, men også andre veien.

– Det vi ser på som hovedmål er å skape bedre trivsel for soldatene som er på øvelse, ikke bare tenke på det negative, men prøve å få mer fokus på at vi skal ha en fin øvelse, forklarer han.

Den nye modellen for tillitsvalgtordningen er ikke innført i alle Heimevernets distrikter enda. Bakken forteller at han og de andre tillitsvalgte ba sjef HV informere Heimevernet om at dette bør gjennomføres i alle distrikter.

– Vi distriktstillitsvalgte føler at vi nå nærmer oss en plass ved bordet, når de store sakene blir tatt opp. Det er viktig for oss å være en del av dette. Vi kan ikke bare få en plass; vi må også ta den. Når vi får tilbud om en plass, må vi bruke den aktivt innenfor de rette områdene, avslutter Bakken.

# ER HEIMEVERNET MISFORSTÅTT?

«Heimevernet? Hva er det egentlig dere gjør? Er ikke det bare et sted der de plasserer folk de ikke har noe annet sted for?» ble sagt til meg av et hærbeval på Terningmoen da jeg var helt fersk vernepliktig i førstegangstjenesten min i Heimevernet. Kommentaren har brent seg fast i minnet mitt.

TEKST: Hermine Heier FOTO: Hermine Heier og Vanessa Andrea Vågstøl Hilland

Jeg startet som rekrutt i Luftforsvaret i Madlaleiren, og som alle andre rekrutter var jeg spent på hvilken stilling jeg skulle få. Da jeg fikk vite at jeg skulle tjenestegjøre som medie- og kommunikasjonssoldat i Heimevernet, ble jeg litt skuffet. Jeg fryktet fordommene fra andre – hva ville folk tro når de hørte at jeg var en del av Heimevernet? De siste ti månedene av tjenesten min har fått meg til å stille spørsmålet: hvorfor tenkte jeg slik? Sannheten er at jeg ikke visste hva Heimevernet egentlig var.

## EN ANNERLEDES TJENESTE

«Ikke gå med feltlua med flappene ned, for det er sånn Heimevernet gjør» ble jeg fortalt av mitt beval i rekrutten. Små stikk som dette satte et negativt stempel allerede fra mine første dager i grønt. For hver kontingent med rekrutter på Madlaleiren er det omtrent 1200 soldater fordelt på fire kompanier som representerer Luftforsvaret og Sjøforsvaret. Blant disse er det også liten gruppe

på omtrent 30 soldater; den såkalte «HV-troppen». HV-troppen består av soldater som skal tjenestegjøre som vakt- og sikringssoldater i Telemark og Buskerud heimevernsdistrikt 03, Agder og Rogaland heimevernsdistrikt 08 og Nord-Hålogaland heimevernsdistrikt 16 i sin førstegangstjeneste. De har sin rekrutt sammen med rekrutter fra Luftforsvaret og Sjøforsvaret. Dette er etter min mening ikke akkurat en oppskrift på suksess.



HERMINE HEIER

«Å nei, nå har jeg HV-troppen igjen» har en av rekruttene hørt bli sagt av sitt beval på Madla. Jeg var ikke en del av HV-troppen selv, men jeg har pratet med både soldatene i troppen og de avdelingstillitsvalgte på Madla for å få et innblikk i hvordan tjenesten oppleves for disse soldatene. Jeg ble forklart at de får tildelt sine roller som vaktssoldater på sesjon, allerede før rekrutten begynner. De har derfor ikke mulighet til å konkurrere om stillinger i rekrutten slik som andre soldater. Dette fører til at HV-soldatene ofte mister motivasjon for tjenesten og

blir stemplet som annerledes – før de i det hele tatt har fått vist hva de kan.

«Heimevernet er gamle gubber som drikker pils i felt og spiser kjeks og drikker kaffe på skytebanen» var svaret jeg fikk da jeg spurte soldater i førstegangstjenesten i Hæren om Heimevernet. Svært få visste noe om Heimevernet i det hele tatt. Avdelingstillitsvalgte i Heimevernet, Sjøforsvaret og Luftforsvaret opplever også at rekrutter fra andre avdelinger ikke skjønner hvorfor det finnes HV-rekrutter, eller hva resten av Heimevernet er og gjør.

## MANGEL PÅ INFORMASJON

Så hva er årsaken til at Heimevernet har fått et dårlig rykte hos soldatene? Og hva er årsaken til at så få vet noe om Heimevernet? Jeg har snakket med tillitsvalgte og soldater fra de forskjellige forsvarsgrenene, som alle peker på samme problem: mangel på informasjon til yngre soldater.

Madlaleiren gjennomfører en egen informasjonsdag for hver avdeling med informasjon om hvilke stillinger man kan søke på. Det finnes også en tilsvarende dag for HV-troppen, der de informerer om det å være vaktssoldat og hvilket distrikt de vil tjenestegjøre i. Problemet er at dette er



den eneste informasjonen HV-troppen får om Heimevernet i sin rekrutt. Denne informasjonen er det også bare dem som får.

Soldater fra andre forsvarsgrener får heller ikke mye informasjon om at verneplikten fortsetter etter førstegangstjenesten. I følge Heimevernets informasjons- og trivselsundersøkelse 2023 mente faktisk kun 29% av soldatene at de fikk tilstrekkelig informasjon om Heimevernet i førstegangstjenesten. *Og hva skjer da, når halvparten av soldatene i førstegangstjenesten skal inn i Heimevernet med kun informasjonen de fikk i førstegangstjenesten?*

Når man forteller at man er i Forsvaret i førstegangstjeneste, blir man som regel møtt med respekt. *Mister soldater den respekten når de blir overført til Heimever-*

*net? Til Norges største militære avdeling? I år har jeg lært om Heimevernet og at fordommene mine var feil. Nå er jeg ikke lenger skuffa over å være i Heimevernet. Nå er jeg stolt. Heimevernet er ikke bare kjeks og kaffe i felt og på skytebanen. Heimevernet er også motiverte soldater som bidrar til et sterkere og tryggere*

”

*I år har jeg lært om Heimevernet og at fordommene mine var feil.*

*Hermine Heier*

Norge. Vi er spredt utover inn- og utland og vi kan bidra med unik lokalkunnskap, sivil kompetanse og erfaring som er helt nødvendig i en krisesituasjon. På et internasjonalt nivå jobber Heimevernet hver dag med utdanning av ukrainske soldater, mens andre bistår politiet på leteoppdrag og ved naturkatastrofer og styrker totalforsvaret på et lokalt nivå. *Er dette ikke respektert? Eller er det bare ikke godt nok informert om?*

**PÅVIRKER FREMTIDENS HEIMEVERN**  
*Så hva må endres? Hvordan kan vi bedre forståelsen og gi en positiv oppfatning av Heimevernet til fremtidens HV-soldater?*

Jeg tror det hele starter i førstegangstjenesten. Det starter med informasjon – tydelig, ærlig informasjon om verneplikten fra første dag. Presentere Heimevernet på rekruttskolen og gi soldatene en reell

innsikt i Heimevernets oppgaver og bidrag. Avdelingstillitsvalgte forklarer at flere befal også får tilbud om å være med på informasjonsdagen om Heimevernet sammen med rekruttene, men ingen møter opp. Befalet er klar over at de ikke informerer nok om Heimevernet til soldatene sine, og anerkjenner at det er fordi de ikke vet nok selv. Et befal som har kunnskap om Heimevernet og kan viderefordre til egne soldater kan derfor gjøre en stor forskjell. Vi trenger også å nå ut på sosiale medier, møte ungdom der de er og gi dem et realistisk bilde av hva vi står for. Befal og rekrutter trenger kunnskap; ikke fordommer. Om vi klarer å informere yngre soldater

om heimevernstjenesten, kan fremtidens heimevern se helt annerledes ut.

Jeg er snart ferdig med min førstegangstjeneste i Heimevernet og begynner å forberede meg på tiden videre. Forsvaret skal satses på, det blir flere reservister og dagens unge er det fremtidige heimevern. Hva slags inntrykk av Heimevernet soldater i førstegangstjeneste får har i mine øyne stor betydning. Jeg gikk inn i førstegangstjenesten med fordommer mot Heimevernet. Jeg går ut med stolthet, men også en bevissthet om at noe må endres. *Hva hvis soldatene får god og riktig informasjon i tjenesten og i media*

*om Heimevernet og om alt som er mulig av for eksempel lederskapskurs og faglig ferdypning som heimevernssoldat? Det kan gjøre at nytilførte i dag kommer inn med motivasjon, kunnskap og lærevilje i stedet for uvitenhet og usikkerhet. Om de unges kompetanse kombineres med erfaringen til de eldre, kan det styrke Heimevernet og gjøre oss bedre og tryggere.*

De unge er fremtidens heimevern, og jeg er overbevist om at riktig informasjon og positive inntrykk er nøkkelen til å gjøre oss sterkere. Det er så viktig å fjerne fordommene, for Heimevernet skal ikke bare være noe vi har, men noe man vet at man virkelig kan stole på.

# PÅ VAKT

En av heimevernssoldatenes oppgaver er å stå på vakt. I nord og sør, i ruskevær, i solsteik og med kalde tær. På grenser, i byen, på broer og kaier.

TEKST: Ingvild Ekrol FOTO: Helene Sofie Thorkildsen og privat

**F**ra Norskehavet, langs Andfjorden og videre innover Vågsfjorden til Harstad, seiler det fiskeskøyter, hurtigruter og fritidsbåter. Her seiler norske fregatter, ubåter og korvetter. Inn fjorden kommer også allierte fartøy. Og når allierte skip legger til kai i Harstad, er det heimevernssoldater som står på vakt.

## FRIVILLIG

Trond Vaskinn er områdesjef i Trondenes HV-område. I våres seilte det et alliert skip inn til Harstad i forbindelse med øvelse Nordic Response 2024. Både før og etter øvelsen lå skip til kai i byen, og da var det Vaskinn sine heimevernssoldater som sto vakt. Alle soldatene hadde meldt seg frivillig.

Når områdesjefen får et oppdrag om skarp styrkebeskyttelse, ringer han først rundt til staben sin for å få sikre at nøkkelposisjoner blir besatt. Så sender han ut SMS til soldatene i området sitt, for å finne ut av hvem som har anledning og lyst til å stille på oppdraget.

– Er vi heldige, klarer vi å fylle opp med

frivillig personell kun fra eget område. Men i våres måtte jeg ringe distriktet og si at jeg ikke klarte å fylle opp med bare eget personell. Områdesjefene i nærheten fikk da i oppdrag å skaffe personell til oppdraget fra sine områder. I løpet av oppdragene hadde jeg soldater fra hele distriktet inne, i tillegg til hjelp fra andre avdelinger i Forsvaret, forklarer Vaskinn, før han fortsetter: – Da er det viktig med tydelige kommandolinjer og avklaringer. Alle skal ha samme innstilling og forståelse for oppdraget når det begynner.

## ALLIERT TILSTEDEVÆRELSE

Med fokus på nordområdene og økt alliert tilstedeværelse blir det følgelig flere oppdrag til Heimevernet.

– Det har etter hvert blitt litt vanskeligere å skaffe personell til alle oppdragene. Enkelte områder har naturligvis flere oppdrag enn andre og det sliter på mannskapene i nærheten. Det er også slik at noen arbeidsgivere etter hvert blir utålmodige, ettersom deres ansatte er mye borte fra jobb, forteller Vaskinn.

Styrkebeskyttelsesoppdraget i forbindelse med NATO-øvelsen gikk over en lengre tidsperiode, men med noen ukers pause da skipet deltok på Nordic Response 24. Oppdraget ble forlenget to ganger og endte med å bli dobbelt så langt som først antatt.

– De fleste soldatene er godt motiverte, så lenge de har meldt seg frivillig. Må det beordres kan motivasjonen variere, sier Vaskinn.

## RESPEKT

– En stor andel av dem som melder seg frivillig til slike typer oppdrag er de soldatene som er mest interessert i HV-tjenesten. Noen synes det er fint med et lite avbrekk fra hverdagen. Andre må ha justering av vakter grunnet barnehage. Dette løser vi greit med planlegging i forkant. Og så er det vel en del av personellet som gjør dette for å tjene litt ekstra, selv om det ikke er supergodt betalt. – Jeg har tenkt litt på hva personellet ofrer for å stille opp; jobb, familie og unger som ikke ser dem i en periode. Jeg synes det står stor respekt av hva soldatene gir for HV, med tanke på hvor få i hvert årskull som blir kalt inn til tjeneste. Jeg håper jo selv at jeg klarer å takke soldatene godt nok, slik at de føler seg verdsatt og sett for det de gjør for landet vårt.



OMRÅDESJEF I TRONDENES HV-OMRÅDE, TROND VASKINN



Styrkebeskyttelse i Harstad under Cold Response i 2022.





# HVORDAN BLIR MAN BEREDSKAPSKLAR?

– Det er flere ting du selv kan gjøre for å bidra til at både du og HV er mer forberedt for krise eller krig, forteller sjefssersjant i Agder og Rogaland heimevernsdistrikt 08 (HV-08) Ronny Johansen.

TEKST OG FOTO: Karen Gjetrang

I en leir i Stavanger er ett av utrykningsområdene (UTR) i HV-08 i full gang med å rydde opp etter sin runde med årlig trening. Gjengen virker slitne, men ved godt mot etter en vel gjennomført uke på trening. Tiden de bruker på å pakke gir også litt tid til å tenke over hva det vil si å være beredskapsklar.

I arbeidet med å gjøre seg selv mer beredskapsklar har Kristian Obrestad fra

Stavanger UTR tenkt litt ekstra på familien. Dette i tilfelle de sitter igjen hjemme mens han er innkalt til Heimevernet.

– Jeg har sørget for at de har både havregryn, vann og ekstra ulltepper. I tillegg har vi ved og vedovn, så de holder varmen.

– Har du tenkt over hva det betyr for Heimevernet at du er beredskapsklar?

– Nei, det har jeg egentlig ikke. Jeg har

tenkt litt på egenberedskap, men jeg har ikke tenkt så mye over hva det betyr for Heimevernet sin beredskap.

– Hva føler du er det viktigste du gjør for å holde deg beredskapsklar?

– Følge med på nyhetene. Få med meg siste nytt om hva som skjer og om det skulle være noe som gjør at man må være litt ekstra «sharp».

**PAKKING:** Heimevernssoldat Kristian Obrestad og resten av området i full gang med opprydding etter årlig trening.

## Å VÆRE BEREDSKAPSKLAR

Det at Obrestad og makkerne hans holder seg beredskapsklare betyr mye for Heimevernet. Det understreker sjefssersjant i HV-08 Ronny Johansen.

– Det betyr enormt mye. Blant annet kan vi bruke tiden mer effektivt hvis vi blir kalt på. Vi vil raskere kunne komme til der vi må være når det gjelder kompetanse og trening, for å kunne løse oppdrag.

Han legger til at han har forståelse for at det ikke er lett for alle å sende et familiedlem ut hverken til en skarp situasjon eller øvelse.

– Hvis de er så beredskapsklare som de kan være, vil det antakelig være lettere for dem å gi slipp på hverdagen og møte opp og vite at det går rundt hjemme.

– Er det forskjell på å være fysisk og psykisk beredskapsklar?

– Det henger sammen. Er du ikke fysisk beredskapsklar, tror jeg heller ikke du kan si at du er psykisk beredskapsklar, og motsatt. Det ene er de faktiske tingene du fysisk kan påvirke, og det andre skjer kanskje gjennom samtaler og de mentale prosessene du må kjøre i ditt eget hode.

Fysisk og psykisk form er sammensatt. Har du noe å gå på fysisk tror jeg det er lettere å håndtere det psykiske presset.

– Hva er det viktigste en HV-soldat kan gjøre for å gjøre seg selv beredskapsklar?

– Jeg tenker det er viktig at de tar en samtale med familien. «Hva betyr det hvis du må være borte lenge?» Så må de ta med seg konklusjonen av den samtalen ut i praktiske gjøremål og faktisk gjøre noe med det.

Sjefssersjanten anbefaler at alle heimevernssoldatene har det Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap anbefaler at de skal ha hjemme. Særlig fordi det kan hende de selv er ute på oppdragsløsning mens familien må klare seg selv.

Videre forteller Johansen at han eller hun som er en del av Heimevernet må passe på å ha alt det utstyret de trenger og se til å få det komplettert når de er inne til trening dersom det er noen mangler. Utstyret skal helst være pakket slik at det er klart til å ta med seg.

## HAR UTSTYRET FERDIG PAKKET

En av dem som har satt fokuset nettopp på det å ha utstyret klart og i orden er sjefssersjant i Stavanger utrykningsområ-



OMRÅDESERSJANT: Torstein Torstrup

de Torstein Torstrup.

– Jeg har utstyret ferdig pakket, forteller Torstrup på spørsmål om hvordan han gjør seg selv beredskapsklar.

Selv om han tror det er enkelte som lar være å ha utstyret klart mellom årlige treninger, har han en forventning om at de gjør det likevel.

– Det har noe å si at alle er klare, dersom oppdraget er tidskritisk. Det er en av de letteste tingene i verden å gjøre noe med. Å pakke sammen og ha alt klart.

– Man må ha tenkt litt gjennom hva det egentlig innebærer å være en soldat, forteller Torstrup og følger det opp med at dette er noe hans område kan bli flinkere til å utfordre soldatene sine på.

– Vi snakker gjennom viktigheten av jobben deres og har for eksempel oppfordret dem til å lagre hverandres nummer på mobilen, for å kunne nå hverandre.

– Nå på slutten av øvelsen kjører vi en «klar til strid» slik at alle har kontroll på utstyret sitt og at knappene henger på uniformen. At utstyret er på plass når de reiser herfra. Det gjør at jeg vet at denne troppen er klar.



## SJEFSSERSJANTEN SJEKKLISTE:

- Kjenn stillingen din og hva som forventes av deg
- Sørg for å være oppdatert på situasjonen
- Ha utstyret ditt klart og i orden
- Vær oppdatert på våpenet ditt
- Sørg for at familien din er beredskapsklar og forstår din jobb
- Gjør deg fysisk robust til å tåle påkjenninger



# PREPPER DU?

Selv om det meste fungerer som det skal i Norge, må vi være forberedt på at ekstremvær, pandemier, ulykker, sabotasje og i verste fall krigshandlinger kan ramme oss.

TEKST: Tore Ellingsen FOTO: DSB



UTREDNINGSLEDER: Tore Kamfjord

Tidligere i høst fikk alle husstander i Norge et hefte fra Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB). Heftet beskriver hvordan du kan bidra til beredskapen i Norge. Tore Kamfjord er utredningsleder for kommunikasjon i DSB og ett av hodene bak kampanjen.

*Hvorfor sender DSB ut et hefte om egenberedskap?*

– Det er viktig for oss å nå ut til flest mulig med egenberedskapsrådene. Derfor bruker vi et bredt sett av virkemidler i kommunikasjonen. Siden 2019 har vi gjennomført Egenberedskapsuka. Da gjennomfører kommuner, Sivilforsvaret og frivillige en rekke ulike informasjons-tiltak over hele landet – der folk jobber, ferdes og bor, forteller Tore Kamfjord.

## SENDT TIL ALLE I NORGE

I år er beredskapsrådene oppdatert og derfor ble de sendt ut til alle innbyggere i Norge.

– Det er ikke lenger så vanlig å få offentlig informasjon i postkassen. Derfor er dette et kraftfullt tiltak som signaliserer at dette er viktig. Dessuten er det et viktig tiltak for å nå flest mulig. Det er mange som bruker bare én nyhetskilde, og mange unge henter i liten grad nyheter fra redaktørstyrte medier. Dessuten er det slett ikke alle som er digitale. Tidligere hadde alle hjem en telefonkatalog med viktig beredskapsinformasjon, informerer Tore Kamfjord.

Poenget med en slik brosjyre er også at den er tilgjengelig selv om det digitale skulle svikte. Nytt i år er at rådene nå anbefaler hver husstand å ha matlager for én uke, i stedet for tre dager som tidligere.

– Vi har også utvidet innholdet om kritisk medieforståelse og oppholdssteder i kriser. Vi har også skrevet en del

om hvordan man kan samarbeide med dem rundt seg både i forberedelsene til og håndteringen av en krise. Vi oppfordrer rett og slett folk til å få seg en beredskapsvenn. For eksempel kan man samarbeide om beredskapslager eller avtale overnatting, hvis det blir behov for å evakuere egen bolig, forklarer Kamfjord.

*Tidligere har rådene inneholdt en liste over matvarer en bør lagre, men hvorfor er det borte?*

– Vi har forsøkt å lage så konkrete og praktiske råd som mulig. Tidligere hadde vi en veldig konkret liste over produkter man kunne ha i beredskapslageret. Vi har valgt å lage den litt mer overordnet denne gangen, for folk har ulike behov og preferanser. Det å diskutere hva man trenger for å klare seg i en uke vil gi viktig innsikt og bevissthet – noe som i seg selv bidrar til å styrke egenberedskapen, forklarer Kamfjord.

## BEREDSKAPEN ØKER

Da DSB sendte ut beredskapsråd i 2018, hadde ikke myndighetene sendt ut slike råd siden 1992. Gradvis har Kamfjord og kollegaene sett en bedring i egenberedskapen til folk flest.

– Det går i riktig retning på de parametrene vi måler, men vi har fortsatt en jobb å gjøre. Derfor er det så positivt at mange ulike aktører engasjerer seg i dette og bidrar til å styrke befolkningens egenberedskap.

– Like før Egenberedskapsuka gjennomførte vi en spørreundersøkelse. Den viser blant annet at 86 % av befolkningen oppgir at de kjenner til de nye rådene. Andelen som oppgir at de lagrer drikkevann har økt fra 21% i 2017 til nesten 50% i år. Det er også stadig flere som oppgir at de er motiverte til å styrke sin egenberedskap og ser verdien av å være forberedt, avslutter Tore Kamfjord.

### FAKTA:

Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB) skal ha oversikt over risiko og sårbarhet i samfunnet. De skal være pådriver i arbeidet med å forebygge ulykker, kriser og andre uønskede hendelser, og skal sørge for god beredskap og effektiv ulykkes- og krisehåndtering. DSB er underlagt Justis- og beredskapsdepartementet.

Les mer om kampanjen på [sikkerhverdag.no](http://sikkerhverdag.no)

### SJEKKLISTE FOR EGENBEREDSKAP

Nedenfor finner du eksempler på ting som er lurt å ha hjemme. Du bør gå gjennom dine behov og oppdatere ditt lager med jevne mellomrom. Husk at familie, venner og naboer kan samarbeide om egenberedskap.

#### MAT OG VANN

- Rent drikkevann lagret på kanner eller flasker.
- Mat som tåler lagring i romtemperatur.
- Grill, kokeapparat eller stormkjøkken. Ekstra gassbeholder eller brennstoff.
- Mat og vann til kjæledyr.
- Litt kontanter og flere betalingskort.

#### VARME OG LYS

- Varme klær og pledd, dyner eller soveposer.
- Fyrstikker og stearinlys.
- Ved – hvis du har vedovn eller peis.
- Gass- eller parafinovn som er beregnet for innendørs bruk.
- Avtale om overnatting.
- Lommelykter eller hodelykter som går på batterier, sveiv eller solceller.

#### INFORMASJON

- DAB-radio som går på batterier, sveiv eller solceller.
- Batterier og ladet batteribank.
- Liste på papir med viktige telefonnummer som for eksempel nødnummer, legevakt, veterinær, familie, venner og naboer.



# KLARER SEG EN UKE

I Stavanger bor HV-soldat Jørgen Arntzen (29) sammen med samboer Rakel Engelen (30) og datteren Alida (ni måneder). Da beredskapsrådene fra Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB) kom i posten, hadde familien hvilepuls.

TEKST OG FOTO: Tore Ellingsen

Med Bachelor i internasjonal beredskap og jobb innen risiko og HSSE (health, security, safety and environment) i Aker Solutions er Jørgen litt over norm opptatt av beredskap. Men beredskap hjemme startet med en tilfeldighet.

– Det startet da jeg var student. Så jeg har lagret mat i rundt seks år. Det begynte med at jeg kjøpte turmat og roterte det med forsvarsrasjoner. Da jeg fikk egenberedskapsbrosjyren med rådene fra DSB, måtte jeg bare kjøpe vann og ha det stående, for da hadde jeg det jeg trenger for en uke, forteller Jørgen.

## FRILUFTSINTERESSERT

Heldigvis er samboerparet interessert

i friluftsliv og har begge stålkontroll på primus og matlaging over flamme. Matlageret til Jørgen kom godt med, da han traff Rakel.

– I utgangspunktet hadde jeg matlager for å ha på turer. Så allerede på femte date med Rakel fikk jeg brukt for lageret mitt, ler Jørgen.

Selv om de har lageret på plass har de ikke reflektert så mye over hva som faktisk kan skje.

– Vi har ikke gått i dybden og planlagt hvordan vi skal forholde oss i en krise. Vi har jo ikke tenkt så mye over det utenom det som står i brosjyren med bruken av

vann, mat og hygiene. Men det er jo gjerne ting som går seg til om noe skulle skje, forklarer Rakel.

– Det kommer veldig an på scenarioet og hva som faktisk skjer. Men vi har delt inn lageret i flere kategorier. Vi har husholdningsartikler slik som ved og stearinlys som er ting vi bruker i løpet av året. Videre mat og vann som kun er beredskapslager. Og så har vi generelt turutstyr slik som primus, gass og annet kokeutstyr pluss sovepose og fjellduk. Det meste bruker vi regelmessig slik at vi kan rotere lageret slik at ting ikke blir gammelt, forteller Jørgen og fortsetter:

– Det verste om det virkelig drar seg til er

at jeg forsvinner ut i oppdragsløsning med Heimevernet, og Rakel og Alida må klare seg selv her hjemme. Men at de klarer seg ei uke mens jeg løser oppdrag er jeg veldig trygg på at skal gå fint.

## DISKUTERTE HJEMMEBEREDSKAP

Familien diskuterte nylig hjemmeberedskapen og det at Jørgen som HV-soldat mest sannsynlig må ut i oppdragsløsning ved en hendelse.

– Ja, vi har snakket litt om det nå nylig. Vi har alt vi trenger for å holde familien gående en uke. Det hadde vært stressende om jeg måtte ut og skaffe alt av mat og vann om noe skulle skje. Så lenge alt er klart er det bare å ta det som det kommer, forklarer Rakel.

For å være mest mulig klar om noe skulle skje har Jørgen tenkt litt over hva han kan gjøre for å øke beredskapen i HV-området.

– Sann personlig så er det å være i god fysisk form og å ha kontroll på det militære utstyret mitt viktig. Mentalt tror jeg du må tilpasse deg oppdraget



– Det verste om det virkelig drar seg til er at jeg forsvinner ut i oppdragsløsning med Heimevernet.

HV-SOLDAT JØRGEN ARNTZEN

som blir gitt. Da jeg tok bacheloren i internasjonal beredskap, gikk vi gjennom forskjellige kriser og diverse humanitære katastrofer. Så jeg ville nok ha basert veldig mye av den mentale forberedelsen med bakgrunn i det, avslutter Jørgen.



## BEREDSKAPTIPS FRA DSB

Samarbeid og fellesskap er en stor ressurs i kriser. Snakk med dem rundt deg om hva som kan skje, hvordan dere kan bli rammet, og hvordan dere skal klare dere sammen.

## FINN DIN BEREDSKAPSVENN

Finn ut hvem som kan trenge din hjelp, og hvem du kan få hjelp av. Med ulike egenskaper og kunnskaper kan familiemedlemmer, venner og naboer utfylle hverandre.

## HER ER NOEN EKSEMPLER PÅ TING DERE KAN HJELPE HVER-ANDRE MED:

- Førstehjelp ved skader.
- Omsorg og støtte.
- Opphold og overnatting ved evakuering fra egen bolig.
- Oversettelse og forklaring av informasjon fra myndighetene.
- Praktisk hjelp til bruk av utstyr og verktøy.
- Innkjøp, bæring og transport.
- Bytte eller byttelån av utstyr og varer.
- Lån av mobiltelefon som er koblet til et annet nett enn din.
- Felles matlaging.

## OPPHOLDSSTEDER I KRISER

• Legg en plan for hvor du kan dra i en krise, og hvordan du skal komme deg dit. Kanskje kan du reise til slektninger, venner eller ei hytte.

• Ved større ulykker og katastrofer etableres ofte evakuerings- og pårørendesenter.

• Det viktigste å huske hvis du må forlate hjemmet på kort varsel, er varme klær/tepper, mobiltelefon, bankkort og kontanter, litt mat og drikke, identifikasjonspapirer, medisiner og hjelpemidler som briller, linser, rullator og hørselsteknisk utstyr.

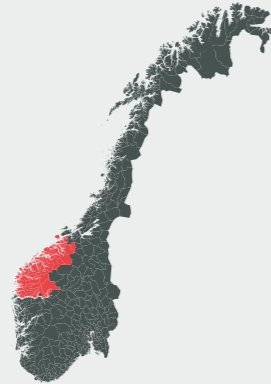
• Sørg for at du har nok drivstoff eller strøm hvis du bruker bil. Vær forberedt på at transport i krisesituasjoner kan være kaotisk og ta tid.

## HV-NORGE RUNDT

Heimevernet består av 40 500 soldater, 11 distrikter, 12 innsatsstyrker og 208 HV-områder, i tillegg til Heimevernets våpenskole og Heimevernsstaben. Hver soldat hører til et område som gjør en

viktig jobb for at distriktet kan løse sine oppgaver. I «HV-Norge rundt» gir vi soldaten, områdeledelsen og distriktet plass til å ytre sine tanker om HV-tjenesten.

TEKST: Hermine Heier, Ingvild Ekrol  
FOTO: Tor-Magnus Øverås, Hermine Heier



Møre og Fjordane heimevernsdistrikt 11 holder til i Setnesmoen leir ved Åndalsnes i Møre og Romsdal. Distriktet har 16 områdesjefer, en innsatsstyrkesjef og en distriktsstab.

## SOLDATEN

Daniel Halkjelsvik (33), som studerer for å bli byggingeniør, er også områdesoldat og lagfører i utrykningstroppen i Ålesund heimevernssområde.

– Det beste med å være heimeverns-soldat er at det er utfordrende; man kjenner på mestring. Og selvfølgelig det å få nye bekjenskaper og venner. Jeg har vært i HV i 12 år nå og trives veldig godt. Det å bli hevet inn i et lag med så mange forskjellige mennesker kan være krevende, men da lærer man også å samarbeide, sier Halkjelsvik.

Han forteller at det verste med tjenesten er når det er kaldt og dårlig vær – spesielt når man ikke har nok klær.



DANIEL HALKJESVIK

– Det eneste jeg savner av utstyr er netting. Noen fikk det utlevert i førstegangstjenesten, andre ikke. De som har den har brukt den i mange år, så den er hullete og i dårlig stand. Derfor bruker omtrent halve troppen sivile ullklær. Det har ofte bedre kvalitet enn de gamle nettingene.

Utstyrsmangel er noe mange område-soldater opplever. Det å ha nok og riktig bekledning er viktig for at soldatene skal være forberedt på alt. Har soldatene det de trenger øker også motivasjonen når de er inne til trening.

Ålesund HV-område har tidligere hatt 3/5 trening, som er tre dagers trening for mannskapet og fem dager for befalet. Nå har de gått over til 5/7.

– Det er positivt at det blir mer trening, og det vil absolutt ha en god effekt. Med kun tre dager går mye av tiden til det administrative, noe som fører til lite effektiv trening på allerede få dager.

Alle heimevernsområder i Norge skal i 2025 innføre trening 5/7. Dette vil gi befal og mannskap bedre tid og forutsetninger for å trene mer effektivt og realistisk.





## OMRÅDESJEFEN

Karl Anton Lorgen har vært områdesjef i Ålesund HV-område i Møre og Fjordane heimevernsdistrikt 11 i 20 år.

Jobben som områdesjef går ut på å lede området i fred, krise og krig, i tillegg til å organisere treningene og sørge for at føringer fra distriktet blir fulgt opp.

– Det er jo en grunn til at jeg har vært områdesjef i 20 år. Jeg trives med det. Soldatene gjør en god jobb og jeg opplever at de fleste er motiverte og positive til heimevernstjenesten. Vi har deltatt på flere leteoppdrag og stiller opp for samfunnet når de har behov for det. Mitt ønske er å gi soldatene en god og innholdsrik trening med minst mulig dødtid.

– Jeg støtter Daniels oppfatning av PBU-situasjonen. Det er viktig at Heimevernet får tidsriktig materiell og utstyr.

Karl Anton identifiserer noen utfordringer, i tillegg til mangel på PBU, men har en løsning på problemet.

– Når vi trener må vi forholde oss til rammeavtaler for leiebil, noe som har skapt mye hodebry, og min erfaring er at det ikke fungerer i praksis. Vi har et behov som ikke leiebilfirmaene greier å levere nok biler til. Vi får dårlig oppfølging, det tar tid og det er noe vi har tatt opp med distriktet tidligere. Dette er ikke unikt for vårt område. Vårt ønske er at det blir bestilt militære kjøretøy til disposisjon for oss når vi trener. Det hadde gitt mer forutsigbarhet og vi hadde også blitt mer synlige i bybildet i stedet for å kjøre en sivil leiebil, sier Karl Anton.



## DISTRIKTSSJEFEN

Distriktssjef i Møre og Fjordane Heimevernsdistrikt 11 (HV-11), Richard Moen (41), tok over jobben i 2023. Da hadde han allerede syv års erfaring som G-3/7 operasjonsoffiser og nestkommanderende/stabssjef i distriktet.

– Jeg kjenner avdelingen, oppdraget og samvirkepartnere godt etter så mange år i distriktet. Heimevernet spiller en betydelig rolle både innen samfunnsikkerhet og statssikkerhet. Vi er en relevant, robust og fleksibel organisasjon med høy kapasitet. Dedikerte mannskaper i Heimevernet gir oss en unik evne til å operere raskt og effektivt i hele landet fra bygd til by og i krevende terreng. I tillegg til å være soldat tar heimevernssoldaten med seg unik utdanning og yrkeserfaring inn i soldatvirket – noe som er med på å utvikle HV som organisasjon.

– Alle organisasjoner har utfordringer, også HV-11. Den største utfordringen vi vil stå overfor i fremtiden er å lykkes med satsningen på Forsvaret, inkludert Heimevernet. Det vil være voksesmerter innen personell og investeringer, men det må vi både forvente og håndtere.

Vi må krumme nakken og være løsningsorienterte, nysgjerrige på nye måter og ta i bruk ny teknologi. Utviklingen vil gå fort og

vi må tørre å kaste oss utpå før vi helt vet svaret, for hvis ikke blir vi frakjørt.

Nå som året går mot slutten har avdelinger i HV-11 trent både godt og lenge. Alle avdelinger med planlagt trening i høst fikk økt varighet til 5/7 på treningene som konsekvens av revidert nasjonalbudsjett. Dette videreføres neste år når alle avdelinger skal trene minimum 5/7.

– Klarer vi å opprettholde en slik tilnærming over flere år vil vi merke dette på kvaliteten i det vi gjør. Å føle seg trygg på håndverket er noe vi skylder soldatene. Og så vet jeg at det kan være krevende for både arbeidsgiver og familie at soldaten er fraværende over tid. Men med den sikkerhetspolitiske situasjonen vi har i verden og en vedvarende negativ utvikling er det kanskje viktigere enn noen gang at vi trener. Når jeg er ute og snakker med soldater i HV-11 opplever jeg at dette er noe de reflekterer mer og mer over.



# MODERNISERING AV UTDANNINGEN

Pilotprosjektet for grunnleggende lagførerkurs inkluderer nå en digital modul som en integrert del av opplæringen – en løsning som bringer HV et viktig steg fremover.

*TEKST: Trond Sakshaug/Heimevernets våpenskole (HVVS) FOTO: Helene Sofie Thorkildsen*

**B**ehovet for modernisering av utdanningen i Heimevernet har lenge vært tydelig. Tradisjonelle undervisningsmetoder har absolutt sin plass, men med dagens teknologi kan vi styrke læringseffekten og tilpasse opplæringen til HV-soldatens varierte tidsplan.

## **BEDRE FORBEREDT TIL FYSISK OPPMØTE**

Hovedmålet med pilotprosjektet er å etablere en sterkere kunnskapsplattform før elevene møtes fysisk. Gjennom digitale læringsteknikker og simuleringer kan soldatene få en grundig teoretisk forståelse og være bedre forberedt når det gjelder praktisk trening. Dette skaper en raskere progresjon og mer presise ferdigheter, noe som gagnar både soldatene selv og Heimevernet som helhet.

## **EN NØDVENDIG RETNING FOR FREMTIDEN**

Den hybride tilnærmingen er drevet av dagens virkelighet: HV-soldatene har mindre tid til overs enn før, samtidig som teknologiske løsninger aldri har vært bedre. Dette gir oss muligheten til å tilby mer fleksibel og effektiv opplæring, hvor soldatene kan gjennomgå grunnleggende teori og beslutningstrening digitalt før de møter opp fysisk. I tillegg til å tilrettelegge for tidseffektiv læring, gir modellen fordeler som mindre variasjon i instruksjon, raskere oppdatering av innhold og enklere forberedelser til praktisk trening.

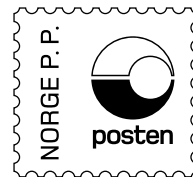
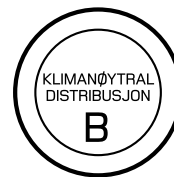
## **UTFORDRINGER VI MÅ HÅNDTERE**

Selv om hybridmodellen byr på store muligheter, er det også noen utfordringer vi må være bevisste på. Den viktigste er å sikre at soldatene får maksimalt utbytte av den digitale modulen – og at de er godt forberedt til den praktiske delen. Det krever digitale løsninger av høy kvalitet som både er interaktive og lett tilgjengelige for soldatene. Derfor vil HVVS samarbeide med kompetansemiljøer innen digital utdanning og samtidig bygge et eget fagmiljø for å sikre kontinuitet og videre utvikling.

## **VEIEN VIDERE: PILOTPROSJEKTET I 2025**

Heimevernets våpenskole planlegger å gjennomføre en pilot for grunnleggende lagførerkurs allerede i 2025. Denne hybride modellen, som kombinerer digitale moduler med intensiv fysisk utdanning, kan bli den nye normalen i Heimevernet. Ved å integrere digitale moduler får vi ikke bare en mer fleksibel opplæring, men disse modulene kan også brukes som repetisjonsoppgaver før årlig trening, slik at personellet frisker opp kompetansen og møter godt forberedt til fysisk trening.

Med dette prosjektet tar vi et stort skritt mot en fremtidsrettet utdanning i Heimevernet – tilpasset dagens krav og utfordringer. Sammen bygger vi både beredskap og kompetanse for å sikre Heimevernets styrke i årene som kommer.



Returadresse:  
HEIMEVERNSSTABEN  
POSTBOKS 393 TERNINGMOEN  
2403 ELVERUM



# KURS I HV

Har du vurdert å bygge på kompetansen din med å gå ett eller flere kurs ved Heimevernets våpenskole?

**NOEN AV KURSENE FØRSTE HALVÅR:**

## **VINTERKURS**

3. februar – 14. februar

## **ETTERRETNING- OG SIKKERHETSKURS**

3. mars – 14. mars

## **OMRÅDESTABSKURS**

3. mars – 14. mars

## **OBJEKTSIKRING STRIDSTEKNIKK**

24. april – 30. april



SCAN MEG FOR MER INFORMASJON

*[forsvaret.no/heimevernet/kurs](https://forsvaret.no/heimevernet/kurs)*