

NORGES ENESTE VETERANMAGASIN

# VETERAN

UTGIS AV NORGES VETERANFORBUND FOR INTERNASJONALE OPERASJONER // SEPTEMBER 2024





**FORSVARETS FAMILIEPOLITIKK** Forsvaret sentraliserer familieivaretagelse og legger ned familiekoordinatorstillingene og flere andre velferdstilbud til familiene. Hvem skal overta oppgavene, og har de ressurser til å ivareta arbeidet på en god måte? Hva har det betydd forsvarsfamiliene? [20](#)



Nr. 3-2024  
ISSN: 1894-1974

Utgiver: NVIO  
Bygning 60, P.B. 1550 Sentrum  
0015 Oslo

Redaktør: Hege Kofstad  
Tlf: 412 33 448  
e-post: hege.kofstad@nvio.no  
Neste nummer av Veteran (nr 4-2024)  
kommer ut ca 14. desember  
Deadline 20. november

Forsidebilde:  
Bilde fra hjemkomst- og  
medaljeseremoni på  
Akershus festning.  
Foto: Hege Kofstad

Ettertrykk tillatt ved kildeangivelse.  
Opplag: 7.500

**F** Fagpressen

VETERAN arbeider etter redaktørplakaten og er en del av Fagpressen. Fagpressen er en interesseorganisasjon for seriøse fagblader og tidsskrifter i Norge.



Grafisk produksjon og lay out:  
Styk.no AS  
niels@styk.no  
Tlf. +47 90788422



**SJÅFØR I FREDENS TJENESTE** I 1978 sto Bjørn Ottersen som en av de første norske soldatene på libanesiske jord. Over 40 år senere reiser han til Ukraina. [12](#)



**-UKRAINAS SAK ER OGSÅ NORGES SAK**  
Under Arendalsuka inviterte NVIO til debatt om Norges støtte til Ukraina gjennom Nansenprogrammet. [30](#)



**FRA MØRKE TIL VEKST** Ifølge forskning kan traumatiske opplevelser paradoksalt nok medføre positive psykologiske endringer for mange. [22](#)



**HEDRET VETERANENE**  
Lørdag 7. september gikk Hedersløpet av stabelen på Akershus festning. [42](#)

## GENERALSEKRETÆREN

brdahl@nvio.no



## Veteranarbeid i alle dimensjoner

Når jeg skal beskrive veteranarbeid sier jeg alltid at dette gjøres i fire dimensjoner. Det starter med politisk påvirkning, da det er det som danner grunnlag for å jobbe for et interessefelt. Dette må omsettes gjennom samfunnsaktørrollen, for å kunne bidra til kameratstøtte for de veteraner og veteranfamilier som trenger det, og til slutt anerkjenne veteranene og deres familier gjennom aktivitet.

Dette leder meg til Arendalsuka og NVIOs tilnærming til denne. Først vil jeg rette en stor takk til lokalforeningene Aust-Agder og Kristiansand som legger til rette for alt det administrative, men også at vi får på plass aktiviteten, veteranreffet, i slutten av uken. Hovedhensikten med å være til stede i Arendal er å forsøke å påvirke politikerne og befolkningen med tematikk forbundet har satt på agendaen.

Det hele starter på gata hvor de to lokalforeningene hadde etablert stand og bemannet denne gjennom hele uken. Her er målet å komme i kontakt med samfunnet for å fortelle om hva NVIO ønsker å oppnå og hvordan vi gjør dette. Standen er også et sted veteraner kommer innom for å slå av en prat, med andre ord er standen et kinderegg i veteranarbeidet.

På paneldebatten i år hadde NVIO satt støtte til Ukraina som hovedtema. Vi hadde fire debattanter fra flere

områder i samfunnet, og de hadde hver sin vinkling som gjorde at det ble en bredde i debatten. NVIO har stilt spørsmålet til det politiske nivået; skal Norge støtte Ukraina i å etablere veteranarbeid, og spesifikt kameratstøtte, i Ukraina? Forbundet mener at dette bør ha en politisk forankring da det må inn på myndighetsnivå i Ukraina. Det er to år siden vi stilte spørsmålet og vi har enda ikke fått et svar. Dette er en tematikk vi kjører sammen med Veteranforbundet SIOPS og går rett inn i den andre operasjonslinjen i veteranarbeidet.

Når det gjelder kameratstøtte er det vel det som er grunnenet i alt vi gjør innen veteranarbeid, men uten at vi får gjennomslag på den politiske og samfunnsmessige arenaen er det lite vi egentlig får til i stor skal. Jeg skal ikke ramse opp alt NVIO har vært med å få på plass siden organisasjonen så dagens lys i 1960, men det er mye. For å sette aktivitetene i lokalforeningene i perspektiv ble det gjennomført om lag 1300 aktiviteter med i underkant av 20 000 personer til stede i 2023. Jeg vil avslutningsvis takke alle som driver frivillig innsats til støtte for Ukraina, og til alle de som driver veteranarbeid i Norge.

**Bjørn Robert Dahl**

# Fremtidens operasjonsmønster



**Per Olav Vaagland**

Forbundssekretær NVIO

En vakker dag i nær fremtid: Forsvaret får i oppdrag å evakuere 40 norske statsborgere fra et land i Afrika på grunn av uro som har brutt ut i landet. I løpet av 24 timer etableres en organisasjon fra den stående strukturen som skal løse oppdraget. Den består av:

- Representant fra Utenriksdepartementet som skal forhandle med partene om fritt leide for de norske sivile og uttrekningsstyrken
- Forsvarets spesialkommando
- Flybesetning, inkludert sikringslag C-130 fra Luftforsvaret
- Basepersonell tilhørende det nasjonale støtteelementet (NSE) i Jordan

- Ledelseelement på Gardermoen
- Sanitetspersonell – medfølgende C-130 og på Gardermoen

Etter tre døgn er uttrekningsstyrken på bakken. Etter ytterligere tre døgn tar flyet av og mellomander etter noen timer i Jordan, før det flyr tilbake til Gardermoen. Av de 40 evakuerte er ti hardt skadet, fem av disse er barn. Seks måneder etter oppdraget konstateres det at to av sanitetssoldatene som behandlet skadete på Gardermoen har utviklet psykiske senskader. Samtidig dekorerer de som fysisk deployerte til Afrika med Forsvarets medalje for internasjonal tjeneste. Personellet som bemannet NSE i Jordan får Forsvarets innsatsmedalje for sin kontingent (medaljen de ville mottatt uansett) og de som løste oppdraget i Norge får ingen medalje.

Et slikt scenario har vært lansert som den nye typen operasjonsmønster for nordiske soldater (lansert av sjefen for den danske forsvarsstaben på en veteran-konferanse høsten 2023). Et slikt operasjonsmønster avløser en modell hvor man melder seg for seks måneders kontingenter. Innsatsen kan være kortere enn tradisjonell intops, men belastningen som påføres involvert personell, hvor mange kan være uforberedt, og deres familie – kan være stor.

I det beskrevne scenariet skiller man mellom personell som har satt sin fot på bakken i misjonsområdet og de som har befunnet seg i et tredjeland eller i Norge. Noen får anerkjennelse, mens andre ikke får det. Det skilles videre mellom militært personell og sivile som har stått i den samme farlige situasjonen som de militære. I en reell situasjon er det også slik at man med dagens regime for operasjonsmedaljer gjerne har en minimumstid som langt overstiger en uke. Selv om dagens bidrag til det Forsvarsdepartementet definerer som internasjonale operasjoner ligger på 2 % av det som var tilfellet på 1990-tallet, finnes det nye grupper som bør ha tilsvarende rettigheter og ivaretagelse. For de som mener at beskrivelsen av fremtidens operasjoner er urealistisk vil jeg henvise til uttrekningen fra Afghanistan i 2021, som ligger i vår nære fortid. Her ble det gitt ulik anerkjennelse til personell som ble sendt til landet fra Norge under evakueringen og de som allerede var deployert. For å møte den nye sikkerhetspolitiske situasjonen i Europa har Hæren et styrkebidrag i eFP i Baltikum. Dette regnes som internasjonal innsats.

Heimevernet organiserer trening av ukrainske soldater i rammen av operasjon Ellisiv. Av disse får de som tjenestegjør i

operasjon Interflex i Storbritannia anerkjennelse for internasjonal innsats. De som gjør tilsvarende jobb i operasjon Gugne i Trøndelag får ikke denne anerkjennelsen. Luftforsvaret og Forsvarets sanitet gjennomfører evakuering av sårede ukrainske soldater. Om man regner med personell som på en eller annen måte har befatning med slike operasjoner, er det fortsatt et høyt antall nordmenn som deltar i operasjoner – som defineres som internasjonal innsats. Hva er grunnen til å skille mellom operasjoner og innsats? Kan det være at fare for liv og helse er lavere i innsats enn i operasjoner? En slik antakelse kan sannsynligvis ofte stemme, men er det relevant? Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) har i sin studie Helse, livskvalitet og hverdagsliv i norske veteranfamilier gjort følgende funn: «En grunnleggende antakelse i arbeid med veteranfamilier kan være at psykisk belastning på familien først og fremst er knyttet til oppdragenes faregrad og risiko for skade eller tap av liv. Vårt materiale nyanserer dette bildet i noen grad. Særlig med et høyt belastningsnivå på partner hjemme kan en annen eksistensiell frykt også gjøre seg gjeldende – nemlig frykten for at en selv ikke klarer å ivareta familien sin, og for at barna skal ta skade av måten familien lever på» (NKVTS, Helse,

Hva er grunnen til å skille mellom operasjoner og innsats? Kan det være at fare for liv og helse er lavere i innsats enn i operasjoner? En slik antakelse kan sannsynligvis ofte stemme, men er det relevant?

livskvalitet og hverdagsliv i norske veteranfamilier, s.12).

De som står i Baltikum har til felles med de som var i Afghanistan at den største belastningen er bekymring for de hjemme. For de som trener ukrainere er det en stor belastning å bære kunnskapen om at de man har trent ofte havner på tapslistene noen uker etter fullført treningsperiode. Og for de som evakuerer sårede er inntrykkene åpenbare.

Om det å bli revet ut på kort varsel i den nye typen operasjonsmønster har studien også noen interessante betraktninger: «I tillegg til tjeneste utlandet er det øvelser, kurs, og i noen stillinger, spesielle hendelser som krever at veteranen stiller på jobb på kort varsel for kortere eller lengre perioder. Slike fravær kan ikke alltid planlegges i familiens hverdag, og utgjør noen ganger en større utfordring for partene enn en lenge varslet og forberedt til en utenlandsoperasjon (NKVTS, Helse, livskvalitet og hverdagsliv i norske

veteranfamilier, 2023, s.96).

Partnerne med de sterkeste reaksjonene hadde hatt lite innflytelse på om veteranen skulle reise, og var ikke noe felles prosjekt de hadde tatt en felles beslutning om. (NKVTS, Helse, livskvalitet og hverdagsliv i norske veteranfamilier, 2023, s.99). Fravær som ikke kan planlegges kan med andre ord skape påkjenninger for en familie som overstiger det å ta en «planlagt» kontingent på seks måneder.

Vi i NVIO bør kjempe for at Staten ivaretar de som løser krevende oppdrag for Norge, uansett om oppdraget defineres som operasjon eller innsats. De som tjenestegjør i internasjonal innsats fortjener samme anerkjennelse og ivaretagelse som dem som tjenestegjør i internasjonale operasjoner, da de har mange av de samme typene belastning. Det vil være i tråd med den gjengse oppfattelse av hvem som skal omfattes av Statens og samfunnets anerkjennelse og ivaretagelse.



# –En trygghet som er borte

Mannskap på KNM Fridtjof Nansen tar farvel med sine før utreise til Det indiske hav. Foto: Forsvaret

Forskning viser at forsvarsfamilier har en del spesielle utfordringer som gjør at de ofte har behov for ekstra oppfølging. Samtidig sentraliserer Forsvaret familieivaretagelsen og legger ned familiekoordinatorstillingene. Hvem blir sittende igjen med jobben, og har de tid og kompetanse til å ivareta arbeidet på en god måte? Hva har det betydd forsvarsfamiliene?

TEKST: HEGE KOFSTAD

**M**aiken Ommedal har vært samboer med en forsvarsansatt i nesten 13 år. Sammen har de tre barn. Samboeren har flere deployeringer bak seg. Ommedals første møte med Forsvarets familiekoordinatorer var da samboeren deployerte til Irak. I 2020 flyttet familien fra Nord-Norge til Elverum, da samboeren begynte å jobbe i Telemark bataljon. De kjente ikke området og nettverket var lite. –

Man føler seg litt alene, sier hun. Men Ommedal og familien ble tatt varmt imot av Forsvarets daværende familiekoordinatorer, Lill Hege Halbakken og Marianne Skyrud. –Det var veldig fint å ha noen som møtte deg, inviterte deg med på middager, vafler, grilling og i det hele tatt mye fin lavterskel ivaretagelse for at vi skulle bli kjent med andre familier. Ikke minst for barna var det en veldig god måte å komme i kontakt med andre barn som også hadde foreldre som jobbet i Forsvaret. Alle fellesaktivitetene gjorde det lettere å skape seg et nettverk og trives. Det som også var veldig fint var barnevaktordningen. Siden vi ikke hadde noe familie eller venner som kunne bidra, var det et kjærkomment tilbud, sier Ommedal.

Men nå er barnevaktordningen lagt ned, og familiekoordinatorene er borte. –Jeg merker stor forskjell på at de har kuttet stillingene, det gjør jeg absolutt. Jeg syns det er trasig,

og kjempesynd at de velger å kutte i familietilbud når det er så mangel på kompetanse i Forsvaret. Det går ut over hele familien, samboeren min synes også det er trasig at vi ikke lenger har de gode tilbudene vi hadde i utgangspunktet. Det var en trygghet både for oss og han når han var borte, for eksempel på lange Nato-øvelser. Ikke minst var det betryggende å vite hvem man kunne huke tak i hvis det var noe, istedenfor å lete rundt i systemet, sier hun. Ommedal er for tiden hjemme i foreldrepermisjon, men skal snart tilbake på jobb som sykepleier. Det gruer hun seg til. –Det er en veldig krevende kombinasjon med turnusarbeid, Forsvarets arbeidstider og små barn. Det er hektisk for å si det mildt. Samboerens avdeling har forståelse for at han til tider må ta hensyn til min jobb også, så langt det lar seg gjøre. Men barna har ofte lange dager i barnehagen – plutselig går det en alarm, det er øvelse eller overtid. I tillegg taper jeg tillegg fordi jeg må tilrettelegge arbeidstidene mine i forhold til Forsvaret. Man blir ikke akkurat kompensert, sier Ommedal.

## MÅ ANERKJENNE BELASTNINGEN

NVIO har satt opp gjeninnføring av familiekoordinatorer som en målsetting i sin politiske plattform. – Dette betyr ikke at man skal gjøre dette slik denne rollen var opprinnelig, men vi mener det må være en person i hver avdeling som har dette som hovedoppgave. Og så får man innenfor rammen tilpasse rollen etter de erfaringer som er gjort og etter eventuelt andre behov som har oppstått, sier generalsekretær Bjørn Robert Dahl.

Både nasjonal og internasjonal forskning dokumenterer at forsvarsfamiliene har behov for ekstra oppfølging. I Norge er dette nylig vist i både Forsvarets samlivsundersøkelse (Arbeidsforskningsinstituttet AFI) og VEFAM-rapporten om helse, livskvalitet og hverdagsliv i veteranfamilier (NKVTS).

I en kronikk i Forsvarets Forum 8. mai underskrevet forskere fra Regionalt ressurscenter om vold og traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS Øst), Institutt for arbeidslivs- og velferds-



forskning (FAFO) og Nasjonalt kunnskaps-senter om vold og traumatisk stress (NKVTS) tar artikkelforfatterne opp nettopp belastningen på familiene, ofte i kontekst av tjeneste i utlandet.

«Belastning på den som er hjemme, uforutsigbarhet i hverdagen og en opplevelse av lite råderett over eget liv er gjengangere i de familiene som forteller om de største problemene. Både veteranene og partnerne deres mener at den største belastningen ofte er på de som er igjen hjemme, og at familiene trenger støtte,» skriver de blant annet.

I Regjeringens tiltaksplan for anerkjennelse, ivaretagelse og oppfølging av veteraner (2024–2028) er også belastningen på familiene inkludert:

«Tiltak for å støtte familiene til de som reiser ut, både før, under og etter tjenesten ute, har til hensikt å gjøre det lettere for familiene, forebygge langvarige utfordringer så vel som å vise samfunnets anerkjennelse»

Maiken Ommedal og samboeren Martin med barn nummer tre godt på vei. Foto: Privat



Leder forhandlingsutvalget i Befalets fellesorganisasjon (BFO), Grethe Bergersen, Foto: BFO

Maiken Ommedal, samboeren og barna på NVIOs familiedag i Hunderfossen i slutten av august. På bildet er Mathilde, Magnus og minstemann Mathias foran eventyrløtten. Foto: Privat

for byrden familien til dem som er ute må bære», heter det i tiltaksplanen. At forsvarsfamiliene har behov for oppfølging og støtte gjelder ikke bare når den forsvarsansatte tjenestegjør ute. I Forsvarets samlivsundersøkelse kommer det frem at for de fleste er den daglige påkjenningen og uforutsigbarheten i at en i familien er borte i lengre perioder på øvelser, reiser og ukependling enda mer belastende enn perioder i utlandet.

#### ET PARADOKS

I kjølvannet av den store HR-omstillingen i Forsvaret ble familieivaretagelse med i dragsuget. Resultatet er sentralisering av Forsvarets familiepolitikk, nedleggelse av familiekoordinatorstillingene og flere HR-oppgaver på avdelingssjefene.

I tiltak 7 i tiltaksplanen står det at «Flere veteranfamilier har i VEFAM-undersøkelsen fortalt at de opplever at Forsvaret kutter i velferdstiltak. (...) Forsvaret bes om å fremme et forslag om hjemmestøtteordninger med kostnadsoverslag til Forsvarsdepartementet». Det kan fremstå paradoksalt at samfunnet bruker store ressurser på å forske på forsvarsfamilienes behov, og setter inn konkrete tiltak, mens Forsvaret i praksis går i stikk motsatt retning. Det er liten sammenheng mellom det forskning viser at familiene trenger og det Forsvaret nå gjør. Hva slags prosess har man egentlig hatt rundt nedleggelse av familiekoordinatorstillingene og annen støtte til familiene?

– For oss fremstår det som at her har noen

bare bestemt seg for at vi skal ikke ha familiekoordinatorstillinger lenger, sier Grethe Bergersen, Leder forhandlingsutvalget i Befalets fellesorganisasjon (BFO). Også BFO stiller spørsmål ved prosessen. – Det kan sikkert være at stillingene ikke fungerte optimalt, men det er jo fordi ingen har sett på det og prioritert å gjøre noe med det i forhold til de øvrige endringene vi har holdt på med på HR-feltet. Ting må jo synkroniseres og gjøres på en sann måte at alle er innforstått med rollene sine. Og det har nok ikke skjedd fra Forsvarets personell- og vernepliktsenter (FPVS) sin side. Jeg vil si at ting har gått for fort og begynt i feil ende. Bergersen sier at denne saken er noe de gir tilbakemelding om i alle aktuelle møter. –Vi sitter med en følelse av at det tilsynelatende ikke betyr noe hva vi sier. Det

argumenteres hele tiden for at det skal gå i den retningen uavhengig av tilbakemeldingene Forsvaret får fra organisasjonene og personellet selv. Jeg kan ikke tro at det handler om penger, for det er ikke snakk om mange stillinger. Det fremstår for oss som at noen har fått for seg at sånne elementer av arbeid trenger vi ikke så mye av, sier Bergersen.

Hun mener at om man ikke nødvendigvis skal gjenopprette stillingene, så må man ha noen personer som er dedikerte til å ivareta familiene, og som har det som hovedoppgave. –Det kan ikke være en bi-oppgave for da blir det fort venstrehåndsarbeid. Det blir ikke prioritert. Familieivaretagelse ligger oss nært hjertet, så vi setter ikke pris på det Forsvaret nå gjør. Stabssjef i Telemark bataljon, Helje Borud, sier de også merker veldig godt at familiekoordinatorstillingene er lagt ned. –Arbeidet forsvinner ikke, selv om stillingene er lagt ned. Det er et enkelt regnestykke: når du tar bort en person og alle andre i utgangspunktet har fulltidsjobber, da går det ikke opp.

#### INGEN OPPFØLGING AV FAMILIENE

Borud sier det er ulikt hvordan det treffer avdelingene, blant annet på grunn av hvor mye de deployerer. Men det er ikke til å



Mannskap på KNM Fridtjof Nansen tar farvel med pårørende under en seremoni i forbindelse med utreise til det indiske hav og Operation Ocean Shield.  
Foto: Forsvaret

☒ stikke under en stol at vi selvfølgelig merker at vi mangler en person til å ivareta oppfølging av familiene, sier Borud. BFO er bekymret for at mer administrativt arbeid legges på avdelingssjefene.

–Vi opplever at Forsvaret prøver å skyve mer og mer på avdelingssjefene, slik at de får så mange administrative oppgaver at de ikke kan ivareta den funksjonen de egentlig har, altså avdelingssjef for operativ avdeling. Det er ikke avdelingssjefene som skal holde på med den type arbeid og jeg vil påstå at de ikke sitter med kompetansen til å ta disse oppgavene heller, sier Bergersen. Helje Borud bekrefter at de ikke har fått noe opplæring i hvordan de skal løse oppgavene familiekoordinatorene gjorde før. I siste instans kan det få operative konsekvenser.

–Konsekvensen er blant annet at mange ikke vil ha bataljonssjefstillingene. Det er ikke administrativt arbeid man er ute etter når man søker en sånn stilling, sier Bergersen. FPVS har pekt på at de i større grad ønsker å ta i bruk fleksible løsninger for å få kabalen hjemme til å gå opp, og minke belastningen på den som er hjemme. –Det er fint med mulighet for hjemme-



Stabsjef i Telemark bataljon, Helje Borud.  
Foto: Forsvaret

kontor for eksempel, men det fungerer veldig dårlig i mange deler av Forsvaret. Å være avdelingssjef på hjemmekontor, det går dårlig. Du leder ikke fra hjemmekontor, sier Bergersen.

–Jeg vet at det er en stor støtte for de hjemme at de har noen som fast kontaktpunkt. Det sier seg selv at det er høyere terskel for å ta kontakt med sjefene, som i

tillegg gjerne er en person man aldri har møtt eller snakket med før. Det er et vakuum etter familiekoordinatorene som noen må fylle, og det tror jeg ikke avdelingssjefene klarer å gjøre. Jeg tror heller ikke de har så stor oversikt over det som skjer der hjemme, sier Bergersen. For Maiken Ommedal sitter det langt inne å ta kontakt med bataljonssjefen i Forsvaret. –Ikke vet jeg hvordan jeg skulle fått tak i han heller, sier hun.

Kameratstøtteansvarlig i NVIO, Anita Talåsen Granli, mener belastningen kan bli så stor for de hjemme at det kan gå utover familielivet og i ytterste konsekvens operativ evne for personellet. –Jeg er enig med BFO i deres bekymring for hvilket reelt tilbud som kommer til familiene. Vi begynner allerede å se konsekvensene av dette. Det er alvorlig, sier hun.

#### BEHOV FOR STØTTEORDNINGER

I Forskningsstudien «Helse, livskvalitet og hverdagsliv i norske veteranfamilier» (2023) som Brunovskis, Ekornås og Andersen har utgitt, understrekes det at det fremdeles er behov for støtteordninger for familiene, både under og etter utenlandsoperasjoner. Studien viser også til at det kan være en større belastning for de som er hjemme enn selve veteranen. Summen av belastningen med utenlandsopphold og med øvelser og reisevirksomhet hjemme i Norge kan føre til samlivsbrudd eller belastningsskader hos den hjemme. Talåsen Granli kjenner seg igjen i studien.

–Jeg er selv veteran og har i tillegg en mann som jobber i Forsvaret. Han har også vært ute to ganger. Jeg kjenner meg veldig igjen i studien om at det er mest belastende å være hjemme, spesielt hvis man har små barn. Man biter gjerne tenna sammen og bretter opp ermene i den tiden som kreves. Men som familie så må man gjerne ofre mye for å få det til. I mitt tilfelle var jeg nødt til å bytte jobb, siden jeg hadde en turnusjobb, som ikke lot seg kombinere med at han reiste ut i tre måneder, sier hun.

I andre undersøkelser, som Samlivsundersøkelsen eller Afghanistan II-undersøkelsen, kommer det frem hvor viktig familien er. –Jeg tenker at Forsvaret har et ansvar med å



Kameratstøtteansvarlig i NVIO, Anita Talåsen Granli.  
Foto: Siri Jørgensen

tilrettelegge slik at den som er i Forsvaret kan gjøre jobben sin uten å bekymre seg for de der hjemme eller å risikere et samlivsbrudd, sier Talåsen Granli. NVIO har nylig gjort en undersøkelse blant sine medlemmer, der familiene ble spurt om hvilke støtteordninger de er fornøyd med og hvilke de kunne ønske seg.

–Det er flere som skriver at de ikke har tilgang på noen støtteordninger, mens andre skriver at de er godt fornøyd med oppfølgingen. Dette sier meg at det er stor variasjon i tilbudet. Det som kommer frem av ønsker er alt fra god informasjon, og da spesielt fra lokal avdeling, til hjelp med praktiske oppgaver. Jeg opplever at Forsvaret ønsker at de ansatte skal se på Forsvaret som en institusjon, der man skal stille opp på oppdrag og trening som krever fleksibilitet og tid vekk fra hjem og familie. Samtidig er de ikke villige til å påta seg de oppgavene som gjør det enkelt for de ansatte å kunne kombinere arbeid og familie. Hvis Forsvaret skal kunne klare å rekruttere og beholde kvalifisert personell over tid, så må de ta det innover seg, sier Talåsen Granli.

Dette er andre artikkel i en artikkelserie om Forsvarets familiepolitikk. Den første artikkelen kan du lese på [veteranmagasinet.no](http://veteranmagasinet.no).



# Sjåføør

Bjørn Ottersen i Ukraina  
sommern 2024.

## i fredens tjeneste

En uke etter at han avbrøt påskeferien i 1978 sto Bjørn Ottersen som en av de første norske FN-soldatene på sør-libanesisk jord. Over førti år senere hjelper han ukrainske soldater med å vinne over Putin.

TEKST OG FOTO: ANDRÉ KJERNSLI

- Det gikk fort i svingene ja, men jeg følte ikke at det var uforsvarlig på noen måte. Bjørn Ottersen (71) tenker tilbake på da han og familien tilbrakte påsken på Golsfjellet, der Røde Kors hadde sin beredskapssentral. Kåre Ottersen, Bjørns far, jobbet i Røde Kors. Noen år tidligere hadde Bjørn avtjent

verneplikten i Brigade Nord på Setermoen. Der fikk han høre at FN hadde bedt Norge om å ha en bataljon i bakhånd for rask avreise ved en eventuell krise et eller annet sted i verden. Bjørn synes dette var så interessant at han signerte kontrakt med Forsvaret. Dette ville han være med på. - Jeg var nok drevet av eventyrlyst, og jeg håpet på at det skulle bli et utenlandsoppdrag på meg, sier han.

### INGENTING SKJEDDE

Bjørn ble stående på lista i flere år uten at det skjedde. Godtgjørelsen for å stå på den lista var 200 kroner/mnd. - før skatt. På denne tiden hadde borgerkrigen herjet

Libanon i flere år. Da Israels statsminister Menachem Begin i mars 1978 ga grønt lys for invasjonen i Libanon (operasjon Litani, journ. anm) reagerte verdenssamfunnet skarpt. I FN ble det raskt bestemt at en fredsbevarende styrke, UNIFIL, skulle opprettes.

- Da meldingen kom over radioen var det bare å avslutte påskeferien og komme seg hjem, sier Bjørn. Nå gikk det fort; Påfølgende tirsdag dro han på jobb og sa farvel til sine kollegaer, men han måtte ikke si opp. - Dersom man ved ansettelse i en jobb fortalte at man var en del av beredskapsstyrken til FN, var man garantert å få jobben tilbake etter endt oppdrag. Stillingen var vernet ved lov, forklarer Bjørn.

### GLEMMER ALDRI SPRØYTENE

Senere samme dag møtte han opp på Trandum militærleir rett nord for Oslo. Det



handlet ikke så mye om å øve på oppdraget, men mer om å få utlevert utstyr. De vernepliktige malte FN-soldatenes hjelmer blå, og kjøretøyene hvite - i rekordfart. - Og alle sprøytene vi fikk, det er vel det jeg husker best, ler Bjørn. Helgen etter var de på plass i Sør-Libanon, som den første norske kontingenten i UNIFIL. Den første natta i Sør-Libanon sov soldatene under åpen himmel. De aller

LIBANON  
1978:  
Bjørn syntes  
det var tungt  
å møte barna  
som hadde  
lidd så mye.  
Her fra  
Tibnine.



Mange av soldatene fra transportlaget holder kontakten den dag i dag. Her er de på Beaufort i 2018. På bildet: Geir Vidar Hansen, Dag Hatløy, Rune Singstad, Svein Olav Nymoen, Ingvald Mellingen, Bjørn Ottersen, Ivar Nicolaysen, Lars Kjersem, Magne Wraa og Tommy Glitre.

☑️ fleste innbyggerne hadde som følge av den israelske invasjonen rømt nordover mot Beirut. Ute på jordene rundt leiren var det ingen bønder, og i Ebel es Saqi var det kanskje en håndfull mennesker.

#### GRANATNESLAG I LEIREN

Etablering av teltleiren Dovre, som skulle bli soldatenes hjem de neste tre månedene, var førsteprioritet. Ganske tidlig gravde soldatene ut dekningsrom, og leiren begynte å ta form. Major Haddad, leder i SLA – South Lebanese Army, hadde gitt signaler om at de norske soldatene kom til å trenge steder å gjemme seg.  
- Vi var vel så vidt ferdig med å lage

dekningsrommene før alarmen gikk. Haddad ville teste oss ut med bombekasterild inn i leiren, minnes Bjørn. Bjørn husker at noen av soldatene var redde, men de fleste var naive nok til å føle seg trygge i shelterne. Dette var noe som hørte med på et vis, oppdraget medførte risiko.

På Trandum, i forkant av avreise, fikk de høre om svenske FN-soldater som hadde rykket inn i Sør-Libanon fra Sinai. Noen av de kjørte på en mine, og flere svensker ble drept. – Så vi visste at dette var alvor får vi dro.

#### SJÅFØRJOBBen VAR MIDT I BLINKEN

Bjørn tjenestegjorde som sjåfør på M6 i

stabskompaniet, noe han raskt lærte seg å sette pris på. Det ble mye kjøring, både i Norbatt, resten av UNIFIL og nordover til Beirut. Det ble også kjøreoppdrag til Golanhøyden og Syria. Han fikk sett mye, truffet folk, og spist på restaurant fra tid til annen. Mange av soldatene fra sjåførlaget holder kontakten den dag i dag.  
- Hver gang vi møtes snakker vi om hvor heldige vi var med tjenesten, sier den pensjonerte ingeniøren. Samtidig med at Bjørn ble kalt inn til FN-styrken, fikk hans far beskjed om å pakke sakene og reise til Beirut. Den israelske invasjonen hadde skapt en flyktningebølge nordover i landet, og IRC (International Red

Cross) forsto at det ville bli behov for deres hjelp. At både far og sønn var i Libanon var spesielt. – Det var nok rarest for mutter'n, smiler Bjørn.

#### MØTTE SIN FAR I BEIRUT

Far og sønn Ottersen fikk anledning til å treffe hverandre ved flere anledninger, både i Beirut og i Norbatt. De feiret blant annet 17. mai sammen i Sør-Libanon.  
- Det er rart å tenke på at faren min var i Beirut og hjalp mennesker som hadde flyktet fra der jeg befant meg. Etter hvert som månedene gikk returnerte noen av flyktningene til Sør-Libanon. Bjørn husker det som sterkt å se barna som ☑️



OPPDRAg UT-FØRT: Bjørn overleverer bilen han har kjørt til en av de ukrainske soldatene (øverst)

MANGE REISER: Bjørn har funnet frem notater som faren brukte i forbindelse med et foredrag han skulle holde. Det ble etter hvert mange reiser. Fotograf: Privat





Ukrainian Freedom Convoys (UFC) i Ukraina 2024.



” - Jeg kom i prat med ei dame ved minneveggen over falne ukrainere. Hun pekte ut sønnen sin for meg. Han døde i 2014 etter å ha blitt torturert av russiske soldater. Han var ikke 17 år engang.

📰 hadde vært utsatt for disse prøvelsene. Etter at Bjørn kom hjem fra Norbatt I, var venner og kjente nysgjerrige på hva han hadde opplevd – i omtrent en uke. Nyhetens interesse var over, og livene gikk videre, også for han.

#### BLE NVIO-MEDLEM

Bjørn er født og oppvokst i Asker, hvor han

fortsatt bor. Av utdannelse er han ingeniør og har hatt en lang karriere i IT-verdenen. Eventyrlysten ble tilfredsstilt gjennom mange reiser verden rundt for Norsk Hydro. For omtrent 20 år siden kom han i kontakt med NVIO. Der ble også mange fra transportlaget etter hvert gjenforent, og høydepunktet var da ti av dem i 2018 returnerte til Sør-Libanon.

- Det var fantastisk å reise tilbake til alle de stedene vi hadde besøkt bak rattet i en M6 mange år tidligere.

Askerbøringen synes det er fint å treffe veteraner i NVIO-regi, enten de har vært i Libanon eller andre steder. Han har deltatt på arrangementer i både Åndalsnes og Alta.

#### NESTE STASJON: UKRAINA

Det var på et NVIO-møte han først fikk høre

om Ukrainian Freedom Convoys (UFC). UFC har vært aktive siden mars 2022, og har levert over 100 kjøretøy til ukrainske soldater. Siden starten har organisasjonen klart å samle inn drøyt seks millioner kroner i Norge. Alt brukes til å skaffe sårt tiltrenge kjøretøy til det ukrainske forsvaret. De norske sjåførene får dekket drivstoff og ferge mellom Sverige og Polen, men må selv betale hotell, mat og hjemreise. - På et veteranreff før jul i 2023 fikk jeg høre om dette. Jeg satt meg opp på en sjåførliste, og reiste hjem for å begynne å bearbeide kona, smiler han.

#### FIKK Plass I KONVOI

En sjåførkompis fra tiden i Libanon hadde allerede deltatt på en av UFC-konvoiene, og hadde beskrevet det som en fin og

meningsfylt opplevelse. Risikobildet er ikke spesielt høyt til tross for at man skal inn i et land i krig.

- Det farligste er antageligvis å kjøre en 20 år gammel bil såpass langt, forklarer Bjørn. FN-veteranen fikk ikke plass i konvoien som gikk på nyåret 2024, men han hadde hørt at det var planlagt en konvoi på forsommeren. - Der fikk jeg plass.

I slutten av mai satte han seg bak rattet i en tilårskommen Nissan Navarra. Der var han en av over 40 personer som leverte 20 kjøretøy til den ukrainske arméen. De bega seg ut på en kjøretur på 2300 km gjennom Sverige, Polen og inn i Ukraina frem til Kyiv.

#### STERKE MENNESKEMØTER

Trygt hjemme i Norge igjen bekrefter Bjørn at turen var flott, med mange engasjerte 📍

**FAR OG SØNN:** Bjørn og faren Kåre møttes i Libanon flere ganger. Her fra Libanon. (Øverst.)

**FØRSTE NATTA I AO:** Bjørn Ottersen gjør seg klar til sin første natt i Sør-Libanon - under åpen himmel.

”  
- At vi har en krig igjen i Europa har et alvor over seg som jeg tar inn over meg. Dette er mitt lille bidrag til å få stopp på dette.

BJØRN OTTERSEN



2112photo

**UFATTELIGE**  
TAP: Overalt i Ukraina blir man påminnet om de voldsomme tapene av menneskeliv, her fra byen Rivne litt vest for Kyiv.

medsjåfører, og sterke menneskemøter med takknemlige ukrainere. Ett møte kommer han aldri til å glemme. – Jeg kom i prat med ei dame ved minneveggen over falne ukrainere. Hun pekte ut sønnen sin for meg. Han døde i 2014 etter å ha blitt torturert av russiske soldater. Han var ikke 17 år engang. Bilturen fra Oslo til Kyiv er intens. Med to sjåfører i hver bil er det meningen at bilene skal kjøre hele dagen, fra morgen til kveld. Tidsskjemaet er stramt, men det legges ikke opp til råkjøring. Den største usikkerheten er knyttet til grensepasseringen mellom Polen og Ukraina. På denne turen gikk dette over

all forventning, men tidligere konvoier har opplevd å tilbringe timevis på grensa.

#### KAFFE OG KAKER PÅ GRENSA

– På den ukrainske siden fikk vi kaffe og kaker av grensevaktene, det sier kanskje litt om hva de synes om arbeidet UFC gjør, smiler Bjørn. På grunn av sikkerhet kjører ikke UFC lenger øst enn til Kyiv. Der kommer soldatene, ofte tre-fire mann, fra fronten for å hente bilen. Det utveksles noen ord, bilder blir tatt, og så returnerer soldatene til fronten. De har ingen tid å miste i kampen mot de russiske okkupasjonsstyrkene.

Motivasjonen for å delta i disse operasjonene er ulike. Mens Libanon handlet om ungdommelig mot og eventyrlyst, er Ukraina-turen drevet av noe annet. – At vi har en krig igjen i Europa har et alvor over seg som jeg tar inn over meg. Dette er mitt lille bidrag til å få stopp på dette, sier Bjørn.

#### -INSPIRERT AV FATTER'N

Ønsket om å være med å gjøre en forskjell har vært der hele tiden. – Det var helt klart fatter'n som var min store inspirasjon, sier Bjørn. Kåre Ottersen jobbet i Forsvaret og

tjenestegjorde i Tysklandsbrigaden før Bjørn ble født. Senere gjorde han FN-tjeneste i Gaza i 1960 og i Kongo i 1962. I 1967 gikk ferden videre til Norges Røde Kors, hvor han fikk ansvaret for å bygge opp innenlands beredskap. I 1968 dro han til krigen i Biafra for IRC, og helt frem til han gikk av med pensjon rykket han ut til store kriser og katastrofer rundt i verden for IRC.

Kilder: Store norske leksikon, Wikipedia. (Journalisten som har skrevet saken tjenestegjorde selv i NORBATT XVII, posisjon 4-11/KpB)

TAPT GENERASJON: På Majdanplassen i Kyiv settes det opp et flagg for hver falne ukrainer. Mange er veldig unge.

Norske soldater trener ukrainere  
i bruk av stridsvogn i Polen.  
Foto: Synne Nilsson, Hæren



# Fra mørke til vekst

Ifølge forskning kan traumatiske opplevelser paradoksalt nok medføre positive psykologiske endringer for mange. –Det er viktig å anerkjenne at traumer kan ha en blanding av positive og negative følger, sier seniorforsker og militærpsykolog Andreas Espetvedt Nordstrand.

TEKST: SIRI DYBDAL

Tanken om at traumatiske hendelser kan gi positive endringer er ikke ny. Helt tilbake til de gamle greske filosofene har ideen om at smerte og motgang kan føre til vekst vært fremtredende. «Det som ikke dreper deg, gjør deg sterkere,» konkluderte også den tyske filosofen Nietzsche. –Selv om denne tanken er noe unyansert, peker Nietzsche på et reelt poeng: Motgang kan føre til personlig vekst, bekrefter Andreas Espetvedt Nordstrand, seniorforsker og militærpsykolog ved Institutt for militærpsykiatri og stressmestring (IMPS). Nordstrand har blant annet forsket på forekomsten av både positive (posttraumatisk vekst) og negative personlige endringer hos norske veteraner som har tjenestegjort i Afghanistan, og er en

av Norges fremste eksperter innen området posttraumatisk vekst. Han jobber også med oppfølging av veteraner og har selv gjort tjeneste blant annet i Afghanistan, Mali og i Middelhavet.

## OPPLEVER Å HA BLITT ET BEDRE MENNESKE

Posttraumatisk vekst (PTV) blir beskrevet som positivt opplevde personlige endringer knyttet til en erfart traumatisk hendelse. Veteraner er blant de som har rapportert å fornemme en slik vekst. Nordstrand forteller at de fleste som kommer hjem fra utenlandstjeneste ikke kjenner seg igjen i myten om veteranen som en «tikkende bombe». Faktisk viser hans forskning at de fleste som kom tilbake etter å ha vært i Afghanistan, har hatt en positiv psykologisk utvikling etter oppholdet i krigssonen. Kun et fåtall norske soldater

utvikler psykiske lidelser.

Et godt eksempel på dette ble beskrevet i foredraget Fornøyde veteraner: Hvordan skal vi forstå norske Afghanistanveteraners positive opplevelser av vekst og mestring?, hvor Heidi Mogstad, postdoktor ved Chr. Michelsens Institutt (CMI), fortalte om en soldat hun hadde intervjuet i forskningen sin som hadde opplevd et traume, etterfulgt av positive endringer.

«Ulrik» ledet et team i Nord-Afghanistan i 2007. På denne tiden var det økende friksjon og usikkerhet, og teamet patruljerte og beskyttet derfor ofte landsbyer i området. En natt da Ulrik sto vakt mens resten av laget sov, ble han angrepet av en gruppe Taliban-krigere som skjøt han i skulderen fra 10 meters hold. På mirakuløst vis klarte han å finne dekning og skyte tilbake. Etter 5-6 minutter med intens strid, kom medsoldater til unnsetning. De klarte å jage bort resten av Taliban-krigerne og Ulrik fikk livreddende behandling. Det var for mørkt til at helikopter kunne lande, og siden de fryktet et nytt angrep, var soldatene i posisjon resten av natten. Ulrik fikk

antibiotika, men nektet å ta imot morfin siden han ville være «combat-ready». De neste 8-9 timene opplevde han en berg- og dalbane av følelser – glede, bekymring, tristhet og lettelse. Laget hadde vunnet. På grunn av en kombinasjon av flaks og gode ferdigheter hadde han overlevd et overraskende og livstruende angrep, og skutt minst tre motstandere. Samtidig visste han at det hadde vært små marginer. Han tenkte på kona og barna, som ikke visste at de hadde vært nære på å miste faren sin den natten. Han visste de bekymret seg for han – spesielt datteren som ikke kunne forstå hvorfor faren risikerte livet sitt for å kjempe en fjern krig i et fremmed land. Neste dag ble han fraktet til militærsykehus og hjem til Norge til behandling og rehabilitering.

15 år senere, da Ulrik ble intervjuet av Mogstad, sa han at han var takknemlig for å ha tjenestegjort og kjempet i Afghanistan. Til tross for at skulderen fremdeles plaget han i hverdagen, og at han innimellom kjente på et snev av bitterhet, var han glad for å være i live og takknemlig for å kunne fortsette karrieren i Forsvaret. ■

” - Å være utsatt for en traumatisk hendelse – det vil si dramatiske hendelser som innebærer fare for liv, påført lidelse, overgrep, eller det å ta liv eller ha skyld i andres død – betyr ikke nødvendigvis at man vil utvikle psykiske helseskader.

ANDREAS ESPETVEDT NORDSTRAND,  
SENIORFORSKER OG MILITÆRPSYKOLOG



Ulrik fortalte at den livstruende opplevelsen hadde gjort han mer takknemlig for livet og familien sin. Han satt igjen med positive følelser av mestring, stolthet og selvtillit. Videre sa han at han hadde vokst på erfaringen og blitt en sterkere person og et bedre menneske. Bortsett fra den vonde skulderen, sa han at det mest vanskelige eller frustrerende faktisk var at nesten alle hjemme i Norge forventet at han skulle slite enten psykisk eller emosjonelt.

#### KOMPLEKS

-Å være utsatt for en traumatisk hendelse – det vil si dramatiske hendelser som innebærer fare for liv, påført lidelse, overgrep, eller det å ta liv eller ha skyld i andres død – betyr ikke nødvendigvis at man vil utvikle psykiske helseskader, sier Nordstrand. Resiliens som uttrykker psykologisk motstandskraft og evnen til å komme tilbake etter en alvorlig hendelse, er faktisk mer vanlig.

-Men det er som å kaste terninger hver gang man utsettes for slike hendelser; det er en sjanse for psykiske helseplager, og selv om den isolert sett ikke nødvendigvis er så stor, vil man med gjentatt eksponering få en økt kumulativ risiko for å bli negativt preget av opplevelsene.

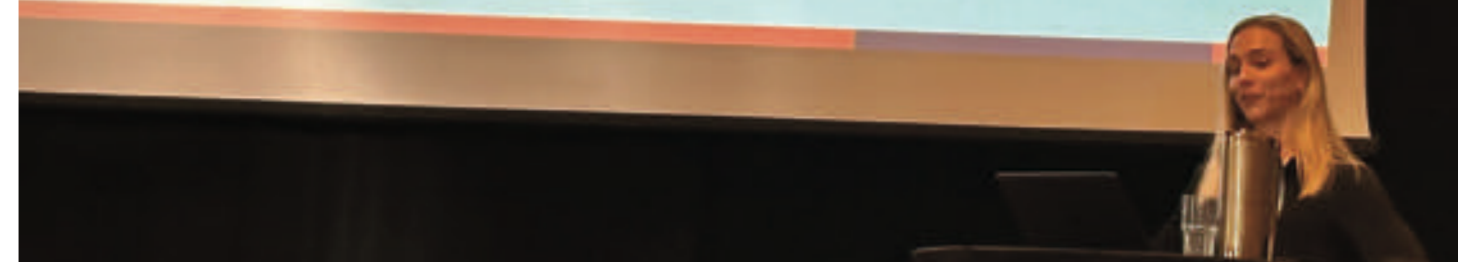
Dette henger også sammen med at grad av resiliens ikke er statisk, men endrer seg hele tiden, avhengig av forhold som relasjonell status, fysisk tilstand, mental status og opplevelse av formål og mening i det man opplever. Det er også et skille mellom resiliens og vekst.

-Mens resiliens handler om å gjenopprette funksjon, innebærer vekst at man ikke bare kommer tilbake, men faktisk blir noe mer enn før. Dette er ikke et ensartet fenomen da mennesker endrer seg både på godt og vondt etter traumatiske opplevelser. For eksempel kan en kvinne som har blitt utsatt for voldtekt, oppleve både svekkelse og vekst. Selv om hun bærer med seg de vonde opplevelsene, kan hun også oppdage ressurser hos seg selv og støtte fra andre som hun ikke tidligere var klar over.

-På samme måte kan en soldat som har

## Fornøyde veteraner: Hvordan skal vi forstå norske Afghanistanveteraners positive opplevelser av vekst og mestring?

Heidi Mogstad (CMI)



Heidi Mogstad snakket om fornøyde veteraner på veteranforskningsseminar i regi av Veteranprogrammet ved Institutt for Forsvarsstudier (IFS). Foto: Hege Kofstad

opplevd krig, sitte igjen med både negative og positive spor. Søvnproblemer og fremmedgjøring fra samfunnet kan være en del av bildet, men samtidig kan vedkommende ha oppnådd en dypere forståelse av verden. Dette kalles "cost and gain" – både kostnader og gevinster som følge av traumatiske hendelser, forklarer seniorforskeren.

#### FIRE SØYLER

Ifølge Nordstrand bruker man fire søyler som representerer ulike deler av livet for å forklare resiliens: Mål og mening, fysiske forhold, indre forhold som tanker og følelser, og relasjonelle eller sosiale forhold. Når en eller flere av disse søylene er sterke, øker det sjansen for at en person kan håndtere stress og motgang på en effektiv måte, og komme sterkere ut av utfordringer. -Når disse søylene svikter på et eller flere punkter, øker risikoen for at man får en alvorlig traumatisk reaksjon. I det militære er ofte ikke alle ting på plass, og dette kan føre til at en hendelse med traumatisk stress skaper varige psykiske reaksjoner. Selv om man kanskje ikke blir syk med en gang, kan det være en inkubasjonsperiode som varierer i lengde, før man utvikler plager

” - Noen vil bli mer påvirket enn andre, og igjen, en og samme person kan være mer eller mindre resilient mot traumatisk stress på ulike tidspunkt. Motstandskraft er noe du gjør, ikke noe du har.

eller funksjonstap, og en diagnose som «traumatisert» kan settes. Da har eksponeringen ført til kliniske helseplager, sier militærpsykologen.

-Noen vil bli mer påvirket enn andre, og igjen, en og samme person kan være mer eller mindre resilient mot traumatisk stress på ulike tidspunkt. Motstandskraft er noe du gjør, ikke noe du har. Dette er en systemorientert forståelse av hva som skaper traumer, og man kan jobbe systematisk med operativ resiliens-trening, styrke individens evne til å håndtere stress, legger Nordstrand til.

-Når det gjelder posttraumatisk vekst, vil det si at noen har gjennomgått en prosess hvor man har blitt betydelig negativt preget av en traumatisk opplevelse. Men ved hjelp



Bilde fra hjemkomst- og medaljeseremoni på Akershus festning. Foto: Hege Kofstad

” - Det er tre domener for posttraumatisk vekst: personlig vekst, som innebærer økt selvtillit og tro på seg selv, relasjonell vekst, som handler om endringer i hvordan man ser på andre mennesker og eksistensiell vekst, som involverer hvordan man ser på verden og livet.

☞ av egne kapasiteter og støtte fra andre, greier man å bearbeide opplevelsene på en slik måte at man på et eller flere områder av livet føler at man er tilført noe positivt, som man ikke ville komme til uten denne prosessen.

-Når man har hatt det psykologisk vondt på grunn av det man har opplevd, kan det bli kronisk. Eller man kan oppleve tilheling enten ved å vende tilbake til hvordan man var før, eller oppleve vekst, hvor man ikke bare vender tilbake, men går litt forbi der man var tidligere. Man trekker gjerne veksler på tilhelingsprosessen – man ville ikke ønsket dette forløpet for sin verste fiende, men heller ikke vært det foruten, fordi man

føler man har vokst på det, klargjør han. Bør ikke bare måle det positive Det er tre domener for posttraumatisk vekst: personlig vekst, som innebærer økt selvtillit og tro på seg selv, relasjonell vekst, som handler om endringer i hvordan man ser på andre mennesker og eksistensiell vekst, som involverer hvordan man ser på verden og livet.

-For eksempel kan man oppleve at man håndterte en farlig situasjon godt, selv om man etterpå har plager. Du kan tenke at hvis det virkelig gjelder, kan jeg holde hodet kaldt og handle. Relasjonell vekst kan være at man etter å ha vært utsatt for blind vold, opplever tillitsproblemer, men samtidig oppdager hvor støttende venner og familie er. Eksistensiell vekst kan komme av at man har vært nær døden og begynner å tenke på hva man bruker livet sitt på – om man for eksempel nyter de gode stundene med barna sine nok.

Selv om mange har hatt tanker om at motgang kan føre til vekst, ble posttraumatisk vekst ifølge Nordstrand først definert innen akademisk psykologi i 1996, men det mest brukte måleinstrumentet måler bare positive endringer:

-I min doktorgrad har jeg undersøkt alle instrumenter som måler vekst og

forringelse. Så lagde vi et nytt instrument for å måle posttraumatisk vekst basert på det vi fant var de beste elementene fra de tidligere måle metodene. Tanken er å unngå å presse folk inn i en «boast response» – altså ikke tvinge dem til å fremheve positiv vekst hvis den ikke er reell.

#### IKKE OVERFOKUSERE PÅ VEKST

Nordstrand fremhever at det er viktig å ikke overfokusere på vekst, da det ikke alltid er et naturlig eller ønskelig utfall.

-Noen ganger kan folk oppleve «palliativ vekst,» hvor de forteller seg selv at noe godt vil komme ut av det vonde, uten at dette nødvendigvis er en genuin opplevelse.

-Vekst er autentisk og naturlig. Det er gjerne et utfall av terapi og hjelp fra andre. Det er mye bearbeidelse og en tøff prosess hvor man jobber aktivt med opplevelsene man har vært gjennom, forklarer han.

Nordstrand sier traumer kan utfordre våre grunnleggende antagelser om oss selv, om andre og verden. Dette kan føre til en eksistensiell vekst, hvor man utvikler en mer robust forståelse av verden. Men det kan også føre til nihilisme, hvor man mister troen på det gode i verden.

-Etter traumatiske opplevelser er det viktig å være bevisst på hvordan disse opplevelsene former ens syn på livet for å unngå et svart-hvitt verdensbilde.

-Veteraner, spesielt de som har opplevd dyp fremmedgjøring etter å ha vært i krig, kan oppleve både vekst og forringelse på ulike områder av livet, sier psykologen.

I Nordstrands arbeid med veteraner oppgir han det er viktig å være tålmodig og forstå at vekst ikke skjer over natten.

-Det er en prosess som kan ta tid, og som krever at man gir seg selv rom til å bearbeide opplevelsene i sitt eget tempo. Dette kan innebære å erkjenne både lys og mørke, og å være åpen for at vekst kan komme i bølger heller enn som en enkel, lineær prosess, sier psykologen.

Fagfolk i miljøet rundt veteraner må være forsiktige med å dyrke tanken om posttraumatisk vekst, understreker han.

-Man kan fort ende opp med en for rosenrød forståelse, der man antar at det å gå gjennom et traume nødvendigvis gjør deg



Foto: Forsvaret

klokere. Men et traume er fortsatt et traume – ville du utsatt noen du er glad i for det? Nei, det er ikke troverdig. Selv om det kan være fint å sitte igjen med en følelse av å ha jobbet seg gjennom noe vanskelig og kommet ut klokere, er det ikke noe man ønsker å oppleve, og det krever ofte både hardt arbeid og kanskje litt flaks, sier Nordstrand.

#### KUNNSKAP TIL TRENING

Han forteller at grunnforskning og intensjonsforskning, som nå gjøres, har som mål å gi en større forståelse av konsekvensene ved å dra i krig.

-Denne kunnskapen kan brukes til å gi folk realistisk trening og riktige fokuspunkter, med håndfaste verktøy for å håndtere traumatiske erfaringer.

-Det er viktig å være klar over våre grunnleggende antagelser, som for eksempel at alle mennesker er gode, eller at noen mennesker kan være onde. Slike diametrale antagelser fungerer kanskje ikke i Norge, men i de posttraumatiske fasene kan mye av dette svirre rundt i hodet. Derfor er det viktig å få hjelp til å finne riktig spor og konkrete ting å fokusere på.

-De tre domenene – hvordan man ser på seg selv, andre og verden – er nyttige verktøy, særlig når man jobber med noen som er preget av en hendelse, forteller han. ☐

” - Et psykologisk traume vil etterlate et arr, men hvordan det gror, avgjør hvordan man relaterer seg til andre. Veteraner kan oppleve at hverdagslige ting som «Paradise Hotel» blir uinteressant, fordi verden oppleves som så mye mer.

#### 📺 MISTER EMOSJONELL TILKNYTNING

Han forteller også at det var en interessant oppdagelse i en artikkel som hans doktorgradsstudent, Line Rønning, nylig publiserte som viste at mannlige Afghanistanveteraner, spesielt etter traumatiske hendelser, kan utvikle et mønster hvor de opplever eksistensiell vekst, men samtidig relasjonell forringelse.

–De blir kanskje mer filosofiske, hører på podkaster om eksistensielle spørsmål og vokser på det eksistensielle planet, men opplever samtidig at de mister den emosjonelle tilknytningen til familien og det sosiale fellesskapet. De føler seg annerledes, og det mønsteret er uheldig, da det øker risikoen for sykdom og svekker robustheten, advarer Nordstrand.

Det som gir mest robusthet, er vekst på det relasjonelle planet der man kan ta imot emosjonell støtte fra folk som er nær deg.

–Mange veteraner søker støtte hos kolleger fremfor familien fordi de føler de kan snakke mer åpent med dem. Dette er jo logisk, for man kan ikke ta med familien i krig, og i Forsvaret er man derfor vant til å støtte seg primært på kollegaer. Men å bare søke støtte hos kollegaer eller andre veteraner, på bekostning av nær familie, kan føre til forringelse på det relasjonelle domenet, selv om man opplever personlig vekst og mer selvtillit på det eksistensielle planet, legger han til.

En stor utfordring etter en traumatisk hendelse er dyp fremmedgjøring. Man blir annerledes, og det kan skape en avstand til dem som ikke har opplevd det samme, sier han.

–Et psykologisk traume vil etterlate et arr, men hvordan det gror, avgjør hvordan man relaterer seg til andre. Veteraner kan oppleve at hverdagslige ting som «Paradise Hotel» blir uinteressant, fordi verden oppleves som så mye mer. Derfor sier jeg til alle veteraner at man må unngå å utvikle eksistensiell arroganse. Selv om man har hatt en annen reise enn gjennomsnittet, betyr ikke det at man har mer verdi eller er mer klok. Forskjellig betyr ikke mindre verdi, og vi må unngå å legge ved på bålet for fremmedgjøring, mener psykologen.



Andreas Nordstrand. Foto: Privat

Han sier sosial støtte er viktig i denne prosessen.

–Det er viktig å snakke om det som har vært vondt, men sosial støtte fungerer bare hvis den traumatiske hendelsen kan deles uten at andre krymper seg. Det kan være paradoksalt – du ønsker ikke å påføre noen smerte. Sosial støtte fra folk man har tillit til, som andre veteraner eller en partner som tåler å høre om det, er viktig. Men vi ser at implisitt sosial støtte, som å kose seg med familien uten fokus på det traumatiske, kan være like effektivt og innebærer mindre risiko.

Han mener det er viktig å erkjenne at mange har dårlige opplevelser med å dele traumer, men sier man ikke må være snever i hva man tenker om emosjonell støtte.

–Hvis du har hatt dårlige erfaringer, finnes det andre måter å søke støtte på, legger han til.

#### PERSONLIG ERFARING

Ifølge Nordstrand ses vekst best hos dem som har opplevd krigssonen lenge og kommet til

en større forståelse av hvor dyrebart livet er.

–Det er godt å se eksempler på veteraner som setter pris på familien sin på en ny måte etter slike erfaringer.

–De fleste veteraner opplever ikke vekst på alle områder, men kan ha funnet en dypere mening eller forståelse gjennom sine erfaringer.

Psykologen forteller at han selv har fått testet egne grunnleggende antagelsene om verden. Erfaringene med tjeneste i Afghanistan og Mali var med på dette. Men han sier det stoppet han likevel ikke fra å bli trigget da han tjenestegjorde på skip i Operation Triton hvor de plukket opp flyktninger i Middelhavet.

–Det var så mye menneskelig lidelse, for eksempel måtte vi håndtere døde barn. Jeg ble veldig utfordret på det.

–På et kritisk punkt kan en av to ting skje – man kan enten utvikle mer robuste antagelser eller havne i et nihilistisk hull, hvor man ser verden som enten bare dårlig eller overdreven rosenrød. Det er veldig viktig i disse situasjonene og i etterkant at man har en aktiv refleksjon. En svart-hvit forståelse av ting kan sette seg – verden blir bare et svart hull, og man blir ikke så glad. Med hjelp av andre, enten klinikere, kollegaer eller ved å være bevisst på det selv, må man jobbe med å innse totaliteten: det gode, det onde og alt imellom. Da øker sannsynligheten for vekst.

–Personlig har jeg opplevd mye vekst gjennom tøffe opplevelser. Begge foreldrene mine døde tidlig, og moren min tok sitt eget liv. Det har ikke vært lett å bearbeide, og i mange år synes jeg det var vanskelig å si høyt, ettersom jeg merket at andre

synes det var tøft å høre om. Men jeg står trygt med livserfaringene mine i dag. Jeg har fått en mye større forståelse for hvor verdifullt livet er, og hvor dyrebart relasjonen mellom barn og foreldre kan være. Det har vært en positiv endring for meg og for barna. Jeg er ikke like ivrig på å dra hjemmefra som jeg var før, og jeg har blitt mer bevisst på verdien av å være hjemme med barna mine. Dette har ført til en betydelig vekst for meg, både personlig og i jobben. Men som alle vil skjønne, dette er jo heller ikke opplevelser jeg ønsker for noen andre, og det kunne lett gått galt, så posttraumatisk vekst utfordrer oss til å utføre en vanskelig øvelse, nemlig å holde to tanker i hodet på en gang, avslutter Nordstrand.

## Fakta

NVIO har satt opp mer forskning på positiv vekst etter traumatiske hendelser på vår politiske plattform. I Regjeringens tiltaksplan for anerkjennelse og ivaretagelse av veteraner står det blant annet at «forskning på veteranene, deres familier, tjenesten og oppdragene er nødvendig for å sikre blant annet forsvarlig helsehjelp, forebygging av skader og senskader, samfunnets forståelse for tjenesten og rammene rundt.» Under tiltak 25 står det videre at «Regjeringen vil styrke tilskuddsordningen for veteranforskning ytterligere for å sikre full finansiering av doktorgradsstipendiater. (...) Også styrkingen av tverrfaglig veteranforskning videreføres.» –NVIO støtter videre forskning, og vil følge utviklingen tett. Jeg håper man har i bakhodet hvordan man kan anvende forskningen i praksis, sier generalsekretær Bjørn Robert Dahl.

# –Ukrainas sak er også Norges sak

Under Arendalsuka inviterte NVIO til debatt om Norges støtte til Ukraina gjennom Nansenprogrammet. I panelet satt Eivind Vad Petersson, statssekretær i Utenriksdepartementet (UD), Hårek Elvenes, stortingsrepresentant og medlem i Utenriks- og forsvarskomiteen, forsker Kristian Berg Harpviken fra Peace Research Institute Oslo (PRIO) og Frode Ommundsen, sjef Heimevernet.

TEKST: HEGE KOFSTAD

Ukrainas sak er også Norges sak. Det har vi sagt fra politisk hold mange ganger, og det er høytidelig, men også ganske enkelt. Det handler om at et Europa, hvor de sterkeste gjør som de vil, og de mindre statene bare må finne seg i det, det er ikke et Europa, og en verden, Norge trives i. En verden der Russland går til militært angrep på et naboland vil vi, som et annet av Russlands naboland, ikke trives med. sier Vad Peterson.

–Det er veldig tydelig for oss at makt må møtes med motmakt. Og ukrainerne har all rett til å forsvare seg mot angrepet. Det er bredt kjent at vi har donert til ukrainerne fra hele spekteret av norske forsvarskapasiteter, inkludert stridsvogner, F-16 og så videre. Alt dette har skjedd innenfor rammen av Nansenprogrammet. Det er Ukrainas behov som skal gjelde. Vi har satt av 75 milliarder kroner over fem år og vi flytter pengene der vi mener at de kan gjøre mest nytte for seg. Det er også veldig unikt ved Nansenprogrammet at vi lykkes med å få virkelig tverrpolitisk forankring. 75 milliarder kroner er historisk mye, og vi var først ute med å si at vi forplikter oss over fem år. Vi har flyttet pengene framover, så i fjor så brukte vi rundt 23 milliarder. I år kommer vi minst til å støtte med 22 milliarder, og det er godt mulig det blir mye mer. Og heldigvis har veldig mange av våre andre naboland i





”  
–Heimevernet  
har fått noen nye veteraner,  
som vi også må tenke på  
ivaretakelsen til.

**FRODE OMMUNDSEN,  
SJEF HEIMEVERNET**

«» Europa kommet etter og laget lignende program, som jeg vet med sikkerhet er inspirert av det vi gjorde, sier Vad Peterson. Statssekretæren understreket også at støtten til Ukraina også foregår på andre måter.

– Vår støtte til Ukraina vil foregå på mange måter som ikke synes, men jeg kan gjerne snakke om noen av de tingene vi gjør for ukrainerne. Energi og strøm er et viktig område, vi har et norsk evakueringsfly som har vært helt avgjørende for uttransporten av ukrainske sivile og skadde soldater, og som transporterer dem til resten av Europa. På norske sykehus har vi nå flere hundre ukrainere, hovedsakelig soldater, som har fått behandling. Det er en nøkkelfaktor som har bidratt med, sier han.

Hårek Elvenes var opptatt av at Nansen-programmet dypest sett dreier seg om å hjelpe Ukraina til å overleve, som en selvstendig nasjon og som et selvstendig folk.

–Skal makt gå foran rett, så er det ikke bare Ukraina som er utsatt, da er alle småstater utsatt, som Vad var inne på. Det er folkeretten som er småstatenes førstelinjeforsvar. Uansett hvor mye penger vi legger i vårt nasjonale forsvar kan det aldri erstatte det forsvaret som ligger i folkeretten. Og så dreier det seg om å sette en stopper for Russlands vilje til å bruke militær makt som et utenrikspolitisk virkemiddel. Hvis Russland skulle lykkes, må vi spørre oss om hva som blir det neste og hva blir konsekvensen av dette?

*Panelet fra venstre: Hårek Elvenes, Eivind Vad Peterson, Frode Ommundsen og Kristian Bergh Harpviken. Salen var fullpakket av engasjerte tilhørere. Foto: Siri Jørgensen*



*Nansenprogrammet er oppkalt etter Fridtjof Nansen (1861–1930). Etter første verdenskrig viet Nansen mye av sitt liv til arbeidet for krigsfanger, flyktninger og sultofre i Øst-Europa, inkludert Ukraina. På bildet tas Fridtjof Nansen imot på jernbanestasjonen i Kharkiv 28. januar 1923 under besøk til Nansenmisjonen. Foto: Nasjonalbiblioteket*

Elvenes trakk frem viktigheten av forutsigbarhet.

–Ukrainerne vet at de ikke bare får støtte i dag, men at det ligger en forpliktelse til fremtidig støtte. Ukraina kjemper for fremtiden og da må de også i dag vite at den framtiden kan komme, ellers kan kampmoralen og forsvarsviljen hos det ukrainske folk svekkes, sier Elvenes.

#### **HEIMEVERNETS TRENING GIR EFFEKT**

Heimevernet har en viktig oppgave i å støtte Ukraina med trening av deres soldater. Frode Ommundsen, sjef Heimevernet, er stolt av bidraget.

–Heimevernet (HV) har blitt en av de som omsetter midler fra programmet til konkret handling. HV består av 40 500 personer og det er veldig få av disse som er våre faste ansatte, omtrent 600. Vi er en stor, desentralisert organisasjon, som er landsdekkende. Mottoet «over alt alltid» er vi mektig stolte av. I nesten to år har vi trent ukrainske soldater både i Storbritannia og i

Værnes-området parallelt. Det vil si at HV i løpet av et år har cirka 800 stykker i sving, eller de som støtter Heimevernet, som instruktører. Det er et ganske formidabelt løft for en organisasjon, sier Ommundsen. Heimevernet trener i overkant av 4000 ukrainere i løpet av et år.

–Det er et oppdrag som treffer midt i hjerterota for mine kvinner og menn. Man ser at det man kan, både sivilt og militært, er med på å gi en effekt. Vi får direkte tilbakemeldinger fra de vi trener, og det vi ser er at dette faktisk er med på å gjøre ukrainske soldater bedre. Det er ingen tvil om at oppdraget treffer godt. Jeg pleier å si at Heimevernet har fått noen nye veteraner, som vi også må tenke på ivaretakelsen til. Man skal ikke glemme at når man gjennomfører den type innsats som Heimevernet gjør nå, er det en stor innsats av den enkelte. HV er en maskin som i utgangspunktet går for fullt, så når man får tilført et nytt oppdrag kommer det på toppen. Jeg har kalt det positivt stress, for



Sjefssersjant i Forsvaret, Rune Wenneberg og Sjef Heimevernet Frode Ommundsen besøker Interflex i Storbritania og ser norske instruktører trenere opp ukrainske soldater. Foto: Forsvaret

alle stiller opp fordi at man innser at dette er så viktig at man gir av seg selv og står på, sier han. Han påpeker at Heimevernet har tilpasset seg til hva det ukrainske militæret har bedt om. –Vi har nå innført et kurs for lavere ledere, som var etterspurt i forbindelse med utdanningen på Værnes. Vi har økt utdanningen innenfor marksmanship og skarpskyttere, fordi det har vært etterspurt. Jeg tror det er viktig å lytte til hva ukrainsk ledelse og det ukrainske militæret sier de har behov for, og så prøve å strekke seg så langt man kan innenfor de fagfeltene. Det føler jeg at vi fra Forsvaret og Heimevernet har gjort. Man må gjøre ting helhetlig. Noe av det som mange kanskje ikke er helt klar over, men som er en av de tingene som jeg mener vi prioriterer veldig godt på, er at vi sender soldatene fra Storbritannia tilbake til Ukraina fullt utrustet. De har fått tilpasse

utstyret selv og drar med det i krigen, sier Ommundsen.

–Og så vil jeg påpeke at det vi gjør for Ukraina, gjør også Heimevernet bedre.

#### KAMERATSTØTTE TIL UKRAINSKE VETERANER

Vidar Solberg er gift med en ukrainsk kvinne og har flere ganger vært i Ukraina etter krigen startet. –I jula i fjor var det noen av familiene i landsbyen vi var i som kom tilbake etter behandling, og når du har vært i krigen og opplevd mange ting vet dere veteraner veldig godt at det er forskjellige reaksjoner på det. Vi må huske at de som er i front, er helter også når de kommer hjem. Hva gjør veteranene med det? spurte Solberg fra salen.

–Som jeg nevnte, har vi fått noen nye veteraner også i Heimevernet gjennom denne store mengden personell som er ute og trener og kommer tilbake. Vi må prøve å

–NVIO ønsker gjennom et samarbeid med veteranorganisasjonene i Sverige, Finland og Danmark og etter hvert også Baltikum, å få på plass et program for å støtte Ukraina.

OLE ASBJØRN FAUSKE

stille opp med det som er etterspurt og hvis det er ivaretagelse som er etterspurt, har jo vi veldig mange godt kvalifiserte veteraner, som også kan som kan understøtte på det. Det er ingen tvil om at det er soldater som har vært på stridsfeltet som har med seg en ballast. Det er noe vi også hjelper til med under utdanningen og som vi tar lærdom av selv, sier Ommundsen.

NVIO-president Ole Asbjørn Fauske trakk frem NVIOs engasjement i ivaretagelse av ukrainske veteraner.

–I NVIOs kameratstøtteprogram sertifiserer vi folk gjennom internopplæring, men også gjennom et program på Universitetet i Agder. De får kvalifisert utdanning og trening i det å være en kamerat som støtter. Det er ofte sånn at når en veteran har utfordringer etter det vedkommende har vært med på, så er det stor hjelp i å snakke med likepersoner. Det er ikke alltid den samme nytten å snakke med en tilfeldig fastlege som ikke aner hva vedkommende har vært med på. NVIO som organisasjon er nå i ferd med å bli definert som en beredskapsorganisasjon i Norge, blant annet på grunn av at vi kan tilby kameratstøtte i et kvalifisert program, som kan støtte andre innsatsetater i Norge som måtte trenge det,



sier han.

–Jeg kan også nevne at vi gjennom et samarbeid med veteranorganisasjonene i Sverige, Finland og Danmark og etter hvert også Baltikum, prøver å få på plass et program for å støtte Ukraina innenfor NORDEFECO-samarbeidet. Da er det helt vesentlig for oss at vi ikke skal trampe inn i Ukraina, men vi skal tilby våre erfaringer. Så vil en eventuell form for kameratstøtte i Ukraina nødvendigvis bli helt annerledes enn det vi er vant til, men vi kan i alle fall tilby vår kunnskap. Vi vil gjerne at tilbudet om denne kompetansen skjer i dialog med våre respektive myndigheter i nasjonene som jeg nevnte, og det er noe som vi jobber

Bjørn Robert Dahl i samtale med Kristian Berg Harpviken. Foto: Siri Jørgensen



med for tiden, sier Fauske. Statssekretær Vad Peterson sier det er støtte til NVIOs initiativ. –Jeg vil på vegne av norske myndigheter anerkjenne og støtte det viktige arbeidet. Ukrainerne er av forståelige grunner tilbakeholdne med tall, men det skapes veldig mange nye veteraner hver dag. Hvis vi ser litt fremover vil det være et stort, stort antall ukrainere som vil ha et mangfold av behov. For myndighetene er ikke dette øverst på agendaen akkurat nå, men vi må klare å handle nå og tenke langsiktig samtidig, og da er det åpenbart noe vi må ha med oss videre. Det er veldig bra at dere er i gang med det, sier Vad Peterson.

#### STORT FRIVILLIG INITIATIV

Flere i salen var interessert i mulighetene for støtte til de frivillige initiativene. –Jeg har vært fem turer til Ukraina. På den første turen vi kjørte nedover fikk vi anmodning om å skaffe hjelp til soldater på sykehus. Vi ble bedt om å ta med tannkrem og hårsjampo. En general prioriterer stridsvogner, mens en soldat i skyttergraven er våt og fryser på beina. Begge har behov som må dekkes. Men det er dyrt å reise til Ukraina for å hjelpe. Finnes det åpning for at frivillige kan få bidrag fra for eksempel Nansen-programmet?

– Ære være alle frivillige som reiser til Ukraina og bidrar på mange forskjellige måter. Men som norske styresmakter er vårt primærpunkt ukrainske myndigheter og det ukrainske forsvaret. Når vi skal gjøre det som virker og har effekt for ukrainerne, må vi ta noen valg. Det er veldig flott med

*Medaljeseremoni ved hjemkomst for kontingent seks i operasjon Interflex. På Akershus festning ble alle instruktørene tildelt Forsvarets medalje for internasjonal tjeneste. Foto: Forsvaret*



Politikere, organisasjoner og næringsliv møttes under Arendalsuka. Foto: Siri Jørgensen

private initiativ for å levere ting til Ukraina, men vi må gjøre det som er mest effekt. Jeg skal ikke et øyeblikk snakke ned det fantastiske frivillige engasjementet, det er som du var inne på forskjellige behov, og det må være rom for at noen fanger opp behovet til de som trenger sjampo og tannkrem for å fortsette i striden også. Det vil komme søknadsbaserte ordninger til Nansen-programmet, så der vil det finnes mulig- heter, sier Vad Peterson. Heimevernssjefen var også enig i at det er viktig å støtte ukrainerne med de små tingene.

–Det er et spørsmål som også opptar heimevernssoldaten. Det er noe vi diskuterer mye oppover i strukturen. Jeg håper man finner gode løsninger på å sende de tingene av gårde, for jeg tror at også den type bidrag er best når det er koordinert, sier Ommundsen.

#### HVA KAN VI LÆRE AV UKRAINA?

–Hvis man leser langtidsplanen for Forsvaret tar den opp i seg en del erfaringer fra Ukraina.

Jeg vil si noe av det mest oppsiktsvekkende er hvor fort man har klart å sette sivil-efolkningen inn i en soldatrolle. I Norge er det en ganske lang rekruttopplæring og så er det spesialistopplæring. Man har på oppsiktsvekkende kort tid i Ukraina klart å produsere soldater som er kampklare uten å operere militært uforsvarlig, og det ligger en lærdom fra Ukraina som vi virkelig må se nærmere på. Vi ser at Ukrainas forsvarsvilje og forsvarsevne er uløselig knyttet sammen. Viljen er avhengig av at du har evnen og den evnen er knyttet opp mot hjelpen fra det internasjonale samfunnet. Har de ikke den, vil forsvarsviljen forvitte. Det er jo derfor Russland notorisk kritiserer de allierte bidragene til Ukraina – nettopp for å knuse forsvarsviljen i de ukrainske folk. Men hvordan man har klart å sette sivilsamfunnet på krigsfot så fort, det er noe man virkelig må gå inn og forske på, sier Elvenes. Christian Harpviken er enig i at det er mye man kan lære fra Ukraina.

–Da jeg forberedte meg på dette panelet tenkte jeg at vi er opptatt av hva vi kan tilby

ukrainerne og hva vi kan lære dem, men jeg møtte meg selv litt i døra. Der jeg gikk inn med spørsmål om hva vi kan tilby ,gikk jeg ut med en konklusjon om at vi har mye å lære av dem også. Ukrainerne er fullstendig kapable til å sette prioriteringer og drive dette selv, sier Harpviken.

#### BURDE NORGE GJØRE MER?

Ole-Asbjørn Fauske stilte spørsmål om Norge, som nettopp er kåret til verdens rikeste land, burde bidra mer. Kunne vi stilt andre typer ressurser til disposisjon, gjerne innenfor Nansenprogrammet, for å bidra på områder i det ukrainske samfunnet annet enn ren våpenhjelp?

–Vi har gjort mye, men vi kan og må gjøre mer for å støtte Ukraina, sier Vad Peterson.

–Vi har allerede tømt de siste årene av femårsperioden ved å flytte midler fram, så noe kommer til å skje. Da vi kom med Nansenprogrammet var det åpenbart at vi var den største giveren. Siden har flere andre land kommet etter og det veldig, veldig flott, men vi har muligheten til å

støtte Ukraina mer, og det bør og skal vi gjøre. Flexibiliteten mellom det militære og det sivile er ganske unik. I år tror jeg vi ender med at godt over halvparten av de 22 milliardene er ulike former for militærstøtte, og åtte milliarder er sivil støtte. Det er et uttrykk for at det er der behovene er størst, men samtidig når Putin sine målsetninger hvis det ukrainske sivilsamfunnet kollapse innenfra. Hvis hjulene i samfunnet slutter å fungere, da kan du ha så gode våpen du vil ved frontlinjen. Så det er en helhet. Det bidrar vi til på mange måter, ikke minst når det gjelder energisystemet i Ukraina som har blitt utsatt for målrettet bombing – ikke bare infrastrukturen, men også strømproduksjonen. Her har Norge tatt et særlig ansvar og det kommer vi til å fortsette med. I et litt lengre perspektiv er det sann at på et eller annet tidspunkt vil de mest aktive krigshandlingene opphøre, og da er det en viktig gjenoppbyggingsjobb som ligger foran oss, og det var poenget med femårsforpliktelsen. Da er det mange oppgaver som ligger foran oss. Jeg har nevnt energisektoren som et felt der vi kommer til å være tungt inne, et annet stikkord er minerydding og gjenoppbygging. Der kommer Norge til å bidra betydelig, men også på veldig mange andre felt, i samarbeid med andre, sier Vad Peterson.

## Fakta

Nansenprogrammet for Ukraina er et norsk sivil og militært støtteprogram på 75 milliarder kroner for perioden 2023–2027. Fordelingen mellom sivil og militær støtte blir vedtatt årlig i tråd med ukrainske behov. Programmet har som mål å bidra til at Ukraina kan bestemme over egen fremtid, verna territoriet sitt og befolkningen si fra russiske angrep, holde oppe samfunnskritiske funksjoner og redusere menneskelig lidelse. Videre skal programmet bidra til å bygge opp et trygt og fritt Ukraina. Støtten blir koordinert med ukrainske styresmakter og internasjonale partnere.

NVIO ønsker å bidra med kompetanse innenfor kameratstøtte for å ivareta ukrainske veteraner, i samarbeid med veteranforeninger i andre nordiske land.

# Bli medlem av Norges største veteranorganisasjon

Meld deg inn på [www.nvio.no](http://www.nvio.no)  
Husk å påføre medlemsnummer ved verving!

**NVIO**

EN ORGANISASJON FOR ALLE VETERANER



## ORGANISASJONSNYTT S.41-51

- HEDERSLØPET
- TELEMARKE AIRSHOW
- FAMILIEDAG FOR VETERANER I ØSTFOLD
- «OPERASJON OVERLORD» – 80 ÅR SENERE
- EN SOMMERTANKE
- SOLNEDGANGSMARSJEN I NIJMEGEN

## Hedret veteranene

Lørdag 7. september gikk Hedersløpet av stabelen på Akershus festning. Løpeglade deltakere, både militære og sivile, samlet seg for å hedre veteranene – både de som er med oss i dag og de som har gått bort.

Hedersløpet har siden oppstarten i 2017 vokst til å bli et viktig arrangement der løping kombineres med anerkjennelse av landets veteraner. Deltakerne passerer blant annet Minnelunden, som er en sentral del av løypa og er inspirert av The blue mile i Marine Corps Marathon i Washington DC.

Løpet er organisert av NVIO Oslo i samarbeid med NROF Oslo, SIOPS, Veteran møter Veteran og NLF. Overskuddet fra løpet går uavkortet til Stiftelsen Veteranhjelp, og det er derfor et ideelt arrangement som baseres på frivillighet.



## Eventyrlig dag i Hunderfossen



120 små og store hadde en eventyrlig dag i Hunderfossen familiepark med NVIO avd. Gudbrandsdalen den siste dagen i august.

## Telemark Air Show



–For en fantastisk familiedag vi fikk på Telemark Air Show! Her ble det valuta for hver riksdaler, skriver NVIO avd. Drammen på sin facebookside. Fantastisk vær og og ikke minst opplevelsen av akrobatikk i det blå bidro til en innholdsrik dag i Notodden.



## Familiedag for veteraner i Østfold

**NVIO AVD. ØSTFOLD**.....

**Man skulle ikke tro det var årets første høstdag, 1. september, da NVIO avd. Østfold i samarbeid med Moss og Rygge Lotteforening arrangerte familiedag for veteraner.**

120 små og store var innom arrangementet, og fikk strålende sol, god mat, kaffe, kaker og spennende aktiviteter! Barna kunne kose seg med ponniridning, hoppeslott, bamsehospital, ansiktsmaling, skattejakt og quiz. Mikkel rev kom også på besøk og fikk gode klemmer fra både veteranene og barna.





Samling på Sword Beach. Ved landsbyen Oistreham er det reist et monument til minne om innsatsen til britiske og canadiske styrker som gjorde landgang her for 80 år siden. Vi hadde selskap av forsvarssjef Eirik Kristoffersen og sjefssersjant Rune Wenneberg, som begge stilte gladelig opp til fotografering sammen med sine veteraner. (Foto: Bergtor Roald Opsett)

# «Operasjon Overlord» - 80 år senere

**Det er viktig for veteraner å få anledning til å hedre falne kamerater. Sommerens tur til Normandie var i anledning 80-årsmarkeringen av D-dagen, og i regi av Forsvarets Veterantjeneste (FVT). Denne turen ga 28 veteraner mulighet til å delta i det offisielle programmet og dermed få vise respekt for de mange som ofret livet i Normandie i juni 1944. Det var høytid, seremoni og tradisjon. Vi kan tilgi våre fiender, men vi skal aldri glemme de mange som falt eller ble merket for livet.**

AV TROND BLOMLIE

Det var lenge usikkert om det ville bli en tur til Normandie for å markere 80-årsjubileet for D-dagen og den allierte landgangen. President Macron var påmeldt, det samme var kong Charles og kronprins Haakon, og mange, mange andre. Men ville norske veteraner få anledning til å være med, slik de gjorde i 2019?

Avgjørelsen kom sent, men godt. Vi som fikk delta på årets tur er Forsvarets veterantjeneste ved kommandørkaptein Ola Bøe Hansen særlig takknemlig. Takk også til Kjell Lamo og Jostein Pedersen som har stått for planlegging og organisering. Det hadde ikke blitt noen tur uten den omtalte treenigheten. Første post var «uniformering» i form

av spesialdesignet skjerf og caps til deltagerne. Så ble det foretatt en seremoni ved «Orlogsgasten» og Normandie-monumentet ved Akershus festning. Hver av de 28 deltakerne la ned en rose for å hedre de 52 norske falne i Normandie. Det var plassmajor Johan Rørvik ved Akershus festning som hadde regien for seremonien på

Normandieplassen. Ankomst Brit Hotel Caen Nord Memorial i utkanten av Caen var beregnet til tidlig morgen tirsdag 4. juni. Hotellet var leid av forsvarsdepartementet i anledning markeringen. Så kom statsminister, Forsvarsminister, forsvarssjef, sjef Hæren, sjef Luftforsvaret, sjef Sjøforsvaret, Norges ambassadør til Frankrike, Forsvarets stabsmusikk, æresvakter og sikkerhetspersonell.

## ONSDAG 5. JUNI

Fint vær og god frokost. Dagens offisielle program inneholdt flere bekransninger, blant dem bekransning av Norges nasjonale monument ved landsbyen Villons-les-Buissons. Deretter var det mottakelse hos ordfører Patrick De Bruyn. Norges offisielle delegasjon med

følge hadde egen buss med politieskorte. Vår strategi var å legge oss på hjul rett bak. Det fungerte i hovedsak bra. Utrolig hvordan 7-8 politimotorsykler med blålys kan lage vei i tett trafikk. Første stopp var det engelske minnesteet på Sword Beach, ved havnebyen Oistreham. Et av høydepunktene var møtet med barnebarnet til den skotske sekkepipespilleren William 'Bill' Millin, som det er reist en bauta over, til minne om hans heroiske innsats. Senere kjent som 'The Mad Piper', spilte han utrettelig sekkepipe mens han gikk frem og tilbake på stranden under det intense kuleregnet 6. juni 1944. Mens vi oppholdt oss på Sword Beach var vi også så heldig å få se på nært hold en ekte landgang med moderne landgangsartøy og franske spesialsoldater.

## VILLONS-LES-BUISSONS

Det var møtt opp mange tilskuere, både lokale og tilreisende, til seremonien på sletten utenfor landsbyen Villons-les-Buissons. Bautaen i granitt ble avduket av HM Kong Olav i 1984 og er reist på plassen der den norske RAF-vingen opprettet en midlertidig feltflyplass under invasjonen. Landsbyen har tre gater tilegnet Norge: Rue de Norvège, Rue de Oslo og Rue de Narvik, samt en egen plass tilegnet den norske piloten Johannes Helland, Place Helland. Fransk og norsk æresvakt, samt norske elever i bunad fra Alain-Chartier de Bayeux videregående skole sørget for en flott ramme rundt bekransningen. Forsvarsminister Bjørn Arild Gram holdt tale og fremhevet de sterke båndene mellom Frankrike og Norge. Spesielt 🇳🇴



Forsvarsattaché ved den norske ambassaden i Paris Christine Grundvig Reinboth og Jan Eilif Guettler på vei til bekransning på The British Normandy Memorial ved Gold Beach, der alle 22.442 falne under britisk kommando har fått sine navn risset inn i flere steinsøyler. Blant dem fenrik Jan Güettler som hadde kjempet i Finlandskrigen og senere deltok under kampene i Norge i 1940, før han rømte til England. I Normandie var han leder av en engelsk avdeling da han falt. Jan Eilif Guettler var to år da han mistet faren sin. (Foto: T. Blomlie)

☒ trakk han fram den franske innsatsen ved Narvik i 1940, og den norske deltakelsen i frigjøringen av Frankrike i 1944. Seremonimester, både denne dagen og de neste, var forsvarsattaché ved den norske ambassaden i Paris, kommandør Christine Reinboth. Forsvarets dyktige messingblåsere sørget for musikalsk ramme både ved bekransningen og senere under ordførerens mottakelse. På et hageparty i distriktet Calvados er det obligatorisk med drikke laget av eple. Noe friskt, noe gjæret og noe brent. I sum førte det til meget god stemning og gemyttlig fransk-norsk forbrødring. Absolutt et høydepunkt var det enighet om blant veteranene.

#### BEKRANSNINGER VED «THE BRITISH NORMANDY MEMORIAL»

Det var dagen før D-dagen, dermed kunne vi slippe til for bekransning av de norske falne fra Hæren og Luftforsvaret på det britiske nasjonale minnesteidet. Minnesteidet består blant annet av flere søyler hvor navnene på de falne er skrevet inn. Forsvarssjef Eirik Kristoffersen, sjef

Hæren Lars S. Lervik og daværende sjef Luftforsvaret, Rolf Folland, talte ved de respektive tre søylene hvor falne nordmenn er skrevet inn. Deretter fikk etterkommere etter de falne legge ned krans. Området er imponerende og anbefales til dem som vil besøke Normandie. Det er tegnet av arkitekten Liam O' Connor og sto ferdig i 2021. Denne våren skulle det for første gang tas i bruk som hovedarena for en årsmarkering.

#### TORS DAG 6. JUNI, D-DAG.

Stor dag, og mye skulle skje. Veteranene ble scramblet 06.00. Fortsatt var det upåklagelig fint vær. Vi startet med å hilse på statsminister og forsvarsminister. De syntes begge det var stas å ha med 28 norske veteraner. Kjell Lamo ga turens spesialdesignede caps og skjerf til Bjørn Arild Gram og Jostein Pedersen overrakte en montasje med skulpturer av Rallaren, Svarta Bjørn og en ekte malmklump fra Narvik til vår ambassadør i Frankrike, Niels Engelschiøn. Første offisielle post på dagens program var bekransning av

«Orlogsgasten» ved landsbyen Hermanville-sur-Mer, Sword Beach. Monumentet er reist til minne om de falne fra den norske destroyeren H.NOR.MS. Svenner. Ankeret fra Svenner ble hentet opp fra havet i 2003 og plassert ved monumentet. Det var masse publikum og HKH kronprins Haakon foretok kransenedleggingen. Deretter fikk en av etterkommerne, Jan Eilif Güettler legge ned blomster på monumentet. Så var det photoshoot med kronprinsen og etterkommere nede på stranden.

Veteranene hadde en invitasjon til lunsj ombord i KV Jan Mayen, mens kronprinsen skulle være vertskap ombord i kongeskippet. Etter en lunsj uten sidestykke ombord i det splitter nye kystvaktskipet, var det omvisning fra dørk til dekk. Så fikk veteranene slippe til i helikopterhangaren, som for anledningen var rigget til kinosal og vi fikk nyte hovedseremonien med alle presidentene og gjenvlevende veteraner på storskjerm. Til følge var det lokal ost, vin og østers. French style.

#### FREDAG 7. JUNI. EN SISTE SEREMONI

Et Lancaster bombefly med fem norske mannskap, samt en brite og en kanadier, ble skutt ned ved landsbyen Osmanville på morgenen 6. juni 1940. De norske seremoniene ved 80-årsmarkeringen ble avsluttet med bekransning av minnesteinen på kirkegården ved kirken i Osmanville. Ved seremonien talte ambassadør Engelschiøn, deretter la ordfører Odile Bènicourt og daværende sjef Luftforsvaret, Rolf Folland, ned en krans ved minnesteinen. Christian Mastrup, nevø av en av de omkomne, luftsersjant og navigatør Christian Münster, la deretter ned blomst på vegne av de etterlatte. Den lokale oppslutningen om seremonien var massiv. Norge har åpenbart mange venner i Normandie, noe som ble bekreftet av ordførerens invitasjon til mat og drikke i byens



Franske spesialstyrker fikk demonstrere en «ekte» landgang på Sword Beach, 80 år etter. Mye er likt datidens operasjoner, rent bortsett fra at det denne gangen foregikk uten hard tysk motstand og de franske styrkene kunne marsjere fredelig opp på stranda, til applaus fra de mange tilskuerne. (Foto: T. Blomlie)

kulturhus etter seremonien. Prikken over i-en, var overrekkelsen av minnemynt i gull til samtlige veteraner. En ærefull anerkjennelse fra landsbyens ordfører, med ordene «au revoir, mes amis». Det ble tid til overs etter mottakelsen, og veteranene hadde lyst til å besøke den amerikanske æreskirkegården ved Omaha Beach. Vi forventet ikke noe trafikk-kaos. Overraskelsen ble derfor stor da bussen vår havnet i et ekte ambush med den amerikanske presidentens «motorcade». Scenen var som tatt ut av en Hollywood-film. I det ene øyeblikket en helt fredelig p-plass ved Omaha Beach. I det neste var vi omgitt av et utall svarte monstertrucks med antenner på taket, blålys og hylende og kjefte CIA-agenter.

#### LØRDAG 8. JUNI. PEGASUS BRIDGE.

Veteranene hadde et sterkt ønske om å besøke Pegasus Bridge, som er berømt for en av historiens mest vellykkede luftlandingsoperasjoner. For å sikre den engelske landgangen på Sword Beach fikk major John Howard i den britiske 6. luftbårne divisjon oppdraget med å erobre denne strategiske broen. Åtte engelske glidefly med cirka 200 mann klarte å ta broen på ti minutter. Akkurat som

planlagt. Broen het opprinnelig Caen Canal Bridge, men ble senere omdøpt til Pegasus Bridge etter det bevingede hestemblemet på uniformene til 6. luftbårne divisjon. Til alt overmål passerte KV Jan Mayen broen mens vi så på.

#### EPILOG

Turen hjem gikk etter oppskriften. Det ble tid til å besøke U995 i Kiel. Ren snadder for historieinteresserte veteraner på tur. Apropos veteranene;

eldste deltaker på turen var Knut Aasen, 84 år og veteran fra Kongo. De 27 deltakerne på denne turen hadde til sammen 67 års tjeneste/erfaring fra følgende operasjoner i utlandet: UNTSO, CONGO, UNIFIL, MINUSMA, UNPREDEP, TIPH, UNPROFOR, IFOR, SFOR, KFOR, UNMIC, UNTAET, NORAF, UNAMA, UNFICYP, NORLAG, IPTF og ISAF. Veteranenes unisone oppfordring til Forsvaret var: Bruk oss!



Bekransning av minnesteinen på kirkegården i landsbyen Osmanville, der et britisk Lancaster bombefly med norske mannskaper om bord ble skutt ned natt til invasjonens dag. Ved seremonien talte ambassadør Engelschiøn, deretter la ordfører Odile Bènicourt og daværende sjef Luftforsvaret Rolf Folland ned en krans ved minnesteinen. Christian Mastrup, nevø av en av de omkomne, luftsersjant og navigatør Christian Münster, la deretter ned blomst på vegne av de etterlatte. (Foto: T. Blomlie)



# En sommertanke

## LESERINNLEGG



For oss som opplevde 2. verdenskrig, og ikke minst fredsdagene 1945, har alltid betegnelsen «krigs-veteran»

identifisert veteranene fra denne krigen. Det var en hedersbetegnelse på nordmenn som hadde tjenestegjort ute og hjemme på sjøen, i luften eller på bakken i kampen mot den tyske okkupasjonen. Det er ikke mange igjen av dem i dag, men dagens eldre generasjoner har hatt gleden av å leve i et fritt samfunn med krigsveteranene blant oss. Men selv om FN i sitt Charter av 1945 blant annet sier: «We the peoples of the United Nations determined to save succeeding generations from the scourge of war, which twice in our lifetime has brought untold sorrow to mankind...», hindret

ikke det at vårt land allerede fra 1950-årene produserte nye veteraner fra operasjoner for å bevare freden. Disse veteranene er kjent som for eksempel Tysklandsbrigade-veteraner, FN-veteraner, NATO-veteraner, Veteraner fra Internasjonale operasjoner eller Brigade-veteraner, og organiserte seg i forskjellige organisasjoner. I løpet av de cirka 60 årene som veteranorganisasjonene har fremmet sine anmodninger og krav til våre myndigheter har den generelle anerkjennelsen av veteranenes innsats økt, og i dag er det en ære å være veteran. Det er imidlertid et hull i denne anerkjennelsen av etterkrigstidens veteraner: Den omfatter bare veteraner fra internasjonale operasjoner. Veteraner fra Den kalde krigen er ikke med. Nå er riktig nok mange av de ovenfor definerte veteraner også veteraner fra Den kalde krigen, men alle de frivillige og vernepliktige som bare har tjenestegjort i Norge regnes ikke med. Følgelig regnes våre veteraner

fra Den kalde krigen ikke med blant våre veteraner til tross for lang og til dels hård tjeneste for landet i vårt Vernepliktsforsvar. Det er også lagt merke til at når det skal oppsummeres hvor mange som i etterkrigstiden har gjort tjeneste i internasjonale operasjoner, regnes det fra starten av UNIFIL i 1978. Hvor er det blitt av de over 60 000 mannskaper som tjenestegjorde i Tysklandsbrigaden, NORMASH, UNTSO, UNEF, og ONUQ fra før 1950-, personell som i dag er mellom 60 og 90 år gamle? I 2026 er det på sin plass å markere at det er 70 år siden den første FN-fredsbevarende styrke ble opprettet og at Norge deltok med 11 000 menn og kvinner. Jeg håper planleggingen allerede er startet. 50-årsmarkeringen for UNEF med Forsvarsminister Anne-Grete Strøm-Erichsen til stede markerte den gryende offentlige anerkjennelsen av etterkrigstidens veteraner.

Vigar Aabrek



## Veterans Rock på ÖS

Til stormende jubel fra publikum spilte Veterans Rock på ÖS i august. ÖS er skandinavias største veteranreff med rundt 800 deltagere denne gang. Foto: Annika Hovdan



Dagens veteran, Jan Hilmar Ausland, foran til venstre, på vei over broen. Foto: Privat

## Solnedgangsmarsjen i Nijmegen

### NVIO AVD. KRISTIANSAND

**Fire veteraner fra NVIO avd. Kristiansand deltok for første gang på årets Nijmegenmarsj. Etter de hadde gått i mål gikk de «The Sunset March» eller solnedgangsmarsjen. Jan Hilmar Ausland fikk æren av å være dagens veteran.**

Hver kveld, når solen går ned, samles folk i Nijmegen for å hedre de allierte soldatene som kjempet for frigjøringen av Nederland under andre verdenskrig. Solnedgangsmarsjen er en hyllest til de som ofret livet for friheten, med spesielt fokus på de 48 amerikanske soldatene fra 82. luftbårne divisjon, som mistet livet under kryssingen av elven Waal 20. september 1944. I 2013 ble Oversteek-broen, også kjent som «The Crossing», ferdigstilt nær stedet der soldatene krysset elven. Broen er ikke bare en moderne konstruksjon, men har også en dypere symbolikk – den er utstyrt med 48 par gatelys, som tennes i



Jan Erik Norli, Jan Hilmar Ausland, Egil Brottveit og Snorre Nordstrand fra NVIO avd. Kristiansand etter fullført Nijmegenmarsj. Foto: Privat

sakte tempo ved solnedgang, og lyser opp minnet om de falne soldatene. Hver kveld går en militærveteran, kjent som «dagens veteran», over broen.

–Det var en helt spesiell stemning å gå mens sola sakte forsvant og lysene tentes. Det var rett og slett en opplevelse og følte veldig ærefullt, sier Ausland.



## FORBUNDSSTYRET 2023-2025

**President**  
**Ole Asbjørn Fauske**  
 Tlf: 916 18 464  
 ofauske@yahoo.no

**Rune Greve**  
 Tlf.: 404 19 396  
 runegreve@live.no

**Visepresident**  
**Trude Marie Nilsen**  
 Tlf: 905 68 240  
 trudemarie.nilsen@redcross.no

**Rune Meier**  
 Tlf: 934 80  
 rune.meier@gmail.com

**Styremedlemmer:**  
**Sven-Kristian Løtveit**  
 Tlf.: 990 94 408  
 lotveit68@yahoo.no

**Vararepresentanter:**  
 Even Moen  
 Tlf: 908 89 891

**Philip Lautin Jackson**  
 Tlf: 400 53 884  
 philiplautin@gmail.com

Roy Johnsen  
 Tlf.: 911 56 226

**Jon Kenneth Hytten**  
 Tlf.: 901 54 855  
 jo-hytte@online.no

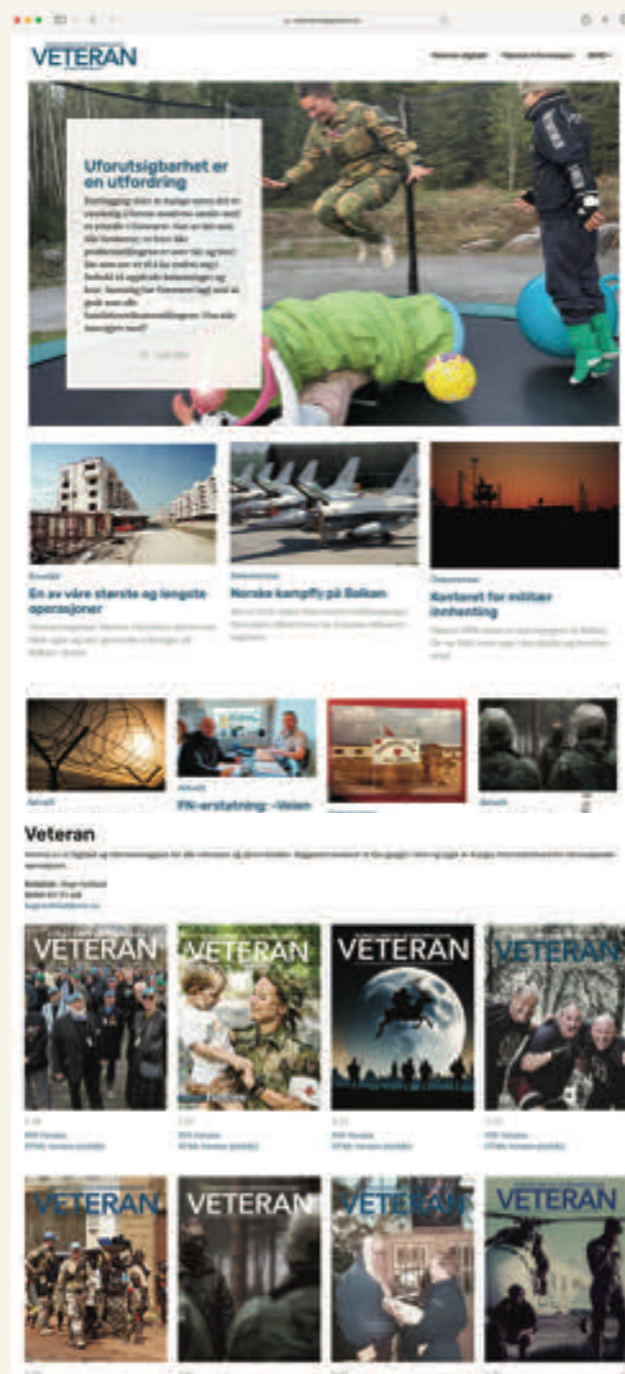
Jan Kai Torvanger  
 Tlf: 917 03 466

Linéa Emma Meese  
 Høglund Tlf: 414 50 512

## Les Veteran digitalt

NVIO har samlet noen av de mest interessante artiklene fra Veteran på Veteranmagasinet.no.

Her kan du også lese hele bladet digitalt, med spennende ekstramateriale som flere bilder, videoer og lydfiler.



Følg oss på sosiale medier: Facebook, Instagram, Twitter, Snap og LinkedIn



**Kameratstøtte.no**  
 Et tilbud til soldater, veteraner og deres familie



**Forbundets høye beskytter:**  
 Hans Majestet  
 Kong Harald V

**Norges Veteranforbund for Internasjonale Operasjoner**

**Sekretariatet:**  
 NVIO, bygning 60  
 P. B. 1550 Sentrum  
 0015 Oslo  
 Telefon 940 12 200  
 post@nvio.no

**Forbundets hjemmeside:**  
[www.nvio.no](http://www.nvio.no)

Bankgiro 5082.07.40278  
 Org.nr. 971 245 433  
 BIC: DNB ANOKK XXX  
 IBAN: NO 4850820740278

**Generalsekretær:**  
 Bjørn Robert Dahl  
 Mobil: 990 96 913  
 brdahl@nvio.no

**Forbundssekretær:**  
 Per Olav Vaagland  
 Mobil: 970 48 999  
 povaagland@nvio.no

**Redaktør:**  
 Hege Kofstad  
 Mobil: 412 33 448  
 hege.kofstad@nvio.no

**Kommunikasjonsrådgiver:**  
 Siri Jørgensen  
 Mobil: 934 00 624  
 siri@nvio.no

**Controller:**  
 Patricia B. Flakstad  
 Mobil: 920 86 701  
 patricia.flakstad@nvio.no

**Kameratstøtteansvarlig:**  
 Anita Talåsen Granli  
 Mobil: 920 38 194  
 anita.granli@nvio.no

**Husk å melde adresseforandring til NVIO**



**Husk**  
**Kameratstøtte-**  
**telefonen:**  
**800 48 500**

Returadresse: P.B. 1550 Sentrum, 0015 Oslo

# Stiftelsen Veteranhjelp



Bilde: @instagramanders (Anders Nilsen)

## VETERANER HJELPER VETERANER

Stiftelsen Veteranhjelp er opprettet for å kunne gi øyeblikkelig økonomisk hjelp til veteraner og nærmeste familie som befinner seg i en prekær økonomisk situasjon. Vi har allerede hjulpet mange, men er avhengig av bidrag for å hjelpe flere veteraner.

Støtt oss med valgfritt beløp til konto nr. 7058 31 07302

Vipps kan også benyttes: 25550

