

Interkommunal Veteranplan Nordmøre 2024- 2027  
-til det beste for veteraner og deres familier

## Innholdsfortegnelse

<b>Interkommunal Veteranplan for kommunene på Nordmøre .....</b>	<b>1</b>
<b>Innledning .....</b>	<b>3</b>
<i>Hilsen fra ordførerne på Nordmøre.....</i>	<i>3</i>
<i>Historikk.....</i>	<i>3</i>
<i>Om veteranplanen.....</i>	<i>4</i>
<b>Kapittel 1 Formål, bakgrunn, fremdrift og innhold i planarbeidet .....</b>	<b>4</b>
1.1 <i>Bakgrunn for Veteranplan Nordmøre .....</i>	<i>4</i>
1.2. <i>Felles Veteranplan for Nordmøre.....</i>	<i>4</i>
1.3 <i>Prosess og organisering .....</i>	<i>5</i>
1.4 <i>Medvirkning .....</i>	<i>5</i>
1.5 <i>Økonomi, endring og evaluering i planens levetid.....</i>	<i>5</i>
<b>Kapittel 2    Kunnskapsbasis .....</b>	<b>6</b>
2.1 <i>Hvem er veteran?.....</i>	<i>6</i>
2.2 <i>Kunnskap om veteraners levekår - Afghanistan-undersøkelsen .....</i>	<i>6</i>
2.3 <i>Kunnskap om veteraners levekår – VEFAM-undersøkelsen - Helse, livskvalitet og hverdagsliv i norske veteranfamilier .....</i>	<i>7</i>
<b>Kapittel 3    Satsingsområder som inkluderer tiltak .....</b>	<b>7</b>
3.1 <i>Anerkjennelse.....</i>	<i>7</i>
3.1.1 <i>Tiltak for anerkjennelse.....</i>	<i>8</i>
3.2 <i>Ivaretagelse .....</i>	<i>8</i>
3.2.1 <i>Tiltak for ivaretagelse .....</i>	<i>8</i>
3.3 <i>Oppfølging.....</i>	<i>9</i>
3.3.1 <i>Tiltak for oppfølging .....</i>	<i>9</i>
<b>Kapittel 4 Veterankontakt .....</b>	<b>9</b>
<b>Kapittel 5 Interkommunalt samarbeid .....</b>	<b>10</b>
<b>Kapittel 6 Forsvarets tilbud .....</b>	<b>10</b>
5.1 <i>Før, under og etter operasjonen.....</i>	<i>10</i>
5.2 <i>Forsvarets veteransenter på Bæreia .....</i>	<i>11</i>
5.3 <i>Forsvarets åpne dør .....</i>	<i>11</i>
5.4 <i>Kontaktinformasjon til ulike instanser.....</i>	<i>11</i>
<b>Kapittel 6 Kilder .....</b>	<b>12</b>

## Innledning

Alle veteraner bor i en kommune og det er kommunene som skal levere primære tjenester (helse, sosial, omsorg, skole og barnehage, familievern etc.). Det er kommunenes ansvar, som en del av samfunnets felles ansvar for oppfølging av veteranene og deres familier.

### Hilsen fra ordførerne på Nordmøre

Veteranplanen skal sørge for at vi som lokalsamfunn og kommune viser anerkjennelse, ivaretagelse og oppfølging til alle veteraner, og ikke minst deres familier. Veteranene har gjennom sin tjeneste opparbeidet seg verdifull erfaring og kompetanse som vi som samfunn skal dra nytte av.

Kristiansund kommune var tidlig ute med å ha en veteranplan med mye godt innhold og gode tiltak. Det nye i denne reviderte utgaven er at denne planen er et samarbeid mellom 8 kommuner på Nordmøre, samt at det er en bredere representasjon i arbeidsgruppen som har utarbeidet planen. Arbeidsgruppen har representanter fra oppvekst, kultur og helse fra ulike kommuner, ulike veteranorganisasjoner samt bistand fra Forsvarets veteranjeneste. Dette bidrar til å styrke det regionale eierskapet til planen, og sikrer at planen binder sammen flere enheter i kommunene.

Som ordførere på Nordmøre ønsker vi å vise veteranene som er bosatt i kommunene takknemlighet for den innsatsen dere har gjort i internasjonal tjeneste på vegne av fellesskapet. Mange av dere har deltatt i operasjoner som er vanskelig for oss andre å forstå omfanget av. Derfor er samholdet mellom veteraner et viktig område som vi som samfunn skal bidra til å legge til rette for. Vi ønsker også å gi veteranenes familie oppmerksomhet for den viktige rollen dere gjør med å støtte veteranene, og at dere sørger for at logistikken går opp på hjemmebane både før, under og etter internasjonale operasjoner.

### Historikk

Norge har deltatt i 101 internasjonale operasjoner siden 1947 i 50 ulike land.

[itjenestefornorge.no](http://itjenestefornorge.no)

Fra og med 1947 har ca. 100 000 nordmenn tjenestegjort i internasjonale operasjoner. Fra og med 1978 har omlag 40 000 nordmenn tjenestegjort i internasjonale operasjoner (UNIFIL og frem til i dag).

Det antas at totalt er omlag 2/3 av de som har tjenestegjort fortsatt er i live. Antall pårørende er ikke kjent, men vil dreie seg om flere hundre-tusen mennesker.

Disse tallene omfatter ikke de som tjenestegjorde i perioden før 1978. Det skyldes at Norge var sent ute med å innføre personnummer og Forsvaret har derfor ikke har kontroll på hele personnummer for denne gruppen. Tallene omfatter heller ikke de som har deltatt i internasjonale operasjoner for andre sektorer. Det reelle tallet er derfor langt høyere.

Antall veteraner på Nordmøre (Dette er tall fra 27.02.2023)

Aure 27, Averøy 57, Gjemnes 24, Kristiansund 190, Smøla 14, Sunndal 64, Surnadal 48, Tingvoll 21. Disse tallene er fra 1978 og frem til i dag. Vi pleier å si at tallet kan ganges med 1,2 for å få et omlag riktig tall.

### Om veteranplanen

Ifølge Regjeringens oppfølgingsplan «I tjeneste for Norge» har kommunene en sentral rolle i veteranarbeidet, og det anses at det er på det kommunale nivået at utfordringene er størst. Flere innbyggere i Nordmørskommunene har gjennom sin innsats i utenlandstjeneste utsatt seg selv for tunge belastninger. Slike opplevelser kan føre til utfordringer i etterkant av tjenesten. Det gjelder både for tjenestegjørende og for deres familier og pårørende, som her anses å være en del av oppdraget. Familie og pårørende kan oppleve bekymring og usikkerhet, og de tar belastningene som er hjemme. Erfaring viser at det går bra med de fleste veteraner, noen få sliter og enda færre blir syke.

Veteraner og deres familier og pårørende med behov for helsetjenester kan altså variere og være svært ulike.

Denne planens fokus er på veteraner og deres familier før, under og etter internasjonale oppdrag. Planen gjelder for personell i Forsvaret, politiet og ulike enheter innen utenrikssektoren.

## Kapittel 1 Formål, bakgrunn, fremdrift og innhold i planarbeidet

Formålet med planarbeidet er å utarbeide en handlingsplan som kan bidra til å etablere og gjennomføre en systematisk oppfølging av veteraner og deres familier, samt å gi heder og anerkjennelse til våre veteraner.

### 1.1 Bakgrunn for Veteranplan Nordmøre

Kristiansund kommune har hatt veteranplan siden 2019. Da arbeidet med revisjon av veteranplanen startet i 2023, var det naturlig å invitere med de andre Nordmørskommunene for å lage en felles plan for hele Nordmøre.

### 1.2 Felles Veteranplan for Nordmøre

Nordmørskommunene Aure, Averøy, Gjemnes, Kristiansund, Smøla, Sunndal, Surnadal og Tingvoll har i Nordmøre interkommunale råd besluttet at det er formålstjenlig å utarbeide en felles veteranplan for Nordmøre, noe som legger til rette for felles innsats, deling av kompetanse, og lik behandling i kommunale tjenester, til gode for alle Nordmøres veteraner og deres familier.

At kommunene på Nordmøre nå utarbeider en felles Veteranplan, vil kunne bidra til at Nordmørskommunene blir et bedre sted å bo for veteraner og deres familier. Planen har som ambisjon å bidra til en større kunnskap og forståelse for muligheter og utfordringer som målgruppen har. Det handler altså om å heve bevisstheten om denne gruppens erfaringer og utfordringer – og hvordan kommunen bedre kan ivareta sitt ansvar overfor sine innbyggere.

Veteranplanen bygger videre på Regjeringens oppfølgingsplan for veteranarbeidet, og fokuserer tiltakene på temaene: Anerkjennelse, Ivaretagelse og Oppfølging.

Arbeidsgruppen som har jobbet med planen har bred sammensetning fra flere deler av de kommunale tjenestene, i tillegg til rådgiver fra Forsvarets veteran tjeneste sammen med flere veteranorganisasjoner.

Planen skal revideres årlig.

### 1.3 Prosess og organisering

I mai 2023 var det oppstartsmøte i Bystyresalen i Kristiansund rådhus. Alle kommuner var invitert og de fleste deltok med en eller flere representanter. Veteraninspektør Morten Henriksen deltok sammen med regional rådgiver Anne-Margrethe Krogseth. Neste møte var i august og ble gjennomført på teams. Da kom en oppdatering fra veteransinspektørens kontor i forhold til tiltaksplanen som var planlagt vedtatt i 2023. Veteraninspektør Morten Henriksen deltok sammen med regional rådgiver Anne-Margrethe Krogseth deltok i november på NIPR sin samling på Tingvoll og presenterte veteranarbeidet for ordførerne og kommunedirektørene.

### 1.4 Medvirkning

Veteranplanen er ført i pennen av veterankontakt Ingunn Strand i Kristiansund kommune. Andre deltakere i dette arbeidet har vært:

- Arne Ingebrigtsen, kommunedirektør Kristiansund kommune
- Lilli Husby, kultursjef, Surnadal kommune
- Ragnhild Jenny Fausa, NAV Kristiansund
- Siv Iren Stormo Andersson, kommunalsjef Helse og omsorg, Kristiansund kommune
- Svein Kongshaug, varaordfører Averøy kommune
- Rune Kristiansen, nestleder NVIO
- Arve Rovik, leder NVIO
- Odd Arild Bugge, kommunedirektør, Tingvoll kommune
- Ina Bolme, veteran
- Frank Robert Alfredsen, Områdesjef HV 11
- Njål Kjølholdt-Gustavsen, SIOPS
- Oddrun Skomsøy, Leder publikumssenter Smøla
- Øyvind Erik Duguid Jensen, Avdelingsoverlege Helse Møre og Romsdal
- Einar Nes, Psykolog hos kommunepsykologen Kristiansund kommune

### 1.5 Økonomi, endring og evaluering i planens levetid

Fordelingen av oppgaver og ansvar går frem av tiltaksplanen. Evaluering vil skje årlig i et Samarbeidsmøte, der alle kommunene er representert sammen med lokale veteranorganisasjoner og revidering av plan vil skje hvert 4. år.

Tiltakene i planen integreres i kommunenes øvrige drift og forankres i økonomi - og handlingsplaner samt årlige budsjetter.

## Kapittel 2 Kunnskapsbasis

### 2.1 Hvem er veteran?

En veteran er en norsk statsborger som har deltatt eller deltar i fredsbevarende, fredsopprettende eller statsbyggende innsats i andre land, fra utenriks-, justis- og forsvarssektoren.

Mange er veteraner selv, i nær familie til en veteran, nær relasjon til en veteran og/eller vil i fremtiden dra ut i fredsbevarende, fredsopprettende eller statsbyggende innsats i andre land for Norge.

Det er derfor viktig at Nordmørs-kommunene følger opp St. meld. nr. 34 (2008-2009) «Fra verneplikt til veteran», samt Regjeringens handlingsplan (2011-2013) «I tjeneste for Norge», og Regjeringens oppfølgingsplan (2014) hvor det står at «Det bør legges til rette for bedre samhandling og utvikling av lokale tiltak for oppfølging og ivaretagelse av personell som har vært i internasjonal tjeneste».

I St. meld. nr. 15 (2019-2020) «Også vi når det blir krevet» opprettholder Regjeringen fokuset på samhandling og kompetanseheving og fremholder at det er riktig at det tverrsektorielle samarbeidet skal ligge på det regionale og kommunale nivået. I den sammenheng oppfordrer Regjeringen til å fortsette det gode arbeidet med å utvikle egne Veteranplaner samt Veterankontakter i kommunene.

### 2.2 Kunnskap om veteraners levekår- Afghanistan-undersøkelsen

Afghanistan-undersøkelsen fra 2020, tilsvarende undersøkelse som ble gjennomført i 2012. I 2020 ble det gjennomført en undersøkelse av psykisk helse blant norske soldater som har tjenestegjort i Afghanistan. I denne undersøkelsen er det sammenlignet psykiske helseplager mellom 2012 og 2020, hos dem som har deltatt i begge undersøkelsene. Dette gjør det mulig å se på endringer i forekomst av psykiske helseplager og stressymptomer over tid. Hos de som rapporterte om psykiske helseplager (10,4 %) var det en stor overhyppighet av kroppslige helseplager. Både kroppslige og psykiske helseplager var tydelig knyttet til belastning i tjenesten. Dette viser at helsepersonell må være oppmerksomme på, og følge opp, kroppslige helseplager.

Det var en betydelig overhyppighet av psykiske helseplager blant de som sluttet etter tjenesten i Afghanistan, sammenliknet med de som fortsatte i Forsvaret. Mulige forklaringer på dette kan være at stadig tjeneste i Forsvaret øker tilgang på sosial støtte fra kollegaer som også har tjenestegjort i Afghanistan, eller at videre ansettelse gir lavterskel tilgang på militære helsetjenester med spesialisert kompetanse på helseutfordringer knyttet til tjeneste i internasjonale operasjoner. Det er også mulig at enkelte sluttet i Forsvaret fordi de hadde psykiske helseplager.

For de fleste psykiske helseplagene økte forekomsten mellom de to måletidspunktene. Dette betyr at de psykiske helseplagene ikke er kortvarige, men at de tvert imot kan øke med tiden. Undersøkelsen viste ingen sammenheng mellom alder eller kjønn knyttet til psykiske helseplager.

Hele Afghanistan-undersøkelsen 2020 kan leses her:

<https://www.forsvaret.no/aktuelt-og-presse/publikasjoner/afghanistan-undersokelsen-2020>

## 2.3 Kunnskap om veteraners levekår – VEFAM-undersøkelsen- Helse, livskvalitet og hverdagsliv i norske veteranfamilier

«Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) gjennomførte i perioden fra 2020 til 2023 den første store undersøkelsen av helse og hverdagsliv i norske veteranfamilier. Det vil si familier der én eller begge foreldre har deltatt i Forsvarets internasjonale operasjoner.

Studien viser en stor variasjon i opplevelsene og erfaringene hos deltagerne i studien. Noen har klart seg svært godt og opplever ikke at de har nevneverdige negative ettervirkninger av deployeringene. Andre familier har opplevd store og varige belastninger og skadevirkninger og sier at de ikke ville ha tatt de samme valgene om igjen. Andre igjen forteller om et blandet bilde – de har både gode og dårlige erfaringer. Noen av erfaringene har vært verdt det, andre har det ikke. Familiemedlemmer i én og samme familie kan ha også ha veldig ulike opplevelser og følelser knyttet til utenlandsoperasjonene».

Kilde: [Brunovskis, A., Ekornås, B., & Andersen, A. J. \(2023\). Helse, livskvalitet og hverdagsliv i norske veteranfamilier. Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress. \(Rapport 4\).](#)

## Kapittel 3 Satsingsområder som inkluderer tiltak

Ifølge Regjeringens oppfølgingsplan «I tjeneste for Norge» har kommunene en sentral rolle i veteranarbeidet, og det anses at det er på det kommunale nivået at utfordringene er størst.

Flere innbyggere i Nordmørskommunene har gjennom sin innsats i utenlandstjeneste utsatt seg selv for tunge belastninger. Slike opplevelser kan føre til utfordringer i etterkant av tjenesten. Det gjelder både for tjenestegjørende og for deres familier og pårørende, som her anses å være en del av oppdraget. Familie og pårørende kan oppleve bekymring og usikkerhet, og de tar belastningene som er hjemme.

Erfaring viser at det går bra med de fleste veteraner, noen få sliter og enda færre blir syke. Veteraner og deres familier og pårørende med behov for helsetjenester kan altså variere og være svært ulike.

Nordmøres veteranplan vil fokusere på ulike tiltak for å oppnå målet om økt anerkjennelse, ivaretagelse og oppfølging. I denne oversikten vil det gå frem hva som skal gjøres, hvorfor og hvem som har ansvar for at det blir gjennomført.

Tiltakene tilpasses ettersom behovene endres og nye veier i samarbeidet tar form innenfor planperioden.

### 3.1 Anerkjennelse

Kommunene skal vise anerkjennelse for den innsatsen veteranene har gjort gjennom sin deltakelse i internasjonale operasjoner. Seremonier og offentlige markeringer er et viktig og synlig uttrykk for samfunnets anerkjennelse av både innsatsen og den enkelte veteran. Dette bidrar til å ivareta historien og knytter bånd mellom Forsvaret og samfunnet.

Lokale markeringer er av betydning for å synliggjøre at veteraner også er en del av lokalsamfunnet.

### 3.1.1 Tiltak for anerkjennelse

- 8. mai - frigjørings – og veterandagen
  - Dagen markeres i de enkelte kommuner og om ønskelig med et felles større arrangement. Kranser legges ned ved de enkelte minnesmerker.
- 17.mai
  - Kranser legges ned ved enkelte minnesmerker i de kommuner med dette som tradisjon.
- FN – dagen
  - Skolene vil vurdere å benytte lokale veteraner i undervisningen, i forbindelse med FN-dagen eller der det vil passe med undervisningsplaner. Dette for å synliggjøre Norges bidrag i internasjonale operasjoner.
- Verdensdagen for psykisk helse, 10.oktober
  - Ved markering av Verdensdagen for psykisk helse er det naturlig å samarbeide med relevante aktører innen veteranmiljøet.
- Minnesmerker på Nordmøre.
  - Kartlegge og samle en oversikt over alle minnesmerker på Nordmøre.
- Anerkjennelse av erfaring og kompetanse
- Støtte til aktiviteter for veteraner
  - Kommunene skal legge til rette for et aktivt veteranmiljø
- Familieaktiviteter
  - Arrangere samlinger for veteraner i alle aldre

### 3.2 Ivaretagelse

Den enkelte kommune er ansvarlig for at personer som er bosatt i kommunen blir tilbudt nødvendige helse- og omsorgstjenester.

For fastleger og ansatte i kommunens tjenester vil det være viktig å vite at årsaken til fysiske og psykiske helseplager kan være belastninger i tilknytning til internasjonale operasjoner, også når dette ligger langt tilbake i tid.

#### 3.2.1 Tiltak for ivaretagelse

- Opprette en veterankontakt i hver kommune
  - Veterankontakten vil ha ansvar for å holde oversikt over kommunens tilbud, samt ha kunnskap om sentrale aktører innenfor feltet og det tilbudet de har. Veterankontakten vil være kommunens kontaktpunkt for veteraner, andre samarbeidskommuner, aktører innenfor feltet og for forsvaret.
    - Dette medfører et behov for en person med avsatt tid til dette – personalkostnad.
- Informasjon til NAV og helsepersonell
  - Det utarbeides/lenkes til og sendes informasjon om veterankontakter og arbeidet med veteranplanen på Nordmøre.
- Økt kompetanse i skoler og barnehager.
  - Kurstilbud til personell i skoler og barnehager for å øke kompetanse på veteranrelaterte problemstillinger i løpet av 2024.
  - Dette kan godt bli ivaretatt ut ifra andre kurs for ansatte. Som eksempel: «barn av psykisk syke», «traume – barn med fluktbakgrunn», barn fra krigsområder.



- Økt kompetanse i kommunehelsetjenesten.
  - Øke bevissthet og kunnskap om veteraner og internasjonale operasjoner. Kommunehelsetjenesten kan benytte seg av kompetansemiljøet ved Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS) for å styrke den faglige kompetansen der det er behov.
- De frivillige veteranorganisasjonene som SIOPS og NVIO
  - kan bistå kommunene på Nordmøre innen flere områder i arbeidet for ivaretagelse og anerkjennelse for veteranene i regionen.
  - Veteranorganisasjonene er aktive pådrivere for en aktiv lokal veteranpolitikk, og en kunnskapsressurs som kommunene i regionen kan benytte seg av.
- Etablere nettside for veteraner som er felles for alle kommuner med ett sted for oppdatering.

### 3.3 Oppfølging

Oppfølging har sitt utgangspunkt i et definert behov. Her vil det gjelde både veteranen som har deltatt i internasjonale operasjoner og dennes familie og pårørende. Nordmørs-kommunene har tverrfaglig samarbeid internt og eksternt med spesialistmiljøer, veteranorganisasjoner og andre kommuner, slik at veteranarbeidet utvikles i tråd med behovet.

#### 3.3.1 Tiltak for oppfølging

- Evaluering av veteranplanen
  - Representanter fra kommunene, HV 11 og representanter for veteranene i kommunene møtes en gang årlig for å evaluere veteranplanen
- Fagdager
  - Det er et mål å få veteranperspektivet inn i fagdager. Det vil være aktuelt å benytte fagkompetanse fra RVTS-Midt, Forsvarets Veterantjeneste og familievernkontoret i Hamar.
  - Ved behov/ønske fra lokale veteraner kan kommunene bidra til å arrangere fagdager for veteraner.
- Oppfølging av kommunehelsetjenesten
  - Kommunenes helsestasjon skal være oppmerksom på eventuelle behov for ekstra støtte og veiledning til familier der et familiemedlem er, eller har vært, i internasjonale operasjoner. Helsepsykiatere skal sikre oppfølging til familien, og ha et særlig øye for barna i familien som en møter i helsestasjonen og skolehelsetjenesten. Helsepsykiatere kan være en god støtte for familien.

## Kapittel 4 Veterankontakt

Den kanskje viktigste rollen i kommunenes arbeid med veteraner er veterankontakten. Veterankontakten skal være synlig og aktiv i veteranarbeidet i kommunene, og skal ha oversikt over både det kommunale helsetilbudet og andre tilbud hos NAV, spesialisthelsetjenesten, Forsvaret og andre som er relevante for veteranene, og deres familier.

Veteranene og deres familier skal oppleve at det er enkelt å komme i kontakt med veterankontakten, og at de får den hjelpen og veiledningen de opplever at de trenger. Nordmørs-kommunene ønsker å styrke fokuset på veterankontakten med å legge til rette for at veterankontaktene får avsatt tid til å jobbe med veteranarbeidet, og at vi får et styrket samarbeid mellom kommunene.

For mange av de som har fysiske eller psykiske helseutfordringer som kan relateres til oppdrag i internasjonale operasjoner er det vanskelig å be om hjelp. Ved å gjøre veterankontakten til frontfiguren for kommunens tilbud, og være en rolle som er aktiv både på de offisielle markeringene, men også på uformelle veterantreff, er målet at dette blir en tillitsressurs for veteranene og deres familier. Veterankontakten skal være den personen som skal gi nødvendig og relevant veiledning og informasjon. Kontaktinformasjon til veterankontaktene står nederst i denne planen.

## Kapittel 5 Interkommunalt samarbeid

Denne planen er et samarbeid mellom Aure, Averøy, Gjemnes, Kristiansund, Smøla, Sunndal, Surnadal og Tingvoll kommuner. Det er et utstrakt samarbeid disse kommunene imellom på mange felt, slik at det er naturlig å gjøre et samarbeid innenfor veteranarbeidet også.

## Kapittel 6 Forsvarets tilbud

Forsvaret har en rekke tilbud til veteraner og deres familier både før, under og etter tjeneste i internasjonale operasjoner. Forsvaret har et oppfølgingsansvar i ett år etter hjemkomst. Noen tilbud og kontaktpunkter kan benyttes hele livet.

Det er viktig å etablere et godt sivil-militært samarbeid der hvor dette faller naturlig. Kommuner bør følgelig ha et lokalt samarbeid med Forsvaret der de har avdelinger. Forsvarets veterantjeneste vil alltid kunne være et kontaktpunkt for kommunene.

### 5.1 Før, under og etter operasjonen

Før utreise arrangerer Forsvaret fellessamling for soldatene og deres familier. Her får familien informasjon om operasjonen og sikkerhetssituasjonen. De får også tips og råd om hvordan best ta vare på barn og forhold. Familien får også møte andre i tilsvarende situasjon..

Under utenlandstjenesten har Forsvaret en 24-timers kontaktttelefon for familien. Via denne telefonen kan viktige beskjeder formidles til de som er ute. Forsvaret arrangerer familiesamlinger underveis der det er hensiktsmessig, og videreformidler informasjon fra operasjonsområdet til familien. På vei hjem fra operasjonen har de tjenestegjørende som regel et opphold på to til tre dager, kalt mellomlanding. Overgangen til livet hjemme er ofte stor. Under mellomlanding gjennomføres det debrief, samtale med psykolog og erfaringsinnhenting. Ved hjemkomst til Norge holdes en medaljeseremoni for å hedre soldatene. Familien inviteres til seremonien.

Året etter hjemkomst har Forsvaret et proaktivt oppfølgingsansvar. Etter rundt tre måneder skal alle få en henvendelse fra Forsvaret. Ettårsprogrammet avsluttes med en samling hvor

personellet møtes igjen for å dele erfaringer om hvordan det var å komme hjem. Også her vil psykolog delta for å følge opp eventuelle senskader.

Forsvaret har et utvidet program for oppfølging på gruppenivå som innebærer kontakt 2,4,6 og 8 år etter hjemkomst. Alle kan når som helst kontakte Forsvaret for spørsmål og informasjon om rettigheter, hjelp og tilbud.

## 5.2 Forsvarets veteransenter på Bæreia

Senteret på Bæreia, utenfor Kongsvinger, er et rekreasjons- og aktivitetstilbud som kan benyttes av veteraner og deres familier. Forsvarets veteransenter (FVS) kan brukes både før, under og etter tjeneste i internasjonale operasjoner, og tilbyr blant annet:

- Gratis opphold for veteraner og familiemedlemmer til en som tjenestegjør i internasjonale operasjoner.
- Senteret kan også benyttes under permisjon fra utenlandstjeneste.
- Gjensynstreff for avdelinger. [forsvaret.no/veteransenteret](http://forsvaret.no/veteransenteret)

## 5.3 Forsvarets åpne dør

Åpen dør for veteraner og veteranfamilier er et tilbud til alle veteraner og deres familier. Her kan man få svar på spørsmål om dekorasjoner, dokumentasjon og internasjonale operasjoner, samt råd og veiledning om Forsvarets og samfunnets ulike tilbud til veteraner – uavhengig av når og hvor tjenesten var.

Åpen dør består av et tverrfaglig team med både militært og sivilt ansatte. Teamet har lang erfaring med å gi råd og veiledning til veteraner og deres familier. De fleste i dette teamet er også selv veteraner fra internasjonale operasjoner.

Kontakt: [veteraner@mil.no](mailto:veteraner@mil.no) eller tlf. 800 85 000 (kl. 0800-1500 på hverdager)

## 5.4 Kontaktinformasjon til ulike instanser

### **Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging**

RVTS - Ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging, region Midt ([rvtsmidt.no](http://rvtsmidt.no)) nås på telefon 72 82 20 05

### **SIOPS - Skadde i internasjonale operasjoner**

- Bistår i oppfølging og veiledning i møtet med det offentlige, juridisk hjelp og eksperthjelp innen økonomiske spørsmål. [www.siops.no](http://www.siops.no) - Kontakt SIOPS på telefon 22 69 56 50 eller e-post [post@siops.no](mailto:post@siops.no).
- SIOPS har også likepersonsnettverk [POC](#) (Point of contact).

### **Norges Veteranforbund for internasjonale operasjoner**

- [Kameratstøtte.no](http://kameratstotte.no) - En nettbasert veiledningstjeneste for veteraner og familien. Drives i samarbeid med NVIO og Mental Helse.
- Kameratstøttetelefonen 800 48 500 - En landsdekkende, døgnbemannet hjelpetelefon hvor du får snakke med en som har tjenestegjort utenlands. Du kan være anonym.
- NVIO Møre og Romsdal – <https://romsdal.nvio.no/> du kan sende epost til [post@romsdal.nvio.no](mailto:post@romsdal.nvio.no)

### **Kompetansemiljøet for veteransaker i NAV**

NAV Elverum har spesialkompetanse på veteransaker. For bistand i enkeltsaker kan du kontakte:

[veteran@nav.no](mailto:veteran@nav.no)

### **Kontaktinformasjon:**

<https://www.nav.no/veteran>

### **Er du veteran på Nordmøre? Ønsker du å snakke med veterankontakten?**

Kristiansund kommunes veterankontakt, ta kontakt med Servicetorget i Kristiansund kommune på telefon 715740000 og spør etter veterankontakten.

### **Trenger du hjelp til noe?**

- Fastlege - [helsenorge.no/kontakt-fastlegen](https://helsenorge.no/kontakt-fastlegen)
- NAV – 55 55 33 33
- Mental helse tlf. 116 123 åpent 24/7
- Alarmtelefon barn og unge 116 111 åpent 24/7
- Kirkens SOS 22 40 00 40
- Familievernkontoret - [bufdir.no/Familie/Kontor/](https://bufdir.no/Familie/Kontor/)

## Kapittel 6 Kilder

Departementene 2011. I tjeneste for Norge. Regjeringens handlingsplan for ivaretagelse av personell før, under og etter internasjonal tjeneste (2011-2013).

Departementene 2014. I tjeneste for Norge. Regjeringens oppfølgingsplan for ivaretagelse av personell før, under og etter internasjonal tjeneste (2014-2017).

Veteranplan for Bergen 2015. I tjeneste for Norge – med bosted i Bergen. – Hvordan skal Bergen

kommune hedre, ivareta og nyttiggjøre seg soldater som har vært i operativ utenlandstjeneste?

Afghanistan-undersøkelsen 2020 - Veteraners erfaringer, helse og livskvalitet etter tjeneste i Afghanistan 2001-2020.

VETERANPLAN FOR FOSEN - til beste for veteraner og deres familier – 2022 og 2023.

VETERANPLAN FOR RAUMA - 2022-2026

<https://www.forsvaret.no/veteraner>

Presentasjon fra Veteraninspektør Morten Henriksen 10.november på NIPRs møte på Tingvoll

<https://www.nkvts.no/rapport/helse-livskvalitet-og-hverdagsliv-i-norske-veteranfamilier/>