

Tidningen **Hemvärnet**

**NATIONELLA
SKYDDSSTYRKORNA**

#5-2012



**Utlandstjänst
Kompetensprovet
Granskning av GMU**

**Siktar högt
flyger lågt**



**CODAN en tungviktare inom militär radio –
en lättviktare på ryggen**



www.idgeurope.com

10% på HELA sortimentet

Endast för Hemvärmare. gäller även pågående kampanjer på hemsidan så länge lagret räcker.
Använd rabattkod "Hemvärmnet" vid beställning. T.o.m 121231

Original SWAT 1150T
Comfortabel känga
som passar till både
tjänsten och fritiden.



QuiqLite Stealth
Aluminium, passar på
västen Molle webbing.



Berghaus Vulcan II
Military Spec
Integrerad
aluminiumram100L



Shemagh
100% bomulls scarf



Helikon- Tex Gunfighter Jacket
Soft Shell jacka



www.castlesecurity.se

Högenergilampor, ficklampor, eftersökspaket och mycket mer!

Produkter av hög kvalitet till rätt pris! Utprovade och testade i samarbete med vaktbolag, militär och jägare.

**Dags att kontrollera utrustningen
inför höstens aktiviteter!**



**Bli upplyst! Gå in
på vår hemsida:**

www.ultrafire.se

UltraFire

**FAKTA OM
HEMVÄRMNET**

Alla i hemvärmnet är med frivilligt. Personalen övar mellan 4 och 13 dagar per år beroende på befattning. Uppfyller du ditt avtal får du minst 3500 kronor per år. Du kan gå ur när du vill.

Hemvärmnets viktigaste uppgifter är att bevaka, skydda, ytövervaka samt stödja samhället vid fred, kris och krig.

Hemvärnsförbanden ska med mycket kort varsel kunna sättas in över hela landets yta. Med huvuddelen inom 24 timmar efter order och med tillfälligt sammansatta enheter inom 6 timmar.

2014 ska det finnas 40 bataljoner med cirka 22 000 hemvärnssoldater, varav cirka 17 000 ingår i de nationella skyddsstyrkorna.

Alla soldater tillhör någon av de 22 utbildningsgrupperna som finns utspridda över hela landet. Utbildningsgrupperna är ansvariga för övningar och utbildning.

Vill du gå med?

Gå in på hemvarnet.se eller soldat.nu. Personer som inte gjort värnplikt kan bli specialister eller gå tre månadersutbildningen GMU.



hemvarnet.se

LEDARE / RIKSHEMVÄRNSCHEFEN

Eloge till musikerna

HEMVÄRMNET HAR I DAG 26 hemvärns-
musikkärer. De första hemvärnsmu-
sikkärerna bildades redan något år efter
hemvärmnets grundande 1940. Antalet har
varierat över åren och som mest har det
funnits 43 hemvärnsmusikkärer och som
minst runt 15. Således är omstrukturering
ett mycket "levande" begrepp för våra
hemvärnsmusiker.

HEMVÄRMNETS MUSIKKÄRERNA har sin tydliga
hemvist i insatsorganisationen och är
knutna till en hemvärnsbataljon.

Våra musiker har stor betydelse för
vår förmåga att framföra militärmusik
i samband med olika lokala, regionala,
och statsceremoniella spelningar samt
inte minst vid högvakt. Samtidigt ger
musikkärerna också ett stort antal andra
spelningar till såväl Försvarmaktens som
samhällets glädje.

FÖRRA ÅRET AVSLUTADES en omfattande
certifiering av hemvärnsmusikkärerna
vilket innebär att de måste klara av att
genomföra högvakts- och statsceremo-
niella spelningar. Certifieringen genom-
förs av Försvarmusikinspektören och är
omfattande. Fortsatt kontroll av förmåga
sker i samband med att musikkärer
fullgör högvaktstjänstgöring, vilket skall
göras minst vartannat år.

Musikkärerna är ett föredöme för
den övriga organisationen eftersom de
genomför ett valideringsprogram och har
en mycket hög avtalsuppfyllnad, vilket
naturligtvis är en förutsättning för att
allt ska "låta som det ska".

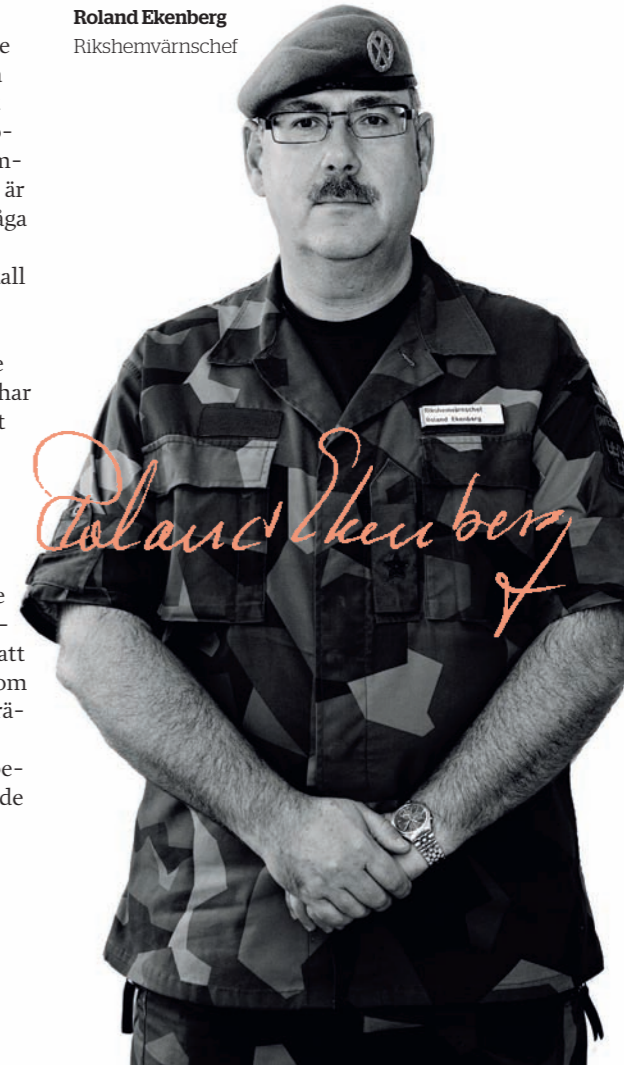
FLERA AV MUSIKKÄRERNA GÖR också
olika utlandsspelningar, ofta i form av
deltagande i festivaler eller tattoos. De
har fått mycket goda omdömen och re-
ensioner. Jag hade nyligen förmånen att
i Dresden träffa HvMK Kristianstad som
gjorde både omfattande och bra framträ-
danden under flera dagar.

I detta sammanhang vill jag också be-
tona den kraftfulla insats som görs av de

hemvärnsmusikkärer som genomför spel-
ningar i samband med Nijmegenmarschen
i Holland. Det är ett mycket uppskattat
inslag som också sätter hela musikkären
på prov vad gäller planering, förmåga
och uthållighet – kort sagt en rejäl KFÖ.
Principen är att en musikkär deltar två år
och därefter får en ny chans.

FÖRSVARMAKTEN HAR I DAG tre anställda
musikkärer och det innebär att den kva-
litetssäkrade hemvärnsmusiken med mer
än 600 spelningar per år är det självklara
valet för militärmusik över hela landet,
men också som komplement där kapaci-
teten annars inte räcker till. Våra musik-
kärer är i många fall den enda möjligheten
för ett förband, vilket det än vara må vara,
att få tillgång till certifierad militärmusik
av hög klass. ●

Roland Ekenberg
Rikshemvärnschef





7
Nyheter



12
Granskning:
GMU-HAGS



16
Reportage

Vi besöker en av flyg-
tropparna under en
övning i Uppsala.



25
Inspektion i Halland.



30
Nytt kompetensprov.
Träffa under tidspress.

INNEHÅLL

Nyheter 6
Senaste nytt - från norr till söder.

Landet runt 9
Insatser i Sverige.

Granskning: GMU - HAGS 12
Hur går det med personal-
försörjningen?

Reportage: Flyg 16
Med ögon i skyn.

Intervju: Mikael Tornving 22
Allvarlig komiker.

Hemvärdet i bilder 24
Vad har hänt i landet?

Reportage: Halland 26
Hallandsbataljonen inspekteras.

Fakta: Kompetensprov 30
Tips och tricks för att skjuta snabbt
och träffsäkert.

Tema: Träning 34
Träningsadepter testar hur
grundträningen gått.

Tema: Utland 36
Hemvärnsinstruktör i Uganda.

Kultur 37
Ny utställning på Armémuseum
i Stockholm.

Insändare 38
Läsarna debatterar.

INLEDARE / THERESE ÅKERSTEDT

Att uppfinna hjulet - igen

VI SOM ÄR FÖDDA på 70-talet eller tidigare kommer ihåg Civilförsvaret, enligt Nationalencyklopedin en "officiell benämning på befolkningsskydd och räddningstjänst". Något våra politiker bestämde att vi inte längre behövde 1986. Över tjugo år senare fick någon en snilleblix och inrättade Myndigheten för samhällsskydd och beredskap "med syfte att ge ett samlat stöd till de aktörer som svarar för skydd mot olyckor och handhar krisberedskap och civilt försvar". För det behövdes uppenbarligen.

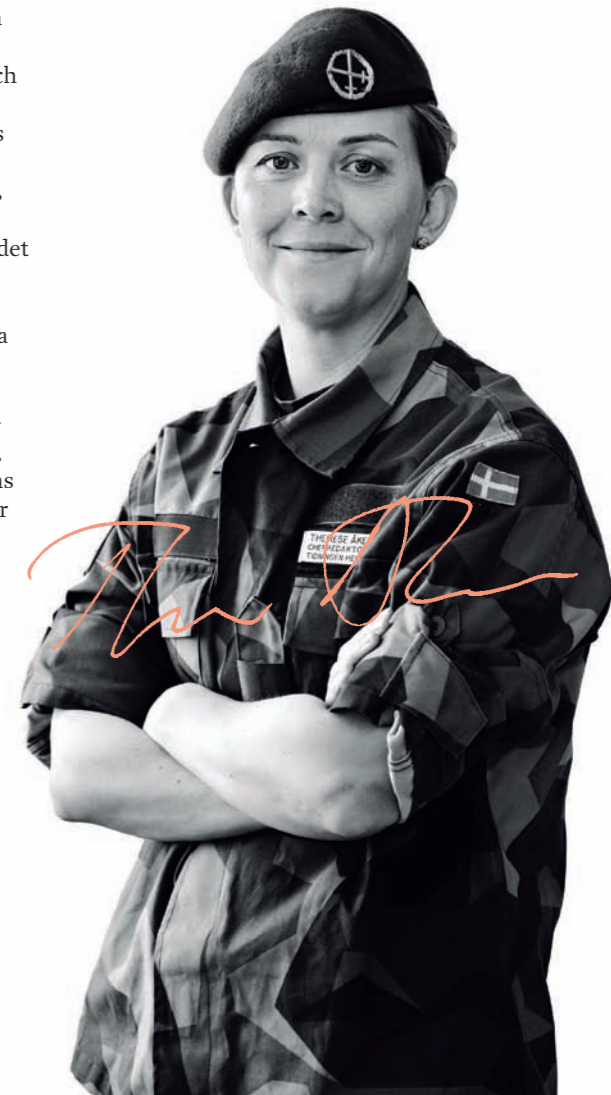
I SAMBAND MED andra världskriget skapades också en militärterritoriell indelning av Sveriges territorium med militärömråden, för den militära ledningen. År 2000 inrättades i stället militärdistrikt, som 2005 ersattes av fyra stycken säkerhets- och samverkanssektioner vars uppgift var att sköta den militära säkerhetstjänsten samt samverka med regionala myndigheter. Sedan fick någon en snilleblix och insåg att insatschefen inte kan leda 40 hemvärnsbataljoner och nästa år ersätts dessa i sin tur av fyra militärregioner. Som insatsleder hemvärnsbataljonerna, sköter den militära säkerhetstjänsten samt samverkar med myndigheter. För det behövdes uppenbarligen.

VI SOM HADE TUREN, eller oturen, att göra värnplikt när Försvarsmaktens fanns i hela landet, och vi fortfarande hade brigader och inte enstaka insatsbataljoner, kommer ihåg ord som mobilisering och krigsplanläggning samt att det fanns materiel i förråd, krigsforbandsövningar och krigsplaceringar. Något som någon bestämde att vi inte längre behövde.

Oklart varför. Men ord som "strategisk time-out" förekom. Sedan fick någon en snilleblix och kom på att Sveriges försvarsmakt även ska försvara Sverige. Så nu gör man återigen det som var självklart under värnpliktstiden. För det behövdes uppenbarligen.

VAR PERSONALEN SKA komma från är dock oklart. Klart är dock att Försvarsmakten utbildar rekryter utan intresse av att bli soldater eller den tjänst de är preliminärt antagna till. Om de ens vet vad de är antagna till. Läs vår granskning av hemvärdets GMU-utbildning längre bak. Hur det ser ut i resten av Försvarsmakten är oklart. Mycket är det nu för tiden.

Therese Åkerstedt
Chefredaktör



REDAKTIONEN

Chefredaktör
och ansvarig utgivare:
Therese Åkerstedt
08-788 97 38
red@tidninghemvarnet.se

Reporter/redigerare:
Lisa Björk
reporter@tidningen
hemvarnet.se

Korrektur:
Daniel von Sydow

Adress:
Tidningen Hemvärdet
Banérgatan 62
115 53 Stockholm
Telefon 08-788 75 00
Fax 08-664 57 90

Prenumerera!

100 kr för 6 nummer/år,
200 kr till utlandet
adm@tidninghemvarnet.se
Bankgiro: 102-9321
Ange namn och adress.

Alla som är med i hemvärdet får tidningen gratis. Vid fel adress eller utebliven tidning ska du kontakta din utbildningsgrupp som sköter hemvärnssoldaternas adressregister, se hemvarnet.se.

Friexemplar: Myndigheter, organisationer och personer vars arbete rör hemvärdet/Försvarsmakten har möjlighet att få tidningen gratis. TS-kontrollerad upplaga 2011: 29500 exemplar
Tryck: Sörmlands Grafiska AB

ANNONSBOKNING:
Searchfactory
Fredrik Karlsson
08-505 73 874
fredrik.karlsson
@searchfactory.se

Insatsövningen åter

Nästa år är det återigen dags för rikshemvärnschefens insatsövning efter ett årligt uppehåll. Ett insatskompani från BohusDalgruppen kommer att flygas till en ännu obestämd plats. Tidigare år har man transporterat olika plutoner och kompanier till Stockholm, Göteborg, Malmö och Gotland.

TÅ = Therese Åkerstedt LB = Lisa Björk



Rikshemvärnstävling på Rosersberg på 40-talet

FOTO: TIDNINGEN HEMVÄRNETS ARKIV

NYHETER

Nystart för patrulltävling

Redan **nästa sommar** får soldater och befäl i hemvärdet möjlighet att **testa sitt stridsvärde** och sina kunskaper i en **patrulltävling**.

Vi har haft patrulltävlingar i hemvärdet tidigare och nu när vi fått nya och fräscha förband är det dags att väcka upp det igen. Det ska vara en kombination av tävling och utbildningskontroll och momenten ska vara kopplade till vår tjänst och även vara intellektuellt prövande, säger rikshemvärnschefen Roland Ekenberg.

I VARJE PATRULL ingår fyra soldater och vinnarlaget får ställa upp i FM-patrull

som anordnas för hela Försvarsmakten. Tävlingen ska hållas på Hemvärdets stridsskola och nästa år kommer man samtidigt att fira skolans 70-årsdag.

MOMENTEN som ingår är bland annat skytte, sjukvårdstjänst, stridshinderlöpning och handgranatkastning. – Syftet är att testa grundläggande soldatkunskaper. Det är en tuff tävling, där man får testa sina krafter och samtidigt kan träffas och ha roligt tillsammans, säger Max Magnusson på HvSS som arbetat med utformningen.

Tävlingen hålls den 13-16 juni och varje bataljon får delta med minst ett lag. En inbjudan till tävlingen har gått ut till utbildningsgrupperna.

THERESE ÅKERSTEDT

FAKTA:

Moment:

- Skjutning ak 4 B
- Vapentjänst ksp m/58
- Avståndsbedömning/avståndsbestämning
- Punktorientering (i stridspår)
- Handgranatkastning
- Stridshinderlöpning
- Sjukvårdstjänst TOS
- Överraskningsmoment
- Orientering (patrull och stridspår)
- Skjutning ak 4 B (på tid, missade mål ger straffrundor)
- Snabbmarsch

Handbok på remiss

Försvarsmaktens handbok "Samverkan" är ute på remiss och planeras att fastställas som provisorisk utgåva i december. Den behandlar samverkan på alla nivåer, men framför allt på regional nivå. I handboken tar man upp samhällets krishantering samt samhällets stöd till Försvarsmakten vid höjd beredskap och krig.

1945

Riksdagen beslutar att hemvärdet ska tilldelas uniform m/39. Det tog drygt fem år innan alla fått ut uniformen.



FOTO: LISA BJÖRK

Deltagarna går igenom hur man beter sig vid ett rekryteringsstillfälle.

Rätt verktyg för plutonchefer

UNDER rikshemvärnsavdelningens rekryteringsseminarium för plutonchefer och gruppchefer deltog cirka 40 personer från norr till söder.

SEMINARIET var inriktat mot rekrytering och personalvårdsfrågor. Deltagarna fick under helgen bland annat en säkerhetssamtals utbildning med personal från MUST. Även utbildningar i personalvård, personalförsörjning och intervjuteknik stod på schemat.

- BAKGRUNDEN är att hemvärdet tidigare inte behövde jobba så mycket med rekrytering. Nu är det nya tider och nya soldater måste rekryteras, ett svårt jobb även med rätt verktyg, menade Joakim Armsjö, rekryteringshandläggare från HvSS.

Han gick bland annat igenom verktygen och vilket material som ska användas i rekryteringsarbetet. Deltagarna fick inte bara en teoretisk utbildning, utan även marknadsföra hemvärdet och övriga försvarsmakten till varandra.

DE TIDIGARE seminarierna har varit inriktade mot fältrekryterare/yrkesinformatörer. Dessa genomför inte säkerhetssamtal.

Nästa seminarium är planerat till vecka 5 nästa år och är kopplat till planering och ledning. **LB**

Sjukvårdsstöd av Försvarshälsan

Från och med **nästa år** ska **Försvarshälsan** stödja hemvärdet med **viss hälso- och sjukvårdsverksamhet** om det är tydligt relaterat till **tjänstens behov**.

Behoven kan bland annat vara arbetsmiljökartläggningar, medicinskt stöd vid arbetsskador och vaccinationer. – Alla befattningar i hemvärdet kommer att stödjas på något sätt. Soldaterna tar inte själva kontakt med Försvarshälsan utan anmäler tjänstevägen via sin chef, säger Tomas Engström, medicinsk verksamhetschef på rikshemvärnsavdelningen.

DE ORGANISATIONSENHETER som ansvarar för hemvärnsbataljoner ska samverka med respektive försvarshälsa för att göra en

verksamhetsöverenskommelse om vilket stöd just deras bataljoner behöver för nästkommande år, exempelvis vaccinationer mot TBE, lagstadgade hälsoundersökningar och arbetsmiljöutbildning.

– Det man inte kan planera i förväg är om hemvärnssoldater skadar sig i tjänsten. Då kan Försvarshälsan stödja med medicinsk kompetens och rehabilitering. Vid stöd till samhället kan hemvärnssoldater exempelvis utsättas för psykologiska påfrestningar och behöva samtal med en psykolog, säger Tomas Engström.

ANDRA TJÄNSTER som kan omfattas är läkarintyg som är nödvändiga för tjänsten (flyg- och båtförare etc), läkemedelsförsörjning och stöd av sjuksköterska för att kunna följa lagar och förordningar under tjänsteutövning.

THERESE ÅKERSTEDT

NYHETER



Telekrigbataljonen övar sjukvård i Uppsala.

FOTO: JOHAN LINDAHL/COMBAT CAMERA/FÖRSVARMAKTEN



De nya persontransportfordonen ska börja delas ut.

FOTO THERESE ÅKERSTEDT

Fordon för leverans

Under nästa år levereras ett **hundratals nya minibussar** av modellen Sprint av Mercedes-Benz. Persontransportfordonen ska **ersätta terrängbil 20** som används av insatskompanier i **södra delarna av landet**.

Det är första gången vi får materiel anpassad speciellt för hemvärnets behov. I persontransportfordonet finns fack för gruppens utrustning, bland annat för tunga vapen, samt en hundbur, säger Hans Andersson på rikshemvärnsavdelningen.

Bataljonerna som kommer att få fordonen har beteckningen 17-49.

NÅGRA AV FORDONEN har redan levererats till Försvarets materielverk, FMV, för kontroll och utbildning.

– Alltid vid nyanskaffning håller leverantören en teknisk utbildning och en brukarutbildning för att säkerställa att materielen används på rätt sätt och håller som utlovat. Om det visar sig nödvändigt kommer Försvarmakten även att hålla en brukarutbildning för motorbefäl, säger Hans Andersson.

DE FÖRSTA LEVERANSENA med fyra Sprint vardera går till Hemvärnets stridsskola,

Livgardet, Försvarsmedicincentrum, Södra skånska regementet, Skaraborgs regemente och Ledningsregementet.

– Fördelningen är med undantag för HvSS baserad på antalet insatsplutoner med hjulfordon, säger Hans Andersson.

FORDONEN kommer därefter att levereras i plutonsuppsättningar innehållande fyra persontransportfordon med släp, det tillhörande plutonsledningsfordonet kompletteras efter hand. Ett 80-tal persontransportfordon med släp samt ett 20-tal ledningsfordon kommer att levereras årligen de närmaste åren.

THERESE ÅKERSTEDT

Fördelning av fordon under 2013:

- Hemvärnets stridsskola: **4 + 1 ledningsfordon**
- Livgardet: **16 + 1 ledningsfordon**
- Försvarsmedicincentrum: **16 + 1 ledningsfordon**
- Södra skånska regementet: **12 + 1 ledningsfordon**
- Skaraborgs regemente: **12 + 1 ledningsfordon**

- Ledningsregementet: **12 + 1 ledningsfordon**
- Amfibieregementet: **8 + 1 ledningsfordon**
- Livregementets husarer: **4 + 1 ledningsfordon**
- Helikopterflottiljen: **4 + 1 ledningsfordon**
- Marinbasen: **4 + 1 ledningsfordon**

- Luftvärnsregementet: **4***
- Göta ingenjörregemente: **4***

Till varje trupptransportfordon medföljer en släpvagn. Levereras under kvartal 2 och 4. Fördelningen är preliminär och kommer att övergå till kompanileveranser under 2015.
*Ej ledningsfordon i första leveransen.

LANDET RUNT

Hemvärnets insatser

- = Stöd till bland annat räddningstjänsten
- = Eftersök av person, funnen vid liv
- = Eftersök av person, inte återfunnen eller hittad avliden

September

Västmanlandslän En 81-årig man försvinner i skogarna kring Surahammar. Västmanlandshemvärnsbataljon hjälper polisen med uppåt 60 soldater och ett flertal hundekipage. Mannen hittas död efter två veckor i mycket svår terräng som tidigare genomsökts. Han hittas i samband med ett annat eftersök.

Norrbottnen En 15-årig pojke försvinner i Luleå under en orienteringsövning med skolan. Hemvärdet med mc-ordonnans kallas in. Pojken hittar själv till slut hem under kvällen.

Bohuslän En kvinna i 70-årsåldern försvinner i skogarna runt Bengtsfors under en promenad. Runt 100 soldater från Bohusläns hemvärnsbataljon hjälper polisen i sökandet. Kvinnan hittas död ett dygn efter försvinnandet.

Kopparbergs län En 68-årig kvinna anmäls försvunnen från sitt hem i Nedre Gärdsjö norr om Rättvik. Ett stort polisiärt sökpådrag drar i gång med bland annat hundpatruller, räddningstjänstens dykare och polishelikopter. Hemvärdet kallas in under den tredje dagen. Kvinnan hittas död tre veckor senare av privatpersoner.

Västernorrlands län En 81-årig kvinna försvinner under en tur i bärskogen i Njurunda. Personal ur Medelpads hemvärnsbataljon hjälper polisen i sökandet med bland annat hundekipage och mc-ordonnans. Kvinnan hittas vid liv av polishelikopter ett dygn senare.

Oktober

Kopparbergs län En 45-årig man försvinner mellan Falun och Rättvik. Hemvärdet hjälper polisen i sökandet. Mannen hittas efter ett dygn i en lada i skogen nära Bjursås. Mannen är medtagen och förs med helikopter till sjukhus.



Har ni gjort en insats?
Mejla: red@tidningenhemvarnet.se



Natomedaljen delas ut till svenska soldater och officerare på Camp Monitor i Sheberghan.

FOTO JOHANNES TOLTFÖRSVARSMAKTEN

Internationell arbetskyldighet

FÖRSVARSMAKTEN HAR RÄTT att säga upp de yrkesofficerare som vägrar omreglera sin anställning till att även omfatta internationell arbetskyldighet. Detta fastställdes i början av oktober när Arbetsdomstolen avslog Officersförbundets talan mot Försvarsmakten.

Försvarsmakten beslutade 2010 att samtlig personal, både civil och militär, ska kunna skickas på utlandstjänst. De som inte skrev på de nya avtalen sades upp på grund av arbetsbrist. Officersförbundet valde att driva frågan i Arbetsdomstolen för en yrkesofficers räkning. Sex andra officerare som också ifrågasatt uppsägningen, omfattas även de av domen. **LB**

19%

eller nästan var femte soldat, kommer att ha sagt upp sig vid årsskiftet enligt Försvarsmaktens personalstatistik. För låg lön anses vara den största orsaken. Detta enligt Officersförbundet.

70

bostäder håller just nu på att byggas för anställda i försvaret. Det första spadtaget togs i början av oktober vid Ribby Ångar i Haninge kommun utanför Stockholm. Bostäderna ska vara inflyttningsklara sommaren 2013.

Höjda löner för soldater

FÖRSVARSMAKTEN HÖJER lönerna för gruppbefäl, soldater och sjömän (GSS) med minst 1 000 kr i månaden. Dessutom höjs lägsta ingångslönen till 18 000 kr i månaden. En höjning på cirka 11,5 procent.

– Höjningen syftar till att stärka den långsiktiga personalförsörjningen och därför är det här beslutet en viktig komponent, säger ÖB Sverker Göranson till försvarsmakten.se.

Den höjda ingångslönen för gruppbefäl, soldater och sjömän kommer att tillämpas retroaktivt från den 1 juli 2012 då de längre anställningsavtalen för GSS trädde i kraft.

De låga lönerna har under en tid varit kraftigt ifrågasatta och nyligen kom siffror som visar på att nästan 20 procent kommer att ha slutat före årsskiftet på grund av dåliga löner. Läs mer om beslutet på försvarsmakten.se. **LB**

”**GEOGRAFISKT OCH POLITISKT KOMMER VI INTE UN DAN ATT TA ETT MILITÄRT ANSVAR FÖR VÅRT NÄROMRÅDE. DÄRFÖR MÅSTE VI HA RÄTT MIX AV STRIDSKRAFTER TILL LANDS, I LUFTEN, TILL SJÖSS OCH I CYBERKRIGFÖRING. OM VI UPPFATTAS SOM ETT UNDERSKOTT SOMRÅDE FÖR SÄKERHET, ÖKAR OSÄKERHETEN OM VAD VI STÅR FÖR.**”

Johannes Malminen, enhetschef vid Totalförsvarets forskningsinstitut, FOI, om att Sverige ligger mellan Ryssland och USA som har en konflikt om missilförsvar.

Fri entré

Konserter med Försvarsmusiken som anordnas av Försvarsmakten har numera fri entré, i vissa fall tillkommer dock en administrativ kostnad. I december kan ni bland annat lyssna på adventskonsert i Amiralitetskyrkan i Karlskrona samt julkonserter i Eksjö kyrka, Fästningskyrkan i Karlsborg, S:t Nikolai kyrka i Halmstad och Musikaliska i Stockholm. **TÅ**

”**VI HAR I DAG ETT ANNAT LÄGE ÄN UNDER 1990-TALET NÄR RYSSLANDS MILITÄRA FÖRMÅGA VAR I FRITT FALL OCH VI SJÄLVA TOG EN ”STRATEGISK PAUS”. SEDAN 2008 HAR DEN RYSKA MILITÄRREFORMEN TAGIT FART. RYSSLAND VILL HA STABILITET, MEN RISKEN ÄR ATT DET BLIR STABILITET PÅ RYSSLANDS VILLKOR.**”

Generalmajor Stefan Kristiansson, tidigare chef Must, i SvD om underrättelsetjänst och framtida försvarsbeslut.

Olaga intrång

Kärnkraftverken i Forsmark och Ringhals blev i början av oktober under några dagar utsatta för olaga intrång av aktivister från Greenpeace. Aktivisterna, som ville uppmärksamma säkerhetsbristerna på kärnkraftverken, tog sig över staketet och även genom grindarna som bevakades av beväpnade vakter. Minst två aktivister kunde uppehålla sig på Forsmarksområdet i 38 timmar innan de överlämnade sig själva. Aktivisterna dömdes till dagsböter för olaga intrång.

Både Forsmark och Ringhals är skyddsobjekt. **LB**

”**VI BEHÖVER BLI SYNLI GARE. HEMVÄRNET ÄR DET ENDA FÖRSVAR VI HAR MOT YTTRE HOT SOM KRIG OCH ANDRA KRIS SITUATIONER. REKRYTERAR VI INTE NYTT FOLK SÅ BLIR VI SNABBT FÄRRE OCH VI RISKERAR ATT INTE KUNNA LÖSA VÅRT UPPDRAG ATT SKYDDA GOTLAND.**”

Gotlandsgruppens chef Hans Håkansson till Extra Östergötland om hemvärnets framtid och allmänhetens okunskap.

Vådaskott var slarv

Under en hemvärnsövning på Marma skjutfält i Älvkarleby tidigare i vår gick ett vådaskott av under en blindavfyrning. Försvarsmaktens rapport menar att bland annat vapenrutiner ska repeteras oftare och att patron ur ska göras utan handskar. Ingen kom till skada. **LB**

Estniska besökare

En delegation från Estonia Defence League/Kaitseliit besökte Sverige i samband med Norrbottens hemvärnsbataljonen förbandsövning i Jokkmokk. Kaitseliit är Estlands motsvarighet till det svenska hemvärnets och avsikten med besöket var att se ett förband öva. Förutom rikshemvärnschefen Roland Ekenberg och Chefen I 19 Olof Granander ledsgades gästerna av Joe Wilhelmsson från rikshemvärnsavdelningen. **LB**



Den tänkta budkavlen ska fyllas med kompani/bataljonstecken från de platser den besöker.

FOTO MARTIN SANDGREN

Budkavle för gränsöverskridning

PÅ ATTUNDALANDBATALJONEN i Stockholm har man tagit initiativ till att starta en hemvärnsbudkavle. Budkavlen, som i ett första skede kommer att gå runt till de egna kompanierna, är tänkt att gå runt till samtliga förband i landet. Syftet är bland annat att enkelt skapa engagemang och nya kontakter över bataljongsgränserna.

– Var slutar egentligen den egna bataljonens sfär? Poängen är att folk ska ta nya kontakter, menar upphovsmannen, Martin Sandgren.

Tanken är att budkavlen ska gå runt på egen kraft. Ingen ska ge direktiv eller order om hur överlämnandet ska ske till nästa förband, utan alla väljer själva om det ska ske med pompa och ståt eller inte alls. Även bilder och lite text hoppas man kunna få fram för varje överlämning. Detta är tänkt att publiceras på tidningenhemvarnet.se eller facebook.



11 000

Hemvärnets sammanlagda arbetstimmar i samband med översvämningen i Hulfsfreds kommun i somras.

”**DÅ MAN SVÄNGER VERKAR DET ENKELT, MEN DET ÄR SVÅRT. DET SKA SE UT SOM EN SOLFJÄDER DÅ MAN SVÄNGER OCH SAMTIDIGT SOM MAN SPELAR SÅ SKA MAN HA KOLL PÅ STAVFÖRAREN LÄNGST FRAM, FÖR HAN GER KOMMANDON PÅ TECKEN OCH TALAR PÅ SÅ SÄTT OM VAD KÅREN SKA GÖRA.**”

Barbara Persson, dirigent Degerfors musikkår, till Karlskoga Tidning. Degerfors musikkår har på nytt godkänts av Försvarsmusikinspektören.

Misslyckad rekrytering

Tomma platser och rekryter som inte klarar de **fysiska kraven** eller är **intresserade av hemvärnet**. Sedan **Försvarsmakten införde central antagning till Grundläggande militär utbildning, GMU**, har rekryteringen till Hemvärnets GMU-platser haft **stora brister**.

När antalet personer med värnpliktsutbildning minskar och samtidigt blir allt äldre kommer tillskottet av soldater med GMU-utbildning bli nödvändigt för hemvärnsförbandens överlevnad. Rikshemvärnsavdelningens preliminära siffror visar att det årliga behovet redan nu ligger på cirka 1500 rekryter.

UNDER 2010 VAR DET mindre än 20 procent av hemvärnets GMU-platser som ledde till godkända rekryter. Ett femtiotal ansökningar från personer som gått Försvarsmaktens övriga GMU-utbildningar gjorde att årets tillskott slutade på 150 nya avtal.

Förra året blev resultatet bättre då man gjorde ett överintag och fick fler godkända rekryter än antalet platser, cirka 300. Totalt har cirka 250 av förra årets GMU-rekryter ansökt om eller gått med i hemvärdet.

I år finns det cirka 1600 GMU-platser med inriktning hemvärn. Den rundringning som tidningen har gjort visar att mindre än hälften av vårens utbildningsplatser resulterade i godkända rekryter. Av de inryckande var bara cirka

60 procent lokalt rekryterade, och det varierade kraftigt över landet. Dessutom är långt ifrån alla intresserade av att skriva kontrakt med hemvärdet, vilket är syftet med att hemvärdet har egna lokala utbildningar. Även om höstens utbildningar fortfarande pågår så visar antalet inryckande att procentandelen som rycker ut kommer att bli lägre än vårens.

EN AV FÖRKLARINGARNA är att det lyckade konceptet med lokal rekrytering till hemvärdets egen tremånadersutbildning, GSU, försvann i den gemensamma rekryteringen till hela Försvarsmakten. Den 1 juli i år kom en ny skrivelse som ska rätta till problemen.

– Vi har skapat utrymme för lokal rekrytering. Utbildningsgrupperna ska kunna ta personlig kontakt, intervjua sökande och nominera sökande till sina platser. De kan även boka tid för antagningsprövning och bussa ner sina sökande. Tidigare försvann hemvärnsrekryterna i konkurrensen på antagningsprövningen, säger Lars Hammarlund som var GMU-samordnare under införandet.

– Det man tidigare upplevde som positivt

får man göra nu också. Man kan och ska rekrytera lokalt. Det finns pengar för lokala kampanjer och fältrekryterare, tillägger han.

Ett annat problem är att hemvärdet och övriga Försvarsmakten vänder sig till olika målgrupper:

– Jag har besökt 17 förband och de flesta rekryter i tjuogaårsåldern vill arbeta inom Försvarsmakten efter sina tre månader, inte återgå till arbetslöshet. Hemvärdet ska attrahera de som redan har jobb. Hela kampanjen vi kör i höst är inriktad på hemvärdet genom fokus på stöd till samhället, säger Lars Hammarlund. ●

Citat om rekryteringen till GMU - HAGS 2012:

Peter Widenstedt, instruktör GMU, Hkpfj/Livgrenadjärgruppen:

– Försvarsmakten måste nog tänka om i rekryteringen och se vad man kan erbjuda så man ger en rättvis bild. Rekryterna som slutar säger "det här är inget för mig och "det är inte vad jag trodde".

Per Sedin, plutC GMU, Amf 1/Södertörnsgruppen:

– Ungefär 30 procent av rekryterna söker andra befattningar i Försvarsmakten, som pilot eller officer, än Hemvärdet. Om det här är GMU-Hags är det lite oklart varför de går den.

Jens Persson, kompC GMU, I19/Västernorrlandsgruppen:

– Vi är inte nöjda med antagningsprocessen, platserna är inte fyllda och de är inte fyllda med västernorränningar. Vi vet att det finns intresserade och att det finns västernorränningar som gör GMU på andra platser. Nu har det genomförts flera gmu-omgångar och det är bekymmersamt att vår kritik mot antagningen inte tas på allvar.

Claes Berg, kompC GMU, FömedC/Elfsborgsgruppen:

– Rekryteringsprocessen ser väldigt bra ut, men för hemvärdet fyller den inte sitt syfte. Vi behöver möjligheten att ha en parallell lokal rekryteringsprocess så att vi kan nominera kandidater. Alla rekryter skriver hemvärnskontrakt, sedan har de möjlighet att gå vidare inom Försvarsmakten. Ett tiotal per omgång har sökt till GSS.

Thomas Swahn, plutC GMU, K3/Örebro-Värmlandsgruppen:

– Antagningen fungerar inte alls. Man borde ha samma krav för alla. Rekryterna har för låg fysisk förmåga och det är därför vi har så många avhopp. Ungefär hälften har målsättningen att gå med i hemvärdet, en del andra sökte bara för att göra utbildningen vilket inte är bra.

Olle Svensson, plutC GMU, I19/Norrbottnensgruppen:

– De slarvar bort intressenter på vägen, rekryterna mönstrade vecka 20 och fick inte besked förrän vecka 28. Reservantagningen fungerade inte alls. Många visste inte ens vad hemvärdet var när de ryckte in. 10 rekryter från vårt område har blivit placerade att göra GMU i Kiruna.

Göran Karlsson, kompC GMU, Amf 1/Gotlandgruppen:

– Under rekryteringen hade vi strax över 60 gotlänningar som var intresserade av att genomföra utbildningen och utav dessa är det 9 som gått vidare till GMU-hags. Det är för dåligt med hänsyn till allt arbete som läggs ner vid gruppen. Jag vet att ett antal har kommit in på GMU på fastlandet.

Fredrik Almér, kompC GMU, Livgardet/Gävleborgsgruppen:

– Vi hade 65 preliminärt antagna till GMU från vårt län, av de som kom in hos oss var 17 från länet. Var tog de andra vägen? Vi tycker det är underkänt att man fattade beslutet att inte kalla in reserverna som avsatt sin tid till en antagningsprövning och befunnits lämpliga. Av de sex som slutat har samtliga haft gamla skador som gör att man inte klarar utbildningen. Man förstår inte centralt att rekryterna ska bli skyttesoldater i ett insatsförband och klara markstrid, man nedvärderar hemvärdet.

Mikael Gustavsson, utbgrpC, Ing 2/Norra Smålandsgruppen:

– Antagningen måste ses över, vi vet inte vilka det är som söker och om de kommer från länet. Och vi vet inte varför de försvinner på vägen om de vill till hemvärdet, och de måste veta att utbildningen är riktad mot hemvärdet.

Erik Bengtsson, plutC GMU, I19/Fältjägargruppen:

– De som kommer från Jämtland och Härjedalen har varit inställda på hemvärdet. De utifrån är intresserade av en karriär i Försvarsmakten som anställd och har inte fått den plats de sökt i första hand.

Daniel Andersson, C Gudhem komp (GMU), P4:

– Det är tråkigt att man inte är i närheten av att fylla platserna till hemvärdet. Hälften av de som slutat säger "det är inget för mig" och hälften är inte fysiskt förberedda eller har skador.

Hans Karlsson, rekryteringsansvarig KRAG:

– Rekryteringen till GMU-HAGS har misslyckats. Majoriteten av de som kommer till mönstringarna är 20-åringar som vill ha ett jobb. Vi vill ha dem som redan har ett jobb och vill ha något vid sidan om, hemvärdet försvinner i rekryteringskampanjen.

Peter Wallström, kompC GMU, Ledningsregementet:

– Jag tycker inte att det är tillfylles när man inte kan fylla platserna, vi ringde själv in den 32: a killen. Av de som muckade gick 15 till hemvärdet varav tio till våra utbildningsgrupper.

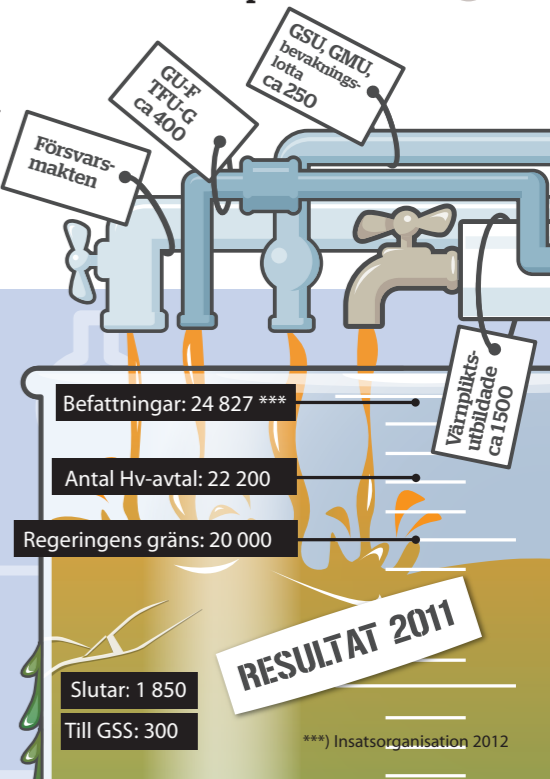
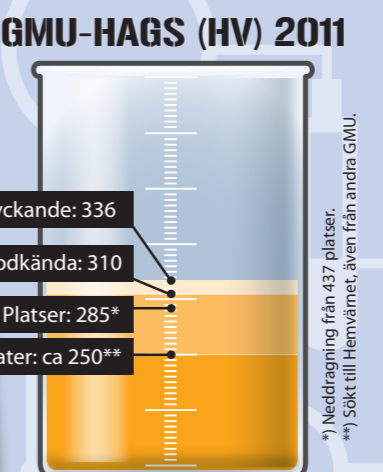
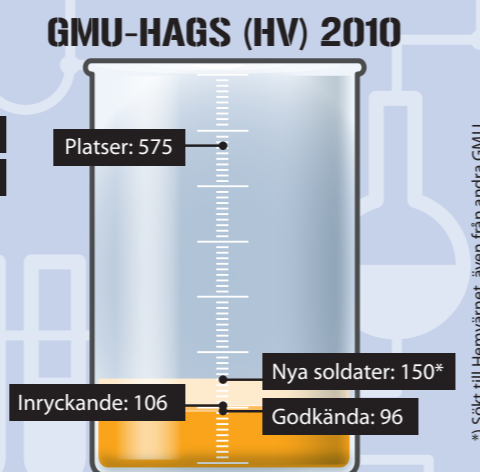
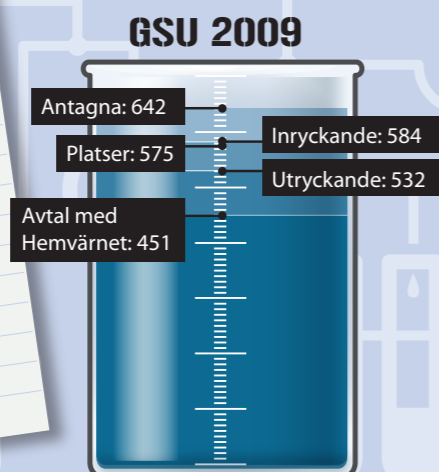
Håkan Jönsson, plutC GMU, Livgardet/ Livgardesgruppen:

– Vi hade inga problem med sökande eller antagandet, en tredjedel hade hemvärdet som förstahandsval. Majoriteten behöll eller ökade sitt intresse för Försvarsmakten, ett tiotal har sökt anställning och ett tiotal har ansökt om att gå med i hemvärdet.

Se resultatet på nästa sida ➤

LYCKAT GSU-RECEPT:

- Lokal rekrytering.
- Personlig kontakt från intresseanmälan till inryck.
- Klarar de fysiska kraven, skadefri.
- Gör utbildningen för att gå med i Hemvärdet.
- Har jobb eller utbildning.
- Tecknar avtal med Hv vid muck.



Utbildningar vår

- Antal platser
- Tomma platser
- Antal inryckande
- Ej godkända
- Antal utryckande
- Utryckande kvinnor
- Utryckande män

Utbildningar höst

- Pågående utbildning, resultat är inte klart
- * = ingen uppgift
- (x) = lokala rekryteringar

- Försvarets makten
- Yrkesofficerare
- Specialist- och reservofficerare
- Grupper och soldater och sjömann (den minsta enheten och tillräckligt stora)
- GUF TFUG
- GSU, GMU, bevakningslotta
- Värnpliktsutbildade

I 19

VÄSTERBOTTENS-GRUPPEN: 45 pl, 24 ut, 38 (6) in, 23

LAPPLANDS-JÄGARGRUPPEN: 45 pl, 22 (22) in, 18 3, 21 kvar

NORRBOTTENS-GRUPPEN: 45 pl, 17 (8) in, 11 6, 17 kvar

VÄSTERBOTTENS-GRUPPEN: 45 pl, 16 (14) in, 13 2, 15 kvar

FÄLTJÄGARGRUPPEN: 65 pl, 34 (22) in, 29 kvar, 25 4

VÄSTERNORRLANDS-GRUPPEN: 45 pl, 26 (21) in, 25 kvar, 21 4

AMF 1

SÖDERTÖRNS-GRUPPEN: 45 pl, 35 (33) in, 25 6, 31 kvar

GOTLANDS-GRUPPEN: 40 pl, 31 (8) in, 25 5, 30 kvar

K3

ÖREBRO- OCH VÄRMLANDS-GRUPPEN: 45 pl, 20 (19) in, 13 14 ut

ÖREBRO- OCH VÄRMLANDS-GRUPPEN: 45 pl, 43 (20) in, 12 9, 21 kvar

HKPEJ

LIVGRENADJÄR-GRUPPEN: 90 pl, 88 (17) in, 55 1, 66 ut

LIVGRENADJÄR-GRUPPEN: 90 pl, 23 (17) in, 13 1, 15 kvar

P 7

SKÅNSKA GRUPPEN: 90 pl, 36 (25) in, 20 5, 25 ut

SKÅNSKA GRUPPEN: 88 pl, 61 (61) in, 42 14, 56 kvar

ING 2

NORRA SMÅLANDSGRUPPEN: 90 pl, 23 (3) in, 15 ut, 15 ut

GMU-HAGS (HV) 2012

- 948 platser (höst)
- 426 kvar* (oktober)
- 665 platser, vår
- 317 godkända

LIVGARDET

LIVGARDES-GRUPPEN: 45 pl, 35 ut, 28 7, 44 (37) in

GÄVLEBORGS-GRUPPEN: 45 pl, 34 (17) in, 22 6, 28 kvar

DALREGEMENTS-GRUPPEN: 45 pl, 26 (19) in, 17 7, 24 kvar

P 4

SKARABORGS-GRUPPEN: 45 pl, 18 (13) in, 6 ut, *

SKARABORGS-GRUPPEN: 90 pl, 33 (24) in, 21 3, 24 kvar

BOHUSDALS-GRUPPEN: 45 pl, 13 (13) in, 6 kvar, *

FÖRMEDC

ELFSBORGS-GRUPPEN: 45 pl, 35 (23) in, 32 ut, 22 10

ELFSBORGS-GRUPPEN: 45 pl, 25 (19) in, 19 ut, 17 2

ELFSBORGS-GRUPPEN: 45 pl, 27 (22) in, 22 ut, 18 4

ELFSBORGS-GRUPPEN: 45 pl, 27 (25) in, 21 kvar, 16 5

LV 6

HALLANDSGRUPPEN: 45 pl, 27 (22) in, 17 6, 23 kvar

LEDR

UPPLANDS- OCH VÄSTMANLANDSGRUPPEN: 40 pl, 32 (10) in, 26 ut, 23 3

SJÖSTRIDSSKOLAN

BLEKINGEGRUPPEN + KALMAR- OCH KRONBERGS-GRUPPEN: 80 pl, 50 (35) in, 34 6, 40 kvar

BLEKINGEGRUPPEN: 40 pl, 37 (16) in, 40 pl, 33 ut, *

Befattningar: 25 001*

Regeringens minimikrav: 20 000

WARNING! EXPERIMENT PÅGÅR KLART 2012 12 31

*) Insatsorganisation 2013. 4 ledningsplutoner, 3 pionjärplutoner och 3 trafikplutoner har tillkommit.

Ögon i skyn

- **ÄRNA TORNET, FILIP 6 KLAR.**
- **FILIP 6, KLART STARTA BANA 26.**
- **KLART STARTA BANA 26, FILIP 6.**

Text & foto: **Lisa Björk**



P

iloten Kent Gustavsson kollar checklistan en sista gång, dörrarna är stängda både upptill och nertill, lamporna fungerar. Han varvar upp motorn ordentligt för att kontrollera att motorn och tändstift är okej före start. – Då kör vi.

DET LILLA FYRSITSIGA Piper Cherokee-planet behöver bara en startsträcka på drygt 300 meter, sedan lyfter det från marken. Vi kommer snabbt upp på 1 000 fots höjd (300 meter). Under oss ligger Uppsala och ett höstligt grönrödgrönt landskap.

SVEA HVUNDKOMPANI ingår i Attundaland hemvärnsbataljon och har omlokaliserat sig till Luftstridsskolan (LSS) på Ärna i Uppsala för att genomföra sin SÖF. Ärna möjliggör övning året runt då landningsbanor är hårdgjorda och i toppskick. Banorna underhålls dessutom varje dag (i fall



något Jas-plan eller liknande vill landa) till skillnad från de närliggande små flygplatserna med korta, och så här års, mjuka gräsbanor.

– Det är skönt att vi får vara här i Uppsala. Det är stora breda landningsbanor och flygtorn och räddningstjänst är i gång. Förbandsövningarna är intensiva med många spaningsuppdrag och då är det bra med ökad säkerhet på marken och i luften. Här får vi den säkerhetsmarginalvi behöver, vilket gör mig som chef lugn, säger Kent Gustavsson som är flygtroppchef.

Till vardags är han chefpilot för SAS långlinjeflygplan Airbus 340/330. Jag kan känna mig trygg i det lilla skakiga planet som tar oss över trädtopparna söderut.

VI ÄR PÅ VÄG NER till Stora Vika utanför Nynäshamn för att utföra ett flyguppdrag: Spaning mot misstänkta fordonsrörelser i Stora Vika-området. Vi ska skaffa underlag enligt de sju S:en (stund, ställe, styrka, slag, sysselsättning, symbol och sagesman) plus fotodokumentation för insats och ett återtagande av hamnanläggningen.

Nere på marken finns två under rättelseplutoner som åkt dit ett dygn tidigare för att spana på området. Flygspaning är en komplettering till markspaning och tvärtom. När vi vet vad för aktivitet som pågår i området skickas ett insatskompani in för att ta över.

FÖRE FÖRSTA FLYGNINGEN har flygtroppen haft genomgång om bland annat tankkort, rapporteringsrutiner och Rakel. – Ska vi skicka upp en väderflygning och samtidigt göra en första spaningsflygning?

I orderrummet går munnarna i ett när samtliga plan är på ingång. Under den första övningsdagen har inget plan varit uppe i luften på grund av låga moln, faktum är att fem av sex plan inte ens

kunnat flygas till Uppsala på grund av vädret. Men nu är alla äntligen på väg in. Filip 1 skickas upp efter att flygteknikern Leif Krogstad har varit och gjort en daglig tillsyn, en allmän koll av planet.

– Man kollar olja, skador, stötdämpare, att det inte är något speciellt. Man behöver normalt inga verktyg till det här, säger han när han går runt planet och rycker i delar, hänger i fronten och öppnar luckor.

Innan han gick i pension jobbade han på Arlanda som flygplanstekniker och kontrollerade plan som var både större och mer tekniskrävande än de här. De sista Airbus-planen han jobbade med var helt datoriserade. På de här små sportplanen används dock inga datorer, bara mänskliga ögon och händer. För att få ha befattningen flygtekniker i hemvärdet, gäller det att ha samma kompetens som för att jobba med linjeplan.

– Det är två helt olika världar, men det är samma naturlagar som gäller, säger han och skrattar.

VI BÖRJAR NÄRMA oss vårt mål. Inte alltför långt fram syns två gråa skorstenar. Det är Stora Vika. Kent Gustavsson går ner med planet på lägre höjd och påbörjar taktisk flygning. Vid lågflygning i fredstid är lägsta höjd 50 meter till marken/hinder. Han styr inte rakt på målet utan väljer att komma in från sidan. Vi ska göra en så kallad taktisk anflygning till målet. Vi ska inte synas, men vi kommer att höras. Kent Gustavsson har erfarenhet från området sedan tidigare och vet exakt vart han ska flyga.

– Du ska kunna din terräng utan och innan. Vi ska flyga så mycket i vårt område så att när det väl behövs så kan du lägga undan kartan och bara fokusera på flygningen och eventuella hinder, säger han.

” VI SKA FLYGA SÅ MYCKET I VÅRT OMRÅDE SÅ ATT NÄR DET VÄL BEHÖVS SÅ KAN DU LÄGGA UN DAN KARTAN OCH BARA FOKUSERA PÅ FLYGNINGEN OCH EVENTUELLA HINDER.

Kent Gustavsson, flygtroppchef



1. Vanligtvis gör piloten den dagliga tillsynen själv. I dag gör flygtekniker Leif Krogstad den i stället.
2. Nödchecklistan sitter fastklitråd på styrspekarna.
3. Ulric von der Esch och Magnus Thörnwall rattar in rätt kanal på flygradion i flygstaben.
4. Tillsynen av planen baseras på antalet flygtimmar, därför är det viktigt att alltid skriva in sina flygtimmar i loggboken.



Leif Krogstad kollar oljan.

Vi går ner ännu lägre, gör en skarp sväng och det känns som att vi smeker trädtopparna. Planet susar fram i 130 knop (230 km/tim). Vi närmar oss objektet från sidan.

- Förbered upptag, varnar han.
- Upptag.

Planet stiger snabbt uppåt precis när skogen övergår till vatten. Med en otrolig g-kraft pressas min kropp mot stolen. Allt jag ser är en blå himmel. Jag får inte ens upp kameran. Planet rätas ut och det känns som om vi är tyngdlösa för en sekund eller två. Det är precis som en bergochdalbana.

VI BEFINNER OSS ovanför objektet/målet, på flygspråk angör vi en luftobservationsplats, där vi kan dokumentera målet. Vi flyger runt objektet och gör ytterligare en taktisk inflygning.

Man gör max tre upptag i samma luft o-plats på grund av risken för att bli bekämpad. Helst vill man komma in med solen bakom sig så motståndaren får svårt att se planet.

FÖR ATT UPPFYLLA alla Försvarsmaktens krav så krävs det mycket mer övningstid för flygförarna än de åtta dagar som de har hemvärnskontrakt på. Flygförarna övar tio tillfällen per år med FFK enligt en utbildningsplan som flygtroppchefen planerat och som sedan godkänns av Försvarsmakten.

– För att vi ska klara den förväntade nivån på förbandet, så krävs det även mycket mer övning. När flygarna kommer hit (till hemvärnsövningarna) övar vi på

det taktiska uppträdandet. De ska kunna starta, landa och så vidare när de kommer hit, säger Kent Gustavsson.

– All flygutbildning sker genom FFK. I hemvärdet får vi all grön utbildning och spaningsutbildning.

NÄR VI FULLGJORT vårt uppdrag vid Stora Vika flyger vi hemåt via Bromma flygplats. När vi startade i morse klarade planet att flyga cirka tre timmar på bränslet som fanns i planet. Stockholms stad ligger under oss och lite längre bort syns Globen. När vi närmar oss den kontrollerade luften runt flygplatsen hörs både svenska och engelska i radion. Här landar alla slags plan och det är den kommunikationen vi får ta del av. Vi får tillstånd att landa nästan direkt och går ner.

Vi taxar in mot tankningspumpen och Kent Gustavsson kliar sig lite i huvudet, förbryllad över hur tankningsbetalningen går till. Bredvid oss står ett ambulansflyg och väntar på en patient och bakom oss kommer ett stort kommersiellt plan med passagerare. Framför oss startar en helikopter. Det händer mycket runt omkring oss, men Kent Gustavsson verkar inte ens notera det. Han har allt under kontroll.

FÖRE START GÅR vi igenom samma checklista igen. Handbroms, bränsletank, bränslemängd, bränslepump, varningslampor, flyginstrument, säkringar... Han varvar motorn innan han taxar ut mot startbanan. Vi är redo för take off.

- Bromma tornet, Filip 6 klar.
- Filip 6, klart starta bana 30.
- Klart starta bana 30, Filip 6. ●

FAKTA:

FFK



Sedan 1993 har Frivilliga Flygkåren (FFK) haft uppdraget av Försvarsmakten att rekrytera och utbilda flyggrupper. FFK utbildar personal till både armén (FFK-Hv) och marinen (FFK-SIG). Under 2006 skapades dagens underrättelsekompani (HvUndkomp) där man inkluderade flyget för att kunna spana över större ytor.

I dag har hemvärdet 32 flyggrupper och av dem är 16 etablerade i sju olika underrättelsekompanier. En tropp består av två flyggrupper. Deras uppgifter består av ytövervakning, spaning, transport, maskeringskontroll och rekognoscering. Försvarsmakten eller FFK betalar inte för flygcertifikat utan det står varje individ för själv. Personligt vapen är Pistol 88.

Så går det till: En uppdragsgivare begär information om ett område eller en plats. Informationen samlas ihop med antingen marktrupp eller, som i detta fall, flygtrupp, i form av bilder eller med FFK:s eget utvecklade system TBOS (Ta bild och sänd). Informationen skickas direkt till HvUnds kompanistab som sorterar informationen och skickar relevanta fakta vidare till uppdragsgivaren. Uppdragsgivaren kan vara till exempel det armétaktiska kommandot eller polisen.

FOTNOT: Alla flygfoton är godkända för publicering av SäkSam Stockholm.



Luftobservationsplats ovanför målet Stora Vika. Fotografierna skickas direkt till flygstaben för granskning.



Kent Gustavsson får klartecken från tornet, han gasar och snart lyfter planet.

En kallakrigare

De flesta känner igen **Mikael Tornving** som en **komiker och skådespelare**. Men under en lång tid såg han sig själv som en officer sysselsatt med annat i väntan på sin krigsuppgift.

Text & foto: **Therese Åkerstedt**

Mikael Tornving ryckte in som kompanibefälselev på norrlandsskytte på Fältjägarregementet i Östersund 1980.

– Ingen hade ambitionen att bli yrkesofficer när vi ryckte in. Vi hade jädrigt bra befäl, trivdes bra med varandra och det militära. Det var en mycket bra anda på förbandet.

AV HANS VÄRNPLIKTIGA kamrater fortsatte ett tiotal, nästan hälften, vidare till den ettåriga reservofficersutbildningen i Umeå. Han tjänstgjorde på Fältjägarregementet ett helt år efter utbildningen och varje sommar under 80-talet medan han bland annat studerade i Uppsala. Sin tredje och sista repövning gjorde han som 35-åring kompanichef med krigsuppgift längs finska gränsen.

– Då går nog D-max (så långt en kula kan färdas Red. anm) för en för en kompanichef i norrlandsskytte, det ska vara unga människor. Även om det är uppsuttet så klarar inte kroppen av påfrestningarna och att återhämta sig lika snabbt.

TORNVING HAR ÄVEN GÅTT kaptenskursen i Borensberg och gjort FN-tjänst i Libanon 1990, och varit instruktör på hemvärnsövningar i Uppsala.

– Hela 80-talet och halva 90-talet var det militära en väldigt stor del av mitt liv. Det fanns kolleger på regementet som trodde jag var yrkesofficer och bara var borta på utbildningar.

– Försvarsmakten stod för en stor del av min identitet och självbild – och är det fortfarande. Det är väl det och min under-

sköterskeutbildning jag är mest stolt över. Jag är väldigt hårt präglad av det på både gott och ont, mest på gott. Det är viktigt att leverera och komma i tid. När jag jobbar i projekt med andra så är det resultatet och inte prestige som räknas.

– På Fältjägarregementet utbildade de oss medvetet så, ett befäl sa till mig: ”Din uppgift som chef är inte att komma på de bästa idéerna, utan att se till att förverkliga dem”. Det har präglat mig otroligt mycket. Man ska kunna erkänna sina misstag och stå för dem, hederlighet i ledarskapet är grunden.

HAN SER SIG INTE LÄNGRE som komiker, ”eftersom jag producerar för lite nytt material för att förtjäna att kalla mig det”. Som skådespelare har han gjort ett antal tv-serier och tolv Johan Falk-filmer, varav sex spelades in i fjol och släpps i år:

– De är hemskt roliga att göra, film är ett lagarbete och jag trivs bäst då. Det är ett väldigt bra gäng, öppna och hjälpsamma.

Han spelar poliskommissarien Patrik Agrell.

– Den typen av ledarskap är nära det militära, tydliga order, ordning och reda.

Hur skulle du beskriva dina karaktärer?

– Jag har hamnat i ett fack efter Parlamentet, som en ganska hård och cynisk typ, men det är ett medvetet val från min sida. Det är kul med den typen av tvärsäker arrogans, men det betyder inte att jag är så i verkligheten. Jag blir väldigt provocerad när folk är dumma och ohelderliga, särskilt när de är i maktposition. Men det är viktigt att skilja på dumhet och okunskap.

Vad tycker du om de senaste försvarsbesluten?

– Man vågar inte ta de stora besluten utan hyvlar och hyvlar tills det inte är något kvar av någonting. Under en tid var

Försvarets huvuduppgift inte att försvara den nationella integriteten eller Sveriges gränser utan att agera regional arbetsmarknadspolitisk regulator, som min kollega Mattias Konnebeck formulerade det.

– Hemvärdet är just nu något helt annat än på 80-talet, ett snabbt mobiliserat förband med relativt unga människor med en gedigen militär utbildning som de fick i värnpliktsförsvaret. De har hamnat i hemvärdet för att de har ett driv för de militära frågorna. Men vad händer om 15-20 år när stocken av värnpliktsutbildad personal försvinner? Då kan hemvärdet förvandlas till en social förening för överåriga nostalgiker med diskbräck och ak 4:an i remmen gevär.

TROTS ATT DET militära livet legat på sparlåga är han fortfarande reservofficer och tillhör Livgardet.

– Jag skulle gärna söka förflyttning till I 19, jag var där på regementets dag i juni och gillar de värderingarna, jag känner mig hemma där. Min fältuniform hänger i garderoben, kittad och klar ... ●

FAKTA:

Namn: Mikael Tornving

Familj: Fru, två söner och hund.

Yrke: Skådespelare, reservofficer.

Känd från: Parlamentet, Melodifestivalen, Playa del sol, Johan Falk-filmerna.

Aktuell: Johan Falk: Spelets regler. ”Micke Tornving förklarar” i Mix Megapol (Nominerade till Årets Folkbildare 2012)

Meja gärna dina intervjuförslag: red@tidningenhemvarnet.se

” **DET FANNS KOLLEGER PÅ REGEMENTET SOM TRODDE JAG VAR YRKESOFFICER OCH BARA VAR BORTA PÅ UTBILDNINGAR.** ”



FOTO BJÖRN SÖDERSTRÖM



FOTO PRIVAT



FOTO JONAS NYGREN



FOTO NICLAS PIHL



FOTO JAMES LEE

Hemvärnet I BILDER

- 1** Nedre Elf bevakningskompani genomförde en befattnings KFÖ på Remmene skjutfält. Soldaterna fick öva enskild strid, samt i grupp och pluton. Allt avslutades med strid i mörker.
- 2** Hunden Leelo med föraren Monica Basu i S:t Erik insatskompani i Stockholm hittar en person under genomsök i urban miljö.
- 3** Mikael Fritz från Jönköpings insatskompani har just genomfört ett täthetsprov i ett tårgastält som en del av utbildningen i årets KFÖ på Skillingaryds skjutfält.
- 4** Norra Skånska bataljonen har grundutbildning i granattillsats på Rinkaby skjutfält.
- 5** Stabs- och trosstroppchefen Paulo Bruno från Birger Jarl insatskompani i närbild med en kvadratspindel på Livgardets övningsfält.

**Fångat
ögonblicket?
Skicka dina
bilder till:
red@tidningen
hemvarnet.se**

1



2



3



4



- 1 Uppvisning i hur en hund kan förstärka teamet. Plutonchefgruppen får gå bakom en ivrig hund och dess förare under en sökslinga.
- 2 Motorcykelförarna kör enduro i ösregnet. Extra tungt men bra att öva.
- 3 Linda Lyckhage får en stödkrage av sjukvårdarna efter klagomål om smärtor.
- 4 Tony Kaatari håller i de sista bönorna i chilligrytan. Snart är det mat för nästan 400 personer.

Håller grytan kokande

Det är fredag morgon och **regnet öser ner** i Halmstad. På **Luftvärnsregementets kaserngård** står soldaterna i **Hallands** hemvärnsbataljon uppställda. Text & foto: Lisa Björk

De nästan fyra hundra soldaterna står samtliga klädda i regnkläder och har huvan uppdragen. Framför dem står Rikshemvärnschefen Roland Ekenberg och hälsar dem god morgon med hög röst. Tillsammans med personal från rikshemvärnsavdelningen och Hemvärnets stridsskola ska han genomföra en inspektion av förbandet under övningshelgen. En inspektion genomförs regelbundet med några års mellanrum och syftar till att utveckla förbanden och granska verksamheten.

VID HALMSTAD flygplats står åtta piloter ur Frivilliga flygkåren och tittar ut på regnet som piskar marken. Flyggruppen har inte varit med på uppställningen utan har åkt direkt till klubblokalen för att förbereda helgens övning. Molnen är för tjocka för att det ska bli någon flygning i dag, konstaterar de tillsammans. Det blir teori genomgång om GPS:en istället. Flyggruppen har dock tur, under eftermiddagen lättar molnen och samtliga kan göra var sin entimmesflygning.

PÅ EN SKOGSVÄG en bit in på övningsfältet står drygt 20 skyttegruppchefer och några hundförare. Gruppcheferna ska lära sig hur en hund kan användas i gruppen. – Målsättningen är att de ska få grundkunskaper i att leda grupp med ingående hund. De ska veta vilka order man



Kökgruppen jobbar inom ett avspärrat område för att inte obehöriga ska kontaminera maten.

ger och den här metoden ger dem verktygen i hur de ska agera, säger instruktören Claes Oldenburg.

FÖR ATT VISA HUR dålig människan är på att upptäcka mål jämfört med hunden, delas gruppcheferna in i tre täter och skickas ut i skogen på en slinga. De två första täterna upptäcker tolv olika "saker". Den tredje gruppen upptäcker sju. Det visar sig att de har missat en hel del. Med en hund och förare i täten får hela gruppchefstäten följa för att se hundens briljans. Totalt finns det nära 20 fynd av olika slag längs slingan, plus två figuranter, som hunden hittar. Ingen av gruppcheferna har sett den figurant som ligger fem meter från stigen. Andra mål som finns är bland

annat en t-shirt, halvfiguurer och mobiltelefon. Några hänger i träden, några ligger en bra bit bort från stigen. Efteråt är samtliga överens om att en hund är rätt bra att ha ändå. De som inte tidigare var övertygade, är det nu.

” DET ÄR I ALLA FALL ETT PRIO ETT-FALL, SÅ VI BEHÖVER AMBULANS FORT.

Carina Lönnqvist,
sjukvårdare

1



1 **I ABC-HUSET INNE** på kasernområdet ligger Linda Lyckhage på golvet. Hon har en öppen benfraktur med splittr i efter att ha befunnit sig på ett skjutfält. Benet ser massakrerat ut.

– Jag har 50 under min vanliga puls, instruerar hon sjukvårdarna Carina Lönnqvist och Marie Kind som dividerar om hur de ska göra.

– Det är i alla fall ett prio ett-fall, så vi behöver ambulans fort, säger de till sjukvårdaren som står bredvid och fyller i olycksrapporten som ska lämnas till ambulanspersonalen.

De lägger ett ”fågelbo” på benet för att få ett avlastande förband. På grund av splittret kan man inte lägga ett tryckförband direkt mot såret. Sedan lägger de patienten på rygg för att kontrollera om hon har fler skador. Marie Kind lägger handen på patientens mage för att känna på andningen och kontrollerar pupillerna med en lampa. Ambulansen kommer i form av instruktören Jonas Henrysson.

– Så där kan en ak 4-skada se ut om kulan har wobblat och slitit sönder. Det är hemskt, säger han efter att ha pratat igenom sjukvårdsmomentet med sjukvårdarna.

– Det är väldigt sällan jag jobbar med sjukvård, så det är bra att vi får öva på det. Vanligtvis är jag gruppchef och då tar man inte hand om patienten, menar Carina Lönnqvist efteråt.

” SÅ DÄR KAN EN AK4 SKADA SE UT OM KULAN HAR WOBBLAT OCH SLITIT SÖNDER. DET ÄR HEMSKT.

Jonas Henrysson, instruktör

PÅ LÖRDAG ÄR DET full rulle i koket. Under KFÖ:n lagar kokgruppen endast ett mål mat, lördagens lunch. Resten av tiden har de haft hygien- och elsäkerhetsutbildning. I dag ska det serveras chiligräta till 400 personer.

I går förberedde några i gruppen lunchen med att skala 20 kilo lök som sedan grovhackades. I dag har vitlök, chili och paprika hackats och kött har tärnats för att sedan brynas på de stora stekborden. Det dåliga vädret är inget problem, tvärtom, inne i stekoset kan det bli riktigt varmt och svettigt så det är bara skönt för kockarna med regnet och vinden.

Den sista touchen är att lägga i paprika och vita bönor i tomatsås. Tony Kaatari, kokgruppchef, smakar av.

– Det var lite sting i den, säger han och ler.

Maten får inte vara för stark, men inte heller för mesig. Precis som det mesta ska den vara lagom. Hur den smakade? Väldigt gott. ●

2



3



4



1 Kokgruppen stressar in i det sista. När tiden börjar närma sig utspisning är allt inte helt klart. Maten måste hållas över i isokärl för uttransport.

2 Endurokörning i skogsterräng.

3 Flyggruppen får en tuff start. Molnen är till en början för låga och inga plan kan lyfta. Senare lättar det något och samtliga plan kan tas upp för en runda.

4 Det är många lökar som ska skalas och hackas till chiligrätan som ska serveras till lunch.



Rätt kompetens

I år har hemvärnets **baskrav ak 4 b** ersatts av ett kompetensprov liknande det **som finns i övriga Försvarmakten**. Det innebär även att **kraven på soldaterna** har skärpts.

Text & foto: **Therese Åkerstedt**

Kompetensprovet kräver mer regelbunden skjutträning och det är bra. En av farhågorna när vi införde KFÖ-systemet var att soldaterna skjutet för sällan. Soldaterna måste få möjlighet att skjuta utöver KFÖ och SÖF, säger Magnus Norhult, instruktör på Hemvärnets stridsskola.

KOMPETENSPROVET SKA göras av samtliga hemvärnssoldater med ak 4 b. Provet ska skjutas, med godkänt resultat inom en 24-månadersperiod.
– Vapenhanteringen är liksom Halvar (skyddsvaktsträningsanläggning Red. ann) kopplad till bland annat vår uppgift

som skyddsvakt; att man är tillräckligt bra på att hantera sig själv och sitt vapen i en stressad situation där pulsen går upp, säger Magnus Norhult.

PROVET ÄR UPPDELAT i tre skjutövningar och en teoridel. Under övning ett och två är det träffsäkerheten som sätts på prov.
– Den första övningen med liggande skjutställning är i regel inga problem. Det är framförallt svårt att träffa i knästående eftersom det är en svår skjutställning, säger han.

DEN TREDJE SKJUTÖVNINGEN innebär att soldaterna snabbt måste kunna vända sig om och avfyra skott mot flera måltavlor, byta magasin och avfyra igen.

Kompetensprovet ställer även högre krav på skjutinstruktörerna.

– Instruktören ska vara saklig, lugn och inge förtroende, det är nog stressande ändå. Den enskilde kan förbereda sig genom att öva vändning och magasinbyte, säger Magnus Norhult.

KOMPETENSPROVETS svårighetsgrad innebär att färre soldater kan skjuta samtidigt och man måste anpassa antalet efter säkerhetsnivån.

– Skjutledaren måste vara observant på färdigheten hos soldaterna eftersom den skiftar. Hur många soldater som kan skjuta samtidigt beror på skjutledaren och soldaterna, det gäller särskilt den tredje övningen. Man bör med fördel skjuta med soldaterna en och en.

För pistolskyttar finns också ett kompetensprov utgivet av MSS. Din utbildningsgrupp har uppgifter om den. ●

Tips:

- Vapnet du använder måste vara inskjutet.
- Fäll upp locket på siktet och ställ in rödpunkten.
- Se till att din stridsutrustning sitter bra och att du enkelt kommer åt magasin fickan.
- Lär dig tidskraven så att klockan tappar i huvudet.
- Skjut inte direkt på eldkommandot utan när du siktar rätt.
- Torröva hemma så du snabbt kan inta rätt ställning och lär dig vända med bibehållen balans. Det kan du göra utan vapen.
- Öva magasinbyte, byte av skjutställning och vändning när ni har pauser i de vanliga övningarna.

FAKTA:

Kompetensprov ak 4 b

Skjutövningar

Genomförs med påtagen stridsutrustning. (Ska minst bestå av hjälm, skyddsglasögon, kroppsskydd och magasin fickor)

1. Soldaten står 100 meter från 1/3-figur och ska inta liggande skjutställning och avlossa tre skott med en träffbild på 15 centimeter. (Stöd får användas)
Krav: Insatssoldater 12 sekunder, bevaknings-soldater + bataljonsstab 20 sekunder.

2. Soldaten står 100 meter från 1/3-figur och ska inta knästående skjutställning och skjuta tre skott.
Krav: Insatssoldater 15 sekunder, träffbild 20 cm, bevaknings-soldater + bataljonsstab 20 sekunder, 3 träffar.

3. Soldaten står felvänd 20 meter från tre helfigurer, vänder sig om och skjutet 2+2+2, laddar om och skjutet stående 2+2+2. Fyra träffar i respektive figur.
Krav: Insatssoldater 18 sekunder + poäng (efter träffbild), bevaknings-soldater + bataljonsstab 25 sekunder + poäng.

Teori

Du ska med egna ord kunna redogöra för de fyra huvudprinciperna för vapensäkerhet.

- Betrakta alltid alla vapen som laddade.
- Rikta aldrig mynningen mot något som du inte är beredd att bekämpa.
- Håll fingret från avtryckaren tills vapnet riktas mot målet.
- Var säker på ditt mål och vad som finns mellan dig och målet. Bekämpa aldrig något som du inte har identifierat.

Soldaten ska få möjlighet att läsa på grundprinciperna om man svarar fel på frågedelen och varje övning ska kunna skjutas tre gånger.



Johan Söderman är laddad inför övning tre. Han är den enda som klarar provet på första försöket.



Före skjutningen värmer soldaterna upp genom att öva ladda och patron ur med tomma magasin.

Säkra och snabba skyttar

Tidningen **följde med** när ett av insatskompanierna i Upplands bataljon **tränade skytte och övade vapenhantering.**

Text & foto: **Therese Åkerstedt**

En av plutonerna passar på att skjuta kompetensprovet. De femton soldaterna står uppradade framför skjutledaren Magnus Johansson.

– Vi börjar med att värma upp. Med ett tomt magasin – ladda!

– Ladda! Repeterar soldaterna och går ner på knä.

– Ta god tid på er och gör det ordentligt, vi behöver inte stressa, säger skjutledaren.

NÄR OMLADDNINGEN VÄL sitter får soldaterna ställa sig framför var sin helfigur

med ett fulladdat magasin. På en vis-signal ska de höja vapnet och snabbt avlossa ett dubbelskott. De får även prova på att stå med sidan mot tavlan och vända sig och avfira.

SOLDATERNA SKA GÖRA den tredje övningen i kompetensprovet och Magnus Johansson skjuter med en soldat i taget och kontrollerar tiden med en skjuttimer.

– Det är ett bra prov, men ganska hårt ställda krav med tanke på hur lite vi skjuter. Det är en massa faktorer som spelar in, därför är det viktigt att värma upp så man blir avslappnad och känner sig säkrare, säger Magnus Johansson.

DE FLESTA klarar tidskravet redan första gången, men det är inte så lätt att träffa helfiguren trots att man står tjugo meter från tavlan.



Mikael Gunnarsson klarar tidskravet redan första gången men sätter inte alla skott.

– Man blir stressad, men det är väl det som är tanken, tidskravet är nog inga problem. Jag slängde i väg skotten och man ska vara lite kallare. Man behöver öva mer än att bara dyka upp och klara det, säger han.

När alla skjutit första omgången är det bara Johan Söderman som klarat både tiden och antalet träffar:

– Jag sköt kompetensprovet för två veckor sedan och skulle vilja få i väg riktiga dubbelskott, men det är väl en övningssak. Jag jagar så det blir lite skytte då också, förklarar han.

Skjutledaren poängterar att man ska

undvika att stressa i något moment utan i stället få ett "bra flöde".

– Det låter jätteflummigt, men förstår ni hur jag menar? säger han.

– Tänk på var ni kan spara tid, ta ut magasinet på väg ner i knästående. Kolla hur ni agerar, nu är det tid för självrannsakan.

ÄVEN OM DEN TREDJE övningen är den stressigaste så krävs det även övning för att träffa rätt i knästående.

– Jag hade jätteproblem med knästående och fick ingen bra ställning. Skotten satt på tavlan men var spridda. Jag fick tips av kamraterna och ändrade skjutställningen. När man väl klarat det slappnar man av, säger Per Revin. ●

TÄNK PÅ VAR NI KAN SPARA TID, TA UT MAGASINET PÅ VÄG NER I KNÄSTÅENDE. KOLLA HUR NI AGERAR, NU ÄR DET TID FÖR SJÄLVRANNSAKAN.

Magnus Johansson, skjutledare

Ystad ^{SWEDEN}
International Military
TATTOO

14-17 aug 2013



**Biljettsläpp
2 december!**

Här kan du köpa biljetter:

Tattoo-expeditionen
Regementsområdet, Ystad
Telefon: 0411-650 14
E-post: biljett@ystadtattoo.se
www.ystadtattoo.se

Träna funktionellt

Stark, explosiv och uthållig. Nu fortsätter vår **träningsserie** för soldater som vill komma i form i största allmänhet och träna för **fälttest och multitest styrka** i synnerhet.

Att klara av och orka med sin befattning är ett bra mål med träningen. Om din befattning innebär mycket förflyttning till fots blir naturligtvis konditionen viktig. Om du har en mer stillasittande befattning, men som kanske innehåller lyft och handhavande av tyngre utrustning, bör du fokusera på styrketräning.

OAVSETT BEFATTNING bör ditt träningsprogram innehålla en viss dos konditionsträning och styrketräning som grund, säg ett pass av vardera per vecka. Detta för att bygga en god grundfysik. Dessa träningspass bör innehålla rörelser snarlika dem du utför i din befattning. Om vi generaliserar kan konditions-

träning därför bestå av promenader eller löpning, kanske i form av orientering och fjällvandringar/dagsturer med packning.

STYRKETRÄNINGEN BÖR vara av så kallad funktionell art, det vill säga med fria vikter eller kroppen som vikt. Denna typ av styrketräning kräver och ger god bälstabilitet, balans och koordination – något som behövs i de flesta befattningar. Styrketräning med maskiner kan vara säkra och effektiva, men i vilken skarp situation sitter du still i en stol och isolerar någon enstaka rörelse? På senare tid har funktionell styrketräning i form av crossfit, kettlebellpass och liknande blivit väldigt populära och denna typ av träning passar utmärkt för hemvärnssoldater.

UTÖVER DESSA två grundpass med funktionell styrketräning och konditionsträning bör du få in minst ett träningspass ytterligare. För optimal förbättring av din fysiska kapacitet bör det nämligen inte gå fler än två till tre dagar mellan träningspassen. För veckans övriga träning väljer du träning efter din befattning, styrketräning eller konditionsträning. Men naturligtvis är det viktigaste att träningen är kul och att den verkligen blir av.



Håkan Jörgensen

Fälttestet närmar sig

SOLDATERNAS NYA träningsprogram har fokus på att förbättra mjölktsyreatåligheten, styrkan och kanske viktigast: funktionell styrka anpassad efter nästa delmål som är fälttestet!

PROGRAMMET INNEHÅLLER intervalllöpning som ska genomföras med mycket hög intensitet, styrketräning med fokus på ben och bål samt löpning med utrustning. Just utrustningslöpningen är viktig då den

förbereder soldaterna för den kommande uppgiften på ett funktionellt vis. Belastningen blir på rätt ställe. Ryggsäck med ballast i form av vatten och/eller stenar och/eller stridsele ska användas vid dessa träningspass.

TRÄNINGSPROGRAMMET ANPASSAS till viss del individuellt men detta är grunden, per vecka:



1 PASS INTERVALLER

- Uppvärmning 5-10 minuter joggning.
- 400 meter intervaller i 95 procents fart, vila 1 minut mellan varje intervall. Börja med 3 intervaller och öka med en intervall per vecka.
- Step up-steg på parkbänk 1 set x maximalt antal repetitioner.
- Ryggresningar 1 x max
- Lätt joggning 10 minuter

1 PASS STYRKETRÄNING

- 2 set x max antal repetitioner av
 - Knäböj
 - Ryggresningar
 - Pull-ups
 - Situps

1 PASS LÖPNING MED UTRUSTNING

- 20 minuter i maxfart

1 PASS MARSCHTRÄNING

- Gärna med ryggsäck och kängor 60-120 minuter

! Missa inte tidigare artiklar om fysisk träning som finns att ladda ner på webbtidningen.



Hur går träningen?

Det har sakta börjat skymma, kylan kommer smygande och daggen börjar lägga sig i gräset. Våra tre hemvärnssoldater Ewa Wikland, Sven-Erik Norgren och Theo Mpampagiannis huttrar och värmer upp runt fotbollsplanen – taggade till tusen. Sammanbitna och fokuserade men förmodligen lite nervösa, ungefär som den där kvällen i maj för några månader sedan då de gjorde Coopertest och multitest styrka för första gången, vilket ni kan läsa om i nummer 3.

NU ÄR DET DAGS att visa att de följt sina individuella träningsprogram och de riktlinjer de fått av sin personlige tränare.

Vi har träffats ungefär en gång per månad sedan maj för att stämma av hur träningen gått och visa nya övningar och övningsupplägg. Dessutom har vi haft regelbunden kontakt via mail för att justera träningsprogrammen efter framsteg, sjukdomar och semestrar. Syftet med träningsprogrammen har varit att bygga en grundfysik för de kommande veckornas forntoppning och det avslutande fälttestet.

MED TANKE PÅ ATT träningsperioden endast varit cirka fyra månader lång och dessutom sträckt sig över sommaren med semestrar och dekadens (behövlig) i olika

omfattning, skador och sjukdomar infann sig en viss skepsis bland soldaterna ju närmare testdagen de kom – skulle de klara av att förbättra sig?

EFTER 10 MINUTERS uppvärmning startade gruppen och när alla kommit i mål visade det sig att samtliga hade förbättrat sig med 1 till 2 minuter – klart godkänt och mycket starkt jobbat. De goda resultaten bestod genom samtliga tester och alla har förbättrat sig mycket. De har visat att med strukturerad och ihållande träning, gott mod och vilja kan alla, oavsett nivå och ålder, alltid förbättra sin fysik.

Håkan Jörgensen

DELTEST 2

MULTITEST*	SVEN-ERIK	THEO	EWA
PUSH-UP	32 STYCKEN (14) MAX! 100 POÄNG	50 STYCKEN (28) MAX! 100 POÄNG	28 STYCKEN (21) MAX! 100 POÄNG
SIT-UPS	21 STYCKEN (10) 22 POÄNG	30 STYCKEN (12) 40 POÄNG	35 STYCKEN (13) 50 POÄNG
VERTIKALA UPPHOPP	64 CM (56) MAX! 100 POÄNG	65 CM (44) MAX! 100 POÄNG	60 CM (43) MAX! 100 POÄNG
RYGGHÄNG	150 SEKUNDER (90) 90 POÄNG	88 SEKUNDER (76) 28 POÄNG	240 SEKUNDER (160) 100 POÄNG MAX!
ARMHÄNG	9 SEKUNDER (6) 0 POÄNG	58 SEKUNDER (64) 86 POÄNG	31 SEKUNDER (24) 32 POÄNG
TOTALPOÄNG	312 POÄNG (168) MÅL: 220	354 POÄNG (241) MÅL: 300	382 POÄNG (281) MÅL: 300
COOPERTEST*	17.40 (18.55) Mål i höst: under 15 min	14.50 (16.11) Mål i höst: 14 min	12.50 (13.44) Mål i höst: 12 min

SIFFRORNA INOM PARENTES ÄR DELTAGARNAS FÖRRA TESTRESULTAT.

*Förklaring finns i nr 3/2012



Instruktör i Uganda

Hemvärnssoldaten Alexandros Kalotinis är stationerad i Uganda för att utbilda somaliska rekryter. Här berättar han själv om sitt uppdrag.

Sedan i mitten av maj befinner sig åtta svenska befäl i Uganda för att delta i den EU-ledda operationen EUTM (European Union Training Mission). Svenskarnas uppgift, tillsammans med träningsteam från hela Europa, är att utbilda somaliska rekryter för att dessa ska kunna utgöra grunden för staten Somalias armé. En armé som i framtiden skall kunna skapa stabilitet i ett land som i 20 år härjats av inbördesstrider.

VI ÄR TVÅ SVENSKAR på plats som har vår bakgrund i hemvärdet. Major Mikael Burstedt har befattningen ställföreträdande chef EUTM:s personal i Bihanga och arbetar till vardags som chef på utbildningssektionen vid Gävleborgsgruppen. Samt jag själv som här i Uganda arbetar inom det svenska utbildningsteamet.

När jag blev intervjuad för tjänsten sade han jag talade med att de ville ha med en instruktör från hemvärdet till Uganda. Det gjorde mig extra glad och jag är stolt över att få representera mitt förband i utlandsstyrkan. Det är inte första gången jag är utomlands på mission, men det är första gången jag åkt i rollen som hemvärnssoldat.

PÅ NORRBOTTENSGRUPPEN, som är mitt hemmaförband, arbetar jag med jämna



Alexandros Kalotinis instruerar somaliska rekryter i Uganda.

mellanrum som instruktör. Men det här är någonting helt annat. Här ställs helt andra krav på en själv, både som instruktör, och som människa. Den största utmaningen är språket, då bara någon enstaka av rekryterna pratar lite engelska. Men med hjälp av tolk och enkla fraser vi lärt oss på somali så fungerar utbildningen utmärkt. Ett faktum som sätter mera allvar bakom övningarna är att de rekryter vi utbildar en dag kommer att återvända till Somalia för att slåss.

MEDELÅLDERN PÅ DE somaliska rekryterna är låg och oerhört få av dem har gått i någon form av skola och skoltiden kan variera från några år till bara några månader. Majoriteten av rekryterna har ingen som helst militär erfarenhet, vilket gör att vi får bygga dem från absoluta grunden.

Upplägget på utbildningen är detsamma som hemma i Sverige. Vi börjar med att bygga på deras färdigheter som enskild

soldat. Sedan utvecklar vi deras förmåga att kunna fungera och verka inom grupper och plutons ram.

DEN TOTALA UTBILDNINGSTIDEN för rekryterna är sex månader lång och är uppdelad i olika faser.

Fas ett består av grundläggande soldatutbildning. Tyngdpunkten ligger där på individen, med vapenhantering, exercis, grundläggande sjukvård med mera. Efter första fasen hade vi en två dagar lång utbildningskontroll där den enskilde soldatens färdigheter testades. Resultatet av testerna samt hur rekryterna presterat tidigare låg till grund för deras fortsatta utbildning.

Därefter påbörjas fas två med befattningsspecifik utbildning där rekryterna antingen blivit uttagna till plutonchefer, gruppchefer eller specialister. Det svenska teamets fokus under den tiden ligger på strid och utbildning av gruppchefer. Allt detta knyts samman i slutet, då hela kompanier med alla specialistbefattningar vävs samman och övas.

TROTS ALLA UTMANINGAR är det ett oerhört intressant och stimulerande arbete. Det är inte ofta man som instruktör får chansen att jobba i en multinationell miljö, med många möten mellan människor från olika kulturer. Jag ser dock fram emot att få komma hem och få nyttja de kunskaper och erfarenheter jag fått här nere på mitt hemmaförband.

Alexandros Kalotinis



Rekryterna lär sig grundläggande stridsteknik.

FOTO: ALEXANDROS KALOTINIS



FOTO: LISA BJÖRK & ARMÉMUSEUM

I fredens tjänst

I höst har **Armémuseum gjort en ansiktslyftning av sina tre basutställningar och byggt ut dem både vad gäller historisk och i modern tid.**

Uställningen Fredssoldater har uppdaterats ett antal gånger sedan 2009, nu har vi förlängt tidsaxeln både framåt och bakåt, säger intendenten Peter Zander.

EN NY MONTER om insatsen att utbilda gendarmer i Persien 1911-1914 har tillkommit. Man har även byggt upp en mässmiljö från camp Victoria i Kosovo. Under 2010 gjorde man en inventering av föremål på plats och intervjuade den sista gruppen soldater.

– Mässen är inte bara ett ställe för upptåg och dricka, det är också ett ställe att minnas fallna soldater på, förklarar Peter Zander.

TILLSAMMANS MED EN sovbarack, med en svensk FN-soldats alla personliga tillhörigheter, ger utställningen en liten inblick i soldaternas vardag. Men den tar även upp de smärtsamma aspekterna av internationella insatser: "Kongo—ett svenskt Vietnam?", en svensk "body-bag", kravallerna i Caglavica i Kosovo och Margot Wallströms arbete med FN:s resolution som klassar våldtäkter som krigsbrott. Vi får följa Margot Wallström i en av de två filmer som visas på storbild. Den andra innehåller intervjuer med veteraner och en av deras anhöriga gjorda av krigskorrespondenten Johanne Hildebrandt.

UNDER HÖSTEN HAR man även arbetat med att komplettera vapenutställningen med en ny del, "Vapen och rockar", med föremål från 1700- och 1800-talet.

– Tidigare var utställningen anpassad för folk med ett specialintresse för vapen, nu har vi även kopplat dem till uniformer och olika typer av truppslag, säger intendent Martin Markelius.

Resultatet är estetiskt tilltalande, även för den som är mer mode- än vapenintresserad. Även Artillerihallen har fått en uppfärskning och man har skapat utrymme för tillfälliga utställningar.

Therese Åkerstedt

FAKTA:

Armémuseum

Adress: Riddargatan 13, Stockholm

Öppettider:

Tis 11-20*

Ons-sön 11-17

Entrépriser:

Vuxen 80 kr

Pensionär/student 50 kr

Fri entré t.o.m. 19 år

*Fri entré tisdagar från 17.00



En spade med föremål från kravallerna i Caglavica i Kosovo.

Replik till "Ingen går med för att tälta"

Min läsning av FFF:s insändare fyller mig med irritation, blandat med förundran över hur olika uppfattningar man kan ha gällande hemvärnets uppgifter och verksamhet. Jag vill här ta tillfället i akt att ge min syn på några av de punkter som författaren lyfter fram i sin text. (publicerad i nummer 4)

MIN FÖRSTA REAKTION gäller författarens övergripande bild av hemvärnssoldaten som en "andra klassens soldat". Detta går starkt i stäv med min egen bild av hemvärnet som en integrerad del av försvarsmakten.

Vi har i stort sett – med undantag för vapnet – samma personliga utrustning som en anställd soldat. Därmed inte sagt att utrustningen är felfri, alla vet att till exempel vissa av våra fordon sett mycket bättre dagar, men jag upplever inte att hemvärnsmateriel som sådan är undermålig.

VAD GÄLLER HYLSEFÄNGAREN, så väljer jag mycket hellre monterad hylsfångare på vapnet än att behöva plocka hylsorna för hand på vallen, eller att ha skjutgrannens hylsor smattrande mot hjälmen.

Jag tror att hela Försvarsmakten stämmer in i författarens ord om att förläggning inomhus ger ett bättre stridsvärde än förläggning i tält. Jag delar däremot inte åsikten att tälthantering inte ska övas på KFÖ och SÖF. Vi ska inte undvika att öva moment därför att de är jobbiga eller tråkiga, då blir de bara ännu jobbigare den dag vi måste utföra dem skarpt.

JAG VILL OCKSÅ påpeka att hemvärnet lyder under samma regler och föreskrifter som resten av försvarsmakten. Dessa regler finns inte bara för sin egen skull, utan för att underlätta och säkra verksamheten på så många sätt som möjligt för alla parter.

DESSUTOM PÅBJUDER reglementena en standard för hur alla aktiva inom försvarsmakten – anställda såväl som avtalspersonal – ska se ut och uppträda i tjänsten. Vi har ett uppdrag som kräver att vi har allmänhetens förtroende som kompetenta och trygga beskyddare och hjälpare. Att då som en "helg-Rambo" bränna fram halvklädd och halvkvad på övningsfältet är inte vad jag anser vara en fördelaktig och förtroendeingivande bild av hemvärnet eller av försvarsmakten i stort.

Kort sagt: Hemvärnet ska i min värld prioritera kompetens, säkerhet och förtroende, inte enskild soldats krigar-image eller adrenalintillförsel.

Johan Strömhielm



Slopa B-teorin när man redan har den

Det är stor brist på fordonsförare inom hemvärnet. Orsaken till detta är att Bilkåren som utbildar fordonsförarna är ordentligt överbyråkratiserat, och i den andan ställer realistiska krav på dem som är beredda att frivilligt lägga ned tid på detta.

KURSERNA ÄR LÅNGA och orsaken till detta är att en stor del av kurs tiden ägnas åt B-teori! Om kännetecknet för en hemvärnsman är gammal ak 4 med omilitärisk hylsfångare på axeln så är samma för en bilkårist en bok med körkortsteori under armen!

SÅG ATT DIN KOMPANICHEF vill att du blir förare av terrängbil 20 eftersom detta saknas till en insatsgrupp. Nu väntar mycket arbete som du inte har en aning om. Du måste först bli utbildad och godkänd fordonsförare av tung lastbil för att köra terrängbil 20. Detta tar flera veckor. För att gå den kursen måste du, om ditt körkort är äldre än två år, läsa om B-teorin på någon körskola och klara detta prov.

Själv fick jag som kört tung lastbil i flera år civilt, kallelse till en grundkurs i

att köra tung lastbil, som jag aldrig anmält mig till. Utan det var terrängbil 20 jag skulle utbildas på och fick en vecka på mig att plugga B-teori och göra provet till detta!

EFTER ATT LAGT NED mycket tid på att göra om B-teorin och klarat provet går du kursen under 14 dagar. Veldig stor del av kursen ägnas åt det du just läst, dvs B-teori igen och ett prov igen. PUH! Du klarar kursen och är nu expert på B-teori men långt ifrån expert på att köra tung lastbil som hela utbildningen borde handlat om – eller hur? Nu var det ju förare av terrängbil 20 du skulle bli! Du måste nu i bilkårens anda av byråkrati utbildas på terrängbil 20 först och nu börjar allt om

99 VARFÖR LÄRA SIG KÖRA TUNG LASTBIL OM MAN INTE SKALL GÖRA DETTA I HEMVÄRNET, UTAN SKALL KÖRA NÅGOT ANNAT FORDON?

igen – B-teori under kursen med prov och lite körning. PUH igen! Nu först får du gå kursen som leder till behörighet på terrängbil 20. Naturligtvis innehåller kursen B-teori och prov på detta!

Varför lära sig köra tung lastbil om man inte skall göra detta i hemvärnet, utan skall köra något annat fordon?

SLOPA FÖR TUSAN kravet på att göra om B-teorin och ägna kurserna till 100 procent åt att lära eleverna att sköta och köra fordonen. Gå kurser som berör det fordon man skall köra i hemvärnet och inget annat trams, annars står hemvärnet snart utan förare. Man skrämmer bort chaufförer med erfarenhet. Själv har jag kört tung lastbil i flera år och detta kunde hemvärnet haft nytta av även om det nu var terrängbil 20 jag skulle ha kört!

BILKÅRENS ENFALDIGA förkärlek för B-teori på bekostnad av körskicklighet står stick i stäv med vad körskolelärare säger. Nämligen att ett körkort (klarad teoridelen och uppkörningen) inte gör dig till förare utan medger bara att du får träna på egen hand.

Thomas Svensson

Med risk för att förolämpa någon ...

Det blåser ju ständigt nya vindar och det är ju ingen hemlighet att det ställs nya krav på oss i HV. Detta är ett känsligt ämne men jag "sparar in dörren" ändå: på både utbildningar och övningar ser man soldater som är så överviktiga att de inte kan göra multitest eller ens försöka springa ett fälttest. An mindre försöker de springa uppför en backe, och när de väl gör det så är deras stridsvärde nere på noll.

Jag är ingen elitidrottare men jag sköter min kost, tränar regelbundet, röker inte osv.

MIN FRÅGA TILL dessa människor är hur de tror sig klara sig i en strid och om de över huvud taget reflekterat över att de blir en belastning för sina grupper om det smäller?

Jag har den djupaste förståelse för att jobb, familj etc. gör att man har mycket lite tid över för träning, men det finns ett mervärde i detta: er hälsa förbättras och ni slipper följsjukdomar som diabetes, hjärtinfarkter och annat elände. Finns det något som ni kan förändra i er vardag för att förbättra er hälsa och stridsvärde? Cykla till jobbet? Sluta röka? Åta sunda-dare? Droppa era tips här och peppa era medsoldater!

TAG DETTA INLÄGG som en möjlighet till reflektion och förändring, för min intention är inte att sparka på någon som ligger ner. Jag är bara bekymrad över att vi inte når upp till kravspeifikationerna och över er hälsa. Blir någon förolämpad, så tål jag att bli utskäld. Bring it on!

tis, 09/25/2012 - 09:56-Sgt Hjelm



SVAR:

99 I VÅRT OMRÅDE HAR VI MED HJÄLP AV IDROTTS-FÖRENINGAR ORGANISERAT ENMILAVANDRINGAR VARJE HELG.

tors, 09/27/2012 - 12:27 - Fk Zoom

TJENA!

... Själv har jag ett fysiskt arbete och jobbar förhållandevis långa dagar. Hur kombinerar ni andra detta med träning? Kan tillägga att jag har en nyfödd på snart 2 månader. Den magiska kombinationen går att hitta, men skulle uppskatta inspiration från andra medlemmar. För att återgå till träden. Sgt Hjelm, jag håller med dig till 100%, och ni som bör reflektera över er fysiska status: Det är inte bara ert eget stridsvärde som sänks, utan hela gruppen och till och med hela plutonens stridsvärde är beroende av din fysik.

Kort och gott också, högre stridsvärde = bättre pr för Hv/NS

tis, 09/25/2012 - 11:02 - Bommen



JAG TROR ATT DET KOMMER ...

... att behövas ställas krav på fysiska förmåga för hv/friv. (---) Vintertid (inte helt ovanligt i Sverige) så måste förbandet kanske skida några kilometer för att nå utgångsgrupp-ring, eller i värsta fall pulsa den sträckan i snön, medförande inte bara personlig mtrl utan även grp/plutmtrl. Som jag ser det så finns det inget alternativ i det långa loppet; ska vi ha fältförband som kan leverera så måste vi ställa fysiska krav på soldaterna ...

tors, 09/27/2012 - 11:48 - Axial

ÄVEN SKYDD AV OBJEKT KRÄVER EN VISS FYSISK FÖRMÅGA

Det duger inte att bara sitta still vid ett objekt och vänta, för att lyckas behövs även förmåga till snabba förflyttningar till verkansläge, kunna genomföra patrullering, m m.

Att prioritera ens fysiska förmåga är alltid det bästa man kan göra, det påverkar hela vårt liv till det bättre.

ons, 09/26/2012 - 18:25 - Charlie Spartan

65

Antalet inlägg på det nya forumets mest debatterade tråd om fysisk träning: "Med risk för att förolämpa någon"

SUCK

Många inom Hv speciellt Insats, verkar inte förstå att det är just Hv, inte specialtrupper, det handlar om bevaka, skydda osv.

Visst ska man ha en viss grundfysik men betänk att förr så kunde man gå med i HV när man var 47 år, dvs för gammal för att var krigsplacerad som soldat.

Därv de enklare uppgifterna såsom bevakning.

Förstår att många vill ha det lite tuffare och häftigare så de kan filma och lägga ut på Facebook men ärligt talat hitta något annat att göra ...

tors, 09/27/2012 - 11:22 - HVsoldat



Avsändare: Tidningen Hemvärnet, Banérgatan 62, 11553 Stockholm. Om din tidning kommer till fel adress, uteblir eller skickas till dig, trots att du lämnat hemvärnet, ska du i första hand vända dig till din utbildningsgrupp för rättelse. Detta gäller all krigsplacerad personal, både hemvärnsmän och avtalspersonal. Glöm inte att anmäla flytt till Skatteverkets folkbokföring.



UTRUSTNING FÖR PRICKSKYTTE

- Målmateriel till långhållsskytte
- Vapenväskor/Dragbags
- Benstöd/Monopod
- Loggböcker
- Scope level
- Skjutstöd
- A.D.I.

