

# Tidningen **Hemvärvet**



NATIONELLA  
SKYDDSSTYRKORNA

#3-2012



Strid i bebyggelse  
Packa rätt och lätt  
Slutvårdat för Röda Korset

Hårda övningar kräver bra fysik

KÅSA • BESTICK • GUMMISTÖVLAN 90 • TÄLTLYKTA • FÄLTPADE • GRÄVSPADE • VÄRMEJACKA 90 • VÄRMEBYXA 90 • RYGGSÄCKAR • MASKERINGSNÄT • TELEFONVÄXEL • SNÖSKYFFEL • FÖRBANDSVÄSKOR • VATTENDUNKAR

# Militära fordon samt utrustning

**FRAKT**  
**Vid förskottsbetaling 0-10 kg (ej skrymmande) 49:-**  
**Vid efterkrav postförskott 0-10 kg (ej skrymmande) 109:-**

**ACTIVE LIFE EQUIPMENT**  
 Kundtjänst växel 08.00-17.00,  
 Öppettider Butik: ons 12.00-18.00, fre 12.00-18.00  
 samt lör 10.00-14.00, övrig tid telefonkontakt.  
 Kvargatan 10, Slutarp / Falköping,  
 Tel: 0515 - 33399, Fax: 0515 - 33390,  
 info@surplus.se

[www.surplus.se](http://www.surplus.se)

KOKKÄRL • BYXA BOU • PULKA • HANDSKAR • LINNE • DOG TAG • VANTAR

STOR SORTERING AV PRODUKTER I M90CAMOUFLAGE LIKNANDE FÖRSVARETS. NU FINNS VI ÄVEN PÅ FACEBOOK.

KÅSA • BESTICK • GUMMISTÖVLAN 90 • TÄLTLYKTA • FÄLTPADE • GRÄVSPADE • VÄRMEJACKA 90 • VÄRMEBYXA 90 • RYGGSÄCKAR • MASKERINGSNÄT • TELEFONVÄXEL • SNÖSKYFFEL • FÖRBANDSVÄSKOR • VATTENDUNKAR

# www.castlesecurity.se

**Kängor / Handskar / Ficklampor / Till Hunden / Väskor mm.**

Castle Security Sweden AB grundades 1986 med försäljning av utrustning till myndigheter i Sverige. Mars 2012 tog vi steget ut på näthandeln. Besök oss på: [www.castlesecurity.se](http://www.castlesecurity.se)

Vi är sedan många år leverantör till Polis, Försvar, Kriminalvården samt Kustbevakningen. Vi har baserat vårt urval av kvalitetsmedvetna produkter på många års erfarenhet av direkt samarbete och utvärdering tillsammans med våra kunder. God och personlig service, flexibilitet, leveranssäkerhet, låga priser och yrkeskunskap.

Vi tillhandahåller dessutom tjänster för att finna specifika lösningar/prodукter för våra kunders räkning.

**10% på HELA sortimentet**  
 Endast för Hemvärnare. Gäller även pågående kampanjer på hemsidan så länge lagret räcker. Använd rabattkod "hemvärnet" vid beställning. T.o.m 15:e Juli

**CSS-Castle Security Sweden AB**  
 Mölndalsvägen 85, 412 85 Göteborg  
 Tel. 031-402170

**De goda soldaterna**  
 – Bataljon 2-16 i dödens kvarter  
 David Finkel

**Världens främsta elitförband**  
 Hugh McManners

**Andra världskriget**  
 – hemliga krigspläner som aldrig blev av  
 Michael Kerrigan

**Tyskar och allierade i Sverige**  
 Lars Gyllenhaal

**F Fischer & Co** Läs mer: [www.fischer-co.se](http://www.fischer-co.se)

## FAKTA OM HEMVÄRNET

Alla i hemvärvnet är med frivilligt. Personalen över 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.

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

Hemvärvnsförbanden 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 [hemvartnet.se](http://hemvartnet.se) eller [soldat.nu](http://soldat.nu). Personer som inte gjort värnplikt kan bli specialister eller gå tremånadersutbildningen GMU.



[hemvartnet.se](http://hemvartnet.se)

## LEDARE / RIKSHEMVÄRNSCHEFEN

# Värt att försvara

▶ **UNDER DEN MEST intensiva värperiodes** genomförs ett flertal KFÖ:er och SÖF:ar varje vecka. I år inspekterar vi främst Norrlandsbataljonerna och jag gläds åt att se hur övningskvalitén och förmåga hos er bara ökar. På många platser har medierna varit inbjudna till övningarna. På en plats, nästan mitt i Sverige, var samtliga lokala tidningar samt tv och radio representerade. Detta är oerhört viktigt. Syns och hörs vi inte, så finns vi inte. När jag läser i pressklippet nu ser jag också hur stort och bra genomslag detta får. Detta leder mig osökt in på rekryteringsfrågor.

**I BÖRJAN PÅ MAJ** genomförde vi vårt andra rekryteringsseminarium med ett stort och brett deltagande. Målgruppen är primärt våra fältrekryterare och de som planlägger rekryteringen inom hemvärvnsförband och utbildningsgrupper. Under seminariet diskuterades och gavs exempel på hur rekryteringen genomförs och vilken materiel och vilket stöd som finns att tillgå. När jag ser alla er entusiastiska rekryterare så är jag inte orolig över att hemvärvnsförbandens rekrytering inte ska lyckas.

**INOM HEMVÄRNET HAR** vi ju lanserat den "lokala rekryteringen" som den främsta metoden för att nå presumtiva hemvärvns-soldater. Denna innebär att rekryteringen sker lokalt på plats och vi håller sedan hela tiden kontakt med den som vi rekryterat till dess att han eller hon finns i ett hemvärvnsförband. Samma modell bör, som jag ser det, tillämpas av de frivilliga försvarsorganisationerna. Nyckeln till ett sådant samarbete sker genom de regionala och lokala rekryteringsråden.

**ANSÖKNINGARNA INFÖR** höstens GMU-platser ser just nu på många håll bra ut, särskilt vill jag nämna Gävleborg, Dalarna, och Göteborg, där vi dessutom kommer att genomföra en sommarutbildning, vilket jag tror mycket starkt på.

En annan viktig sak är givetvis att behålla dem som vi redan har, det är ju

den allra enklaste rekryteringen. Det enklaste sättet att göra det är enligt min mening bra, relevanta och väl genomförda övningar och utöver det en bra möjlighet till kompletterande utbildning, samt en god anda och gemenskap, ofta manifesterad genom våra hemvärvnsföreningar.

**AVSLUTNINGSVIS VILL JAG** förmedla en bild från den senaste krigsförbandsövningen som jag besökte en fredagsmorgon strax söder om Örnsköldsvik vid ett viktigt skyddsobjekt. Där träffade jag i solskinet en dubbelpost där den ena posten omedelbart citerade Nils Ferlin om Höga kustens skönhet och vidunderliga belägenhet. Visst är det så och visst är Sverige ett land värt att försvara. ●

Ha en trevlig sommar!

**Roland Ekenberg**  
 Rikshemvärvnschef



# Att skriva eller inte skriva ...

... om materielförsörjningen? Det är den svåra frågan. Eller egentligen inte. För om det är något som engagerat och intresserat soldater i alla tider så är det utrustningen.

**I TIDNINGEN SKRIVER** vi bara om materiel som det finns ett fattat beslut om och som Försvarets materielverk (FMV) och Försvarsmakten logistik (FMLOG) fått order om att köpa in och/eller distribuera. Vi pratar dessutom med den som är ansvarig för respektive materielområde. Vi skriver alltså inte om lösa rykten som tagits ur luften eller som någon hört i ett fikarum. När jag förra året skrev att man ska börja dela ut Jacka 90 Lätt under 2012 så tror en del att de direkt kan springa till förrådet och hämta ut grejerna. Här gäller det inte bara att läsa utan även förstå det man läser. Då slipper man känna sig besviken och kan dessutom tipsa tidningen om det är något som inte fungerar. På nottisidan kan ni läsa mer om utdelningen av 90 Lätt.

officerarna var motsvarande siffra 97,8 och bland anställda soldater är ungefärligt tio, 89,9 procent, en man. Så den "positiva" särbehandlingen av kvinnor kan inte vara så himla positiv.

En av anledningarna tror jag är att kvinnor inte får utrustning anpassad efter sina fysiska förutsättningar, eller ens i rätt storlek som det var de första åren.

**NU SKA DE** kvinnliga hemvärnssoldaterna tilldelas bh, och trosor, och därmed få en komplett uniform enligt alla säkerhetsföreskrifter precis som sina manliga kolleger. En självklarhet kan man tycka, men några av er kommer säkert att gnälla över att kvinnor "särbehandlas" och att man får stryka annan "viktigare" materiel. Då ska ni fråga er om inte kvinnor bör ha samma möjlighet, och skyldighet, att skydda Sverige och dess befolkning. Sverige är trots allt en demokratি. ●

**Therese Åkerstedt**  
Chefredaktör

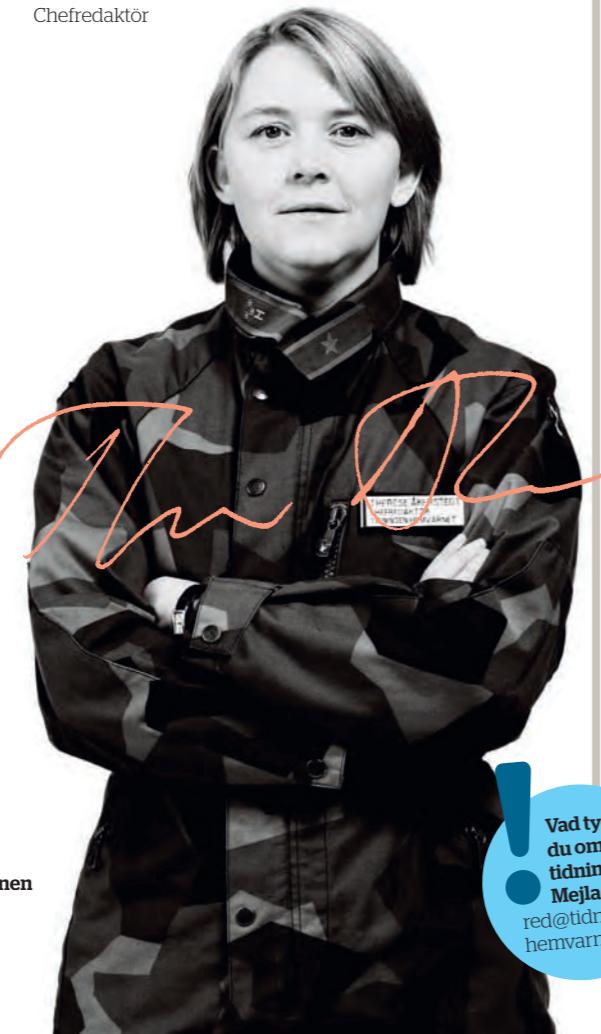
**MAN KAN JÄMFÖRA** materieltilförseln med politik. Ska vi sluta skriva om vallöften för att vi vet att alla politikerna kanske inte håller dem efteråt? Nej, en av mediernas främsta uppgifter är att granska makten. Min uppgift är bland annat att granska Försvarsmakten.

**I HEMVÄRNET HAR** vi en i militära sammanhang förhållandevis stor andel kvinnor, i dag nära 15 procent, och kvinnor har varit med sedan starten 1940. Jag kan nog påstå att majoriteten av dessa kvinnor trivs och uppskattas av sina manliga kolleger. Hade så inte varit fallet så hade vi helt enkelt slutat – det är trots allt friviligt och inget arbete.

**NU ÄR ÄVEN** engagemanget i övriga Försvarsmakten "frivilligt". Ni som oroar er för att kvinnorna håller på att ta över kan känna er lugna. Vid årsskifte var 94,8 procent av officerarna män, bland reserv-

## Vi testar:

++++ Sport bh: Fungerar bra under träning.  
++++ Trosa: Klämmer åt i midjan och runt benen trots en storlek större. Felkonstruerad?



Vad tycker du om tidningen?  
Mejla oss:  
red@tidningenhemvartnet.se

TIDNINGEN  
HEMVÄRNET  
#3 JUNI 2012  
ÅRGÅNG 72

Besöksadress:  
**Banérsgatan 62, Stockholm**

Postadress:

**Tidningen Hemvänet**  
107 85 Stockholm  
Telefon 08-788 75 00  
Fax 08-664 57 90

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

Reporter/redigerare:  
**Lisa Björk**  
reporter@tidningen  
hemvartnet.se

Korrektur:  
**Daniel von Sydow**

Alla som är med i hemvänet  
får tidningen gratis. **Vid fel  
adress eller utebliven tidning**  
ska du kontakta din **utbild-  
ningsgrupp** som sköter hem-  
värnssoldaternas adressregister,  
se hemvartnet.se

Friexemplar:  
Myndigheter, organisationer  
och personer vars arbete rör  
hemvänet/Försvarsmakten har  
möjlighet att få tidningen gratis.  
adm@tidningenhemvartnet.se

Prenumerationer:  
100 kr för 6 nummer/år,  
200 kr till utlandet  
adm@tidningenhemvartnet.se

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

TS-kontrollerad upplaga 2011:  
27100 exemplar

Tryck:  
**Sörmlands  
Grafiska AB**



10



28

INNEHÅLL / #3-2012

## Nyheter 6

Senaste nytt - från norr till söder

## Tidsvis anställda 9

Försvarsmakten ska rekrytera tusentals soldater

## Landet runt 10

Insatser i Sverige

## Testa dig själv 14

Kom i gång med vår nya träningsserie

## Intervju: Karin Enström 16

Amfibiekapten ny försvarsminister



20



## Tema: Personlig utrustning 34

Bärsäck, stridssäck och stridsutrustning

## Tema: Psg 90 36

Träffsäkert vapen som kräver lång utbildning

## Tema: Gå med i hemvänet del 2 38

Den blivande bevaknings- soldaten Lisa Björk på- rustar och går introduktions- utbildning på Livgardet.

TA = Therese Åkerstedt LB = Lisa Björk



NYHETER

## Komplett uniform för kvinnor

Nu kan **kvinnliga hemvärs-soldater** kvittera ut två **sport bh:ar**, två **komfort bh:ar** och fem trosor vardera. Det berör **cirka 15 procent** av personalen i hemvänet.

**F**örsvarsmakten måste ta hand om alla soldater och hemvänet har varit lite eftersatt på materielsidan. Bär man stridsutrustning och ingår i insatsförsvaret ska man ha utrustning för det. Har man civila persedlar har man inte det kompletta skyddet, säger Thomas Vesterlund, materielsysteman-svarig för soldaternas personliga utrustning i Försvarsmakten.

**EFTERSOM BH OCH** trosor bara ska tillde-las den kvinnliga personalen kan man inte lägga in dem i materiellistan för insatsorganisationen, i stället har man skapat ett tilläggskort för hemvänet. En skrivelse om att man från och med nu kan dela ut bh och trosor gick ut till hela Försvarsmakten i maj. Det innebär att det är fastställt att alla kvinnliga hemvärs-soldater ska kunna hämta ut utrustningen på förrådet.

### Kommer vi verkligen att få ut dem?

– Det är klart det ska finnas, annars får de beställa hem, säger Thomas Vesterlund.

**CIVILA PRODUKTER** är inte säkerhets-godkända enligt de krav på bland annat flammsäkerhet som Försvarsmakten ställer. En civil bh eller trosa kan i värsta fall smälta in i huden vid brand.

**OM NÄGOT GÅR SÖNDER** ska plagget lämnas in för persedelbyte precis som för den övriga personliga utrustningen. Tvätten får man dock sköta själv.

THERESE ÅKERSTEDT

### FAKTA:

#### TILLÄGGSKORT: HEMVÄRNET KVINNLIG PERSONAL

- 2 stycken M7321-302000 BH KOMFORT
- 2 stycken M7321-301000 BH SPORT
- 5 stycken M7322-301000 TROSA



## Ballistiskt skydd till alla ...

Försvarsmakten har utökat beställningen av skyddsglasögon under de kommande åren. Det innebär att alla soldater ska tilldelas ett eget par skyddsglasögon med ballistiskt skydd senast 2017.

## ... och skydd för knäna.

En utredning om användandet av knäskydd i Försvarsmakten har påbörjats och även hemvänet ska ingå i den kommande tilldelningen. Någon tidsplan är dock inte utsatt.



FOTO: THERESE ÅKERSTEDT

# 1980

Driftvänet är först med att anta kvinnliga soldater.



## Stor utdelning av trivselmedel

**RIKSHEMVÄRSRÄDET** har i år avsatt 350 000 kronor som trivselmedel till de regionala råden runt om i landet. Kravet för att få pengarna utbetalda är dock att man har bildat en ideell förening. Beloppet är fördelat på grundval av hur många uppfyllda avtal hemvänsförbanden under respektive hemvänsråd hade förra året.

**FÖR ATT KUNNA** betala ut pengar till råden krävs att de har en ideell förening, det vill säga är en juridisk person, med medlemmar, antagna stadgar och vald styrelse.

De regionala råden måste därför sända in organisationsnummer och stadgar för den ideella föreningen före den 15 november för att pengarna inte ska frysa inne. Saknar man förening har Rikshemvärsrådet utformat en normalstadga som man kan använda.

**STADGAN REGLERAR** bland annat att föreningen ska stödja hemvänsförbanden och "främja intresset för Hemvänet i Sverige samt tillvarata medlemmarnas engagemang för Hemvänet". Antar man dessa stadgar har man dessutom rätt att använda "Hemvänet" i föreningsnamn och/eller hemvänet vapen/logotyp. TA

## Endast en krigsplacering

Under våren har det kommit ett **förtydligande angående krigsplacering** i hemvänet. I beslutet skriver man att "hemvänet ska utgöras av **tillgängliga och användbara förband**", vilket innebär att "en enskild individ **endast kan ha en befattning i insatsorganisationen**".

**B**eslutet innebär även att man inte ska kunna få ut flera ersättningar för samma tjänstgöringstid.

**I PRAKTIKEN INNEBÄR** det att yrkesofficerare/specialistofficerare samt kontinuerligt och tidvis anställda soldater inte kan ha en befattning i hemvänet. Däremot kan anställda soldater ha ett vilande hem-

värnsavtal. Reservofficerare utan en aktiv reservofficersanställning och som saknar placering i krigsförband kan dock krigs-placeras i hemvänet\*. Även civilanställda i Försvarsmakten som saknar krigsplace-ring kan teckna ett avtal med hemvänet och ska i så fall ta tjänstledigt när de över. Hemvänsbefäl som är korttidsanställda av Försvarsmakten ska vara tjänstlediga när de fullgör sitt hemvärvsavtal.

**PERSONALKATEGORIER** som hemvänet inte har disponibilitetsrätt på, exempelvis poliser och ambulanssjukvårdare, kan pla-ceras som extra hemvärvssoldat. I så fall företrädesvis som meniga skyttesoldater. Men detta ska ske i undantagsfall.

THERESE ÅKERSTEDT

\***FOTNOT:** Reservofficer med placering i an-ställningsgrupp 5 och utan vilande placering i krigsförband behöver ej vara tjänstledig för att teckna hemvärvsavtal.



En enskild individ kan fortsättningsvis endast ha en befattning i insatsorganisationen.

# Nytt sätt att leda

Försvarsmakten håller på att införa ett **nytt ledningssystem**, Prio. Systemet, som ska fungera inom områdena **HR (personal), ekonomi, logistik** och även kopplad ledning och styrning, ska under **2012 börja införas även i hemvänet**.

– Det vore ju olyckligt om inte hela Försvarsmakten hade integrerats i systemet. Hemvänet är en stor del av Försvarsmakten och därför ska även vi ingå, säger Joe Wilhelmsson på Rikshemvärnsavdelningen.

**FÖR DEN ENSKILDE** hemvärnssoldaten kommer införandet inte att innebära några förändringar. De som berörs är utbildningsgrupperna (HR-administratörer) som i stället för att använda Plis går över till att använda Prio. Utbildning kommer påbörjas i slutet av sommaren.

**TIDEN FÖR INFÖRANDET** i hemvänet har varit mycket kort i förhållande till övriga delar i Försvarsmakten. Projektet har dock fått mycket stöd från förband och utbildningsgrupper enligt Joe Wilhelmsson.

– Datumet har blivit framflyttat på grund av ett antal felaktigheter i införandetesterna, säger Joe Wilhelmsson.

Ny tidpunkt för införandet av Prio i hemvänet är månadsskiftet oktober/november 2012.

## Vad är fördelarna?

– I stället för de cirka 160 olika system som tidigare fanns inom myndigheten så finns nu ett enda som används. Generellt för hela Försvarsmakten innebär även införandet att vi får tydligare strukturer och ett nytt arbetsätt.

## Nackdelar då?

– Inledningsvis kommer vi antagligen att ha en del friktioner innan systemet är riktigt inplanterat. På kort sikt kan det även drabba den enskilda hemvärnssoldaten med till exempel utebliven ersättning. Men det vet vi inte förrän vi startat.

LISA BJÖRK

## FAKTA:

Prio är ett färdigt affärssystem som bygger på mjukvaruleverantören SAP:s standard-system. SAP-systemet används av mer än hälften av världens 500 största företag och även flertalet av försvarsmakterna i Europa och övriga världen. Den totala budgeten är cirka 2,5 miljarder kronor.

Källa: Försvarsmakten.se

## NYHETER



FOTO LARS THORWALL

## Rekryteringshelg på LSS

I BÖRJAN AV MAJ anordnades hemvärens rekryteringsseminarium på Luftstridsskolan (LSS) i Uppsala. Det var andra året i rad som rikshemvärns avdelningen stod som arrangör. Ungefär 120 personer hade samlats för att under en helg lära sig mer om rekrytering.

– Det var en väldigt stor blandning bland de kurser som erbjöds. Det var både hårdfakta och abstrakta kurser, säger deltagaren Max Rönnblom från 133:e platonen på I19.

**FÖRELÄSNINGARNA** och kurserna hölls av både personal från olika rekryteringsavdelningar ute i landet och civila aktörer. Under utbildningshelgen kunde man bland annat lära sig om hur man ska bemöta intresserade mäniskor under mässor. Kurserna som erbjöds hade inriktningar för både nybörjarna och de mer erfarna deltagarna. Deltagarna fick själva välja vilka kurser de ville delta i.

– Vi var kanske 10 procent nybörjare och resten var erfarna. Jag gick därför bland annat på kursen om grunderna inom rekrytering, säger Max Rönnblom.

Han har själv varit med i hemvänet bara i några månader men tycker att rekryteringen till hemvänet är viktig.

– Hemvänet har en stor utmaning med att rekrytera folk eftersom man i dag har flera olika vägar att välja på inom Försvarsmakten. Hemvänet måste bli mer attraktivt.

**MÅLET MED** seminariet var att skapa ett forum för utbyte av erfarenheter och genomföra kompletterande utbildning för hemvärnets fältrekryterare och personal på utbildningsgrupperna. LB



FOTO THERÈSE ÅKERSTEDT

## NYHETER

Första årets GM: J rekryter framrycker under en övning på Luftvärnsregementet. Snart har de möjlighet att bli tidvis anställda.

# Tusentals krigare på deltid

I höst ska Försvarsmakten anställa minst **2 400 tidvis anställda** gruppbefäl, soldater och sjömän, GSS/T.

**PROPOSITIONEN** "Soldatanställningar i Försvarsmakten" som möjliggör en GSS-anställning antogs av riksdagen den 23 maj. Den ska börja gälla från och med den 1 juli. Lagen innebär att soldater kommer att anställas på minst sex år och högst åtta år. Tiden kan utökas till max 16 år för de tidvis anställda och 12 för de kontinuerligt anställda.

**DET NYA** personalförsörjningssystemet bygger på att delar av personalen som varit anställda i Försvarsmakten fortsätter i hemvänet när de går vidare till ett civilt arbete.

vilket innebär att de under en åttaårsperiod gör två till tre krigsförbandsövningar om vardera cirka två till tre veckor. Förutom det kan tjänstgöringen innebära en till två internationella militära insatser om vardera cirka nio månader, inklusive cirka tre månaders förberedelsetid i Sverige.

**DE HEMVÄRNSSOLDATER** som blir kontinuerligt eller tidvis anställda kan registreras som "vilande" på sitt hemvärnsförband, eftersom man inte kan ha två krigsplatser. Försvarsmakten har dock reglerat i en skrivelse att man inte ska bedriva en aktiv eller riktad rekrytering ur hemvärnsförbanden för att få tidvis anställda.

**EXEMPEL PÅ OLIKA TJÄNSTGÖRINGSTIDER FÖR GSS/T OCH HEMVÄRNSSOLDAT**

ÅR	1	2	3	4	5	6	7	8
<b>TIDVIS ANSTÄLLD</b> (arbetstid + övningsdagar)	2-3 veckor	9 månader*		2-3 veckor		9 månader*		2-3 veckor
<b>INSATSSOLDAT</b> (övningsdygn)	4+4 dagar**	4+4 dagar	4+4 dagar	4+4 dagar	4+4 dagar	4+4 dagar	4+4 dagar	4+4 dagar

Minimikrav

\* Om ditt krigsförband deltar i internationell insats.

\*\* Kontraktstiden varierar från 4-13 dygn per år, i kontraktstiden

ingår inte kompletterande utbildning eller beförings/befattningskurser på HvSS etc som är frivilligt.

## FAKTA:

## GSS/T

- Har viss utrustning i hemmet
- Betalar sin egen mat under tjänstgöringen, förutom under förbandsövningar. Boende på logement alternativt tält/stridsfartyg.
- Fri in- och utryckningsresa.
- Ingångslön runt 17 000 kronor, kan tillkomma övningsdygn och eventuellt särskilda tillägg vid internationella insatser. Beskratas.

## HEMVÄRNSSOLDAT

- Personlig utrustning i hemmet
- Gratis kost och logi under övning/utbildning.
- Fri in- och utryckningsresa.
- Förlorad inkomst ersätts med SGI. Dessutom utgår som lägst utbildningspremie 3500 kronor (insatssoldat 7 000 kronor) samt eventuell befattningspeng för befäl på mellan 1800 kronor och 26 100 kronor per år vid fullgjort avtal. Allt utom SGI är skattefritt.



En hemvärnssjukvårdare  
övar under insatsövningen  
i Malmö förra året.

FOTO THERESE ÅKERSTEDT

NYHETER

# Slutvårdat för Röda Korset

Efter 72 år är samarbetet slut. Svenska Röda Korset har beslutat sig för att inte längre rekrytera och utbilda hemvärnssjukvårdare.

Röda Korset bildades på 1800-talet för att vårdar krigsskadade och organisationen har skött sjukvården i hemvärnet sedan starten 1940.

– Anledningen är att vi genomför en stor omorganisation och smalnar ner verksamheten. Det finns inga ekonomiska eller ideologiska förtecken till att vi avslutar samarbetet, säger Jonas Prawitz, enhetschef för Beredskaps- och krishanteringenhetens på Svenska Röda Korset. Fokus ska i stället vara att ge ”stöd till utsatthet i vardagen”.

**Men Röda Korset bildades för att ge vård till skadade i krig?**

– Det var där och då, sedan dess har omvärlden förändras, det är en annan utsatthet i dag.

**RIKSHEMVÄRNSCHEFEN** Roland Ekenberg har träffat representanter från organisa-

tionen och diskuterat ärendet.

– Jag respekterar Röda Korsets beslut, nu får vi se hur vi ska gå vidare. Men det är fullständigt glasklart att vi behöver våra sjukvårdare, de är en efterfrågad och viktigt resurs för förbandens krigsduglighet, säger han.

**SVENSKA RÖDA KORSET** skriver i ett informationsblad att de kommer att fortsätta enligt tidigare plan under året och fasa ut verksamheten på ett ”ansvarsfullt” sätt.

– Rikshemvärnsavdelningen ska göra en analys av läget så fort som möjligt.

Om någon annan frivilligorganisation tar över uppgiften eller om vi löser det internt inom Försvarsmakten är ännu oklart. Men de hemvärnssjukvårdare från Svenska Röda Korset som finns i hemvärnet i dag ska vi säkerställa att vi har kvar, de behöver inte vara oroliga, säger Tomas Engström, som är medicinsk verksamhetschef för hemvärnet.

Engström ska träffa representanter för Försvarsmedicincentrum, som bland annat samarbetar med Svenska Röda Korset, om den kommande utbildningen av stridssjukvårdare.

THERESE ÅKERSTEDT

## LANDET RUNT

### Hemvärnets insatser

April

Kramfors. En 59-årig man försvinner och hemvärnet hjälper till i sökandet med fyra hundar och några motorcyklister. Mannen hittas inte.

Öland. En man anmäls försvunnen då han inte återvänder efter sin joggingtur på norra Öland. Hemvärnet kallas in och ett 20-tal personer, däribland mc-ordonnans och hundförare, infinner sig. Mannen hittas vid liv efter ett par timmar.

Maj

Uppsala. En 13-åring ficka försvinner från sitt hem i Uppsala mitt i natten och hemvärnet hjälper till att söka efter henne. Flickan återfinns senare hos sin pojkvän som grips.

Jokkmokk. En övergiven bil hittas utanför Jokkmokk och polisen inleder ett eftersök av en 26-årig tjeckisk man som antas ha färdats i bilen. Både hemvärnet, hundar och helikopter söker mannen under flera dagar. Sex dagar senare avbryter man sökinsatsen. Den försvunne mannen tros vara död. I bilen fanns bådemannens id-handlingar och pengar.

Norrköping. En 85-årig man försvinner från sin bostad i Navestad. Ett större sökpådrag inleds med både helikopter och hemvärnet. Mannen hittas till slut på en parkbänk av en joggare, fem kilometer från hemmet.

Har ni gjort  
en insats?  
Mejla: red@  
tidningenhem-  
värnet.se



NYHETER / NOTISER

## Utdelningen av 90 Lätt

Nu finns det ett utrustningskort för jacka 90 Lätt för hemvärnet så att alla ska kunna hämta ut den. Dock ska man räkna med att få ut en begagnad jacka.

– Det har varit problem att tillföra 90 Lätt till hemvärnet på en del platser, därfor skapade vi ett tilläggskort. Finns den inte i rätt antal och storlek så får utbildningsgrupperna samverka med respektive försörjningsenhet så de beställer hem rätt antal. Det är inte som att gå på Ica och handla, säger Thomas Vesterlund, ansvarig för soldaternas personliga utrustning i Försvarsmakten. **TA**

## Skalplaggen försenade

Tilldelningen av skalplagg 08 till hemvärnet blir försenad.

– Vi har problem med storlekarna på skalplaggen och vi har utarbetat en prioriteringslista tillsammans med rikshemvärnsavdelningen. Det blir därför en successiv tilldelning från hösten, säger Thomas Vesterlund. Skalplaggen kommer dock att delas ut inom de närmaste åren, men exakt tidpunkt är beroende på när plaggen levereras till Försvarsmakten. Försvarets materielverk har fått i uppdrag att se över storlekarna. **TA**

## Bataljonschef friad

En bataljonschef i Västerbotten blev JO-anmäld för olaga myndighetsutövning efter att ha tillrättavisat en hemvärnssoldat som köpt alkohol under en krigsförbandsövning. Justitieombudsmannen har nu utrett ärendet och framför ingen kritik mot Försvarsmakten.

– Jag har bara skött mitt jobb och följt de bestämmelser som finns i Försvarsmakten. Det känns skönt, säger bataljonschefen Thomas Jonsson. **TA**

## Soldat död i olycka

En hemvärnssoldat i 60-årsåldern förolyckades i en trafikolycka när han åkte hem efter en krigsförbandsövning i Värmland i slutet av maj.

Mannen färdades ensam i bilen och frontalkrockade med en annan bil med två passagerare. En 60-årig kvinna i den mötande bilen avled senare på sjukhus. Polisen utredet nu olyckan. **LB**

## VI SÄTTER PRISLAPP PÅ HEMVÄRNET!

SÅ MYCKET KOSTADE ÖVNINGSVERKSAMHeten  
PER SOLDAT\* FÖRRÅ ÅRET.



Fotnot: \* endast soldater som deltog i någon övingsverksamhet

# Invidzonen

heter en av Försvarsmakten stödorganisationer för veteraner och deras anhöriga. Den heter alltså inte Individzonen som vi hade skrivit i förra numret. Invidzonen finns för att stötta anhöriga och jobbar med bland annat mentornätverk.



På hög höjd. Soldaterna på Livgardet lär sig att känna förtroende för både sin utrustning, sina kamrater och befäl.

FOTO: BJÖRN WESTERDAHL/FÖRSVARSMAKTEN

## Facket ger sitt stöd till avskedad officer

**En officer** på Försvarsmaktens Tekniska skola (FMTS) i Halmstad avskedades efter att ha anmäldts för att bland annat ha köpt in utrustning, exempelvis ett exklusivt jaktkikarsikte och satellitnavigeringsutrustning, för privat bruk. Enligt arbetsgivaren finns inget behov av den utrustningen på FMTS. Dessutom ska officeren ha lånat hem utrustning utan tillstånd för att sedan lämna in den trasig eller rejält sliten.

Till sitt försvar hävdar officeren inför närmunden att han bara handlat enligt den "nybyggaranda" och "fixarkultur" som finns på FMTS. Facket hävdar att avskedandet skett utan saklig grund. Officersförbundet kräver nu att mannen får skadestånd och att ska uppsägningen ska oglitigförklaras.

Arbetsgivaren har polisanmält officeren för tillgreppsbrott alternativt trolöshet mot huvudman. LB

## NBG 11 granskad av Riksrevisionen

En granskning av Försvarsmaktens uppbyggnad av EU-stridsgruppen Nordic Battlegroup 2011 (NBG 11) som Riksrevisionen gjort visar att det har skett förbättringar sedan NBG 08.

Fortfarande finns det dock brister kvar. Man lyckades bland annat inte få fram målsättningar för förbanden i tid. Resultatet blev att förbandet saknade rätt material vid utbildning och övning. Även delar av fordonsparken blev utbytt då fordon och material skickades till Afghanistan. Riksrevisionen fann även brister i Försvarsmaktens kostnadsredovisning. LB

CITERAT

MISSA INTE INSLAGET FRÅN MARKSTRIDSAGARNA SOM GENOMFÖRDÉS PÅ RAVLUNDA SKJUTFÄLT I SKÅNE. NI HITTAR DET PÅ FÖRSVARSMAKTENS YOUTUBE-KANAL.



Godkända fänrikar får anställning

**Försvarsmakten** håller på att ta fram den nya organisationen som börjar gälla den 1 januari nästa år. Den ska bemannas efter sommaren. Omorganisationen berör alla heltidsanställda, både civilanställda och militärer. Yrkesofficerare kommer att placeras på en befattning som officer eller specialistofficer och alla officerskader som klarar sin examen och de andra anställningskraven blir anställda som fänrikar. TA

## Ny anläggning

På Tofta skjutfält på Gotland byggs det för fullt. Försvarets nya anläggning som rymmer 40 soldater beräknas vara klar i oktober. Den får dock inte börja användas förrän i augusti 2013. Redan nu över utlandsstyrkan på Tofta eftersom den gotländska terrängen på skjutfältet påminner mycket om den i Afghanistan. LB

# Dags att införa hjärtstartare?

**H**ej, Jag har inte sett på vare sig KFÖ:n eller andra övningar några hjärtdefibrillatorer eller liknande, som varit med i till exempel första hjälpenväskan. Är vi hemvärnsmän och -kvinnor utan hjärtproblem? Nej, jag tror inte det.

Nu får ju inte bara äldre hjärtstopp, utan även yngre – även om de idrottar och är välträna.

**VORE DET INTE** lämpligt för hemvärvet att skaffa fram ett antal hjärtdefibrillatorer som alltid finns med på övningar? Jag tycker att de ska vara väl synliga i någon typ av väska i stark färg och att så många som möjligt lär sig hur maskinen fungerar. Lägg lika mycket tid på att lära ut hur den fungerar som man lägger på tiden man lär sig skjuta snabbt och bra. Före varje övning borde man även lägga tid på att berätta om och var hjärtdefibrillator finns, precis som när man berättar var närmaste telefon finns.

**NU SÄGER DE SÄKERT** att det kostar pengar, javisst gör det det. Men kan man rädda ett liv på till exempel en hemvärnsman eller -kvinnan, samt förhindra framtidiga skador

### Replik från verksamhetsansvarig:

**F**örsvarsmakten har uppmärksammat behovet och hjärtstartare har införskaffats i organisationen på ett antal ställen.

**FÖRSVARSMAKTEN OCH DEN** ansvarige i processen, vårdgivaren Prod Log Försvarsmedicin, utredar ansvarsförhållanden med hjärtdefibrillator/hjärtstartare. Bland annat om dessa faller under lagen om



Att få snabb sjukvård är extremt viktigt. Hjärtstartare borde finnas på alla hemvärnsövningar tycker Erling Andersson.

FOTO: JENNY LINDBERG/FÖRSVARSMAKTEN

i hjärnan, så är det väl en bra investering med tanke på rehab, invaliditet och så vidare. För det är ju tiden som är avgörande för att man får i gång hjärtat. Ofta är vi ju ute i skogen och det kan många gånger vara svårt för ambulansen att hitta oss fort nog eller köra till ett ställe på grund av dåliga vägar.

**JAG TYCKER VERKLIGEN** att detta är något som borde tas upp inför ansvariga eftersom det är en hjärtefråga för alla, även civilt.

**Erling Andersson** (En som drabbat av hjärtinfarkt/totalstopp under en vacker sommardag. Lever och mår bra tack vare hjärtdefibrillator och ambulans)

CITERAT

99

HM JA, OM  
JAG SÄGER  
SÅ HÄR ATT  
VI ÄR INTE

PÅ TOPP, DET ÄR VI INTE.  
VI HAR TAPPAT VÄLDIGT  
MYCKET DE SENASTE 20  
ÅREN, MEN VI PLANERAR  
ATT FORTSATT SAMÖVA  
PÅ DET HÄR SÄTTET.

medicinteknisk utrustning och om vårdgivaren har något särskilt ansvar i detta eller om respektive förbandschef kan ta ansvar i ärendet.

**RIKTLINJER I ÄRENDET** kommer ut så fort klarhet i ansvarsfrågan utsätts.

Tomas Engström,  
medicinskt verksamhetsansvarig för hemvärvet



## Ökad avel av tjänstehundar

Polisen ska inleda ett samarbete med Svenska Brukskundklubben (SBK) som på uppdrag av FM utbildar hundförare och hundar. Under åren kommer det att bli svårt att få fram bra tjänstehundar.

Sedan några år tillbaka kan hemvärnssoldater erbjuda en tjänstehund ur Försvarsmaktens avelsprogram. Lånekontraktet löper under ett år och under denna tid ska hunden dresseras till FM.

Läs mer på sbk.nu

FOTO: LISA BJÖRK

Stridspiloten och chefen för Såtenäsvisionen major Stefan Rexling svarar på frågan om hur det svenska flygvapnet mår till helgoland.se. Rexlin agerade fiende under "Flygvapenövning 2012", där samtliga flygvapenförband och luftvärvet deltog, totalt nära 1 200 personer.

# Utmana dig själv

Stark, explosiv och uthållig. Nu drar vi i gång en **träningsserie** för soldater som vill komma i form i största allmänhet och träna för **fälttest och multitest styrka** i synnerhet.

**V**i kommer att under ett antal nummer följa tre hemvärnssoldater på deras väg mot bättre fysik och hälsa. Första delmålet är att i höst genomföra fälttest och multitest styrka med godkända resultat. De tre soldaterna har olika förutsättningar, olika nivå på sina mål men samma inställning – de ska klara testerna med minst betyget godkänt, ett betyg alla hemvärnssoldater bör ha som mål.

Förutom reportagen i tidningen kan du följa soldaterna på webben där du också får tillgång till de träningsprogram de följer. Med andra ord kan du själv använda soldaternas träningsprogram och få en bättre fysik även du!

**SOLDATERNA KOMMER** att träna individuellt och strukturerat under vägledning av mig. Ett till två pass per månad sker tillsammans med mig medan resten av träningen sker på egen hand efter ett tydligt program. De soldater som så önskar kommer även att få hjälp med kosträdgivning.

Under sommaren genomförs grundträning innan vi till hösten toppar formen inför testerna. Sedan de genomfört fält-

## DELTESTER I MULTITEST STYRKA:

**Push-ups:** Minst 8 stycken, max 28. 5 poäng för varje upprepning över 8.

**Sit-ups:** Minst 10 stycken, max 60. 2 poäng för varje upprepning över 10.

**Vertikala upphopp:** Minst 30 centimeter, max 50. 5 poäng för varje centimeter över 30.

**Rygghäng:** Minst 60 sekunder, max 160. 1 poäng för varje sekund över 60.

**Armhäng:** Minst 15 sekunder, max 65. 2 poäng för varje sekund över 15.

test och multistyrketest kan du följa hur soldaterna förbereder sig för vintern med fysisk träning inriktning vintertjänst. Hela projektet avslutas i början av nästa år. För att skapa de individuella träningsprogrammen genomför deltagarna ett så kallat Coopertest, lönning 3 000 meter i träningskläder. Resultatet ger en uppskattning av soldaternas syreupptagningsförmåga (VO<sub>2</sub>max) eller med andra ord: kondition. Detta värde tillsammans med multitest styrka ligger till grund för träningsprogrammen.

**VI GER ER MÖJLIGHET** att träna mot tre olika nivåer motsvarande grundkravet för: GMU-rekryter, för stabspersonal i markstrid respektive markstridssoldater. Alla GMU-rekryter måste klara av beepstest-nivå 7:5, vilket är jämförbart med att göra fälttestet på 14 minuter och 50 sekunder. Kravet vid fälttest på under 13 minuter och 30 sekunder sägs motsvara testresultat på Coopertestet på ca 15 min, men eftersom fälttestet genomförs med utrustning blir ansamlingen av mjölkpsyra mycket högre, uppemot dubbelt så hög, vilket ställer andra krav på kroppen. **Håkan Jörgensen**

MULTITEST	SVEN-ERIK	THEO	EWA
PUSH-UP	<b>14 STYCKEN</b> <b>35 POÄNG</b>	<b>28 STYCKEN</b> <b>100 POÄNG</b>	<b>21 STYCKEN</b> <b>70 POÄNG</b>
SIT-UPS	<b>10 STYCKEN</b> <b>2 POÄNG</b>	<b>12 STYCKEN</b> <b>6 POÄNG</b>	<b>13 STYCKEN</b> <b>8 POÄNG</b>
VERTIKALA UPPHOPP	<b>56 CM</b> <b>100 POÄNG</b>	<b>44 CM</b> <b>70 POÄNG</b>	<b>43 CM</b> <b>65 POÄNG</b>
RYGGHÄNG	<b>90 SEKUNDER</b> <b>31 POÄNG</b>	<b>76 SEKUNDER</b> <b>17 POÄNG</b>	<b>160 SEKUNDER</b> <b>120 POÄNG</b>
ARMHÄNG	<b>6 SEKUNDER</b> <b>0 POÄNG</b>	<b>64 SEKUNDER</b> <b>48 POÄNG</b>	<b>24 SEKUNDER</b> <b>18 POÄNG</b>
TOTALPOÄNG	<b>168 POÄNG</b> <b>MÅL: 220</b>	<b>241 POÄNG</b> <b>MÅL: 300</b>	<b>281 POÄNG</b> <b>MÅL: 300</b>
COOPERTEST	<b>18,55</b> Mål i höst: under 15 min	<b>16,11</b> Mål i höst: 14 min	<b>13,44</b> Mål i höst: 12 min

## FAKTA:

### Multitest styrka

För anställning krävs god styrka i hela kroppen och därför tillämpas ett test där flera olika muskelgruppars styrka mäts. Alla nedanstående deltester genomförs i en följd inom 45 minuter. Kravet för godkänt multitest är att miniminivån i samtliga deltester uppnås, samt att sammanlagt minst 125 poäng uppnås. Du samlar poäng genom att göra ett större antal, cm eller sekunder på varje deltest.



### TRÄNAREN: HÅKAN JÖRGENSEN

Håkan jobbar bland annat som personlig tränare med inriktning konditionsträning och funktionell styrketräning och anlitas av både företag och privatkunder. Håkan har skrivit flera böcker om träning och är anlitad av Kickboxningsförbundet som landslagsföstränare. Han var med i FBU som ung och har ett stort militärt intresse.



### "Få bättre hälsa"

Namn: Sven-Erik Norgren.  
Längd: 1,78.  
Vikt: 97 kilo.  
Ålder: 48 år.  
Befattning: Samverkansbefäl.  
Träning: Handboll som ung, tar regelbundna promenader.  
Mål: Träna regelbundet och förbättra kondition och styrka, få bättre stridsvärde. Gå ner 5-10 kilo.

### "Bli starkare"

Namn: Ewa Wikland.  
Längd: 1,75.  
Vikt: 68 kilo.  
Ålder: 35 år.  
Befattning: Bandvagnsförare/skyttesoldat i insatskompani.  
Träning: Löpning och styrketräning, Tjejklassikern och Stockholm Marathon 2009.  
Mål: Förbättra styrkan och klara fälttestet och 5 pull-ups. Springa milen på under 50 minuter.

### "Öka uthålligheten"

Namn: Theo Mparmpagiannis.  
Längd: 1,75.  
Vikt: 88 kilo.  
Ålder: 36 år.  
Befattning: Insatssoldat.  
Träning: Har tävlat i cykel och kampsport, ingen regelbunden träning i dagsläget.  
Mål: Bättre kondition/uthållighet, klara fälttestet och att gå ner 5 kilo.

# “En viktig pusselbit”

**Kapten i amfibiekåren**, tidigare ordförande i utrikesutskottet och försvarsberedningen. Den **nyutnämnda försvarsministern** Karin Enström har en **lång erfarenhet** av försvarsfrågor.

Text Therese Åkerstedt

**Å vilket sätt kan din bakgrund som yrkesofficer vara en fördel eller nackdel i arbetet?**

– Jag tar med mina erfarenheter av att jobba i Försvarsmakten och har både kontakter och kunskaper kvar om verksamheten. Jag har varit heltidspolitiker sedan 1998 så jag har även politikerfarenhet.

**Vad ser du som de största utmaningarna?**

– Försvarsmakten har genomgått stora reformer och kämpat för att få ekonomin i balans. Min uppgift är att fullfölja reformerna, det gäller framför allt personal- och materielförsörjningen. Att fokusera på förmåga och få ett så bra och effektivt försvar som möjligt.

**Det har varit stort fokus på de internationella insatserna, vad anser du om det?**

– Jag ser inte motsatsställningen mellan nationella och internationella insatser. Jag tycker det kan vara ömsesidigt förstärkande. Vi ska självklart ha en förmåga att försvara Sverige, här hemma och i närområdet, men också kunna försvara våra intressen längre bort och bidra till fred och säkerhet i världen. Efterfrågan på fredsbevarande insatser är fortfarande väldigt stort och där är vi svenska duktiga med att bidra med olika typer av förband och det tycker jag att vi ska fortsätta med.

**Behöver vi ett nationellt försvar?**

– Visst gör vi det, grunderna i vårt försvar är nationellt. Det finns fortfarande ett totalförsvar där samhällets hela förmåga att stå emot hot, kriser och katastrofer samlas.

**Ser du några hot mot Sverige?**

– Det är en stor och komplex fråga. I

dagens värld är det väldigt snabba skeenden, globaliseringen gör att vi påverkas i mycket högre grad av saker som händer långt borta. Terrorism och grov organiserad brottslighet är det mest akuta hotet mot vårt sätt att leva och vårt välstånd. Det har på vissa håll i världen nått systemhotande dimensioner där polisen inte längre klarar av att hantera det.

– Vi ska också vara medvetna om att det alltid finns en kamp om resurser, alltifrån rent vatten till energi, och det får konsekvenser. Vi måste kunna hantera det och försöka förebygga den typen av konflikter.

**Har du någon erfarenhet av hemvärvnet?**

– Senast var när jag tittade på hemvärvnösning på Muskö, Söderörngruppen. Det var imponerande. Medelåldern har sjunkit, utrustningen och inställningen är helt annorlunda. I Försvarsberedningen 2008 blev de politiska parterna tidigt överens om att vi ville se en ambitionshöjning i hemvärvnet. Vi ser er som en viktig pusselbit i hela insatsorganisationen.

**Behövs hemvärvnet?**

– I allra högsta grad. Vi har kommit en bit på väg när det gäller att förbättra utbildning, förbättra utrustning och se till att man får en bättre övningsverksamhet. Och att vara klar med vilka uppgifter man ska ha så man kan förbereda sig. Det betyder en lokal förankring och en lokal kännedom som är svår att uppnå för övriga delar av insatsorganisationen, det är hemvärvnets stora fördel och styrka! Hemvärvnet är lite som ett skytfönster för Försvarsmakten där övriga delar inte finns. Det kan vara första kontakten man får, så det är jätteviktigt.

**Borde stöd till samhället vara en huvuduppgift?**

– Vi ska titta på och överväga om hem-

värnet ska få en tydligare roll vid stöd till samhället vid kriser i fredstid.

**Hemvärvnet ska bland annat tilldelas skarpa skyddsobjekt, varför då?**

– Jag vill betona att det är viktigt att man har väl definierade och identifierbara uppgifter som man över inför. Beredskapsen består av ett antal klossar, -om man i förväg vet vad man har för uppgift kan man planera och utbilda för den.

– På ett övergripande plan är det viktigt att det finns närväro i hela landet, för att ha lokal kännedom, lokal förankring och lokal rekrytering. Inte minst för att upprätthålla den höga beredskapsen, att man finns på plats och vet varT man ska. Själva idén i försvarsberedningen är att man har lite olika typer av förband i insatsorganisationen, där hemvärvnet är basplattan där alla har en väldigt hög beredskap.

**Hur ser du på att använda Försvarsmakten och hemvärvnet vid exempelvis terroristangrepp?**

– Det är i grunden en polisiär uppgift men polisen kan begära hjälp av Försvarsmakten. Ett riktigt stort terrorangrepp skulle vi välja att definiera som väpnat angrepp, då kommer det i ett annat läge. ●

## FAKTA:

**Namn:** Karin Enström  
**Ålder:** 46 år.  
**Civilstånd:** Gift och har tre barn  
**Militär bakgrund:** Kapten i amfibiekåren.  
**Marinens officershögskola, allmän kurs samt högre kurs på Marinens krigshögskola.**



Mejl  
gärna dina  
intervju-  
förslag:  
red@tidningen  
hemvarnet.se

GRUNDEN ÄR  
DET NATIONELLA  
FÖRSVARET MEN DET ÄR  
INTE ALLTID VI FÖRSVARAR  
SVERIGE I SVERIGE.





## Hemvärvnet I BILDER

- 1** Vecka 13 befann sig 41:a bataljonen på Elfsborgsgruppen på Käringberget för en funktions-KFÖ. Här visitering av omhändertagna aktivister.
- 2** Helgövning för 42:a bataljonen (Göteborgs Norra), Nordre Elfs bevakningskompani på Sisjöns skjutfält med bland annat pansarskott. Övningsledare Johan Oveborn övervakar.
- 3** 324. insatskompaniet på Gotland hade krigsförbandsövning på Tofta skjutfält. Här en nattskjutning med granatgevär. Skytt Patrik Hadestrand, laddare Agne Lindelund.
- 4** 50:e upplagan av Nordiskt kadettmöte samlade 120 kadetter från Sverige, Norge, Danmark och Finland på Militärhögskolan Karlberg i Stockholm. Bild från tävlingen Military Team Sport och delmomentet stockbärning.
- 5** Fältartisterna uppträdde på hemvärvnets rekryteringsseminarium på LSS i Uppsala. Ett väldigt uppskattat inslag enligt deltagarna.

! Fångat ögonblicket?  
Skicka dina bilder till:  
[red@tidningenhemvarnet.se](mailto:red@tidningenhemvarnet.se)

# Belägrad stad

8B



I den lilla **staden Spång** ligger över 40 bostadshus, skolor, villor, kontor och butiker. Men staden saknar invånare eftersom den är **landets största strid i bebyggelse-anläggning**.

Text & foto Therese Åkerstedt





1



2



3



4

# G

atorna ligger öde och insvepta i ett vintras och det är riktigt kul att vara här, säger Thomas Karlsson, som gjorde sin värnplikt i Kvarn.

**Hur är det att öva i bebyggelse?**

— Jag har höga förväntningar på övningen, jag har väntat på det här sedan i två vändor fungerar det riktigt bra. Det har blivit enklare, förr var det småpöll och duttande. Nu har man en bas som alla förstår och klarar av.

— Bra jobbat.  
— Nu rullar det på.  
— Vätska upp.

**ETT INSATSKOMPANI FRÅN** Södermanlandsgruppen är det första förbandet från hemvänet att utbildas i Kvarn.

Instruktörerna ger rådet att ha ksp:n längst fram i gruppen. Något ksp-skytten Thomas Karlsson är van vid sedan tidigare.

— Så har vi alltid kört, då har man stark eld direkt, säger han.

— Jag har höga förväntningar på övningen, jag har väntat på det här sedan i två vändor fungerar det riktigt bra. Det har blivit enklare, förr var det småpöll och duttande. Nu har man en bas som alla förstår och klarar av.

**TROTTS ATT FYRA PLUTONER** övar i staden behöver de inte trängas om utrymmet. Anläggningen på Markstridsskolan i Kvarn invigdes förra sommaren, men arbetet med att installera kameror och annan teknisk utrustning, så att man kan följa truppen, pågår fortfarande.

**I KOMMUNHUSET ÖVAR** en av de tre plutonerna ”ta och genomsök”. När gruppchefen gör tecknet för genomsök och öppnar dörren går stridsparat snabbt innanför och 1:an väljer den farligaste riktningen.

**INBRYTNINGSPUNKTEN VILL** man ha så högt upp på byggnaden som möjligt eftersom det är lättare att arbeta sig neråt och man ger dessutom fienden en möjlighet att undvika strid. När alla grupperna övat

När de konstaterat att rummet är tomt anmäler de klart till gruppchefen som själv kommer in och bildar sig en uppfattning om rummet. Det går fort och tyst, att ange antalet dörrar och fönster är inget man behöver göra längre.

Gruppchefen ger återigen tecknet för genomsök och medan stridsparat fortsätter fyller resten av gruppen på bakifrån. Enkelt i teorin, svårare i verkligheten. När rummen förgrenar sig gäller det att hålla koll på skjutgränser och var alla i gruppen befinner sig. Därför arbetar man bara med en tät i taget, en riktning i taget, en våning i taget.

— Bra följsamhet, men ni måste ha bättre tempo när gruppchefen öppnar dörren. Det får inte bli mellanrum mellan 1:an och 2:an, sammanfattar instruktören.



1



2



1. De korta skjutavstånden och den dåliga sikten gör att pulsen är hög. Finns fienden på andra sidan?

2. Soldaterna tvingas anpassa sig efter terrängen, att passera en trång öppning med stridsutrustning och ändå vara eldberedd kräver lite övning.

3. Soldaterna får en genomgång i grunderna i försvar.

4. Inbrytningsgruppen framrycker till huset som ska genomsökas.



4

framryckning, åtgärder vid sammanstöt och genomsök bygger man på med plutonsmoment.

**MEDAN MÖRKRET SÄNKER** sig över Spång går instruktören igenom hur man genomför strid i anfallsmål. Det innebär att man gör planerad inbrytning och genomsök och därefter försvarar byggnaden. Plutonen delas in i understödsgroup, fältarbetsgrupp, inbrytningsgrupp och anfallsgrupp. Man eftersträvar så långt som möjligt ett L-format understöd så man kan skjuta både mot husets lång-

och kortsida. När understödet är på plats springer inbrytningsgruppen fram och tar inbrytningszonen, det ställe man går in i byggnaden plus angränsande rum. Där efter tar anfallsgruppen över och börjar genomsöket. Den här gången gör figuranter det betydligt svårare för soldaterna och ljudet av ksp-eld ekar i korridoren och dränker alla andra ljud.

**PÅ UTVÄRDERINGEN FÄR** platonchefen berömm för att han har bra kontroll på egen trupp och skjutgränser. Däremot ska man undvika att klumpa ihop sig i inbryt-

ningszonen eftersom man kan slå ut en hel grupp om alla befinner sig i samma utrymme. Att lämna dörrarna öppna till genomsökta rum är ett annat tips efter som det gör de längre bak osäkra.

– Det är en jättebra övning att ha plutonen utspridd, det kräver att man orienterar, säger platonchefen Emil Pantzar.

– Det är kul, jag gjorde värnplikten som kompanibefäl på stadsskytte. Den här anläggningen är mer varierad och fräschare.

**NÅGRA HUS BORT ÄR** nästa platon utspridd i ett antal hus för att öva försvar i stridsställning. Försvaret delas in i ytter, mittre och inre område och fältarbeten är nödvändiga för att klara av uppgiften på ett bra sätt.

– Ni ska överföra det ni gör i skogen till bebyggelse, med de svårigheter och möjligheter det ger. Eld och rörelse är det vi har att påverka fienden med. För att göra det måste vi överleva, vi måste ha skydd. Förberedelser i timmar ger

försvarsstrid i minuter, säger instruktören Staffan Lindahl från Markstridsskolan.

**EFTER EN GOD NATTS** sömn är nästa punkt framryckning på gata med hela platonen.

Från början blir de påskjutna framifrån men svårigheterna trappas upp. När figuranterna skjuter från olika håll blir platonen tvungen att göra oplanerade inbrytningar för att söka skydd och besvara elden. Innan det bryts för lunch analyserar gruppchefen Mattias Kovacs vad gruppen ska tänka på.

– Det var inga problem med framryckningen, men när vi blev påskjutna tog det ett tag att berätta varifrån. Man behöver inte krångla till det och springa och stanna upp, det går längsammare än att gå, säger han.

**Har du fått några aha-upplevelser?**

– Framför allt i dag: att alltid tänka 360 grader. Det går inte så bra om man inte gör det. Det finns inga fredade ytor eller fredade platser. Och att man tar det lugnt och metodiskt.

#### Börjar grunderna sitta?

– Absolut, sedan skulle man behöva drilla mer, men det känns som om man har grunderna.

#### Vad tycker du om det nya reglementet?

– Det är lite förenklat, men ingen drastisk skillnad. Inte så mycket detaljer utan mer konkreta saker. Det är skönt att det är enat i Försvarsmakten.

**NÄR PLUTONEN ÄR UTSPRIDD** på båda sidor av gatan och inne i huset har platonchefen Emil Pantzar ingen lätt uppgift att samordna rörelser och skjutgränser.

– Situationerna är aldrig lika, det blir ett nytt slagfält när man kliver in genom dörren och då blir det tredimensionellt, säger han.

– Strid i bebyggelse kräver mer av gruppcheferna, att de ser till att soldaterna dricker och behåller stridsvärdet. Att köra slut på en platon kan man göra mycket snabbt, det är mycket grejer att släpa på och man måste tänka på den soldat som bär mest. ●

99 SITUATIONERNA ÄR ALDRIG LIKA,  
DET BLIR ETT NYTT SLAGFÄLT NÄR  
MAN KLIVER IN GENOM DÖRREN OCH DÅ BLIR  
DET TREDIMENSIONELLT.

Emil Pantzar, platonchef

# Strid i bebyggelse

Inget **slagfält är det andra likt**, men det stämmer i ännu högre grad i städer och bebyggelse. När man **kliver innanför dörren** vet man aldrig vad som väntar ...

Text &amp; foto Therese Åkerstedt

örsvarsmaktsreglemente  
Militära Operationer i  
Urbaniserad Terräng, FMR  
MOUT, är sedan 2010 ute i en  
förhandsutgåva.

— Reglementet har ersatt alla tidigare utbildningsanvisningar, men det är i dagsläget väldigt omfattande eftersom det inkluderar alla förband i Försvarsmakten. På soldat- och gruppennivå behöver man inte så många sidor och på den nivån är reglementet ganska heltäckande. På plutonennivå finns det en grund och på kompanienivå behöver vi öva mer för att kunna utveckla reglementet, säger Henrik Persson, som är chefsinstruktör i strid i bebyggelse på Markstridsskolan.

**HUR MAN UTBILDAR** varierar fortfarande över landet och åsikterna om vilken stridsteknik som ska användas är många.

— Stridstekniken gällande strid i bebyggelse har förändrats mycket under de senaste 15 åren och har genomgått mindre förändringar under de senaste fem åren.

Detta har medfört att gammal kunskap inte alltid är tillämpbar. Kompetens är färskvara och bör uppdateras med jämma mellanrum, säger han.

**I REGLEMENTET HAR** man försökt att förenkla för soldaterna och undvika komplicerade rörelser, tecken och kommandon.

— Bebyggelse är bara en annan typ av terräng och man ska försöka använda samma stridsteknik överallt, även om det finns tillfällen då man måste ha speciella tekniker. Vi vill ha samma grundprinciper överallt.

**NÅGRA SKILLNADER PÅ** soldatenivå är att man har vapnet i färdigställning i stället för anläggning för att öka uthålligheten, upptäcker man ett hot så går man upp i anläggning. Man undviker att gå ner i knästående skjutställning för att bibehålla snabbhet och uthållighet. År man inte lika bra på att skjuta från båda axlarna ska man bara använda rätt skjutaxel. En annan regel är att bara skjuta när du uppfattar

ett hot för att spara ammunition. Om man blir bekämpad är det normalförfarande att nyttja granat om insatsreglerna och bebyggelsen tillåter det.

**ETT STORT ANSVAR** vilar på den enskilda soldaten att avgöra hot och lösa problem som uppstår.

— Om soldaterna håller sig till de fyra huvudbudskapen: "farlig riktning", "här och nu", "en sak i taget" och "tydlighet/följsamhet", så kommer de jättelångt, säger Henrik Persson.

**PÅ GRUNDNIVÅ ÄR FRAMRYCKNING**, åtgärder vid sammanstöt och genomsök/rensning av byggnader något av det man måste behärska. I stället för korridor använder man "gata bakåt" vid påskjutning fram i från eftersom man vill undvika soldater mitt på gatan och precis vid väggen. Blir man beskjuten i sidan är det ett klassiskt blixtlås höger eller vänster som används eftersom soldaterna automatiskt vänder upp mot fienden.



99

**DET ÄR SVÄRT ATT ORIENTERA SIG I OCH IBLAND BYGGNADER. DET ÄR ÄVEN SVÄRARE FÖR CHEFERNA ATT HÅLLA KOLL PÅ TRUPPEN, DE MÅSTE HA ETT FYSISKT LEDARSKAP OCH VARA AKTIVA OCH TA TAG I SOLDATER OCH FYSISKT FLYTTA DEM. MAN MÅSTE VÅGA VARA CHEF PÅ ETT ANNAT SÄTT.**

Henrik Persson, chefsinstruktör i strid i bebyggelse på Marksstridsskolan i Kvarn.

## Grundprinciper:

### Farlig riktning

1:an i stridsparet/gruppen väljer en farlig riktning, i regel anfallsriktningen. Sedan väljer 2:an etc.

### Här och nu

Soldaten skall lösa sin uppgift med början så nära sig själv som möjligt. Koncentrera dig i första hand på det som finns i rummet, därefter farliga öppningar, därefter fönster och därefter det som finns utanför fönstret.

### En sak i taget

Fokussera på din uppgift, vanligen att observera och vara eldberedd i din "farliga riktning". Vrid inte på huvudet eller fokussera på flera riktningar. Leder chefen med tecken ska han flytta sig inom soldatens synfält.

### Tydlighet/följsamhet

Prata tydligt och visa tydligt med kroppsspråket vad du gör. Underlätta om möjligt för chefen genom att göra det som behöver göras utan att chefen behöver säga till.

## Sammanstöt:

**Bakåt.** Lösgör dig från stridskontakten och tillbakaryck bort från motståndaren till närmaste skydd.

**In i byggnader.** Ta skydd inne i byggnader då inget bättre skydd erbjuds.

**Framåt.** Anfall framåt mot motståndaren till närmaste skydd (om motståndet ska nedkämpas direkt, inget bättre skydd erbjuds eller då väningsplanet). Detta för att få ett bättre djup i sektorerna samt att de överlappar varandra. Alla kan inte verka mot allt.

## Försvar:

• Grundprincipen är "frontalt skydd, flankerande skjutriktning".

• Eftersträva att gruppera på andra väningsplanet. Detta för att få ett bättre djup i sektorerna samt att de överlappar varandra. Alla kan inte

verka mot allt.

• Överlappande eldsystem/områden.

• Välj indragna eldställningar och förbättra dessa. Exempelvis: ta bort egen siluett, gör stöd för vapen, mörkläggning.

• Säkerställ sambandet.

# "Party, party"

Utanför **Ånge är marken blöt** efter går-dagens regn. I de västra skogarna kring Ånge har ungefär **350 av Medelpads hemvärnssoldater** bytt ut fredagstacos mot fläsk och löksås.

Text & foto Lisa Björk

tt välbekant ljud närmar sig. Wooooooooom. Bandvagnar kommer inrullande mot kyrkan i Alby utanför Ånge, i hög hastighet.

Soldater och hundar från 163:e insatskompaniet i 16:e hemvärnsbataljonen hoppar ut och ställer sig i igelkottsförvar runt vagnarna. Deras uppgift: att bevaka vägen och skydda bandvagnarna.

**GRUPPCHEFEN DANIEL** Carlsson står på knä bakom stenmuren med ak 4:ans pipa pekande mot kyrkan.

— Vi väntar på nästa order framåt, säger han och lyssnar i radion samtidigt som han har uppsikt över kyrkan där fienden förmodas gömma sig.

Tätt intill honom står patrullhunden, rottweilern Morran, tillsammans med hundföraren Britt-Marie Thunborg och väntar spänt. Morran spanar över muren med öronen framåt.

— Hundarna tycker det här är jättekul. Det är party, party för dem, säger Britt-Marie Thunborg och skrattar.

Hon har varit med tio år i hemvänet och har lång erfarenhet som hundförare.

När ordern framåt kommer ger Britt-

Marie Thunborg två kommandon till Morran.

— Pass på, före. Morran drar i kopplet och går med nosen i backen. Kommando betyder att Morran ska vara observant och att hon är utskickad på sök.

**PLUTONEN FRAMRYCKER** i jämn fart längs med båda sidor om vägen mot ett ockuperat hus längre fram i byn. I spetsen på båda stridskolonnerna finns hundekipage. Hundarna söker efter människolukt och markerar dem på olika sätt med både öron och blick.

Pang pang pang. Alla kastar sig ner för skydd. Plutonen visste att det var folk inne i huset, men inte i skogen utanför. De bekämpar B-styrkan utanför och strax därefter har plutonen omringat huset och tagit sig in i byggnaden. Huset genomsöks, det smattar från ak 4:orna och en eller två handgranater kastas. Till slut är antingen alla fiender bekämpade.

En av figuraterna berättar senare att han satt i en 1,5 kvadratmeter stor skrubb och väntade, länge. Eftersom plutonen måste leta igenom hela huset tog det sin tid, och det blev en rejäl överraskning när de väl hittade honom.

En bit från huset har ksp-skytten Glenn Olsson placerat sig. Han är hittills



**99** DE SKÖTER SIG BRA. DETALJER FINNS DET ALLTID ATT SLIPA PÅ, MEN DET ÄR JU KOPPLAT TILL TIDEN. JU MER MAN ÖVAR, DESTO BÄTTRE BLIR DET.

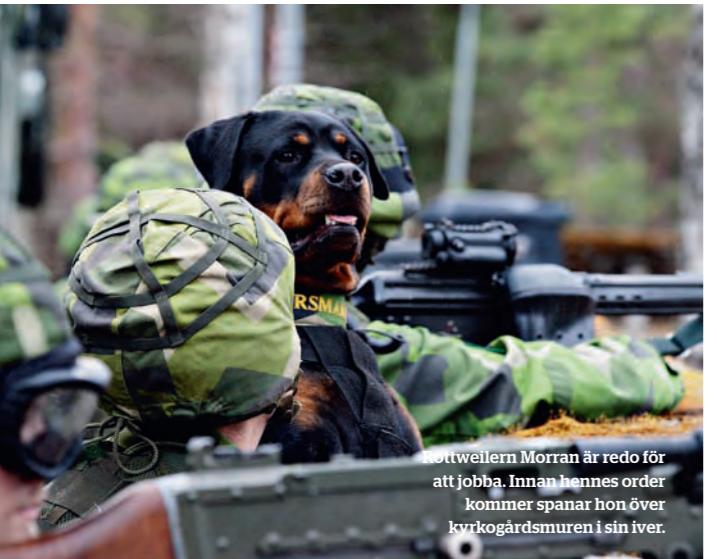
Jan Strömbäck, instruktör



Plutonen söker igenom huset.  
Till slut är alla bekämpade.



Övningen börjar med  
att bandvagnarna kör  
till kyrkan i Alby.



Rottweilern Morran är redo för  
att jobba. Innan hennes order  
kommer spanar hon över  
kyrkogårdsmuren i sin iver.



Bataljonen har sex hundekipa-  
ge. Två av dem går i fronten  
för denna pluton när de fram-  
rycker längst vägen i byn.



På andra sidan Ljungan befinner sig  
fienden. Plutonen måste över älven  
och gör sig redo för förflyttning.

nöjd med övningen, men har fått sig några tankeställare på grund av olika missar, mest från andra.

– Det är bra med repetition. Här i Ånge/Borgsjö brukar det vara jättebra övningar, så jag har mycket höga förväntningar för resten av veckan, säger han.

**BÅDA LOKALTIDNINGARNA** och lokala TV4 är med under den första delen på övningen. De smyger lite försiktigt bakom plutonen.

Bataljonen jobbar hårt för att göra reklam för hemvänet, något de även lyckats med. Förra året gjordes en egen medieplan som samspelar med eventplan och verksamhetsplan.

– Vi måste synas! Målsättningen som vi har är att synliggöra och medvetandegöra Västernorrlandsgruppen, frivilligorganisationer och våra två bataljoner. Genom att göra detta skapar vi stora förutsättningar att lyckas med våra rekryteringar.

Det går riktigt bra för oss just nu, fak-tiskt!, säger Urban Fröberg, på Väster-norrlandsgruppen.

**ORDER KOMMER OM** att fortsätta framåt. På samma sätt som innan framrycker de på båda sidor om vägen med hundekipagen främst. Förflytningen går sakta men metodiskt. Hundarna får upp många spår och markerar ofta. Bataljonen har sex hundekipage varav två går i fronten på denna pluton.

Det sista anfallet kommer vid en damm. Plutonen beskjuts från skogen på andra sidan Ljungan. Ksp-skytten besvarar elden. Han täcker de andra när de snabbt rör sig i små grupper över bron. Inom kort har plutonen återigen bekämpat fienden och övningen avbryts till slut.

**TVÅ INSTRUKTÖRER FRÅN** pansarbataljonen på I 19 har varit med under hela veckan för att stödja bataljonen under övningen.

Under denna dag har de följt 163:e insatskompaniet.

När övningen är avslutad samlas soldaterna och instruktörerna och går igenom vad som varit bra och vad som varit mindre bra. Enskilda färdigheter kommenteras inte utan instruktören ser till hela gruppens insats.

– De sköter sig bra. Detaljer finns det alltid att slipa på, men det är ju kopplat till tiden. Ju mer man övar, desto bättre blir det, säger instruktör Jan Strömbäck.

**NÄGOT SENARE HAR** hela kompaniet samlats för att bevakta en mast. Soldater och hundar är utskickade för att söka området och för att skydda vajerfästena till masten. Bandvagnarna står uppställda, och i den ena sitter Jens Grelsson, en av plutoncheferna, och tar en paus med en burk energidryck.

– Det blir inte särskilt många, men några stycken blir det i alla fall.

– Han orkar inte hålla sig vaken annars, ropar kamraterna och skrattar högt. Stämningen har varit mycket positiv hela dagen. Borgsjökompaniet har gott rykte om sig och många vittrar under dagen om många och bra övningar.

**RADIOM SPRAKAR TILL** och Jens Grelsson lyssnar på rapporteringen. Hundarna har fått upp vittring och två okända grönklädda personer med vapen har observerats i området.

– Hotell Alfa, uppfattade du Foxtrots radiosignal?

– Uppfattat, fortsätt observera och kullen är er, beordrar Grelsson.

Han samlar ihop sin utrustning och ropar in staben för att informera om observationen. Om fienden inte går ut ur området så kanske man måste vidta åtgärder.

Snart hörs ksp-salvor i skogen och kompanichefen informerar att en person blivit nedkämpad efter att ha gått nästan rakt in i ksp-nästet. De misstänkta har dock försvunnit från platsen.

Det råder en lätt förvirring en stund. Ingen B-styrka är ännu utkallad, så vem

var det man observerade och sköt på? Ef-ter många om och men hittar man till slut spåren efter de misstänka. Små fotspår gör att man misstänker civila barn från bygden. Kanske de som stod och vinkade vid vägen när kompaniet körde förbi?

– Gå in och kolla på aftonbladet.se om det är någon som rapporterat in att de blivit beskjutna, skrattar instruktören Jens Persson. Det är ju trots allt lite humoristiskt.

**TILLSAMMANS MED** blågul spårar hundarna spåren till det misstänkta huset nedanför berget. Barnen erkänner direkt och ber något skamset om ursäkt. De ville bara leka lite. De hade nog inte tänkt sig, när de gick ut i skogen för att spionera lite på militärerna med var sin leksaksbössa i handen, att de skulle bli beskjutna med riktiga ksp:n. Även med lösplugg blir man nog lite rädd. Ingen skada är skedd, den riktiga övningen fortsätter. ●

## 99 HÄR I ÅNGE/BORGSJÖ BRUKAR DET VARA JÄTTEBRA ÖVNINGAR, SÅ JAG HAR MYCKET HÖGA FÖRVÄNTNINGAR FÖR RESTEN AV VECKAN

Glenn Olsson, ksp-skytt

# Äkta körglädje

På kaserngården i Skövde står **lastbilar och terrängbilar** prydligt uppställda. Ett **femtional förare** från Bohusdalsgruppen har **åkt till Skaraborgs regemente** för att få befattningsutbildning.

Text & foto: Therese Åkerstedt

nnan förarna och fordonen lämnar kaserngården är det utbildning i lastsäkring.

– Ni har aldrig mer bråttom än att ni kan lastskräva lasten och er själva. Om chefen skäller fä ni säga "Då får du köra bilen själv", för jag gör det inte", säger instruktören Martin Andersson.

Stridsutrustning och hjälm är nödvändigt i krig, men har man dem på sig vid en krock så riskerar man allvarliga skador och i värsta fall bruten nacke. Och det kan hända även i låga farter.

– Givetvis kan man köra med stridsutrustningen på, men man väljer situation efter hotbild. Vi ska inte äventyra vår egen säkerhet, säger Martin Andersson.

**HALVA GRUPPEN KLÄTTRAR** upp på lastbilsflaket för att räkna på lastvikt och lastsäkring. Friktionen på underlaget, typen av spännsband och placeringen av lasten är några av faktorerna de måste ta hänsyn till. Med hjälp av en "lathund" i broschyrformat räknar de sedan ut hur många spännsband som behövs och vilken vinkel de måste ha i förhållande till fästpunkterna och lasten.

– Jag har ett så himla stort ansvar, säger Marie Hall som är lastbilschaufför på bataljonsstabben och gör sin första övning.

**DET ÄR SPÄNNANDE NÄSTAN JÄMT. DET ÄR EN DEL AV CHARMEN.**

Therese Eriksson, lastbilsförare

– Jag ville göra lumpen men fick barn, hade jag inte varit 40 så hade jag gått GMU. Nu vill jag prova på det gröna livet. Hade jag fått leva om mitt liv så hade jag kanske jobbat inom Försvarsmakten. Man behöver aldrig känna sig vilsen eller ensam i hemvänet, säger hon och berömmer sina kamrater.

**EN LÅNG RAD MED** motorcyklar kommer körande för en kopp kaffe. Linus Petri och Erica Persson tillhör Skärgårdsbataljonen från Elfsborgsgruppen i Göteborg som samarbetar med Bohusdalsgruppen.

– De får hoppa från ör till ör, skämtar Jörgen Kvist-Norberg som är mc-ordonnans på ett insatskompani i Trollhättan.

– Vi körde faktiskt ut våra motorcyklar på en stridsbåt ett år, kontrar Linus Petri.

I dag ska de köra färdighetsbanan, där de får öva balans, styrning och att ta sig över olika typer av hinder.

– Det är roligt att träffa andra ordonnanser och hemma kör vi också i terrängen men inte tillämpat på samma sätt, säger Linus Petri.

– Ja, det syns väl, säger Jörgen Kvist-Norberg och syftar på sitt nerskilda mc-ställ.

Han berättar att en av ordon-

nanserna bröt nyckelbenet förra gången de var här.

**MOTORERNA STARTAS** och de åker ut till färdighetsbanan. Efter några varv blir Jörgen Kvist-Norberg stående. År det tändhatten, vatten i luftpumpen, något med generatorhuset eller har det kommit vatten in i de lagade elledningarna? Med lite hjälp lyckas han fixa felet och kan köra vidare. När det väl är dags för lunch är ordonnanserna både trötta, svettiga och blöta.

– Det är jätteroligt, särskilt när man kört några varv och vågar stå på, säger Linus Petri.



På färdighetsbanan tränar man upp körskickligheten. Mc-ordonnanserna har vattentäta ställ av en anledning.



Redan efter några nägra varv blir det hårdare drag i gasreglaget.



Innan värden tvättas fordonen i spolhallen.

**EFTER LUNCH SKA** lastbils- och terrängbilsförarna köra bilorientering med hjälp av en karta. Först ska de ta sig ut till skjutfältet och därifrån köra en slinga längs de slingrande och smala vägarna. Förhoppningsvis åt rätt håll så de slipper att mötas. Jag får agera kartläsare åt Therese Eriksson. Hon saknar enligt egen utsago lokalsinne och jag har aldrig varit på regementsområdet tidigare. Vi får ta ett extra varv i en rondell innan vi hittar ut till den markerade färdvägen.

– Det är spännande nästan jämt, det är en del av charmen, säger hon och skrattar.

– Man får hålla utkik efter stridsvagnar, de kan komma var som helst. Instruktörerna kan ha lagt en bana man inte får köra på, varnar hon när vi börjar nära oss skjutfältet.

Trots att Therese Eriksson är i 40-årsåldern har hon varit med i Bilkåren i nästan 20 år. Att det blev hemvänet berodde på att svärmar lockade med henne, nu är de i samma kompani.

– Jag tycker att det är så himla roligt,

gemenskapen är fantastisk, man får köra fordon och göra en insats för landet.

Några svängar senare har vi kommit in på den markerade slingan, de smala grusvägarna med djupa nygravda diken gör att jag frågar hur bra hytten skyddar om man välter i sidled. Ingen av oss har något bra svar på frågan och jag är tacksam att Therese Eriksson uppenbarligen är en duktig förare, och att jag än så länge inte lett in oss på någon återvändsväg.

– Det är perfekt väg för att öva att använda backspeglarna på, konstaterar hon glatt.

När förarna återsamlas påminns vi om vikten att bara använda de inritade vägarna.

– Det finns en anledning till att man har inritad väg, där finns inte fienden. Hittar man på egna alternativ kan det gå illa, säger instruktören.

**EN AV DE FYRA DAGARNA** är avsatt för ADR-utbildning, transport av farligt gods på väg och i terräng. Även här är det räkning

som gäller för att se hur stora mängder av respektive gods man får ta med sig. Till sin hjälp har förarna en bok med tabeller och formler. Cenny Appelgren är lastbilschaufför civilt men måste ändå tänka till.

– Jag tycker det är bra att alla vi förare träffas, oftast är vi så få. Sedan är vi på lite olika nivåer och det blir lite korvstopping. Men på fyra dagar hinner man med ordentligt med utbildning, jämfört med två dagar tidigare, säger han.

**FÖR DE FÖRARE SOM** sluppit skolbänken är nästa punkt på dagordningen spolhallen. När fordonen är rena rullas de in i värddallen.

– Det svåraste passet i motorutbildningen brukar vara värden, det är mest eftersatt, säger Martin Andersson.

Jag har lite svårt att avgöra om han skämtar eller är allvarlig, men ska man följa värdschemat så är det många punkter att bocka av. Det är ett smutsigt jobb, men någon måste göra det. ●



# Packa lätt och rätt

**Bättre och modernare utrustning.** Men samtidigt bär soldater allt tyngre. Tanken är att din personliga utrustning **ska öka ditt stridsvärde** – inte minska det.

Text & foto: Lisa Björk & Therese Åkerstedt

**U**tgå från ledorden att du ska vara torr, varm och mätt när du packar inför övning. Det enklaste sättet att öka stridsvärdet är att undvika att packa tungt och lägga till en massa extrautrustning som tar plats. Du ska kunna framrycka och i värsta fall strida med ryggssäcken på ryggen.

Det ska även finnas plats över i stridspackningen så du kan ta med gruppmaterial som radio, spade och annat som du kan behöva. Använd i stället trosspackningen för "bra att ha" saker som du inte behöver för att lösa den kommande uppgiften.

**I SOLD MTRL P** från 2003 kan man läsa om den personliga utrustningen. Boken är anpassad för dätidens värnpliktiga men

den är fortfarande aktuell.  
– Rekommendationen är fortfarande att använda sig av packplanen så långt det går, så man vet ungefär var kamraterna har sina grejer om kamraten till exempel blir skadad, menar Arvid Lärkerud, förädsman på Servicecenter Kungsängen och underhållsbefäl på Attunda Hemvärnskompani.

**EN GENERELL REGEL** är att packa efter års-tiderna, på vintern är behovet av förstärkningsplagg större medan det på sommaren kan vara mer användbart med en torr skjorta 90 och regnkläder längst upp. Det finns inget facit för hur stridspackningen och trosspackningen ska packas, däremot finns det några saker man kan ha i åtanke. Framför allt är det bra att veta hur man hittar bland sin utrustning, vilket är särskilt användbart i mörker.

Ett annat tips är att lägga allt i en stor

sopsäck, det skyddar från väta och gör att ryggsäcken flyter om du ramlar i vattnet eller tvingas att vada.

## Hur ska man packa tyngre utrustning?

– Ska man marschera med stridsutrustningen så ska man se till att packa det tyngsta upp till i ryggsäcken. Ska man däremot åka skidor så gäller tvärtom principen tungt ner till. Åker du i en nedförsbacke och har tungt ner till blir balansen mycket bättre än om den är högt upp. Du faller helt enkelt inte lika lätt, säger Arvid Lärkerud.

**PÅ ATTUNDALAND** hemvärnsbataljon valde man för några år sedan att ta fram en packlista som gällde för alla hemvärns-soldater i den bataljonen. På bataljonen tyckte man att alla skulle vara likvärdiga soldater med samma utrustning och likadan packad utrustning. ●

## Kom i håg-listan. Klipp ut och spara



### Fältuniform m/90:

Fältjacka  
Fältbyxor  
Fält-/pälsmössa  
Basker khaki  
Marschkängor 90  
Reflexband  
Slidkniv

**I fickorna:**  
Handskar  
Anteckningsmaterial  
Karta (viss personal)  
Första förband  
Hörselproppar  
Hudsalva  
"Behörighetshandling hemvärnets personal"

### Vapenbehörighetsbevis

Skyddsvaktsbevis  
Körkort/legitimation & ev. militärt förarbevis  
Tändstickor

### Stridsutrustning:

Personligt vapen  
Kroppsskydd  
Hjälm med hjälmdok  
Ev. befattningsutrustning

### Stridsväst:

Vätskesystem 2,5 liter  
Vapentillbehör  
Vapenvårdsmtl  
Hörselskydd Comtac  
Skyddsglasögon

### Dricksflaska 90

Stridshandskar  
Kompass (viss personal)  
Ficklampa (viss personal)

### Stridspackning:

Matbestick  
Kokkärl m/40  
Enmanskök & sprit 35  
Kåsa

### Trosspackning:

Termos med varmt vatten  
Tröja 90  
Fältskjorta 90  
Inner- och ytterstrumpor  
Hörselskydd Comtac  
Regnställ 90

### Värmejacka 90

Liggunderlag (vikt)  
Skyddsutrustning 90B/S (medförs i stridsutrustningen vid höjning av CBRN-beredskap)

### Trosspackning:

Livsmedel för 1 dygn (vid order eller larm)  
Bärsäck 2000 packas med:  
Gummistövlar med insats  
Kalonger/ trosa och bh  
Långkalsong  
Inner- och ytterstrumpor  
Tumhandskar/ innervante  
Värmebyxor 90  
Sovsäck med sovsäckspåse

### Vinterkängor 90

Pälsmössa/hjälmmunderlag  
Hygienartiklar  
Handduk

### Bra att ha:

Skofett  
Plastpåsar (för att skydda utrustningen)  
Mellanmål (t.ex. smörgåsar)  
Pappersnäsdukar/toalettpapper  
Handsprit  
Snabb energi (t.ex. choklad, nötter)  
Extra 1,5 liter vattenflaska

### Gummistövlar med insats

Värmeskydd

### Gummistövlar med insats

Extra 1,5 liter vattenflaska

## STRIDSPACKNINGEN



### Alltid i toppocket:

- Snabba kolhydrater till exempel kexchoklad eller nötter



### I mitten:

- Värmetröja 90
- Tröja 90

Skyddsutrustning 90B/S ska finnas i stridsutrustningen om beredskapen höjs.

## TROSSPACKNINGEN





Prickskyttegevär 90 med kamouflage. Vapnet räknas som ett av världens bästa prickskyttegevär och köptes in till Försvarsmakten 1990.

# Den träffsäkra bästa vän

På **Önnarps skjutfält** utanför Helsingborg har Skånska Dragonbataljonen just **börjat dagens övning**. Plötsligt kliver två hemvärnssoldater med var sin **psg 90** ut ur dimman.

Text & foto: Lisa Björk

e har varit här sedan någon timme tillbaka för att reka området inför dagens övning.

– En del av vår uppgift i dag är att kontrollera att det inte är någon aktivitet i området, berättar soldaterna.

**AV SÄKERHETSSKÅL VILL** de inte gå ut med sina efternamn i tidningen och går under beteckningarna B1 och B2 även under egna övningar.

Deras befattning är skarpskytt, vilket innebär en särskilt uttagen, utbildad och untrustad soldat, som löser en elduppdrag inom sin enhet, med syftet att förlänga enhetens stridsavstånd och öka dess förmåga att avge välriktad eld mot prioriterade och/eller svåråtkomliga mål på korta till mellanlånga avstånd (0-600 meter).

Många förväxlar skarpskyttar med prickskyttar, men faktum är att befattningen prickskytt inte finns inom hemvänet i dag.

Den stora skillnaden mellan befattningarna är det taktiska uppträdet och verkansområdet.

**UNDER DAGENS ÖVNING** ska gruppen öva på ett mindre område inför den kommande KFÖ:n. Scenariot är att fientliga förband finns i området och en telekommunikationsmast i området behöver skyddas och liksom så även vägen dit.

Plutonen är uppdelad i två grupper och framryckningen av den första delen av vägen går undan. B1 och B2 får order om att genomsöka området runt masten. De försinner snabbt in i skogen, deras kamouflaga gör att de bara efter några få meter är som uppslukade. Efter en stund kommer den ena tillbaka för att meddela gruppchefen att området är genomsökt.

Den andra ligger kvar i skogen för att understödja vid gruppens resterande framryckning.

**SKARPSKYTTEN LIGGER** under en tall och är så väl dold att en av soldaterna nästan kliver på honom när han ska placera sig i igelkottsförsvaret för att bevakar masten.

– En viktig del i utbildningen är det personliga kamouflaget. Det är egentligen en hel vetenskap. Beroende på terrängen måste den självklart anpassas och tillsammans har vi sex olika dräkter. En del av dem har vi även gjort själva, men det tar en hel del tid, berättar de mellan övningarna.

**NÄR SKARPSKYTTEN KOMMER** fram till sitt mål är det första han/hon gör en så kallad målskiss. Grundtanke är alltid den samma. Man ritar in fasta objekt som byggnader, skog, enskilda formationer, som till exempel stora stenar, och mäter avståndet till dem och själva målet.

– Vi ritar på papper eller en plastskiva som vi har med.

Utrustningen är viktig, menar de båda.

– Vi har lagt ut ungefär 50 000 kronor tillsammans för att köpa de prylar som vi inte fått ut via hemvänet. Gps, avståndsmätare och vindmätare är grejer som är ganska dyra, men absolut nödvändiga för att vi ska kunna göra vårt jobb, säger de.

Gps för koordinater och vindmätaren för att kunna beräkna vindavdriften. Vid långa avstånd kan kulan differera flera meter både i höjd- och sidled om det blåser kraftigt.

**GRUPPEN FÄR EN NY** order, förflyttning till skjutfältet, där dagens strid kommer att genomföras.

– Den grundläggande tekniken vid skjutningen är samma som på vilket annat vapen som helst. Skillnaden märks först vid skjutning på längre avstånd. Har man hög puls så syns det i hålkorset mycket tydligare, berättar B1.

– Rekylen är tung, men trevlig. Inte lika vass som ak 4:an.

**SOM SKARPSKYTT VÄLJER** man gärna en upphöjd punkt, ju längre man kan se, desto bättre kan enheten verka.

Skjutställningen beror på underlaget, men en så stabil plattform som möjligt är önskvärt för benstödet till psg:n. Benstödet går dessutom att justera ca 10-15 cm. Armen placeras under kolven och kroppen placeras rakt bakom vapnet för att få ut rekylen i fötterna.

**99 DEN GRUND-LÄGGANDE TEKNIKEN VID SKJUT-NINGEN ÄR SAMMA SOM PÅ VILKET ANNAT VAPEN SOM HELST. SKILLNADEN MÄRKS FÖRST VID SKJUT-NING PÅ LÄNGRE AV-STÅND**

Skarpskytt

VAPENFAKTA:

Prickskyttegevär m/90-psg 90

Psg 90 är ett repetergevär och vidareutvecklat från det brittiska L96A1. Den svenska modellen heter L96A1 AW (AW= Arctic Warfare). Vapnet räknas som ett av världens bästa prickskyttegevär och antogs till Försvarsmakten 1990.

Vikt (med kikarsikte): 6,19 kg, laddat: 6,66 kg

Längd: 1184 mm

Kaliber: 7,62 mm

Magasin: 9 patroner

Utgångshastighet: 850 m/s med 7,62/10 prj.

1290 m/s med 7,62 prick

Effektiv räckvidd: cirka 800 meter (beroende på vilken ammunition man använder)

Kikarsikte: Carl Zeiss-tillverkat Hensoldt med 10ggr x 42

Fördelar:

Friliggande pipa = påverkas lite av köldförändringar

Rejält och stryktåligt

Kraftig ammunition med verkan upp till 900 meter

God precision

Enkelt att rengöra

Få delar = lite som kan krångla

Nackdelar:

Svårt att försvara sig med i närrist

Källa: SoldCom och Försvarsmakten.se

BEFATTNING:

Skarpskytt

Ingår i insatskompani.

Skall vara skyddsavlastningsbataljoner.

Uppgiften innebär bland annat att leda och ansvara för:

- Gruppens PSG 90

Medverkar vid:

- Gruppens stridsupplägg

- Upprättande och brytande av grupperingsplatser

- Förvar av grupperingsplatser

- Löser i övrigt inom förbandet förekommande uppgifter och enligt chefsbestämmende.

Minimikrav: GMU/motsvarande

# Det gör ont att kriga

I en artikelserie får du följa den blivande bevakningssoldaten **Lisa Björk** genom säkerhetsprövning, introduktionsutbildning och hennes första krigsförbandsövning.

## Del 2 Pärustning och introduktionsutbildning

**NÅGRA VECKOR FÖRE** introduktionsutbildningen åker jag ut till Livgardet för att hämta ut min utrustning. När man väl kommer till introt så ska man vara snygg och proper. Märkena ska sitta på och utrustningen vara tillpassad så att man direkt visar att man är en bra hemvärnssoldat, och sådant tar ju lite tid att fixa.

**PÅ FÖRRÄDET ÄR DET KÖ** men till slut får jag visa upp mitt utrustningskort. En och en halv timmes rundtur i förrädet startar. Jag får en bärssäck, en stridssäck och den sista persedelpåsen som finns på förrädet för att fylla med grejer. Skyddsmasken åker ner i ryggsäcken, sedan vidare mot strumporna. Gul storlek (36–37) vill jag ha, men eftersom det bara finns begagna de strumpor i den storleken vill förrädspersonalen i stället pracka på mig den blåa storleken. Något stora, men helt splitternya. Snällt, men helt fel storlek. Det är

rätt så utplockat på förrädet. Vinterkängorna är en storlek för stora och sommar-kängorna två storlekar för stora.

**UNIFORMER FINNS DET** ändemot gott om. Jag uppger vikt och längd. Förrädmannen ger mig ett par byxor och tycker jag ska prova dem utanpå jeansen. Åh nej, de går inte igen i midjan! Jag får gå upp tio kilo i "byxvikt".

– Ett tips: ät mindre och rör dig mer, säger en "hjälpsam" förrädsman när han går förbi.

Aven mitt huvud visar sig ha "fel" storlek. Jag blir tilldelad en för stor hjälm trots att det finns och jag får prova en mindre! – Jo, men den kan man göra mindre, menar förrädmannen om den större storleken.

Men hur, det vet han ändemot inte. Bättre för stort än för litet är mottot. Till slut är väskorna fyllda till brädden. Jag släpar all utrustning till bilen och kör hem för att spegla mig i spegeln. Jag ser ut som en hösäck med mina lite för stora kläder.

**YTTERLIGARE ETT BREV** kommer i brevlådan. Välkommen till hemvärvnet! Du ska gå en introduktionsutbildning fyra dagar i maj. Och du, glöm inte att ta med en kopia på Försäkringskassans SGI-beslut till kursen, detta för att kunna få ut rätt dagpenning. Stilla undrar jag vad ett SGI-beslut är, och var hittar man det? Det visar sig vara ett intyg från Försäkringskassan som grundar min sjukpenning på min inkomst. Hur får man fram det då? Jo, man ringer direkt till Försäkringskassan. Man surfar inte runt på Försäkringskassans hemsida i en timme och laddar ner alla möjliga ansökningsformulär med rynkad panna.

**MED SPÄND FÖRVÄNTAN** packar jag mina väskor inför helgen. Jag har varit nervös i en vecka. Hur ska det gå? Kommer man att komma ihåg någonting över huvud taget från lumpen som gruppchef i Artilleriet på I 19?

Det är många tankar i huvudet när jag hoppar av bussen på Livgardet. Redan på bussen har jag dock lyckats få kontakt

**99 JAG SER UT SOM EN HÖSÄCK MED MINA LITE FÖR STORA KLÄDER.**



Traditionenlig FM-frukost består av fil/yoghurt, vita cornflakes, vitt bröd och kaffe. Aldrig grönsaker eller fibrer.



Uppställning! Snygga som bara deh. Till höger min kompani- och rumskompis Jessica.



Rast i det härliga gröna. Men vapnet aldrig mer än 1,25 meter från dig...

med Marcello som är redo för hemvärvnaction. Snart får vi veta, med stor besvikelse, att förrädet inte kommer att vara öppet nästa morgon. Det var visst inte bara jag som behövde byta ut halva utrustningen. Eller plocka ut till exempel hörselkäpor. Jag lyckas dock byta hjälm med Marcello som fått en för liten hjälm. Lyckan är gjord!

**VI ÄR CIRKA 30 TAPPRA** krigare i ett åldersspann mellan 19 och 45-ish som rycker in. Vi tillhör alla Livgardesgruppen och ska ut på någon av deras fyra bataljoner. Jag bunkrar med Jessica i sovbaracken. Det visar sig senare att vi till och med tillhör samma kompani. Kul att man redan känner någon som man kommer att öva med senare!

Första kvällen är det genomgång om hemvärvnet. Vad har vi gett oss in på och vad kommer det att krävas av oss? Och självklart fika. Det blir mycket fika under helgen. Det näst bästa med försvaret är varm choklad och renklämma. Det slår aldrig fel. Bästa? Det är ju att få skjuta.

**UNDER FREDAGEN HÄMTAR** vi ut våra vapen, soldatens bästa vän. Den största tiden av helgen går till vapenutbildning. Alla som gjort lumpen, det vill säga alla på introt, är utbildade på ak 5. Nu måste vi lära oss ett nytt vapen. Dessutom är det för många rätt länge sedan man höll i en automatkarbin. Vi får även skriva på våra avtal. Jag blir bara extra hemvärnssoldat eftersom jag fortfarande är krigsplacerad.

**LÖRDAGEN BESTÄR AV** en enda lång laddamagasin-eld upphör-patron ur-session.

Vi tränar olika stridsställningar, men också att plocka isär vapnet, och säkerhet, som är A och O när det handlar om vapen. Men det är tungt. Det är jättetungt. Jag är inte van att hantera ett 5 kg tungt och otympligt vapen. Att dessutom hantera det med bara en hand är ännu tyngre. Att därtill ha ett vapen som krånglar gör det ytterligare värre. Jag får ak 4-arm. Okej, befälen hävdar å det bestämdaste att det inte finns något som heter det, men vad kallas man det då? Jag har kännningar en hel vecka efteråt i min högra underarm.

**JAG HAR STORA PROBLEM** med att hålla mitt vapen spikrakt framåt. Vid laddning och patron ur får vi lära oss att man ska vrinda vapnet 90 grader åt sidan när man för in/ut magasinet. Min pipa tippar en sådär fem till tio centimeter varje gång. Flera gånger kommer då ett befäl fram och frågade om det är något jag inte förstår med detta.

– Det ska vara som att en stålpinne går rakt igenom bössan här, säger han och tar tag i pipan demonstrativt.

**JAG SLITER SOM ETT DJUR** hela dagen för att både få i magasinet och få ur det. Min handflata är död efter allt bankande. Jag gråter inombords. Efter en hel dags övning beslutar jag mig för att fråga om det kanske trots allt är något fel på vapnet. Jag styrketränar några gånger i veckan så jag borde inte vara så svag, tänker jag. Jag går fram till ett befäl och frågar om det är fel på mig eller vapnet.

– Det är dig det är fel på, är det första instruktören säger till mig.

Men han tar ändå vapnet och provar att

**99 JAG FÅR AK4-ARM. OKEJ, BEFÄLEN HÄVDAR Å DET BESTÄMDASTE ATT DET INTE FINNS NÅGOT SOM HETER DET, MEN VAD KALLAR MAN DET DÅ?**

sätta i ett magasin. Ja men oj då, det var visst lite trött ändå. Det visar sig att magasinsöppningen är intryckt. Hur många befäl tar det att åtgärda detta? Svar: En som böjer och bänder och två som tittar på och kommer med råd.

**SISTA DAGEN ÄR DEN BÄSTA.** Det är skytte på schemat. Skjutningen är det som precis alla pratat om och sett fram emot under hela helgen. Vi håller till på en akustisk inomhuskjutbana och börjar med att skjuta in bössorna. Liggande är mitt bästa resultat 32 millimeter i spridning. Okej, det är bara 25 meter till tavlan, men ändå. Jag är ganska nöjd, kan jag säga. Den ständige skjutställningen är för mig absolut svårast på grund av bland annat mina korta armar. Jag står kanske inte som man ska, men jag skjuter ändå som en gud. Gårdagens magasinsfiasco är som bortblåst. Med ett leende på läpparna åker jag hem med tanken att jag lätt kan ta Clint Eastwood eller Laura Croft i en duell. Jag ser redan fram emot höstens KFO! ●

Ihöst kan ni läsa om hur det gick för Lisa på hennes första KFO.



Skytte på inomhusbanan. Svettigt men kul! Synd bara att brillerna immar igen...



Isärtagning av vapen i liggande ställning. Här en mycket viktig del av vapnet.



Tre ak4b med olika kolv. En vanlig, en för korta personer och en för fordonsförare.



POSTTIDNING B

**Avsändare:** Tidningen Hemvänet, 107 85 Stockholm **Fel adress?** Om din tidning kommer till fel adress, uteblir eller skickas till dig, trots att du lämnat hemvänet, ska du i första hand vända dig till din utbildningsgrupp för rättelse, inte till tidningens redaktion. Detta gäller ALL krigsplacerad personal, både hemvärmän och avtalspersonal. Glöm inte att anmäla flytt till Skatteverkets folkbokföring.



# nametag.se

# Garderoben

[www.garderoben.se](http://www.garderoben.se)



Shorts: 395:-  
Byxor : 395:-



Raw Vintage

Snygga sköna stentvättade kläder

Militär inspererat



T-shirts 249:-

Linne tjejer 149:-



T-shirts 249:-  
Linne tjejer 149:-



Garderoben  
Tegnergatan 20  
113 59 Stockholm

[info@garderoben.se](mailto:info@garderoben.se)  
tel: 08-314 440  
[www.garderoben.se](http://www.garderoben.se)