

TRYGGE SAMFUNN



75 år
for totalforsvaret

NORSK TOTALFORSVARSFORUM (NTF)

Leder

75 år for totalforsvaret



Temamagasin: 75 år for totalforsvaret
Redaksjonen avsluttet 17.03.2026

Utgiver

Norsk TotalforsvarsForum
Styreleder: Kåre-Ludwig Jørgensen
Daglig leder: Hanne G. Garder
www.totalforsvar.no
E-post: post@totalforsvar.no
Telefon: 404 08 168

NTF

er et forsvarsrelatert samarbeids- og interesseforum for organisasjoner og enkeltpersoner som er opptatt av samfunnssikkerhet og beredskap. Forumet er landsdekkende og partipolitisk uavhengig.

Redaktør

Ola K. Christensen
E-post: olachristensen@yahoo.com
Telefon: 474 83 703

Grafisk produksjon

Design/layout: Magnolia design as
Trykk: Fladby as

Forsidefoto

Dagens bredt sammensatte risiko- og trusselbilde betinger forberedt og koordinert innsats fra offentlige og private aktører, men vel så viktig fra landets innbyggere – praktisk som mentalt. Alle foto: Forsvaret

Kvinner Frivillige Beredskap (KFB) ble stiftet 9. april 1951 etter initiativ av H.K.H. Kronprinsesse Märtha på bakgrunn av krigens erfaringer. Hun var opptatt av at kvinnene måtte bidra i arbeidet med beredskap og vernet om de tusen hjem og mente at det best kunne skje gjennom et samarbeid mellom de store kvinne- og beredskapsorganisasjonene.

Den viktigste oppgaven de første årene var å registrere og samordne frivillig kvinnelig arbeidskraft i kommunene for å styrke landets samlede beredskap med utgangspunkt i totalforsvarskonseptet.

I mai 1958 lanserer Kvinner Frivillige Beredskap «Nytt fra K.F.B.» og i den første utgaven av meldingen – som den benevnes – beskrives arbeidet med å registrere arbeidskraften slik:

«Ansvarsbevisste kvinner ønsker ikke at landet skal komme i en krig eller bli utsatt for en katastrofe for å kunne vise hva de duger til – men når vi ber kvinnene registrere seg til en beredskapstjeneste er det mange som svarer at de vil vente til det skjer noe.

Det var denne innstillingen som gjorde at vår avdøde Kronprinsesse – vår statsminister og de store kvinneorganisasjoner gikk inn for å samordne all beredskapstjeneste for kvinner.

Kronprinsesse Märtha var president for den Hovedkomité som ble nedsatt 9. april 1951 hvor landets største kvinneorganisasjoner står tilsluttet. Komiteen med det krevende navn Kvinner Frivillige Beredskap.

K.F.B. registrerer kvinner til Forsvarsgrenene – Heimevernet – Helseberedskap – Sivilforsvaret – Jordbruket og Industrien.»

Siden stiftelsen for 75 år siden og frem til jubileumsåret har formålet vært det samme; å arbeide for å styrke Norges beredskap. 1. januar 2019 endret organisasjonen navn til Norsk TotalforsvarsForum (NTF) med følgende begrunnelse: «Vi har i dag fått et mer likestilt samfunn når det gjelder utdannelse, arbeid og ansvar for både hjem og samfunn – og det er nå mange år siden Stortinget vedtok å innføre allmenn verneplikt. Det er som følge av denne utviklingen at organisasjonen endret til et kjønnsnøytralt navn.»

I anledning 75-årsjubileet inneholder denne utgaven naturlig nok noen glimt fra KFBs historie samt dagens organisasjon. Videre gir tre personer i kronikkens form sine perspektiver innen deres spesifikke fagområder.



Ola K. Christensen



Innhold



Helt siden grunnleggelsen i 1951 har informasjon til befolkningen om nødvendigheten av egenberedskap vært en viktig del av Norsk TotalforsvarsForums virksomhet.

28

– Med den uoversiktlige og urolige sikkerhetspolitiske situasjonen vi er i, ser jeg at NTF har en viktig rolle også i uoverskuelig framtid, sier styreleder Kåre-Ludwig Jørgensen.



Øvelser er og blir den eneste måten å bli god og bedre på, fremhever direktør Knut Oscar Gilje i Næringslivets sikkerhetsorganisasjon (NSO).

20



Beredskap er grunnleggende sosialt fundert. Den handler om fellesskap i krisetider, mener forskningsprofessor Nina Heidenstrøm ved Forbruksforskningsinstituttet SIFO/OsloMet.



24

Utholdenhet, motstandskraft og forsvarsvilje er ingen «quick-fix», skriver direktør Cecilie Daae i Nasjonalt kunnskapscenter om vold og traumatisk stress. (NKVTS).

Traktorkjøring, forsvarsvilje og politisk dagsorden

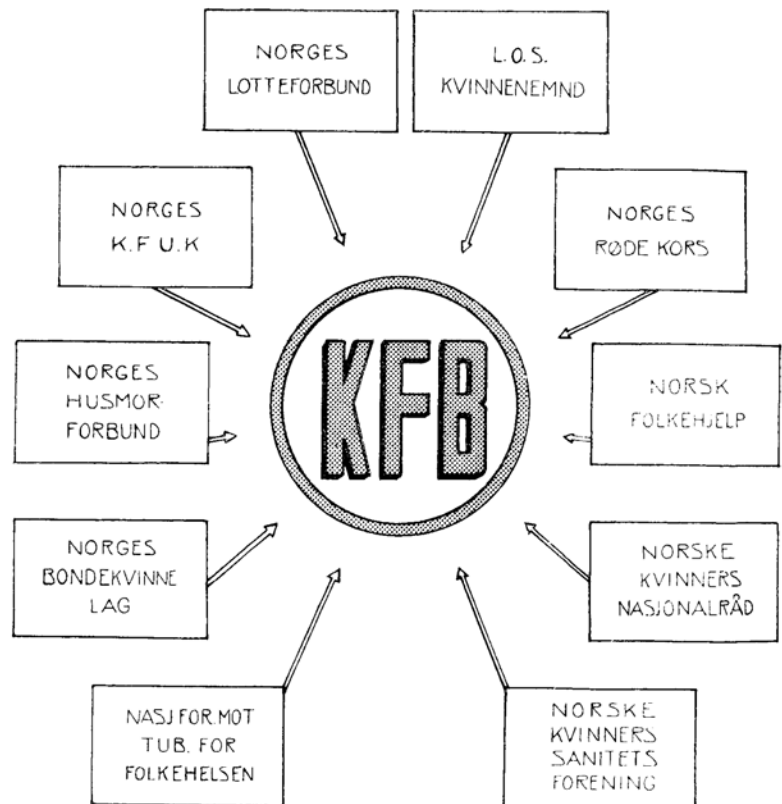
Visste du at KFB de første årene arrangerte praktiske kurs blant annet i **traktorkjøring**? Dette skulle sette kvinner i stand til å gjøre også det maskinelle arbeidet i jordbruket, så gårdene kunne drives selv om mennene ble utkalt i en krisesituasjon (side 5).

På side 6 gir daværende forsvarssjef general Vigleik Eide sine tanker om blant annet KFBs landsomfattende **informasjonsvirksomhet** for å stimulere kvinner og deres organisasjoner til innsats for totalforsvaret.

Vil **partiene** satse på totalforsvaret, spurte daværende KFB-redaktør Bente Bakke på bladets lederplass foran stortingsvalget i 1997. I forkant stilte KFB tre spørsmål om totalforsvaret til de partiene som gikk inn for den nye forsvarsstrukturen (side 7).



FAKSIMILE: Nytt fra K. F. B. nr. 1 - mai 1958.



Romerikskvinner lærte kjøre traktor

K.F.B. komiteen i Ullensaker og Øvre Romerike Lotteforening arrangerte siste høst et kurs på Sessvollmoen der tretten kvinner fra Rome-

rike lærte å kjøre traktor.

Kurset ble omtalt i et større oppslag i «Ullensaker Blad», der det bl.a. stod følgende:

«Forsvarets øvningsavdeling på Sessvoll stilte utstyr og instruktørkrefter til rådighet, så kurset kostet ingen ting hverken for deltagerne eller Kvinners Frivillige Beredskap. Kurset var også helt uforpliktende for deltakerne. En av tankene bak kurset er å sette kvinner i stand til å gjøre også det maskinelle arbeidet i jordbruket, så gårdene kan drives selv om menn blir utkalt i en krisesituasjon. Dette kan en se som en del av totalforsvaret.

Selv om utstyr og instruktører var stilt til disposisjon fra forsvaret, var innholdet i kurset ren sivil bruk av traktor. Deltakerne var for det meste «gardkjerringer», pluss noen lotter.

- Det var ikke så vanskelig som en skulle tro, sa Marit Ringereid fra Kløfta etter å ha forsøkt seg på rygging med tohjulshenger. Hun og mannen driver gård, og traktor er en selvfølgelig del av redskapen.

- Men det blir mest han som kjører, fordi jeg ikke har trening, sier Ringereide. - Grunnen til at jeg begynte på kurset, var nettopp at det er en fordel å kunne avløse mannen bak rattet hjemme.

- Vi lærer å bli kjent med traktoren, og får prøve under forskjellige forhold. Forrige lørdag var vi ute i terrenget og prøvde oss i bratte bakker. Det blir mer variert trening enn en kan få hjemme. Også er det lettere å gå på kurs hos fremmede enn hos gubben, smiler Marit Ringereide.

- Jeg hadde knapt sett en traktor før jeg begynte på dette kurset, ler Maja Bogar fra Algarheim. - Men jeg tror jeg har lært det mest grunnleggende i løpet av disse timene. Jeg kan starte, svinge og bremse, og kommer fram og tilbake. Jeg greide til og med å feste hengeren! Det er virkelig ordentlig moro.

- Jeg arbeider til daglig på et tannlegekontor, forteller Bogar.

- Gård har jeg aldri hatt, og har



Fornøyde elever og lærere.

ingen ambisjoner om å gå inn i landbruket heller. Men jeg er med i lotteforbundet, og tar dette kurset for å kvalifisere meg for annen tjeneste enn saniteten.

- Ryggingen var ikke så vanskelig når jeg først skjønnte forskjell på høyre og venstre. Vi skulle være i stand til å greie det grøvste av trak-

torkjøring etter dette kurset, mener Maja Bogar.

Instruktører på kurset var kapteinene Egil Dahle og Kjell Waalstuen, begge ved Sessvollmoen. - vi er virkelig imponert over jentene, sier de. - De er flinke, og lærer lett og fort».

Neste nummer

I neste nummer av «Nytt fra K.F.B.» har vi bl.a. intervjuer med fylkesmann Ebba Lodden og stortingsrepresentant Ambjørg Sælthun, som er eneste kvinne i Stortingets forsvarskomiteé.

Det blir referater fra Norske Kvinner Sanitetsforenings beredskapskonferanse i februar og K.F.B. informasjonsmøte på Kolsås i begynnelsen av mars.

Av annet stoff kan vi nevne dekning av årsmøtet i slutten av mars, bokanmeldelser, nytt fra de tilsluttede organisasjoner m.m.

KFB — nødvendig og høyt verdsatt

Av forsvarssjef general Vigeik Eide

Med sitt landsomfattende nettverk av kvinneorganisasjoner, er Kvinners Frivillige Beredskap med på å stimulere kvinner og deres organisasjoner til innsats for totalforsvaret.

Denne innsats gir også innsikt i forsvarsspørsmål, og den er derfor nødvendig for at vi også i fremtiden skal kunne bevare oppslutningen om vårt forsvar og vår evne til å forhindre krig eller maktbruk.

Erfaringer viser også at når et samfunn opplever en krigs- eller krisesituasjon, er kvinnenes innsats viktig for å holde samfunnsmaskineriet i gang.

Vårt land har basert sitt forsvar på totalforsvarsprinsippet. Norge har et omfattende lovverk — beredskapslovene — som sikrer at landets samlede ressurser kan settes inn i forsvarskampen.

Det er derfor av største betydning at den kvinnelige befolkning er best mulig kjent med vår beredskapslovgivning og våre forberedelser for en beredskapssituasjon.

KFB's innsats på dette felt er derfor av stor betydning for å styrke landets evne både til å unngå krig og til å overleve katastrofer eller krig.

Et Norge med fred i frihet er et felles ansvar for kvinner og menn, sivile og militære.

Stortinget har vedtatt yrkesmessig likestilling mellom kjønnene i Forsvaret. Dette innebærer at kvinner formelt har de samme muligheter som menn til militær utdanning og tjeneste, mot at de påtar seg tjeneste- og mobiliseringsplikt på de samme vilkår som menn.

Forsvaret er en stor og mangslungen organisasjon, og den byr på mange muligheter også for kvinner.

Tjeneste i Forsvaret byr også på mange utfordringer som bør tiltale våre dyktige kvinner, men den stiller på flere områder også strenge krav til ytelser og innsats for at Forsvarets stridsevne skal bevares. Ikke minst gjelder dette fysiske krav i en rekke funksjoner.

Disse krav må selvsagt innfris av alle som ønsker tjeneste av en slik art, og jeg er overbevist om at de kvinner som søker slik tjeneste er innstilt på å gjøre det på like vilkår.



KFBs innsatt nødvendig og høyt verdsatt, sier forsvarssjefen, general Vigeik Eide.

Forsvaret ønsker kvinnene velkommen til innsats, det er naturlig og ønskelig å øke antall kvinner også i militære stillinger i Forsvaret. En slik utvikling vil både utvide vårt rekrutteringsgrunnlag, og det vil gi oss personell med en annen bakgrunn og et annet erfaringsgrunnlag. Jeg ser det derfor som både positivt og nødvendig at Forsvaret får flere kvinner inn i sine rekker. Det vil dessuten bidra til bedre informasjon om Forsvaret i den kvinnelige del av befolkningen, og til bedre forståelse for vårt forsvar. Like betingelser og rettigheter uavhen-

gig av kjønn er derfor et viktig element i vår personalpolitikk.

På grunn av at kvinner ikke er pålagt verneplikt må vi likevel innse at vi ikke får samme kontakt med den kvinnelige del av befolkningen som med den mannlige. Forsvaret — og forsvars-saken — vil derfor fortsatt være avhengig av den frivillige innsats mange kvinner gjør. Denne innsats er av stor verdi for Forsvaret, også for å kunne informere kvinnene om alle sider av totalforsvaret og beredskapsoppgavene. Den innsats KFB utfører er derfor fortsatt nødvendig, og den er høyt verdsatt!



Av innholdet:

Norske Kvinners Sanitetsforening ...	4
Norges Fiskarkvinnelag i KFB	8
Portrett av Hjalmar Sunde	9
KFB spør partiene før valget	11
Regionseminar på Kjevik	15
Årsmøte i Heggedal	17
Totalforsvaret i støpeskjeen	20
Årsmøter i fylkeskomitéene	22
Farlig å redusere HV i Sør-Norge ...	26

Forsiden:

Norske Kvinners Sanitetsforenings formann Anniken Fischer (til høyre) og generalsekretær Vigdis Gjelsvik utenfor foreningens hovedkontor i Oslo.

KFBs leder: Lillian Krokan
Nestleder: Aase Aanonsen
Org. sekretær: Turid Haave Bentsen
Redaktør: Bente Bakke
Dueveien 16
1555 SON
Tlf/fax: 64 95 88 22

KFB-bladet

Opplag: 7 600

Utgiver:

Kvinner Frivillige Beredskap
Oslo mil/Akershus
0015 OSLO

Tlf: 22 42 49 12 / 23 09 34 58
Fax: 22 42 85 52

Stoff fra bladet kan brukes fritt med angivelse av kilde.



Redaktøren har ordet:

Vil partiene satse på Totalforsvaret?

Det er stortingsvalg til høsten, og mange forskjellige spørsmål vil være avgjørende for hvilke partier velgerne kommer til å gi sine stemmer.

Forsvar og beredskap er trolig ikke blant de sakene som vil bli mest fokusert i valgkampen. Den kalde krig er over, og forsvarsledelsen ser i dag ingen militær trussel mot vårt land.

Øverst på listen over politikernes og velgeres "hertesaker" kommer det ganske sikkert til å stå: Helse, Eldreomsorg, Barn, Skole og Miljø.

Kvinner Frivillige Beredskap ønsker derfor å bidra til å sette forsvar og beredskap på den politiske dagsorden ved valget.

I løpet av den stortingsperiode vi nå snart har lagt bak oss, har et solid flertall i Stortinget gitt sin tilslutning til en ny forsvarsstruktur. Fra Forsvarets side hevdes det at denne strukturen balanserer på kanten av det forsvarlige. Men blant det samme flertall som vedtok den nye strukturen, har ikke alle partiene klart å følge opp gjennom budsjettbevilgningene de siste årene.

Det er grunnen til at de politiske partiene som gikk inn for den nye forsvarsstrukturen, har fått tre spørsmål fra KFB om Totalforsvaret. Vil de stå ved sine forpliktelser i den nye stortingsperioden?

Svarene fra partilederne starter på side 11 i dette nummeret av KFB-bladet. Det er nyanser i svarene, som vi vil overlate til leserne å tolke, men hovedinntrykket er klart:

- Partiene ønsker å stå ved sine forpliktelser når det gjelder å realisere den vedtatte forsvarsstruktur, og de ønsker et Heimevern som er i stand til å utføre sine oppgaver.

Når det gjelder den sivile del av Totalforsvaret og sårbarheten i samfunnet, er svarene mer sprikende.

Det er ikke overraskende. Denne delen av vår beredskap ligger ikke under Forsvarsdepartementet, men Justisdepartementet. Tidligere var det Stortingets justiskomiteé som behandlet disse sakene, og det er ingen overdrivelse å si at sivil beredskap var et område som hadde liten politisk oppmerksomhet.

Nå ser det imidlertid ut som totalforsvarstanken har fått en ny vind i seilene. Det er etablert et samarbeidsprosjekt mellom Forsvarets overkommando (FO) og Direktoratet for sivilt beredskap (DSB) for å fylle fremtidens Totalforsvar med et mer troverdig innhold.

For Kvinner Frivillige Beredskap er det en fjær i hatten at KFB-leder Lillian Krokan er det eneste av medlemmene i prosjektgruppens rådgivende forum som representerer frivillige organisasjoner. Tidligere KFB-leder Grethe Værnø er også med som leder av studieutvalget i Forsvarets høyskoleforening. De øvrige medlemmene har sin bakgrunn i Forsvaret og andre deler av offentlig forvaltning og virksomhet.

Det er å håpe at resultatet av samarbeidsprosjektet mellom FO og DSB blir at Totalforsvarets sivile del og problemene med den økte sårbarheten i samfunnet får større oppmerksomhet, også blant våre folkevalgte.

Kvinner Frivillige Beredskap vil i alle fall fortsette å gjøre sitt for å bidra til en slik utvikling.

Bente Bakke

Et standardverk

«Kvinnenes forsvarshistorie er en betydelig dokumentasjon av norske kvinners forsvarsvilje og innsats for vårt lands frihet og fred gjennom alle tider. Kvinners Frivillige Beredskaps håp er at den kunnskap og kjennskap denne boken gir, skal være til inspirasjon og støtte for de kvinner som skal føre denne arven videre.»



Kvinnens Frivillige Beredskap utgav i 1990 «Kvinnenes forsvarshistorie». Boken er forfattet av oberstløytnant og Hærens første kvinneinspektør Elisabeth Sveri (1927-2018) og cand. philol., tidligere stortingsrepresentant og KFB-leder Grethe Værnø (1938-). Bind II utkom i anledning KFBs 60-årsjubileum og er ført i pennen av Grethe Værnø.

over innsatsen

Skrev blant andre daværende KFB-leder Kirsti Dahn innledningsvis i bind I, som organisasjonen utgav i 1990 og er blitt stående som et standardverk om kvinnenes innsats for forsvar og beredskap. Boken sprang ut av et flerårig historieprosjekt, der også journalist Anne Johanne Kvale var en sentral medarbeider.

Bind II

I forbindelse med KFBs 60-årsjubileum utkom bind II forfattet av Grethe Værnø. I lys av alle endringene i samfunnet, i den sivile beredskapen og ikke minst i Forsvaret, var det ønskelig å bringe kvinnenes historie videre – særlig i lys av at det var gått mer enn én generasjon siden menn og kvinner ble yrkesmessig likestilt i Forsvaret.

– Den fantastiske utviklingen i Forsvaret fra kvinneinspektørens tid og utover på 2000-tallet måtte selvsagt dokumenteres. Kvinnenes innsats måtte fortsatt synliggjøres, for den ble oversett av flere og etter min mening ofte bevisst holdt nede. Synliggjøringen var viktig også for rekrutteringen. Sist, men ikke minst betydningen av et samfunns hele verdi, likeverd og utnyttelse av begge kjønns kapasiteter til sammen som ikke må undervurderes, forteller Anne-Lise Johnsen, som var styreleder i 2011.



– For oss forfattere var det viktig å rette søkelyset mot kvinnenes store, men ofte glemte bidrag til Norges frihetskamp under andre verdenskrig. Sist, men ikke minst var motstanden etter krigen mot å gi kvinnene likestilling og medansvar i forsvarssammenheng svært bastant, forteller Grethe Værnø.

FOTO: Ola K. Christensen

**« Tilegnet alle de kvinner som verner om
vår fred og sikkerhet, interesser og verdier
i en utfordrende verden. »**

Årlig heder til gode ambassadører for beredskapssaken



KFBs BEREDSKAPSPRIS 2009 UTDELT

KFBs Beredskapspris er nå utdelt for første gang. Den gikk til Anne-Lise Mellbye og Kristin Lund som gode ambassadører for beredskapssaken.

Prisen, som ble innstiftet i 2008, skal tilfalle personer som har utvist et særlig engasjement for beredskapssaken, både sivilt og militært.

Juryen har bestått av generaløytnant Bernt F. Brovold, tidligere stortingsrepresentant Signe Øye, Ellen Klynderud, Norges Bygdekvinnelag, Bjarnhild Hodneland, Norges Kvinne- og Familieforbund og Inger Falch-Johannessen, Norges Lotteforbund.

Utdelingen fant sted i nærvær av spesielt inviterte gjester. KFBs styreleder, Anne-Lise Johnsen, leste juryens begrunnelse og overrakte prisen til to verdige prisvinnere, som hver på sin måte har bidratt til å fremme norsk beredskap. Fra sivil sektor gikk prisen til Anne-Lise Mellbye for hennes store og mangeårige engasjement, ikke minst gjennom en utbredt foredragsvirksomhet rundt om i landet. Fra militær sektor ble prisen tildelt generalmajor Kristin Lund. Om henne sa juryen at hun gjennom mange år hadde lagt stor vekt på ulike sider ved totalforsvaret og vært engasjert i beredskapsarbeid både sentralt og lokalt i KFB-sammenheng og samtidig vært en viktig talskvinne for totalforsvaret.

KFBs Beredskapspris er et trykk av kunstneren Per Nordenborg med motiv fra Akershus festning.

FAKSIMILE: Trygge Samfunn 1/2010.

I 2008 vedtok Kvinner's Frivillige Beredskap å innstifte en egen pris innen henholdsvis sivil sektor og forsvarsrelatert sektor for å sette beredskap på dagsorden.

Dette for å gjøre samfunnet bevisst på hva beredskap er og hvordan hver enkelt bør tenke og handle for å gjøre det norske samfunnet mer robust og mindre sårbart i en krisesituasjon.

Gode ambassadører

I samfunnet er det mange enkeltpersoner som uansett nivå gjør en stor innsats for å bedre beredskapen og fremstår som gode ambassadører for beredskapssaken. Disse ønsker organisasjonen derfor å hedre ved å dele ut en årlig pris innen de to sektorene.

Prisene deles ut av NTFs styreleder på den årlige totalforsvarskonferansen i Oslo.

Jury

Juryen til beredskapsprisen består av totalt fem representanter hvorav tre oppnevnes fra egne medlemsrekker og de to øvrige fra henholdsvis forsvarsrelatert og sivil sektor.



Norsk TotalforsvarsForums beredskapspris for 2025 gikk til generalsekretær Erik Gustavson i Norsk Reservistforbund innen forsvarsrelatert sektor og beredskapsleder i Narvik kommune Ole Tobias Olsen innen sivil sektor. Styreleder Kåre-Ludwig Jørgensen delte ut prisen i Oslo Militære Samfund 16. mars 2026 under den årlige totalforsvarskonferansen. Ole Tobias Olsen var forhindret fra å motta prisen.

FOTO: Morten Wroldsen/NROF

TIDLIGERE PRISVINNERE

År	Sivil sektor	Forsvarsrelatert sektor
2009	Anne-Lise Mellbye Norges Bygdekvinnelag	Kristin Lund Heimevernet
2010	Bjarnhild Hodneland Norges Kvinne- og familieforbund	Henning Skøien Forsvarsstaben
2011	Hanne Anette Balch Fjalestad (PM) Norsk Folkehjelp	<i>Ikke utdelt</i>
2012	Alexandra Bech Gjorv 22. juli-kommisjonen	Even Sandland Finnmark HV-distrikt 17
2013	Grete Langodden frivillig i Alvdal kommune	Robert Mood Forsvarets veteranstjeneste
2014	Johan Audestad Buskerud sivilforsvarsdistrikt	Monica K. Mattsson Kämpe Folk og Forsvar
2015	Anne-Margrete Bollmann Hordaland sivilforsvarsdistrikt	Britt Tove Berg Brestrup Norges Veteranforbund for Internasjonale Operasjoner
2016	Thor Langli Oslo politidistrikt	Tor Rune Raabye Heimevernet
2017	Haavard Stensvand Fylkesmannen i Sogn og Fjordane	Bjørn Ole Grodå Forsvarsmateriell
2018	Cecilie Daae Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap	Per Inge Ohrstrand Forsvarets ABC-skole
2019	Jon Birger Berntsen Oslo og Akershus sivilforsvarsdistrikt	Rune Jakobsen Forsvarets operative hovedkvarter
2020	Espen Rostrup Nakstad Helsedirektoratet	Ronny Kristoffersen KNM Harald Haarfagre
2021	Terje Surdal Sarpsborg kommune	Runar Jeistad ingeniørkompani 5
2022	Ellen Katrine Hætta Finnmark politidistrikt	Svein Tore Pettersen 330 skvadron
2023	Anders Nordstad samfunnsdebattant	Firas Brahimi Agder og Rogaland HV-distrikt 08
2024	Else-May Botten Statsforvaltaren i Møre og Romsdal	Jørgen Roaldset Landsrådet for Heimevernet



« Den norske befolkningen har høy tillit til myndighetene, og støtter opp under Forsvaret. Det er av den største viktighet for demokratiet at både tilliten og støtten videreføres og vedlikeholdes med tanke på forsvarsevne og forsvarsvilje. Det må gjøres gjennom åpenhet, nærhet og dialog.»

Hanne Garder poengterer at Norsk TotalforsvarsForum skal være en brobygger mellom Forsvaret og det sivile samfunn, spre kunnskap og «kikke myndighetene i kortene». FOTO: Ola K. Christensen

Brobygger. Kompetansebygger. Vaktbikkje.



Kvinner Frivillige Beredskap ble etablert for blant annet å samordne kvinners innsats for å styrke landets beredskap, formidle opplysning om totalforsvaret spesielt overfor kvinner og arbeide for å styrke det sivile samfunns muligheter til å møte krig og krisesituasjoner med sikte på å skape trygge og robuste samfunn.

– På sett og vis tidløse målsettinger for å bygge motstandskraft, som slettes ikke har fått noen mindre aktualitet i jubileumsåret, mener daglig leder Hanne Garder i Norsk TotalforsvarsForum.

Av: Ola K. Christensen

– Vi skal med utgangspunkt i totalforsvaret være en brobygger mellom Forsvaret og det sivile samfunn i det henseende å arbeide for en sterkere forankring av Forsvaret i befolkningen – les: forsvarsvilje; «For alt vi har og alt vi er».

– Som en frivillig forsvarsorganisasjon skal vi kort og godt arbeide forebyggende og skape den nødvendige forståelsen for totalforsvarskonseptet i den hensikt å få mer robuste og dermed trygge samfunn.

– Gjennom eksempelvis våre nasjonale og regionale konferanser, temamøter, debatter, informasjonsbrev, temamagasinet «Trygge Samfunn», fylkesrepresentantene, medlems- og samarbeidsorganisasjoner bidrar vi fortsatt til å informere og

bygge kompetanse om totalforsvaret; alt fra det praktiske med egenberedskap i form av vann, mat osv til vår mentale egenberedskap – for å styrke samfunnets muligheter til å møte krig og krisesituasjoner, understreker hun.

Kommisjonsrapporter, stortingsmeldinger og strategier

2023 var året da forsvarskommisjonen og totalberedskapskommisjonen avleverte sine rapporter til regjeringen, og som munnet ut i Forsvarets langtidsplan «Forsvarsloftet – for Norges trygghet» i 2024 og totalberedskapsmeldingen «Forberedt på kriser og krig» i 2025. Legg også til Nasjonal sikkerhetsstrategi lansert samme året.

Med andre ord: kunnskapsgrunnlaget om «verden omkring» er solid og med nok fakta til alle; men en kunnskap som må sive massivt inn i et ganske så sammensatt – og sårbart – samfunn med et utall nivåer og aktører.

– Her skal Norsk TotalforsvarsForum bidra aktivt, understreker daglig leder.

Vaktbikkje

I rollen som blant annet «vaktbikkje» har forumet blikket kontinuerlig rettet mot mange av de forholdene som kommisjoner avdekker og stortingsmeldinger påpeker.

– En rapport er av natur særdeles solid i sin beskrivelse og konkret i sine anbefalinger, og de ulike temaene må derfor ikke bli liggende i en

ØKE ROBUSTHETEN

«Kommissjonen nevner spesifikt behovet for opplæring på alle nivå i samfunnet, fra grunnutdanning til utdanning ved universitet, høyskoler og Forsvarets skoler. Økt kompetanse – forståelse – innen beredskap gir økt robusthet (resiliens) i befolkningen. Kommissjonen viser til at den mentale egenberedskapen er like viktig som den materielle klargjøring. Dette skapes gjennom kompetanse, opplæring og informasjon.»

Fra NTFs høringsnotat til Justis- og beredskapsdepartementet i forbindelse med NOU-rapport 2023:17 «Nå er det alvor – rustet for en usikker fremtid» (Totalberedskapskommissjonen 2023)

skuff, men «holdes varme» og «omsettes» til et enklere språk, slik at befolkningen kan forholde seg til konsekvensene og innrette seg deretter, poengterer hun.

Flere arenaer

Konferanser er ett av de viktige virkemidlene for NTF; «Krisespill» (tidligere Linderud-seminaret), «Totalforsvarskonferansen», «Sårbarhetskonferansen» i samarbeid med Norges Forsvarsforening (NFF) og «Verdikonferansen». Både med tanke på formidling av informasjon, men også for å skape arenaer hvor folk kan bli kjent samt diskutere aktuelle utfordringer.

Enn effekten av konferanser og debattmøter? Hanne Garder er totalt sett fornøyd med gjennomføringen både med hensyn til tema og ikke minst gode foredragsholdere, men kunne nok ønsket seg flere yngre mennesker på arrangementene.

– Vi har en utfordring med tanke på å få flere unge voksne engasjert i beredskaps- og sikkerhetsarbeid.

Egenberedskap siden 1951
NTF har et nettverk av representanter over hele landet. Fylkesrepresentantene står i tett dialog med administrasjonen sentralt og ivaretar NTFs formål ved å virke som en forlenget arm ut i landets fylker og kommuner.

Der gjennomfører de lokale møter og ulike aktiviteter gjennom året, og ikke minst under den årlige «Egenberedskapsuka» i regi av Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB). Da er de i aksjon lokalt; det være seg på torv, kjøpesentre, messer og skoler – ofte i samarbeid med offentlige etater og andre frivillige organisasjoner.

Parentes bemerket: egenberedskap har faktisk stått på NTFs agenda helt siden grunnleggelsen i 1951.

Fortsatt behov

Hanne Garder overtok som daglig leder i 2005 og har med andre ord holdt på i 21 år – hva er motivasjonen?

– Samfunnets behov for kunnskap om sikkerhet og beredskap er

stort. Vi ser med vårt nettverk å kunne være en viktig aktør i det forebyggende arbeidet med å gjøre samfunnet mer robust ved å gi nødvendig informasjon og opplæring. Spesielt de kommende generasjoner. Vi må generelt bli flinkere til å ta vare på hverandre og samarbeide når en krise rammer. Jeg synes DSBs ord beredskapsvenn derfor er viktig.

Best mulig forberedt

– I den senere tid har vi opplevd krevende situasjoner med hyppige hendelser utløst av ekstremvær som skred, ras og flom, terrortrusler, digitale angrep, økt migrasjon, pandemi og en ustabil sikkerhetspolitisk verden med krig selv i Europa. Dagens trussel- og risikobilde stiller økte krav til et velfungerende sivil-militært samarbeid innenfor rammen av totalforsvaret med vekt på forebygging, beredskapsplanlegging samt krise- og konsekvenshåndtering. I dette arbeidet tror jeg de frivillige organisasjonene kan utgjøre en viktig rolle, slik at vi som samfunn og enkeltpersoner kan bygge trygge og robuste samfunn.



I forbindelse med Arendalsuka i august hvert år går en rekke frivillige forsvarsrelaterte organisasjoner sammen om å leie de ærverdige lokalene til Arendals Sjømandsforening på Tyholmen. Under navnet «Forsvars- og sikkerhetspolitikken hus» gjennomføres foredrag, debatter og annen møtevirksomhet. FOTO: Ola K. Christensen

TILLIT GJENNOM ÅPENHET, NÆRHET OG DIALOG

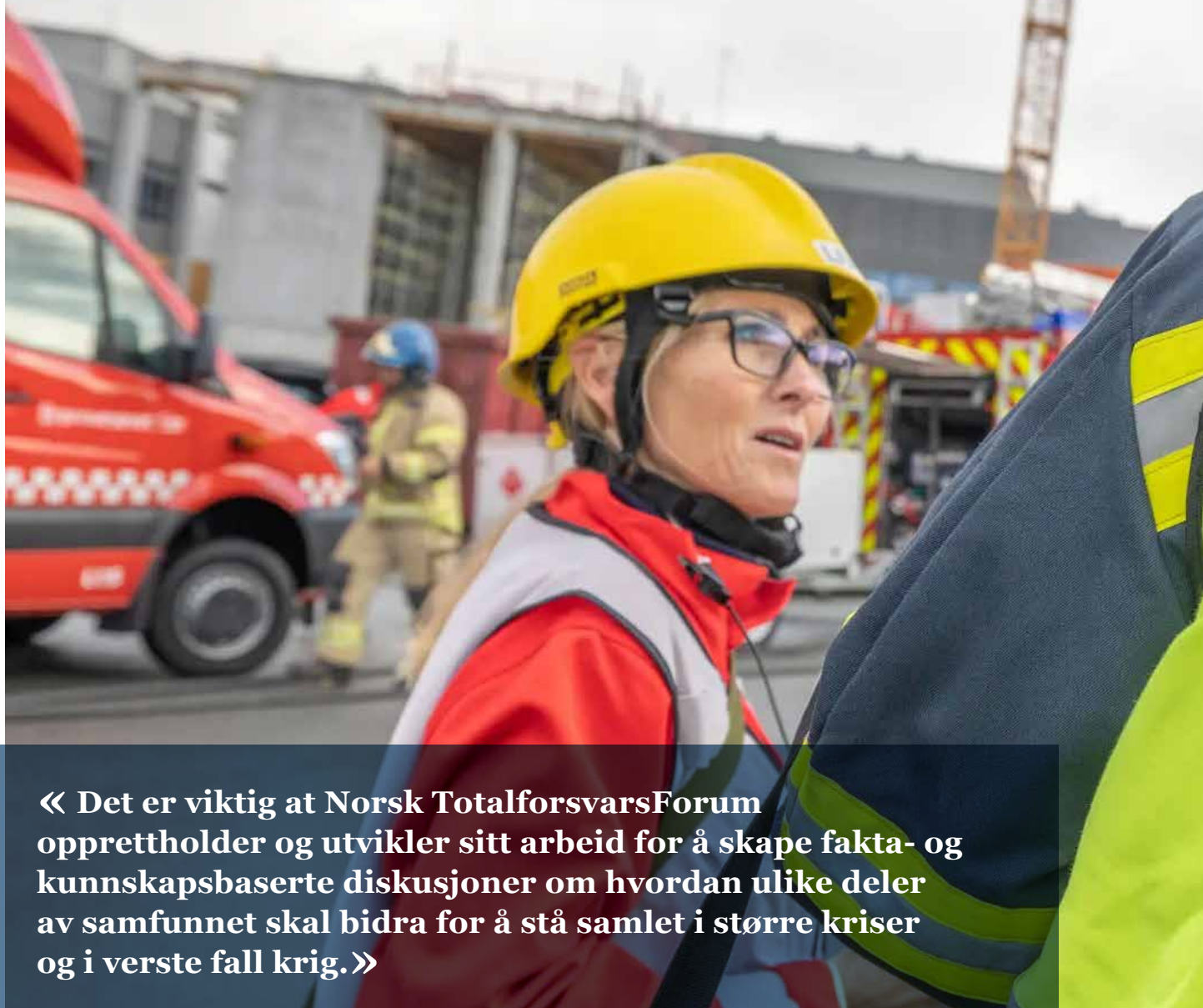
«Den norske befolkningen har høy tillit til myndighetene, og støtter opp under Forsvaret. Det er av den største viktighet for demokratiet at både tilliten og støtten videreføres og vedlikeholdes med tanke på forsvarsevne og forsvarsvilje. Det må gjøres gjennom åpenhet, nærhet og dialog.»

Fra NTFs innspill til Forsvarsdepartementets høring i forbindelse med ny langtidsplan

NTF: et engasjerende

– Øvelser er og blir den eneste måten å bli god og bedre på. Det er også den eneste måten å sjekke at planlagte tiltak fungerer, fremhever NSO-direktøren. Bildet er fra Øvelse Lindesnes ved GE Healthcare i 2022.

Foto: Fredrik Naumann/Felix Features



« Det er viktig at Norsk TotalforsvarsForum opprettholder og utvikler sitt arbeid for å skape fakta- og kunnskapsbaserte diskusjoner om hvordan ulike deler av samfunnet skal bidra for å stå samlet i større kriser og i verste fall krig.»

debattforum



Vi i Næringslivets sikkerhetsorganisasjon (NSO) setter stor pris på Norsk TotalforsvarsForum sitt arbeid og er imponert over hvordan forumet stadig setter viktige tema for totalforsvaret på dagsorden.

Av: Direktør Knut Oscar Gilje/Næringslivets sikkerhetsorganisasjon (NSO)



Fagfolk både med og uten uniform stiller opp på arrangementene for å dele av sin kunnskap og erfaring. Like viktig er det at medlemmer og andre besøkende får god anledning til å stille foredragsholderne spørsmål. Vi opplever at mange medlemmer er svært engasjerte og bidrar til friske meningsutvekslinger. Med dette skaper NTF en fin ramme for dialog om viktige samfunnsproblemer.

Innspill og inspirasjon

Næringslivets sikkerhetsorganisasjon har vært så heldige at vi har hatt et svært godt samarbeide med Kvinners Frivillige Beredskap (KFB) og nå Norsk TotalforsvarsForum gjennom årene. NSO er en av samarbeidsorganisasjonene til NTF. Vi har hatt gode faglige diskusjoner, bidratt med foredrag og hatt god nytte av å lytte til de mange og gode

konferansene og samlingene som er arrangert. Dette har også gitt oss gode innspill og inspirasjon til vårt informasjonsarbeid og til vår egen årlige industrivernkonferanse.

Forberede og øve

Med utgangspunkt i tilsynsoppgaven NSO har med egenberedskap i industrien har vi god oversikt over hvordan store deler av norsk nær-



Sjef for Etterretningstjenesten Nils Andreas Stensønes, sjef for Politiets sikkerhetstjeneste Beate Gangås og direktør for Nasjonal sikkerhetsmyndighet Arne Christian Haugstøl. FOTO: Synne Kvam/Forsvarsdepartementet

SYSTEMATISK SIKKERHETSARBEID

I februar 2026 fremla Politiets sikkerhetstjeneste, Nasjonal sikkerhetsmyndighet og Etterretningstjenesten sine årlige trussel- og risikovurderinger.

Direktør Knut Oscar Gilje oppfordrer næringslivet til å bruke rapportenes kunnskapsgrunnlag aktivt.

– Disse bør leses nøye. Industrierne må i enda større grad enn før

inngå i virksomhetens systematiske sikkerhetsarbeid for å styrke egen sikkerhet, som å oppdatere beredskapsplaner og ikke minst øve.

Konkrete tiltak

Blant annet påpeker Nasjonal sikkerhetsmyndighet følgende: «Det som skaper motstandsdyktighet er langsiktig og systematisk sikker-

hetsarbeid. Iverksett konkrete tiltak for å beskytte deres viktigste verdier. Reduser konsekvenser av eventuelle ondsinnede handlinger som rammer dere. Etabler redundans og reserveløsninger».



Direktør Knut Oscar Gilje på en av NTFs årlige konferanser i Oslo. FOTO: Ola K. Christensen

ingsliv er forberedt på ulike typer hendelser og ulykker. Gjennom organiseringen av industrivernet skal de ha forberedt og øvet egen beredskapsorganisasjon til selv å håndtere en første innsats ved hendelser og siden samvirke med de offentlige nødetatene.

Ordningen har røtter tilbake til «Industriens Luftvern» fra 1938. Dagens forskrift om industrivernet har fortsatt mange likhetstrekk med det industrivernet som ble utviklet i 1948 – basert på erfaringene fra før, under og etter andre verdenskrig.

Legitimt å snakke om beredskap

Både årets jublant, og vi i NSO, føler at vi nå oppleves mer relevante enn på mange år. Nå er det legi-

timt å snakke om beredskap, og flere forstår at vi må være forberedt på større og mer alvorlige hendelser enn kutt i fingeren og at det er tomt for «riktig» julebrus i november.

Vi ser næringslivet tar dette nye alvor et innover seg og ønsker å bidra til et revitalisert totalforsvar. Dette vil vi i NSO selvfølgelig følge

opp gjennom vår tilsyns- og informasjonsaktivitet, og vi ser det er viktig at Norsk TotalforsvarsForum opprettholder og utvikler sitt arbeid for å skape fakta- og kunnskapsbaserte diskusjoner om hvordan ulike deler av samfunnet skal bidra for å stå samlet i større kriser og i verste fall krig.

KNUT OSCAR GILJE (62)

- har ledet NSOs samlede virksomhet siden 2014
- bidrar på tilsyn og kurs ved behov
- utdannet sivilingeniør fra Norges tekniske høgskole/Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTH/NTNU) i Trondheim
- bakgrunn fra en rekke stillinger innen sikkerhets- og beredskapsområdet
- kom fra stillingen som administrerende direktør i rådgivningsselskapet Safetec

Kunnskap på tvers for styrket beredskap

Når Norsk TotalforsvarsForum samler Forsvaret og akademia, handler det om mer enn dialog; det handler om å utvide forståelsen av hva beredskap er. For skal Totalforsvaret være virkelig totalt, må også hverdagslivets erfaringer og sivilsamfunnets kunnskap regnes som en del av landets motstandsdyktighet.

Av: Forskningsprofessor Nina Heidenstrøm ved Forbruksforskningsinstituttet SIFO/OsloMet

Et av NTFs viktigste formål er å være brobygger mellom Forsvaret og det sivile samfunnet, gjennom formidling av kunnskap om samfunnssikkerhet og beredskap. Dette arbeidet skjer blant annet gjennom de årlige konferansene Krirespill, Totalforsvarskonferansen, Sårbarhetskonferansen og Verdikonferansen, som over tid har utviklet seg til viktige møteplasser for dialog og kunnskapsutveksling mellom Forsvaret og akademia.

Slike arenaer er avgjørende dersom ambisjonene i det nye Totalforsvaret skal realiseres: et tettere, mer dynamisk og mer gjensidig forhold mellom Forsvaret og det sivile samfunn. Akademia er her en sentral sivil aktør, som i økende grad ønsker å bidra gjennom forskning på den norske motstandsdyktigheten. Samtidig forutsetter dette at vi også åpner for kunnskap fra fagfelt som tradisjonelt ikke har vært prioritert i forsvarsforskningen. Skal Totalfor-

svaret være nettopp totalt, må også perspektiver som ikke umiddelbart fremstår som forsvarsrelevante inkluderes.

Forsvarssektoren og forbrukssosiologi

Da Forbruksforskningsinstituttet SIFO i 2014 mottok midler fra Norges Forskningsråd til et treårig prosjekt om norske husholdningers krisehåndtering og beredskap ved bortfall av kritisk infrastruktur, hadde jeg reflektert lite over ordet beredskap. Det opplevdes litt fremmed, litt militært. Samtidig var det nettopp dette prosjektet som fikk støtte, fordi vi tilnærmet oss beredskap fra et annet ståsted: som noe som er vevd inn i hverdagslivet slik det leves i Norge i dag, og der forbruk spiller en sentral rolle.

Avstanden mellom forsvarssektoren og forbrukssosiologien var imidlertid stor, ikke minst språklig. Fra «sivilsamfunnet» til «husholdning-

ene», fra «forsvarsevne» til «hverdagsliv», og fra «mentale kapabiliteter» til «kroppslige kunnskaper». Selv om vi mente å ha viktige innsikter i vanlige folks beredskapsevne eller «den menneskelige faktoren», deres styrker og sårbarheter i krisesituasjoner og hvordan myndighetenes forståelse av vanlige folk påvirker hvilket ansvar de tillegges, var ikke dette kunnskap med veletablert plass i forsvarsdiskursen.

Forbruk og hverdagsliv har ofte blitt trivialisert, forstått som noe perifert, og som en hovedsakelig kvinnelig aktivitet. Samtidig er det nettopp her beredskapen skjer og krisene utspiller seg: i hjemmene, hverdagsrutinene og relasjonene mellom mennesker. Hverdagslivet formes av, og former, maktforhold, politikk og historiske og kulturelle kontekster. Dermed former det også hvordan beredskap forstås og praktiseres.



« Forbruk og hverdagsliv har ofte blitt trivialisert, forstått som noe perifert, og som en hovedsakelig kvinnelig aktivitet. Samtidig er det nettopp her beredskapen skjer og krisene utspiller seg: i hjemmene, hverdagsrutinene og relasjonene mellom mennesker. Hverdagslivet formes av, og former, maktforhold, politikk og historiske og kulturelle kontekster. Dermed former det også hvordan beredskap forstås og praktiseres.»



Vi må ikke individualisere og kommersialisere egenberedskap

Når verden fremstår mer utrygg, søker vi mennesker trygghet. Det gjenspeiles i en økende interesse for egenberedskap, forsterket av både tradisjonelle og sosiale medier som stadig spør om vi har gode nok beredskapslagre og gir oss tips om hva vi bør kjøpe for å «preppe» best mulig.

I butikkene møter vi ferdig sammensatte beredskapspakker som later til å gi kontroll i en uforutsigbar verden. Markedsføringen bidrar til en forestilling om at utrygghet kan dempes gjennom forbruk. Å kjøpe beredskap blir dermed en måte å håndtere den ekle følelsen av at vi ikke lenger er like trygge som vi var. Samtidig er det åpenbart at denne formen for beredskap ikke er likt tilgjengelig for alle. For dem

med god plass, økonomiske ressurser, alternativ oppvarming og kanskje en hytte med solcellepaneler, oppleves situasjonen annerledes enn for dem som mangler slike forutsetninger.

Når egenberedskap plasseres i en markedslogikk, forskyves også ansvaret fra fellesskapet til individet. Beredskap blir noe jeg, som forbruker, forventes å håndtere selv. Dette speiler en bredere samfunnsutvikling der vi i økende grad forstås som forbrukere fremfor borgere, og der aktivt medborgerskap knyttes til kjøp av varer og tjenester. Å være forberedt på en fremtidig krise framstår dermed først og fremst som et spørsmål om å anskaffe riktige beredskapsprodukter.

Men forskning på kriser viser at beredskap er langt mer enn det som kan kjøpes. Beredskap er grunnleggende sosialt fundert. Den handler

om fellesskap i krisetider: om å ha noen å ringe når du ikke kommer deg i butikken under en pandemi, om å vite hvem som trenger ekstra hjelp og om hvordan mennesker i nabolag, borettslag, eller vennegjenger kan dele og fordele de ressursene som faktisk finnes. Mange av de viktigste ressursene i en krise er ikke noe enkeltindivider tilegner seg alene – de oppstår gjennom deltakelse i sosiale fellesskap. Skal vi ta beredskap på alvor, må vi derfor snakke om det som noe vi gjør i fellesskap og ikke som et individuelt forbruksprosjekt.

NTF tar «total» i Totalforsvaret på alvor

Det er nettopp her Norsk TotalforsvarsForums rolle som brobygger blir så viktig. Ved å åpne for ulike kunnskapstradisjoner og perspektiver bidrar organisasjonen til en bre-



NINA HEIDENSTRØM

er sosiolog og forskningsprofessor ved OsloMet tilknyttet Forbruksforskningsinstituttet SIFO. Hun har en ph.d. i sosiologi fra Universitetet i Oslo med avhandlingen «Preparedness in Everyday Life», som undersøker hvordan beredskap og krisehåndtering er integrert i hverdagslivet.

Heidenstrøm har siden 2010 forsket på bærekraftig forbruk, husholdningers beredskap og sivilsamfunnets ressurser og sårbarheter i kriser. Hun arbeider med beredskapens forankring i hverdagsliv, kultur og tradisjoner, med særlig vekt på hvordan uformelle ressurser som sosiale fellesskap og relasjoner, taus og kroppsliggjort kunnskap og tidligere erfaringer fra krisesituasjoner former vår beredskapsevne.

FOTO: Ola K. Christensen

dere forståelse av hva beredskap faktisk er, og hva den krever. Slik kan vi få en mer helhetlig forståelse av Norges samlede motstandsdyktighet.

Gjennom forumets mange arenaer, deres konferanser, infobrev, temamagasin, møter og arrangementer sentralt og i fylkesnettverkene viser de mangfoldet i det norske To-

talforsvaret. Ikke minst formidler de kunnskap om hvilke roller, ansvar og ressurser som finnes i sivilbefolkningen. På den måten pakkes «den menneskelige faktor» ut, ved å vise hvordan beredskap og krisehåndtering faktisk foregår i praksis – hvordan vi benytter det vi har for å være motstandsdyktige.

Slik oppfyller organisasjonen sitt formål: Å styrke landets beredskap gjennom kunnskapsformidling og gjensidig utveksling mellom Forsvaret og sivilsamfunnet.



– Når Norsk TotalforsvarsForum samler Forsvaret og academia, handler det om mer enn dialog. Det handler om å utvide forståelsen av hva beredskap er, for motstandsdyktighet skapes også i hverdagslivet: i husholdninger, nabolag og sosiale fellesskap. Da trenger vi tverrvitenskapelig forskning på Totalforsvaret, mener forskningsprofessor Nina Heidenstrøm. Under totalforsvarskonferansen 2025 i Oslo Militære Samfund foredro hun over temaet «Uformell beredskap i husholdningene».

FOTO: Ola K. Christensen



«Vær så modig
som du kan»;

hvorfor mental egenberedskap er viktig

Mental egenberedskap – utvikling av robusthet og motstandskraft blant enkeltmennesker og i befolkningen – er av avgjørende betydning i fred, krise og krig.

« Når vi er godt forberedt håndterer vi kriser og krig bedre, men styrker også vår mentale evne til å utholde motgang og utfordringer også i fred, tror vi som jobber for å fremme dette. Den psykologiske beredskap hver av oss besitter – evnen til å håndtere alt det som møter oss i livet – utgjør derfor en nødvendig, men hittil relativt lite systematisert del av totalberedskapen.»



Av: Cecilie Daae, direktør Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS)

Norge har et godt utviklet system for fysisk og organisatorisk beredskap. Erfaringer fra krig og ikke minst nå i Ukraina, pandemi, ekstremvær, internasjonal uro og andre langvarige samfunnsbelastninger viser imidlertid at samfunnets samlede utholdenhet også avhenger av den enkeltes og befolkningens evne til å håndtere stress, usikkerhet og samarbeid over tid.

Forsvarssjef Eirik Kristoffersen understreket også betydningen av et utholdende og motstandsdyktig samfunn som en del av avskrekingsstrategien både til Norge og NATO i sitt foredrag i Oslo Militære Samfund 19. januar i år. Han sa (fritt omsatt) at virker ikke avskrekking nok må vi «vinne krigen», og det krever deltakelse av hele det norske samfunnet.

Er vi en utholdende og motstandsdyktig befolkning?

Vi er modigere, sterkere og mer utholdende og robuste enn vi tror. Vi er eksempelvis en befolkning med relativt sett god helse, gode generelle levevilkår, vi er kunnskapsrike, har tillit til hverandre og et resilient demokrati som så langt tåler de

påkjenningene vi utsettes for, bare for å nevne noe.

Men; vi har mistet selvtilliten til at også vi både kan og må «stå han av» når de alvorligste krisene og katastrofene rammer, som krig. Jeg har blitt spurt om den norske befolkningen vil tåle en krig. Svaret er selvsagt ja, for vi har jo ikke noe valg. Men om vi er godt forberedt er jo et annet spørsmål. Vi har vist ved en rekke store hendelser at vi klarer å håndtere det sammen som fellesskap og må bygge tro på det, og det omfatter også barna og ungdommene våre.

«Vær så modig som du kan» «Vær så modig som du kan» er et sitat fra den verdenskjente historikeren Timothy Snyder som var i Norge og Bergen på Vestlandskonferansen i februar 2026 og ble intervjuet av statsminister Jonas Gahr Støre. I boken «Om tyranni» sier han også: «Hvis ingen av oss er beredt til å dø for friheten, vil vi alle dø under tyranniet».

Beredskap og egenberedskap bygger vi jo for å møte også hendelser vi håper aldri vil skje. Men det er en solidarisk handling og et kol-

lektivt ansvar at vi blir litt og litt modigere og forberedt – hver og en av oss, i familien og «flokken vår» og den store også utenfor den, på arbeidsplassen og i nærmiljøet – for utholdenhet, motstandskraft og forsvarsevne ligger ikke i «kjelleren», men i fellesskapet vårt.

Er vi sterke som fellesskap og godt forberedt på det som måtte komme sikrer det at de som må ha hjelp og bistand; de små, gamle, syke får hjelp når noe alvorlig skjer. Det fratar selvsagt ikke politikere og myndigheter ansvaret for å sikre befolkningen og landet, men vi kan alle bidra.

Hva gjør oss modige, utholdende og motstandsdyktige?

Vi trenger å styrke den mentale robustheten i samfunnet vårt for å være forberedt på kriser og krig. Dette gjelder alle – barn, unge, voksne og eldre. Det er flott og nødvendig med egenberedskapsrådene til Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB), der anbefalingen er at vi alle må planlegge for egenberedskap for én uke. Her finner du også anbefalinger om å ha

« Utholdenhet, motstandskraft og forsvarsvilje er ingen «quick-fix», men likevel finnes et solid kunnskapsgrunnlag som peker på effektive strategier som kan bidra. Alt kan trenes opp; også den mentale egenberedskapen.»

en beredskapsvenn samt noen punkter om psykisk helse i kriser.

Men det er langt fra nok og det er et oppmuntrende og positivt budskap i at det er mulig, men det krever et utviklingsprogram og en mental egenberedskapskampanje i tillegg. Vi må få på plass et mentalt beredskapslager og øvelser av hele befolkningen. Dette må omfatte en bred satsning lokalt, regionalt og nasjonalt som omfatter alle deler av samfunnslivet fra næringsliv til frivillige organisasjoner og på tvers av alle sektorer. Dette er en del av rask videre oppbygging av Totalforsvaret og ingen sektor «eier» det, men DSB har og har hatt en selvstendig særtstilling i arbeidet også med hensyn til sivil-militært samarbeid.

Når vi er godt forberedt håndterer vi kriser og krig bedre, men styrker også vår mentale evne til å utholde motgang og utfordringer også i fred, tror vi som jobber for å fremme dette. Den psykologiske



– Vi må få på plass et mentalt beredskapslager og øvelser av hele befolkningen. Dette må omfatte en bred satsning lokalt, regionalt og nasjonalt som omfatter alle deler av samfunnslivet fra næringsliv til frivillige organisasjoner og på tvers av alle sektorer, mener direktøren for Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress Cecilie Daae. FOTO: Ola K. Christensen

beredskap hver av oss besitter – evnen til å håndtere alt det som møter oss i livet – utgjør derfor en nødvendig, men hittil relativt lite systematisert del av totalberedskapen. «Li-

vet er skarpt» sier en av mine gode kolleger i Forsvaret. Forskningen er tydelig på at når vi er godt forberedt på det som kan treffe oss, håndterer vi kriser og krig bedre.

« Det er en solidarisk handling og et kollektivt ansvar at vi blir litt og litt modigere og forberedt – hver og en av oss, i familien og «flokket vårt» og den store også utenfor den, på arbeidsplassen og i nærmiljøet – for utholdenhet, motstandskraft og forsvarsevne ligger ikke i «kjelleren», men i fellesskapet vårt.»

Hvordan skal Norge komme videre?

Utholdenhet, motstandskraft og forsvarsvilje er ingen «quick-fix», men likevel finnes et solid kunnskapsgrunnlag som peker på effektive strategier som kan bidra. For å konkretisere et par av mange eksempler: man kan trene på å holde fokus på det man faktisk kan påvirke og tillate seg å slippe bekymringstanker om det man ikke kan påvirke. Man kan også trene på å være en god emosjonell støttespiller for sine nærmeste igjennom eksempelvis å lære seg det man kaller aktiv lytting.

Men hvis dette ikke bare skal bli slagord, må befolkningen få konkrete råd og metoder de kan bruke i møte også med små og store utfordringer i dagliglivet. Ved systematisk øving og trening på dette kan du øke utholdenhet og motstandskraft. Alt kan trenes opp; også den mentale egenberedskapen.

Vi må være passelig bekymret eller kanskje passe modige. Jeg oppfatter at svært mange viktige aktører, næringsliv og forskningsmiljøer både på sivil og militær side står klare til å bidra, men arenaene mangler foreløpig. Men den enorme kraften som ligger i en slik felles styrkeoppbygging i hver og en av oss og i fellesskapet tror jeg på.

Norsk TotalforsvarsForum – som helt siden 1951 har arbeidet utrettelig for å øke kunnskap og bevissthet om totalforsvar, samfunnssikkerhet og beredskap – må i egenkap av en uavhengig interesseorganisasjon være en sentral aktør i denne felles styrkeoppbyggingen.

CECILIE DAAE

- Født 15. april 1962. Cand. med. ved Universitetet i Oslo 1990. Spesialist i allmennmedisin 2001. Mastergrad i helseadministrasjon ved UiO. Sjefskurs ved Forsvarets høgskole. Leder av studenthelsetjenesten ved Universitetet i Oslo 2000-2007. Ulike lederstillinger i Helsedirektoratet 2007-2015. Direktør for Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB) 2015-2020. Administrerende direktør for Helse Nord RHF 2020-2022.
- Direktør for Nasjonalt kunnskapscenter om vold og traumatisk stress siden 2023- (senteret forsker, utvikler og sprer kunnskap om vold, overgrep og traumatisk stress.)
- Cecilie Daae leder i dag Norges forskningsråds nye porteføljestyre for forsvarsevne, sikkerhet og beredskap. Hun sitter i styret for Nord Universitet og er ett av tre eksterne medlemmer i Strategisk råd ved NTNU/Samfunnssikkerhet. Hun var medlem i Totalberedskapskommisjonen som leverte sin rapport i 2023 og har også vært faglig rådgiver for NRK-serien «Katastrofe» (Hvor godt forberedt er vi på den neste katastrofen? Andreas Wahl setter Norge på prøve gjennom seks fiktive, men realistiske katastrofescenarier.)

The image shows a screenshot of a news article from NRK. The article is titled "Katastrofe" and discusses a series of six crises set in Norway for a preparedness test by Andreas Wahl. The article includes a photo of three people (two men and one woman) and a small profile picture of Cecilie Daae. The text below the photo mentions that the crises are played out in a series of six episodes, each focusing on a different crisis scenario. The article is dated 15. feb. 2023 at 15:07.





75 år for totalforsvaret


Å fylle 75 år er en voksen alder og viser at det har vært behov for frivillig engasjement for å styrke bevisstheten rundt totalforsvaret her i landet. NTF har opplevd krisetider og perioder hvor mange trodde freden rådet, men har alltid hatt fokus på samfunnssikkerhet og beredskap for å bidra til å skape et trygt og robust samfunn. Nå markeres 75 år i totalforsvarets tjeneste.

Av: Styreleder Kåre-Ludwig Jørgensen /NTF

Den 9. april 1951, seks år etter at 2. verdenskrig og okkupasjonen av Norge var over, ble Kvinners Frivillige Beredskap – KFB – innstiftet på initiativ av H.K.H. Kronprinsesse Märtha og daværende statsminister Einar Gerhardsen. Det er uvanlig at en organisasjon, og spe-

sielt en beredskapsorganisasjon, dannes med fotfeste i kongehuset og regjering på denne måten. Behovet for å engasjere sivilbefolkningen, og da i første omgang kvinner, i beredskapsarbeidet, var en tydelig driver for initiativtakerne.

« Vårt primære mål er å være forebyggende. Ved å være informasjonsspreder, bidra til økt bevissthet og forståelse om beredskap og totalforsvaret – på alle nivå fra den enkeltes beredskapsevne (egenberedskap) til internasjonal forståelse – mener vi selv at vi er en viktig aktør i arbeidet med å skape et trygt og robust samfunn. »



Spesielt har Norsk TotalforsvarsForum vært opptatt av forholdet til Heimevernet (HV) med sin forankring i lokalbefolkningen og organisasjonens viktige rolle i totalforsvaret. – Ikke bare utgjør HV en militær styrke, men er også et eksempel på brobygging mellom sivilsamfunnet og Forsvaret. Tilstedeværelse, synlighet og en opptreden som inngir tillit er viktig, understreker Kåre-Ludwig Jørgensen. FOTO: Torbjørn Kjosvold / Forsvaret



I de 75 årene som har gått siden KFB ble dannet, har Norge opplevd forskjellige kriser, internasjonale spenninger og perioder hvor man håpet at freden hadde senket seg over oss og våre nærområder. Til tross for dette beholdt KFB fokus på å kunne bevisstgjøre befolkningen og sine medlemmer om at fred ikke kommer gratis og at endringer kan skje plutselig. Det har i hele perioden vært aktivitet for å styrke forståelsen for at beredskap – og totalforsvaret – ikke skal være en sovepute.

Tidene har endret seg, og i 2019 ble KFB endret til et mer tidsriktig navn: Norsk TotalforsvarsForum; NTF. Formålet med organisasjonen, og aktivitetene, ble beholdt. Ingen grunn til å endre noe som fungerer! Den store forskjellen er at NTF ble «åpen» for alle og ikke bare forbeholdt kvinner.

Gjennom skiftende tider har altså forumet holdt fokus på å være en landsdekkende og politisk uavhengig sammenslutning av organisasjoner og enkeltmedlemmer som er interessert i samfunnssikkerhet og beredskap. Gjennom dette har vi

hatt en viktig rolle i å være brobygger mellom Forsvaret og den sivile delen av totalforsvaret. Spesielt har NTF vært opptatt av forholdet til Heimevernet med sin forankring i lokalbefolkningen.

NTF har utviklet seg til å bli en vaktbikkje som blir hørt og tatt alvorlig. Det viser deltagelsen på våre konferanser og at vi er en aktiv høringsinstans for relevante departementer og direktorat når nye retningslinjer og forskrifter skal utarbeides.

Det er gledelig å se at interessen for våre konferanser – Totalberedskapskonferansen, Sårbarhetskonferansen, Verdikonferansen og vårt Krisespill – har stor interesse og mange deltagere. Like gledelig er det å notere seg at de foredragsholderne som stiller opp stort sett kan plukkes fra «øverste hylle». For meg sier det mye om vårt nettverk, renommé, tematikk og viktigheten av vårt arbeid.

Norsk TotalforsvarsForum er i seg selv ikke en beredskapsorganisasjon og vi har ikke et apparat som settes opp for aktivt selvstendig vir-

ke i en krisesituasjon. Vårt primære mål er å være forebyggende. Ved å være informasjonsspreder, bidra til økt bevissthet og forståelse om beredskap og totalforsvaret – på alle nivå fra den enkeltes beredskaps-evne (egenberedskap) til internasjonal forståelse – mener vi selv at vi er en viktig aktør i arbeidet med å skape et trygt og robust samfunn.

NTF har til nå hatt en samfunns viktig rolle i 75 år. Behovet for oss har ikke blitt mindre; tvert imot. Viktigheten av det frivillige organisasjoner bidrar med har kommet tydelig fram i utredninger, kommisjonsrapporter og stortingsmeldinger.

Med den uoversiktlige og urolige sikkerhetspolitiske situasjonen vi er i, ser jeg at NTF har en viktig rolle også i uoverskuelig framtid.

Vi er med på å trygge Norge gjennom å bidra på vår måte til å skape og opprettholde et trygt og robust samfunn.

Gratulerer med de første 75 år for totalforsvaret!

« Det er uvanlig at en organisasjon, og spesielt en beredskapsorganisasjon, dannes med fotfeste i kongehuset og regjering på denne måten. Behovet for å engasjere sivilbefolkningen, og da i første omgang kvinner, i beredskapsarbeidet, var en tydelig driver for initiativtakerne. »

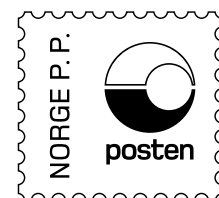
« NTF har til nå hatt en samfunnsviktig rolle i 75 år. Behovet for oss har ikke blitt mindre; tvert imot. Viktigheten av det frivillige organisasjoner bidrar med har kommet tydelig fram i utredninger, kommisjonsrapporter og stortingsmeldinger. »

FORSVARET
For alt vi har. Og alt vi er.



– Det er gledelig å se at interessen for våre konferanser – Totalberedskapskonferansen, Sårbarhetskonferansen, Verdikonferansen og vårt Krisespill – har stor interesse og mange deltagere, fastslår styreleder i Norsk TotalforsvarsForum Kåre-Ludwig Jørgensen. Her takker han av oberstløytnant Alexander Flaata i Forsvarets sanitet under en konferanse.

FOTO: Ola K. Christensen



www.totalforsvar.no



Søk

Logg inn



For trygge og
robuste samfunn



**FØLG
OSS!**

Snarveier

→ [Aktuelt](#)

→ [Aktivitetskalender](#)

→ [Kontaktinformasjon](#)

→ [Om oss](#)

→ [Medlems- og
samarbeidsorganisasjoner](#)

→ [Bli medlem](#)

→ [Publikasjoner](#)

→ [Egenberedskap](#)

→ [Totalforsvaret](#)