



**TØNSBERG
KOMMUNE**

– der barn ler



Veteranplan for Tønsberg kommune

2023-24

Innhold

1 INNLEDNING	3
1.1 Planprosessen	3
1.2 Planens formål og virkeområde	3
1.3 Evaluering og rullering	4
2 FØRINGER	4
2.1. Nasjonale føringer	4
2.2. Lokale føringer	4
3 SITUASJONSBEKRIVELSE	5
3.1. Stressbelastning og PTSD	5
3.2. Søvn	6
3.3 Alkohol	6
3.4 Livskvalitet	6
4 PLANTEMA OG MÅL	7
4.1 Hovedmål	7
Mål 1 Anerkjennelse og markeringer	7
Mål 2 Veteraner som en ressurs	8
Mål 3 Kunnskap og informasjon	8
Mål 4 Ivaretagelse	8
Mål 5 Oppfølging	9
5 HANDLINGSDEL OG TILTAK	10
6 LENKER OG RESSURSER	13
REFERANSER	15

1 Innledning

100 000 norske kvinner og menn har siden 1947 tjenestegjort med det norske forsvaret i internasjonale operasjoner i over 40 land, i fire verdensdeler – i hundre forskjellige operasjoner, deriblant Tysklandsbrigaden, Libanon, Balkan og Afghanistan.

Deltakelse i internasjonale operasjoner med personell fra Forsvaret og justis- og utenrikssektoren er en viktig del av den norske forsvars- og sikkerhetspolitikken. På denne måten kan Norge være en forkjemper for menneskerettigheter og demokrati i mange land. Det er Stortinget som bestemmer hvilke internasjonale operasjoner Norge skal bidra i (Forsvaret.no)

Mange kjenner noen som har tjenestegjort i en internasjonal operasjon. Det som ikke nødvendigvis er kjent for folk flest er hva disse veteranene har vært med på, hvilke erfaringer de har med seg og hvilke reaksjoner de har hatt i ettertid. Bak enhver veteran står det en familie, som også blir berørt av det veteranen har opplevd eller forbereder seg på å ta del i ved å tjenestegjøre i en internasjonal operasjon. Alle veteraner og deres familier er samfunnsborgere, og trenger å være en del av et fellesskap som støtter og hegner om dem. Et viktig ledd i å sørge for at samfunnet anerkjenner og ivaretar veteranene og deres familier, er å etablere en kommunal veteranplan som beskriver hvorfor dette er viktig og hva samfunnet skal gjøre for å støtte dem.

Fra politisk hold er de overordnede målene med å utarbeide en kommunal veteranplan å styrke samfunnets anerkjennelse, ivaretagelse og oppfølging av veteranene og deres familier før, under og etter at de har vært i internasjonal tjeneste for Norge. Det skal blant annet skje gjennom å forbedre samhandlingen mellom aktører i det sivile hjelpeapparatet og å øke kunnskapen og bevisstheten i sivil sektor generelt. En kommunal veteranplan er et internt plandokument som skal sikre at kommunen følger opp sitt ansvar for ivaretagelse av veteraner og deres familier (Forsvaret.no).

1.1. Planprosessen

Veteranplan for Tønsberg kommune 2023-24 beskriver tiltak under satsningsområdene anerkjennelse, ivaretagelse og oppfølging. Den bygger på veteranplanen for Tønsberg fra 2018, som ble utarbeidet før sammenslåingen med Re kommune. Større deler av den reviderte planen vil derfor gjenkjennes fra dette plandokumentet.

Veteranplan for Tønsberg kommune 2023-2024 er utarbeidet for å anerkjenne, ivareta og følge opp dagens og fremtidens veteraner i nye Tønsberg kommune. Den er utarbeidet i et samarbeid med representanter fra veteranenes egne organisasjoner; Norsk Veteranforbund for Internasjonale Operasjoner (NVIO) og Kamerat- og Familiestøtteordningen, avdeling Vestfold. I prosessen med å forankre kommunens ansvarsområder for anerkjennelse og støtte til veteranene, har flere deler av kommunen vært involvert. Kommunalsjefen for Kultur og Samfunn ved Kulturavdelingen har ansvaret for markeringer og arrangementer. Kommunalsjef for Mestring og Helse har ansvaret for Veteranplanen og Veterankontakten. Frivillighetskoordinator har vært involvert i prosesser som omhandler bruk av veteraner som en ressurs for kommunens innbyggere. Det er avklart at kommunal området for Oppvekst og Opplæring vil stille med en ressurs inn i arbeidet med bevisstgjøring av situasjonen for veteraners barn og familier.

1.2. Planens formål og virkeområde

Planens hensikt er å skape bevisstgjøring om veteranenes situasjon etter endt tjeneste. Den intenderer også å skape bevissthet om denne gruppens erfaringer og utfordringer – og om hvordan kommunen kan ivareta sitt ansvar for denne gruppen av innbyggere. Planen skal også beskrive tiltak som seremonielle markeringer, for å sørge for anerkjennelse av veteranenes innsats for Norge.

Planen har ikke til hensikt å skape nye tilbud, men å benytte kommunens etablerte tilbud på nye måter eller mot nye grupper av brukere. Noen forslag til tiltak vil imidlertid være nye i denne reviderte planen for nye Tønsberg og er i hovedsak rettet mot veteranenes barn og familier. De utfordringene veteranene kan møte på vil ofte påvirke veteranenes omgivelser, og de vil også kunne ha behov for spesifikk oppmerksomhet og oppfølging. Det er hensiktsmessig å samarbeide med andre kommuner for å styrke hverandre i arbeidet med å anerkjenne, ivareta og følge opp veteranene og deres familier. Planens innhold og tiltak legger seg ellers nært opp til det eksisterende hjelpeapparatet som finnes i kommunens tjenester, og bygger på allerede eksisterende ressurser.

1.3. Evaluering og rullering

Veteranplanen gjelder for to år, og tiltakene vil rulleres fortløpende i planperioden. Veteranplanen eies av kommunalområdet Mestring og Helse. Som andre planer på dette kommunalområdet, vil status på tiltakene i planen evalueres inntil 4 ganger per år.

2 Føringer

2.1. Nasjonale føringer

Regjeringens handlingsplan «I tjeneste for Norge» fra 2011, skal sikre god oppfølging av personell i etterkant av internasjonale oppdrag. Den skal også sikre ivaretagelse av personell før, under og etter utenlandstjeneste og definerer mål om kunnskap, informasjon og ivaretagelse av veteraner og deres familier. Økt kompetanse i det sivile hjelpeapparatet vil være viktig for å kunne gjøre dette på en god måte.

Stortingsmelding 15 (2019-2020): «Også vi når det blir krevet»: Stortingsmeldingen gir en innføring i veteraner og deres familiers situasjon og oppfordrer blant annet til etablering av kommunale veteranplaner.

Tiltaksplan for oppfølging av stortingsmelding 15 definerer tiltak som skal følges opp av Regjeringen. Dette inkluderer å videreutvikle kompetanse og samhandling i det sivile hjelpeapparatet, sørge for at fastleger og annet helsepersonell vet hvor de kan ta kontakt for informasjon om veteranrelaterte utfordringer, arbeide for større åpenhet omkring psykisk helse og mot stigmatisering av psykiske helseskader blant personell som har deltatt i internasjonale operasjoner gjennom økt kunnskap, bevissthet og informasjon, samt at Statsforvalterne vil oppfordres til dialog og oppfølging av kommunene mht. veteranene fra internasjonale operasjoner, herunder 8. mai og kommunale veteranplaner (Departementene, 2011)

2.2. Lokale føringer

Forsvarets veteranertjeneste (FVT) oppfordrer landets kommuner til å utvikle kommunale planer for å sikre våre veteraner fra internasjonale operasjoner et best mulig tilpasset tjenestetilbud. Godt over 100 000 norske kvinner og menn har siden 1947 gjort tjeneste for Norge i internasjonale operasjoner. Av tall oppgitt fra Forsvarets veteranertjeneste er det bosatt ca. 500 veteraner i Tønsberg kommune.

Planen skal gjennom *ivaretagelse* og *oppfølging* gjøre hverdagen bedre for de av våre veteraner og deres pårørende som har behov for oppfølging, samt vise *anerkjennelse* av veteranenes innsats. Veteranplanen for Tønsberg 2023-2024 er utarbeidet med utgangspunkt i Forsvarets veiledende grunnlag for utvikling av en kommunal veteranplan. Veteranplanen henger sammen med kommunens overordnede planer som blant annet Kommuneplanens samfunnsdel 2021-2033 som

beskriver mål om at alle barn og unge i Tønsberg skal oppleve å tilhøre et inkluderende og trygt fellesskap, og at de alle opplever å utvikle en robust fysisk og psykisk helse og gis mulighet til å mestre livsutfordringer i sin oppvekst. Videre skal alle innbyggere i Tønsberg bli sett og verdsatt og få brukt sine ressurser. Her er også et mål om at folk i Tønsberg er aktive, trives og kan bo hele livet. Den henger også sammen med kommunedelplanen for klima og folkehelse. I denne delplanen er det blant annet mål om å bygge god kultur og legge til rette for mangfold og et inkluderende samfunn og legge til rette for at innbyggere føler tilhørighet til lokalmiljøet. For Barn og unge: Psykisk helse og livsmestring er et fokusområde i barnehage og skole og barn og unge i veteranfamilien vil ha nytte av tiltak som allerede er vedtatt i disse planene.

3 Situasjonsbeskrivelse

Av de 100 000 norske kvinner og menn som siden 1947 har tjenestegjort i operasjoner utenlands for Norge, klarer de aller fleste veteraner seg bra etter tjeneste. Likevel er det noen som kan oppleve utfordringer og problemer som følge av tjeneste. Dette kan gi både psykiske og fysiske belastninger som også påvirker veteranenes familier.

Veteranundersøkelsen fra 2021 (Engen og Bakker, 2021) viste at selv om majoriteten av deltagerne (56,4%) ikke rapporterer å ha opplevd en belastende hendelse, så er det en stor gruppe som gjør det. Av disse opplyser over halvparten (57,5%) å ha opplevd en belastende hendelse mens de tjenestegjorde i Forsvaret. Dette er i tråd med den generelle betraktningen at tjeneste i internasjonale operasjoner innebærer en økt eksponering for belastende hendelser.

Videre viser Veteranundersøkelsen at majoriteten av de belastende hendelsene har forekommet for mer enn 1 år siden. Dette er i tråd med nedtrappingen av Norges utenlands innsats, hvor den store overvekten av innsats har vært de siste foregående 10 årene.

3.1. Stressbelastning og PTSD

Omtrent tre fjerdedeler av de som har blitt utsatt for en eller flere belastende hendelser, rapporterer om veldig få eller ingen symptomer på Posttraumatisk stresslidelse (PTSD). Cirka halvparten av de som rapporterer om symptomer, opplever ikke noen innskrenkning av livskvalitet. Det er en gjenstående andel på ca 150 veteraner fra denne undersøkelsen som opplever noen til alvorlig grad av psykiske plager som mulig kan tilbakeføres til belastende hendelser de har opplevd i Forsvaret. Dette understreker viktigheten av å kartlegge belastning og følge utviklingen av mulige PTSD-plager hos veteraner.

Selv om den store majoriteten av veteranene ikke rapporterer pågående stressreaksjoner eller depresjonssymptomer, så er det en andel på rundt 20 % som i noen grad gjør det, mens i overkant av 5% av disse igjen rapporterer symptomer som er signifikante nok til at man bør vurdere utredning. I tråd med dette ser vi at ca. 4 % av respondentene noen dager tenker på selvmord eller selvskading. Videre ser vi at det er betraktelig flere sivile veteraner som rapporterer om slike tanker. Dette er i tråd med observasjonen at både generelle stressreaksjoner og depresjonssymptomer er høyere hos sivile veteraner relativt til de som fortsatt er ansatt i Forsvaret. Dette understreker viktigheten av å sørge for at det foreligger et lavterskeltilbud hvor veteraner som har slike tanker eller andre psykiske helseplager kan henvende seg, at informasjon om dette blir spredd blant veteranbefolkningen, og at stigma som gjelder å oppsøke psykisk helsehjelp blir motvirket.

3.2 Søvn

Ifølge helsedirektoratet er søvnvansker er blant de vanligste helseplagene i befolkningen og et debutsymptom ved de fleste psykiske lidelser. Rundt en av tre voksne sliter ukentlig med søvnen, mens inntil 15 prosent av den norske befolkningen har insomni av mer langvarig art (<https://www.helsedirektoratet.no/tema/sovn/sovn-og-sovnevansker>). Personer som lider av søvnvansker, rapporterer oftere om redusert livskvalitet og dårligere mestringsstrategier. Søvnvansker er forbundet med nedsatt kognitiv og intellektuell fungering, og kroniske søvnvansker øker risikoen for å utvikle psykiske og somatiske plager. Flere norske undersøkelser har vist at søvnvansker er en sterk og uavhengig risikofaktor for både langtidssykefravær og varig uføretrygd.

Resultatene fra denne undersøkelsen viser at veteraner i all hovedsak opplever å være sterke og opplagte, og å oppleve lav grad av søvnvansker. En viktig observasjon er imidlertid at det er en liten gruppe veteraner som rapporterer om veldig alvorlige søvnvansker. Dette kan være knyttet til pågående psykopatologi og/eller være en faktor som gjør disse individene sårbare for psykiske helseproblemer, som igjen understreker behovet for å ha et blikk på søvn i klinisk omgang med veteraner. Fastleger bør være spesielt oppmerksomme på dette.

3.3 Alkohol

Små mengder alkohol innebærer vanligvis liten helserisiko for friske personer. Å drikke alkohol kan likevel være forbundet med helseskader, både i forbindelse med enkelte episoder og ved høyt forbruk over tid. Det er vanskelig å komme frem til hva som er et «høyt forbruk». En vanlig definisjon i litteraturen på området er at om man drikker mer enn 2 enheter alkohol (kvinner) og mer enn 4 enheter (menn) oftere enn 2–3 ganger i uken regnes det som “høyt forbruk”. Om lag 20 prosent av voksne mennesker i Norge drikker alkohol 2 eller flere ganger i uken ifølge Statistisk sentralbyrå sine undersøkelser. I Forsvarets sanitets (FSANs) helseundersøkelser har det blitt spurt om hvor ofte man drikker alkohol helt siden 2003. Et spørsmål om hvor mange enheter alkohol respondentene vanligvis drikker har vært inkludert i flere av FSANs helseundersøkelser, men svaralternativene på dette spørsmålet har variert for mye til at de kan sammenliknes over tid. Under to prosent (1,6%) av de som deltok i FSANs helseundersøkelse i 2019 drakk alkohol 4 ganger i uken eller oftere og bare 0,4% rapporterte om et forbruk som definitivt anses som høyt.

Tre prosent av de ansatte hadde et høyt inntak av alkohol 2–3 ganger i uken eller oftere mens 3% av de ansatte svarte at de aldri drikker alkohol. Andelen ansatte i Forsvaret som drikker alkohol ≥ 4 ganger i uken har vært 1–2% siden første måling i 2003. Imidlertid kan det se ut som om det siden 2003 har skjedd en utvikling mot at flere menn og færre kvinner i Forsvaret drikker alkohol fire ganger i uken eller oftere. Denne trenden opprettholdes i denne undersøkelsen, hvor det rapporteres et signifikant høyere alkoholforbruk av menn enn av kvinner. Videre ser vi at forbruket hos sivile veteraner er noe høyere enn hos militært ansatte. Det må likevel understrekes at gjennomsnittsforkonsumet for begge gruppene, så vel som for menn generelt, er under det som regnes som “fasesone” for utvikling av alkoholproblemer.

3.4 Livskvalitet

Livskvalitet er et begrep som rommer mye, og brukes ofte for å beskrive et individs subjektive opplevelse av sitt eget liv når det kommer til overordnede faktorer som mening, tilhørighet, selvrealisering, trygghet og selvbestemmelse. I en befolkningsundersøkelse gjennomført av Statistisk sentralbyrå fra 2020 svarte 26,0 % av befolkningen at de har svært høy tilfredshet med livet, mens 22,0 % svarte at de har lav til svært lav tilfredshet med livet.

Tilsvarende tall fra undersøkelser på norske veteraner tilsier at veteraner jevnt over har høy livskvalitet. Dette inntrykket opprettholdes i denne veteranundersøkelsen, hvor den overveiende

majoriteten av veteranene, uavhengig av ansettelsesstatus, rapporterer å oppleve trivsel og velvære mer enn halvparten av tiden. I underkant av 20% rapporterer imidlertid om lavere grad av trivsel og velvære, med en halv prosent som rapporterer at de aldri eller nesten aldri opplever trivsel og velvære. Selv om det ikke er noe hold i datamaterialet fra Veteranundersøkelsen 2021 for å påstå at dette spesifikt kan skyldes internasjonal tjeneste, så understreker dette behovet for at tilbud er tilgjengelig for denne befolkningen, da lav opplevd livskvalitet kan være relatert til, eller årsak til, psykiske helseutfordringer.

En kommentar til Veteranundersøkelsen 2021 er at resultatene er basert på rapporter fra veteraner som har vært på internasjonalt oppdrag for Norge i Afghanistan. Disse har vært forberedt godt før utreise og oppfølging av Forsvaret når de kommer hjem. Veteraner som har deltatt i tidlige internasjonale operasjoner og kontingenter for Norge, har ikke gjennomgått de samme forberedelsene og de har ikke fått den samme oppfølgingen fra Forsvaret etter at de kom hjem. Stressreaksjoner, posttraumatiske symptomer og depresjoner kan oppstå lang tid etter eksponering for en alvorlig hendelse og aktiveres ofte i forbindelse med andre livskriser, som for eksempel et samlivsbrudd. Det er derfor ikke sikkert at resultatene fra Veteranundersøkelsen 2021 fanger opp og reflekterer alle deler av veteranbefolkningen og deres helsestatus.

Tjenestegjørende i Forsvaret jobber for noe som er større enn seg selv. Mange finner stor mening i jobben og opplever samhold, og kollegial støtte. Arbeidet i Forsvaret og i utenlandstjeneste for Norge kan innebære store belastninger, i form av farefulle oppdrag. Noen har vanskelige livssituasjoner med samlivsbrudd, dødsfall i nær familie, økonomiske utfordringer, sykdom eller andre bekymringer som kan gjøre livet og hverdagen vanskelig å bære (Forsvaret.no). Det er ikke uvanlig at økt uro og krig utløser stressreaksjoner hos veteraner som kan ha bakgrunn i deres tidligere belastende erfaringer fra andre krigsområder. Når det nå er økt uro i Europa kan flere bli følelsesmessig aktiverte og oppleve stressreaksjoner. For noen kan dette utløse ulike former for psykiske utfordringer. Blant de som svarte på veteranundersøkelsene både i 2012- og 2021 hadde psykiske helseplager økt med 2,2 prosentpoeng. Dette kan indikere at de psykiske helseplagene i hovedsak ikke er kortvarige, men at de tvert imot kan øke med tiden. I tillegg vet vi fra før at veteranpopulasjoner har noe dårligere resultater fra standard traumebehandlingsprotokoller, og at frafallsraten i behandling og oppfølging er særlig høy (Steenkamp et al., 2015). Dette må både kommunale og spesialiserte helse - og omsorgstilbud ha en bevissthet på.

4 Plantema og mål

4.1 Hovedmål

Hovedmålsettingen med Veteranplan for Tønsberg kommune, er å sikre anerkjennelse og ivaretagelse av veteranene og deres familier for å gi den støtten de trenger og respekten de fortjener.

Mål 1: Anerkjennelse

Tønsberg kommune planlegger og gjennomfører årlige markeringer i samarbeid med veteranforeningene.

Seremonier og offentlige markeringer er et viktig og synlig uttrykk for samfunnets anerkjennelse av både innsatsen og den enkelte veteran. Det bidrar til å ivareta historien og

knytter bånd mellom Forsvaret og samfunnet. Anerkjennelse betyr mye for alle som har vært ute i risikofylte oppdrag på vegne av Norge, og likeledes for deres familier og pårørende - jfr Regjeringens oppfølgingsplan «I tjeneste for Norge».

Markeringer:

Forsvarets Minnedag ble innført i 2007 for å minnes alt personell som har mistet livet i Forsvarets tjeneste. Minnedagen gjennomføres årlig første søndag i november ved Forsvarets avdelinger i Norge og utlandet. Det legges ikke opp til en egen markering i kommunal regi.

8. mai er Norges frigjørings- og veterandag, og er den viktigste dagen Tønsberg kommune kan vise anerkjennelse av veteranene.

Mål 2: Veteraner som en ressurs

Tønsberg kommune anerkjenner veteranene som en ressurs og oppmuntrer til bruk av veteraner i opplæring og til deltakelse i frivillighetsarbeid i kommunen.

Veteraner er en viktig ressurs for Forsvaret og deres kunnskap kan være nyttig også for lokalsamfunnet. De har erfaring og kompetanse som er verdifull for samfunnet og som baserer seg på den viktige jobben de har utført i tjeneste for Norge. Våre veteraner er erfarne soldater med praktisk erfaring fra krevende oppdrag. Veteranene har opplevd å måtte løse oppgaver under tidspress i komplekse situasjoner og ta stilling til vanskelige verdispørsmål. Dette er kunnskap flere av dem ønsker å benytte som frivillig inn i ulike deler av lokalsamfunnet.

Mål 3: Kunnskap og informasjon

Tønsberg kommune sørger for informasjon og kompetanse til sine ansatte om veteraner og veteranfamiliers situasjon.

For å kunne ivareta veteranene og deres familier på best mulig måte, er det nødvendig med kunnskap og kompetanse på området. Dette vil virke forebyggende for utvikling av mer alvorlige problemer. Helsepersonell og andre i kommunen har behov for informasjon om veteraner og deres situasjon for å møte dem og deres familier på en god og tilpasset måte. For barn og ungdom vil fravær av foreldre over lengre tid være utfordrende, og foreldrenes opphold i krigssoner kan forsterke barnas reaksjoner. Det er derfor viktig at personell i barnehager og skoler har kompetanse på feltet slik at de kan møte barna med den hjelpen de trenger. Forsvaret har tilpasset informasjonsmateriell.

Mål 4: Ivaretagelse

Tønsberg kommune sørger for god ivaretagelse av veteraner og deres familier og har en veterankontakt og en familiekontakt som kan virke som et bindeledd mellom veteranene og kommunens tjenester.

Det er en kompleks og utfordrende oppgave å ha en samlet oversikt over hvilke tjenestetilbud som finnes i Tønsberg kommune. Opprettelse av en veterankontakt kan derfor gjøre kommunikasjonen mellom veteraner og kommunen enklere og bidra til at kommunen sørger for god ivaretagelse av veteranene og deres familier. Veterankontakten vil være en inngangsport til kommunens tilbud for veteranene, være en ressurs for kommunens ansatte og lette samarbeidet mellom kommuner og

frivillige organisasjoner. Det er opprettet en veterankontakt Tønsberg kommune. Veterankontakten er ansatt i Mestring og Helse og skal inneha følgende rolle og funksjon:

- Veterankontakten har god kjennskap til kommunens veteranplan eller -strategi.
- Veterankontakten har oversikt over kommunens tilbud til veteraner og deres familier.
- Veterankontakten har også oversikt over relevante samarbeidspartnere for kommunen og hvilke ressurser disse representerer på veteranfeltet.
- Veterankontakten skal være oppdatert på veteranfeltet, og kunne veilede veteraner og deres pårørende i hjelpesystemet.
- Veterankontakten fungerer som kommunens kontaktpunkt for veteraner, pårørende, andre kommuner, aktører innenfor veteranfeltet, veteranorganisasjoner og Forsvaret.
- Veterankontakten bidrar til at kommunen jevnlig sørger for informasjon til ansatte som vil komme i kontakt med veteraner om veteranfeltet, og sørge for at de får relevant kompetanseheving.
- Veterankontakten sørger for å holde kommunens informasjon til veteraner oppdatert og har kjennskap til sentrale aktører og ressurser innenfor veteranfeltet og deres tilbud.
- Veterankontakten bør delta på kurs og opplæring i regi av Forsvarets veteran tjeneste (Forsvaret.no)

I tillegg til Veterankontakten, er det nylig opprettet en Familiekontakt som vil bistå inn i arbeidet med en bevisstgjøring av veteranfamiliens situasjon og bidra til mer kunnskap inn i barnehager og skoler om veteranfamiliene. Familiekontakten vil også ha spesielt god oversikt over kommunens tjenester til barn, unge og familier og sørge for informasjon om disse tjenestene til veteraner og deres familier. Familiekontakten samarbeider med Veterankontakten og representanter for Veteranorganisasjonene om informasjon og tiltak.

Mål 5: Oppfølging

Tønsberg kommune sørger for at veteraner som trenger oppfølging får de nødvendige helse og omsorgstjenestene de har krav på.

Oppfølging forstås her som en forlengelse av ivaretagelse, og anvender kunnskap og erfaring i et annet perspektiv. De fleste veteraner klarer seg bra etter endt tjeneste i internasjonale operasjoner (Veteranundersøkelsen, 2021). Enkelte opplever imidlertid ting i løpet av tjenesten som gjør at de vil trenge helse- og omsorgstjenester i tiden etterpå. Enkelte kan oppleve å bli fysisk skadd eller få fysiske plager, og andre kan oppleve å få ulike grader av psykiske helseplager. Noen vil også oppleve kombinasjoner av disse to.

Forsvaret er pålagt oppfølgingsplikt for veteraner i ett år fra de er tilbake fra internasjonal tjeneste. Alle veteraner kan likevel når som helst kontakte Forsvarets Åpne Dør for spørsmål og informasjon om rettigheter, hjelp og tilbud. Forsvarets tilbud skal være et supplement til kommunehelsetjenestens hjelpeapparat (Forsvaret.no).

Tønsberg kommune er ansvarlig for at personer som oppholder seg i kommunen skal tilbys nødvendig helse- og omsorgstjenester. Det er viktig at fastleger og andre kommunale tjenester vet at årsaken til fysiske og psykiske helseplager kan være belastninger med sammenheng til internasjonale operasjoner, også når dette ligger langt tilbake i tid. Det er de primære helse- og sosialtjenestene som kontaktes ved behov for helsehjelp. Veteraner med behov for helsemessig oppfølging tar kontakt med sin fastlege.

Fastlegen kan henvise til spesialisthelsetjenesten i alvorlige tilfeller, og til kommunen når det er mindre alvorlige plager/sykdommer. Ved behov for kommunal bistand skal fastlegen sende en henvisning til Tildelingskontoret for helse- og omsorgstjenester. Det er viktig at det tydelig går frem at det dreier seg om en veteran med behov for bistand. Henvisningen må inneholde mest mulig relevant informasjon om veteranenes plager, hans/hennes sosiale og arbeidsmessige status og hva som er gjort av tidligere behandling og oppfølging. Veteranen kan også selv ta direkte kontakt med Tildelingskontoret for helse og omsorg. Kontaktinformasjon finnes på kommunenes hjemmeside eller fås ved henvendelse til servicesenteret.

Barn og pårørende av veteraner kan få hjelp/kommunal bistand. Barnet selv eller omsorgspersoner kan ta kontakt med helsesøster på skolen eller direkte med helsestasjonen (gjelder førskolebarn). Der vil man få hjelp til å finne det rette tilbudet avhengig av problemstillingen.

5 Handlingsdel og tiltak

Tiltak	Beskrivelse	Periode	Økonomi	Ansvar
Gjennomføre markeringer og arrangement	<ul style="list-style-type: none"> Årlig markering av 8. mai, fortrinnsvis i Minneparken: Veterandagen 8 mai planlegges i samarbeid med veteranforeningene. Markering av FN-dagen 24. oktober: Tønsberg kommunes skoler og barnehager oppfordres til å markere FN-dagen. Det samarbeides med veteranforeningene om markeringene 	2023-2024	Innen ramme Innen ramme	KSU KSU/OPP KSU/ NVIO
Bruke veteraner som en ressurs	<ul style="list-style-type: none"> NVIO er registrert i Friskus NVIO jobber for en avtale med kommunen om frivillig beredskap ved større hendelser og kriser Utrede muligheten for opprettelsen av et eget Veterankontor som skal være et sted for kontakt og oppfølging av veteraner og deres familier og pårørende og et sted for utveksling av kunnskap og kompetanse om deres arbeid og situasjon 	2023-2024	Innen ramme Innen ramme Tilskudd	NVIO/ MH/KSU NVIO MH/KSU TKE

Kompetanse om veteraner og deres familier til ansatte i barnehage og skole	<ul style="list-style-type: none"> • Informasjon om veteraner og internasjonale operasjoner gis til alle ansatte i barnehagene og til skolene • Barn og ungdom som har foreldre som er ute på internasjonale operasjoner og oppholder seg i krigssoner, blir møtt av personell i barnehager og skoler, som har kompetanse på feltet slik at de kan møte barna med den hjelpen de trenger. 	2023-2024	Innen ramme	OPP/MH OPP/MH
Kompetanse (helse) personell	<ul style="list-style-type: none"> • Øke kompetansen til fastleger og ansatte i det kommunale tjenesteapparatet gjennom informasjonsmateriell og informasjon på møter for ledere av tjenestene. • Forsvarets informasjonsmateriell og informasjonssider om veteraner gjøres kjent for ansatte i Tønsberg kommune • Forsvarets/Horten kommunes opplæringskurs om veteraner gjøres kjent for helsepersonell og spesielt fastlegene oppfordres til å gjennomføre dette kurset • Alle fastleger har fått tilsendt boken «Håndbok i militærpsykiatri» og har gjort seg kjent med denne • Det inngås avtale med RVTS-Sør om å avholde kurs for ansatte i skoler, barnehager, helsestasjon og barnevern og om meritterende kurs for leger og psykologer og andre personellgrupper med ansvar for oppfølging av barn og familier. 	2023-2024	Innen ramme Innen ramme Innen ramme Innen ramme	OPP/MH OPP/MH MH/OPP MH MH/OPP

Samarbeid med NAV	Det etableres et faglig samarbeid med NAVs (nasjonale) kompetansekontor for veteransaker og -NAV i Tønsberg, der målet er kompetanseheving for ansatte om veteraners situasjon			
Informasjon på kommunens sider	<ul style="list-style-type: none"> Tønsberg kommune har opprettet en informasjonsside på kommunens hjemmeside om hvor veteraner og deres familier kan henvende seg for å få nødvendig hjelp. Informasjonssiden gjøres kjent for kommunens helsetjeneste og andre berørte instanser Informasjon om ressurser kommunen kan støtte seg på formidles til relevante aktører i skole og helsetjenester Det utarbeides en informasjonsbrosjyre og nettsider for veteraner som trenger hjelp, med informasjon om hva som finnes i Tønsberg og kontaktopplysninger Informasjon om kursing av helsepersonell om veteranrelaterte problemstillinger 	2023-2024	Innen rammen	DKA/MH /OPP
			Innen ramme	DKA/MH /OPP
			Innen ramme	MH/OPP
			Innen ramme	DKA/MH /OPP
			Inne ramme	DKA/MH /OPP
Ivaretagelse gjennom opprettelse av Veteran kontakt og Familiekontakt	<ul style="list-style-type: none"> Tønsberg kommune har opprettet rollen Veterankontakt. Det gjøres en kartlegging av ansatte i Tønsberg kommune med veteranbakgrunn. Disse kan være en ressurs for kommunehelsetjenestens arbeid med varetakelse og oppfølging av veteranene og deres familier. Veterankontakten sørger for at veteranarbeidet er forankret i kommunens planarbeid og koordinerer revideringer av Veteranplanen. 	2023-2024	Innen rammen	MH
			Innen ramme	MH/HR
			Innen ramme	

	<ul style="list-style-type: none"> • Avholde regelmessige møter med veteranorganisasjonene og med veteranorganisasjonenes kameratstøtteordning. • Det opprettes en familiekontakt på oppvekstfeltet 			MH/OPP /NVIO
				MH/OPP

Forkortelser Kommunalområder og organisasjoner:

OPP=Oppvekst og Læring, MH= Mestring og Helse, KSU=Kultur og Samfunnsutvikling, DKA= Digitalisering, kommunikasjon og administrativ støtte og NVIO= Norges veteranforbund for internasjonale operasjoner

6 Lenker og ressurser:

Både Forsvaret og Tønsberg kommune har tilbud til veteraner og veteranfeltet er et levende felt som stadig er i utvikling og som omfatter mange ulike aktører:

Nettverk for veterankontakter:

Det oppfordres til å etablere et nettverk for veterankontakter i de forskjellige regionene. Det vil kunne sørge for at veterankontaktene har en arena der de kan knytte kontakter, utveksle erfaringer, oppdatere seg på veteranfeltet og sikre kompetanseheving.

Regionale ressursentre mot vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS):

RVTS er en ressurs for deg som i ditt arbeid møter mennesker som blant annet er berørt av traumatisk stress, selvmordsproblematikk og vold. RVTS' ene bidrar til kompetanseheving, blant annet gjennom kurspakker, veiledning og nettverksarbeid på tvers av sektorer, etater og forvaltningsnivåer.

RVTS har i samarbeid med ulike aktører utarbeidet kurs om veteraner:

- «E-læring om veteraner» er et grunnkurs om veteraner fra internasjonale operasjoner. Målgruppen for kurset er offentlige aktører som vil kunne komme i kontakt med veteraner gjennom sitt arbeid, deriblant kommunale veterankontakter. Kurset er digitalt og er tilgjengelig for alle på KS Læring.
-
- «Kompetansemoduler for kommunene om veteraner» er en kursrekke bestående av fem moduler som er rettet inn mot hver sin målgruppe. Et av modulene har veterankontakter som målgruppe. Den omhandler veterankontaktens rolle og gir kunnskap om vanlige reaksjoner og utfordringer hos veteraner og i deres familier.

«Forsvarets åpne dør»:

Forsvarets åpne dør er et tilbud til alle veteraner og deres familier. Her kan man få svar på spørsmål om dekorasjoner, dokumentasjon og internasjonale operasjoner, samt råd og veiledning om Forsvarets og samfunnets ulike tilbud til veteraner – uavhengig av når og hvor tjenesten var. Åpen dør består av et tverrfaglig team med både militært og sivilt ansatte. Teamet har lang erfaring med å gi råd og veiledning til veteraner og deres familier. De fleste i dette teamet er også selv veteraner fra internasjonale operasjoner. Kontakt: veteraner@mil.no eller tlf 800 85 000 (kl. 0800-1500 på hverdager).

Veteranforbundet SIOPS - Skadde i internasjonale operasjoner:

SIOPS bistår veteraner og deres familier med oppfølging og veiledning i møte med det offentlige. For mer informasjon og kontakt: www.siops.no.

Norges Veteranforbund for Internasjonale Operasjoner (NVIO)

er Norges største interesseorganisasjon for militært personell som har deltatt i internasjonale operasjoner – og deres pårørende. For mer informasjon og kontakt: www.nvio.no

- www.kameratstotte.no - En nettbasert veiledningstjeneste for veteraner og familien, drevet av NVIO og Mental Helse.
- Kameratstøttetelefonen (NVIO) 800 48 500 - En landsdekkende, døgnbemannet hjelpetelefon hvor du får snakke med en som har tjenestegjort utenlands. Du kan være anonym.

Kompetansemiljøet for veteransaker NAV Elverum (Råd og veiledning for veteraner)

Kompetansemiljøet har ansvar for at personer som har tjenestegjort i internasjonale operasjoner for Norge får god oppfølging i NAV. Derfor er det opprettet et eget kompetansemiljø for veteransaker ved NAV Elverum. Du kan kontakte kompetansemiljøet på Elverum direkte dersom du er veteran og ønsker informasjon og veiledning. Kompetansemiljøet bistår også andre NAV-kontor og Forsvaret i spørsmål knyttet til veteransaker. For mer informasjon og kontakt: [NAV Elverum](http://NAV.Elverum)

Familievernkontoret Innlandet Øst, avdeling Hamar:

Familievernkontoret på Hamar gir tilbud til veteraner og veteranfamilier som har behov for veiledning i forbindelse med tjenestegjøring før, under eller etter en internasjonal operasjon. Avdelingen har et særskilt ansvar for å bidra til kompetanseheving av andre familievernkontorer når det gjelder spesielle utfordringer tilknyttet veteranfamilier. For mer informasjon og For mer informasjon og kontakt: [Familievernet sitt tilbud til veteranfamilier](#)

REFERANSER:

Departementene (2011). I tjeneste for Norge: Regjeringens handlingsplan for ivaretagelse av personell før, under og etter utenlandstjeneste.

https://www.regjeringen.no/contentassets/2dd67c61a57b441ca69a91a7eb036913/veteraner_handlingsplan_nettside.pdf

Engen, H. & Bakker, L.P. (2021). Psykisk helse hos veteraner 2021

Forsvarets nettsider: <https://forsvaret.no/veteraner>

Steenkamp, M. M., Litz, B. T., Hoge, C. W. & Marmar, C. R. (2015). Psychotherapy for Military-Related PTSD: A Review of Randomized Clinical Trials. JAMA: The Journal of the American Medical Association, 314(5), 489–500. <https://doi.org/10.1001/jama.2015.8370>.

Veteran plan for Tønsberg kommune 2018.

