



RAKKESTAD
KOMMUNE

Kommunal veileder for oppfølging av veteraner og veteranfamilier

For Helsestasjon -Skolehelsetjeneste-Fastlegekontakter-Psykisk helse og rus-NAV-Barnevern-Andre relevante tjenester

Veteranplan ble vedtatt av kommunestyret sak 35/2025 i møte den 12.06.2025

Definisjon:

For Forsvaret er en veteran en som har deltatt i én eller flere internasjonale operasjoner/oppdrag. Dette er også i tråd med definisjonen regjeringen benytter i Handlingsplanen (2011), Oppfølgingsplanen (2014) og St.meld. 15 (2020).

Formål:

Denne veilederen skal sikre at kommunens tjenester:

- Har nødvendig kompetanse om veteraners situasjon
- Kan identifisere veteraner og familier som kan ha behov for støtte
- Gir helhetlig og koordinert oppfølging
- Vet hvem som har ansvar, og hvilke tilbud som finnes
- Bidrar til anerkjennelse, forebygging og tidlig innsats

Hva bør kartlegges?

- Fysisk helse (belastningsskader, smerter, hørsel, søvn)
- Psykisk helse (angst, depresjon, PTSD-symptomer)
- Rusmiddelbruk
- Arbeidssituasjon og funksjon
- Familieforhold og belastning hos partner/barn
- Nettverk og sosial støtte
- Tidligere kontakt med Forsvaret eller veteranorganisasjoner

Oppfølging av barn og familier

Barn av veteraner kan oppleve:

- Bekymring for forelder
- Stress og uro
- Atferdsendringer
- utfordringer ved separasjon og gjenforening

Tiltak:

- Samtaler med foreldre om barnets behov
- Observasjon av barnets trivsel og utvikling
- Samarbeid med barnehage/skole
- Lav terskel for å involvere barnevern ved bekymring
- Informasjon om veterankontakten og relevante tilbud



Fotograf: Philip Linder /Forsvaret

Familieveiledning

Veteranfamilier kan ha nytte av:

- Støtte i foreldrerollen
- Samtaler om belastning og kommunikasjon
- Henvvisning til familievernkontor
- Informasjon om Forsvarets tilbud til pårørende

Oppfølging av veteranen

Psykisk helse:

Veteraner kan ha økt risiko for PTSD, angst, depresjon, søvnproblemer og rusutfordringer. Stressrelaterte somatiske plager.

PTSD for veteraner gjelder særlig krigssituasjoner og konflikter, og mindre av overfall, voldtekt og misbruk.

Kommunens ansvarlige tjenester bør:

- Ha lav terskel for samtaler
- Tilby regelmessig oppfølging ved behov
- Henvise til psykolog/psykisk helse og rus
- Samhandle med veterankontakten ved behov for koordinering

Somatisk helse

Internasjonal tjeneste kan gi:

- Belastningsskader
- Hørselsplager

- Kroniske smerter
- Hodepine/migrene

Fastlegen bør vurdere:

- Tverrfaglig behandling
- Fysioterapi
- NAV-oppfølging
- Kontakt med Forsvarets veteran tjeneste ved spørsmål om tjenesteskader



Fotograf: Frederik Ringnes

Rutiner for kommunale tjenester

Helsestasjon

- Registrere veteranstatus
- Følge opp barn og foreldre
- Samarbeide med barnehage/skole
- Informere om veterankontakten

Fastlege

- Registrere veteranstatus
- Kartlegge fysisk og psykisk helse
- Henvise ved behov
- Samhandle med veterankontakt og NAV

Psykisk helse og rus

- Tilby samtaler og behandling
- Vurdere traumeproblematikk
- Samhandle med veterankontakt og fastlege

Barnehage og skole

- Observere barnets trivsel
- Samarbeide med foreldre og helsestasjon
- Melde bekymring ved behov

NAV

- Vurdere arbeidsevne og tiltak
- Samhandle med NAVs kompetansemiljø for veteransaker
- Bidra i tverrfaglig oppfølging

Kommunens veterankontakt

Veterankontakten er kommunens koordinerende ledd og skal:

- Ha oversikt over lokale og nasjonale tilbud
- Samhandle med Forsvaret og veteranorganisasjoner
- Bistå veteraner og familier ved behov
- Bidra i kompetanseheving i kommunale tjenester
- Koordinere tverrfaglige møter

Tjenester bør kontakte veterankontakten ved:

- Bekymring for veteranens psykiske helse
- Bekymring for barn i familien
- Behov for tverrfaglig samarbeid
- Ønske om informasjon eller veiledning

Henvisning

- Akutte situasjoner
- Selvmordstanker
- Alvorlig psykisk krise
- Vold i nære relasjoner
- Akutt rusproblematikk

Ikke-akutte henvisninger:

- Vedvarende psykiske plager
- Mistanke om PTSD
- Belastning som påvirker arbeidsevne
- Barn som viser tegn til mistriivsel
- Parforholdsproblemer

Viktig å vite:

- Ikke alle veteraner har helseutfordringer
- Noen kan likevel ha behov for støtte på et tidspunkt i livet
- Tidlig dialog og riktig oppfølging gir best hjelp
- Anerkjennelse, forståelse og tilgjengelighet er viktige deler av helsehjelpen

Informasjon og kontakter innen veteranivaretakelse

SIOPS	Skadde i internasjonale operasjoner Bistår i oppfølging og veiledning i møtet med det offentlige, juridisk hjelp og eksperthjelp innen økonomiske spørsmål.	www.siops.no Tlf. 22 69 56 50
NVIO	Norges Veteranforbund for internasjonale operasjoner	https://nvio.no
Kameratstøtte	En nettbasert veiledningstjeneste for veteraner og familien. Drives i samarbeid med NVIO og Mental Helse	https://www.nvio.no/kameratstøtte Kameratstøttetelefonen 800 48 500 - En landsdekkende, døgnbemannet hjelpetelefon hvor du får snakke med en som har tjenestegjort utenlands. Du kan være anonym.
Kompetansemiljøet for veteransaker i NAV (Råd og veiledning for veteraner)	NAV har ansvar for at personer som har tjenestegjort i internasjonale operasjoner for Norge får god oppfølging. Eget kompetansemiljø for veteransaker ved NAV Elverum. Man kan kontakte kompetansemiljøet på Elverum direkte dersom man er veteran og ønsker informasjon og veiledning. Kompetansemiljøet bistår også NAV-kontorene og Forsvaret om spørsmål knyttet til veteransaker.	veteran@nav.no
Forsvarets veteran tjeneste	(FVT) fire (4) regionale rådgiverstillinger for dialog og samhandling med eksempelvis kommuner i Norge	veteraner@mil.no
RVTS Øst	Regionale ressursentre om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging	https://rvtsost.no/om-oss
Forsvarets veteransenter	Senteret på Bæreia utenfor Kongsvinger, er et rekreasjons- og aktivitetstilbud som kan benyttes av veteraner og deres familier.	https://forsvaret.no/veteransenteret Telefon 62 82 01 00

