

Kriseberedskabsprogrammer for unge i Sverige og Norge

Sverige

Obligatorisk totalforsvarsundervisning i gymnasiet (fra 2025)

Formål: At lære alle svenske gymnasieelever om *totalforsvaret* – både det militære forsvar og det civile beredskab – samt at øge deres viden om, hvordan de skal agere ved kriser og i yderste tilfælde krig ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarmakten](#)) ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarmakten](#)). Initiativet kommer i kølvandet på et forværret sikkerhedsmiljø og Sveriges kommende NATO-medlemskab, hvilket har skabt behov for større forståelse af *totalforsvarspligten* blandt unge ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarmakten](#)). Målet er at give eleverne *”indsigt, tilforladelighed og handlekraft”*, så de ved, hvad de skal gøre i en krisesituation ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarmakten](#)).

Målgruppe: Alle elever i den svenske gymnasieskole (typisk 16–19 år). Undervisningen indbygges i faget *samhällskunskap* (samfundsfag) og vil derfor nå stort set alle gymnasieelever ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarmakten](#)).

Indhold og metode: Forløbet varer to lektioner og består af to dele. Først gennemføres en digital læringsmodul *”Tillsammans är vi totalförsvaret”* med fem kapitler. Derefter følger et interaktivt simulationsspil i totalforsvar kaldet *”Agera i krigstid”*, hvor eleverne træner beslutninger under krigslignende forhold. Spillet lægger vægt på samarbejde og solidaritet frem for individualisme – eksempelvis fremhæves det, at det at støtte og hjælpe hinanden kan være afgørende *”om det værste skulle ske”* ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarmakten](#)). Undervisningen dækker bl.a. viden om Sveriges totalforsvar, folkeretten, udenrigs- og sikkerhedspolitik samt NATOs rolle ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarmakten](#)).

Baggrund og aktører: Programmet er udviklet i et samarbejde mellem flere myndigheder: Försvarmakten (det svenske forsvar), Skolverket (skolemyndigheden), MSB (Myndigheten för samhällsskydd och beredskap, civilt beredskab) og Plikt- och provningsverket (værnepligtsadministrationen) ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarmakten](#)). Dette tværsektorielle samarbejde afspejler, at totalforsvar omfatter hele samfundet. Försvarmakten hilser initiativet velkommen, da kun 4 ud af 10 svenskere i dag ved, hvordan de skal agere i en krise- eller krigssituation ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarmakten](#)).

Omfang: Undervisningen bliver **obligatorisk nationalt** fra og med efteråret 2025, indlejret i gymnasiets pensum ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarmakten](#)). Det betyder, at beredskabs- og forsvarskundskab ikke længere er overladt til den enkelte lærers

initiativ, men garanteres alle elever som en del af skolegangen ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarsmakten](#)).

Resultater og debat: Da programmet først træder i kraft i 2025, foreligger der endnu ingen evalueringer. Forsvarsledelsen ser det som en nødvendig investering i unges *beredskabsparathed* som kommende samfundsborgere ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarsmakten](#)). Initiativet er generelt blevet positivt modtaget politisk. Det indgår som led i at styrke Sveriges modstandskraft, hvor hele befolkningen 16–70 år jo er omfattet af totalforsvarspligt ifølge loven ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarsmakten](#)). Der har ikke været større offentlig modstand mod selve undervisningen; tværtimod efterspørges denne type viden i lyset af aktuelle kriser. Man kan dog notere, at skoler generelt er blevet opfordret til at forbedre deres kriseberedskab. F.eks. pågår der i Sverige hvert år en **Krisberedskabsuge (Beredskapsveckan)**, hvor skoler deltager i øvelser. I 2022 skabte en sådan øvelse debat: En folkeskole serverede en speciel *“beredskabsmenú”* bestående af knækbrød og konserves for at simulere fødevaremangel – et tiltag nogle forældre kritiserede, da børnene blev kedede af den uvante situation ([Kritik mot krisberedskap i matsalen: "Barnen grät när vi hämtade dem" - P4 Sjuhärad | Sveriges Radio](#)). Sådanne episoder har rejst debat om balancen mellem at forberede unge på alvor og ikke at skræmme dem unødigt.

([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarsmakten](#)) ([Kunskap om totalförsvaret förs in i läroplanen - Försvarsmakten](#))

“Rädd eller beredd” – vandrestilling og læringsprojekt

([Utställningen “Rädd eller beredd” under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)) *En mobil container-udstilling “Rädd eller beredd” turnerer mellem svenske skoler som led i Beredskabsugen. Udstyret er indrettet som en interaktiv oplevelse, der konfronterer eleverne med realistiske krisescenarier.*

Formål: “Rädd eller beredd?” (på dansk: “Bange eller beredt?”) er et landsdækkende oplysningsinitiativ, der skal øge unges bevidsthed om samfundskriser og egenberedskab. Gennem en interaktiv udstilling ønsker man at give de besøgende en oplevelse af, hvordan en alvorlig krise kan påvirke samfundet **og den enkelte**, samt hvad man selv kan gøre for at være bedre forberedt ([Vandringsutställningen “Rädd eller beredd” invigs – turnerar i hela ...](#)) ([Utställningen “Rädd eller beredd” under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)). Projektet kom i stand som en opfølgning på MSB’s beredskabsbrochure “Om krisen eller kriget kommer” (Hvis krisen eller krigen kommer) fra 2018 ([Utställningen “Rädd eller beredd” under Beredskapsveckan - Riksantikvarieämbetet](#)). Udstillingens titel udfordrer deltagerne: Vil du være ræd (handlingslammet) eller beredt, når krisen rammer?

Målgruppe: Primært ungdomsuddannelser – udstillingen er specielt designet til gymnasieelever (ca. 16–19 år) og opstilles typisk ved gymnasieskoler ([Utställningen “Rädd eller beredd” under](#)

[Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)). Også lærere og øvrige borgere kan besøge udstillingen, især når den står åbent for offentligheden under Beredskabsugen.

Indhold og metode: *Rädd eller beredd* præsenteres i et innovativt format – en ombygget 20-fods container fyldt med teknologi og interaktive stationer ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)). Udstillingen er inddelt i fire temazoner: **"Preppa"** – hvad bør man have i hjemmet af nødproviant og udstyr; **"Agera"** – hvordan handler du, når samfundets normale funktioner bryder sammen (f.eks. strøm- eller vandforsyning svigter)?; **"Hjälpa"** – hvordan kan man hjælpe til under en krise- eller krigssituation (f.eks. via frivilligt arbejde eller nabohjælp)?; **"Värdera"** – hvor finder man pålidelig information under en krise, og hvordan skelner man sandhed fra falske rygter ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)). I containeren kan de besøgende teste deres viden og øve beslutningstagning i simulationsøvelser op til og med "ytterst krig" ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)). Hele oplevelsen binder an til indholdet i beredskabsbrochuren, som eleverne måske har hørt om hjemmefra, og opdaterer det med spørgsmål og dilemmaer der skal løses på stedet ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)). Til udstillingen er der også udviklet **digitalt læringsmateriale** – øvelser, diskussionsoplæg, film og faktablade om kriseberedskab – som lærere kan bruge før eller efter besøget, eller uafhængigt af om klassen får mulighed for at se containeren ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)).

Baggrund og aktører: Udstillingsprojektet er et samarbejde mellem **MSB** (Sveriges pendant til Beredskabsstyrelsen), **Statens försvarshistoriska museer** (de statslige forsvarsmuseer) og **Riksantikvarieämbetet** (kulturarvsstyrelsen) ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)). Kombinationen af partnere afspejler, at beredskab ses i både et nutids- og historisk perspektiv – man bygger på erfaringer fra tidligere kriser/krige (museerne bidrager med indhold og formidlingsekspertise) og integrerer det med nutidige beredskabsbudskaber fra MSB. Riksantikvarieämbetet har især bidraget med det innovative udstillingsdesign og tekniske løsning, som skulle være robust nok til at turnere i al slags svensk vejr ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)).

Omfang: *Rädd eller beredd* blev lanceret omkring 2022 og har siden turneret flittigt. Per foråret 2024 havde over **12.000 gymnasieelever** oplevet udstillingen ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)), foruden mange andre borgere ved åbne arrangementer. Der findes nu to identiske containere, som parallelt kan rejse rundt, for at nå flere steder i landet ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)). Under den nationale **Beredskapsveckan** (uge 39 hvert år) opstilles de fx ved udvalgte skoler, og turnéplanen dækkede i 2024 en række byer fra sensommer til vinter ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)). Deltagelse er frivillig for skolerne, men det høje besøgstal og interessen tyder på, at mange uddannelsesinstitutioner takker ja, når udstillingen kommer til deres region. Desuden stilles lærermaterialerne gratis til rådighed online,

så **alle skoler** – også dem der ikke får besøg af containeren – kan arbejde med kriseforberedelse i undervisningen ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan - Riksantikvarieämbetet](#)).

Resultater og reaktioner: Udstillingen har fået positiv opmærksomhed som en kreativ måde at engagere unge i et ellers tungt emne. Eleverne får hands-on erfaring med fx hvordan man klarer sig uden el og vand, eller hvordan man finder korrekt information under kaos. Projektet kobler hverdagsberedskab med det overordnede totalforsvarskoncept på en konkret måde. Officielt planlægges også en opdatering af 2018-broschyren til alle husholdninger (den udsendes igen i slutningen af 2024) parallelt med udstillingens turné ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)) – et tegn på, at myndighederne anser informationsindsatsen for afgørende. Der har generelt været opbakning til *Rädd eller beredd*. Unge frivillige fra fx Svenska Lottakåren har hjulpet som guider, og mange skoler ser det som en værdifuld supplerende aktivitet ([Rädd eller beredd – en livsviktig utställning - Svenska Lottakåren](#)). Som nævnt var der dog enkelte lokale tiltag under Beredskabsugen, der vakte debat – f.eks. den omdiskuterede "*krisemenu*" for børn. Overordnet har initiativet dog sat gang i samtaler blandt unge om, hvorvidt de selv og deres familier er rustet til at stå uden samfundets service i nogle dage.

([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#)) ([Utställningen "Rädd eller beredd" under Beredskapsveckan -Riksantikvarieämbetet](#))

Øvrige undervisningsmaterialer og indsatser

Ud over ovennævnte programmer stiller **MSB** generelt en række **skolemateriale** til rådighed om kriser, ulykker og sikkerhed. Disse er målrettet alle aldersgrupper fra børnehave, grundskole til gymnasium ([Skolmaterial | MSB](#)) ([Skolmaterial | MSB](#)). Formålet er at øge børns og unges *risikobevidsthed* og evne til at håndtere både dagligdags farer (f.eks. brand, trafikulykker) og mere usædvanlige hændelser som naturkatastrofer eller samfundskriser ([Skolmaterial | MSB](#)). Materialerne omfatter lærervejledninger, øvelser og fakta, ofte udviklet i samarbejde med pædagoger, beredskabspersonale og forskere ([Skolmaterial | MSB](#)). Der findes fx et brandforebyggelsesprogram for de yngste og materiale om "*krisberedskap och civilt försvar*" for de ældre klasser ([Skolmaterial | MSB](#)). Disse ressourcer er frivillige at bruge, men understøtter skolerne i at indarbejde beredskabsaspekter i undervisningen. Samlet set har Sverige således både obligatoriske tiltag (på gymnasiet) og frivillige, pædagogiske initiativer for at forberede unge på mangelsituationer og kriser.

Norge

Pilotprojekt: Beredskabsundervisning i Finnmark (fra 2025)

Formål: At gøre unge i Nordnorge bedre i stand til at håndtere alvorlige kriser og styrke det lokale *totalforsvar*. Initiativet udspringer af Finnmarks særlige sikkerhedssituation (grænsende op til

Rusland) og generelt **stigende trusler** (geopolitiske spændinger, klimaændringer m.m.) ([Beredskap, Finnmark | Nordnorsk ungdom skal styrke norsk beredskap](#)). Ved at uddanne ungdommen i beredskab håber man at øge befolkningens **modstandskraft** og sikre, at de unge selv, deres familier og lokalsamfund kan klare sig bedre, hvis en krise eller endda krig skulle opstå ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)). Som Finnmarks statsforvalter Elisabeth Aspaker udtalte: *“Vi tror at det at starte med ungdommen peger fremad. De kan blive en viktig ressource for sig selv, deres familie og lokalsamfund”* ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)).

Målgruppe: Elever på videregående skole (gymnasieniveau) i Finnmark fylke, ca. 16–19 år ([Beredskap, Finnmark | Nordnorsk ungdom skal styrke norsk beredskap](#)). Planen er at indføre beredskabsundervisningen som en del af det ordinære skoleforløb for alle elever i regionen – potentielt som et tema i eksisterende fag (f.eks. samfunnsfag) eller som et selvstændigt kursus.

Indhold og metode: Fra skoleåret 2025 skal Finnmark-eleverne ifølge forslaget lære om **samfunnssikkerhet og beredskap** som et nyt emne ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)). Undervisningen vil give innsikt i det aktuelle *trusselbillede* Norge står overfor og lære de unge praktiske måder at tage vare på sig selv under kriser ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)). Eksempler på spørsmål man vil fokusere på: *“Hvordan tager man vare på sig selv? Hvad har man brug for, og hvilke forberedelser bør man gøre? Har du en plan den dag, det bliver vigtigt at kunne håndtere en krise?”* ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)). Det indebærer at eleverne skal forstå, hvilke basale fornødenheder man behøver ved fx strømbrud, vandmangel eller isolering, og selv udarbejde beredskabsplaner. Man vil også undervise i **hvad der truer samfundssikkerheden** – herunder nyere emner som informationspåvirkning fra fremmede magter og falske nyheder (desinformation) ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)). Tanken er endvidere, at ungdommen kan trænes til at indgå i forskellige hjælpefunktioner i kommunen under en krise ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)). Det vil sige, at unge borgere gøres fortrolige med hvordan de kan bidrage frivilligt ved fx evakuering, fordeling af nødhjælp eller andet praktisk arbejde, når de offentlige beredskabsressourcer er strakte. Undervisningsmetoderne er endnu ikke beskrevet i detalje, men man kan forestille sig en kombination af teori (f.eks. lokalt tilpassede risikovurderinger) og øvelser. Faktisk indeholder det overordnede forslag også plan om at holde *“kartøvelser”* og en større beredskabsøvelse i 2026 benævnt *“Økt motstandsdyktighet”* ([Beredskap, Finnmark | Nordnorsk ungdom skal styrke norsk beredskap](#)), hvilket antyder at eleverne måske kan deltage i praktikøvelser sammen med nødetater og myndigheter.

Bagvedstående aktører: Forslaget til pilotprojekt er udarbejdet i fællesskab af **Statsforvalteren i Troms og Finnmark, Politiet og Forsvaret** i regionen ([Beredskap, Finnmark | Nordnorsk ungdom skal styrke norsk beredskap](#)). Det blev sendt til regeringen som indspil til den kommende

stortingsmelding om totalberedskap (en samlet plan for beredskabet) ([Beredskap, Finnmark | Nordnorsk ungdom skal styrke norsk beredskap](#)). Pilotprojektet har altså opbakning fra både civile myndigheder og militæret lokalt, og ideen støttes også af organisationer som Norsk TotalforsvarsForum ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)). Regeringen v/ Justits- og Beredskapsministeriet skal tage stilling til forslaget som led i den nationale strategi. Initiativet hænger desuden sammen med en større satsning på “*det sivile totalforsvar*” i Norge, hvor man ønsker at involvere hele befolkningen i beredskabsarbejdet.

Omfang: I første omgang er der tale om et **regionalt pilotprojekt** kun i Finnmark. Planen er at igangsætte det fra høsten 2025 i alle videregående skoler i fylket ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)). Skulle projektet vise succes, er der allerede ønsker om at udvide det. Flere elever i Finnmark har udtalt til NRK, at de synes *hele landet* burde få sådan et beredskabskursus på skoleskemaet ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)). Det er derfor tænkeligt, at Finnmark kan blive foregangsområde, hvorefter lignende undervisning kan rulles ud nationalt. Endnu vides ikke om faget bliver en obligatorisk del af pensum, et valgfag eller et indlejret tema – men signalerne tyder på, at det integreres i undervisningen for alle elever (i modsætning til frivillige aftenskolekurser eller lignende). Pilotprojektet vil sandsynligvis blive evalueret nøje af Kunnskapsdepartementet og DSB (Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap).

Eventuelle resultater og debat: Siden programmet ikke er startet endnu, foreligger der ingen resultater. Men forslaget i sig selv fik medieomtale i juni 2024, hvor det blev mødt overvejende positivt. NRK’s indslag citerede begejstrede elever og roste samarbejdet mellem myndigheder i Finnmark ([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#)). Aspirerende kritik kunne være bekymring for *militarisering* af skolen eller frygt for at skræmme unge med krigsscenerier – men ved at fokusere på konkrete hverdagsfærdigheder (egenberedskap) og faktisk viden om trusler, søger man at gøre det konstruktivt. Pilotprojektet adresserer også et hul i dagens pensum: En norsk kommentator spurgte i 2022 “Hvorfor er ikke beredskap på timeplanen?” og pegede på, at skoler burde forberede elever på det uforudsete ([Nordnorsk ungdom skal styrke norsk beredskap - Nationen](#)). Nu er man i færd med netop at få *beredskap på skoleskemaet*. Projektet understøtter desuden regeringens mål om et “*styrket civilt forsvar*” i befolkningen. Debatten i Norge har generelt rykket mod enighed om, at kriseberedskab angår alle – og Finnmark-initiativet kan ses som et første skridt, hvor der tidligere ikke fandtes et samlet nationalt program for unge.

([Ungdommer i Finnmark skal få opplæring i å være forberedt om Russland går til krig - itromso.no](#))
([Beredskap, Finnmark | Nordnorsk ungdom skal styrke norsk beredskap](#))

Egenberedskapsuka – landsdækkende kampagne og undervisning

Formål: *Egenberedskapsuka* (Selvberedskabsugen) er en årlig landsdækkende kampagne i Norge, der skal øge borgernes **egenforberedelse** på kriser. Fokus er især på mangelsituationer – f.eks. bortfald af elektricitet, rent vand, varme, telekommunikation eller andre kritiske forsyninger – hvor husholdninger i en periode må klare sig selv. Hovedbudskabet, lanceret første gang i 2018 under sloganet *“Du er en del av Norges beredskap”*, er at **alle** bør tænke igennem hvilke ulykker og kriser der kan ramme dem, og planlægge for at kunne klare sig selv og hjælpe sine nærmeste i **mindst 3 døgn** uden hjælp udefra ([Egenberedskapsuka](#)). (I 2024 blev denne anbefaling endda skærpet til **7 døgn**, baseret på erfaringer fra pandemier og geopolitiske ændringer ([Egenberedskapsuka](#)).) Kampagnen skal både informere og motivere – målet er en befolkning, der ikke panikker eller lider nød med det samme strømmen går, men derimod er forberedt og har basale nødlagre.

Målgruppe: Hele befolkningen er i princippet målgruppen, men der laves særlige initiativer for **unge i skolerne** under *Egenberedskapsuka*. DSB udvikler hvert år **undervisningsmateriale** beregnet for **ungdomsskoler og videregående skoler** (ca. 13–19 år) ([Egenberedskapsuka](#)). Dermed inddrages elever direkte i kampagnen, og skoler kan afholde egne aktiviteter i løbet af ugen. Unge er en vigtig målgruppe, da de både kan lære at beskytte sig selv og fungere som ambassadører for beredskab i hjemmet (fx bringe brochurer og viden videre til deres familier).

Indhold og metode: *Egenberedskabsugen* foregår hvert år i uge 44 (sidst gennemført 28. oktober – 3. november 2024) ([Egenberedskapsuka](#)). DSB (Direktoratet for Samfunnssikkerhet og Beredskap) udarbejder en pakke af **kampagnematerialer** som frit kan benyttes af kommuner, skoler, frivillige organisationer m.fl. ([Egenberedskapsuka](#)) ([Egenberedskapsuka](#)). Materialet omfatter flersprogede beredskabsbrochurer, faktaark, tjeklister, plakater, opslag til sociale medier – og som nævnt særlige læringsressourcer til skolebrug ([Egenberedskapsuka](#)) ([Egenberedskapsuka](#)). Skoler kan fx gennemføre **digitale øvelser** med eleverne, hvor de præsenteres for et krisescenarie (som et cyberangreb eller et længerevarende strømnedbrud) og skal diskutere i klassen, hvordan de ville reagere. Der er også konkrete opgaver som at lave sin egen beredskabsplan eller tjekke sit hjem for nøddustyr. Til støtte har DSB lavet små informationsark, som guider eleverne igennem “hvad har man brug for, hvis...”-spørgsmål ([Egenberedskapsuka](#)). DSB afholder desuden webinarer for lærere om de nyeste råd, så de kan føle sig trygge ved at undervise i emnet ([Egenberedskapsuka](#)). Selve kampagnen i kommunerne kan involvere alt fra beredskabsmesser, foredrag, stande i indkøbscentre med fremvisning af nødkit, til at brandvæsen og sivilforsvar besøger skoler. Et centralt element i 2024 var udsendelsen af en ny broschüre *“Slik bidrar du til Norges beredskap”* til **alle husstande** i Norge ([Egenberedskapsuka](#)), hvilket mange unge nok også har set derhjemme.

Bagvedstående aktører: *Egenberedskapsuka* ledes af **DSB** under Justits- og Beredskabsdepartementet. Kampagnen involverer tæt samarbejde med kommunerne – i 2023 deltog omkring 80% af norske kommuner aktivt i ugen ([Egenberedskapsuka](#)). Kommunerne organiserer lokale begivenheder og kan tilpasse budskaberne til lokale forhold (derfor tilbyder DSB grafisk materiale, hvor kommunens eget logo kan tilføjes ([Egenberedskapsuka](#))). Også frivillige organisationer som Norsk Røde Kors, Norsk Folkehjelp, Civilforsvaret og spejderkorps deltager ofte

i arrangementer, da de alle har en rolle i beredskabet. Skolemyndigheden Utdanningsdirektoratet støtter op ved at informere skoler om det tilgængelige undervisningsstof. Kampagnen er inspireret af erfaringer fra bl.a. Sverige og NATO-lande, hvor civilt beredskab igen er på dagsordenen.

Omfang: *Egenberedskapsuka* blev første gang gennemført i 2019 og har vokset sig større hvert år ([Egenberedskapsuka](#)). Allerede ved starten deltog over halvdelen af kommunerne, og i 2023 var tallet steget til omkring 8 ud af 10 ([Egenberedskapsuka](#)). Det er således en **national tilbagevendende begivenhed**, dog frivillig af natur – der er ingen lovkrav om at afholde den, men den brede tilslutning tyder på, at både myndigheder og borgere har taget konceptet til sig. I skolerne er det op til den enkelte skoleleder og lærer, om man vil køre forløb i anledning af Egenberedskapsuka. Mange steder har man gjort det til en tradition, at f.eks. 9. klasserne hvert år får en temadag om egenberedskab i uge 44. DSB rapporterer, at kendskabet til anbefalingerne er stigende i befolkningen, men understreger at der skal et **langsigtet arbejde** til for virkelig at opnå en robust beredskabskultur ([Egenberedskapsuka](#)). Derfor planlægges kampagnen gentaget årligt i overskuelig fremtid (næste igen i uge 44, 2025) ([Egenberedskapsuka](#)).

Resultater og debat: Kampagnen har haft konkret effekt ved at **ændre anbefalingerne** for egenberedskab (som nævnt hævdede man i 2024 kravet fra 3 til 7 dages selvhjulpenhed) og ved at nå ud med information. Efter den første runde i 2018–19 viste undersøgelser, at langt flere nordmænd kendte til rådet om at ha’ et beredskabslager hjemme. Salget af jodtabletter og stormkøkkener steg, og begrebet “egenberedskab” blev almenkendt. Over tid håber myndighederne at mindske sårbarheden i befolkningen, så færre ringer 112 eller går i panik ved kortvarige udfald. Debatmæssigt har der været stor opbakning til egenberedskabs-initiativet; Norge har tradition for friluftsliv og selvhjulpenhed, så budskabet falder i god jord. Der var lidt “*hamstrings*”-frygt da rådene først kom i 2018 (folk mindedes panikkøb under COVID-19), men ved at kommunikere nøgternt – “*Tænk igennem hvad du virkelig behøver i 3 dage*” – undgik man panik. Mange roser inddragelsen af skoler: Unge lærer færdigheder som at lave en nødkit og bliver bevidste om, at Wi-Fi og pizza ikke er en selvfølge i en krise. Kritiske røster har påpeget, at det ikke nytter med oplæring, hvis folk ikke faktisk følger anbefalingerne; der efterlyses også flere ressourcer til kommunerne for at gennemføre kampagnen optimalt. Alt i alt fungerer Egenberedskapsuka som Norges pendant til Sveriges Beredskabsuge – et civilt program, der dog også indirekte støtter totalforsvaret ved at forberede befolkningen på at klare sig selv i første fase af en krise ([Egenberedskapsuka](#)).

([Egenberedskapsuka](#)) ([Egenberedskapsuka](#))

Heimevernsungdom (militært fritidstilbud for unge)

([HV-ungdommen får ti millioner ekstra](#)) *Norske Heimevernsungdom (HVU) under øvelse: Unge rekrutter træner førstehjælp og samarbejde ved at transportere en “såret” gennem forhindringer. HV-ungdom fokuserer på feltmæssige færdigheder og lagånd frem for egentlig kamptræning.*

Formål: Udover de skole- og civilrettede programmer findes i Norge også et **militært**

ungdomsprogram inden for forsvaret. *Heimevernsungdommen* (HV-ungdom) er et frivilligt fritidstilbud under Heimeværnet for unge i alderen 16–21 år ([HV-ungdommen får ti millioner ekstra](#)). Formålet er at introducere dem til Forsvaret og *totalforsvaret* gennem praktiske aktiviteter, opbygge lederskabsegenskaber og motivere til senere at gå ind i Hæren, Civilforsvaret eller andre beredskabsorganisationer ([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)). Samtidig giver det deltagerne nyttige kompetencer, som kan komme samfundet til gavn ved kriser.

Målgruppe: Unge mænd og kvinder fra 16 år (man kan ansøge det år man fylder 16) til 21 år over hele landet. Deltagelse er frivillig og sker i fritiden, typisk ved at der findes en lokal HVU-gruppe tilknyttet det regionale heimeværnsdistrikt. I 1990'erne var op mod 2000 unge med, men i dag er tallet lavere (omkring 300 på landsplan) pga. kapacitetsnedbygning – noget man politisk nu vil vende ([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)) ([HV-ungdommen får ti millioner ekstra](#)). Man planlægger at genetablere HV-ungdomshold i flere landsdele ved at tilføje 10 millioner NOK på forsvarsbudgettet, så tilbuddet bliver mere landsdækkende igen ([HV-ungdommen får ti millioner ekstra](#)).

Indhold og metode: HV-ungdom trænes efter et fast program godkendt af Chefen for Heimeværnet ([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)). De unge **får ikke decideret krigs- eller våbenkamptræning** (de anses som ikke-stridende og har ingen mobiliseringspligt) ([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)), men der fokuseres på “*militær feltsport*” og almene beredskabsfærdigheder. Konkret omfatter uddannelsen bl.a. **sanitet (førstehjælp)**, **samband (kommunikation)**, **bivuak- og feltlære** (lejrslagning og overlevelse i naturen), orientering, **ordenstjeneste** samt kendskab til Forsvarets organisering ([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)). De øver også **våbenhåndtering og skydning**, dog kun med et tilpasset gevær (AG3 i semi-automatisk udgave) og under strenge sikkerhedskrav ([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)). Træningen foregår ofte i weekendlæger eller aftensmøder, hvor de unge under instruktion af erfarne befalingsmænd gennemgår både teoretiske moduler og fysiske udfordringer. Der arrangeres hvert år konkurrencer og øvelser, f.eks. Heimevernsungdommens landskonkurrence (HVULK) i feltsport ([HV-ungdommen får ti millioner ekstra](#)), hvor hold fra forskellige distrikter konkurrerer i orienteringsløb, skydefærdighed, forhindringsbaner med bære (se billedet) m.m. – alt sammen færdigheder der ligner dem, man skal bruge i en krisesituation for at redde liv og opretholde kommunikation. Samarbejde og disciplin indgår naturligt i alle øvelserne.

Bagvedstående aktører: Programmet hører under **Forsvaret**, nærmere bestemt Heimeværnet, som er den militære reserve/territorialforsvarsstyrke. Hvert heimeværnsdistrikt, der har HV-ungdom, stiller faciliteter og befalingsmænd (instruktører) til rådighed ([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)). Også frivillige forsvarsorganisationer kan være involveret – f.eks. arrangerer Folk og Forsvar (en oplysningsorganisation) nogle gange kurser for HV-ungdom i forsvars- og sikkerhedspolitik. Finansieringen kommer fra Forsvarsbudgettet, og som nævnt er der politisk fokus på at styrke dette program igen ([HV-ungdommen får ti millioner ekstra](#)) som led i øget rekruttering til Forsvaret i en urolig tid.

Omfang: HV-ungdom har historisk været landsdækkende, men er i dag kun aktivt i 3 ud af 11 heimeværnsdistrikter ([HV-ungdommen får ti millioner ekstra](#)). Med ny bevilling planlægges genoprettelse i de øvrige distrikter, således at **flere hundrede unge** forhåbentlig melder sig til fremover. Det er stadig et frivilligt nichetilbud – i modsætning til Sverige, hvor der findes en slags uniformspligt for gymnasieelever i totalforsvarsundervisningen, er HV-ungdom kun for særligt interesserede i Norge. Det supplerer dog de øvrige programmer ved at give **praktisk træning**: Hvor skoleundervisning kan give viden, giver HV-ungdom hands-on erfaring med at klare sig under feltforhold, yde førstehjælp, orientere sig uden GPS, betjene samband osv. I en krisesituation kunne tidligere HV-ungdomsmedlemmer utvivlsomt gøre nytte som frivillige hjælpere takket være denne baggrund.

Resultater og debat: Selvom HV-ungdom ikke direkte er en *kriseforberedelse for alle*, har det bidraget til at fostre generationer af unge med beredskabsånd og basale færdigheder siden 1945 ([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)). Mange som har deltatt, går senere ind i militæret eller i nødetater. Den senere tids nedgang i deltagerantal har skabt noget kritik – at man forsømte ungdommen netop som behovet for totalforsvar igen meldte sig. Derfor er tilførsel af midler blevet mødt med bifald i forsvarskredse, idet man ønsker at *“stimulere til flere ungdomsgrupper og styrke rekrutteringen til Forsvaret”* ([HV-ungdommen får ti millioner ekstra](#)). Fra et beredskabsperspektiv kan man sige, at HV-ungdom i dag når relativt få unge, men indsatsen er til gengæld intensiv for dem der er med. Programmet har ikke været kontroversielt i offentligheden – det anses som positiv fritidsbeskæftigelse. Udfordringen fremadrettet er at koble HV-ungdom bedre med det civile beredskab; f.eks. kunne man forestille sig at HV-ungdomsmedlemmer også får kursus i lokal beredskabsplanlægning eller deltar i Egenberedskapsuka på skoler som instruktører. Sådanne synergier kan øges. Ikke desto mindre repræsenterer HV-ungdom et **officielt militært program**, der giver unge i Norge smag for lederskab, ansvar og krisehåndtering under trygge rammer ([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)) ([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)).

([Heimevernsungdommen – Wikipedia](#)) ([HV-ungdommen får ti millioner ekstra](#))

Konklusion: Både Sverige og Norge har i de seneste år intensiveret indsatsen for at forberede unge på alvorlige kriser og mangelsituationer. Sveriges tilgang har været at integrere beredskabs- og totalforsvarslære direkte i skolepensum og supplere med kreative initiativer som *“Rädd eller beredd”*-udstillingen. Norge har sat ind med brede kampagner (Egenberedskapsuka) og er på vej med pilotprojekter for undervisning i nord samt en genoplivning af militære ungdomskorps. Fælles for programmerne er fokus på både **praktiske færdigheder** (som at klare sig uden strøm eller yde førstehjælp) og **mentale forberedelser** (risikobevidsthed, viden om trusler, solidaritet i krise). Officielle myndigheder – fra beredskabsstyrelser til forsvar – står bag, ofte i partnerskab med uddannelsessektoren. Omfanget varierer fra obligatorisk national undervisning til frivillige tilbud og kampagner, men tendensen er klar: **Kriseberedskab gøres til almen viden for den unge generation**. Evalueringerne må komme over tid, men initiativerne har generelt fået positiv

modtagelse, da samfundet ser en værdi i robuste, velinformerede unge borgere, der kan træde til under fremtidige kriser.