

# FRO

Nytt

TIDSKRIFT FÖR FRIVILLIGA RADIOORGANISATIONEN 2025

*Nya samarbeten på gång:  
'Så ska vi  
jobba över  
gränserna'*

Sidorna 2–8

Jubileumsextra

FRO  
80  
år



**8 specialsidor:** Från radiorör till cyberspace

Sidorna 14–21

När FRO växlar upp handlar det om samarbete. På följande sidor visar FRO-Nytt hur förbunden jobbade tillsammans under övningen Majsön i Skåne och på Totalförsvarsdagen i Västerås. ”Vi lär av varandra, stöttar varandra och visar bredden i det civila försvaret”, skriver FRO:s generalsekreterare Johanna Sjöberg.

# De öppnar gränserna

Samordnade övningar och öppna gränser mot andra förbund stärker FRO Skåne.

– Det är en trygghet, säger Pär Lindfors, samordnare för Sambandsenhet Skåne.

När flera uppdrag från kommuner och Länsstyrelsen Skåne sammanföll, valde FRO Skåne att samordna sina resurser i en sambandsenhet. För fyra år sedan startade FRO Skåne ett projekt för att samla resurser från de tre lokalavdelningarna Sydväst, Nord och Nordost i en gemensam enhet och via gemensamma övningar tränar FRO:arna både signering och samarbete över gränserna.

## Vill öva oftare

– Personer som har olika uppdrag behöver känna till varandra, säger Pär Lindfors, samordnare för Sambandsenhet Skåne. Det här är det enda forumet där vi alla kan ses. Det är väldigt bra att vi kan bygga team och det är en trygghet om vi blir inkallade.

Som samordnare sköter Pär all kontakt med länsstyrelsen samt tillhandahåller sambandsoperatörer vid övningar.

Han berättar att länsstyrelsen har övningar med delar av sin kris- och krigsorganisation cirka en gång per år – men också att FRO vill öva oftare:

– Ja, medlemmarna frågar efter tätare övningar med hela förbundet.

## FRO Skåne om samarbetet: Det ger oss trygghet



**Vem:** Pär Lindfors.  
**Gör:** Arbetar med IT på larmföretag och samordnare för Sambandsenhet FRO Skåne.



**Vem:** Mats Edén.  
**Gör:** Ansvarig för HR-system inom Malmö stad och sambandschef FRO Skåne.

hade tagit inspiration av storm som drabbade Skåne 2022.

Han fortsätter:

– Vi har även ambitionen att göra de här övningarna tillsammans med kommuner och – eller – länsstyrelsen. Vi hade en jättebra förebild i FRO Elfsborg som gjort liknande övningar, så det var fint att vi kunde öva med dem.

Det fanns tre huvudmål med övningen: Träna signalering, öva på att upprätta och driva en fungerande sambandsenhet, samt låta övningsledningen träna på att arrangera större och mer komplexa insatser.

## Övningens mål nådda

Både Pär Lindfors och Mats Edén är nöjda med utfallet. De slår båda fast att övningsmålen nåddes.

– Utvärderingen var väldigt positiv. Signaleringen var vi nöjda med, där är vi trygga och duktiga förklarar Mats. När det gäller att få i gång enheter vet vi att vi behöver träna mer, bland annat på att dokumentera.

I frågan om FRO Skånes framtida mål framhåller de båda att förbundet vill jobba mer tillsammans med andra frivilligorganisationer för att få en gemensam inriktning.

Näst på tur står en större övning i FRO Skånes regi under våren 2026. Fram till dess fortsätter FRO:arna längst söderut med mindre övningar som passar kvällar och redan planerade utbildningar.

Emma Markovic

Foto: Bertil Schönbeck och Åsa Abel



Upp med högmasten. Till höger: Inga-Lill Nilsson och Marcus Nilsson.



*Så jobbar vi tillsammans*



Åsa Abel, Carl-Filip Fagerberg och Michael Eklund tar fikapaus under Majsön.



Carl Filip Fagerberg och Erik Borgkvist signalerar från sambandsfordonet.



Erik Borgkvist och Michael Eklund har invända grepp när de ska resa högmast.



Trappar upp. FRO Elfsborg deltog i våras på distans i övningen Majsön arrangerad av FRO Skåne. Överst från vänster: Andreas Lindgren, och Anders Jonsson. Domagoj Penava, Lena Forssén och Carmen Aulin-Rodén. Lars Torsson och Johan Henningsson. Moritz Saarman och Leif Ytterström.

Mats Nilsson med högantenn i högsta hugg.



Foto: Jeanette Rudolfsson



FRO Skånes eget sambandsfordon som användes under Majsön.



Thorbjörn Karlsson signalerar under övningen.

# FRO samlar sina styrkor



**Får det lov att vara en Rakelradio?** Full fart i FRO-tältet på Totalförsvarsdagen Mälaren 2025 blev det när besökaren Gottfried Scheiber från Västerås ville veta mer om FRO:s apparater. I sann samverkansanda hjälptes från vänster Andreas Nord och Christopher Johansson, FRO Uppland, samt Allan Örtengren, FRO Stockholm, åt med demonstrationen.

Bilder Västerås: Göran Lundberg



Ovan till höger: Bo Ljungblom från Civilförsvarsförbundet var redo med vardagstips i händelse av kris.

Nedan till höger:  
En bandvagn väcker alltid besökarnas intresse.

Bilder Enköping:  
Anna Johansson



FRO var förstås på plats även på kansliets hemmaplan Enköping under Beredskapsdagen 2025 i september. Här håller Emma Grahn och Mattias Tauson ställningarna.

Samarbete över gränserna var ett tydligt tema när FRO under det gångna året tog plats på kajer och torg.

Reportaget på de följande uppslagen bär syn för sägen: Både vid Totalförsvarsdagen Mälaren 2025 i Västerås

## Fokus på samarbeten präglade insatser vid beredskapsdagarna

hamn i maj och senare även under Beredskapsdagen 2025 i september fick allmänheten träffa medlemmar ur olika FRO-förbund som bokstavligen tagit sig utanför det egna förbundets gränser

för att hjälpa till att tydliggöra vad en förenande vilja att göra nytta kan resultera i.

Ökad samverkan mellan de olika förbunden inom FRO är en framgångsfaktor som generalsekreterare Jo-

hanna Sjöberg utvecklar så här:

– Alla kan inte göra allt, men alla kan göra något. Frivilligheten är en kugge man kan räkna med i Totalförsvarsdagen 2025.

verkar och vågar jobba över förbundsgränser blir vi som ett väloljat maskineri, där varje del behövs för att helheten ska fungera och få kraft.

### Olika saker lockade

Flera olika inslag vid FRO:s tält fångade besökarnas uppmärksamhet under Totalförsvarsdagen Mälaren 2025.

**"Frivilligheten är en kugge man kan räkna med"** Johanna Sjöberg

Bland de mest populära var åsynen av den imponerande Molosbandvagnen, lyckohjulet med fina priser samt visningen av den tekniska utvecklingen inom både digital och analog radio.

Johanna Sjöberg igen:

– Det blev tydligt att intresset för kommunikation och teknik är stort, särskilt när det kombineras med interaktiva inslag och möjligheten att själv få testa eller uppleva något konkret.

Hon fortsätter:

– Samtidigt markerade dagen ett skifte i hur vi inom FRO har gått från samverkan till samarbete. Det innebär gemensam planering, delade resurser och att arbeta tillsammans med andra närliggande förbund mot ett tydligt gemensamt mål: att stärka vår förmåga och synlighet tillsammans.

**Fortsättning på nästa sida**



FRO visade flaggan med både bandvagn och tält i Västerås.

**OK - nu kan jag!** Emil Barkensjö, 5 år, och storasyster Clara, 7, tog snabbt över Molosvagens utrustning sedan sambandsoperatör Max Engman från FRO Stockholm rett ut funktionerna med pedagogisk finesse.

**Så jobbar vi tillsammans**

Hundratals västeråsare besökte FRO:s utställning under loppet av dagen. Många ställde nyfikna och intresserade frågor.

# Nu tar vi över här, klart slut

## Fortsättning från förra sidan

Johanna Sjöberg sammanfattar:

- Det här är ett lyckat startskott. Nu vill jag att vi fortsätter bygga vidare på det här samarbetet, så att vi stärker vår gemensamma förmåga och når ut ännu bättre.

- Jag tror också att samverkan och samarbete skapar stolthet, både hos dem som redan är engagerade och hos dem vi vill välkomna in. Det är ett kraftfullt verktyg för att locka nya medlemmar eftersom det visar att vi är en

## Familjemys & tuffa frågor hos FRO

del av något större, där vi gör skillnad tillsammans.

- När vi över tillsammans, över förbundsgränserna, lärt vi känna varandras styrkor och utmaningar. Vi ser vad vi redan är bra på och vad vi behöver utveckla vidare. Det bygger både kompetens och gemenskap, och gör oss bättre rustade för framtidens.

- Genom att göra saker till sammans, på riktigt, skapar vi en kultur där det är lätt att bidra, lätt att samarbeta och

lätt att känna sig hemma. Och det är just i det gemensamma arbetet, i övningarna, planeringen och mötena, som vi stärker Sveriges totalförsvare. Tillsammans blir vi mer samspeleta, mer synliga och mer relevanta. Det är så vi gör skillnad.

### Enkelhet är nyckeln

Mattias Tauson från FRO Uppland var en av de engagerade FRO:are som deltog både under Totalförsvarsda-

gen Mälaren 2025 och senare även i Enköping. Mattias lyfter fram att enkelhet är avgörande för att samarbetet verkligen ska ta fart.

- Idén är rätt, säger Mattias.

- Och det ska vara enkelt, understryker han.

Samtidigt har Clara Barkensjö, 7 år och lillebror Emil, 5, just upptäckt Molosbandvagnen bakom Mattias.

De tittar nyfiken in i den. Sambandsoperatör Max Eng-

man från FRO Stockholm manar dem att kliva på.

Barnens mamma Elin och pappa Jens nickar gillande och strax har Max gett Clara och Emil en rejäl genomgång av det spänande fordonets utrustning.

Av bilden ovan att döma gick den hem, så grunden för ett framtidiga FRO-medlemskap kan mycket väl vara lagd.

Just detta var också det främsta målet med FRO:s satsning denna dag: att väcka intresse och bygga kunskap.

Detsamma gällde för öv-

rigt arrangemanget i stort; här visade såväl representanter från flera frivilliga försvarsorganisationer som från några av de Sveriges blåljusorganisationer upp sina förmågor.

Förutom FRO fanns FMCK, Bilkåren, Frivilliga Flygkåren, Försvarsutbildarna och Brukshundsklubben

på plats i Västerås gamla hamn tillsammans med Polisen, Kustbevakningen och Missing people.

De FRO:are från Västmanland, Uppland och Stockholm som bemannade tält

och bandvagn fick hantera såväl allmän nyfikenhet som mer skarpa frågor om FRO-teknik samt vad FRO står för och vill åstadkomma.

### Godis och FRO-Nytt

När äkta FRO Västmanland-paret Sven Bergström och Siv Hjälm-Bergström blir avlösta efter en timme i FRO-tältet konstaterar de:

- Ibland är folk blyga och vill inte fråga så mycket. Man fick truga lite. Sedan var godiset och FRO-Nytt också något som gick bra att dela ut och ta med sig hem.

Johanna Sjöberg sammanfattar sina upplevelser i Västerås så här:

- Vilken dag! Fullt av energi, nyfikna möten och givande samtal. Det blev tydligt att när vi samarbetar, så växer vi – både i synlighet och i styrka. Det här är inte slutet, utan början på något större. Genom att bygga relationer och visa vad vi står för, lägger vi grunden för flera medlemmar och flera uppdrag.

- Tillsammans gör vi skillnad. Och det märktes verklig i dag!

Göran Lundberg



FRO:s generalsekreterare Johanna Sjöberg.

Foto: Emma Grahn

# Sida vid sida är vi en kraft att räkna med

I våras stod vi på en lokal beredskapsdag tillsammans med andra frivilliga försvarsorganisationer.

Det var en solig lördag, barnen fick provsitta fordon, äldre ställde nyfikna frågor om vår roll i totalförsvaret, och flera förbipasserande blev förvånade över hur mycket frivilliga faktiskt bidrar.

Det är just i sådana möten som försvarsviljan väcks – inte genom mejl, utan genom samtal.

**FRO är mer än teknik och samband.** Vi är män som ställer upp, som utbildar oss, som över – och som bygger relationer. När vi är ute och syns, när vi

## KRÖNIKA

berättar om vår verksamhet, då skapar vi folkförankring.

Vi visar att försvaret inte bara är något som sker långt bort, utan något som angår oss alla.

Jag minns särskilt en äldre man som kom fram och sa: "Jag trodde ni bara höll på med radio, men ni verkar ju vara en del av hela beredskapen!"

Det är precis den typen av insikt vi vill skapa. Och det gör vi bäst när vi är där män som är – på marknader, mässor, skolbesök och övningar.

Det är också i samarbetet mellan våra egna förbund och med andra frivilligorganisationer som vi blir starkare. När vi står sida vid sida med exempelvis FMCK, FAK och Bilkåren, visar vi att frivilligheten är en kraft att räkna med. Vi lär av varandra, stöttar varandra och visar upp bredden i det civila försvaret.

**Så låt oss fortsätta** att ta plats. Låt oss vara stolta över vår roll i samhället. För varje samtal vi har, varje aktivitet vi genomför, varje gång vi visar upp vår kompetens – då bygger vi försvarsvilja. Och det är något vi gör tillsammans.

**Johanna Sjöberg**  
generalsekreterare, FRO

# Stenklart: gå med i FRO



## Hos oss kan du göra skillnad

**Har du en vilja att bidra när andra behöver hjälp?** Hos FRO, Frivilliga Radioorganisationen, kan du använda ditt intresse för kommunikation och teknik till att också stärka samhällets beredskap. Vi ger dig kunskap i radiokommunikation och krishantering – färdigheter som kan vara avgörande i en nödsituation.



upp. Välkommen som medlem du också – hos FRO kan du göra skillnad.

**Och visste du?** Vi har till och med en egen runsten, rest vid kursgården på Fårö. Ett bevis på att FRO:s engagemang inte bara är något för stunden, utan bokstavligen hugget i sten.

**Men FRO handlar också om gemenskap.** Vi är män som delar ett engagemang, som stöttar varandra och alltid är redo att ställa  
Här hittar du oss:  
Postadress: FRO, Box 72  
745 22 Enköping  
E-post: fro@fro.se





Anna Sommer.

**"Vi fick ta del av varandras ansvarsområden"**

Vem: Anna Sommer.

Gör: Rektor, samt ledningsplutonschef på militärregion väst.

Bor: Byn Sätila i Marks kommun.

**Vad tyckte du om kursen?**

– Den gav mig en stabil grund att stå på. Kursledningen var inlyssnande och vände och vred på olika moment och teori för att passa oss alla utifrån våra olika strukturer. Jag fick många insikter och byggde nya relationer som möjliggjorde ett brett kollegialt lärande.

**Någon höjdpunkt?**

– När vi tillsammans med övriga kurser fick möjlighet att samverka kring uppbyggnad av stabsplatser. Vi fick ta del av varandras ansvarsområden där alla hade en stor del i att utveckla varandras kunskaper.

**Vad tar du med dig?**

– Vikten av att vi alla får ta del av varandras olika verksamheter för att få en större förståelse för de olika utmaningar vi möter och alla de styrkor vi besitter tillsammans.

Emma Markovic

# 3x nya kurser

## FRO drar igång utbildningar när Hemvärens behov ökar

Behovet av bra utbildningar ökar hos Hemvänet – och FRO har svaret.

– Våra nya kurser är Stabstjänst IS Hemvärn, Sambandsdator Hemvärn och Ledningsplutonchef, berättar Helena Battersby, utbildningsstrateg och ansvarig för FRO:s militära kurser.

Kursen Stabstjänst IS Hemvärn genomfördes 2025 i Höllviken i juli och på Frösön senare under hösten.

Utbildningen riktar sig till stabsassister och stabsmedlemmar.

– Vissa delar av kursen återfinns i GU Signalist 2 som är en av befattningskurserna för blivande signalister, men den här kursen fokuserar på stabspersonal i Hemvänet som också kommer att behöva hantera in-



Helena Battersby.

– Målet är att eleverna ska ha förmåga att hantera det här systemet och kunna nyttja alla funktioner, förtydligar hon.

En ytterligare kursnyhet är Sambandsdator Hemvärn, främst anpassad för staber och gruppchefer. Bakgrunden är att bataljonerna har fått ut ett antal sambandsdatorer till sina kompanier runt om i landet.

– Dessa datorer innehåller viktiga verktyg för staben

och sambandet, förklarar Helena Battersby. På kursen går vi igenom funktioner och installerade program. Även signaller kan ha nytta av den här utbildningen.

Den tredje kursnyheten är nygamla Ledningsplutonchef som har genomförts tidigare men nu återupptagits av FRO. Målet är en grundläggande förmåga att leda och agera som plutonchef vid en ledningspluton.

### Stridsskolan får hjälp

– Hemvärens stridsskola HvSS har ett behov av att få hjälp att genomföra den här kursen, berättar Helena Battersby. Så nu har vi genomfört den i samverkan med övriga befordringskurser på Fårö.

Hon hoppas nu att utbildningen återkommer 2026.

Emma Markovic

### Det här får eleverna öva på och lära sig

#### Stabstjänst IS Hemvärn

För: Stabsassister och annan stabspersonal. Kursen tränar deltagarna i Hemvärens informationssystem – det centrala verktyget för kommunikation och ledning. Målet är att kunna använda alla funktioner och stödja stabens arbete.

#### Sambandsdator Hemvärn

Främst för: Staber och gruppchefer, men även användbar för signaller. Fokus ligger på de sambandsdatorer som nu finns i bataljonerna. Kursen lär ut funktioner och program som stärker samband och digital ledning.

#### Ledningsplutonchef

Återupptagen kurs som ger grunderna i att leda en ledningspluton. Utbildningen genomförs i samverkan med Hemvärens stridsskola och befordringskurser. Syftet är att rusta blivande plutonchefer för rollen och säkerställa framtidens kontinuitet.



De blivande plutoncheferna fick både värda material och se till att de själva höll sig i form under utbildningen på Fårö i somras. På övre bilden tar de hand om maskeringsnäten efter en övning, på den undre gäller det att härra ut i "plankan".

Foto: Helena Battersby



Joakim Widell.

**"Tydligt att små saker är oerhört viktiga"**

Vem: Joakim Widell.

Gör: Arbetar på bageri och är ledningsplutonschef i militärregion väst.

Bor: Linköping.

**Vad tyckte du om kursen?**

– Den belyste väl de utmaningarna man ställs inför som ledningsplutonschef. Det var bra att ha gått i befattningsett tag innan kursen då metoderna blev tydligare och fick ett sammanhang.

**Berätta om en höjdpunkt:**

– Jag säger slutövningen. Den var summan av alla delmomenten. Här blev det tydligt att även de små sakerna är oerhört viktiga och har betydelse för resultatet.

**Vad tar du med dig?**

– Glädjen med att leda och inspirera. Entusiasm smittar och kan man sprida den omkring sig så har man en motiverad trupp.

Emma Markovic

När Mathias Eriksson öppnar 2026 års 80-årsfirande riksstämma har han själv varit FRO-medlem i 35 år, deltagit vid riksstämmor i 30 år, ingått i centralstyrelsen i 10 år och varit dess ordförande i 6 år.

Foto: Göran Lundberg



## Tre nyckelord

### Svängdörrar

"Vi behöver bli bättre på att bytas av på viktiga uppdrag i hela organisationen. Man kan inte sitta för länge på samma stol. Att hävda att det inte finns någon annan till just det eller det uppdraget duger inte. Och det stämmer nästan aldrig heller."

### Fler

"Vår åldersstruktur talar sitt tydliga språk. Om tio år är vi underbemannade nästan överallt om vi inte lyckas få ordentlig fart på rekryteringen. Jag vill särskilt se fler kvinnor i de civila uppdragene, för jag tror att det skulle gynna helhetssynden kring vad dessa insatser handlar om."

### Cyber

"Här har vi fått ett huvudmannaskap att förvalta och det är otroligt viktigt att vi svarar an mot det. Vi måste ha en hög lägstanivå vad gäller data- och signalsäkerhet. Om jag säger så här: Det får aldrig vara en FRO:are som stoppar in fel USB-minne i fel port i fel dator!"

**Namn:** Mathias Eriksson. **Bor:** Hallstahammar.

**Gör:** Ordförande i FRO:s centralstyrelse.

**Arbete:** Vd och delägare i ett säkerhetsföretag.

**Fritid:** Tränar hösten 2025 för att än en gång genomföra En Svensk Klassiker. I övrigt turer med motorcykeln eller snöskotern samt husbilsresor med sambon.

**Bästa FRO-minne:** "Det hinner bli många på 35 år. Men de första från ungdomskurserna i Borlänge minns jag med särskild värmé och kärlek."



# - Vi behöver fler svängdörrar

Mathias Eriksson har varit centralstyrelsens ordförande i sex år. Får han som han vill, är det snart slut med det.

- Ja, fram till 2028 är jag beredd att fortsätta som ordförande, säger han. Men sedan får någon annan ta över.

Att någon slags regel för skiftbyte på ledande poster i FRO är en viktig fråga för honom blir tydligt under vårt samtal. Så det ska vi återkomma till. Men vi börjar i Borlänge, där Mathias Eriksson föddes för snart 50 år sedan. Här växte han upp i en stad där livet på den tiden handlade om stål eller papper. Samt för pojkar att, som Mathias uttrycker det, "jaga efter bollar".

- Gillade man inte det var utbudet begränsat, förklrar han. Men jag hade tur. Jag hittade FRO, som hade en stor ungdomsverksamhet i Borlänge. Här kände jag mig hemma direkt. Det var både meningsfullt och kul och jag är verkligen djupt tacksam för allt som FRO har gett mig genom åren. Mycket av det som jag bygger mitt ledarskap på i dag har sin grund i de där första åren, med rader av fina förebilder.

Liksom för FRO-profilen Ulf Johansson (se reportaget på sidorna 18-19) ledde det väckta intresset för signalföring till en militär fördjupning - i Mathias fall via lumpen vid F16.

I Uppsala och en specialistutbildning på Telesystem 9000. Något år senare var det dags för nästa steg: utlandstjänst.

Mathias Eriksson hade fått tips om det beredskapsförband som Sverige nu satte upp. Militär grundutbildning var ett krav. Signalkunnande en viktig merit. Han sökte, blev antagen och snart befann sig 23-åringen i krigets Kosovo. Året var 1999 och uppdraget kom att vara i nio månader.

Då vill Mathias Eriksson lämna över ordförande-klubban i FRO

Rödsvert i Enköping som "krokig - jag har huggit i där det behövts". Parallelt fortbildade han sig i signalering, nätverk och datasäkerhet och fick uppdrag för FRO. För 14 år sedan vågade han kasta loss och starta eget.

- Det var en dröm jag hade, att bygga något själv. Jag startade med en enda kund. Det var inte lätt i början. Men det gick.

Det får man nog säga. I dag har bolaget, som enligt sin hemsida är "En partner för säker information och kommunikation", ett 20-tal anställda. Största kund är Försvarsmakten.

### "Öppen för nya uppdrag"

Ord som tydlighet, kärna och värdeskapande präglar Mathias svar när han får frågan om sin vision för FRO:s väg framåt. Han har nu haft sex år på sig att styra mot den från sin position som centralstyrelsens ordförande. Det kan bli två år till. Inte mer.

- Man ska inte sitta för länge på samma stol. Det hämmar på flera sätt. Men FRO får heller inte bli en slutstation där det innebär vägs ände att lämna över sitt uppdrag. Vi behöver fler svängdörrar som både öppnar för att man själv utvecklas och att andra göra det. För egen del kommer jag självklart att finnas kvar i FRO och vara öppen för nya uppdrag. Det är så jag vill att vi ska fungera, på ett mer naturligt sätt än i dag.

Han lyfter fram ytterligare en annan fråga som uppenbart ligger honom varmt om hjärtat: FRO:s identitet och självbild.

- Vi får aldrig glömma att vi i grunden är en frivillig försvarsorganisation. FRO är till för mäniskor som vill ge något och som är beredda att rycka in och bidra ifall de krislägen som vi utbildar för faktiskt inträffar.

Göran Lundberg



80 år

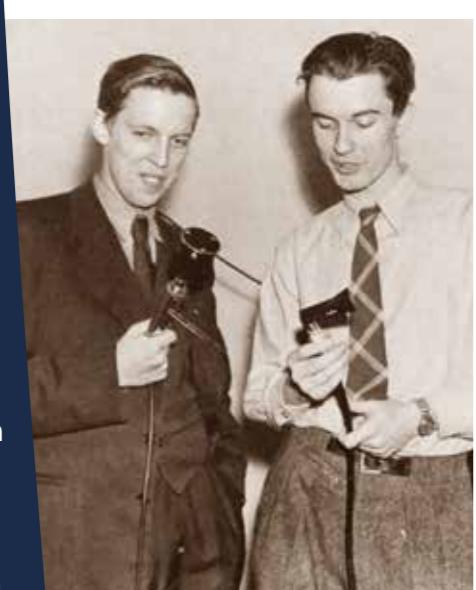
I åtta decennier har FRO följt tiden. Från radiorör och knastriga sändningar till dagens digitala nät där en cybervärld med artificiell intelligens nu växer fram. Från några få entusiaster till tusentals medlemmar över hela landet. Under resan har FRO varit med när försvaret byggs upp, dragits ner och nu rustas igen. Alltid med samma driv: att ställa kunskap och vilja till tjänst. Här möter du fyra uppslag inför vårt 80-årsjubileum där FRO-Nytt tar dig med på en resa både bakåt och framåt i tiden. Så sätt dig tillräffa, ställ in på mottagning och häng med!



1946–1970

**På matsalsverandan** under Gottskärlägret 1947 sitter pionären Gunnar Wingstedt vid sin 75-wattare. Lägret med 25 deltagare speglade den starka försvarsvilja som födde FRO och rymde det första försöket med så kallad rävjakt – föregångaren till dagens radiopejlingsorientering.

Källa: Alf Lindgren



**FRO odlade jämlighet** redan från tidiga år. Här ses Anna-Maja "BLX" Olsson, som på Aspalägret 1952 vågade bryta många mönster då hon framför överste Skogh gjorde ställningssteg klädd i svarta stövlar och vit baddräkt. Foto: Rune Sagnell



**"Det första triumviratet"**: Inger Arghe, Emy Sandberg och Barbro af Geijerstam-Sagnell. Foto: FRO



**Sex entusiastiska FRO:are** under en övning i Västerås pingsthelgen 1949. Från vänster till höger: SM4KL, SM4AOK, SM5OL, SM51145, SM5SABT och SM5RAVL – beteckningar som visar varje sändaramatörs tilldelade anropssignal i SSA-nätet. Under denna tid utgjordes FRO:s medlemsstock huvudsakligen av sändaramatörer från Sveriges Sändaramatörer, SSA, och sommartid var läger en populär aktivitet.

Foto: Alf Lindgren

# Försvarsvilja födde FRO



**FRO gjorde tidigt insatser** vid båttävlingar. 1963 deltog man för första gången i Getingloppet i Stockholms skärgård, där säkra kommunikationer var avgörande. Understens fyr blev antennmast. Högantenn och slutsteg till Ra 120 gav en stark signal som nådde ut över hela området. Foto: Ivan Ulvesäter



**Hösten 1951 flyttade FRO** in centralkansliet till Karlavägen 65 i Stockholm. Lokalerna delades med Luftvärföringen. Kurt Rosenthal och Börje Gustavsson var två flitiga medarbetare.

Foto: FRO



**Ånnkursen 1963**, mellan Storlien och Åre, där deltagarna bodde i enkla baracker med torrdass. Gunnar Ståhl (till höger) med okänd kompis njuter av en skidutflykt till Blåhammaren. Foto: Anders Weiss

**Vi minns**

... **hur** allt en gång startade i efterkrigssåret 1946 med Frivilliga Radiorganisationen som en försvarssektion inom Sveriges sändaramatörer, SSA. Första registrerade medlem i FRO var civilingenjör SM5VR Arne Lindberg från Stockholm. Sex år senare blev FRO en fristående organisation.

... **att** FRO tidigt fick in såväl kvinnor som ungdomar under fanorna. Nyckeln till det förra var inte minst radioubildning av Lottakåren. En primus motor i den utvecklingen var Barbro af Geijerstam-Sagnell (1927–2000).

... **det** faktum att FRO tidigare var organiserat i distrikt, inte förbund, och att Försvarsmakten s kuskaper om FRO inledningsvis var begränsad. Behovet av tydligare organisering och dito synliggörande ledde redan under 1960-talet till en rad olika reformer.

... **SL**- signalernas tillkomst – i alla fall på ett ungefärligt dokument från den tiden har sina brister. Men sedan försvarsstaben i slutet av 50-talet fastställt reglerna för FRO tog ansökningarna fart och vi vet att de tvåställiga suffixen ZA-ZZ tog slut redan 1964.

Första kurserna flyttar ut på Fårö Vänd!

Källa: Jubileumsboken "Frivilliga Radioorganisationen 50 år"



80 år

# Så satte vi kurs på Fårö



**FRO tog tidigt initiativ** till samverkan med Hemvänet och satte kurser för hemvärnsbefäl och hemvärnsmän i centrum. Redan 1972 syntes arbetet i fält; idéerna presenterades formellt först hösten 1973. På fotografiet ovan, taget under en övning i Halland, skymtar blivande FRO-ordföranden Kent Ahlvist bekvämt tillbakalutad i bildens mitt.

Foto: Arménytt

1971–1995



**På väg upp.** Helena Gustavsson på övningsbanan för stolpklattring under en Fliken-kurs. 1983 startade FRO sin första ledarskapskurs för ungdom, och kurserna fortsatte att växa – 1989 räckte inte längre kursgården i Fliken till.

Foto: Ronny Gustavsson



**Tillfälligheter** gjorde Fårö till FRO:s centrala utbildningsplats. När vinterlägret i Transtrand skulle flyttas till Ånn 1971–72 föreslog Centralförbundet för befälsutbildning att även sommarlägret skulle flyttas – till Fårö. Trots höga reskostnader och enkla förläggningar hänfördes styrelsen vid ett besök och tog ett djärvt beslut ingen ångrat. Här utbildades på tunga KV-stationer, som Ra 620 på bilden.

Foto: FRO



**Storulvåns fjällstation** vårvintern 1975. Länsstyrelsepersonal övar med civilförsvarets B-70 och fälttelefon. Foto: Björn Hägglund



**1980 tog FRO ett stort tekniskt steg** när nätet moderniseras. Sven-Arne Borgh syns här när han monterar antenner på en av relästationernas master, en viktig insats som gav nätet ökad kapacitet och räckvidd. Arbetet markerade starten på en ny era av teknisk utveckling inom FRO:s kommunikationssystem.

Foto: Jan-Erik Eriksson



**FRO utvecklades snabbt** till en organisation med viktiga försvarsuppgifter. Full uniformering vid kurser och övningar, liksom beväpning för hemvärnssignalisterna, dröjde något längre – ibland var det grötrock som enda utrustning som kunde lånas ut till FRO:arna. **Infällda bilden:** FRO-ungdomarna Stefan Persson, Hans Andersson och Conny Johansson lagar till en måltid under en kanotutflykt.

Foto: Gunnar Jern och Ronny Gustavsson

**Vi minns**

**... vilken** lyckträff beslutet var att i början av 1970-talet även börja hålla kurser hos FBU på Fårö – och hur FRO med åren blivit en av kursgårdens viktigaste kunder.

**... när** FRO på allvar inledder sin satsning på utbildningar för ungdomar med riksintag. Den första i en lång serie av centralt arrangerade undgomskurser genomfördes 1976 i Fliken i norra Västmanland.

**... att** FRO från 70-talets mitt successivt kom att spela en huvudroll i uppbyggnad och utveckling av Hemvärens sambandstjänst. En bidragande orsak var att värnplikten nu upphörde när man fyllt 47 år, vilket ledde till att Hemvänet – och därmed även FRO – snabbt växte i medlemsantal.

**... hur** medlemmar i FRO även utmärkt sig vid internationella hjälpinsatser. Ett exempel är jordbävningen i Armenien 1988.

**... året** då FRO:s sköld fick sin nuvarande utformning – alltså 1985. Reformen måste ses som en fullträff, då sköld och logotyp sedan dess sett ut just så. Och med det firar ju symbolen faktiskt sitt eget 40-årsjubileum ett år före hela organisationens 80-årskalas.

**Ulf Johansson:**  
Så gjorde vi om FRO  
Vänd!

# 'Jag ville ha nysatsning'



80 år



Ulf och Barbro Johansson i husvagnen. De träffades genom FRO 1977.

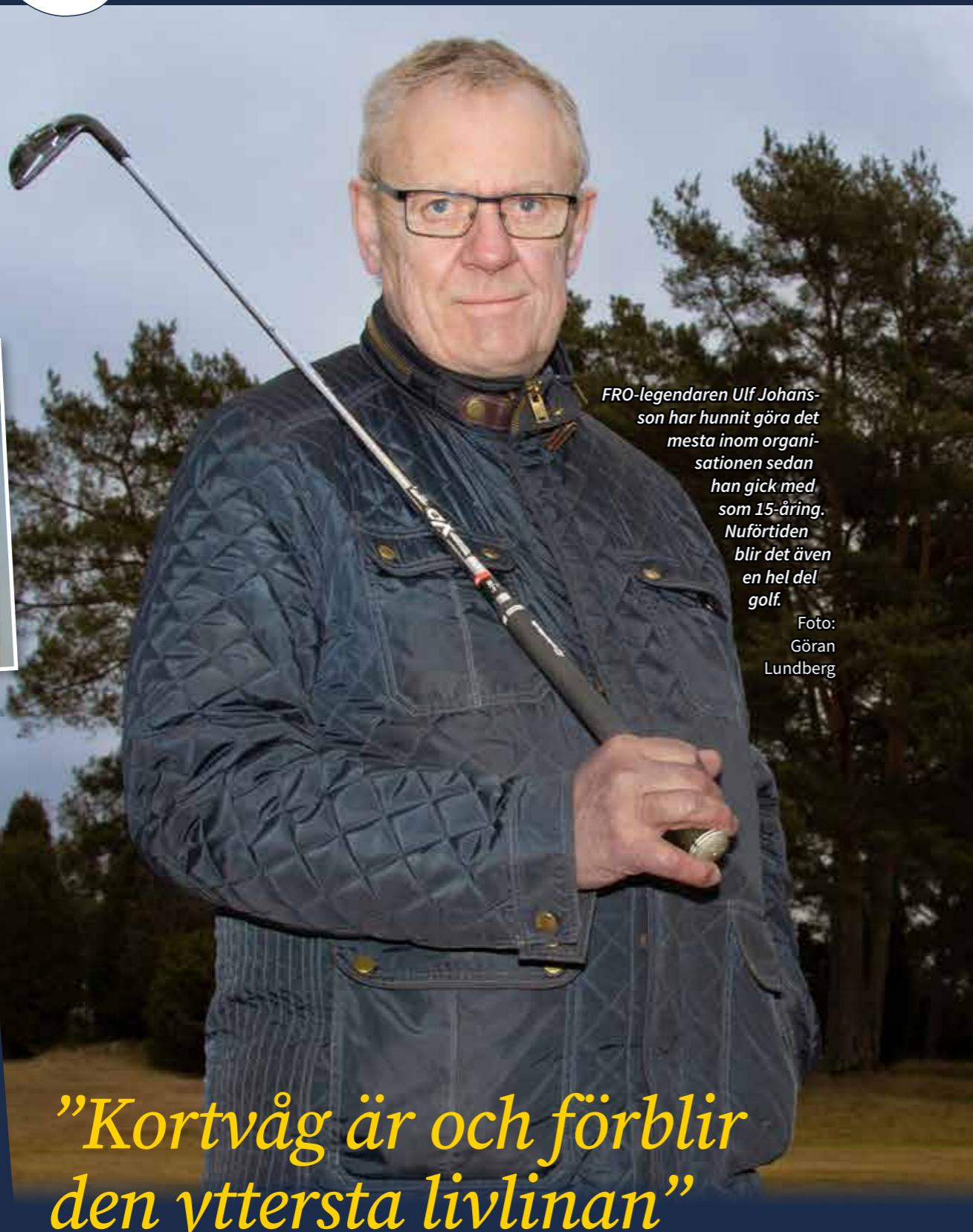
**Namn:** Ulf Arne Olof Johansson.

**Familj:** Gift med Barbro, också hon FRO:are. Tre barn.

**Gör:** Spelar golf, reser med husvagnen, håller ömsint koll på FRO.

**Gjorde:** FRO-ledare, signalofficer och sakkunnig i Regeringskansliet.

**Bästa FRO-minne:** När jag var kurschef på Fårö och alla anhöriga efter slutövningen ställde upp för flaggan i regnkappa och skyddsväst.



FRO-legendaren Ulf Johansson har hunnit göra det mesta inom organisationen sedan han gick med som 15-åring. Nu förtiden blir det även en hel del golf.

Foto:  
Göran  
Lundberg

Ulf Johansson är en av arkitekterna bakom det moderna FRO.

Medlem har han varit i mer än 50 år. Och även om den före detta signalofficeren numera sänder ut fler golfbollar än radiomeddelanden, är hans intresse för frivilligförsvaret obrutet.

Här är hans historia och vision om FRO:s framtid.

Skulle någon sammanfatta de senaste fyra årtiondenas FRO-historia, vore den före detta armékaptenen Ulf Johansson omistlig för berättelsen.

Under dessa formativa decennier var han djupt involverad i FRO:s utveckling av signalstöd för civil beredskap, kvalitetssäkring av utbildningar och tidiga satsningarna på IT och cyber-

Den reslige västgöten axlade flera tunga roller: ledamot i centralstyrelsen, ordförande för densamma och sedermera både vice ordförande och ordförande för riksstämmman. Han hade ett finger med i det mesta. Inte sällan hela handen.

-Jo, så kan det vara, bekräftar han. Från den dag jag började engagera mig centralt i FRO tog det i princip all min fritid.

## Då gällde det att bli fler

Frukten av Ulfs och hans kollegors arbete är det FRO vi ser i dag – en central aktör inom Frivilligsverige på väg in i en framtidssroll där kombinationen klassisk radiosignalering och avancerad cyberteknik ska präglä utbildningar och stöd för civil och militär beredskap.

-Vi var förstås flera som arbetade hårt med dessa stora förändringsfrå-

## Ulf Johansson berättar hur det moderna FRO formades

gor, betonar han. Jag vill särskilt lyfta fram Kent Ahlgqvist, min gamla skolkamrat som senare också blev generalsekreterare.

Utmanningen under 1980-talet var att växa. Signalistutbildningarna för hemvänet hade gett en stabil bas, särskilt efter den reform som krävde att svenska fullgjorde civilförsvarsplikt fram till 70 års ålder. Den gjorde det möjligt för FRO att kraftigt öka medlemsantalet.

Men:

-Vad som hände var att försvarsintresset ändå började avta efter Berlinmurens fall 1989, berättar Ulf Johansson. Så något måste förändras. Jag ville ha ett fokusskifte mot en parallell nysatsning på stöd till civil krisberedskap och drev på för det.

## Började utbilda signalister

I mitten av 90-talet inträffade ytterligare en avgörande händelse i FRO:s utveckling, tätt sammanlänkad med Ulfs egen karriär. Vi behöver därför backa bandet till 1969.

Platsen är Borås, och 15-årige Ulf Johansson är i full färd med att likt sina äldre kusiner bli radionörd. Kusinerna är med i FRO, så när militärtjänsten närmar sig söker sig Ulf till Göta signalregemente, S2, i Karlsborg.

Lumpen blir en positiv upplevelse och Ulf Johansson skriver på för en militär karriär. Som befäl och sedermera officer utbildar han signalister vid S2 fram till regementets nedläggning 1983, därefter vid Stabs- och Sambandsskolan i Enköping fram till 1987.

Och här kommer vi till karriärsprånget: Som 33-årig kapten blev Ulf Johansson headhunted till en civil tjänst inom Överstyrelsen för civil beredskap – nuvarande MSB – och några år senare rekryterades han vidare till en tjänst inom Regeringskansliet.

## "Ett bra fält även för FRO"

Ulf Johansson var vid det här laget även ordförande för FRO:s riksstämma och kunde på allvar börja dra i rätt trådar. Han minns det så här:

-Det här var ju i internets barndom, knappat ens det. Men frågor om IT-säkerhet tog ändå redan form och jag insåg att det här måste vara ett bra fält även för FRO. Så jag drev på även om detta. Och tack vare en position där jag rörde mig fritt mellan myndighetschefer och statssekreterare kunde jag kratta manegen för FRO även inom IT.

Med denna nya front öppnad var också grunden lagd för det FRO Cyber som bildades 2024, sex år efter att Ulf Johansson gått i pension.

-Ja, och kanske är just detta det som jag är mest stolt över när jag ser tillbaka, funderar han.

-Alltså att FRO nu har tagit en central position även inom cyberområdet. Inte minst har det skett tack vare förre generalsekreteraren Fredrik Färnqvist och min tidigare kollega Richard Oehme.

## "Framtidens viktigaste arena"

Ber man slutligen Ulf Johansson blicka framåt, är det också dit han ser:

-Radio kommer alltid att behövas. Kortvåg är och förblir den yttersta livlinan för kommunikation. Men

**FRO ger sig ut i cybervärlden Vänd!**

om 10–20 år är FRO:s främsta och viktigaste arena ändå IT-säkerhet.

Göran Lundberg



80 år

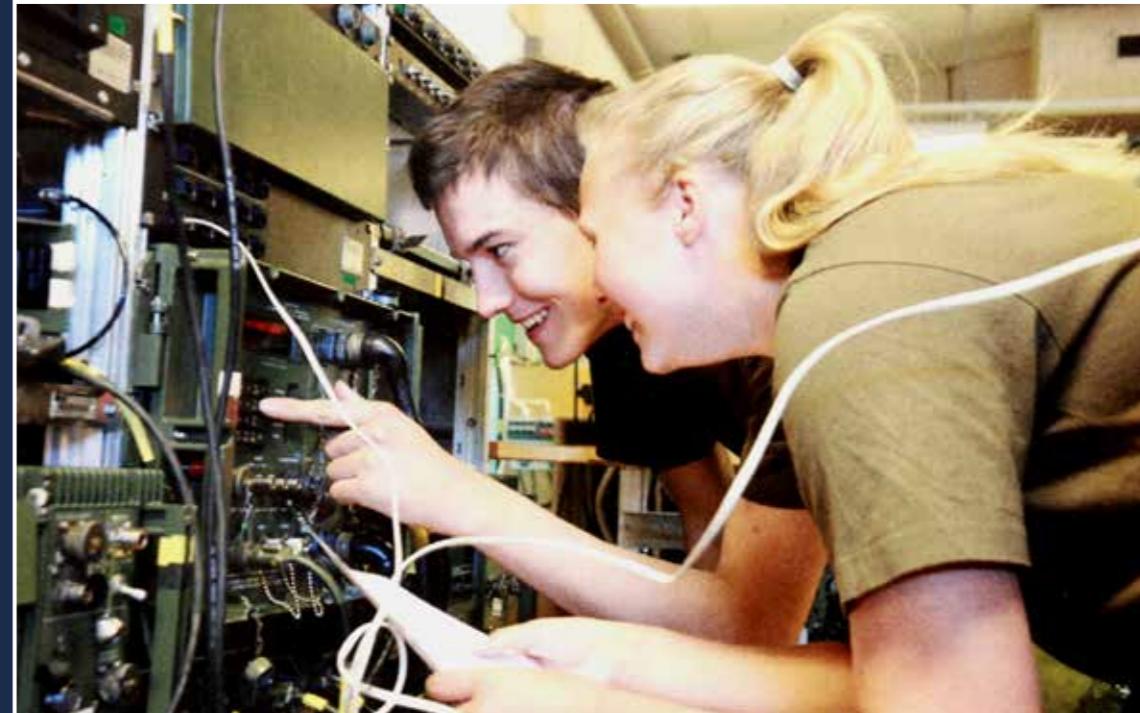
## Vi minns

**... hur** försvarsbeslutet 1996 innebar en mycket efterlängtad nyhet: äntligen skulle Hemvänet tillföras moderna ersättare för de av FRO upplevt otidsenliga Ra 200 och Ra 122.

**... att** medlems-tidningen FRO-Nytt fyllde 50 år 2001, att namnet även har skrivits FROnytt och FRO-nytt, att produkten de första åren var en enkel stencil och att den ursprungligen hette ”Lösskägget”.

**... vilken** negativ effekt som 00-talets successiva nedrustning av försvaret hade på såväl den löpande verksamheten i FRO som intresset för Frivilligsverje.

**... när** de frågor som kommer att präglia FRO:s framtid – cyberhot och säker digital kommunikation – redan i mitten av 2010-talet började ta plats på FRO:s agendor. En helt ny värld väntade då. Nu är delar av den här. Bildandet 2024 av specialförbundet FRO Cyber kan därför sägas markera en tydlig start på FRO:s kommande 80 år.



**Koll på kopplingen.** Vilka dessa båda ungdomar – som i dag torde nära sig 30-årsåldern – är framgår tyvärr inte av den tio år gamla artikeln i FRO-nytt. Däremot vet vi att bilden illustrerade en text om FRO-satsningen Signalungdom, riktad till ”unga i åldrarna 15–20 år som vill lära sig mer om radio och kommunikation”. Två kurser planerades för den kommande sommaren: Ledningsystem Ungdom och Operation Samverkan, den senare även en övning i att sätta upp ett ledningssystem under viss logistisk press. Foto: Kent Ahlvist

1998-2026



## Julia, 18, blev cyberdeckare

Julia Kang, 18, från Stockholm deltog under en helg i september i FRO:s kurs Cyberdetektiv i Malmö tillsammans med fyra vänner.

– Det var mycket lärorikt. Jag blev tipsad av en kompis som läser teknik. Själv går jag ekonomiprogrammet, men är intresserad av it-frågor och kommer att ha det här som ett intresse framöver. Kryptering var särskilt kul, det var också bra att kursen låg på en nivå som nybörjare kan förstå, säger Julia.

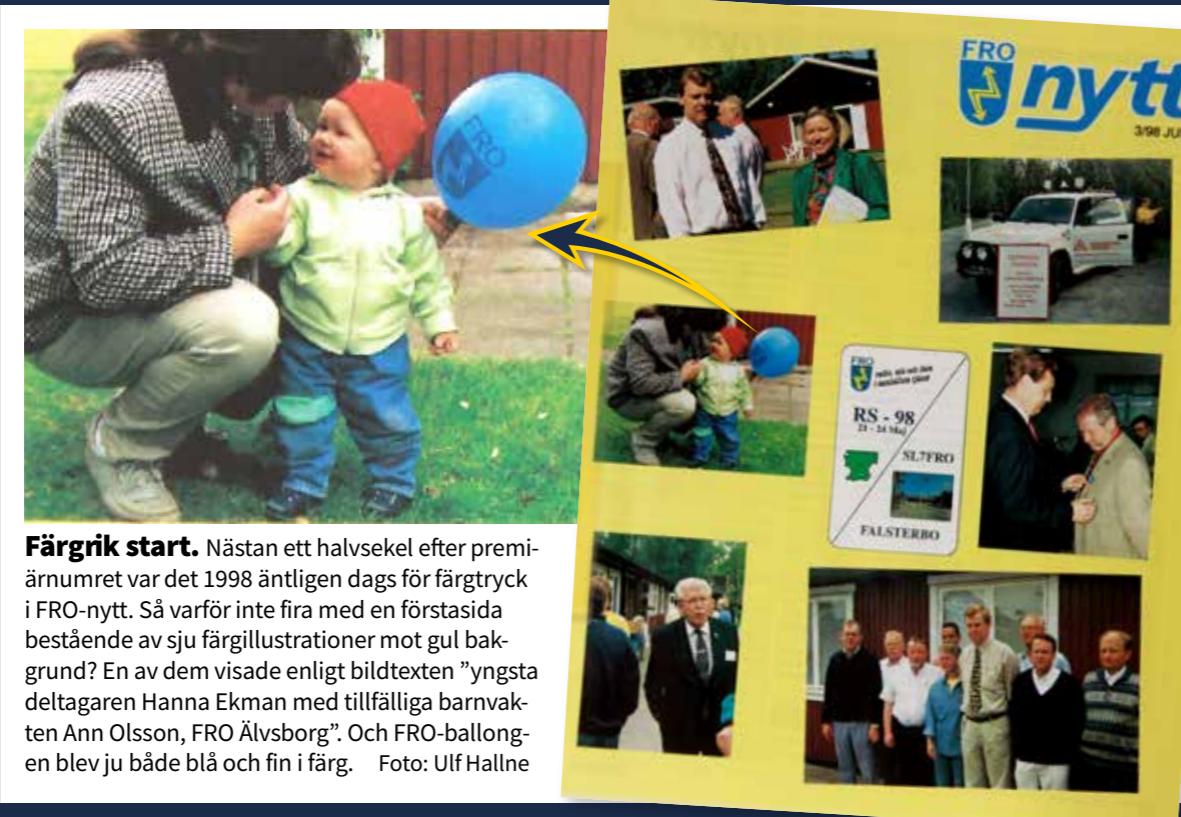
Cyberdetektiv gav en inblick i cybersäkerhet och digital forensik, där deltagarna fick prova verktyg, följa spår och lösa problem – och upptäcka en bransch full av möjligheter. Julia vill gärna vara med igen:

– Jag kommer att delta i fler aktiviteter hos FRO nästa gång det passar.

FRO erbjuder i dag två ungdomsspår för 15–19-åringar: Cyberungdom med fokus på it och cybersäkerhet samt Signalungdom med radio och kommunikation.

Anders Medin

# En helt ny värld väntar på oss



**Färgrik start.** Nästan ett halvsekel efter premiärnumret var det 1998 äntligen dags för färgtryck i FRO-nytt. Så varför inte fira med en förstasida bestående av sju färgillustrationer mot gul bakgrund? En av dem visade enligt bildtexten ”yngsta deltagaren Hanna Ekman med tillfälliga barnvakan Ann Olsson, FRO Älvborg”. Och FRO-ballongen blev ju både blå och fin i färg. Foto: Ulf Hallne



**Källviken i våra hjärtan.** Många minns den forna FRO-kursgården utanför Strömstad med värme. Undra på det när man betänker hur denna nostalgi från slutet på 1990-talet verkligen uttrycker nytta och nöje i skön förening – för säkert blev det denna julidag väl tid över för ett dopp i havet även för FRO:s uniformerade kursdeltagare när högantenn 1S var uppe och operativ? Foto: Peter Antoni

Källa: FRO-Nytt 1998-2017

Här ska en  
pigg 80-åring  
firas 2026

Vänd!



**Vem:** Sten Söderberg.  
**Roll:** Ordförande i FRO Jämtland-Härjedalen.



**Vem:** Jakob Dolk.  
**Roll:** Ordförande i FRO Jönköping.

# Framtiden i fokus

När FRO:s ordföranden samlades i Sundsvall i september stod framtidsfrågorna i centrum.

Nya stadgar, rekrytering och möjligheter till utveckling diskuterades flitigt. Jakob Dolk från Jönköping och Sten Söderberg från Jämtland-Härjedalen delar med sig av sina intryck.

## Rekrytering och nya stadgar heta frågor på ordförandekonferensen

– Det är klokt att förslagen kommer ut redan nu. Då hinner vi diskutera i förbunden innan beslut ska fattas på riksstämma nästa år, säger Söderberg.

Han är yrkesofficer och aktiv i FRO sedan över 20 år tillbaka. I dag leder han

FRO Jämtland-Härjedalen och för honom var de nya förslagen rörande stadgar en viktig punkt under konferensen:

### "Bäst att få träffa andra"

Sten Söderberg betonar också värdet av att mötas och utbyta erfarenheter mellan förbunden:

– Att höra hur alla andra har det, ta tempen och jämföra erfarenheter är ovärderligt.

För Jakob Dolk, ordförande i FRO Jönköping, var konferensen en ny erfarenhet då han är relativt ny på sin post.

– Det absolut bästa var att få träffa andra som har samma roll. Att sätta anseende på kollegorna och kunna utbyta erfarenheter betyder mycket, säger han.

Även Dolk lyfter fram stadgarna och förslagen om begränsade mandatperioder, liksom enklare medlemsprocesser. – Jag tycker det är bra med föränd-

ringar som gör organisationen mer rörlig säger han. Ingen ska behöva sitta 20 år på samma post men det är också viktigt att det går att komma tillbaka senare.

### "Nytänkande och proffsigt"

Rekrytering var en annan central fråga. I stället för att skjuta brett, vill FRO framöver rikta sig mer till specifika målgrupper.

– Det kändes nytänkande att jobba så här, dessutom professionellt när vi fick stöd av en extern byrå, tycker Jakob Dolk.

Ett uppskattat inslag som båda lyfter var föreläsningen av Joar Olsson, ordförande för FRO Cyber. Han lät även deltagarna prova en Capture the flag-tävling.

– Det inspirerade oss så mycket att vi redan börjat planera för en egen tävling i Jönköping, säger Jakob Dolk.

Aven Sten Söderberg fastnade för cyberspåret och ungdomsperspektivet:

– Här finns hela spänningssidan, från de som är riktigt vassa på datorer till de som helst undviker dem. Ska vi framåt måste vi ta vara på intresset.

### Laddade med nya energi

Jakob Dolk och Sten Söderberg konstaterar att konferensen gav energi inför framtiden och en tydlig känsla av att FRO står väl rustat för att möta nya utmaningar.

**Emma Markovic**



## Chans att nätverka

Ordförandekonferenserna äger rum vartannat år med syfte att samla alla FRO:s förbundsordföranden och med dem dela ett samlat budskap från centralstyrelsen. Mötet lägger en grund för påföljande års riksstämma. Ordförandekonferensen innebär också möjligheter för deltagarna att dela erfarenheter och bygga nätverk. 2025 års konferens hade temat "FRO:s framtid".

Deltagarna hade många gemensamma frågor att diskutera. Från vänster: Anton Gustafsson, FRO Västerbotten, Henrik Öberg, FRO Kalmar, Jakob Dolk, FRO Jönköping och Jeanette Rudolfsson, FRO Elfsborg.  
Foto: Kenneth Engström



Eriksson och Sjöberg på plats.

Foto: Anna Johansson

## Nu laddar vi upp för att fira vårt jubileum

FRO fyller 80 år – och riksstämmans nästa år blir startskottet för jubileet.

Plats och datum är nu spikat: Aronsborgs konferenshotell med fint sjöläge i Bålsta, Håbo kommun, under helgen den 15-17 maj.

Lördagen ägnas åt riksstämmans och avslutas med en högtidlig jubileumsmiddag. På söndagen, den 17 maj, infaller själva födelsedagen.

Ordförande Mathias Eriksson och generalsekreterare Johanna Sjöberg har redan besökt lokalerna.

De kunde konstatera att Aronsborg erbjuder både rymd och funktion för en stämma som ska samla medlemmar från hela landet.



Aronsborg i Bålsta. Foto: FRO



Allan Örtengren och Hampus Jonsson, ledare för signalungdom i Stockholm norra.



Fixardag med lunch i det fria. Timmy Bergqvist och Isabella Södergren.



Allan Örtengren gör en speldemo på storbildsskärm.



FRO-medlemmarna stötte på något så ovanligt som en telefonkiosk vid evenetet på Tekniska museet.



Emma Sviestins leder radiooperatörsövningar.



Mattias Sandström vid evenetet på Tekniska museet med en basstation som han själv arbetat med en gång i tiden.

Foto: Isabella Södergren

# 'Här får olika åldrar mötas'

## Satsade på unga – mer än fördubblade medlemstalet

FRO Stockholm norra har fått upp farten med rekryteringen av nya medlemmar, inte minst bland ungdomar.

Drivande är Isabella Södergren, som fick sin inspiration från FRO-Nytt.

Isabella Södergren är ledamot av FRO Stockholm norras styrelse, leder ungdomssatsningen där och ser positivt på framtiden för FRO:

– Digitaliseringen har gått jättesnabbt och samhället har inte riktigt hängt med, slår hon fast. Här kan vi spela en viktig roll och rusta våra medlemmar med värdefulla kunskaper.

Isabella hade känt till FRO under en längre tid; hennes sambon var medlem. Men det var först när hon bläddrade i FRO-Nytt som en speciell artikel fångade hennes intresse:

– Jag läste om Margarita Sallinen och satsningen på IT-säkerhet. Jag vet att det är få kvinnor som har varit aktiva tidigare, så jag blev väldigt inspirerad. Det fick mig att vilja ge FRO en chans.

Isabella Södergren har själv ett stort intresse för teknik. Under 2025 omskola de hon sig i fältet datasäkerhet och hon

är även aktiv i Women4cyber, som vill främja att fler kvinnor över hela Europa engagerar sig i dessa frågor.

Efter att Isabella blev medlem i FRO har allt gått i rakettart. Hon kände snabbt att hon ville engagera sig och tackade ja till en plats i styrelsen.

Nu har hon även fokus på förbundets ungdomar.

– En person som varit på en av FRO:s större ungdomsutbildningar lyfte frågan om varför inte vi hade ungdomsverksamhet i avdelningen Stockholm norra.

### Informerar på skolorna

En jättebra fråga tyckte Isabella. Den blev startskottet till ”Tisdagsidén” och idag erbjuder förbundet verksamhet varje tisdagskväll.

Träffarna sker i en lokal som förbundet delar med andra frivilliga försvarsorganisationer. För att locka ungdomar har FRO satt upp informationslappar i närliggande gymnasieskolor.

– Vi anordnar fikaträffar, träningar

inför cybersäkerhetstävlingar, övningar och event, berättar hon. Alla ungdomar betalar 50 kronor per år i avgift och det gör att de flesta har möjlighet att delta. Det händer även att äldre medlemmar tittar förbi och det är mycket uppskattat bland de yngre.

Hon förtydligar:

– Det är ett jättestort värde när vi gör grejer där olika åldersgrupper får mötas. Perfekt för erfarenhetsutbyte.

På bara några år har Stockholm norra sålunda vuxit från 80 till cirka 180 medlemmar. Och Isabella Södergren är övertygad om att det är kunnandet och öppenheten inom FRO som lockat.

### Kluriga utmaningar

FRO har vidare två CTF-lag (”Capture The Flag” en tävlingsform i cybersäkerhet) med FRO:are från hela Sverige som tävlar, men också är goda vänner.

I april valdes sju lagmedlemmar ut för den prestigefyllda ”Undutmaningen CTF” på Tekniska museet. Arrangörer var Försvarsmaktens radioanstalt, Försvarsmakten och Säkerhetspolisen.

– Vi var tolv från FRO, berättar Isabella Södergren. Vi hade med oss vår yngsta medlem Allan Örtengren, 15 år. Och vår Mattias Sandström har varit med och programmerat likadana basstationer som de som finns på museet.

Hon avslutar:

– Utmaningarna var kluriga, med mycket fokus på hårdvara och satelliter. Och om någon som läser det här blir sugen på att prova CTF, är det bara att höra av sig till FRO. Vi kör tävlingar ett par gånger i månaden och du behöver inga förkunskaper.

Emma Markovic



#### Vem:

Isabella Södergren.

Gör: Arbetar med datasäkerhet, är ledamot i FRO Stockholm norras styrelse och en av eldsjälarna bakom förbundets ungdomssatsning.

Bilden: Isabella Södergren visar sin s.kallade Coin, som FRO delade ut för att visa uppskattning för hennes engagemang i avdelningen Stockholm norra.

Foto: Emma Grahn

# 'Viktigt lära sig upptäcka angrepp'

Foto: Anna Enerud

**Namn:** Joar Olsson. **Gör:** FRO Cybers första förbundsordförande, teknolog vid Uppsala universitet och värnpliktig cybersoldat. **Bästa FRO-minne:** Det är nog umgänget vid de internat som vi haft med styrelsen. För det mesta planerar vi vår verksamhet på distans eftersom vi är spridda över landet. Men i bland ses vi fysiskt över en helg och det är alltid lika trevligt.



## FRO på jättemässa i USA

I våras besökte FRO en av världens största it-säkerhetskonferenser, RSA Conference, som årligen lockar omkring 45 000 experter, forskare och företag. Zacharias Terdin, sekreterare i FRO Cyber, var en av fem FRO-representanter på plats.

"RSA" står för namnen Rivest, Sha-

mir och Adleman, skapare av en avancerad krypteringsteknik. Deltagandet i konferensen gav FRO en möjlighet att både synas internationellt och samtidigt få det senaste inom cybersäkerhet.

- Cyber är ett så dynamiskt område och det händer saker hela tiden, säger Zacharias Terdin. Det är relevant att

På ett år har FRO Cyber gått från idé till verklighet i Frivilliga Radioorganisationens alltmer digitala vardag.

En av hjärnorna bakom framväxten är Joar Olsson, 24-årig teknolog, värnpliktig cybersoldat och förbundets första ordförande.

När Joar Olsson beskriver FRO Cybers första år gör han det med både ödmjukhet och viss stolthet:

- Vi har lagt grunden, slår han fast. Nu har vi en klarare bild av vilka vi är, vad vi kan och vart vi ska. Jag ser ljuset i tunneln – förbundet har redan börjat föda sig självt.

FRO Cyber bildades som en alumnförening för värnpliktiga cybersoldater. Men den rollen är nu under betydande utveckling.

- Ja, jag hoppas att vi kan fungera som en katalysator för hela FRO:s cybersatsning, förklarar Joar. Många förbund har egna initiativ. Vi kan då vara med och stötta och skapa samverkan mellan alla FRO-förbund som vill satsa på cyber.

### Utbildning med nytänk

Att cybersäkerhet blivit en nyckelfråga i samhällets beredskap är tydligt. Men vad innebär "cyber" egentligen i FRO:s värld?

- Jag vill börja i begreppet samband, säger Joar Olsson. Det är grunden för all kommunikation i kris och krig. Och sambandssystem blir mer och mer digitala, vilket skapar nya sårbarheter.

Med sin 80 år långa erfarenhet av teknisk sambandsutbildning var FRO det naturliga valet av ledare för Frivil-

hänga med i utvecklingen för att ta vidare i våra egna utbildningar.

Konferensen bjöd på en blandning av seminarier och praktiska laboratorier. Zacharias berättar att upplevelsen var hektisk, men också mycket lärorikt:

- Vi i FRO-delegationen var uppdelade på olika aktiviteter för att kunna

## Joar Olsson efter första året med FRO Cyber: Vi har lagt grunden

ligsveriges successiva anpassning till cyberområdet.

Här kräver dock utbildningen delvis nya former.

### "Många med kompetens"

- Det kan vara en sommarvecka där man lär sig grunderna i nätverk, programmering och digital forensik, resonerar Joar. Man behöver ta det bit



Förmågan att möta hacker-hoten utifrån har stärkts via bildandet av FRO Cyber.

för bit. Viktiga steg är sedan att lära sig upptäcka ett angrepp och att ha en handlingsplan när ens tekniska system hotas.

FRO Cyber är fortfarande ung och under tillväxt. Joar Olsson berättar att diskussioner förts med övriga förbund om en gemensam idébank, plattformar för utbildningar och ett tätare samarbete mellan förbunden. Vidare: Även om FRO Cyber i dag inte har något formellt rekryteringsuppdag, ser Joar även här en stor potential:

- Ja, och detta gäller förstås alla FRO-förbund. Det finns ju såväl unga som pensionärer och hobbyörör för vilka FRO kunde erbjuda ett sammanhang där de fick bidra till samhällets motståndskraft.

### "Vi är alla problemlösare"

Och FRO Cyber som alumnförening för värnpliktiga cybersoldater då – är den funktionen under avveckling? Joar Olsson:

- Inte alls. Den rollen är fortsatt en kärna. Vi som gjort militär cyberutbildningen delar en speciell erfarenhet. Vi är alla något av problemlösare. Vi ses, gör något cyberrelaterat, som en Capture the Flag-övning. Det blir både gemenskap och utveckling. Och inte minst ett sätt att kontinuerligt knyta unga män till både kunskaper och intresse för cyberfrågor till FRO.

### Lämnar sitt uppdrag

Joar Olsson kliver snart av som ordförande, enligt plan. Han lämnar uppdraget med tillförsikt:

- Jag tycker att vi har kommit på fotter under vårt första år. Nu finns flera ögon på verksamheten, och FRO Cyber kommer säkert bara att växa i betydelse.

Göran Lundberg

Capture the flag, en typ av tävling inom cybersäkerhet där man ofta letar efter sätt att ta sig in i ett dataprogram.

- Det är en rolig utmaning att leta sårbarheter och hacka system, konstaterar han. Lär man sig det, vet man också hur man ska försvara sig.

Emma Markovic



Ministern för civilt försvar, Carl-Oskar Bohlin, fick i Visby hamn möjlighet att på nära håll studera Molos utrustning, en del av den materiel som kan bli avgörande för Sveriges beredskap. Till höger: panelsamtalat "Håll gränsen - vilket försvar behöver Sverige i en ny världssordning?" där ÖB Michael Claesson diskuterade militär upprustning, gränsförsvar och vikten av internationell samverkan.



Cyberspace på riktigt. Till vänster samtalas MSB:s generaldirektör Mikael Frisell och astronauten Marcus Wandt under temat "Ett säkrare Sverige med hjälp av rymden". Till höger möter FRO:s cybersäkerhetspoddare Margarita Sallinen och Linda Nieminen kriminalkommissarie Jan Olsson från Noa, som betonade utbildning, medvetenhet och samarbete som avgörande i kampanjen mot bedrägerier.



Foto: FRO

# 'Vi visade att vi finns och behövs'

## FRO i Almedalen: ■ "Utrymme för oss att bidra"

När FRO deltog under årets Almedalsvecka var målet att synas, rekrytera och knyta nya kontakter. Sara Högström från centralstyrelsen och Lars Gustafsson, sambandsoperatör för Molos, delar med sig av sina erfarenheter från veckan.

Utöver ordförande och generalsekreterare kunde FRO i år mänstra en rad representanter på Almedalsveckan. En av dem var centralstyrelsens Sara Högström. För henne blev besöket i

Almedalen ett bevis på att FRO:s kompetens och engagemang är meningsfull och efterfrågad i olika sammanhang.

- Jag gick bland annat på ett seminarium om en modern värnplikt där Pliktrådet och marinchefen deltog. Diskussionen om hur man kan stärka och informera ungdomar kändes väldigt relevant för oss i FRO, berättar hon.

### God exempel ger mersmak

Sara Högström menar att det var värdefullt att både ta del av Försvarsmaktens perspektiv och höra hur kommuner arbetar med beredskap.

Hon lyfter särskilt fram Knivsta kommun som har involverat frivilligorganisationer i en större övning:



Sara Högström. Lars Gustafsson.

- Knivsta kommun gav goda exemplen på hur frivilliga resurser kan tas tillvara. Det visar att det finns utrymme för oss att bidra på många olika sätt.

Enligt Sara Högström var FRO:s synlighet också en viktig del av veckan:

- Att vi hade profilkläder, deltog i seminarier och träffade andra aktörer

## ■ Ministerbesök ■ Bandvagn räddaren i blåsten

gav signalvärde. Vi visade att vi finns och fick samtidigt kvitto på att vi bidrar och behövs.

Lars Gustafsson, sambandsoperatör inom Molos och representant för FRO/Molos, var också på plats i Almedalen. Syftet med hans medverkan var rekrytering och samverkan och att visa upp verksamheten. Det gjorde han från en bandvagn i hamnen.

- Bandvagnen är tacksam på så sätt att många besökare blir nyfikna och kommer förbi och vill prata, då får man chansen att berätta vad vi gör, säger Lars.

Under veckan fick Lars Gustafsson och hans tre kollegor in ett flertal intresseanmälningar från personer som

ville engagera sig civilt inom Molos på Gotland. Under hösten har tre personer skrivit avtal med Molos och påbörjat sin grundutbildning.

### "Vill få in fler kvinnor i Molos"

- Samtliga bor på Gotland vilket var ett krav då det är där resurserna behövs klargör Lars Gustafsson. Det är också jätteroligt att två intresserade är kvinnor. Vi vill gärna få in fler kvinnor i Molos och ha en jämnare könsfördelning,

Andra besökare var representant från Länsstyrelsen, lokala elleverantörer och Carl-Oskar Bohlin, minister för civilt försvar. Minstern visade ett stort intresse för Molos arbete.

En annan höjdpunkt var möjligheten

till samverkan med FRO Gotland som både Sara Högström och Lars Gustafsson uppskattade. Sara berättar att det var intressant att se deras lokal och den verksamhet de bedriver.

### Tälten nära att flyga iväg

Bandvagnen kom även till nyttå för FRO:s cyberexperter Linda Nieminen och Margarita Sallinen, som spelade in sin podd Cyber Chats & Chill i den.

- Det blåste väldigt mycket och våra tält höll på att åka i väg, förklarar Lars Gustafsson. Då var det perfekt att Linda och Margarita kunde hålla till i bandvagnen – och även spännande för de gäster som medverkade i podden.

Emma Markovic

Foto bakgrundsbilden: Region Gotland

# Raka vägen - med Rakel



Albin Broman rapporterar in svaret på frågan han läser.



Glada miner! Sebastian Waernulf och Jeanette Smårs har klarat slutprovet.



Håkan Friis är fokuserad på att lösa kunna sin uppgift.

## FRO skräddarsyr utbildning för mc-ordonnanser

FRO och FMCK stärker sambandet genom civil Rakelutbildning.

När motorcykelordonnanser från Frivilliga Motorcykelkåren rycker ut, behövs ett robust och säkert sätt att kommunicera. Därför har FRO fått uppdraget att utbilda mc-ordonnanser i Rakel, vilket är det gemensamma radiosystemet för såväl blåljusmyndigheter som flera civila aktörer.

Tomas Svensson är FRO-instruktör sedan många år och ansvarar för den civila Rakelutbildningen. Han berättar att efterfrågan har ökat i takt med att länsstyrelser, kommuner och andra uppdragsgivare har krav på att Rakel-systemet ska användas.

– FMCK:s ordonnanser behöver kunna dirigeras och ledas, säger han. Då är Rakel den naturliga lösningen. Vi började med ett provår och redan under våren 2025 genomförde vi två kurser. Till hösten blev det tre till.

Kurserna samlar ett dussintal ordonnanser åt gången och är skräddarsydda för FMCK:s behov. Eleverna får både teori och praktiska moment: starta och stänga av utrustningen, välja rätt tal-

grupper, rapportera korrekt, hantera säkerhetsaspekter och öva trafikteknik i radionätet.

En viktig del är att de använder Rakel i övningarna och redan dagen efter kursstart kopplas systemet in i den ordinarie verksamheten.

### "Nu är det på riktigt"

– Vi har fått mycket höga värden i utvärderingarna, berättar Tomas Svensson. Samarbetet har fungerat väldigt bra och vi ser FRO och FMCK som självklara samarbetspartners.

Från FMCK:s sida har instruktören Stefan Lundin varit en drivande kraft. Han beskriver samarbetet som en lyckträff:

– Vi har länge fått låtsas köra med Rakel via sms, men nu är det på riktigt. Att hålla en Rakel i handen, lära sig

### Klart på sex dagar

Utbildningen genomförs tisdag till söndag med en avslutande övning på lördagen. Varje kurs samlar omkring tolv mc-ordonnanser och varvar teori med praktiska moment.

Emma Markovic

prata och rapportera på rätt sätt har tagit vår utbildning till nya höjder.

För FMCK innebär detta en tydlig kvalitetsökning: övningarna blir mer realistiska och ordonnanserna får samma verktyg som används i skarpa lägen.

Men Stefan ser också framåt:  
– Vi hoppas nu kunna utveckla samarbetet ännu mer, gärna också tillsammans med andra frivilligorganisationer. Det stärker helheten i totalförsvaret.

### Större bredd

För FRO betyder samarbetet ett sätt att bredda sin verksamhet och möta nya uppdragsgivare.

– FMCK lär ut motorcykel och vi lär ut radio, sammanfatrar Tomas Svensson. Tillsammans stärker vi därmed beredskapen.



Tolv mc-ordonnanser utbildas varje gång i de nya kurser som FRO erbjuder för att lära ut Rakel.

Foto: Teres Holst

# Tränar på radio som inte finns

Digitala tvillingar ger FRO:s utbildning en ny dimension – med övningar utan fysisk radio.

FRO har, med stöd från Kronprinsessan Margareta och Landstomsfonden, under 2025 testat "digitala tvillingar" av den militära fältradion RA180 och den civila insatsradion Motorola DP1400.

En digital tvilling är en virtuell kopia av veriktig utrustning som gör det möjligt att träna på dem som om de fanns där på riktigt.

## Ny roll för instruktörer

Med ett avancerat headset kan elever öva på att montera och starta en radio, även när inte en enda fysisk apparat finns i närheten.

Tekniken bygger på Metas spjutspetsprodukt Quest 3,

som blandar verklighet och digital miljö. Det gör att instruktören samtidigt kan undervisa både elever med riktiga radioapparater och andra som tränar på virtuell.

## "Digital tvilling" ger övningarna en ny dimension

– Wow, tänk att kunna ta på sig ett headset och lära sig ny utrustning eller jobba med en digital terrängskiss, säger Christoffer Åkesson, elev vid sommarens skola i Höllviken.

Utrustning och personal fördelade över hela landet kan skapa såväl pedagogiska som logistiska utmaningar.

Här kan digitala tvillingar därför både komplettera och ersätta traditionell utbildning.

Fler tvillingar med olika syfte skulle också ge signallister, gruppchefer och ledningspersonal rätt kunskap vid rätt tidpunkt.

Mattias Olofsson



Framtidens totalförsvare kan mycket väl läras ut genom ett par futuristiska glasögon, här utprovade av Erik Blohm.

Foto: Mattias Olofsson

**Vad?** Virtuella kopior av RA180 och Motorola DP1400. **Hur?** Genom Metas headset Quest 3. **Varför?** Med en digital tvilling kan fler öva, även på distans och mellan insatser.

**FRO-Nytt** utges av Frivilliga Radioorganisationen  
**Adress:** Box 72, 745 22 Enköping

**Telefon:** 010 641 21 17

**Sajt:** [www.fro.se](http://www.fro.se)

**E-post FRO:** [fro@fro.se](mailto:fro@fro.se)

**E-post FRO-Nytt:** [fronytt@fro.se](mailto:fronytt@fro.se)



**Redaktion:** Johanna Sjöberg (chef), Göran Lundberg och Anders Medin.

Respektive skribent svarar för innehållet i artikelexterna.

Tryck: Ljungbergs Tryckeri AB 2025.

## Bilderna på första sidan:

Till vänster: Gunnar Wingstedt, operatör, Gottskärslägret 1947.

Foto: Alf Lindgren

Till höger: Julia Kang, cyberdetektiv, Malmö 2025.

Foto: Mio Enocksson

