Plikt- och prövningsverket

Mönstrings-handboken

Allt du behöver veta om din mönstring.
För dig som är född 2008.

Hej!

ÄR DU REDO ATT GÖRA DIN PLIKT?

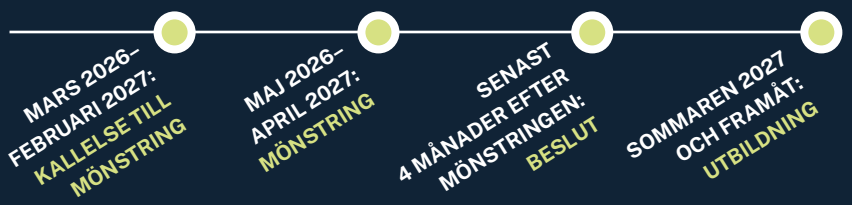
Det är lätt att ta friheten för given. Sverige har varit förskonat från krig på egen mark längre än någon annan nation. Vi lever just nu i en osäker tid, och vi blir ständigt påminda om vad som också kan hända här.

Alla som bor i Sverige lyder under totalförsvarsplikten. Den omfattar mönstring, grundutbildning med värnplikt eller civilplikt samt allmän tjänsteplikt vid höjd beredskap eller krig. Att göra sin plikt handlar om att bevara Sveriges mångåriga fred, frihet och demokrati och se till att Sverige förblir ett självständigt land.

Du har fått den här handboken för att du ska mönstra. Om du klarar mönstringen kan du bli inskriven till grundutbildning med värnplikt eller civilplikt. När du gör grundutbildningen gör du en ovärderlig insats för Sverige. Samtidigt får du erfarenheter som du inte kan få någon annanstans och som du kan ta med dig ut i livet efter utbildningen.

I handboken hittar du all information du behöver för att förbereda dig för mönstringen. Gör ditt bästa – för Sverige.

VÄRNPLIKT/CIVILPLIKT 2027



Se detaljerad tidslinje på sida 71.

Innehåll

KAPITEL 1 Inför mönstringen s. 4

KAPITEL 2 Så går mönstringen till s. 18

KAPITEL 3 Efter mönstringen s. 40

01

Inför mönstringen

Framtiden börjar här

Luftbevakningssoldat, röjdykare, kock eller kanske räddnings-person? Allt börjar med mönstringen.

MÖNSTRINGEN, som tar en till två dagar, består av tester, undersökningar, bedömningar och intervjuer. Under mönstringen får du bland annat träffa en sjuksköterska, en läkare och en psykolog. Resultatet från mönstringen visar dina förutsättningar för att genomföra en grundutbildning med värnplikt eller civilplikt. Om du skrivs in till grundutbildning kommer din utbildningstid vara mellan 3 och 15 månader.

GRUNDUTBILDNING med värnplikt eller civilplikt finns på flera orter i landet. Totalt finns det cirka 185 olika utbildningar till befattningar inom det militära eller civila försvaret.

Du har möjlighet att lämna önskemål om utbildning, men exakt vilken du skrivs in till bestäms av Plikt- och prövningsverket, som tittar på dina resultat från mönstringen och ser vilken utbildning du är mest lämpad för. Kom ihåg att vara ärlig och berätta för vår personal om till exempel din hälsa - för din och andras säkerhet under grundutbildning eller tjänstgöring.

Det finns många anledningar att göra grundutbildningen. Den främsta är att du hjälper Sverige att fortsätta vara ett tryggt land.

Kallelse till mönstring

Steg för steg

Att Sverige har skolplikt känner de flesta till. Men vi har även totalförsvarsplikt och i den ingår mönstring och grundutbildning med värnplikt eller civilplikt.

FRÅN OCH MED DET ÅR du fyller 16 till och med det år du fyller 70 omfattas du av totalförsvarsplikten. Den gäller alla som bor i Sverige och innebär bland annat att man är skyldig att bidra till landets säkerhet.

Totalförsvarsplikten omfattar även mönstring och grundutbildning med värnplikt eller civilplikt. Att göra grundutbildningen handlar om att bevara Sveriges mångåriga fred, frihet och demokrati och på så sätt se till att Sverige är och förblir ett tryggt och självständigt land.

Den som har fått en kallelse till mönstring, eller till grundutbildningen är skyldig att inställa sig och genomföra utbildningen enligt lagen om totalförsvarsplikt.

1 När kommer kallelsen?

Du får kallelsen till mönstring ungefär en till två månader innan det är dags för dig att mönstra. När du kallas beror dels på vilket datum du är född och dels på var i landet du bor. Är du född i januari får du oftast mönstra tidigt under perioden och är du född i december får du oftast mönstra i slutet av perioden. Din kallelse kommer senast i början på mars nästa år.

2 Bekräfta att du fått kallelsen

När du har fått din kallelse måste du bekräfta att du har tagit emot den. Det gör du på minsida.pliktverket.se.

3 Om du inte fått din kallelse

Har du inte fått någon kallelse i mars det år du fyller 19 år kontaktar du Plikt- och prövningsverkets kontaktcenter (kontaktuppgifter hittar du på sida 70–71).

4 Kan man boka om tiden?

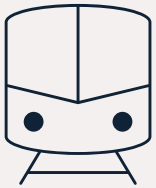
Det beror på anledningen. Om du har särskilda skäl att boka om din tid, exempelvis om du är sjuk, kan du göra det. Ring vårt Kontaktcenter så snart som möjligt, så hjälper de dig. Det är mycket viktigt att du hör av dig innan du ska mönstra och får en ny kallelse. Du kan behöva styrka ditt skäl med ett intyg, till exempel ett läkarintyg.

Att mönstra är en skyldighet och om du inte kommer kan du bli dömd för brott mot totalförsvarsplikten.

Kontaktcenter:
0771-24 40 00
kontaktcenter@pliktverket.se

PRAKTISK INFORMATION

Resor, boende och mat



RESOR

Du mönstrar antingen i Stockholm, Göteborg, Umeå eller Malmö.

I samband med mönstringen har du rätt till gratis resa. Den bokar du på minsida.pliktverket.se. Det är viktigt att du bokar både tur- och returbiljett. Biljetten hem är ombokningsbar och kan ändras om du blir klar tidigare. Om du har problem att boka din resa kan du kontakta vårt kontaktcenter.

OM DU BLIR SJUK

Är du sjuk den dagen du ska mönstra ska du stanna hemma. Då ska du ringa till oss direkt för att få en ny tid. Blir du sjuk på helgen och ska mönstra på måndag måste du ringa till oss så snart som möjligt på måndag morgon.

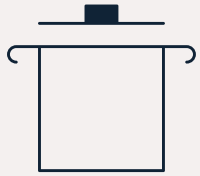
Anhöriga får inte följa med in när du ska mönstra.

BOENDE

Mönstringen tar vanligtvis cirka åtta timmar. Får du en mönstringstid som sträcker sig över två dagar, och du inte bor i närheten av prövningskontoret, blir du automatiskt inbokad för att sova över. Du får då även middag och frukost hos oss.

Övernattningen sker i sovsalar i Plikt- och prövningsverkets lokaler. Sovsalarna är uppdelade för tjejer och killar. Du behöver inte ta med sängkläder, men ta med sovkläder och en necessär med hygienartiklar.

Får du en mönstringstid som startar tidigt på morgonen och du bor långt bort kan du få komma kvällen innan och sova över. För att boka övernattning kvällen innan mönstringsdagen kontaktar du vårt kontaktcenter.



MAT

Under mönstringen kommer det finnas pauser då du får möjlighet att äta och fylla på med ny energi. Vi bjuder på lunch i våra lokaler, och om du mönstrar med övernattning även middag samt frukost nästa dag. Det finns alltid vegetariska alternativ.

Lunch ingår inte i din mönstring om du har en mönstringstid på eftermiddagen. Se då till att äta innan du kommer till oss.

*Giltiga id-handlingar:
- Svenskt vanligt pass (provisoriskt pass är inte giltigt som legitimation).
- Svenskt nationellt id-kort.
- Svenskt körkort.
- Svenskt SIS-märkt id-kort.
- Identitetskort för folkbokförda i Sverige.
- Digitalt id-kort.

Packlista till mönstringen

Legitimation
Glöm inte legitimation! Du måste ha en giltig id-handling* för att få genomföra mönstringen.

Hälsodeklaration
På **minsida.pliktverket.se** hittar du en hälsodeklaration. **Fyll i den, skriv ut och ta med den till mönstringen.** Det är viktigt att du svarar på alla frågorna i hälsodeklarationen efter bästa förmåga.

Glasögon eller linser och recept från optiker
Om du har glasögon eller linser så ta med dem samt receptet från optikern. Är du osäker på om receptet fortfarande är aktuellt, ta med det ändå. Om du har ett kraftigt synfel får receptet inte vara äldre än två år. **Obs!** Använder du nattlinser ska du inte använda dem veckan innan mönstring.

TIPS! Ta gärna med en bok eller tidning att läsa efter I-provet då det kan vara en del väntetid mellan de olika momenten. Mobilen måste du låsa in i ett skåp under dagen. Men lås inte in din legitimation – den behöver du ha med under hela dagen.

Träningskläder
Ta med träningskläder och träningsskor för de fysiska testerna. Ta också med handduk och duschtvål för att duscha efteråt.

Om du klarar mönstringen kräver Försvarsmakten en godkänd säkerhetsprövning. Till denna ska du ha med dig kontaktuppgifter till referensperson. Säkerhetsprövningen genomförs direkt efter mönstringen i Plikt- och prövningsverkets lokaler.

Kontaktuppgifter till referens
En del av säkerhetsprövningen innebär att Försvarsmakten hämtar uppgifter om dig och dina personliga förhållanden från en referens. En referens är en person som känner dig och som kan beskriva vem du är som person.

Du väljer själv en person att vara din referens, det kan exempelvis vara en lärare, tränare eller arbets- givare. En referens ska inte vara en förälder, vän eller annan person som du har en nära relation till.

Läs om Försvarsmaktens säkerhetsprövning på sida 36.

✻ Tänk på att inte jämföra dig med någon annan, utan fokusera bara på din egen prestation. Och se till att ha sovit ordentligt och ätit bra inför mönstringen.

Undrar du hur de olika konditions- och styrketesterna går till? Här hittar du förklarande filmer.

Träningstips

Så förbereder du dig på bästa sätt

BÅDE TEORETISKA och fysiska tester är en del av mönstringen. Testerna görs för att alla som ska genomföra en grundutbildning behöver vara i bra form. Det kan därför vara en bra idé att förbereda dig inför mönstringen.

UNDER MÖNSTRINGEN mäts din styrka i en Isokai, som kan liknas vid ett marklyft med en skivstång men där stången dras hela vägen upp till hakan i en rörelse. Det är viktigt att du har både styrka, koordination och rätt teknik när du lyfter.

Du behöver inte vara orolig om du inte vet hur maskinen ska användas. Personalen på plats kommer att berätta för dig exakt hur du ska göra och vilken teknik du ska använda.

VI KOMMER OCKSÅ testa din kondition genom ett cykeltest där motståndet ökar tills du inte orkar cykla längre.

ALLMÄNNA TRÄNINGSTIPS

- Träna allsidigt.
- Tänk på att träna både bål, rygg, axlar och överarmar inför Isokaitestet.
- Variera din träning.
- Ta reda på vad din maxpuls är. Träna sedan både låg-, medel- och högintensivt.
- Börja träna i god tid.
- Och glöm inte ... all träning är bra träning!

ÖVNING:

Intervall på cykel

Fokus: Kondition och mjölksyretålighet

1. Börja med ett förhållandevis lågt motstånd i 5 minuter.
2. Efter det höjer du successivt motståndet lite varje minut.
3. Efter cirka 15 minuter ska motståndet vara så tungt att du inte orkar trampa runt längre.
4. Varva ner utan belastning.
5. Börja om från punkt 1 och upprepa gärna intervallen flera gånger.

TIPS:
Cykla gärna utan spännremmar runt fötterna eftersom cyklarna hos oss inte har sådana. Och sitt ner när du tränar. Du får inte stå upp och cykla vid testet på mönstringen.

ÖVNING:

Marklyft

Fokus: Styrka

1. Ställ dig axelbrett isär med fötterna.
2. Börja med en låg belastning om du inte gjort marklyft tidigare. Öka sedan vikten successivt ju mer tränad du blir.
3. Böj benen och greppa skivstången med raka armar med ett överhandsgrepp (båda handflatorna mot dig). Håll ryggen neutral och blicken långt fram i rummet.
4. Spänn magen. Lyft stången lugnt och kontrollerat nära kroppen.
5. Sätt sedan ner stången lika lugnt och kontrollerat.

TIPS:
Var försiktig när du gör övningen så att du inte skadar dig. Ta hjälp av en tränare om du är osäker på hur du ska göra.

MONARK

02

Så går mönstringen till

* Gör ditt allra bästa under hela dagen. **Om du blir underkänd på något av momenten avbryts mönstringen.** Information om hur du bokar om din hemresa finns på prövningskontoret.

Vi mönstrar dig för att se om du kan genomföra en grundutbildning. Därför är du skyldig att vara ärlig och lämna korrekta uppgifter under mönstringen.

Mönstringens olika moment

Mönstringen består av tester, undersökningar och intervjuer. Under mönstringen får du bland annat träffa en sjuksköterska, en läkare, en psykolog och en inskrivningshandläggare. Resultaten visar dina förutsättningar för att klara av att genomföra en grundutbildning med värnplikt eller civilplikt.

* Vissa moment i mönstringen kan komma att genomföras på distans med personal från andra mönstringskontor.

Ankomst

Anmäl dig i receptionen och visa legitimation

NÄR DU KOMMER till Plikt- och prövningsverket ska du först anmäla dig i receptionen. På en skärm knappar du in ditt personnummer och efter det visar du upp din legitimation för personalen i receptionen. Kom ihåg att ha med dig giltig legitimation – den kommer du att få visa flera gånger under dagen.

Förvaring
Det finns skåp där du kan hänga av dig dina kläder och låsa in saker. Du måste exempelvis låsa in din mobil – den får du inte ha med dig under dagen.

Teori

I-provet i vår datasal

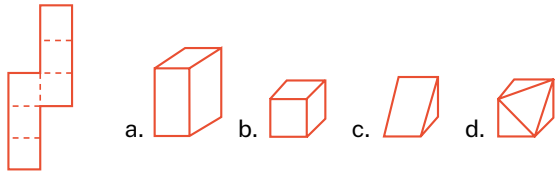
Tips!
Vill du se hur alla testerna går till? Se våra filmer här.

MÖNSTRINGEN BÖRJAR med ett teoretiskt prov som kallas för I-provet. Provet görs i en datasal. Där får du lösa uppgifter kring ordförståelse, logiskt tänkande och rumsuppfattning. Resultatet, tillsammans med de andra testerna och bedömningarna under mönstringen, ligger till grund för vilken typ av utbildning som kan bli aktuell för dig.

TESTA I-PROVET
Vill du få en känsla för vad I-provet är och vilken typ av frågor som kommer ställas? Testa dig här.

Testa dina kunskaper

01. Hur ser figuren ut när den är hopvikt?
I det här frågan ska du vika ihop en pappersfigur. Papperet ska vikas längs med de streckade linjerna. Din uppgift är att hitta alternativet som motsvarar pappret när det vikts samman.



02. Vilket är nästa nummer i serien? 2, 4, 6, 8, 10, 12

A. 9
C. 13
B. 10
D. 14

03. Vilket svarsalternativ beskriver ”påföljd” bäst?

A. Ett straff
C. Att avsluta någonting
B. En börda
D. Ett tillägg

Se de rätta svaren längst ner på sida 38.

Här hittar du fler frågor på I-provet

Förunder-sökning

Kom hälsodeklarationen!
- Fyll i
- Skriv ut
- Ta med till mönstringen

Kontroll av din kropps allmäntillstånd

SJUKSKÖTERSKAN GÅR IGENOM din hälsodeklaration och gör en kropps-undersökning. Vid undersökningen tittar sjuksköterskan till exempel på kroppsbyggnad, hud (eksem, ärr och tatueringar), leder, armar, ben samt rygg och axlar.

UNDERSÖKNINGEN GÖRS FÖR att hitta avvikelser, skador eller annat som gör att du inte kan genomföra en grundutbildning, eller skador som kan förvärras under grundutbildningen. Vid delar av undersökningstillfället har du endast underkläder på dig, så ha på dig underkläder som du är bekväm i.

Styrka

Styrketest – Isokaien mäter din styrka i ben, rygg och skuldror

Tips!
Vill du se hur testet med Isokaien går till? Kolla in vår film på pliktverket.se.

SJUKSKÖTERSKAN MÄTER din styrka i ben, rygg och skuldror i en speciell maskin, kallad Isokai. Den fungerar ungefär som en skivstång. Du drar skivstången, som är kopplad till ett hydrauliskt system, från golvet och hela vägen upp till hakan. För att få ett bra resultat behöver du både ha styrka, rätt teknik och en god koordinationsförmåga.

NÄR DU SKA lyfta får du information av sjuksköterskan om exakt hur du ska stå och vilken teknik du ska använda.

Syn+hörsel

Test av syn, färgseende och hörsel

UNDER SYNUNDERSÖKNINGEN testas din synskärpa genom att du får läsa bokstäver på en bokstavstavla. Färgseendet undersöks med hjälp av färgseendetavlor.

Viktigt!

- Om du har glasögon eller linser så ska du ta med dig både dem och ditt recept från din optiker.
- Om du har nattlinser får du inte använda dessa under veckan innan mönstringen.

UNDER HÖRSELUNDERSÖKNINGEN sitter du med hörlurar i en ljudisolerad box. Din hörsel testas sedan med hjälp av olika ljudfrekvenser.

Tips! Blunda gärna så är det lättare att koncentrera dig och höra pipet.

Lunch

Pausa mellan mönstringsmomenten – snacka, ät lunch, läs en bok eller spela kort

MELLAN MOMENTEN I mönstringen har du tillgång till väntrum. Där finns det sittplatser, tidningar och toaletter. Där kan du också passa på att prata med andra som mönstrar samtidigt. Tips: Ta med en bok eller en kortlek. Mobilen får du inte använda under dagen.

UNDER MÖNSTRINGEN FÅR du gratis lunch, som du äter i matsalen. Plikt- och prövningsverkets personal berättar när du kan gå och äta och när du senast ska vara tillbaka. Om du har gjort de fysiska testerna, duschar du innan du går för att äta lunch.

Hjärta

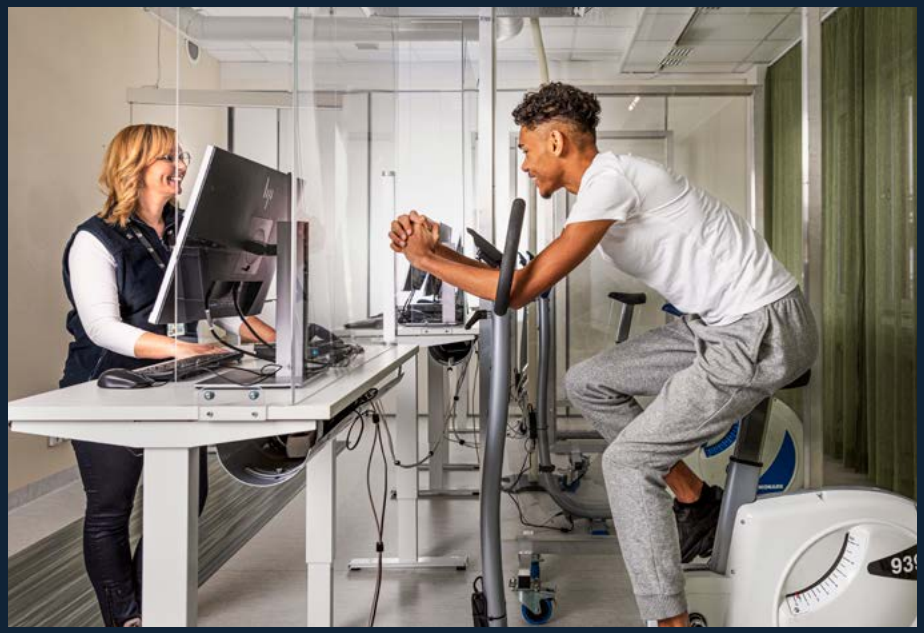
EKG, puls och blodtryck kontrolleras noga

INNAN DU SKA göra det fysiska arbetsprovet på testcykeln registrerar sjuksköterskan ditt EKG. Undersökningen testar hjärtats funktion i vila genom elektroder som placeras på bröstkorgen, armarna och benen. Samtidigt registreras också din puls och ditt blodtryck.

Hälsa

Hälsokontrollen avgör din förmåga att genomföra en grundutbildning

DU FÅR TRÄFFA en läkare för att göra en allmän hälsokontroll. Läkaren väger in resultaten från de medicinska och fysiska testerna och gör en bedömning av dina medicinska förutsättningar, det vi kallar tjänstbarhet. Tjänstbarheten visar om du har förmågan att klara av grundutbildningen utan att riskera att din hälsa försämras, och i så fall vilken typ av utbildning. Den visar också i vilken mån du kan utföra den uppgift du utbildas för i en krigssituation.



Fysik

Fysiskt arbetsprov – cykeltest mäter din kondition och uthållighet

Tips!
Vill du se hur cykeltestet går till? Se vår film på pliktverket.se.

NÄR DET ÄR DAGS för det fysiska arbetsprovet på testcykel kommer vår personal att tala om för dig att det är dags att byta om till träningskläder. Det finns separata omklädningsrum med duschar för både tjejer och killar. Obs! Glöm inte att ta med egen handduk och duschtvål.

UNDER CYKELTESTET mäts din kondition och uthållighet. Belastningen på cykeln ökar gradvis tills du inte orkar längre. Under hela testet kontrolleras din puls, belastning, trampfrekvens och tid på en dator.

Intervju

Psykologen bedömer din lämplighet

DEN PSYKOLOGISKA prövningen består av ett teoretiskt test (I-provet) och en intervju med en psykolog. Under psykologintervjun kommer du bland annat att få berätta om dig själv, din skolgång, din familj och dina intressen. Psykologintervjun kan komma att genomföras på distans med personal från ett annat kontor.

PSYKOLOGEN ANVÄNDER resultatet av testet och intervjun för att bedöma om kraven för grundutbildning med värnplikt eller civilplikt är uppfyllda samt för att gradera förutsättningarna för extra ansvarsfulla befattningar.

Inskrivning och beslut

Om du klarat alla moment, får du träffa inskrivnings-handläggaren. Det är nu du får veta vilken utbildning som du är bäst lämpad för.

INSKRIVNINGSHANDLÄGGAREN går igenom dina testresultat med dig. Du kan förbereda dig på samtalet genom att fundera på vad du vill få ut av din värnplikt eller civilplikt och vilken inriktning som skulle passa dig. Du har möjlighet att lämna önskemål om utbildning, men vilken du skrivs in till bestäms av Plikt- och prövningsverket. Vi tittar på dina resultat från mönstringen och ser vilken utbildning du är bäst lämpad för.

INNAN DU ÅKER hem får du ett preliminärt besked om du ska genomföra grundutbildningen. I beskedet framgår var du ska gå utbildningen, vad du ska utbildas till och när du rycker in. Ett slutgiltigt beslut kommer inom några månader efter mönstringen.

Tips!
Vill du veta mer om de olika utbildningarna? Gå in på vårt utbildningsregister på pliktverket.se.

Inskrivnings-och beslutsprocess

→ Nominering
Plikt- och prövningsverket tillsätter de flesta utbildningsplatser via en nomineringsprocess. Det betyder att du först får ett preliminärt besked om vilken utbildning du skrivits in till. Vid nomineringen går vi igenom alla preliminära inskrivningar och fattar slutgiltigt beslut om hur utbildnings-platserna ska tillsättas. Senast fyra månader efter mönstringsdagen får du ett beslut om utbildning på minsida.pliktverket.se. Du kan också bli utan utbildningsplats och i stället skrivas in i utbildningsreserven.

→ Utbildningsreserven
Utbildningsreserven är till för personer som har godkänt resultat från mönstringen men som inte är inskrivna till grundutbildningen. Man är inskriven i utbildningsreserven i fem år och därefter skrivs man ut. Om det behövs fler inskrivna till grundutbildningen kan regeringen besluta att aktivera utbildningsreserven. Om du blivit inskriven i utbildningsreserven, men vill genomföra grundutbildningen, kan du begära ändrad inskrivning. Blanketten hittar du på pliktverket.se.

Utbildningar med särskilda krav

Vissa av utbildningarna du kan skrivas in till ställer särskilda krav. För att bli inskriven till dem kan du behöva göra ytterligare tester vid mönstringen eller hos utbildande myndighet.

Tips! Vill du se hur alla testerna går till?
Se alla filmer under rubriken
Utbildningar med särskilda krav på pliktverket.se

→ Jägartest

Om du på mönstringen uppnår de krav som ställs på de mer krävande utbildningarna som till exempel jägare och är intresserad av att bli inskriven till någon av de utbildningarna kan du få göra jägartestet.

Jägartestet består av två delar. Första delen är att du ska resa dig upp på ett ben från sittande på en bänk som är 40 cm hög, fem gånger på varje ben.

Den andra delen är att du ska göra step ups med ett ben i taget med 20 kg tung ryggsäck på ryggen, 75 på varje ben. Mellan varje ben får man vila och stretcha.

→ Simultankapacitetstest

Om du är intresserad av att bli inskriven till exempelvis som stridsbåtsförare kan du få genomföra ett simultankapacitetstest. Det är ett test där din förmåga att lösa olika uppgifter samtidigt testas.

→ Utökad mönstring

Vissa utbildningar har utökad mönstring. Det är tester som genomförs av det förband som du ska utbildas vid. Efter den utökade mönstringen kan du bli inskriven till den aktuella utbildningen, någon annan utbildning, eller placeras i utbildningsreserven.

Säkerhets-prövning

För att kunna bli inskriven till värnplikt måste du uppfylla kraven för en godkänd säkerhetsprövning. Säkerhetsprövningen genomförs av Försvarsmakten direkt efter mönstringen.

SÄKERHETSPRÖVNINGEN görs av Försvarsmakten samma dag som mönstringen, efter att du fått din preliminära inskrivning. Den genomförs för att förebygga och förhindra personrelaterade hot mot Sveriges säkerhet, som till exempel spionageri eller sabotage.

SÄKERHETSPRÖVNINGEN består av två delmoment: en grundutredning och en registerkontroll.

Under grundutredningen får du träffa en utredare som intervjuar dig. Innan intervjun inhämtar utredaren uppgifter om dig, kontrollerar dina betyg och tar referenser. Du måste själv ta med vidimerade kopior på dina betyg och kontaktuppgifter till en referens.

Om du uppfyller kraven för en godkänd grundutredning är nästa steg en registerkontroll som Säkerhetspolisen genomför. De kontrollerar då om du förekommer i exempelvis belastningsregistret, misstankeregistret eller Säkerhetspolisens register.

EFTER REGISTERKONTROLLEN beslutar Försvarsmakten om du uppfyller kraven för en godkänd säkerhetsprövning eller inte. Blir du inte godkänd kommer du få besked om detta från Försvarsmakten. Därefter meddelar Plikt- och prövningsverket om beslutet påverkar din inskrivning.

Här kan du läsa mer om säkerhetsprövningen.

RÄTT SVAR FÖR TESTET PÅ SIDA 23: 1 = B, 2 = D, 3 = A

Nyfiken på att veta mer?

Nyhetsbrev
Via våra nyhetsbrev får du löpande information om mönstringen fram till den dag du ska mönstra. Här får du tips om hur du kan förbereda dig samt viktig information om vad du ska tänka på när det väl är dags. Du anmäls automatiskt till nyhetsbrevet när du blir utvald för mönstring.

Utbildningsregister
I vårt utbildningsregister kan du läsa mer om vilka utbildningar som finns. Du kan inte välja utbildning själv; det bestäms av Plikt- och prövningsverket. Men du kan lämna önskemål och genom att vara påläst kan du förbereda dig bättre.

Här kan du se vilka utbildningar som finns.

03

Efter mönstringen

Det är viktigt att du fortsätter träna inför grundutbildningen. Den är fysiskt krävande och ju bättre förberedd du är, desto bättre förutsättningar har du att klara av den.

Om ditt hälsotillstånd ändras efter mönstringen kan det påverka dina möjligheter att genomföra grundutbildningen. Då ska du kontakta oss och meddela detta. Du kan behöva skicka in underlag, till exempel läkarintyg.

Grundutbildning med värnplikt

OM DU SKRIVS IN till grundutbildning med värnplikt får du en kallelse och information inför utbildningsstart från Plikt- och prövningsverket. Din utbildningstid är mellan 9 och 15 månader. Hur lång utbildningen är beror på vilken inriktning du får, men den vanligaste utbildningstiden är 9 månader. Du startar med 3 månader grundläggande militär utbildning och därefter följer en befattningsutbildning som är mellan 6 och 12 månader lång.

UTBILDNINGEN ÄR BÅDE praktisk och teoretisk och den genomförs både inom- och utomhus. Den kommer att vara både tekniskt avancerad och fysiskt krävande.

UNDER UTBILDNINGEN kommer du utveckla din samarbetsförmåga och din förmåga att prestera under stress. Utbildningen är framtagen för att förbereda dig för militära uppgifter.

NÄR DU HAR GENOMFÖRT och blivit godkänd på din grundutbildning med värnplikt får du ett militärbetyg, en utbildningspremie samt en krigsplacering. Vad du gör sedan är upp till dig själv. Du kan till exempel vidareutbilda dig till officer, söka jobb i Försvarsmakten eller ta med dina nya erfarenheter ut i livet och göra något helt annat.

EFTER MÖNSTRINGEN

Grundutbildning med civilplikt inom kommunal räddningstjänst

OM DU SKRIVS IN till grundutbildning med civilplikt inom kommunal räddningstjänst får du en kallelse och information inför utbildningsstart från Plikt- och prövningsverket. Din utbildningstid är mellan 14 och 20 veckor beroende på vilken roll du får.

UTBILDNINGEN ÄR både praktisk och teoretisk och sker till stora delar utomhus. Den kräver både uthållighet och problemlösningsförmåga.

UNDER UTBILDNINGEN kommer du utveckla din förmåga att samarbeta med andra i situationer som kan innebära fara för liv och hälsa. Utbildningen är framtagen för att ge dig grundläggande kunskaper för arbete inom räddningstjänst, som första hjälpen, brandsläckning samt räddning i olika miljöer och med olika redskap.

EFTER GRUNDUTBILDNING med civilplikt inom kommunal räddningstjänst får du ett tjänstgöringsbetyg, en utbildningspremie samt en krigsplacering. Du har efter grundutbildning möjlighet att söka jobb inom räddningstjänsten.

Dina förmåner

När du genomför en grundutbildning med värnplikt eller civilplikt hjälper du Sverige att fortsätta vara ett tryggt land. Men det finns även andra förmåner och rättigheter för dig som är bra att känna till.

✳ Visste du att cirka 10 000 ungdomar födda 2008 kommer att genomföra en grundutbildning med värnplikt eller civilplikt? Första utbildningsstart är sommaren 2027.

→ Gratis mat, boende och kläder
Du äter gratis under utbildningen. Dessutom får du 90 kronor extra till mat under dina lediga dagar (skattefritt). Du bor också gratis. Alla sover i ett logement (en sovsal) tillsammans med andra som genomför utbildningen. Har du en egen lägenhet kan du ansöka om bostadsbidrag hos Försäkringskassan för hyran. Du behöver heller inte tänka på att ha rätt typ av kläder och utrustning – allt finns på plats.

→ Ersättning per dag
Du får en dagsersättning på 200 kronor per tjänstgöringsdag, vilket motsvarar cirka 6 000 kronor per månad (skattefritt).

→ Utbildningspremie
Vid avslutad utbildning får du en premie som motsvarar samma summa som den totala dagsersättningen du redan fått. Det vill säga, var din utbildning 9 månader så multipliceras 6 000 kronor med 9, vilket innebär att din utbildningspremie blir 54 000 kronor (skattefritt).

→ Betalt högskoleprov
Utbildande myndighet står för kostnaden av två högskoleprov om provdagarna sammanfaller med din grundutbildning.

→ Rätt till studieuppehåll
Om du läser ett treårigt gymnasieprogram börjar du din grundutbildning först efter att du gått klart skolan. Läser du ett fyraårigt program (eller går om ett år) behöver du ansöka om uppskov från grundutbildningen. För övriga utbildningar, till exempel på universitet och högskola, har du rätt att ansöka om studieuppehåll. Du behåller din plats och kan börja eller återuppta studierna efter grundutbildningen.

→ Försäkring, fri sjukvård och akut tandvård
Blir du fysiskt eller psykiskt sjuk eller behöver akut tandvård under utbildningstiden behöver du inte betala för vårdbesök. Dessutom omfattas du av försäkringsskydd vid olycksfall.

→ Gratis resor till och från hemmet vid ledighet samt in- och utryckning
Många av helgerna är lediga och då är resorna till och från hemmet fria. Du har även rätt att söka permission för särskilda händelser.

→ Familjebidrag
Det finns flera olika bidrag att söka hos Försäkringskassan. Bland annat familjepenning om du är försörjningspliktig, eller näringsbidrag om du är egenföretagare.

Utbildningsregistret hittar du här

Orter och utbildninga

Grundutbildningen finns på flera orter i landet. Totalt finns det cirka 185 olika utbildningar där du kan bli allt från räddningsperson till röjdykare, cybersoldat eller kock.

ORTERNA DÄR UTBILDNINGAR FINNS 2027/2028:

Civilt och militärt försvar

Sveriges totalförsvar består av både civilt och militärt försvar som tillsammans ska skydda samhället i höjd beredskap och krig.

Medinflytande

Under din utbildning kommer du få möjlighet till medinflytande vilket bedrivs för att utveckla din arbetsmiljö samt lösa ut eventuella problem och friktioner.

Pliktrådet är Sveriges centrala medinflytandeorgan som arbetar för att förbättra villkoren för totalförsvarspliktiga under grundutbildning. Pliktrådet besöker utbildningsenheterna i syfte att följa upp det aktuella läget på lokal nivå. Mer information hittar du på Pliktrådets hemsida Pliktradet.se.

Du ges möjlighet till medinflytande under din utbildning. Läs mer på Pliktrådets hemsida: **pliktradet.se**

DET CIVILA FÖRSVARET är allt det som gör att samhället fungerar även när det är höjd beredskap eller krig. Det handlar om att människor ska kunna få sjukvård, mat, vatten, el, information och trygghet – även om situationen är tuff. Kommuner, regioner, myndigheter, företag och frivilliga organisationer samarbetar för att skydda befolkningen och hålla viktiga funktioner igång.

Civilt försvar kan betyda att sjukhus ställer om, att räddningstjänsten prioriterar hårdare, att transporter och IT fungerar trots störningar, och att vi kan hantera desinformation. Det kan också handla om att hjälpa andra: grannar, äldre, barn eller människor som behöver stöd.

Du kan bidra till det civila försvaret genom att skrivas in till en grundutbildning med civilplikt eller till exempel engagera dig i någon frivillig organisation. Sveriges styrka är att många tar ansvar – tillsammans bygger vi motståndskraft.

DET MILITÄRA FÖRSVARET är Sveriges sätt att skydda landet mot väpnade hot. Försvarsmakten ska kunna upptäcka, avskräcka och – om det behövs – försvara Sverige när något allvarligt händer. Det handlar om att bevaka vårt territorium på land, till sjöss och i luften, skydda viktiga platser och samarbeta med andra länder när säkerhetsläget kräver det.

Om Sverige skulle bli angripet är målet att försvara människor, frihet och vårt sätt att leva. Men militära insatser kan också handla om att snabbt hjälpa med till exempel transporter, bevakning eller stöd på annat sätt när samhällets resurser inte räcker till.

Du kan bidra till det militära försvaret genom att skrivas in till en grundutbildning med värnplikt eller till exempel bli specialist i hemvärnet. Det betyder inte att alla blir soldater – men alla kan vara en del av Sveriges beredskap. Kunskap, ansvar och vilja att bidra gör skillnad.

VAPENFRI TJÄNST
Är du övertygad om att du inte kan använda vapen mot någon annan person? Då kan du ansöka om att få göra din totalförsvarsplikt utan vapen. Kom ihåg att civilplikt inte är detsamma som vapenfri. Mer information om rätten att vara vapenfri finns att läsa på pliktverket.se.

Tim visste knappt vad han gav sig in på när han ryckte in. Med en öppen inställning och vilja att utmana sig själv har han vuxit med uppgiften – och hittat både ansvar, gemenskap och riktning framåt. Och kanske framtidsplanerna nu tagit en ny vändning.

Tim Vati

20 år, luftvärnsgruppchef, Halmstad

När Tim från Bjärred i Skåne fick beskedet att han skulle göra värnplikt var han inte särskilt nervös – men inte heller särskilt insatt.

– Jag visste knappt vad luftvärn var, erkänner han. Ändå blev det starten på något oväntat men väldigt givande.

TIM RYCKTE IN på Lv6 i Halmstad sommaren 2024 och blev en del av 103:e plutonen, den första luftstridande pluton som ska kunna försvara sig även på marken. Redan från början fick han ett stort ansvar som gruppchef, och med tiden växte rollen till att även omfatta uppgifter som troppchef – chef för tre grupper och totalt 21 personer.

– Det var mycket att ta in i början, säger han. Men också väldigt utvecklande. Jag har lärt mig att leda andra i både övningar och i vardagen – och att ibland bara improvisera och lösa problem på plats.

FÖRSTA DAGEN MINNS han som överväldigande.

– Det var mycket nytt och ganska strikt. Första veckorna kände jag mig rätt vilsen, men sen kom jag in i det. Rutinerna och gemenskapen gjorde allt lättare.

Vardagen på regementet är strukturerad. Dagen startar 06.00 med bäddning, städning och frukost. Sedan följer uppställning och dagens schema – som kan innehålla allt från skjutövningar och lektionssal till att bygga tält eller vara ute i fält.

– När vi är ute i fält är det intensivt. Nyligen var vi på en slutövning i nästan två veckor. Men det är också kul – man får känna på det riktiga livet som soldat.

”Jag visste knappt vad luftvärn var – nu leder jag en hel tropp.”

”Det blev inte som jag trodde – det blev bättre.”

TIM BERÄTTAR ATT han hade en ganska öppen inställning till värnplikten.

– Jag var inte supertaggad, men inte heller negativ. Det fick bli vad det blev – och det blev riktigt bra. Jag ville göra något utmanande, och det här passade mig. Min pappa hade gjort lumpen och tyckte det var bra och nu försöker jag pusha min tre år yngre lillebror.

Efter muck i slutet på maj hade Tim planer på att plugga i Lund men han är osäker på vad han vill läsa och vill därför jobba något år innan han sätter sig på skolbänken. Han utesluter inte en framtid inom Försvarsmakten.

– Jag har sökt anställning både här i Halmstad och på pansarförbandet i Revingehed. Det är många som vill fortsätta inom Försvarsmakten – särskilt efter det som händer i omvärlden. Luftvärnet känns viktigare än någonsin.

TIMS TIPS TILL andra som precis fått sitt mönstringsbesked är tydliga:

– Ta hand om dig själv – både fysiskt och mentalt. Var öppen för att be om hjälp, och våga prata med Försvarshälsan om något känns jobbigt.

Och kanske viktigast av allt: Lär dig leva i ovisshet. Allt har inte alltid en tydlig förklaring, men det betyder inte att det saknar värde. Till slut faller bitarna på plats.

Han funderar ett ögonblick innan han avslutar:

– Det bästa med värnplikten är alla människor man möter. Jag har fått vänner för livet här. Det hade jag aldrig kunnat förutse – men det är jag väldigt glad för.

”Det bästa med värnplikten är alla människor man möter. Jag har fått vänner för livet här.”

TIM TIPS:

- Ta hand om dig själv – både fysiskt och mentalt.
- Lär dig leva i ovisshet.

När Felix ryckte in i somras visste han inte riktigt vad han hade att vänta sig. Men redan efter de första veckorna stod det klart: värnplikten skulle bli en upplevelse han aldrig glömmer.

Felix Hammarklo

19 år, stridsledningsgruppchef, Göteborg

– Jag hade inte superkoll på vad värnplikten skulle innebära men den här tiden har visat sig vara så värdefull. Man lär sig otroligt mycket. Alla dagar i veckan kan jag rekommendera de som kan och får möjligheten att göra värnplikten, säger han.

TROTS ATT BÅDE pappa och bror gjort värnplikten var Felix lite kluven vid mönstringen och satte inte mer än en sexa på en niogradig skala när det kom till frågan om motivation.

- Helt klart har jag fått en stor chans här, jag hade ångrat mig om jag inte tog den. Jag trodde mest att det skulle vara tufft fysiskt men det visade sig handla lika mycket om samarbete, gemenskap och att lära känna sig själv, säger han.

FELIX HAR JUST avslutat de första tre månaderna på Amf 4 i Göteborg. Grundutbildningen har varit en period fylld av fysisk träning, samarbete och mängder av nya upplevelser – allt från skjutövningar till sjukvård och övningar i fält.

– Vi har fått testa allt möjligt. Att skjuta för första gången, använda skyddsmask under tårgasutbildningen, välta en livflotte i vattnet... En del saker har varit jobbiga i stunden men man känner sig både stolt och tacksam

”Jag trodde mest att det skulle vara tufft fysiskt, men det handlar lika mycket om samarbete och gemenskap.”

efteråt. Man märker hur mycket man faktiskt klarar av.

– Det var mycket som var nytt den första tiden. Vi har haft en blandning av dagar här på garnisonen men också en hel del ute i fält och i båt. Men man hittar snabbt sin plats och det blir som ett litet lag. Alla kämpar för samma sak och stöttar varandra hela tiden.

EFTER GRUNDUTBILDNINGEN VÄNTAR nästa steg - befattningsutbildningen till amfibiegruppbefäl - den befattning han tilldelades efter mönstringen hos Plikt- och prövningsverket. Då lämnar han Göteborg för en tio veckor lång utbildning på Stockholms amfibieregemente Amf 1 i Berga.

Gruppbefälen utbildas då i olika inriktningar beroende på förbandets behov. Felix inriktar sig mot stridsledning, vilket betyder att han utbildas till stridsledningsgruppchef.

I praktiken innebär det att hans arbetsplats kommer vara ombord på en ledningsbåt inom en stridsledningsgrupp på kompani- eller bataljonsnivå. Hans främsta uppgift är att bygga upp och använda gruppens lednings- och sambandssystem – till exempel radio-, krypto- och IT-system.

– Det ska bli spännande. Efter den utbildningen ska jag tillbaka till Göteborg och vara här fram till muck.

TROTS ATT HAN INTE var särskilt insatt innan han ryckte in, kan han redan nu tänka sig en framtid inom Försvarsmakten.

– Det är en bra miljö. Man får träna, utmanas och utvecklas hela tiden. Och man lär sig saker som man kan ta med sig i civila livet – ledarskap, samarbete, att ta ansvar.

Till den som just fått sitt mönstringsbesked har han tydliga råd:

– Vi fick ett träningsprogram under en informationshelg innan vi ryckte in. Om du får ett sådant när du rycker in – följ det! Spring, gå med packning, träna på gym. Håll i gång helt enkelt. Det gör det mycket lättare när du väl börjar. Och var öppen – för nya människor, för utmaningar, för allt.

Han tänker efter en stund innan han lägger till: – Det bästa med lumpen är gemenskapen. Det är en upplevelse man verkligen växer av – både som person och som lagkamrat.

FELIX TIPS:

- Följ träningsprogrammet inför inryck.
- Håll i gång kroppen – det gör skillnad.
- Våga testa nya saker. Du lär dig mer än du tror.

”Jag har lärt mig sig så mycket – både om mig själv och andra”

”Alla dagar i veckan kan jag rekommendera de som kan och får möjligheten att göra värnplikten”

Civilplikt inom kommunal räddningstjänst
– en chans att göra verklig skillnad

Ann-Sofi Knutsson & Christoffer Persson

Verksamhetsutvecklare respektive instruktör

NÄR LARMET GÅR finns det ingen tvekan, bara handling. Inom kommunal räddningstjänst är varje insats ett steg mot att skydda liv, miljö och samhälle. Från och med årskullen födda 2008 kan du bli inskriven som civilpliktig och får en chans att bidra när det verkligen behövs.

Civilplikt inom kommunal räddningstjänst handlar om att utbildas för att ingå i den kommunala räddningstjänsten vid krig. Utbildningen varar mellan 14 och 20 veckor, beroende på vilken roll du får. Under tiden bor och övar ni tillsammans, vilket enligt instruktörerna gör grupperna otroligt tighta.

”Man blir som ett lag – man äter, tränar och löser uppgifter ihop”

Vi jobbar alltid ihop, polis, ambulans, brandmän, civilpliktiga. Ingen insats görs ensam”

- MAN BLIR SOM ETT LAG – man äter, tränar och löser uppgifter ihop, säger verksamhetsutvecklare Ann-Sofi Knutsson.

Dessutom får du ett intyg efteråt som är guld värt på CV:t. Under din grundutbildning som civilpliktig inom kommunal räddningstjänst får du en grundutbildning som motsvarar deltidsbrandman. Du har efter utbildningen kompetens som gör att du kan söka jobb som deltidsbrandman, eller läsa vidare för att bli brandman.

UTRUSTNINGEN FÅR DU direkt och utbildningen är upplagd steg för steg:

1. Inryck. Du tilldelas kläder, utrustning och en utbildning i vad som väntar.

2. Lär dig grunderna. Här är det fokus på dig som individ. Du lär dig hantera verktyg, maskiner och moment – sådant många idag faktiskt aldrig testat.

3. Jobba i grupp. Ni använder kunskaperna tillsammans, löser problem och börjar öva scenarion – brand, trafikolycka, sök, räddning.

4. Skarpare övningar. Ju längre in utbildningen du kommer, desto mer realistiskt blir det. Brandbilar, rollbyten, scenarioövningar. I slutet testas du i en hel händelsekedja – från att larmet går till att insatsen är klar.

- Vi bygger bit för bit, säger instruktören Christoffer Persson. Först individen, sedan gruppen. Uppgifterna blir efterhand mer komplexa och syftar till att samträna gruppen.

Du kommer möta människor i en mycket svår och utsatt situation. Olyckor, bränder och kaotiska situationer. Men du gör det aldrig ensam.

Vid olyckor och bränder jobbar räddningstjänsten ofta tillsammans med polis och ambulans. Civilpliktiga förstärker räddningstjänsten i händelse av krig.

- Det viktiga är att öva mycket, så att rollerna sitter i ryggraden. Då håller man lugnet även när adrenalinet pumpar, säger Christoffer.

VILL DU FÖRBEREDA DIG REDAN NU?

DET HÄR TIPSAR INSTRUKTÖRERNA OM:

- Träna kroppen inför långa dagar med mycket praktiskt arbete.
- Förbättra din simning och vattenvana.
- Öva på att hålla lugnet i stressade situationer.

Krigs-placeringar

Viktigt! Om du inte dyker upp på repetitionsutbildningen kan du dömas till böter eller fängelse.

EFTER AVSLUTAD godkänd grundutbildning med värnplikt eller civilplikt blir du krigsplacerad. Det innebär att du måste tjänstgöra om det skulle bli höjd beredskap eller krig i Sverige.

Det är Plikt- och prövningsverket som fattar beslut om din krigsplacering efter förslag från Försvarsmakten eller Myndigheten för civilt försvar.

När du blir krigsplacerad får du ett skriftligt besked från Plikt- och prövningsverket. Om du blir placerad i en krigsorganisation får du också en krigsplaceringsorder.

Placeringen gäller i tio år efter det senaste tjänstgöringstillfället, men finns det särskilda skäl kan din krigsplacering förlängas. Som värnpliktig är du som längst krigsplacerad till och med det år du fyller 47 år. För civilplikt gäller som längst till och med det år du fyller 70 år.

REPETITIONSUTBILDNING

Alla som är krigsplacerade i Sverige kan bli kallade till repetitionsutbildning. Den är max 34 dagar per kalenderår fördelade på max två tillfällen. Om det blir aktuellt skickar Plikt- och prövningsverket en kallelse till dig innan utbildningen. I kallelsen står det var och när du ska genomföra utbildningen samt annan praktisk information, till exempel om hur du ska resa dit och vilken ersättning du får.

Ordlista

Anstånd
Har du blivit inskriven till värnplikt eller civilplikt kan du ansöka om studieuppehåll, även kallat anstånd. Du behåller din studieplats och kan börja eller återuppta studierna efter grundutbildningen.

Befattningar
Befattningar är olika roller inom totalförsvaret som du kan utbildas till. Till exempel kan en befattning vara gruppchef, räddningsperson, sambandsoperatör, flygmekaniker eller kock. Läs mer i Plikt- och prövningsverkets utbildningsregister.

Försvarsmakten
Försvarsmakten försvarar Sverige, våra allierade och vår frihet att leva som vi själva väljer. De bidrar också till att skapa fred och säkerhet på andra håll i världen. Läs mer på forsvarsmakten.se.

Grundutbildning med civilplikt
Civilplikt är den civila motsvarigheten till värnplikt. En civilpliktig befattning får inte omfatta egentliga stridsuppgifter, däremot får den omfatta bevakningseller ordningsuppgifter.

Grundutbildning med värnplikt
Grundutbildning med värnplikt är en del av totalförsvarsplikten och innebär skyldighet att utbilda sig inom Försvarsmakten. Läs mer på pliktverket.se.

Hälsodeklaration
Inför mönstringen får du fylla i en hälsodeklaration och svara på frågor om ditt tidigare och nuvarande hälsotillstånd.

Krigsplacering
Efter att du avslutat grundutbildning med värnplikt eller civilplikt får du en krigsplacering. Det betyder att du måste tjänstgöra om det skulle bli höjd beredskap i Sverige. Krigsplaceringen gäller i tio år efter det senaste tjänstgöringstillfället. För värnpliktiga gäller krigsplaceringen som längst till och med det år du fyller 47. För civilpliktiga gäller krigsplaceringen till och med det år du fyller 70 år.

Myndigheten för civilt försvar
Myndigheten för civilt försvar skyddar Sverige vid kriser och krig. De samordnar beredskap samt informerar och stöttar viktig verksamhet så att landet fortsätter fungera.

Nominering
Utbildningsplatserna tillsätts via en nominering. Plikt- och prövningsverket går igenom de preliminära placeringarna för att tillsätta platserna med de som är bäst lämpade.

Pliktrådet
Pliktrådet representerar Sveriges totalförsvarspliktiga, deras intressen och åsikter. Pliktrådets uppgift är att bidra till ett fungerande medinflytande för den som genomför totalförsvarsplikt. Läs mer på pliktradet.se.

Totalförsvarsplikt
Alla (både män och kvinnor) mellan 16 och 70 år som är bosatta i Sverige är totalförsvarspliktiga. Det betyder att de, om det behövs, är skyldiga att delta i verksamhet som krävs för att förbereda Sverige för krig.

Uppskov
Om du av någon anledning anser att du behöver skjuta upp din grundutbildning med värnplikt och civilplikt kan du söka uppskov. Du kan få uppskov för max ett år i taget. Du kan söka uppskov först när du fått din kallelse till utbildning, men inte påbörjat utbildningen.

Vidimera
Att vidimera innebär att två personer, som inte tillhör din familj, intygar att en kopia stämmer överens med originalet. Båda personerna behöver skriva under med sina namnteckningar, namnförtydliganden och telefonnummer.

Överklagan
Vissa beslut går att överklaga. Det framgår i beslutet om det går att överklaga eller inte. Om någon är missnöjd, och beslutet går att överklaga, ska skrivelsen ställas till Statens överklagandenämnd men skickas till Plikt- och prövningsverket i Karlstad. Adress finns på pliktverket.se.

Kontakt

Du är alltid välkommen att höra av dig till oss om du har frågor. Du kan antingen ringa, mejla eller skicka ett meddelande via Facebook eller Instagram.

RING OSS
Ring vårt kontaktcenter på 0771-24 40 00 om du har frågor. Se vår webbplats för öppettider.

MEJLA OSS
Har du frågor om din mönstring kan du skicka ett meddelande till oss. Tänk på att inte mejla personuppgifter, om vi inte efterfrågar dem. Mejla till: kontaktcenter@pliktverket.se

FACEBOOK
www.facebook.com/pliktverket

INSTAGRAM
@pliktverket

NYHETSBREV
Vi kommer att skicka nyhetsbrev till dig med viktig information fram till den dag du mönstrar.

Viktigt! Plikt- och prövningsverkets lokaler är klassade som skyddsobjekt. Det innebär bland annat att du inte får fotografera där.

LOGGA IN PÅ MIN SIDA
Minsida.pliktverket.se känner du säkert igen från tillfället du fyllde i mönstringsunderlaget. Min sida används till mycket mer än så! Här bekräftar du när du tagit emot din kallelse och här bokar du också resan till och från mönstringen. När du har loggat in kommer du även kunna läsa information som rör dig och din mönstring. Vi rekommenderar att du loggar in med bank-id, men det går också att logga in med personnummer och lösenord.

Här hittar du **Min sida**

VÅRA PRÖVNINGSKONTOR

Stockholm
Besöksadress:
Tegeluddsvägen 29 A

Malmö
Besöksadress:
Norra Vallgatan 100

Göteborg
Besöksadress:
Haraldsgatan 5

Umeå*
Besöksadress:
Östra Fängelsegatan 5
*från oktober 2026

* Gå med i vår Facebookgrupp ”Vi som ska mönstra födda 08”. Här kan du ställa frågor till andra mönstrande och snacka med de som ska mönstra samma dag som du.

Plikt- och prövningsverket

Plikt- och prövningsverket
Box 31, 651 02 Karlstad
Växel och kontaktcenter: 0771-24 40 00

På pliktverket.se hittar du svaren på de vanligaste frågorna.

Produktion: Nowa Kommunikation/Spoon **Fotografer:** Anna Björkegren, Evelina Carborn, Melker Dahlstrand, Robert Lipic, Kajsa Lorentzon, Samuel Unéus **Tryck:** Billes Tryckeri

MÖNSTRING OCH VÄRNPLIKT/CIVILPLIKT

Det här gäller för dig som ska mönstra

1

MARS 2026:
BESKED OM MÖNSTRING

Du som får den här boken har valts ut att mönstra. Du kan läsa ditt besked genom att logga in på minsida.pliktverket.se.

2

MARS 2026–FEBRUARI 2027:
KALLELSE TILL MÖNSTRING

Du får din kallelse till mönstring ungefär en till två månader innan mönstringsdagen. Det innebär att du som ska mönstra först får din kallelse i mars. Ska du mönstra senare på året eller nästa år får du din kallelse senare. I kallelsen står det var och när du ska mönstra. Glöm inte att bekräfta att du tagit emot kallelsen. Det gör du på minsida.pliktverket.se.

3

MAJ 2026–APRIL 2027:
MÖNSTRING

Under mönstringen, som tar en till två dagar, får du göra olika psykologiska och fysiska tester och bedömningar. Mönstringen genomförs på något av Plikt- och prövningsverkets prövningskontor i Stockholm, Göteborg, Malmö eller Umeå. Var du mönstrar beror på var i landet du bor.

4

INSKRIVNING

Handläggaren går igenom dina testresultat och diskuterar vilken inriktning som passar dig. Du kan lämna önskemål, men Plikt- och prövningsverket avgör utbildning och placering utifrån dina resultat och förutsättningar. Innan du åker hem får du ett preliminärt besked om utbildning, plats och tid för utbildningsstart. Beslut meddelas inom fyra månader.

5

SOMMAREN 2027 OCH FRAMÅT:
UTBILDNING

Den första grundutbildningen med värnplikt eller civilplikt startar under sommaren 2027. Utbildningen är mellan 3 och 15 månader lång och genomförs på olika platser i landet.

Här hittar du oss

VÅRA PRÖVNINGSKONTOR

Göteborg:
Haraldsgatan 5

Malmö:
Norra Vallgatan 100

Stockholm:
Tegeluddsvägen 29 A

Umeå*:
Östra Fängelsegatan 5
*från oktober 2026

VÄXEL OCH KONTAKTCENTER
0771-24 40 00

På **pliktverket.se** hittar du svaren på de vanligaste frågorna.