

# SYKEPENGER

## OVERSIKT

Sykepenger er en midlertidig ytelse du får når du ikke kan jobbe fordi du er syk eller skadet. Det er en rekke vilkår som må være oppfylt og noen av vilkårene forutsetter konkrete vurderinger i hvert enkelt tilfelle. Kontakt Jussbuss for konkret hjelp i din sak. Vi gjør oppmerksom på at vi i perioder med høyt sakstrykk må prioritere de klientene som har lavest inntekt og få andre muligheter til å få hjelp.

## HVA SIER LOVEN - VILKÅR

Sykepenger er regulert i folketrygdloven kapittel 8. Uthevet lovtekst i dette dokumentet er gjort av Jussbuss. Vilkårene for sykepenger kan i grove trekk deles opp i fem hovedvilkår:

### 1. Tilknytning til arbeidslivet og folketrygden

«§ 8-2. Opptjeningstid

For å få rett til sykepenger må medlemmet **ha vært i arbeid i minst fire uker umiddelbart før han eller hun ble arbeidsufør** (opptjeningstid). Fravær i et arbeidsforhold uten gyldig grunn regnes ikke med i opptjeningstiden.

Likestilt med forutgående arbeid er tidsrom da medlemmet har **mottatt en ytelse til livsopphold** etter kapittel 4, 8, 9 eller 14. Foreldrepenger etter kapittel 14 opptjent på grunnlag av arbeidsavklaringspenger etter kapittel 11 likestilles likevel ikke med arbeid. Dersom medlemmet har vært sammenhengende yrkesaktiv (eller mottatt ytelse etter kapittel 8, 9 eller 14) i minst fire uker umiddelbart før uttaket av foreldrepenger starter, kan det likevel gis rett til sykepenger.»

«§ 8-9. Opphold i Norge eller utlandet

Det er et vilkår for rett til sykepenger at medlemmet **oppholder seg i Norge**.

(...)

**Etter søknad** kan et medlem også ellers få sykepenger i en **begrenset periode** under opphold i utlandet. Han eller hun må godtgjøre at utenlandsoppholdet **ikke vil forverre helsetilstanden, forlenge arbeidsuførheten eller hindre Arbeids- og velferdsetatens kontroll og oppfølging**.»

### 2. Alder/tap av pensjonsgivende inntekt

«§ 8-3. Tap av pensjonsgivende inntekt og minsteinntekt

Et medlem har rett til sykepenger etter bestemmelsene i dette kapitlet når han eller hun **taper pensjonsgivende inntekt** (§ 3-15) på grunn av arbeidsuførhet som nevnt i § 8-4. Det ytes ikke sykepenger til medlem som er fylt **70 år**. Medlem **mellom 67 og 70 år** har en begrenset sykepengerrett, se § 8-51 og § 8-12 fjerde ledd.»

### 3. Arbeidsuførhet

«§ 8-4. Arbeidsuførhet

Sykepenger ytes til den som er **arbeidsufør** på grunn av en funksjonsnedsettelse som klart skyldes sykdom eller skade. Arbeidsuførhet som skyldes sosiale eller økonomiske problemer o.l., gir ikke rett til sykepenger.»

### 4. Sykdom/årsakssammenheng

«§ 8-4. Arbeidsuførhet

Sykepenger ytes til den som er arbeidsufør **på grunn av** en funksjonsnedsettelse som **klart skyldes sykdom eller skade**. Arbeidsuførhet som skyldes sosiale eller økonomiske problemer o.l., gir ikke rett til sykepenger.»

## 5. Aktivitetstiltak

### «§ 8-4. Arbeidsuførhet

(...)

For å få rett til sykepenger skal medlemmet så tidlig som mulig og senest innen 8 uker prøve seg i arbeidsrelatert aktivitet, jf. arbeidsmiljøloven § 4-6 første ledd og folketrygdloven § 8-7 a første ledd, unntatt når medisinske grunner klart er til hinder for slik aktivitet. Det kan unntaksvis likevel ytes sykepenger utover 8 uker dersom arbeidsrelaterte aktiviteter ikke kan gjennomføres på arbeidsplassen.»

### «§ 8-8. Medlemmets medvirkning

(...)

Retten til sykepenger **faller bort** dersom medlemmet **uten rimelig grunn nekter å gi opplysninger eller medvirke til utredning, eller uten rimelig grunn nekter å ta imot tilbud om behandling, rehabilitering, tilrettelegging av arbeid og arbeidsutprøving eller arbeidsrettede tiltak**, se også § 21-8. Det samme gjelder dersom medlemmet uten rimelig grunn unnlater å medvirke ved utarbeiding og gjennomføring av oppfølgingsplaner eller unnlater å delta i dialogmøter som nevnt i første ledd.»

## HVA BETYR DET SOM STÅR I LOVEN – NÆRMERE OM VILKÅRENE FOR SYKEPENGER

### 1.1 Du må ha vært i arbeid i minst fire uker umiddelbart før du ble arbeidsufør

Etter folketrygdloven § 8-2 første ledd første punktum må du ha vært i arbeid i minst fire uker umiddelbart før du ble arbeidsufør. Å være arbeidsufør vil si at du er ikke er i stand til å jobbe. Kravet om å ha vært i arbeid er strengt, og fravær uten gyldig grunn regnes ikke med i opptjeningstiden. Dersom du sluttet i jobben din én uke før du ble syk, vil du derfor som utgangspunkt ikke ha krav på sykepenger.

Dersom du har mottatt en ytelse til livsopphold etter kapittel 4 (dagpenger), 8 (sykepenger), 9 (omsorgs-, pleie- eller opplæringspenger) eller 14 (svangerskaps-, foreldre- eller fødselspenger), vil vilkåret om opptjeningstid likevel kunne være oppfylt, se folketrygdloven § 8-2 andre ledd første punktum. Dette innebærer at dersom du blir syk mens du for eksempel går på dagpenger, vil du likevel kunne ha rett på sykepenger.

Det gjøres unntak fra vilkåret om å ha vært i arbeid dersom du er arbeidsufør på grunn av en yrkesskade, jf. folketrygdloven § 8-55 bokstav a. En yrkesskade vil si en skade som oppstår i forbindelse med en ulykke på arbeidsplassen. Dette innebærer at dersom du skader deg på jobben første uka du er i jobb, vil du likevel kunne ha rett til sykepenger. Det finnes også enkelte andre spesielle unntak fra vilkåret om opptjeningstid.

### 1.2 Du må oppholde deg i Norge

Etter folketrygdloven § 8-9 første ledd er det et vilkår for rett til sykepenger at du oppholder deg i Norge. Det kan imidlertid gjelde unntak for opphold innenfor EØS-området og i enkelte andre særtilfeller. Det er viktig å søke om dette på forhånd før du reiser. I tillegg kan du søke om å få innvilget sykepenger i en begrenset periode under opphold i utlandet. En forutsetning for at du skal få godkjent utenlandsopphold er at oppholdet ikke forlenger sykefraværet ditt, for eksempel ved at du blir sykere av å reise eller at du blir forhindret fra å delta på NAVs opplegg.

### 2.1 Du må være mellom 13 og 70 år

Sykepenger gis til personer mellom 13 og 70 år. For personer mellom 67 og 70 år gis det begrensede sykepenger fra NAV i opptil 60 dager.

### 2.2 Du må tape pensjonsgivende inntekt

Det er videre et vilkår for sykepenger at du taper pensjonsgivende inntekt, jf. folketrygdloven § 8-3 første ledd første punktum. Pensjonsgivende inntekt er som utgangspunkt inntekt som du må skatte av, slik som lønn. Uføretrygd er ikke



pensjonsgivende inntekt. Vilkåret om tap av pensjonsgivende inntekt vil være oppfylt dersom du for eksempel ikke lenger kan jobbe, og derfor ikke lenger mottar lønn.

Dersom du er ansatt i eget aksjeselskap, eller er i nært slektskap eller har annen nærstående relasjon til arbeidsgiver, stilles det et særlig strengt krav til dokumentasjon av tap pensjonsgivende inntekt.

### 3. Du må være arbeidsufør til ethvert arbeid

Det er et vilkår etter folketrygdloven § 8-4 første ledd første punktum at du er arbeidsufør. Utgangspunktet er at du må være ute av stand til å jobbe i ethvert arbeid. Dette innebærer at dersom du kan jobbe i en annen stilling eller bransje, eller dersom du kan gå over til å jobbe deltid, vil dette kunne medføre at du ikke oppfyller vilkåret om å være arbeidsufør. At den nye jobben er dårligere betalt eller er mindre prestisje er uten betydning i denne sammenheng.

Det gjelder visse unntak fra kravet om å måtte være arbeidsufør til ethvert arbeid dersom uførheten antas å være kortvarig. Et sykefravær vil være kortvarig dersom det er på under 2–3 måneder. I slike tilfeller skal arbeidsuførheten som regel bare vurderes ut ifra dine muligheter til å kunne jobbe innenfor ditt nåværende yrke. NAV kan derfor ikke nødvendigvis kreve at du skal omskolere deg ved kortvarig sykefravær.

#### 4.1 Du må være syk eller skadet

Etter folketrygdloven § 8-4 første ledd første punktum er det et vilkår for sykepenger at du har en sykdom eller skade. Dette er ikke utelukkende en medisinsk vurdering og en legeerklæring er i seg selv ikke avgjørende for om du oppfyller sykdomsvilkåret. Ikke alle diagnoser anses som «sykdom» i folketrygdlovens forstand og NAVs rådgivende leger har også anledning til å kontrollere om riktig diagnose er stilt. Uttalelser fra lege vil imidlertid være tungtveiende argumenter, og som regel helt nødvendig, for at du skal anses som syk eller skadet.

#### 4.2 Du må være arbeidsufør på grunn av sykdommen eller skaden

Folketrygdloven § 8-4 første ledd oppstiller et vilkår om årsakssammenheng mellom arbeidsuførheten og sykdommen eller skaden. Dette innebærer at det må være sykdommen eller skaden som gjør at du ikke lenger kan jobbe. Dersom grunnen til at du ikke kan jobbe, er sosiale eller økonomiske problemer vil du ikke ha krav på sykepenger. Dette innebærer at arbeidskonflikter, samlivs- eller gjeldsproblemer i seg selv ikke er nok. En person kan likevel ha flere problemer på samme tid. Dersom du både er syk, men også har ikke-medisinske problemer vil ikke dette nødvendigvis utelukke at du kan få sykepenger. Det avgjørende er om sykdommen eller skaden utgjør hovedårsaken til at du ikke lenger kan jobbe.

### 5. Du må delta på de tiltak som NAV mener er hensiktsmessige for å bedre din arbeidsevne

Hvordan du ble syk eller skadet er uten betydning for hvorvidt du har krav på sykepenger. At sykdommen eller skaden er selvforskyldt, for eksempel ved rusmisbruk eller risikofylt atferd, forhindrer deg ikke fra å kunne motta sykepenger. Du har imidlertid en plikt til ikke å forlenge sykdomsfraværet ditt. Dette innebærer at NAV kan kreve at du gjennomfører hensiktsmessig behandling eller arbeidsrettede tiltak for at du skal bli i stand til å kunne jobbe igjen. Dersom du uten rimelig grunn ikke deltar på NAVs anviste tiltak, vil retten til sykepenger kunne falle bort, se folketrygdloven § 8-8 andre ledd.

## HVA SIER LOVEN – SYKEPENGENES STØRRELSE, ARBEIDSGIVERPERIODE, GRADERTE SYKEPenger OG VARIGHET

### 1. Størrelse

«§ 8-16. Sykepengenes størrelse (kompensasjonsnivå)

Til arbeidstakere ytes det sykepenger med **100 prosent** av sykepengegrunnlaget. Se §§ 8-10, 8-28 og 8-30.»

«§ 8-10. Sykepengegrunnlag

Sykepenger ytes etter et fastsatt sykepengegrunnlag.

Sykepengegrunnlaget pr. år kan ikke overstige **seks ganger grunnbeløpet**. Har arbeidstakeren flere arbeidsgivere, gjelder begrensningen i arbeidsgiverperioden bare i forhold til den enkelte arbeidsgiver.»

## 2. Arbeidsgiverperiode

«§ 8-19. Beregning av arbeidsgiverperiode

Arbeidsgiveren skal betale sykepenger i et tidsrom på opptil **16 kalenderdager** (arbeidsgiverperioden).»

## 3. Graderte sykepenger

«§ 8-13. Graderte sykepenger

Dersom medlemmet er **delvis arbeidsufør**, kan det ytes graderte sykepenger. Det er et vilkår at evnen til å utføre inntektsgivende arbeid er nedsatt med **minst 20 prosent**.

Sykepengenes størrelse skal beregnes på grunnlag av reduksjon i arbeidstiden og/eller inntektstap.»

## 4. Varighet og ny sykepengeperiode

«§ 8-12. Antall sykepengedager

Når en arbeidstaker, selvstendig næringsdrivende eller frilanser har mottatt sykepenger fra trygden i til sammen **248 dager** i de siste tre årene, opphører retten til sykepenger fra trygden. Når andre medlemmer har mottatt sykepenger fra trygden i til sammen **250 dager** i de siste tre årene, opphører retten til sykepenger fra trygden. Dersom trygden yter sykepenger i de første 16 kalenderdagene eller to ukene, ytes det sykepenger i opptil **260 dager**.

Et medlem som har vært helt arbeidsfør i **26 uker** etter at vedkommende sist fikk sykepenger fra trygden, får igjen rett til sykepenger fra trygden i 248, 250 eller 260 sykepengedager. Ved vurderingen av om medlemmet har vært helt arbeidsfør, ses det bort fra perioder der vedkommende har mottatt sykepenger i arbeidsgiverperioden eller fra forsikringen for selvstendig næringsdrivende og frilansere for de første 16 kalenderdagene.»

## HVA BETYR DET SOM STÅR I LOVEN – NÆRMERE OM SYKEPENGENES STØRRELSE, ARBEIDSGIVERPERIODE, GRADERTE SYKEPENGER OG VARIGHET

### 1. Sykepengene skal utgjøre 100 % av inntektsgrunnlaget ditt

Sykepenger beregnes ut fra lønna di. Utgangspunktet er at du skal få utbetalt det samme som du ville fått utbetalt i lønn.

Sykepengegrunnlaget begrenses imidlertid til seks ganger folketrygdens grunnbeløp (G), se folketrygdloven § 8-10 andre ledd. Dette betyr at du ikke vil få utbetalt mer enn 6G i sykepenger selv om lønnen din er høyere enn dette. Etersom grunnbeløpet per 2020 utgjør i underkant av 100.000 kr, innebærer dette at sykepengegrunnlaget dette året er begrenset til omlag 600.000 kr.

Er du selvstendig næringsdrivende eller frilanser gjelder det andre regler.

### 2. Arbeidsgiveren din betaler sykepenger de 16 første kalenderdagene

Etter folketrygdloven § 8-19 første ledd skal arbeidsgiveren din betale sykepenger de første 16 kalenderdagene, også kalt «arbeidsgiverperioden». Etter 16 dager er det NAV som skal betale sykepenger. I visse tilfeller kan arbeidsgiveren din være fritatt fra å betale sykepenger, slik at NAV betaler fra første sykedag.

### 3. Du kan også få sykepenger dersom du kan jobbe mindre enn tidligere

Etter folketrygdloven § 8-13 første ledd første punktum kan du få sykepenger dersom du er delvis arbeidsufør. Dette vil for eksempel være tilfellet dersom du på grunn av sykdom eller skade bare kan jobbe halvparten så mye som du kunne tidligere. Det er imidlertid et vilkår at din evne til å kunne jobbe er nedsatt med minst 20 prosent. For en ordinær arbeidsuke innebærer dette at du må være borte minst én dag i uka.

#### 4.1 Du kan få sykepenger i opptil 248, 250 eller 260 dager

Sykepenger er en midlertidig ytelse. Etter folketrygdloven § 8-12 første ledd gis sykepenger fra trygden i opptil 248 dager for arbeidstakere, som tilsvarer cirka ett arbeidsår. Dersom NAV yter sykepenger i arbeidsgiverperioden, ytes sykepenger i opptil 260 dager. Hvis du fortsatt er syk etter dette, kan du søke arbeidsavklaringspenger. For andre enn arbeidstakere gis sykepenger i 250 dager.

#### 4.2 Du kan få innvilget sykepenger på nytt fra NAV når du har vært arbeidsfør i 26 uker etter at du sist mottok sykepenger fra NAV

Etter folketrygdloven § 8-12 andre ledd vil du igjen ha rett på sykepenger fra NAV når du har kunnet jobbe i 26 uker etter at du sist mottok sykepenger fra NAV. Sykepenger som du har mottatt fra arbeidsgiver i mellomtiden avskjærer ikke retten på sykepenger fra NAV. Dette innebærer at sykemelding på opptil 16 dager ikke forhindrer deg fra å ha rett på sykepenger fra NAV ved langvarig sykdom.

## SØKNADSPROSESSEN

Dette heftet kan du bruke som hjelp når du skriver en søknad eller klage om sykepenger.

Du kan spørre NAV om hjelp til å søke og klage. De har **veiledningsplikt**. Dette betyr at de har en plikt til å hjelpe deg med spørsmål du har, fortelle hvilke ytelser du kan ha krav på og hva som ligger i de ulike vilkårene for å ha krav på en ytelse. De skal også bistå ved søknadsprosessen. Denne hjelpen er gratis.

Dersom dette dokumentet ikke er nok, og du ikke får hjelp av NAV, kan du kontakte Jussbuss for hjelp. Vi hjelper imidlertid ikke med å søke om sykepenger, men vi kan se på vedtaket dersom du får avslag, eller en innvilgelse du ikke er fornøyd med.

Som søker har du **opplysningsplikt**. Dette betyr at du må gi riktige opplysninger og melde ifra dersom din livssituasjon endrer seg. Denne plikten er streng. Hvis NAV finner ut at du ikke har gitt riktige opplysninger, kan du få et tilbakebetalingskrav. Du risikerer strafferettslige konsekvenser, og i verste fall fengsel, hvis det er snakk om store summer og du har gjort det med vilje. Det er derfor veldig viktig at du leser vedtakene fra NAV nøye, slik at du vet hva slags informasjon NAV trenger og når du skal melde ifra om endringer i livssituasjonen.

## HVA KAN DU GJØRE HVIS DU FÅR AVSLAG ELLER IKKE FÅR INNVILGET DET DU HADDE HÅPET PÅ?

Et vedtak skal være skriftlig. Det er ikke tilstrekkelig at NAV sier at du ikke har noe krav muntlig, for eksempel over telefon. Dersom dette skjer kan du alltid kreve dette skriftlig. Dette er viktig fordi vedtaket må være skriftlig for at du skal kunne klage. Dersom du er misfornøyd med NAVs vedtak kan du kontakte Jussbuss for veiledning. Vi vil da vurdere om din sak skal utredes eller ikke. Hvis vi utreder vil du få argumenter som du kan bruke i en eventuell klage. **Som hovedregel gir vi kun muntlig tilbakemelding slik at du må skrive klagen selv.**

Klagefristen er i utgangspunktet seks uker etter at du mottok svar. Dersom du ønsker at vi skal lese vedtaket og gi veiledning i forbindelse med en eventuell klage, bør du ta kontakt med oss så fort som mulig etter at du mottok vedtaket. Hvis du trenger lengre tid på å skrive en klage, kan du levere en **fristavbrytende klage**. Dette er en klage som vil avbryte klagefristen, slik at du får mer tid til å ettersende en mer utfyllende begrunnelse. Sammen med dette dokumentet finner du en slik fristavbrytende klage. Denne kan du fylle ut og levere til NAV dersom du får et avslag.

Hvis Jussbuss skal kunne veilede deg eller hjelpe deg med å klage, trenger vi vedtaket. Dette kan du ta en kopi av og sende oss enten på faks, i posten, eller laste opp gjennom våre nettsider. Adresse, faksnummer og nettside står nederst på dette dokumentet.



# FRISTAVBRYTENDE KLAGE

Undertegnede \_\_\_\_\_

Personnummer \_\_\_\_\_

ønsker ved dette brevet å påklage vedtaket den \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

angående \_\_\_\_\_

Nærmere begrunnelse vil ettersendes.

---

(Sted, dato og underskrift)