

Ytelser ved sykdom

En brosjyre om trygderett



Jussbuss

FORORD

Denne brosjyren er utgitt av Jussbuss – Norges eldste studentdrevne rettshjelpstiltak. Siden 1971 har Jussbuss gitt gratis rettshjelp i enkeltsaker som faller utenfor den offentlige rettshjelpsordningen. I tillegg til trygderett, jobber Jussbuss med sosial-, arbeids-, gjelds-, husleie-, utlendings- og fengselsrett.

Brosjyren er en av to brosjyrer i trygderett. Den andre er:

- Hvordan skrive klage på tilbakebetaling

I tillegg har vi egne søknadshjelpere til dagpenger og økonomisk sosialhjelp:

- Dagpenger
- Økonomisk sosialhjelp

Disse er tilgjengelige på vår internettside jussbuss.no. Ved henvendelse til oss kan du også få brosjyre/søknadshjelper i trykt form.

Trygdeytelser er et omstridt tema i politikken og rettsområdet er gjenstand for hyppige endringer. Dette gjør at deler av denne brosjyren kan være utdatert.

Vi takker nåværende og tidligere medarbeidere på gruppen.

INNHALDSFORTEGNELSE

INNHALDSFORTEGNELSE	3
1 INNLEDNING	5
2 SØKNADSPROSESSEN	6
3 KLAGE- OG ANKEPROSESSEN	8
4 MAL TIL FRISTAVBRYTENDE KLAGE	13
5 NÆRMERE OM EØS-AVTALENS REGLER	14
5.1 GENERELT	14
5.2 TRYGDEFORORDNINGEN	14
5.2.1 Hovedtrekk	14
5.2.2 Likebehandlingsprinsippet	15
5.2.3 Sammenleggingsprinsippet	15
5.2.4 Pro rata temporis-prinsippet	15
5.2.5 Eksportabilitetsprinsippet	16
6 SYKEPENGER	16
6.1 OVERSIKT	16
6.2 VILKÅR	16
6.2.1 Opptjeningstid	16
6.2.2 Oppholds krav	18
6.2.3 Alder	19
6.2.4 Pensjonsgivende inntekt	19
6.2.5 Arbeidsufør	20
6.2.6 Sykdom	21
6.2.7 Årsakssammenheng	21
6.2.8 Legeerklæring	22
6.2.9 Aktivitetsplikt	22
6.3 SYKEPENGENES STØRRELSE	23
6.4 ARBEIDSGIVERPERIODE	23
6.5 GRADERTE SYKEPENGER	24
6.6 VARIGHET	25
6.7 FORHOLDET TIL ANDRE TRYGDEYTELSER	25
6.7.1 Arbeidsavklaringspenger	25
6.7.2 Dagpenger	25
6.7.3 Uføretrygd	26
6.8 NY SYKEPENGEPERIODE	26
6.9 FOR DEG SOM SITTE I FENGSEL	26
6.10 SYKEPENGER, FERIE OG FERIEPENGER	27
7 ARBEIDSAVKLARINGSPENGER	27
7.1 OVERSIKT	27
7.2 VILKÅR	28
7.2.1 Medlemskap i folketrygden	28
7.2.2 Oppholds krav	29
7.2.3 Alder	30
7.2.4 Nedsatt arbeidsevne	30
7.2.5 Sykdom	31
7.2.6 Årsakssammenheng	32
7.2.7 Aktivitetsplikt	33
7.3 ARBEIDSAVKLARINGSPENGENES STØRRELSE	33
7.4 REDUSERTE ARBEIDSAVKLARINGSPENGER	34
7.5 VARIGHET	35
7.6 FORHOLDET TIL ANDRE TRYGDEYTELSER	35
7.7 NY ARBEIDSAVKLARINGSPENGEPERIODE	35

7.8	FOR DEG SOM SITTER I FENGSEL.....	36
7.9	ARBEIDSAVKLARINGSPENGER OG FERIE.....	36
8	UFØRETRYGD.....	36
8.1	OVERSIKT	36
8.2	VILKÅR.....	37
8.2.1	Medlemskap i folketrygden.....	37
8.2.2	Bostedskrav.....	38
8.2.3	Alder	39
8.2.4	Nedsatt inntektsevne	39
8.2.5	Varig sykdom.....	40
8.2.6	Årsakssammenheng.....	40
8.2.7	Aktivitetsplikt.....	41
8.3	UFØRETRYGDENS STØRRELSE.....	42
8.4	REDUSERT UFØRETRYGD	44
8.5	UNG UFØR.....	44
8.6	FOR DEG SOM SITTER I FENGSEL.....	46
8.7	UFØRETRYGD, FERIE OG FERIEPENGER	47
9	KORT OM YRKESKADE	47
9.1	OVERSIKT	47
9.2	VILKÅR.....	47
9.2.1	Arbeidsulykke	47
9.2.2	Årsakssammenheng.....	48
9.2.3	Yrkesskadedekning.....	49
9.3	SKADEMELDING.....	51
10	ETTERBETALING – NÅR DU HAR FÅTT UT BETALT FOR LITE I TRYGD	51
10.1	DU MÅ SØKE FOR Å FÅ TRYGD	51
10.2	VIRKNINGSTIDSPUNKT.....	52
11	TILBAKEKREVIING – NÅR DU HAR FÅTT UT BETALT FOR MYE I TRYGD	53
11.1	GENERELT.....	53
11.2	SÆRLIG OM ETTEROPPGJØR FOR UFØRETRYGD	54
12	STIKKORDREGISTER	55
13	NYTTIGE LENKER.....	56
14	MAL TIL KLAGE PÅ VEDTAK	57

1 INNLEDNING

Denne brosjyren gir en innføring i vilkårene for sykepenger, arbeidsavklaringspenger og uføretrygd, gjerne omtalt som «ytelser ved sykdom». Brosjyren tar også for seg utvalgte relevante temaer som våre klienter erfaringsvis lurer på. I tillegg til dette beskrives kort EØS-avtalens betydning på trygderettens område, samt hovedtrekkene i reglene om yrkesskade. Ettersom Jussbuss som utgangspunkt bare bistår arbeidstakere, er eventuelle særregler som gjelder for arbeidsgivere, oppdragsgivere og selvstendig næringsdrivende ikke omtalt.

Brosjyren tar sikte på å gi deg en oversikt over hvordan du kan gå frem for å søke og klage på vedtak om sykdomsbaserte trygdeytelser. Malene som presenteres i brosjyren er kun ment å være veiledende.

Det er en rekke instanser som kan bistå deg dersom du trenger hjelp i trygdesaker. NAV og Trygderetten har veiledningsplikt, og gir derfor gratis informasjon og veiledning, se punkt 2. Hvis du er medlem i en fagforening bør du ta kontakt med denne. Det gis også fri rettshjelp under visse vilkår i trygdesaker, se punkt 3.

De gratis studentdrevne rettshjelpstiltakene Jussbuss, Jussformidlingen i Bergen, Juridisk rådgivning for kvinner (JURK) og Jusshjelpe i Nord-Norge gir hjelp i trygdesaker. Advokater kan også bistå mot betaling. Jussbuss gjør oppmerksom på at vi i perioder med høyt sakstrykk må prioritere de klientene som har lavest inntekt og med få andre muligheter til å få hjelp.

En liste over disse instansenes internettadresse og telefonnummer finner du bakerst i denne brosjyren, under punkt 13.

Det er gitt henvisninger til aktuelt regelverk i margin på venstre side. Lovbestemmelsene kan søkes opp gratis på lovdata.no. Også rettspraksis ligger offentlig tilgjengelig her, men en ikke ubetydelig del ligger dessverre bak betalingsmur. Mange offentlige biblioteker har imidlertid tilgang til Lovdata Pro.

2 SØKNADSPROSESSEN

Denne brosjyren kan du bruke som hjelp når du skriver en søknad eller klage om sykdomsbaserte trygdeytelser.

Veiledningsplikt
Forvaltningsloven
§ 11

Du kan spørre NAV om hjelp til å søke og klage. De har **veiledningsplikt**. Dette betyr at de skal svare på generelle spørsmål, fortelle hvilke ytelser du kan ha krav på, hva som ligger i de ulike vilkårene for å ha krav på en ytelse og hva de legger vekt på ved vurderingen av en søknad eller klage. De skal også bistå ved søknads- og klageprosessen. Denne hjelpen er gratis.

Det er flere måter å kontakte NAV på. Du kan ringe, chatte, sende inn skriftlige spørsmål via «Ditt NAV» på nav.no, eller møte opp personlig på det lokale NAV-kontoret. Du kan stille spørsmål anonymt hvis du ønsker det.

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

Opplysningsplikt
Folketrygdloven
§ 21-3

Når du søker på eller mottar en ytelse fra NAV har du **opplysningsplikt**. Dette betyr at du må gi riktige opplysninger og melde fra til NAV dersom din livssituasjon endrer seg mens du mottar ytelser. Eksempler på opplysninger som du bør melde fra om kan være at du flytter eller reiser til utlandet, får samboer/gifter deg, begynner/slutter i jobb eller utdanning, eller helsetilstanden forbedrer/forverrer seg. Opplysningsplikten er streng. Hvis NAV finner ut at du

ikke har gitt riktige opplysninger, kan du få et tilbakebetalingskrav, se punkt 11. Hvis du som følge av brudd på opplysningsplikten har fått utbetalt store summer som du ikke hadde krav på og du kan klandres for dette, risikerer du også strafferettslige konsekvenser som bøter og i verste fall fengsel. Det er derfor veldig viktig at du leser vedtakene fra NAV nøye, slik at du vet hvilken informasjon NAV trenger og når du skal melde ifra om endringer i livssituasjonen.

Bevisbyrde

Når du søker om en ytelse er det du som må bevise at du oppfyller vilkårene for ytelsen. Dersom du ikke kan dokumentere at du oppfyller vilkårene vil NAV avslå søknaden på bakgrunn av manglende dokumentasjon. Et eksempel kan være at legeerklæringen er uklar. Av og til beskriver legeerklæringen bare pasientens symptomer, men ikke hvordan symptomene faktisk påvirker pasientens funksjonsevne, og vedkommendes muligheter til å jobbe. Da kan det lønne seg å etterspørre ny uttalelse fra lege eller medisinsk behandler som nærmere beskriver de forhold som NAV begrunner avslaget sitt i. Dersom du har problemer med å innhente medisinsk dokumentasjon, kan du henvende deg til pasient- og brukerombudet (POBO) som gir generelle råd og veiledning i saker om helsetjenester, og også konkret hjelp i enkeltsaker, se punkt 13 for kontaktinformasjon.

Saksbehandlings- tid

Hvor lang tid det tar å behandle en søknad vil variere fra sak til sak. Dersom du lurer på hva vanlig saksbehandlingstid er eller på hvor langt søknaden din er kommet, kan du kontakte NAV. På NAV sine nettsider finner du også oversikt over forventet saksbehandlingstid for de aller fleste ytelsene. Jussbuss kan ikke få NAVs saksbehandling til å gå fortere.

3 KLAGE- OG ANKEPROSESSEN

Hva kan du gjøre hvis du får avslag eller ikke får innvilget det du hadde håpet på?

Skriftlig vedtak

Forvaltningsloven
§ 23

Når NAV bestemmer noe av betydning for din rett til en trygdeytelse, slik som å innvilge eller avslå en søknad, treffes det et vedtak. 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.

Klage

Folketrygdloven
§ 21-12 første ledd

Dersom du får avslag eller ikke får innvilget det du hadde håpet på, kan du klage. Dette betyr at du ber om en ny vurdering og at NAV behandler saken på nytt. Det er gratis å klage. Klagen skal leveres til organet som har fattet vedtaket (som regel NAV Arbeid og ytelser). Disse skal ta stilling til klagen og vurdere om de vil endre vedtaket eller sende saken videre til klageinstansen (NAV Klageinstans) for ny behandling der. Dersom vedtaksorganet (NAV Arbeid og ytelser) er uenig med deg i din klage og fastholder vedtaket, vil du som regel få et «oversendelsesbrev». Dette er ikke en endelig avgjørelse av klagen din, men en beskjed om at klagen din er sendt videre til klageinstansen for ny behandling der.

Hva Jussbuss kan hjelpe deg med

Dersom du er misfornøyd med NAVs vedtak kan du kontakte Jussbuss for veiledning. Vi vil da vurdere om din sak skal utredes eller ikke, eller om det finnes andre instanser som kan gi deg bedre hjelp. 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.** Hvis Jussbuss skal kunne veilede deg eller hjelpe deg med å klage, må vi se vedtaket. Dette kan du ta en kopi av og sende oss enten i posten eller ved å laste opp gjennom våre nettsider.

Adresse og nettadresse står på baksiden av denne brosjyren.

Klagerisiko

Forvaltningsloven § 34 andre ledd

Dersom du klager skal NAV foreta en ny vurdering av alle sider av saken, også forhold som ikke er påklaget. Å klage på et vedtak hvor du har fått innvilget mindre penger enn du håpet på, innebærer derfor en viss risiko for at NAV ved klagebehandlingen kan komme til at du har krav på enda mindre. NAVs mulighet til å fatte nytt vedtak til skade for brukeren er begrenset. Adgangen brukes med forsiktighet, men selv om risikoen er liten, eksisterer den. Det er derfor alltid lurt å tenke seg om før du klager, særlig dersom du egentlig er enig med NAV, men ønsker å «prøve» likevel.

Klagefrist

Folketrygdloven § 21-12 femte ledd

Klagefristen er i utgangspunktet seks uker etter at du mottok vedtak. 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. Etter at vi har fått all nødvendig dokumentasjon, har Jussbuss normalt en saksbehandlingstid på to til tre uker. Det er veldig viktig at du klager innen utløpet av klagefristen. Klager du ikke i tide, er hovedregelen at NAV ikke behandler klagen.

Fristavbrytende klage

Hvis du trenger mer tid på deg til å skrive en klage, kan du levere en **fristavbrytende klage**. Dette er en klage som avbryter klagefristen, slik at du får mer tid til å ettersende en begrunnelse. Hvor mye ekstra tid du får før NAV behandler saken vil variere fra sak til sak. Du kan spørre NAV om når du senest må sende begrunnelse. I punkt 4 i denne brosjyren finner du en mal på fristavbrytende klage. Denne kan du fylle ut og levere til NAV dersom du får et vedtak som du vil klage på.

Dersom du likevel skulle oversitte klagefristen, bør du prøve å spørre NAV om du likevel kan få lov til å klage. Dersom NAV fastholder klagefristen, kan du forsøke å

Omgjørings- begjæring

Forvaltningsloven
§ 35

levere en omgjøringsbegjæring til NAV. Det skal imidlertid mye til for å vinne frem i en sak hvor klagefristen er oversittet. Dersom du har nye opplysninger av betydning for saken, kan det likevel være mulig at NAV gjenopptar saken. Nye uttalelser fra lege eller behandler er et eksempel på slike opplysninger. NAV har ikke noe eget skjema for omgjøringsbegjæringer. Derfor må du skrive et brev med begrunnelse for hvorfor du ønsker saken omgjort. Brevet må du sende til NAV i posten sammen med en forside for innsending som du kan lage på NAVs nettsider. Dersom du lurer på hvordan du lager en slik forside eller til hvilken adresse du skal sende brevet til, kan du kontakte NAV for gratis veiledning, se punkt 2.

Anke til Trygderetten

Folketrygdloven
§ 21-12

Når NAV Klageinstans er ferdig med å behandle klagen din vil du få et nytt vedtak (klagevedtak). Dersom du ikke får medhold i klagen din og fremdeles er uenig med NAV, kan du anke klagevedtaket til Trygderetten. Trygderetten er et uavhengig forvaltningsorgan som behandler anker på vedtak om trygde- og pensjonsspørsmål. Anke til trygderetten er gratis, men det er normalt lang saksbehandlingstid. Fristen for å anke er normalt seks uker etter at du mottok klagevedtaket. Hvis du trenger mer tid på deg til å skrive en anke, kan du levere en **fristavbrytende anke**. Dette er en anke som avbryter ankefristen, slik at du får mer tid til å ettersende en begrunnelse. Hvor mye ekstra tid du får før Trygderetten behandler saken vil variere fra sak til sak. Du kan spørre NAV om når du senest må sende begrunnelse. Hvis du har spørsmål om ankeprosessen kan du kontakte NAV eller Trygderetten for gratis veiledning, se punkt 13 for kontaktinformasjon.

Fri rettshjelp

Rettshjelploven §
11 andre ledd nr. 7

Dersom du ønsker å klage eller anke på et vedtak om trygd kan du ha krav på fri rettshjelp. Forutsetningen er at klage- eller ankefristen ikke er utløpt, eller eventuelt at

**Inntekts- og
formuesgrense**

NAV skriftlig har tillatt at du likevel kan klage. Fri rettshjelp er advokatbistand som helt eller delvis betales av staten. Inntektsgrensen for fri rettshjelp i trygdesaker avhenger av om du er enslig eller har ektefelle eller samboer. Per 1. mai 2021 får enslige fri rettshjelp hvis årsinntekten er lavere enn 246.000 kr. Dersom du har ektefelle eller samboer beregnes inntekten deres samlet. Du får fri rettshjelp hvis deres samlede årsinntekt er lavere enn 369.000 kr. Inntektsgrensene gjelder skattbar inntekt før skatt (bruttoinntekt). Hva du tjener er en nåtidsvurdering som vil si at dersom du nylig mistet jobben eller støtte fra NAV, vil inntekten din kunne være 0 kr. Sosialhjelp, bostøtte og studielån regnes for eksempel ikke som skattbar inntekt. Det samme gjelder for barnebidrag og barnetrygd. I tillegg gjelder det en formuesgrense på 100.000 kr. Det er snakk om nettoformue, som vil si at man trekker fra gjeld, som for eksempel lån til kjøp av bolig eller bil, eller studielån. I tillegg følger det av fast praksis at man ser vekk fra formue som består av bolig. Hvis du lurer på om du har krav på fri rettshjelp kan du ringe Statsforvalteren i ditt fylke for veiledning, se punkt 13 for kontaktinformasjon.

**Saksbehandlings-
tid**

Hvor lang tid det tar å behandle en klage eller anke vil variere fra sak til sak. Dersom du lurer på hva vanlig saksbehandlingstid er eller på hvor langt klagen eller anken din er kommet, kan du kontakte NAV eller Trygderetten. Jussbuss kan ikke få NAV eller Trygderetten til å behandle saken fortere.

**Saks-
omkostninger**

Forvaltningsloven
§ 36

Dersom du får medhold i klagen din hos NAV Klageinstans, kan du ha krav på å få dekket utgifter som har vært nødvendige for å få endret vedtaket. Dette kan for eksempel være utgifter til advokat. Du må sende et eget brev med krav om å få dekket saksomkostninger til den enheten i NAV som har omgjort vedtaket. Du kan

kontakte NAV for gratis veiledning om hvordan du skal gå frem for å kreve dekning av utgifter.

Trygderettsloven
§ 29 første ledd

Dersom du vinner frem med anken din i Trygderetten, vil du bare ha krav på å få dekket nødvendige utgifter dersom du skrev i anken at NAV skulle dekke disse. Trygderetten vil i så fall pålegge NAV å erstatte utgiftene dine.

4 MAL TIL FRISTAVBRYTENDE KLAGE

[Ditt NAV-kontor]

[Adresse]

[Postnummer og sted]

[Ditt navn]

[Din adresse]

[Ditt postnummer og sted]

FRISTAVBRYTENDE KLAGE

Undertegnede.....

med personnummer.....

Ønsker med dette brev å påklage vedtaket om:

.....

datert/...../....., som ble mottatt/...../.....

Nærmere begrunnelse vil ettersendes om kort tid.

Det bes med dette også om utsatt iverksettelse av vedtaket.

.....

(sted, dato, underskrift)

5 NÆRMERE OM EØS-AVTALENS REGLER

5.1 Generelt

EØS-avtalen

Norge er tilsluttet EØS-avtalen, noe som innebærer at vi som utgangspunkt må følge EØS-regelverket, uavhengig av hva som ellers følger av nasjonale regler. Dermed må det også gjøres en rekke unntak fra de generelle reglene om trygdeytelser i folketrygdloven innenfor EØS-området. Formålet med EØS-avtalen er å styrke handelen mellom EU og EØS-landene gjennom etablering av fri bevegelse av varer, arbeidskraft, tjenester og kapital.

I dette kapitlet vil vi gi en oversikt over de viktigste prinsippene for trygdeytelser i EØS-retten, og som det kan være nyttig for deg som trygdemottaker å være klar over. Videre i brosjyren vil vi forsøke å trekke inn EØS-reglene der hvor dette er relevant. Som «NAV-skandalen» har vist, kan det imidlertid være vanskelig å fange opp alle tilfeller hvor EØS-avtalen har betydning. Vi anbefaler deg derfor også å lese dette kapitlet dersom du er EØS-borger eller har spørsmål om kryssing av landegrenser eller liknende.

Forrang
EØS-loven § 2

For at EØS-avtalens regler skal fungere etter sitt formål er EØS-retten gitt forrang for alminnelige norske regler. Dette betyr at dersom en norsk bestemmelse strider med en EØS-regel, skal EØS-regelen legges til grunn.

5.2 Trygdeforordningen

5.2.1 Hovedtrekk

EF nr. 883/2004

Trygdeforordningen har til formål å koordinere EØS-statenes trygdesystemer i størst mulig grad. Tanken bak er at det vil svekke fri bevegelse dersom man ved å reise til andre EØS-land risikerer å miste retten til trygd.

Det er i utgangspunktet opp til hvert enkelt land selv å velge hva slags velferdssystem de vil ha. EØS-avtalen påbyr ikke landene å ha trygderettigheter, men dersom landene først velger å gi innbyggerne sine slike rettigheter, må de nasjonale myndighetene utforme reglene innenfor rammene av EØS-regelverket. I denne forbindelse oppstiller trygdeforordningen fire hovedprinsipper som det i det følgende vil redegjøres for.

5.2.2 Likebehandlingsprinsippet

Likebehandlingsprinsippet innebærer at det er forbudt å diskriminere andre EØS-staters borgere på grunn av deres nasjonalitet. For eksempel er det ikke tillatt å kreve at en person skal være norsk statsborger for å få rett til trygdeytelser.

5.2.3 Sammenleggingsprinsippet

Sammenleggingsprinsippet innebærer at perioder hvor man har arbeidet i eller vært medlem av trygdesystemet til et annet EØS-land, skal tas med i vurderingen av om man oppfyller vilkårene for trygdeytelser i Norge. For eksempel vil en person som har bodd to år i Sverige og oppfylt vilkårene for medlemskap i den svenske trygdeordningen, og tre år i Norge, kunne oppfylle vilkåret om fem års medlemskap i folketrygden for å få uføretrygd.

5.2.4 Pro rata temporis-prinsippet

Pro rata temporis-prinsippet innebærer at hvert land som du har opparbeidet deg trygderettigheter i, skal dekke en forholdsmessig andel av din trygd. En person som har jobbet i flere ulike EØS-land vil derfor kunne få rett til delpensjoner fra hver av de ulike EØS-statene. Trygderettighetene vil regnes etter pro rata temporis-

prinsippet uavhengig av om du oppfyller de nasjonale vilkårene for trygderettigheten i hvert land.

5.2.5 Eksportabilitetsprinsippet

Eksportabilitetsprinsippet innebærer at opptjente kontantytelser som utgangspunkt skal utbetales uavhengig av hvor i EØS-området du oppholder deg. Dette gjør at du blant annet kan motta pensjon mens du oppholder seg i et annet EØS-land. Merk imidlertid at noen ytelser krever at man oppholder seg i Norge. Les mer om dette under de enkelte ytelsene i denne brosjyren, eller kontakt NAV for veiledning.

6 SYKEPENGER

6.1 Oversikt

Sykepenger er en midlertidig ytelse du får når du ikke kan jobbe fordi du er syk eller skadet. Sykepenger er regulert i folketrygdloven kapittel 8. Det er en rekke vilkår som må være oppfylt og noen av vilkårene åpner for skjønn. Det vil si at NAV må foreta en konkret vurdering i hvert enkelt tilfelle. Sykepenger kan utbetales av både arbeidsgiver og NAV, se punkt 6.4 for mer informasjon om dette.

Folketrygdloven
kapittel 8

Jussbuss bistår i utgangspunktet bare arbeidstakere. For frilansere og næringsdrivende er det egne regler for sykepenger som ikke omtales i denne brosjyren.

Frilansere og
næringsdrivende

6.2 Vilkår

6.2.1 Opptjeningstid

Du må ha vært i arbeid i minst fire uker rett før du ble arbeidsufør

Opptjeningstid
Folketrygdloven
§ 8-2 første ledd

For å få sykepenger må du ha vært i arbeid i minst fire uker umiddelbart før du ble arbeidsufør. Dette kalles for «opptjeningstid». Med «fire uker» menes 28 dager. Å være arbeidsufør vil si at du ikke er i stand til å jobbe. Kravet til opptjeningstid er strengt, og fravær uten gyldig grunn regnes ikke med i opptjeningstiden. Selv om du sluttet i jobben din bare én uke før du ble syk, vil du som utgangspunkt ikke ha krav på sykepenger. Tilsvarende vil fravær som ikke er avtalt med arbeidsgiver, trekkes fra ved beregningen av opptjeningstiden. Dersom du for eksempel har vært i et arbeidsforhold i 30 dager, men skulket jobben i tre av dem for å se på fotball-VM, vil disse tre dagene trekkes fra, slik at du bare har vært i arbeid i 27 dager, og dermed ikke oppfyller vilkåret om opptjeningstid. Derimot vil for eksempel fravær i form av ferieavvikling være gyldig fravær og regnes med i opptjeningstiden. Dette innebærer at dersom du blir syk under eller kort tid etter ferien, vil du likevel ha krav på sykepenger, dersom de øvrige vilkårene for sykepenger er oppfylt.

EØS

Hvis du har jobbet i et EØS-land, vil også denne perioden regnes med i opptjeningstiden. Dette følger av sammenleggingsprinsippet, se punkt 5.2.3. Dermed vil du kunne ha krav på sykepenger hvis du de siste fire ukene først jobbet to uker i Danmark og så to uker i Norge. Det avgjørende er om disse to periodene med jobb er sammenhengende slik at arbeidsperiodene til sammen utgjør fire uker umiddelbart før du ble syk.

Andre trygdeytelser

Folketrygdloven
§ 8-2 andre ledd

Perioder hvor du har mottatt dagpenger, sykepenger, omsorgs-, pleie- eller opplæringspenger, svangerskaps- eller foreldrepenger, likestilles med perioder hvor du har jobbet. Dette innebærer at dersom du blir syk mens du for eksempel er arbeidsledig og mottar dagpenger, vil du likevel kunne ha rett på sykepenger.

Yrkesskade

Folketrygdloven
§ 8-55 bokstav a

Det gjøres unntak fra vilkåret om at du må ha vært i arbeid dersom du er arbeidsufør på grunn av yrkesskade. Dette innebærer at dersom du skader deg på jobben første uka du er i jobb, vil du likevel kunne ha rett til sykepenger. Du kan lese mer om yrkesskade i denne brosjyren, under punkt 9.

6.2.2 Oppholdskrav

Du må oppholde deg i Norge

Oppholdskrav

Folketrygdloven
§ 8-9 første ledd

Det er et vilkår for rett til sykepenger at du oppholder deg i Norge. Fra dette vilkåret er det flere unntak, blant annet for militært personell og studenter på utveksling. Når du mottar sykepenger er det viktig å søke om tillatelse til å reise til utlandet på forhånd før du reiser. Utenlandsreiser uten tillatelse fra NAV kan medføre at NAV stanser utbetalingen av sykepenger og krever tilbake sykepenger som du har mottatt mens du var i utlandet.

EØS

Per 1. mai 2021 er det fremdeles ikke helt avklart hvordan EØS-avtalen påvirker retten til å motta trygd ved reiser innenfor EØS-området. Frem til NAV sier noe annet, anbefaler Jussbuss at du søker om tillatelse for reiser også innenfor EØS-området.

Folketrygdloven
§ 8-9 tredje ledd

I tillegg kan du søke om å få innvilget sykepenger i en «begrenset periode» under opphold i utlandet. Hva som er en «begrenset periode» vurderes konkret i hvert enkelt tilfelle. Vanligvis tillates opphold på opptil fire uker. 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 reisen gjør at du ikke kan delta på tiltak anbefalt av NAV.

6.2.3 Alder

Alder

Folketrygdloven §§ 8-3, 8-12, og 8-51

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, se punkt 6.6.

6.2.4 Pensjonsgivende inntekt

Pensjonsgivende inntekt

Folketrygdloven § 8-3 første ledd første punktum

Du må tape pensjonsgivende inntekt

Det er ikke nok at du ikke kan jobbe fordi du er syk eller skadet. Du må også tape pensjonsgivende inntekt på grunn av sykdommen eller skaden. «Pensjonsgivende inntekt» er som utgangspunkt inntekt som du må skatte av, for eksempel lønn. Økonomisk sosialhjelp og 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 mottar lønn.

Særlig tilknytning til arbeidsgiver

Dersom du har en særlig tilknytning til arbeidsgiver, stilles strengere krav til dokumentasjon av tapt pensjonsgivende inntekt. Dette gjelder eksempelvis dersom du er ansatt i eget aksjeselskap, eller er i nært slektskap eller har annen nærstående relasjon til arbeidsgiver, slik som samboerskap eller svigerfamilie.

Sluttavtale

Dersom du blir syk samtidig som du mottar sluttvederlag fra arbeidsgiver, for eksempel at du har en avtale med arbeidsgiver om at du skal få et halvt år med lønn som kompensasjon for oppsigelse, utelukker ikke dette at du kan få sykepenger. Forutsetningen er at det er uten betydning for utbetaling av sluttvederlag om du starter i nytt arbeid i løpet av vederlagsperioden. Dette er ikke tilfellet dersom arbeidsgiver bare har garantert lønn for en viss periode frem til du skaffer deg ny jobb. I tillegg må

du tape pensjonsgivende inntekt, for eksempel at du er for syk til å jobbe i den nye jobben din eller til å søke annet arbeid mens du går på dagpenger. Dersom du i stedet har tatt seks måneder ferie og levd på sluttvederlaget vil du ikke tape pensjonsgivende inntekt, og dermed heller ikke ha krav på sykepenger.

6.2.5 Arbeidsufør

Du må være arbeidsufør til ethvert arbeid

Arbeidsufør

Folketrygdloven
§ 8-4 første ledd
første punktum

For å få sykepenger må du være «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 mindre prestisjefull er uten betydning i denne sammenheng.

Kortvarig sykefravær

Folketrygdloven
§ 8-5

Det gjelder visse unntak fra kravet om å være ufør til ethvert arbeid dersom uførheten antas å være kortvarig, for eksempel at du har en forkjølelse eller influensa. 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.

Delvis arbeidsufør

Dersom du er delvis arbeidsufør og kan jobbe mindre enn før, kan du ha krav på graderte sykepenger, se punkt 6.5.

6.2.6 Sykdom

Sykdom

Folketrygdloven
§ 8-4 første ledd
første punktum

Du må være syk eller skadet

Videre 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. For det første regnes ikke alle diagnoser som «sykdom» i folketrygdlovens forstand. For det andre har NAVs rådgivende leger anledning til å kontrollere og overprøve om riktig diagnose er stilt. Uttalelser fra leger vil imidlertid være tungtveiende argumenter, og som regel helt nødvendig, for at du skal anses som syk eller skadet.

6.2.7 Årsakssammenheng

Årsaks- sammenheng

Folketrygdloven
§ 8-4 første ledd

Du må være arbeidsufør på grunn av sykdommen eller skaden

For å få sykepenger kreves det årsakssammenheng mellom arbeidsuførheten og sykdommen eller skaden. Dette innebærer at det må være sykdommen eller skaden som gjør at du ikke kan jobbe.

Dersom grunnen til at du ikke kan jobbe er sosiale eller økonomiske problemer, vil du ikke ha krav på sykepenger. Dette innebærer for eksempel at arbeidskonflikter, samlivs- eller gjeldsproblemer i seg selv ikke er nok. En person kan likevel ha flere problemer på samme tid. Det som startet som et sosialt problem, for eksempel personlig stress som følge av et samlivsbrudd, kan utvikle seg til å bli en medisinsk diagnose, for eksempel depresjon eller angst.

Dersom du er syk, men også har ikke-medisinske problemer er det fortsatt mulig å få sykepenger. Det avgjørende er om sykdommen eller skaden utgjør hovedårsaken til at du ikke lenger kan jobbe. Dette vil si

at dine medisinske problemer må utgjøre minst 50 prosent av årsaken til at du ikke lenger kan jobbe. Ved denne vurderingen legges det vekt på uttalelser fra lege og andre behandlere.

Hvordan du ble syk eller skadet er uten betydning for om du har krav på sykepenger. At sykdommen eller skaden er selvforskyldt, for eksempel ved rusmisbruk eller risikofylt atferd, kan ikke begrunne avslag på sykepenger. Du er likevel forpliktet til å begrense sykdommen eller skaden når denne har oppstått, se punkt 6.2.9 om aktivitetsplikt.

6.2.8 Legeerklæring

Du må dokumentere arbeidsuførhet med legeerklæring

Legeerklæring
Folketrygdloven
§ 8-7

Det er et vilkår for rett til sykepenger at arbeidsuførheten dokumenteres med legeerklæring. Dette gjelder likevel ikke for de dagene du kan bruke egenmelding, se punkt 6.4. Hovedregelen er at du ikke kan få sykepenger for tiden før du ble undersøkt av lege. En legeerklæring for tidsrommet før du ble undersøkt av lege godtas likevel i visse tilfeller.

6.2.9 Aktivitetsplikt

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

Aktivitetsplikt
Folketrygdloven
§ 8-8

Du har 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. Dette kan for eksempel være dersom du nekter å prøve alternative

arbeidsoppgaver og metoder som arbeidsgiver og NAV foreslår for å tilpasse arbeidet for at du skal kunne jobbe.

6.3 Sykepengenes størrelse

Folketrygdloven §§ 8-10, 8-16, 8-28, 8-29 og 8-30

Sykepengene skal utgjøre 100 prosent av inntektsgrunnlaget ditt

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

Begrensning på 6G

Folketrygdloven § 8-10 andre ledd

Sykepengegrunnlaget begrenses imidlertid til seks ganger folketrygdens grunnbeløp (G). Dette betyr at du ikke vil få utbetalt mer enn 6G i sykepenger selv om lønnen din er høyere enn dette. Ettersom grunnbeløpet per 1. mai 2021 utgjør 106.399 kr, innebærer dette at sykepengegrunnlaget dette året er begrenset til om lag 640.000 kr. Grunnbeløpet (G) justeres hvert år. Du kan til enhver tid finne den gjeldende satsen på NAV sine hjemmesider.

6.4 Arbeidsgiverperiode

Folketrygdloven §§ 8-19 første ledd og 8-20

Arbeidsgiveren din betaler sykepenger de 16 første kalenderdagene

Arbeidsgiveren din skal betale sykepenger de første 16 kalenderdagene fra du gir arbeidsgiver beskjed om at du er syk. Den perioden hvor arbeidsgiver skal betale sykepenger kalles for «arbeidsgiverperioden». Etter 16 dager er det NAV som skal betale sykepengene. I visse tilfeller kan arbeidsgiveren din være fritatt fra å betale sykepenger, slik at NAV betaler fra første sykedag. Dette gjelder for eksempel dersom du har vært ansatt hos arbeidsgiveren i mindre enn fire uker. Arbeidsgiver kan også søke om at NAV skal betale sykepenger i arbeidsgiverperioden for arbeidstakere med langvarige

Folketrygdloven § 8-22

eller kroniske sykdommer som medfører risiko for særlig stort sykefravær.

Dersom arbeidsgiveren din nekter eller av annen grunn ikke utbetaler sykepenger som du mener du har krav på, kan du søke til NAV om at NAV skal betale sykepenger for arbeidsgiverperioden. Dette gjelder for eksempel dersom arbeidsgiveren din bestrider at du er syk. I slike tilfeller vil NAV ikke kunne fatte vedtak om sykepenger før saken er nærmere undersøkt. Dersom NAV kommer til at du har rett til sykepenger vil NAV utbetale sykepenger for arbeidsgiverperioden, og deretter kreve tilbake pengene fra arbeidsgiveren din senere.

Egenmelding

Folketrygdloven
§§ 8-23 til 8-27

I arbeidsgiverperioden må ikke sykdommen nødvendigvis dokumenteres med en legeerklæring. Du kan bruke egenmelding. Arbeidsgiver kan godta egenmelding i hele arbeidsgiverperioden. De første tre dagene du er syk har du som hovedregel også rett til å benytte deg av egenmelding. Det vil si at du ikke trenger å ha legeerklæring for gyldig sykefravær og arbeidsgiver kan ikke kreve legeerklæring innenfor denne perioden. Retten til å benytte egenmelding gjelder fire ganger i året. Du må som hovedregel ha jobbet hos nåværende arbeidsgiver i minst to måneder før du har rett til å benytte egenmelding. Du og arbeidsgiver står imidlertid fritt til å avtale utvidet rett til egenmelding, for eksempel i arbeidsavtalen. Mange tariffavtaler har også særlige bestemmelser om bruken av egenmelding.

6.5 Graderte sykepenger

Du kan også få sykepenger dersom du kan jobbe mindre enn tidligere

Folketrygdloven
§ 8-13 første ledd

Du kan 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 arbeide er nedsatt med minst 20 prosent. For en ordinær arbeidsuke betyr dette at du må være borte minst 7,5 timer i uka på grunn av sykdom eller skade for å ha rett til sykepengene.

Dersom du blir friskere og gradvis kan jobbe mer, vil sykepengene reduseres i forhold til hvor mye du kan jobbe.

6.6 Varighet

Du kan få sykepengene i ett år

Folketrygdloven
§ 8-12

Sykepengene er en midlertidig ytelse. Du kan maksimalt få sykepengene i ett år om gangen – 52 uker. Dette kalles for sykepengeperiode. Dersom du er mellom 67 og 70 år gis det sykepengene i 60 dager. Hvis du har fått sykepengene i 52 uker og fortsatt ikke kan arbeide på grunn av sykdom eller skade, kan du ha rett til arbeidsavklaringspenger eller uføretrygd, se kapittel 7 og 8.

6.7 Forholdet til andre trygdeytelser

6.7.1 Arbeidsavklaringspenger

Folketrygdloven
§ 8-48 andre ledd

Hvis du oppfyller vilkårene for både sykepengene og arbeidsavklaringspenger, har du krav på den ytelsen som gir deg mest penger. NAV er på eget initiativ forpliktet til å vurdere hva som lønner seg for deg når de behandler søknaden din.

6.7.2 Dagpenger

Folketrygdloven
§ 8-49

Hvis du går på dagpenger når du blir sykemeldt, gis det sykepengene fra den dagen du ble arbeidsufør. Det vil som regel si dagen du oppsøkte lege og ble sykemeldt. Som

utgangspunkt skal du få det samme i sykepenger som du har fått eller ville ha fått i dagpenger.

Folketrygdloven
§ 8-50

6.7.3 Uføretrygd

Hvis du er delvis uføretrygdet og jobber ved siden av å motta uføretrygd, kan du få sykepenger dersom du blir for syk til å jobbe. Utgangspunktet er at sykepengene skal tilsvare arbeidsinntekten.

6.8 Ny sykepengeperiode

Folketrygdloven
§ 8-12 andre ledd

Du kan få innvilget sykepenger på nytt fra NAV når du har vært arbeidsfør i 26 uker etter at du brukte opp sykepengedagene dine i forrige sykepengeperiode.

Dersom du har brukt opp alle sykepengedagene i sykepengeperioden din, vil du ha rett på sykepenger fra NAV på nytt når du har kunnet jobbe fulltid i 26 uker etter at du sist mottok sykepenger fra NAV. Du kan likevel motta sykepenger fra arbeidsgiver i arbeidsgiverperioden uten at dette påvirker dine rettigheter hos NAV.

6.9 For deg som sitter i fengsel

Folketrygdloven
§ 8-54

Dersom du sitter i fengsel har du som hovedregel ikke rett til sykepenger. Dersom du er arbeidsufør ved løslatelsen, vil arbeids- og inntektsforholdene på innsettelsestidspunktet legges til grunn. Dersom du jobbet eller mottok trygdeytelser sidestilt med arbeid da du startet soningen, vil vilkåret om opptjeningstid være oppfylt hvis du søker om sykepenger når du slipper ut, se punkt 6.2.1 om opptjeningstid. Dersom du har fått tillatelse til å arbeide utenfor fengselet (frigang), gjelder det egne regler om rett til sykepenger. Du kan kontakte sosialkonsulent i fengselet for å få hjelp med NAV.

6.10 Sykepenger, ferie og feriepenger

Ferie

Ifølge NAVs nettsider, må du krysse av for ferie i meldekortene til NAV hvis du tar ferie når du er sykemeldt. Du har ikke krav på sykepenger for dager hvor du tar ferie. Utbetaling av sykepenger vil stanse i ferieperioden og begynne igjen når ferien er ferdig. Du bruker ikke opp dager av sykepengeperioden din mens du har ferie, noe som betyr at du får like mange sykepengedager uavhengig av om du tar ut ferie underveis i perioden.

Feriepenger

Folketrygdloven
§ 8-33

I stedet for sykepenger vil du som regel få feriepenger. Feriepenger beregnes ut fra inntekten din året før. Når det gjelder sykepenger fra NAV vil de første 48 sykepengedagene gi rett til feriepenger, og dermed inngå i beregningen av feriepenger for neste år. For de fleste vil feriepengene utgjøre 10,2 prosent av disse sykepengene. For arbeidstakere som har fylt 59 år, er prosentsatsen 12,5. Du kan lese mer om feriepenger i Jussbuss' brosjyre om lønn og feriepenger på våre nettsider.

7 ARBEIDSAVKLARINGSPENGER

7.1 Oversikt

Folketrygdloven
kapittel 11

Arbeidsavklaringspenger (AAP) er en midlertidig ytelse du får når du ikke kan jobbe fordi du er syk, skadet eller har et lyte. Formålet med ytelsen er å sikre deg inntekt mens dine muligheter til å jobbe avklares.

Arbeidsavklaringspenger er regulert i folketrygdloven kapittel 11. Det er flere vilkår som må være oppfylt. Noen av vilkårene åpner for skjønn. Det vil si at NAV må foreta konkrete vurderinger i hvert enkelt tilfelle.

7.2 *Vilkår*

7.2.1 *Medlemskap i folketrygden*

Medlemskap i folketrygden

Folketrygdloven

§ 11-2

Du må ha vært bosatt i Norge i minst fem år før arbeidsevnen din ble nedsatt

Det er et vilkår for arbeidsavklaringspenger at du har vært medlem i folketrygden i minst fem år umiddelbart før du fremmer krav om arbeidsavklaringspenger. Du er medlem av folketrygden dersom du er bosatt i Norge. Dette innebærer at du som hovedregel må ha vært bosatt i Norge de siste fem årene før du fremmer krav om arbeidsavklaringspenger.

EØS

Dersom du har arbeidet eller bodd i en eller flere EØS-stater kan det hende at denne perioden regnes med. Dette følger av sammenleggingsprinsippet, se punkt 5.2.3. Det avgjørende vil være om du oppfylte vilkårene for medlemskap i de andre EØS-statenes trygdeordninger. Dette innebærer at du kan ha krav på arbeidsavklaringspenger dersom du for eksempel har bodd tre år i Tyskland og oppfylt vilkårene for medlemskap i den tyske trygdeordningen, og to år i Norge før du ble syk eller skadet.

Unntak for lengre perioder med medlemskap

Folketrygdloven

§ 11-2 andre ledd

Dersom du var medlem av folketrygden på tidspunktet da arbeidsevnen din ble nedsatt, og du tidligere har hatt lengre perioder med medlemskap, vil kravet om forutgående medlemskap i noen tilfeller reduseres til minst ett år umiddelbart før kravet settes frem. Dette betyr at dersom du for eksempel har bodd og jobbet i utlandet noen år, og deretter blitt syk etter å ha kommet tilbake til Norge, vil vilkåret om forutgående medlemskap kunne være oppfylt dersom du har bodd i Norge i minst ett år etter at du kom hjem fra utlandet. Som følge av sammenleggingsprinsippet, kan perioder hvor du har vært medlem i andre EØS-staters

trygdeordninger regnes med som botid i Norge, se punkt 5.2.3.

Yrkesskade

Folketrygdloven
§ 11-22 første ledd
bokstav a

Det gjøres unntak fra vilkåret om forutgående medlemskap dersom du er arbeidsufør på grunn av yrkesskade. Dette innebærer for eksempel at du kan ha rett på arbeidsavklaringspenger selv om du bare har bodd kort tid i Norge, dersom skade skjedde i forbindelse med jobben. Du kan lese mer om yrkesskade i denne brosjyren, under punkt 9.

7.2.2 Oppholdskrav

Du må oppholde deg i Norge

Oppholdskrav

Folketrygdloven
§ 11-3 første ledd

Det er et vilkår for rett til arbeidsavklaringspenger at du oppholder deg i Norge. Her gjelder det imidlertid flere unntak. Det er viktig å søke om tillatelse til å reise på forhånd før du reiser.

EØS

Per 1. mai 2021 er det fremdeles ikke helt avklart hvordan EØS-avtalen påvirker retten til å motta trygd ved reiser innenfor EØS-området. Frem til NAV sier noe annet, anbefaler Jussbuss at du søker om tillatelse for reiser også innenfor EØS-området.

Søknad om utenlandsopphold

Folketrygdloven
§ 11-3 tredje ledd

I tillegg kan du søke om å få innvilget arbeidsavklaringspenger i inntil fire uker per kalenderår under opphold i utlandet. En forutsetning for at du skal få godkjent utenlandsopphold er at oppholdet ikke forhindrer gjennomføringen av NAVs oppfølging, for eksempel at du blir sykere av å reise eller at du på grunn av reisen ikke kan delta på NAVs tiltak.

7.2.3 Alder

Du må være mellom 18 og 67 år

Alder
Folketrygdloven
§ 11-4

Det gis arbeidsavklaringspenger til personer mellom 18 og 67 år. Personer over 67 år kan i stedet søke om alderspensjon. For personer over 62 år gjelder det særlige regler.

7.2.4 Nedsatt arbeidsevne

Dine muligheter til å kunne jobbe i ethvert arbeid må være redusert med minst 50 prosent

Nedsatt arbeidsevne
Folketrygdloven
§ 11-5 første ledd

Det er et vilkår for arbeidsavklaringspenger at arbeidsevnen din er nedsatt med minst halvparten – 50 prosent. Arbeidsevnen din er ikke hvor mye du faktisk jobber, men hvor mye du *kan* jobbe. Dette fastsettes ut fra en samlet vurdering, hvor det blant annet tas hensyn til din helse, alder og øvrige kvalifikasjoner.

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 nedsatt arbeidsevne. At den nye jobben er dårligere betalt eller er mindre prestisjefull enn den gamle, er uten betydning i denne sammenheng. Ved vurderingen av om arbeidsevnen din er nedsatt skal det tas utgangspunkt i forholdet mellom en ordinær arbeidstid på 37,5 timer per uke og det antall timer du kan jobbe nå. Dette betyr at det avgjørende for om vilkåret er oppfylt er om du kan jobbe mer enn 18 timer og 45 minutter i uka.

Viss varighet
HR-2020-1193-A

Det er ikke et vilkår at din nedsatte arbeidsevne er langvarig nedsatt, altså at du er ute av stand til å jobbe over flere år. Det avgjørende er om nedsettelsen av arbeidsevnen forhindrer deg fra å beholde eller skaffe deg

arbeid, og om du har behov for bistand fra NAV. I dette ligger det at nedsettelsen av arbeidsevnen må være av en viss varighet. Kortvarige og rent forbigående nedsettelser av arbeidsevnen faller derfor utenfor. Eksempler på tilfeller som faller utenfor kan være influensa og dagkirurgi. I slike tilfeller kan sykepenger være et alternativ.

Reduserte arbeidsavklaringspenger

Formålet med arbeidsavklaringspengene er å få deg tilbake i jobb. Etter hvert som du deltar på NAVs tiltak, vil du forhåpentligvis også kunne arbeide mer. I slike tilfeller vil du kunne motta reduserte arbeidsavklaringspenger, se punkt 7.4.

Yrkesskade
Folketrygdloven
§ 11-22 første ledd
bokstav b

Dersom du ikke kan jobbe på grunn av en yrkesskade, reduseres kravet til nedsatt arbeidsevne til minst 30 prosent. Hele uførheten må i så fall skyldes yrkesskaden. Hvis du er 30 prosent ufør, men bare 15 prosent ufør på grunn av yrkesskade, vil dette ikke være tilstrekkelig. Du kan lese mer om yrkesskade i denne brosjyren punkt 9.

7.2.5 Sykdom

Du må være syk, skadet eller ha et lyte

Sykdom
Folketrygdloven
§ 11-5 første ledd
andre punktum

Det er et vilkår for arbeidsavklaringspenger at du har en «sykdom, skade eller lyte». Et «lyte» er en medfødt funksjons- eller utviklingshemming. Hva som utgjør sykdom, skade eller lyte i henhold til folketrygdloven er ikke utelukkende en medisinsk vurdering og en legeerklæring er i seg selv ikke avgjørende for om du oppfyller vilkåret. For det første regnes ikke alle diagnoser som «sykdom» i folketrygdlovens forstand. For det andre har NAVs rådgivende leger anledning til å kontrollere og overprøve 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.

7.2.6 Årsakssammenheng

Årsaks- sammenheng

Folketrygdloven
§ 11-5 andre
punktum

Du må ha reduserte muligheter til å kunne jobbe på grunn av sykdommen, skaden eller lytet

Det stilles også krav til årsakssammenheng mellom den nedsatte arbeidsevnen og sykdommen, skaden eller lytet. Dette innebærer at det må være sykdommen, skaden eller lytet 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 arbeidsavklaringspenger. Dette innebærer at arbeidskonflikter, samlivs- eller gjeldsproblemer i seg selv ikke er nok. En person kan likevel ha flere problemer på samme tid, og det som startet som et sosialt problem, for eksempel personlig stress som følge av et samlivsbrudd, kan utvikle seg til å bli en medisinsk diagnose, for eksempel angst.

Dersom du både er syk, men også har ikke-medisinske problemer vil ikke dette nødvendigvis utelukke at du kan få arbeidsavklaringspenger. Det avgjørende vil være om sykdommen, skaden eller lytet er en «vesentlig medvirkende årsak» til at du ikke kan jobbe. Dette betyr at medisinske grunner må ha en fremtredende plass for hvorfor du ikke lenger kan jobbe. Andre årsaker enn de rent medisinske vil kunne bekrefte eller forsterke behovet for bistand, men disse kan altså ikke alene være utslagsgivende. Det kreves likevel ikke at sykdom, skade eller lyte er hovedårsaken.

7.2.7 Aktivitetsplikt

Aktivitetsplikt

Folketrygdloven

§ 11-6

Du må ha behov for oppfølging fra NAV og delta på de tiltak NAV krever

Det er et vilkår for rett til arbeidsavklaringspenger at du har behov for aktiv behandling, arbeidsrettede tiltak eller annen oppfølging fra NAV. Også passiv rehabilitering med egenaktivitet, slik som turer i skog og mark, eller ro og fred, vil kunne oppfylle vilkåret om aktiv behandling. Forutsetningen er at aktiviteten er et ledd i legens medisinske behandlingsplan.

Brudd på aktivitetsplanen

Folketrygdloven

§§ 11-8 og 11-9

Utgangspunktet er at NAV skal redusere utbetalingen av arbeidsavklaringspenger hvis du bryter aktivitetsplanen. Dersom du ikke kan delta på et tiltak må du melde fra til NAV i forkant. NAV vil da foreta en konkret vurdering av om du har rimelig grunn til ikke å delta.

Aktivitetsplikten er streng, slik at det skal en del til for å få utsatt eller slippe å gjennomføre et tiltak. Eksempler på tilfeller som kan anses som rimelig grunn kan være medisinske forhold eller sterke velferdsgrunner, slik som deltakelse i begravelse eller liknende.

7.3 Arbeidsavklaringspengenes størrelse

Arbeidsavklaringspengene skal utgjøre 66 prosent av inntektsgrunnlaget ditt

Folketrygdloven
 §§ 11-19 og 11-20

Arbeidsavklaringspenger beregnes ut fra lønna du hadde da du arbeidet. Utgangspunktet er at du skal få utbetalt 66 prosent av det du ville ha fått utbetalt i lønn. Du har likevel krav på minst to ganger folketrygdens grunnbeløp (G). Ettersom grunnbeløpet per 1. mai 2021 utgjør 106.399 kr, innebærer dette at du minimum har krav på om lag 212.000 kr i året. For personer under 25 år er minste årlige ytelse på 2/3 av to ganger grunnbeløpet – om lag 142.000 kr. Dersom du forsørger barn kan du ha krav på barnetillegg.

**Begrensning på
6G**

Folketrygdloven
§ 11-19 andre ledd

Grunnlaget for arbeidsavklaringspengene begrenses til seks ganger grunnbeløpet. Dette betyr at du ikke vil få utbetalt mer enn 66 prosent av 6G i arbeidsavklaringspenger selv om lønnen din er høyere enn dette – om lag 421.000 kr.

7.4 Reduserte arbeidsavklaringspenger

Du kan også få arbeidsavklaringspenger dersom du kan jobbe mindre enn tidligere

Folketrygdloven
§ 11-23 andre ledd

Du kan få arbeidsavklaringspenger dersom du er delvis arbeidsufør. Dette vil for eksempel være tilfellet dersom du på grunn av sykdom, skade eller lyte bare kan jobbe halvparten så mye som du kunne tidligere. Ved beregningen tar NAV utgangspunkt i forholdet mellom en ordinær arbeidstid på 37,5 timer per uke og det antall timer du nå kan jobbe. Dette innebærer at dersom du bare kan jobbe 18 timer og 45 minutter i uka vil du ha krav på 50 prosent arbeidsavklaringspenger.

Folketrygdloven
§ 11-23 fjerde ledd

Som nevnt i punkt 7.2.4, er det et inngangsvilkår for arbeidsavklaringspenger at arbeidsevnen din er nedsatt med minst halvparten. Dette innebærer at du ikke må kunne jobbe mer enn halvparten av ordinær arbeidstid. Etter hvert som du deltar på NAVs tiltak vil imidlertid din arbeidsevne kunne bedres. Da kan du likevel fortsette å motta arbeidsavklaringspenger så fremt arbeidsevnen din er redusert med minst 40 prosent. Dette betyr at du kan jobbe opptil 22,5 timer i uka og samtidig motta arbeidsavklaringspenger.

Folketrygdloven
§ 11-23 sjette ledd

I overgangsfasen mellom arbeidsavklaringspenger og full jobb kan du også få arbeidsavklaringspenger selv om du jobber opptil 80 prosent, altså 30 timer i uka.

7.5 *Varighet*

Du kan få arbeidsavklaringspenger i opptil 3 år, med mulighet for forlengelse i maks 2 år

Folketrygdloven
§ 11-12

Arbeidsavklaringspenger er en midlertidig ytelse. Det gis arbeidsavklaringspenger inntil tre år. Denne perioden kan forlenges med ytterligere to år, under strenge vilkår. Dette innebærer at du som den klare hovedregel maksimalt kan få arbeidsavklaringspenger i fem år.

7.6 *Forholdet til andre trygdeytelser*

Folketrygdloven
§ 11-27 første ledd

Dersom du oppfyller vilkårene for både arbeidsavklaringspenger og andre trygdeytelser som er ment å dekke det samme inntektstapet ved sykdom, kan du velge hvilken ytelse du ønsker å benytte deg av. Dette kan for eksempel være tilfellet dersom du både har rett til sykepenger og arbeidsavklaringspenger. I slike tilfeller har du krav på den ytelsen som gir deg mest penger. NAV skal på eget initiativ vurdere hva som lønner seg for deg når de behandler søknaden din.

7.7 *Ny arbeidsavklaringspengeperiode*

Du kan få innvilget arbeidsavklaringspenger på nytt etter at det er gått ett år siden sist

Karensperiode
Folketrygdloven
§ 11-31

Hvis du fortsatt er syk etter utløpet av arbeidsavklaringspengeperioden, kan du søke uføretrygd. Dersom du ikke er ferdig avklart og søker om arbeidsavklaringspenger på nytt, vil du som regel måtte vente ett år (karensperiode) før du kan få dette innvilget igjen. Du kan søke om sosialstønad i denne venteperioden. Dersom du er alvorlig syk eller skadet gjelder likevel ikke reglene om karensperiode. Det skal imidlertid mye til for at sykdommen/skaden anses for å være så alvorlig at dette unntaket kommer til anvendelse.

Folketrygdloven
§ 11-26

7.8 For deg som sitter i fengsel

Dersom du sitter i fengsel har du som hovedregel ikke rett til arbeidsavklaringspenger. Dersom du gjennomfører straff utenfor fengsel, for eksempel hjemmesoning med fotlenke, samfunnsstraff eller betinget dom, vil du likevel ha krav på arbeidsavklaringspenger dersom du oppfyller de øvrige vilkårene for dette. Det samme gjelder ved prøveløslatelse. Dersom du har fått tillatelse til å arbeide utenfor fengselet (frigang), kan du også ha rett til arbeidsavklaringspenger. Du kan kontakte NAV eller sosialkonsulent i fengselet for hjelp med NAV.

7.9 Arbeidsavklaringspenger og ferie

Ifølge NAVs nettsider, har du ikke rett til arbeidsavklaringspenger når du har ferie. Du kan likevel ta ferie uten å miste utbetalinger, så lenge du gjennomfører aktivitetene du har avtalt med NAV som planlagt. Når du gjennomfører avtalte aktiviteter trenger du heller ikke føre ferie som fravær på meldekortet. Hvis du ikke er tilgjengelig for NAV må du føre dette på meldekortet. Det er viktig at du gir korrekte opplysninger i meldekortet. Som bruker har du opplysningsplikt, se punkt 2. Dersom du er i tvil om hvordan du skal fylle ut meldekortet bør du kontakte NAV for gratis veiledning. Arbeidsavklaringspenger gir ikke rett til feriepenger.

Ferieloven
§ 10 nr. 4

8 UFØRETRYGD

8.1 Oversikt

Uføretrygd er en permanent ytelse du får når du ikke kan jobbe fordi du er varig syk, skadet eller har et lyte. Uføretrygd er regulert i folketrygdloven kapittel 12. Det er en rekke vilkår som må være oppfylt og noen av vilkårene forutsetter konkrete vurderinger i hvert enkelt tilfelle.

Folketrygdloven
kapittel 12

8.2 Vilkår

8.2.1 Medlemskap i folketrygden

Du må ha vært bosatt i Norge de siste fem årene før du ble ufør

Medlemskap i folketrygden

Folketrygdloven
§ 12-2

Det er et vilkår for rett til uføretrygd at du har vært medlem i folketrygden de siste fem årene før du ble ufør. Du er medlem av folketrygden dersom du er bosatt i Norge. Dette innebærer at du som hovedregel må ha vært bosatt i Norge de siste fem årene før du fremmer krav om uføretrygd.

EØS

Dersom du har arbeidet eller bodd i en eller flere EØS-stater kan det hende at denne perioden regnes med i opptjeningstiden. Dette følger av sammenleggingsprinsippet, se punkt 5.2.3. Det avgjørende vil være om du oppfylte vilkårene for medlemskap i de andre EØS-statenes trygdeordninger. Dette innebærer at du kan ha krav på uføretrygd dersom du for eksempel har bodd tre år i Tyskland og oppfylt vilkårene for medlemskap i den tyske trygdeordningen, og to år i Norge før du ble syk eller skadet.

Unntak for lengre perioder med medlemskap eller høy inntekt

Folketrygdloven
§ 12-2 andre og tredje ledd

Dersom du var medlem av folketrygden på tidspunktet da du ble ufør, og du tidligere har hatt lengre perioder med medlemskap, vil kravet om forutgående medlemskap i noen tilfeller reduseres til minst ett år umiddelbart før kravet settes frem. Dette betyr at dersom du for eksempel har bodd og jobbet i utlandet noen år, og deretter blitt syk etter å ha kommet tilbake til Norge, vil vilkåret om forutgående medlemskap kunne være oppfylt dersom du har bodd i Norge i minst ett år etter at du kom hjem fra utlandet. Som følge av sammenleggingsprinsippet, kan perioder hvor du har vært medlem i andre EØS-staters trygdeordninger regnes med som botid i Norge, se punkt

5.2.3. Det gjelder også unntak fra kravet om forutgående medlemskap for personer med inntekt over visse grenser.

Yrkesskade

Folketrygdloven
§ 12-17 første ledd
bokstav a

Det gjøres unntak fra vilkåret om forutgående medlemskap dersom du er arbeidsufør på grunn av yrkesskade. Dette innebærer at dersom du for eksempel skader deg første måneden du bor i Norge, kan du likevel ha rett til arbeidsavklaringspenger dersom skaden skjedde i forbindelse med jobben. Du kan lese mer om yrkesskade i denne brosjyren punkt 9.

8.2.2 Bostedskrav

Du må være bosatt i Norge

Bostedskrav

Folketrygdloven
§§ 12-3 og 2-1

Det er et vilkår for rett til uføretrygd at du fortsatt er medlem i folketrygden. Dette betyr at du i utgangspunktet må være bosatt i Norge. Midlertidig fravær fra Norge, for eksempel i forbindelse med ferie, er ikke til hinder for at du kan få uføretrygd. Dersom du flytter ut av Norge og ikke lenger er medlem i folketrygden, kan du miste retten til uføretrygd.

EØS

Innenfor EØS-området gjelder det unntak fra bostedskravet. Som utgangspunkt vil du fremdeles ha rett til uføretrygd selv om du flytter eller oppholder deg over lengre tid i et annet EØS-land. Dette følger av eksportabilitetsprinsippet, se punkt 5.2.5.

Lang trygdetid

Folketrygdloven
§ 12-3 andre ledd

Dersom du har bodd i Norge i minst 20 år, gjelder ikke lenger kravet om fortsatt medlemskap. Ellers gjelder det en rekke unntak for personer i spesielle situasjoner, blant annet militært personell og studenter på utveksling.

Yrkesskade
Folketrygdloven
§ 12-17 første ledd
bokstav b

Det gjøres unntak fra vilkåret om fortsatt medlemskap dersom du er arbeidsufør på grunn av yrkesskade. Du kan lese mer om yrkesskade i denne brosjyren punkt 9.

8.2.3 Alder

Alder
Folketrygdloven
§ 12-4

Du må være mellom 18 og 67 år

Uføretrygd gis til personer mellom 18 og 67 år. For personer over 62 år, gjelder det særlige regler.

8.2.4 Nedsatt inntektsevne

Dine muligheter til å kunne jobbe i ethvert arbeid må være varig nedsatt med minst 50 prosent

**Nedsatt
inntektsevne**
Folketrygdloven
§ 12-7 første ledd

Det er et vilkår for rett til uføretrygd at inntektsevnen din er varig nedsatt med minst halvparten – 50 prosent. Med «varig» menes langvarig, ikke livsvarig. I praksis er det lagt til grunn at tilstanden må vare i minst 7 år fra uførheten oppsto. Inntektsevnen din er ikke hvor mye du faktisk tjener, men hvor mye du *kan* tjene. Dette fastsettes etter en samlet vurdering hvor det blant annet tas hensyn til din helse, alder og øvrige kvalifikasjoner. I legeerklæringen bør du få legen din til å beskrive hvordan dine helseproblemer påvirker din funksjonsevne, altså i hvilken grad du er i stand til å utføre ulike oppgaver, og ikke bare symptomene. Dette er viktig for at NAV skal foreta en riktig vurdering av i hvilken grad du kan jobbe.

Utgangspunktet er at du må være ute av stand til å skaffe enhver inntekt. 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 nedsatt inntektsevne. Ved vurderingen av om inntektsevnen din er nedsatt skal det tas utgangspunkt i dine muligheter for inntekt nå og slik de var før du ble ufør.

**Arbeids-
avklaringspenger**

Folketrygdloven
§ 12-7 andre ledd

Dersom du går på arbeidsavklaringspenger når du søker om uføretrygd reduseres kravet om nedsatt inntektsevne til minst 40 prosent. Det vil si at du klarer å tjene opp mot 60 prosent av det du kunne tjene tidligere.

Yrkesskade

Folketrygdloven
§ 12-17 første ledd
bokstav c

Dersom du er blitt ufør som følge av en yrkesskade, reduseres kravet til nedsatt inntektsevne ytterligere til minst 30 prosent. Hele uførheten må i så fall skyldes yrkesskaden. Hvis du er 30 prosent ufør, men bare 15 prosent ufør på grunn av yrkesskade, vil dette ikke være tilstrekkelig. Du kan lese mer om yrkesskade i denne brosjyren punkt 9.

8.2.5 Varig sykdom

Du må være varig syk, skadet eller ha et lyte

Varig sykdom

Folketrygdloven
§ 12-6 første ledd

Det er et vilkår for uføretrygd at du har en varig sykdom, skade eller lyte. I praksis er det lagt til grunn at tilstanden må vare i minst 7 år for å kunne anses som varig. Et «lyte» er en medfødt funksjons- eller utviklingshemming. Hva som utgjør sykdom, skade eller lyte i henhold til folketrygdloven er ikke utelukkende en medisinsk vurdering og en legeerklæring er i seg selv ikke avgjørende for om du oppfyller vilkåret. 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.

8.2.6 Årsakssammenheng

Du må ha reduserte muligheter til å kunne jobbe på grunn av sykdommen, skaden eller lytet

Det er også et krav om årsakssammenheng mellom den nedsatte inntektsevnen og sykdommen, skaden eller lytet. Dette innebærer at det må være sykdommen, skaden eller lytet 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 uføretrygd. Dette innebærer at arbeidskonflikter, samlivs- eller gjeldsproblemer i seg selv ikke er nok. En person kan likevel ha flere problemer på samme tid, og det som startet som et sosialt problem, for eksempel personlig stress som følge av et samlivsbrudd, kan utvikle seg til å bli en medisinsk diagnose, for eksempel angst.

Dersom du både er syk, men også har ikke-medisinske problemer vil ikke dette nødvendigvis utelukke at du kan få uføretrygd. Det avgjørende er om sykdommen, skaden eller lytet utgjør hovedårsaken til at du ikke lenger kan tjene like mye som før. Dette vil si at dine medisinske problemer må utgjøre minst 50 prosent av årsaken til at du ikke lenger kan skaffe deg inntekt.

8.2.7 Aktivitetsplikt

Du må gjennomføre hensiktsmessig behandling eller arbeidsrettede tiltak

Det er et vilkår rett til uføretrygd at du har forsøkt å gjennomføre hensiktsmessig behandling eller arbeidsrettede tiltak. Hvorvidt tiltak er hensiktsmessig eller ikke, vurderes konkret ut fra en samlet vurdering av din helse, alder og kvalifikasjoner. I praksis er vilkårene for gjennomført hensiktsmessige tiltak blitt tolket svært strengt, og det skal derfor mye til for at NAV ikke skal kunne kreve at du forsøker å gjennomføre et tiltak.

Behandling

Når det gjelder kravet til gjennomført hensiktsmessig behandling er utgangspunktet at all behandling skal forsøkes før du kan få uføretrygd. At det er usikkert om behandlingen vil ha effekt, er ikke avgjørende. Det er heller ikke et krav om at behandlingen kan gjøre deg frisk eller øke inntektsevnen til over 50 prosent. Det er tilstrekkelig med en mulighet for at behandlingen kan bedre inntektsevnen din, og det skal derfor lite til for å avslå en søknad om uføretrygd i tilfeller hvor det gjenstår behandling som ennå ikke er forsøkt. Behandlingsvilkåret er imidlertid ikke uavgrenset. Dersom det ikke er noen mulighet for at behandlingen vil kunne realisere arbeidsrelatert aktivitet, kan ikke NAV kreve at du gjennomfører behandlingen for å få uføretrygd. Dette vil for eksempel være tilfellet for vedlikeholdsbehandling som har til mål å opprettholde nåværende funksjonsevne eller bedre livskvaliteten, uten å gjøre deg i stand til å kunne jobbe.

Arbeidsrettede tiltak

Rt. 2010 s. 113

Når det gjelder kravet til gjennomført hensiktsmessige arbeidsrettede tiltak, er også her utgangspunkt at alle tiltak som fremstår som hensiktsmessige skal forsøkes før uføretrygd innvilges. At arbeidsrettede tiltak tidligere er forsøkt uten hell er ikke avgjørende dersom det fremdeles gjenstår uprøvde tiltak som fremstår hensiktsmessige. Også her må det imidlertid trekkes en grense mot tiltak som er helsemessig uforsvarlige. Dette vil for eksempel kunne være tilfellet dersom legen din fraråder belastningen som tiltaket vil påføre.

8.3 *Uføretrygdens størrelse*

Uføretrygden skal utgjøre 66 prosent av inntektsgrunnlaget ditt

Folketrygdloven
§§ 12-13 første
ledd og 12-11
første ledd

Uføretrygden beregnes ut fra den tidligere inntekten din. Utgangspunktet er at du skal få utbetalt 66 prosent av det du ville ha tjent. Ved beregningen av grunnlaget for uføretrygd ser NAV på inntekten din i de fem siste årene

før du ble ufør. Deretter regner NAV ut gjennomsnittet av de tre årene hvor du tjente best.

Folketrygdloven
§ 12-13 andre ledd

Dersom du har ektefelle eller samboer har du minimum krav på 2,28 ganger folketrygden grunnbeløp (G). Ettersom grunnbeløpet per 1. mai 2021 utgjør 106.399 kr, innebærer dette at du minimum har krav på om lag 242.000 kr i året. Er du enslig har du krav på minst 2,48G – omlag 263.000 kr. Dersom du ble ufør før du fylte 26 år kan du ha krav på ung ufør-tillegg, se punkt 8.5.

Begrensning på 6G
Folketrygdloven
§ 12-11 femte ledd

Grunnlaget for uføretrygd begrenses til seks ganger grunnbeløpet. Dette betyr at du ikke vil få utbetalt mer enn 66 prosent av 6G i uføretrygd – om lag 421.000 kr, selv om lønnen din var høyere enn dette.

Trygdetid
Folketrygdloven
§§ 12-12 og 12-13
fjerde ledd

Hvor lenge du har vært medlem av folketrygden (trygdetid) har betydning for hvor mye du vil få i uføretrygd. Dersom du har kortere trygdetid enn 40 år vil uføretrygden reduseres forholdsmessig. Hvis du for eksempel har 20 år trygdetid, vil du få halvparten av det du ellers skulle hatt i uføretrygd. Trygdetid regnes fra du fylte 16 år til og med det året du fyller 66 år. Også fremtidig trygdetid fra uføretidspunktet regnes med. Det vil si at dersom du blir syk eller skader deg når du er 36 år, vil du likevel kunne få full uføretrygd selv om du i utgangspunktet bare har hatt 20 år trygdetid. Reglene for beregning av trygdetid er kompliserte og mange. Hvis du har konkrete spørsmål om hvordan din trygdetid skal beregnes kan du ta kontakt med NAV. De har veiledningsplikt, se punkt 2.

8.4 Redusert uføretrygd

Du kan også få uføretrygd dersom du kan jobbe mindre enn tidligere

Folketrygdloven
§ 12-13 femte ledd

Du kan få uføretrygd dersom du er delvis arbeidsufør. Dette vil for eksempel være tilfellet dersom du på grunn av sykdom, skade eller lyte bare kan jobbe halvparten så mye som du kunne tidligere. Ved beregningen tar NAV utgangspunkt i forholdet mellom dine inntektsmuligheter før og etter uførheten. Uføregraden vil da tilsvare den delen av inntektene som er tapt. Dersom du har mistet halvparten av inntekten din, vil uføregraden din være 50 prosent.

Inntektsgrense
Folketrygdloven
§ 12-14

Videre er det åpnet for at du kan tjene noe penger samtidig som du mottar uføretrygd. NAV skal fastsette en inntektsgrense. Dersom du tjener mer enn inntektsgrensa, vil uføretrygden reduseres i forhold til den overskytende inntekten. Det er egne regler for hvordan NAV skal beregne både inntektsgrense og reduksjon. Dersom du tjener mer enn 80 prosent av det du gjorde før du ble ufør, vil du ikke lenger ha krav på uføretrygd. Dette innebærer at dersom du tidligere hadde en inntekt på 500.000 kr og nå tjener mer enn 400.000 kr ved siden av uføretrygden, vil du ikke få utbetalt uføretrygd. Disse inntektsgrensene inflasjonsjusteres hvert år.

8.5 Ung ufør

Ung ufør
Folketrygdloven
§ 12-13 tredje ledd

Dersom du ble ufør før du fylte 26 år kan du ha krav på ung ufør-tillegg. Tillegget er ment å kompensere for at du fra ung alder ikke har hatt muligheten til å delta i arbeidslivet. For å ha krav på dette må du for det første oppfylle de generelle vilkårene for uføretrygd. Deretter oppstilles det ytterligere tre vilkår for å få ung ufør-tillegg: 1) at du ble ufør før fylte 26 år; på grunn av 2) alvorlig og varig sykdom; som 3) er klart dokumentert. Disse vilkårene er strenge.

Før fylte 26 år

Når det gjelder aldersvilkåret, er det et krav om at uføretidspunktet er satt til senest den første dagen i måneden du fyller 26 år. Dette vil si at dersom du fylte 26 år 15. april 2021, må uføretidspunktet være satt til senest 1. april 2021. Uføretidspunkt fastsettes av NAV i vedtak om uføretrygd, se folketrygdloven § 12-8. Uføretidspunktet skal som hovedregel fastsettes til det tidspunktet da du fikk din inntektsevne varig nedsatt med minst halvparten på grunn av sykdom, skade eller lyte.

I tillegg er det et krav om at sykdommen din allerede før du fylte 26 år var «alvorlig». Dette betyr at dersom du gradvis har blitt dårligere, kan NAV komme til at du ikke har krav på ung ufør-tillegg, fordi sykdomstilstanden din ikke var tilstrekkelig alvorlig før etter at du fylte 26 år.

Alvorlig sykdom

Når det gjelder alvorlighetsvilkåret, er det ikke tilstrekkelig at du har en sykdom, skade eller lyte som forhindrer deg fra å jobbe. Det kreves i tillegg at denne tilstanden er *alvorlig*, noe som tilsier en høy terskel. Det er ikke diagnosen, men alvorlighetsgraden av sykdommen og hvordan den påvirker din funksjonsevne som er avgjørende. Som eksempler på sykdomstilstander som kan anses som alvorlige, nevner NAVs rundskriv alvorlig epilepsi, alvorlig cerebral parese, cystisk fibrose eller schizofreni.

Varig sykdom

Når det gjelder varighetsvilkåret stilles det ikke strengere krav enn det som ellers gjelder for uføretrygd, altså minst 7 år, se punkt 8.2.5.

Beviskrav

Rt. 2007 s. 899

Til sist kreves det at sykdomstilstanden er «klart dokumentert», og innebærer et strengere krav til bevis. Som nevnt under punkt 2, er det du som søker som har opplysningsplikt og som dermed må bevise at du oppfyller vilkårene for ung ufør-tillegg. Beviskravet gjelder både for hvilket uføretidspunkt som skal legges til

grunn, og for hvorvidt sykdommen er å anse som alvorlig. Det hender at NAV avslår søknad om ung ufør fordi de mener at den alvorlige sykdommen du har nå, ikke var til stede før du fylte 26 år. For eksempel fordi sykdomstilstanden har forverret seg over tid. Det avgjørende blir da å bevise at din sykdomstilstand var alvorlig også før du fylte 26 år. Ved vurderingen tillegges dokumentasjon fra tiden rundt du fylte 26 år størst vekt. Selv om medisinsk dokumentasjon er viktigst, kan også uttalelser fra lærere, arbeidsgivere eller andre som kaster lys over din funksjonsevne i denne perioden være av verdi.

Størrelse

Dersom du oppfyller vilkårene for ung ufør-tillegg vil du ha krav på 2,66 G – om lag 283.000 kr per 1. mai 2021 – dersom du har ektefelle eller samboer, og 2,91 G – om lag 309.000 kr per 1. mai 2021 – dersom du er enslig. Dette er *minsteytelser*, som innebærer en nedre grense for hva du har krav på i uføretrygd. Dersom du har fått innvilget et høyere beløp i uføretrygd enn minsteytelserne, er det ikke sikkert at det lønner seg for deg å påklage vedtaket for å få innvilget ung ufør. I verste fall kan du risikere at NAV fastsetter uføretidspunktet ditt til et tidligere tidspunkt, og at inntektsgrunnlaget ditt reduseres som følge av at du hadde lavere inntekt da du var yngre.

8.6 For deg som sitter i fengsel

Dersom du sitter i fengsel har du som hovedregel ikke rett til uføretrygd. Retten til uføretrygd faller bort fra og med andre måned du starter å sone. Dersom du forsørger barn har du likevel rett til å beholde halvparten av uføretrygden din. Når du løslates vil du igjen ha rett til uføretrygd. Dersom du gjennomfører straff utenfor fengsel, for eksempel hjemmesoneing med fotlenke, samfunnsstraff eller betinget dom, vil du likevel ha krav på uføretrygd dersom du oppfyller de øvrige vilkårene for dette. Det samme gjelder ved prøveløslatelse.

Folketrygdloven § 12-20

8.7 Uføretrygd, ferie og feriepenger

Folketrygdloven
§§ 12-3 og 2-1

Som uføretrygdet kan du reise på ferie til utlandet uten at utbetalingene stanses. Skal du flytte eller oppholde deg i utlandet over lengre perioder bør du forhøre deg med NAV på forhånd for å sikre at du ikke bryter vilkårene for uføretrygd. Hvis du har oppholdt deg i utlandet i mer enn seks måneder per år i minst to år vil du ikke lenger anses som bosatt i Norge, og risikerer å miste retten til uføretrygd. Du kan som hovedregel reise fritt innenfor EØS-området uten å miste retten til uføretrygd. Dette følger av eksportabilitetsprinsippet, se punkt 5.2.5. Uføretrygd gir ikke rett til feriepenger.

Ferieloven § 10 nr.
4

9 KORT OM YRKESKADE

9.1 Oversikt

Folketrygdloven
kapittel 13

Folketrygdloven kapittel 13 har regler som gir særfordeler for den som rammes av yrkesskade. Blant annet gjøres det unntak fra enkelte av vilkårene for å få en ytelse, og for å beholde den. Yrkesskade etter folketrygdloven må ikke forveksles med yrkesskadeerstatning/-forsikring hvor krav rettes mot arbeidsgiver/arbeidsgivers forsikringsselskap. I det følgende vil hovedtrekkene i vilkårene for yrkesskade gjennomgås.

9.2 Vilkår

9.2.1 Arbeidsulykke

Du må ha vært i en arbeidsulykke

Arbeidsulykke
Folketrygdloven
§ 13-3 andre ledd

Det er et vilkår for yrkesskade at det har skjedd en «arbeidsulykke». Både fysiske og psykiske skader vil etter omstendighetene kunne utgjøre en yrkesskade. Det avgjørende er imidlertid om situasjonen som forårsaket skaden, bærer preg av å ha vært en ulykke, altså at den

oppstod akutt og uventet. Eksempler på arbeidsulykker er eksplosjon, slag, fall eller akutt skade av verktøy eller maskiner, slik som fingeramputasjon.

Arbeidsulykke-vilkåret anses også å være oppfylt dersom du har vært utsatt for en usedvanlig påkjenning i arbeidet over kort tid, for eksempel ved at du har utført andre oppgaver enn de du er ansatt til, eller at dine ordinære arbeidsoppgaver er blitt utført på en unormal måte. Dette vil for eksempel kunne være tilfellet dersom du har en vanlig kontorjobb og skader deg under ommøblering av kontoret ved løft av tunge gjenstander. Et annet eksempel på en usedvanlig påkjenning kan være at du utvikler psykiske lidelser, slik som posttraumatisk stress, etter å ha blitt utsatt for alvorlige trusler eller overgrep på jobb.

Belastnings- lidelser

Folketrygdloven
§ 13-3 tredje ledd

Den viktigste avgrensningen i arbeidsulykke-vilkåret er at belastningslidelser som over tid har utviklet seg, ikke regnes som yrkesskade. Som eksempel på skader som ikke regnes som yrkesskade nevnes belastningsskader i nakke, skuldre, rygg som følge av tungt og ensidig arbeid over tid, eller psykiske lidelser som følge av sterkt arbeidspress eller mobbing.

9.2.2 Årsakssammenheng

Skaden eller sykdommen må skyldes arbeidsulykken

Årsaks- sammenheng

Folketrygdloven
§ 13-3 første ledd

Videre er det et vilkår for yrkesskade at skaden eller sykdommen «skyldes» arbeidsulykken, og i dette ligger det et krav om årsakssammenheng. Det er ikke et krav om at arbeidsulykken er eneste årsak til skaden eller sykdommen. Du kan for eksempel ha hatt en underliggende skade eller sykdom som ble kraftig forverret av arbeidsulykken. Det avgjørende er om arbeidsulykken utgjør hovedårsaken til skaden eller sykdommen. Dette vil si at arbeidsulykken må utgjøre

minst 50 prosent av årsaken til at du ikke lenger kan jobbe.

9.2.3 Yrkesskadedekning

Skaden eller sykdommen må ha oppstått mens du var i arbeid på arbeidsstedet i arbeidstiden

Yrkesskadedekket

Folketrygdloven
§§ 13-3 første ledd
og 13-6 til 13-13

Til sist er det et vilkår for yrkesskade at skaden eller sykdommen oppstod mens du var «yrkesskadedekket». Vilkårene for dette er inntatt i folketrygdloven §§ 13-6 til 13-13. I det følgende vil vi fokusere hva som gjelder for arbeidstakere etter folketrygdloven § 13-6. For fiskere, militært personell, brann- og redningstjeneste og en rekke andre spesialtilfeller gjelder det imidlertid egne regler, se folketrygdloven §§ 13-7 til 13-13. For arbeidstakere stilles det som vilkår at skaden eller sykdommen oppstod mens du var «i arbeid på arbeidsstedet i arbeidstiden», se folketrygdloven § 13-6 andre ledd.

I arbeid

Rt. 2004 s. 487 og
Rt. 2014 s. 531

Når det gjelder vilkåret «i arbeid» menes det at du utfører arbeidsoppgavene dine. Vilkåret tolkes ikke så strengt at du ikke er yrkesskadedekket hvis du hjelper en kollega i å utføre hans arbeidsoppgaver, så fremt handlingen ikke helt åpenbart strider mot arbeidsgiverens interesser. Videre omfatter vilkåret også andre handlinger med tilknytning til arbeidet enn bare utførelse av arbeidsoppgaver, slik som hvilepauser og lunsj. Tilsvarende vil også fritidsaktiviteter og sosiale arrangementer som ikke vanligvis er en del av dine arbeidsoppgaver, kunne være å anse som arbeid, dersom de skjer i regi av arbeidsgiver og det er forventet at arbeidstakerne deltar. Dersom du derimot skader deg mens du driver med private aktiviteter i egen interesse, vil du ikke få godkjent yrkesskade selv om skaden inntraff på arbeidsstedet i arbeidstiden. For eksempel at du skifter dekk på bilen din i løpet av arbeidsdagen uten at dette har noen tilknytning til arbeidet ditt.

På arbeidsstedet

Rt. 2000 s. 220

Når det gjelder vilkåret «på arbeidsstedet» menes som utgangspunkt arbeidsplassen din eller annet sted som arbeidsgiver krever at du møter opp på. Dette innebærer blant annet at du som hovedregel ikke vil få godkjent en skade som oppstod på reise til og fra jobb. Her kan det imidlertid gjelde unntak dersom du på skadetidspunktet utførte ærender for arbeidsgiver. Noen arbeidstakere har også skiftende arbeidssteder, slik som ved anleggsarbeid og transport. I slike tilfeller gjelder yrkesskadedekningen der hvor arbeidet til enhver tid foregår. For arbeidstakere som både har et fast arbeidssted, men også må reise en del i jobben sin, vil reisen til og fra bolig ikke omfattes, mens reise mellom ulike steder i løpet av arbeidsdagen være omfattet. For en elektriker vil dette for eksempel innebære at vedkommende ikke er yrkesskadedekket på vei til første arbeidssted, og heller ikke på vei hjem fra siste arbeidssted, uavhengig av om elektrikeren reiser til og fra en kunde eller kontor. På reiser mellom kunder vil imidlertid elektrikeren være yrkesskadedekket. Også skader som skjer på hjemmekontor vil kunne anses som yrkesskader så fremt arbeidsgiver har godkjent at du jobber hjemmefra.

I arbeidstiden

Rt. 2004 s. 487 og

Rt. 2014 s. 531

Når det gjelder vilkåret «i arbeidstiden» menes som utgangspunkt din vanlige arbeidstid. Opphold på arbeidsstedet før og etter den vanlige arbeidstiden vil ikke omfattes, med mindre det dreier seg om overtidsarbeid, etterarbeid, slik som bortrydding av arbeidsredskaper, eller forberedelse til arbeid, slik som skifting av klær. Sosiale sammenkomster mellom kollegaer før og etter jobb, slik som å drikke kaffe før jobb eller lønningspils, vil som utgangspunkt ikke omfattes, med mindre dette skjer i arbeidsgivers regi, og forventes at du deltar på.

9.3 Skademelding

Meldefrist

Folketrygdloven
§ 13-14 fjerde ledd

Det er et vilkår for rett til yrkesskadedekning at yrkesskaden er meldt til NAV innen ett år etter arbeidsulykken skjedde. Yrkessykdommen må være meldt innen ett år etter at du ble klar over årsaken til sykdommen.

Det er arbeidsgiveren din som har plikt til å melde ifra om skaden eller sykdommen, se folketrygdloven § 13-14 første ledd. Dersom arbeidsgiveren din ikke melder ifra, må du selv gjøre dette, se folketrygdloven § 13-14 andre ledd.

Unntak fra meldefristen

Folketrygdloven
§ 13-14 fjerde ledd

Dersom skademelding ikke er gitt innen meldefristen på ett år, kan det gjøres unntak fra fristen når det er «klart at forholdet er en yrkesskade» og det foreligger «særlige grunner» til at melding ikke ble gitt i tide. I uttrykket «klart» ligger det at det stilles strengere krav til bevis enn dersom skaden meldes i tide. Beviskravet er strengere jo lengre tid som er gått. Når det gjelder vilkåret om «særlige grunner» følger det av fast praksis hos NAV at vilkåret ikke har noen selvstendig betydning. Dersom det er klart at du oppfyller vilkårene for yrkesskade, skal du få innvilget dette.

10 ETTERBETALING – NÅR DU HAR FÅTT UTBETALT FOR LITE I TRYGD

10.1 Du må søke for å få trygd

Folketrygdloven
§ 22-13 første ledd

Utgangspunktet er at den som har rett til en ytelse, må fremsette krav om dette. Det er altså du selv som har ansvaret for å søke.

Løpende ytelser gis for opptil tre måneder før du søkte, dersom vilkårene for ytelsen du søker på var oppfylt i denne perioden. Dette betyr at dersom du søker om en

Tre måneder tilbake
Folketrygdloven
§ 22-13 tredje ledd

ytelse i juni, vil du kunne få etterbetalt eventuell ytelse du skulle hatt i mars, april og mai også. Dersom du derimot også hadde rett til ytelsen i perioden før dette, for eksempel i januar og februar, vil du som utgangspunkt ikke ha krav på å få etterbetalt dette.

Unntak
Folketrygdloven
§ 22-13 syvende ledd

Det gjelder imidlertid unntak i enkelte tilfeller. Hvis du oppfyller vilkårene for unntak kan du i så fall kreve å få etterbetalt ytelser som du hadde krav på opptil tre år tilbake i tid. Etter dette vil kravet ditt være foreldet. Det vil si at du mister retten til å kreve pengene.

Folketrygdloven
§ 22-13 syvende ledd første punktum

For det første gjøres det unntak dersom du «åpenbart ikke har vært i stand til å sette fram krav tidligere». Det ligger i ordlyden at det skal mye til for å oppfylle vilkåret. Det må foreligge en helt spesiell situasjon som har hindret deg i å søke. Dette vil for eksempel kunne være tilfellet dersom du har en alvorlig sykdom eller skade, eller har vært innlagt på institusjon slik at det ikke har vært mulig.

Folketrygdloven
§ 22-13 syvende ledd andre punktum

For det andre gjelder det unntak dersom grunnen til at du ikke har søkt på den aktuelle ytelsen skyldes «misvisende opplysninger» fra NAV. Innunder misvisende opplysninger inngår også manglende opplysninger. NAV har veiledningsplikt, og du kan ha rett til å få etterbetalt ytelser som du hadde krav på dersom NAV burde ha opplyst deg om at dette var ytelser du kunne søke om.

10.2 Virkningstidspunkt

I vedtak fra NAV står det av og til hva som er virkningstidspunktet ditt. Virkningstidspunkt vil si tidspunktet når vedtaket skal begynne å gjelde fra, altså når NAV vil begynne å utbetale pengene.

Folketrygdloven
§ 22-12 første ledd

Hovedregelen er at en ytelse som gis per måned, slik som uføretrygd, skal utbetales måneden etter at du oppfyllte vilkårene for ytelsen. Det vil si at dersom du for eksempel oppfyllte vilkårene for uføretrygd januar 2021, skulle uføretrygden utbetales fra og med februar 2021.

Folketrygdloven
§ 22-12 andre og tredje ledd

Dersom du har gått på sykepenger eller arbeidsavklaringspenger vil uføretrygd tidligst utbetales når retten til sykepenger eller arbeidsavklaringspenger utløper. Du får dermed ikke dobbelt opp med trygdeytelser. Dersom du har fått innvilget uføretrygd, kan du bare kreve etterbetaling for den tid du oppfyllte vilkårene for uføretrygd uten å ha fått sykepenger eller arbeidsavklaringspenger.

11 TILBAKEKREVING – NÅR DU HAR FÅTT UTBETALT FOR MYE I TRYGD

11.1 Generelt

Folketrygdloven
§§ 22-15 følgende

Det hender at ytelse fra NAV blir feilaktig utbetalt. Grunnen til dette kan være at NAV selv gjør en feil, eller det kan være at den som mottar ytelse har gitt uriktige eller ufullstendige opplysninger til NAV. Dersom du har mottatt trygd som du ikke hadde krav på, kan NAV på visse vilkår kreve at du betaler pengene tilbake.

På Jussbuss sine nettsider under saksområde trygderett ligger brosjyren «Veiledning i hvordan du skal klage på et tilbakebetalingskrav» hvor du finner informasjon om tilbakebetalingsreglene. Denne kan du bruke som hjelp dersom du vurderer å klage på et vedtak om tilbakebetaling.

11.2 Særlig om etteroppgjør for uføretrygd

Etteroppgjør

Folketrygdloven

§ 12-14 fjerde ledd

For uføretrygd gjelder det en særlig regel om etteroppgjør. Dette innebærer at NAV hvert år sjekker om du har fått utbetalt riktig beløp i uføretrygd i forhold til inntekten du har hatt. Hvis du har fått for lite, vil du få etterbetalt det du skulle ha hatt som et engangsbeløp. Hvis du derimot har fått for mye, vil NAV kreve tilbake det du har fått for mye. Hvorvidt du eller NAV kunne ha oppdaget at du fikk for mye, er uten betydning. NAV skal kreve pengene tilbake uansett.

Når det er gjort et etteroppgjør vil du motta det som NAV kaller et «kombinert varsel- og vedtaksbrev». Dette skiller seg fra det som ellers gjelder for tilbakekrevingsaker hvor du først får et varsel og deretter et separat vedtak. I varselet om etteroppgjør vil du ha tre uker på deg for å komme med nye opplysninger. Hvis NAV ikke mottar dokumentasjon fra deg, vil vedtaket få virkning etter fire uker. Til sammen har du 10 uker klagefrist.

Inntekter som er unntatt

Folketrygdloven

§ 12-14 femte ledd

og forskrift om

uføretrygd fra

folketrygden § 2-2

Det viktigste å vite om etteroppgjør er at noen typer inntekter ikke skal regnes med. Dette gjelder inntekt fra arbeid som ble helt avsluttet før du fikk uføretrygd, for eksempel feriepenger. Videre gjelder dette for personskadeerstatning, herunder voldsoffererstatning, yrkesskadeersikring og pasientskadeerstatning. Du må selv melde ifra til NAV om disse inntektene.

Inntektsopplysningene fra Skatteetaten gir ikke informasjon om at inntekten kommer fra erstatning, feriepenger eller liknende. NAV får derfor ikke justert etteroppgjøret automatisk dersom du har inntekt som skal holdes utenfor.

12 STIKKORDREGISTER

Anke	Å bringe en dom/kjennelse/beslutning inn for et klageorgan eller en høyere domstol. Ved å anke kan den høyere instansen overprøve underinstansens avgjørelse.
Dom	En rettsavgjørelse truffet av en domstol.
Forskrift	Generelle regler fastsatt av stat eller kommune, og som utfyller loven.
Gebyr	En pengesum som må betales for at en tjeneste skal utføres.
Grunnbeløp	Et beløp som reguleres årlig og som benyttes for å beregne pensjon- og trygdeytelser. Oversikt over det til enhver tid gjeldende grunnbeløp finnes på NAV sine hjemmesider.
Klage	Å be om ny vurdering i saken av overordnet organ. Ved å klage kan den høyere instansen overprøve underinstansens avgjørelse.
Krav	Brukes som synonym for både rettigheter og vilkår. Krav kan bety noe du har rett på eller mener du har rett på, men kan også å bety noe som må være oppfylt for at du skal få en ytelse (vilkår).
NAV	Statlig etat (organ) som behandler søknader og utbetaler ytelser fra stat og kommune.
Plikt	Noe du må gjøre. Hvis du ikke overholder en plikt, kan du miste retten til en ytelse.
Rettighet	At man har krav på å gjøre eller få noe. Hvis man oppfyller vilkårene for å få en ytelse, har man krav på å få ytelsen.
Rettspraksis	Tidligere avgjørelser i domstolene som kan ha betydning for tolkningen av regler.
Rundskriv	Orientering fra departementet eller annet overliggende organ om hvordan underliggende organer skal tolke regelverk og behandle saker.
Søknad	Et skriftlig brev hvor du ber om noe.
Stønad	Støtte eller ytelse.
Unntak	Avvik fra en regel.
Vedtak	En avgjørelse truffet av offentlig myndighet med betydning for en persons rettigheter eller plikter.
Vilkår	En betingelse man må oppfylle for å få noe. Det stilles forskjellige vilkår avhengig av hvilken type ytelse du søker på.
Virkningstidspunkt	Tidspunkt for når et vedtak skal begynne å gjelde.
Ytelse	Støtte eller penger.

13 NYTTIGE LENKER

13.1 De studentdrevne rettshjelpstiltakene

Jussbuss	jussbuss.no Tlf: 22 84 29 00
Juridisk Rådgivning for Kvinner (JURK)	jurk.no Tlf: 22 84 29 50
Jussformidlingen i Bergen	jussformidlingen.no Tlf: 55 58 96 00
Jusshjelpe i Nord-Norge	jusshjelpe.no Tlf: 77 64 45 59

13.2 Andre instanser

NAV	nav.no Tlf: 55 55 33 33
Trygderetten	trygderetten.no Tlf: 23 15 95 50
Arbeidstilsynet	arbeidstilsynet.no Tlf: 73 19 97 00
Pasient- og brukerombudet	helsenorge.no/pasient-og-brukerombudet
Statsforvalteren	statsforvalteren.no
Sivilombudet	sivilombudet.no
Domstolene	domstol.no
Lovdata	lovdata.no
Advokatvakten	advokatenhjelperdeg.no/advokatvakten
Retts hjelpssentralen	kirkensbymisjon.no/rettshjelpssentralen Tlf: 22 69 86 10
Hjelp med NAV	rettferdnorge.no/nav Tlf: 03142

14 MAL TIL KLAGE PÅ VEDTAK

[Ditt NAV-kontor] (hvilket kontor du skal sende klagen til står i vedtaket)

[Adresse]

[Postnummer og sted]

Sted, dato (eks: Oslo, 1. januar 2020)

Saksnummer: (står øverst på vedtaket)

KLAGE PÅ VEDTAK OM.....

Klager: [Ditt navn]

[Din adresse]

[Postnummer og sted]

Fødselsnummer: [xxxxxx xxxxx]

Jeg mottok vedtak om [sett inn] den [xx.xx.xxxx] (dato). Klagefristen er på seks uker. Klagen fremsettes etter dette i tide.

NAV fattet vedtak om at [sett inn] den [xx.xx.xxxx] (dato), se kopi av vedtak om [sett inn] (vedlegg 1).

NAV sin begrunnelse for at [sett inn] er ...

Jeg er uenig i dette fordi ...

Jeg mener derfor at ...

Med vennlig hilsen,

_____ (signer brevet for hånd på denne linjen)

[Ditt navn]

Vedlegg 1: Kopi av vedtak om [sett inn]

Vedlegg 2: Kopi av brev du har sendt til NAV



Jussbuss

Skippergata 23, 0154 Oslo

Saksmottak:

Du kan ta kontakt med oss på telefon eller møte opp i våre lokaler innenfor våre saksmottakstider:

Mandag 17.00 – 20.00 og tirsdag 10.00 – 15.00

Du kan når som helst registrere en ny sak hos oss elektronisk på www.jussbuss.no. Merk likevel at en saksbehandler først vil se på saken din på neste saksmottak.

Telefon: 22 84 29 00

www.jussbuss.no