

# Rutinar ved sjukefråvær

I Kinn kommune skal det vere godt å jobbe. Det skal vere klåre, tydelege rammer for korleis arbeidet skal utførast og korleis fråvær skal handterast.

Difor har vi laga desse rutinane som skal følgjast av tilsette og leiarar.

## Innhaldsoversikt

1 Rutinar ved fråvær

2 Kontroll av sjukemeldinga

3 Når du er blitt sjuk

# 1 Rutinar ved frávær

Kontakt næraste leiar snarast råd. Leiar kan vurdere tilrettelegging for å unngå sjukmelding.

Ved frávær: Ring til næraste leiar og meld frå. (Dersom ikkje kontakt– send sms slik at avdelingsleiar kan ringe tilbake.) Gje melding om kor lenge fráværet vil vare.

Send digital eigenmelding snarast. Digital sjukmelding leverast så raskt som mogleg. Arbeidsgjevar pliktar å ta opp høve til tilrettelegging. Bruk mobiltelefonen til å nå NAV.no sine tenester, eller møt NAV.no på andre digitale plattformer som brett, pc.

For å kunne behandle sjukmeldinga digitalt, må du ha BankID eller BankID på mobil.

## Hjá legen

Du må seie frå til legen om du jobbar fleire stader. Det må skrivast ei sjukmelding for kvar arbeidsplass (t.d: 1 for Florø barneskole, 1 for Florø barneskole SFO eller 1 for Florø omsorgssenter og ein for Krokane heimeteneste). Har du ein timelønsstilling - i tillegg til fastlønsstilling må ein og få sjukmelding for desse stillingane. Fyll ut skjemaet i faldaren her for dine arbeidsforhold og gi til legen din.

Dersom sjukmeldinga gjeld behandlingsdagar, reisetilskot må du fortsatt be om sjukmelding på papir. ( sjukehus, spesialisthelsetenesta, kiropraktor m.v nyttar førebels berre papirsjukmelding)

## 2 Kontroll av sjukemeldinga

Du får tilsendt ei melding på SMS eller e-post frå NAV. Der står det at du må logge inn på Ditt NAV eller følgje lenka som står i meldinga.

<https://www.nav.no/no/Person>

Her får du opplysningar du må bekrefte (eller ev. endre)

- Arbeidsgjevar
- Sjukmeldingsperiode (er perioden feil, må du kontakte legen for å endre den)
- Sjukmeldingsgrad (er sjukmeldingsgrad feil, må du kontakte legen for å endre den)

Du skal framleis melde frå til leiar første dag om at du er borte frå arbeidet grunna sjukdom. Tett kontakt med leiar og arbeidsstaden er framleis svært viktig.

### Søknad om sjukepengar

Dette punktet MÅ utførast for å ha rett til sjukepengar/lønn under sjukefråvær. Du får tilsendt ei melding på SMS eller e-post frå NAV på slutten av sjukmeldingsperioden eller ved månadsslutt. Der står det at du må logge inn på Ditt NAV eller følgje lenka som står i meldinga. Her må du svare på spørsmåla for at sjukepengane skal bereknast riktig:

- Opplysningar om ev. eigenmelding i forkant av sjukmelding (inntil 16 dagar tilbake i tid)
- Om du starta å jobbe før sjukmeldingsperioden var ferdig
- Om du har vore student i løpet av sjukmeldingsperioden
- Om du har avvika ferie eller permisjon i sjukmeldingsperioden
- Om du har vore i utlandet i sjukmeldingsperioden
- Om du har jobba (ev. kor mykje) i sjukmeldingsperioden
- Husk å trykk "send" før du avsluttar!

## 3 Når du er blitt sjuk

### Dette må du hugse

Arbeidsplassen er den viktigaste arenaen for førebygging og oppfølging av sjukefråvær. Arbeidsgjevar kan ofte tilrettelegge slik at sjukmelding kan unngåast.

Du bestemmer sjølv om du vil bruke sjukmelding eller avbryte den. Du kan også jobbe i kombinasjon med sjukmelding. Det kjem an på kva sjukdommen din tillet og kva det er praktisk høve å få til på arbeidsplassen.

Føler du deg klar til å begynne å jobbe igjen før sjukmeldinga går ut, gjer du berre ein avtale med arbeidsgjevaren din.

Greit å vite: Arbeidsgjevaren har plikt til å legge til rette for at du kan jobbe heilt eller delvis sjølv om du er sjuk. Husk at du alltid kan vurdere gradert sjukmelding.

Veit du at fråveret blir kort, kan det vere like greitt med eigenmelding, så slepp du gå til lege.

### Snakk med arbeidsgjevaren din

Du har vore sjukmeld ei stund, og no er det tid for at du og leiaren din fyller ut oppfølgingsplanen saman – med mindre det er openberre grunnar til å la vere. Oppfølgingsplanen skal gjøre det lettere å tenke gjennom: Er det noen arbeidsoppgåver eg kan gjere sjølv om eg er sjuk? Er det noko som kan gjerast for at eg kan få det til?

### Oppfølgingsplan (innan 4 veker)

Føremål; finne gode løysingar for å komme attende i arbeid og sikre dialog mellom deg og arbeidsgjevar

Deltakarar; Du og arbeidsgjevar

Ansvar; Arbeidsgjevar saman med arbeidstakar

Digital plan tilgjengeleg på NAV.no der begge partar kan og skal bidra.

### Dialogmøte 1 (innan 7 veker)

Føremål; finne gode løysingar, sikre dialog og oppdatere plan.

Deltakarar; Du og arbeidsgjevar. I tillegg kan du eller arbeidsgjevar be om at bedriftshelsetenesta eller NAV blir med. Du kan også be om at sjukmeldar/legen og/eller tillitsvald deltek.

Ansvar; Arbeidsgjevar har ansvar for å kalle inn til møtet.

### 7 veker

Oppfyller du aktivitetsplikta? Reglane seier at du har plikt til å vere i aktivitet medan du er sjukmeld – om mogeleg.

Målet er å unngå at sjukefråværet blir for langt. Ved alvorleg sjukdom er det sjølvstundt unntak. Når du har vore sjukmeld i 8 veker , er det NAV si oppgåve å vurdere om aktivitetsplikta er oppfylt.

## 8 veker

### Tid for dialogmøte med NAV

Det kan hende du snart blir innkalla til dialogmøte med NAV – viss du ikkje allereie har vore der?

I dette møtet kjem du saman med arbeidsgjevaren, av og til blir og den som har sjukmeldt deg invitert. Meningen er å kome fram til noko som kan hjelpe deg vidare.

Rettleiaren frå NAV leiar møte og er ein nøytral deltakar som stiller spørsmål til alle som er til stades.

Du fortel om jobben og situasjonen din: Kva som går bra og kva som er vanskeleg. Arbeidsgjevaren din fortel om arbeidsplassen, kva som er forsøkt og kva for muligheter som finnes. Vi ser på oppfølgingsplanen som du og arbeidsgjevaren allereie har laga saman. Ser vi nokre fleire muligheter på arbeidsplassen? Treng du nokre helsetenester, eller er det noko NAV kan bidra med?

Til slutt oppsummerer NAV-retteleiaren møte og avklarar kven som skal gjere kva og kva tid det skal skje.

## 39 veker

Etter 52 vekers sjukefråver er retten til sjukepengar brukt opp. Du får et brev om dette når du har vært sjukmeld i 39 veker. Du kan kva tid som helst be om eit nytt dialogmøte eller ein individuell samtale med ein rettleiar på NAV-kontoret.