

Kreftforeningen

Marianne Rønning Torkelsen

Sosionom og spesialrådgiver i Kreftforeningen



Arbeid/studier –rettigheter og muligheter

Studier

Rettigheter og muligheter

- Ved sykdom går som oftest ikke alt etter planen. Om du ønsker å fullføre studier og er i et behandlingsløp, finnes det flere muligheter. Det er viktig å informere både studiested og Lånekassen om du ikke klarer å følge undervisning og/eller ta eksamen som planlagt. Hvis ikke kan du risikere å bli utestengt fra studiene på grunn av manglende progresjon. Som hovedregel mister du retten til lån og stipend om du blir mer enn ett år forsinket med studier.
- Det er mange muligheter for tilrettelegging. Her skal vi snakke om det generelle. Du kan få råd fra studieveilder på ditt studiested. Det finnes flere muligheter for individuelt tilpassede løp.

Sykestipend fra Lånekassen

- Du må ha blitt syk etter studiestart. Du må søke vanlig stipend og lån før du kan søke om sykestipend.
- Det er karenstid i to uker, så du får ikke betalt for de første to ukene.
- Du må være minst 50% studieufør og en lege må bekrefte dette i en legeerklæring.
- Hvis du får sykestipend fra Lånekassen, kan du ikke få arbeidsavklaringspenger fra NAV samtidig.
- Maksimalt sykestipend er 4 måneder og 15. dager.



Tilleggsstipend ved nedsatt arbeidsevne

- Hvis du ikke kan jobbe ved siden av studiene på grunn av nedsatt arbeidsevne, kan du få et tilleggsstipend.
- Stipendet er på 4280 kr per måned, eller 47 080 for et helt studieår hvis du har støtte i 11 måneder.
- Hvis du studerer på deltid, blir stipendet redusert etter hvor mange studiepoeng du skal ta.
- Du kan i utgangspunktet ikke jobbe ved siden av



Sykepenger eller arbeidsavklaringspenger fra NAV for studenter

Mange studenter har ikke stor nok arbeidsinntekt til å få sykepenger. Det er likevel viktig å sjekke med arbeidsgiver om du har jobbet, i tilfelle du har rett på det.

Hvis du er mer enn 50 % syk/studieufør, kan du ha rett på arbeidsavklaringspenger.

Hvis du er under medisinsk behandling eller rehabilitering og har ytelser fra NAV, kan du som hovedregel ikke studere.

Unntaket er hvis høyere utdanning blir godkjent som yrkesrettet tiltak. Da kan du motta arbeidsavklaringspenger fra NAV mens du studerer.

Tilrettelegging på studiested

Permisjon

- Gir rett til å gjenoppta studier
- Registrert student i minimum ett semester
- Ingen frist
- Studie og eksamensrett opphører

Annen tilrettelegging

- Individuelt tildelt plass på lesesal og i undervisningslokalet
- Ta studiet over flere år
- Tilrettelegging under eksamen
- Støtteundervisning/studieassistent



Sletting av gjeld fra Lånekassen

- Dersom du blir varig ufør, kan Lånekassen slette hele eller deler av gjelden din. Det er inntekten din som avgjør hvor mye av gjelden din du får slettet.

Tilbake til jobb



Skap dialog Ta samtalen





Tips til den sykemeldte

- Ta samtalen
- Det er greit å vise følelser
- Tenk på mulige løsninger
- Du har også plikter
- Ha jevnlig dialog med leder
- Tenk på hva du vil andre skal vite

Tips til leder

Ta samtalen

Det er greit
å vise
følelser

Møt den
sykemeldte
der den er

Ikke sitt på
løsningen

Tør å være
tydelig

Ha jevnlig
dialog
uansett utfall

Tips

til kolleger



Send noen hyggelige ord underveis

Ikke skygg unna!

Vær på tilbudssiden

Tør å bruke humor der det er riktig

Vær et medmenneske

Pasientforløp

-rettigheter og plikter



Arbeidstaker melder om sykdom: Oppfølging, tilrettelegging og arbeidstakers medvirkningsplikt



Behandling: Oppfølgingsplan etter 4 uker



Dialogmøte 1 og 2: Etter 7 uker og 6 måneder



Ny hverdag etter behandling: Tilrettelegging og senskader



Tilbake på arbeid: Oppfølging og tilrettelegging

Sykemeldt i 52 uker – hva nå?

- Hvis arbeidsevnen er nedsatt på grunn av sykdom eller skade i minst 50%, kan du ha rett på arbeidsavklaringspenger (aap)
- Du har behov for behandling for å bedre din arbeidsevne eller hjelp fra NAV for å skaffe eller beholde arbeid
- Du kan jobbe og samtidig beholde arbeid. Som hovedregel kan du ikke jobbe mer enn 60 %
- Du kan som hovedregel få aap i 3 år. Det er også muligheter for å søke om forlengelse

Varig sykdom eller skade? Uføretrygd

Hvis du har minst 50% redusert arbeids- og inntektsevne, kan du ha rett på uføretrygd

Mulighetene til å være i arbeid må også være avklart. Det betyr at du må ha gjennomført: hensiktsmessig behandling som kan forbedre arbeidsevnen din, arbeidsrettede tiltak for å bedre inntektsevnen din og avklare hvor mye du kan jobbe.

Hvis du har aap når du søker om uføre, er det tilstrekkelig at inntektsevnen din er redusert med 40%

Tilrettelegging for å jobbe

Flere tiltak kan være til nytte for deg som kan jobbe, helt eller delvis

Arbeidsgiver kan legge forholdene til rette slik at du kan stå i jobb

NAV kan tilby en rekke tiltak og ordninger for personer som er sykemeldt, mottar aap eller uføretrygd

Arbeidstaker har plikt til å samarbeide om å finne løsninger som hindrer langvarig fravær. Dette kan innebære å være åpen for å finne andre passende arbeid, hvis det ikke er mulig å gjøre de vanlige arbeidsoppgavene

Det er også viktig at arbeidsgiver vet at kreft kan medføre senskader, også etter friskmelding

Eksempler på senskader kan være unormal tretthet/fatigue, bevegelighetsforstyrrelser, hukommelsessvikt, manglende konsentrasjonsevne og psykiske reaksjoner som angst for at kreften skal komme tilbake.



Eksempler på tilrettelegging

Ofte kan man komme langt på vei med helt enkle tilretteleggingstiltak i dialog med arbeidsgiver



Gradvis
opptrapping

Jobbe deltid

Fleksibel
arbeidstid

Hjemmekontor

Få fri for å dra til
lege/behandling

Unngå jobbreiser
i en periode

Ergonomisk
utstyr

Bytte kontor hvis
det har vanskelig
adgang

Justere
arbeidsmålene i
bedrifter med
høyt tempo

Endre
arbeidsoppgaver
eller endre stilling
innad i bedriften

Tiltak og ordninger fra NAV

Helse og arbeid er et tilbud for de som har falt ut av arbeid eller utdanning eller står i fare for å falle ut. Tilbudet skal bidra til at det blir lettere å komme tilbake til arbeid og utdanning.

Gradert sykemelding skal brukes dersom den sykemeldte kan utføre deler av sine vanlige arbeidsoppgaver, enten ved å arbeide redusert eller ved å bruke lengre tid på arbeidsoppgavene.

Inkluderingsstøtte kan gis til arbeidsgiver som kompensasjon for merutgifter eller merinnsats i forbindelse med nødvendig tilrettelegging på arbeidsplassen.

Hjelpemidler og tilrettelegging av det fysiske arbeidsmiljøet på arbeidsplassen.

Flere tiltak og ordninger fra NAV

- Tilskudd til ekspertbistand kan gis til arbeidsgiver hvis en arbeidstaker har lange og/heller hyppig sykefravær. Eksperten kan hjelpe til med å avklare situasjonen og finne løsninger.
- Reisetilskudd kan gis til yrkesaktive som har behov for transport til og fra arbeidsstedet på grunn av helseplager. Reisetilskuddet kan gis i stede for sykepenges eller aap.
- Arbeids- og utdanningsreiser kan gis til de med varige forflytningsvansker, og som ikke kan reise til og fra arbeids- og eller utdanningstedet med offentlig transport.
- Midlertidig eller varige lønnstilskudd er en støtteordning hvor NAV dekker en del av lønnen til arbeidstaker. Målet er å hjelpe flere med å få og beholde arbeid.
- Kronisk syk arbeidstaker. Arbeidsgiver kan søke om fritak for å utbetale sykepenges I arbeidsgiverperioden.

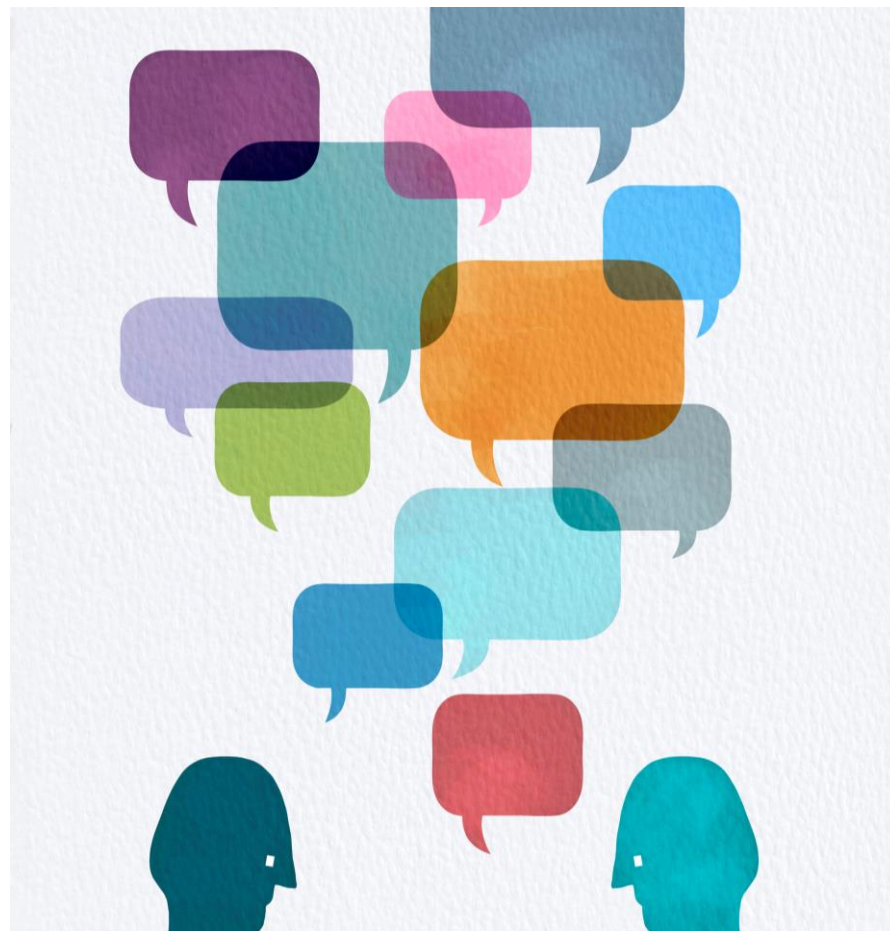
For deg som er jobbsøker

- Det er lett å tenke at kreft er et hinder for å få seg en jobb. Særlig hvis du fikk kreft under utdanning eller har lite arbeidserfaring fra før, eller dersom du trenger tilrettelegging fordi du er under behandling eller har fått senskader.
- Når du søker jobb er det viktig å tenke over hva sykdommen har gitt deg av kunnskap og erfaring. Kreft er en erfaring det går an å sette på CV-en.
- En arbeidssøker med krefterfaring som lengter etter å jobbe, vil bli en motivert og lojal arbeidstaker.
- Det kan være lurt å kontakte NAV før et jobbintervju og spørre hva slags tilrettelegging de kan tilby. NAV har også flere kurstilbud der du kan få støtte i det å søke jobb. Arbeid med støtte er et eksempel på et slikt tiltak.



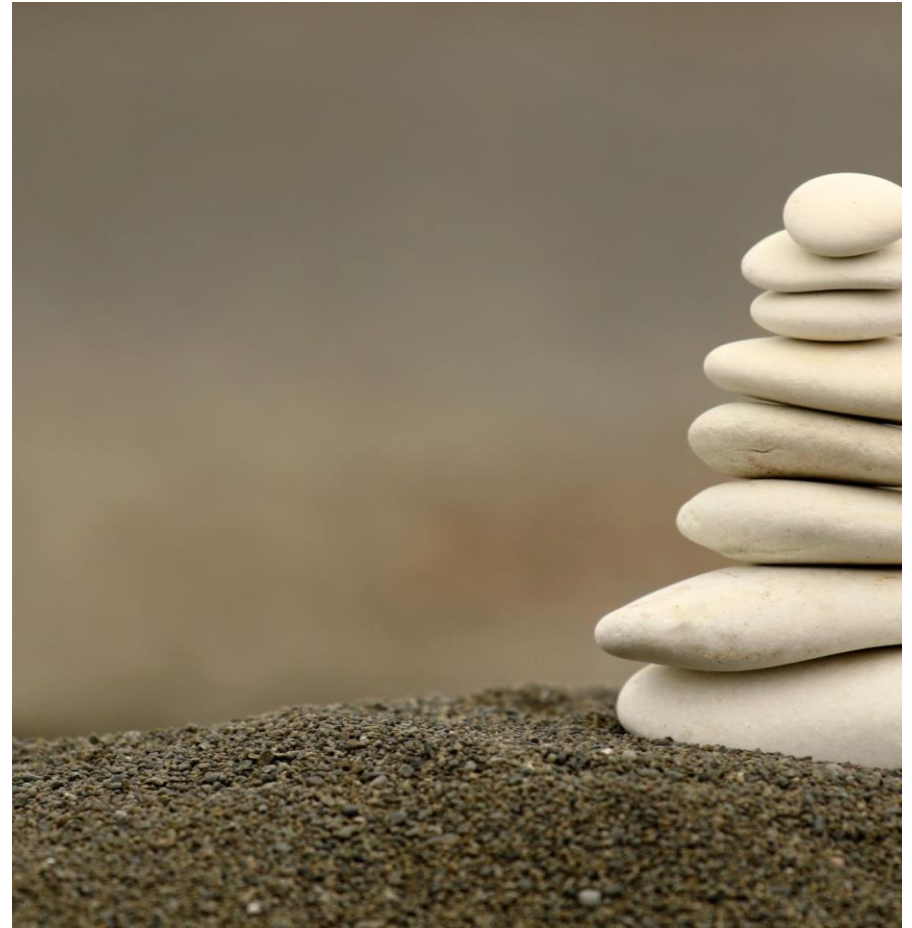
Åpenhet om sykdom?

- Det er lurt å tenke gjennom hva du vil si til kolleger. Du bestemmer selv hvor mye du vil dele, og med hvem.
- Hvis du føler deg frisk og ikke har behov for tilrettelegging, trenger du ikke å fortelle at du har vært syk ved jobbskifte.
- Hvis du har hull i CV-en, kan det være lurt å si noe om hvorfor, slik at ikke arbeidsgiver spekulerer om hvorfor på egen hånd.
- Dersom du går regelmessig til kontroll for behandling, er det rimelig å opplyse arbeidsgiver om dette, også ved jobbskifte.
- Har du kreft på CV-en og er på jakt etter jobb? Sjekk ut nettsiden Sjukt lyst på jobb; Sjukt lyst på jobb - Ung Kreft



Frivillig arbeid

- Du kan jobbe frivillig uten at det påvirker inntekten din
- Frivillig arbeid kan gi nyttig erfaring som du kan sette på CV-en din
- Frivillig arbeid kan være myk start tilbake til/ut i jobb eller studier.
- Fordelen med frivillige verv er at man ofte bestemmer hvor mye og ofte man skal delta. Det kan derfor være mindre belastene enn et arbeid.



Rådgivningstjenesten

Ingen skal møte kreft alene

Hos oss kan du få råd om kreft, dine rettigheter og muligheter. Vi gir også råd og veiledning om arbeidsliv. Vi har lang erfaring og har god tid til å lytte og svare på dine spørsmål.

Tjenesten er gratis, og du kan være anonym. Du trenger ikke vite hva du skal spørre om før du kontakter oss. Kanskje har du bare behov for å snakke med noen. Vi hjelper både voksne og barn.

Snakk med oss

21 49 49 21

Mandag–fredag: 09.00–15.30

Chat med oss

Mandag–fredag: 09.00–15.30

E-post

Få svar innen 72 timer

