



Pensjonspoeng ved ulønnet pleie og omsorgsarbeid

Du finner mer informasjon om ytelser fra trygdeetaten på

- Trygdeetatens servicetelefon 810 33 810
- NRK1 Tekst-TV side 808
- internettsider www.trygdeetaten.no.

Du kan også få mer informasjon på trygdekontoret.





Pensjonspoeng

Ulønnet omsorgsarbeid

Dersom du utfører ulønnet omsorgsarbeid, kan du få godskrevet pensjonspoeng (omsorgspoeng).

Du får ikke lønn fra folketrygden under omsorgsarbeidet, men pensjonspoengene kan gi deg høyere pensjon når du blir pensjonist.

Hovedregelen er at omsorgsarbeidet er ulønnet, men du kan også søke om omsorgspoeng hvis du får omsorgslønn e.l. fra kommunen pga. omsorgsarbeid i familien.

Pleie av eldre, syke eller funksjonshemmede

For at du skal få godskrevet pensjonspoeng, må omsorgsarbeidet vare *i minst 22 timer pr. uke i minst seks måneder pr. kalenderår.*

Omsorg for barn

Du får godskrevet pensjonspoeng for hvert kalenderår du har hatt omsorg for barn som ikke har fylt sju år.

Du kan også ha rett til omsorgspoeng hvis du har omsorg for et sykt eller funksjonshemmet barn over sju år.



Omsorgsforholdet

Omsorgsarbeid for flere personer

Dersom du pleier to eller flere personer som tilhører forskjellige husstander, må omsorgsarbeidet i minst én av husstandene utgjøre 22 timer eller mer pr. uke. Du kan ikke slå sammen timeantallet for hver person du pleier for å oppfylle kravet om 22 timer.

Unntak

Hvis de pleietrengende tilhører *samme husstand*, f.eks. hvis de er ektefeller eller søsken, er det nok med 22 timers pleie til sammen for begge/alle.

Når flere utøver omsorgsarbeid for samme person

Dersom samme person pleies av to eller flere, må hver enkelt fylle vilkårene om omsorgsarbeid i 22 timer pr. uke i seks måneder pr. kalenderår.

Reisetid

Reisetid på opptil en halv time pr. besøk regnes med når det blir vurdert om kravet til omsorgsarbeid i 22 timer pr. uke er oppfylt.



Opptjening

Alder

Du kan få godskrevet omsorgspoeng fra og med det kalenderåret du fyller 17 år til og med det kalenderåret du fyller 69 år.

Poengtall

Poengtallet for omsorgsarbeid er 3,00 pr. år. Dette er et fast poengtall du kan få når minstekravet til arbeidsinnsats er oppfylt. Det tilsvarer en årsinntekt på ca. 232 000 kroner i 2004. I dette poengtallet skal det gjøres fradrag for poengtall som er opptjent på grunnlag av arbeidsinntekt. Det skal også gjøres fratrukk for poengtall som du får godskrevet på grunn av uførhet. Men du er likevel garantert å få et samlet poengtall på minst 3,00.

Eksempel 1:

Dersom du har en arbeidsinntekt som gir poengtallet 4,00, får du 4,00 i poeng. Du får ikke godskrevet omsorgspoeng i tillegg, fordi arbeidsinntekten er for høy.

Eksempel 2:

Dersom du har en arbeidsinntekt som gir poengtallet 2,00, får du godskrevet 1,00 i omsorgspoeng. Det samlede poengtallet blir da 3,00.

Slik søker du om omsorgspoeng

Søknad ved omsorg for syke, eldre eller funksjonshemmede

Søknaden må sendes etter at omsorgsarbeidet har vart i minst seks måneder, dvs. tidligst 1. juli i det året du har omsorgen.

Omsorgspoeng for ett kalenderår kan bare godskrives dersom kravet blir satt fram i løpet av de *to første kalenderårene etter at omsorgsarbeidet er utført*.

Søknad ved omsorg for barn

Du behøver ikke søke om omsorgspoeng når du har omsorg for barn under sju år. Omsorgspoeng blir automatisk godskrevet dem som mottar barnetrygd, og som er medlem av folketrygdens pensjonsdel.

Hvis du ikke mottar barnetrygd, men likevel har omsorg for barn under sju år, f.eks. hvis du er bosatt i utlandet, må du søke om omsorgspoeng. Kravet må settes fram *i løpet av kalenderåret etter at omsorgsarbeidet er utført*. Forutsetningen for å sette fram krav er at du er medlem av folketrygdens pensjonsdel.

Hvis du har omsorg for sykt eller funksjonshemmet barn over sju år, kan du søke om omsorgspoeng på samme måte som ved omsorg for en eldre, syk eller funksjonshemmet voksen person. Dersom barnet mottar forhøyet hjelpestønad etter sats 3 eller 4, skal trygdekontoret automatisk godskrive omsorgspoeng.