

# Réttindi félagsmanna Eflingar

## Efling members' rights

---

M. RÍNAR MAGNÚSSON  
SVIÐSSTJÓRI ÞJÓNUSTU  
HEAD OF SERVICES



# Innihald

---

Fræðslu- og forvarnarstyrkir

Sumarhús

Önnur þjónusta

- Dagsferðir
- Eldri borgarakaffi

# Topics

---

Educational and preventive care grants

Summer houses

Other services

- Day trips
- Seniors' coffee

# Fræðslu- og forvarnarstyrkir

## Educational and preventive grants

---

Hægt er að sækja um styrki í gegnum „Mínar Síður“ á Efling.is

Skilyrði fyrir hvern styrk koma fram á Mínum Síðum og líka undir

<https://www.efling.is/umsoknir/>

Almennt hefur félagsfólk 24 mánuði eftir starfslok til að sækja um styrki, athugið að þetta á ekki við um alla styrki (t.d. fræðslustyrki)

Ef „Mínar Síður“ leyfir ykkur ekki að sækja um styrki sendið þá á [efling@efling.is](mailto:efling@efling.is) og við aðstoðum ykkur að sækja um styrki

You can apply via “My Pages” on [efling.is](https://www.efling.is)

Conditions for each grant are listed there, and at [efling.is/en/applications](https://www.efling.is/en/applications)

Generally, members have 24 months after quitting work to apply for grants. This does not apply to all grants (like educational grants)

If “My Pages” don’t allow you to apply for grants, send an email to [efling@efling.is](mailto:efling@efling.is) and we’ll help you apply



# Sjúkra- og forvarnarstyrkir

## Sickness- and preventive grants

Sjúkrasjóður Eflingar hefur það markmið að styrkja sjóðfélaga sem missa vinnutekjur eða ígildi þeirra vegna sjúkdóma eða slysa með því að greiða þeim dagpeninga. Ennfremur að vinna að fyrirbyggjandi aðgerðum er snerta öryggi og heilsufar sjóðfélaga.

Hægt er að sjá yfirlit yfir alla styrki á <https://www.efling.is/umsoknir/>

The Efling sickness benefits fund has the goal of supporting members who lose their income due to sickness or accidents, by paying them an allowance. Also working on preventive action on the health and safety of members.

You can see all available grants at [efling.is/en/applications](https://www.efling.is/en/applications)

# Sjúkra- og forvarnarstyrkir

## Sickness- and preventive grants

Á heimasíðunni koma fram helstu skilyrði til að sækja um styrki:

- Undir flestum styrkjum er það skilyrði til staðar að þau sem hafa verið félagsfólk í a.m.k. fimm ár samfellt áður en þau hættu vegna aldurs eða örorku, eiga rétt á styrkjum í allt að 24 mánuði eftir starfslok.
- Þar kemur líka fram hver greiðsluþáttaka er, t.d.:
  - Forvarnarstyrkur: Allt að 100% af kostnaði og er hámarksstyrkur 20.000 kr. á hverjum 12 mánuðum.
  - Heyrnartækjastyrkur: Veittur einu sinni á hverjum 36 mánuðum. Greitt er allt að 50% af kostnaði að hámarki 100.000 kr.

The website has the conditions for applying:

- For most grants, if you have been a member for at least five years continuously before leaving the job due to age or disability you can still apply for 24 months after retirement.
- The page also shows what the personal contribution is, e.g.:
  - Preventive grant: Up to 100% of costs, a maximum of 20,000kr every 12 months.
  - Hearing aid grant: Once every 36 months, up to 50% of costs are paid up to 100,000kr.

Umsókn

# Forvarnarstyrkur

Heilsu- og forvarnarstyrkir

## Sækja um

Smelltu á hnappinn til að sækja um á Mínun síðum.

Sækja um 

## Lýsing

**Greitt er allt að 100% af kostnaði og er hámarks styrkur kr. 20.000.- á hverjum 12 mánuðum.**

Undir forvarnarstyrk falla:

- Krabbameinsskoðanir bæði grunn og framhaldsskoðanir vegna legháls og brjósta
- Blöðruháls skoðanir
- Ristilskimanir.
- Áhættumat hjá hjartavernd annað heilsufarslegt áhættumat sem fellur ekki undir greiðsluþáttökukerfi SÍ.
- CPAP svefngrimur vegna kæfisvefns.

Það má vera að „Mínar Síður“ leyfi ykkur ekki að sækja um styrki ef það eru nokkrir mánuðir liðnir síðan iðgjöld bárust síðast.

EF ÞIÐ LENDIÐ Í ÞVÍ SENDIÐ ÞÁ TÖLVUPÓST Á  
[EFLING@EFLING.IS](mailto:EFLING@EFLING.IS)

Við getum þá aðstoðað ykkur með að sækja um styrkinn.

## Skilyrði

- Að greitt hafi verið af sjóðfélaga samfelld í a.m.k. 6 síðustu mánuði.
- Að vera í starfi og að verið sé að greiða iðgjald til Eflingar þegar sótt er um styrk. Þó má sækja um í allt að þrjú mánuði eftir að félagsmaður hættir að greiða ef kvittun tekur til tímabils sem hann greiddi til Eflingar.
- Þeir sem verið hafa félagsmenn í Eflingu í a.m.k. 5 ár samfelld áður en þeir hættu vegna aldurs eða örorku, eiga rétt á styrkjum í allt að 24 mánuði eftir starfslok.
- Styrkuppghæðir á heimasíðu miðast við félagsgjöld af lágmarkslaunum. Þeir sem eru í hlutastarfi og greiða lægra félagsgjald fá greitt miðað við hlutfall af þeirri upphæð.
- Réttur til styrkja fellur niður sé umsókn ekki skilað til sjóðsins innan 12 mánaða frá því réttur stofnast

If some months have passed since dues were paid, “My Pages” may not allow you to apply.

IF THAT HAPPENS, SEND AN EMAIL TO [EFLING@EFLING.IS](mailto:EFLING@EFLING.IS)  
We can help you apply.



# Helstu styrkir – nánari útlistun á efling.is

## Main grants – further info on efling.is

---

Dvöl á heilsustofnun

Forvarnarstyrkur

Gleraugnastyrkur – Linsur

Heyrnartækjastyrktur

Laser, lasik eða sjónlags augnaðgerðir

Líkamsræktarstyrkur

Sjúkraþjálfun og endurhæfing

Og fleira.

Rehabilitation centre

Preventive care grant

Glasses – Contact lenses

Hearing aid

Laser/refractive eye surgery

Physical fitness

Physiotherapy and rehabilitation

And more.

# Fræðslustyrkir og tómstundastyrkur

## Educational and recreational grant

Hámarksfræðslustyrkur á ári er 130.000 kr. ef félagsmaður á full réttindi í sjóðnum. Annars í hlutfalli við vinnu sl. 12 mánuði.

Hámarksstyrkur fyrir tómstundastyrki er 30.000 kr. á ári ef félagsmaður á full réttindi í sjóðnum.

Hægt er að nálgast frekari upplýsingar um styrkinn inn á:

- [efling.is/umsoknir/fraedslustyrkir](https://efling.is/umsoknir/fraedslustyrkir)

Ath. að félagsfólk hefur einungis 3 mánuði til að skila inn umsókn eftir starfslok og verður að hafa verið í félaginu þegar námið var greitt.

The maximum educational grant each year is 130,000kr if you have full rights in the fund. Otherwise in proportion to the last year of work.

The maximum recreational grant is 30,000kr each year if you have full rights.

Further info on the grant:

- [efling.is/en/umsoknir/educational-grants](https://efling.is/en/umsoknir/educational-grants)

Members only have 3 months to turn in applications after leaving their job. The payment should be from the time when you were in the union.





# Upplýsingar um orlofshús

## Info on summer houses

Úthlutun fyrir orlofshús eru alltaf auglýst á efling.is

### Tímabil

- Haust og vetrarleiga
  - 2. sept. – fram að jólum
    - Opnar fyrir umsóknir fram að jólum um miðjan ágúst
  - Jól og áramót
    - Opnar fyrir umsóknir um miðjan september
  - Eftir áramót – 2. júní
    - Opnar fyrir umsóknir í byrjun nóvember
- Páskar
  - Opnar fyrir umsóknir í byrjun febrúar 2023. Er bundið við hvenær páskar eru
- Sumar
  - Júní til ágúst
    - Opnar fyrir umsóknir ca. 6 vikum fyrir tímabilið

Summer house allocation is always advertised on efling.is

### Period

- Fall and winter
  - September 2 until Christmas
    - Applications can be made from mid-August
  - Christmas and New Year's
    - Applications can be made from mid-September
  - New Year's until June 2
    - Applications can be made from the start of November
- Easter
  - Applications are open from the beginning of February 2023. Depends on the time of Easter
- Summer
  - June – July - August
    - Applications can be made up to about 6 weeks before the period begins



# Upplýsingar um orlofshús

## Info on summer houses

---

### Skilyrði til að sækja um:

- Félagsmenn í með fullgilda félagsaðild sem komnir eru á eftirlaun eða örorku og höfðu greitt félagsgjöld til félagsins við starfslok og í a.m.k. 5 næstu ár þar á undan viðhalda rétti sínum til að leigja orlofshús enda hafi viðkomandi verið sjóðfélagi í a.m.k. 6 mánuði samfellt fyrir starfslok.

### Conditions for applying:

- Full members who are retired or on disability, but who paid dues to the union when they left work and at least five years before, keep their right to rent summer houses if they were fund members for at least six months before.

# Upplýsingar um orlofshús

## Info on summer houses

---

### Orlofspunktur

- Punktur dragast frá við leigu yfir sumartímann og páska en ekki yfir vetrartímann. Athugið að punktar segja aðeins til um forgang í úthlutun en koma ekki í stað greiðslu.
- Punktur safnast einungis á meðan er verið að greiða iðgjöld, punktastaða fyrir er ekki

### Summer house points

- Points are deducted for renting over summer and Easter, but not during the winter. Points are only used for prioritising allocations, not to pay for summer houses.
- Points are only collected while dues are paid, and do not expire

# Dagsferðir og önnur dagskrá

## Day trips and other events

---

Það eru fastir dagskrárliðir á hverju ári: Every year has these events:

- 1. maí kaffi Eflingar
  - Er auglýst á efling.is seinni hluta apríl
- Dagsferð Eflingar
  - Er haldin í lok ágúst og/eða byrjun september
  - Er almennt auglýst í lok júní
- Kaffiboð eldri borgara
  - Er almennt snemma á vorin, er auglýst á efling.is
- May 1 coffee
  - Advertised on efling.is in late April
- Efling day trip
  - August and/or beginning of September
  - Normally advertised at the end of June
- Seniors' coffee
  - Normally in early spring, advertised on efling.is