

Bievnesh dutnjien gie lea skiemtje-tjaaleldh sjidteme

Jis dåaktere átna ih datne maehtieh barkedh vuj skuvlesne lohkedh skiemtjelasen gaavhtan, dihte mahta nænnoestidh, datne tjoeverh skiemtje-tjaaleldh årrodh.

Vihtiestimmie dåakteristie gåessie leah skiemtje-tjaaleldh sjidteme

Gosse dåakteren luvnie mïnneminie, tjoeverh mujhtedh buerkiestidh mij faatoes datnine, jïh guktie skiemtjelasse dov barkoe-mahtoem geerelge.

Jis skiemtje-tjaaleldh sjïdth, dellie dåaktere vihtiestimmiem dutnjien tjaala maam edtjeh dov barkoeåajvan vedtedh. Dåaktere vihtiestimmiem Tjïrkeme-kaassese (Försäkringskassan gåajkoe) seeditie jis datne dam dåhkasjahtah, menh datne maahtah aaj vihtiestimmiem jïjtje saadtodh. Dihte vihtiestimmie dåakteristie dovne barkoefaalijem jïh Tjïrkeme-kaassam viehkehte dov barkoe-mahtoem vierhtiedidh jis datne maahtah skiemtje-maaksoem åadtjodh gosse skiemtje-tjaaleldh leah.

Maam maahtah jïjtje darjodh gåessie leah skiemtje-tjaaleldh?

Jis leah skiemtje-tjaaleldh sjidteme, dellie aarkebiejjie ovmessie vuekine jeatjahtåvva. Aelhie badth aarke-viejsieh åajaldehtedh, vg. jielemem jarkelidh guktie jïjjege gåhtsah, aarkebiejjege vaenebe verviestidh jallh nåakebe beapmoem byöpmedh. Muvhtine eevre oktegh jïjtje gåetesne damth vuj eevre goh juehkeldahkesne leah.

Guktie varki starnh gåessie skiemtje-tjaaleldh leah, tjoeverh ovmessie aatide ussjedidh:

- **Aarke-viejsieh jïh åereme:** Pryövuh aareh fahkedh jïh vaedtsieh seangkose olles fer seente sjidteme. Naemhtie maahtah dov aarke-viejsieh vaarjelidh.
- **Biejjetjoevke:** Pryövuh olkese vaedtsedh fierhten biejjien. Jis leah biejjege ålkone orreme, dellie aelhkebe sjædta jïjjege åarajidh.
- **Daamhtetje maalestahkh:** Byöpmedh aeredsbepmoem, lunsjem jïh gaskebiejjie-beapmoem siejhme tïjjine.
- **Saavreme:** Vervesth dan daamtaj goh gåerede. Saavreme buerie viehkine dutnjien staarpen jïh depresjovnen vuestie jïh gåessie fuehpesne leah.
- **Årroeh giemhpes jïjtjenæjnene:** Darjoeh dam maam datnem aavoedahta, vg. årroeh voelpigujmie, goltelh musihkese jallh lohkh gærjide.
- **Gorredh gaskesem dov voelpide:** Gaskesadth dejtie almetjidie giejnïe provhkh lustestalledh.
- **Ussjedh dov barkoen bïjre:** Gorredh gaskesem dovne barkoevoelpide jïh barkoeåajvan. Datne maahtah viehkiem sájhtoste, faagesiebrete jallh lihkesadtjeste åadtjodh jis daarpesjh.

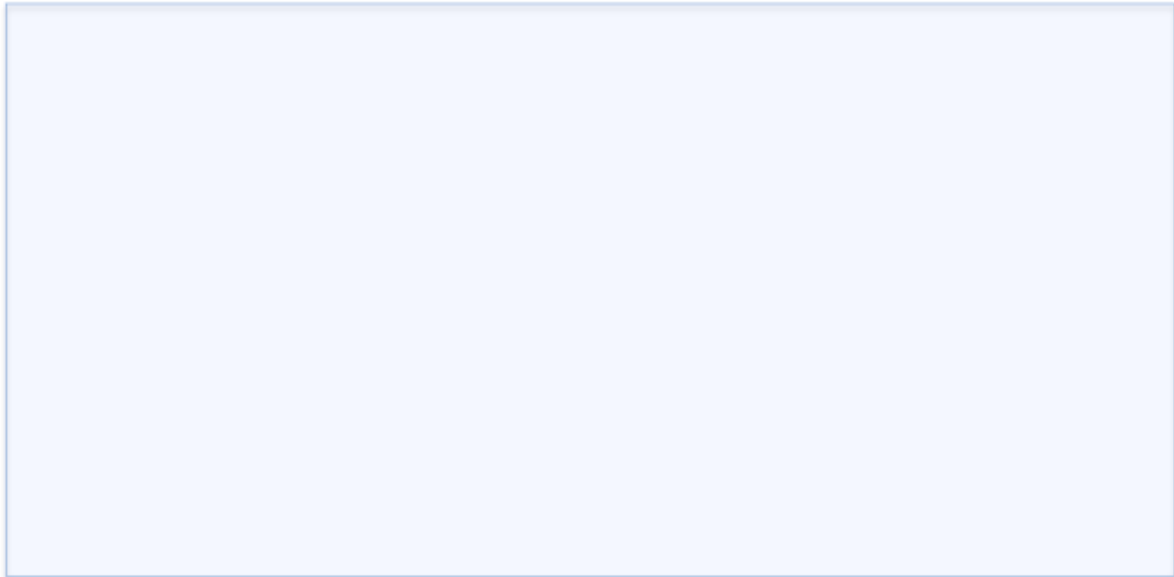
Rehabiliteringe-soejkesje

Gåessie dov barkoefaalijïnie soptsesteh, dellie buerie jis tjaalah maam ektesne soejkesjidien. Dellie aelhkebe sjædta mujhtedh maam dátnoeh lidien nænnoestamme, jïh soejkesjem vaaksjodh.



Dov jìh dov dåakteren soejkesje

Daesnie dátnoeh dåakterh tjaeleden maam joekoen vihkeles dutnjien leah gæssie skiemtje-tjaaleldh leah:



Ohtsh skiemtje-maaksoem Tjirkeme-kaasseste

Bievnesh Tjirkeme-kaassan njoelkedassi bijre, jìh guktie skiemtje-maaksoem ohtsh maahtah Tjirkeme-kaassan web-sæjrosne forsakringskassan.se gaavnedh. Dennie sæjrosne maahtah dov reaktoej jìh dièdti bijre skiemtje-tjaaleldh almetjinie lohkedh. Bievnesh gååvnesieh dovne daaroen jìh englaanten gieline.

Datne maahtah aaj Tjirkeme-kaassan ringkedh jìh soptsestimmiem dongkedh gelline gieline. Lohkh vielie daennie sæjrosne: forsakringskassan.se/sprak.

Jis barkoem ohtsh jìh maaksoem Barkoedorjehtimmeste vuj A-Kaasseste åadtjoeh

Barkoedorjehtimmien websæjrosne arbetsformedlingen.se maahtah vielie bievnesh åadtjodh. Bievnesh gelline gieline gååvnesieh.

Jis jielehtims-dåarjoem åtnah

Jis bievnesh daarpesjh gæssie jielehtims-dåarjoem åtnah jìh leah skiemtje-tjaaleldh sjidteme, dellie edtjh dov tjieltese soptsestedh.

Vueptesth

- Dov barkoeåejvie Tjirkeme-kaassam bieljele datne skiemtje-tjaaleldh sjidteme menh datne tjoeverh jìjtje skiemtje-maaksoem ohtsedh. Jis ih leah barkijinie spaajhkeme, tjoeverh aaj jìjtje Tjirkeme-kaassam bieljelih.
- Maahtah dov vihtiestimmieh dåakteristie vuejnedh jìs e-legitimasjovne 1177.se- websæjrosne sijse loggh.
- Vueptesth dov leah riektes bievnesh dov barkoen bijre, vg. ektievoete-latjkoej jìh healsoe-tjirkemi bijre. Soptsesth dan bijre dov barkoeåejvine jallh faagesiebrie-barkijigujmie.