

# Eftirlaun í útlöndum



Fimmtudagur **27. febrúar kl. 9:00**  
Hilton Reykjavík Nordica



**ALMENN**  
LÍFEYRISJÓÐURINN

# Undirbúningur í aðalhlutverki

**Pórhildur Stefánsdóttir**

*Deildarstjóri ráðgjafar hjá Almenna*



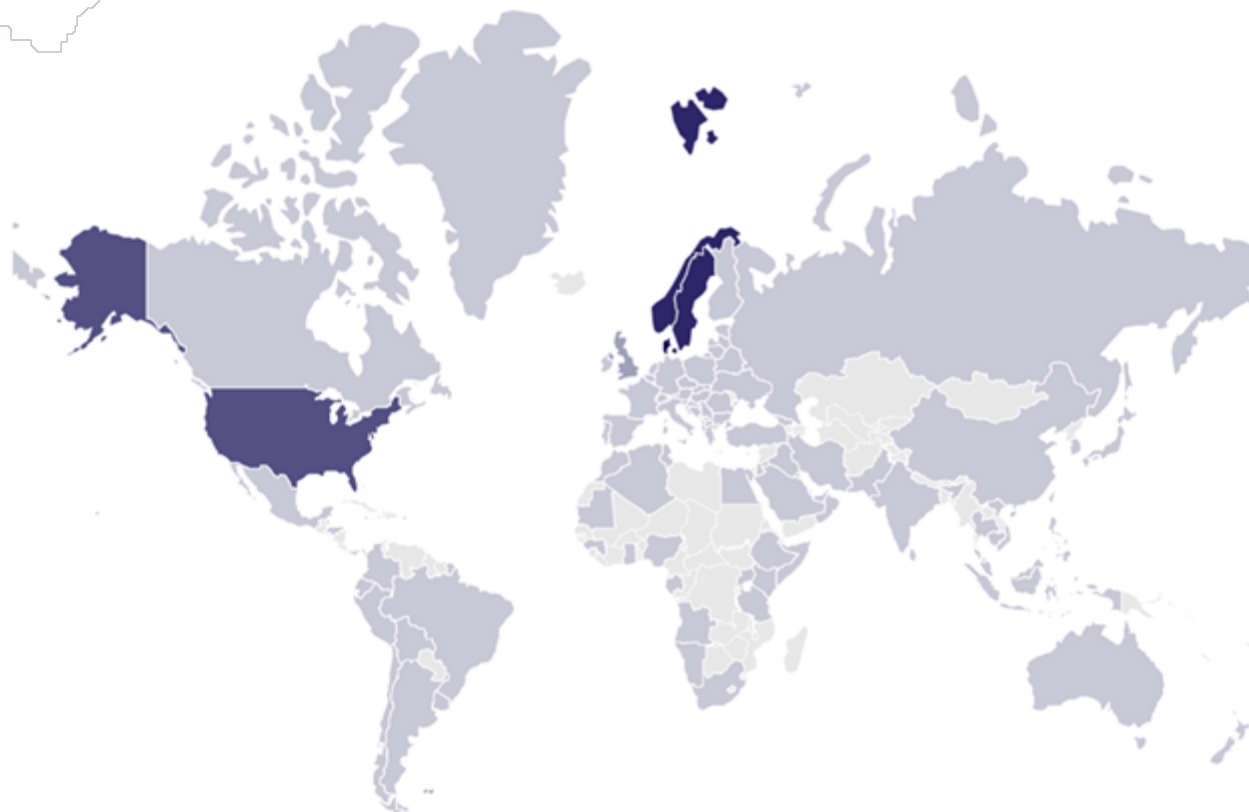
**Eftirlaun í útlöndum**



**ALMENNI**  
LÍFEYRISJÓÐURINN



## Búseta erlendis



Download data

Deila

Djóðskrá



# 325.504

Íslenskir ríkisborgarar búsettir á Íslandi

86,5%



# 50.923

Íslenskir ríkisborgarar búsettir erlendis

13,5%



# Hvað þarf að huga að þegar flutt er erlendis

1. Greiðslur lífeyris
  - Lífeyrissjóðir (réttindi, séreign)
  - Tryggingastofnun
2. Skattar
  - Ísland hefur tvísköttunarsamninga við mörg lönd sem getur haft áhrif á hvar þú greiðir skatt af lífeyrinum
3. Tryggingar og heilbrigðiskerfi
  - Kanna sjúkratryggingar
4. Lögheimili og búseta
  - Ef þú skráir þig úr landi hjá Þjóðskrá getur það haft áhrif á réttindi þín á Íslandi
  - Gættu að reglum um dvalartíma í nýja landinu til að forðast vandamál með búsetuleyfi



## 5. Bankaviðskipti og gjaldeyrismál

- Algengast er að lífeyrir greiðist áfram á íslenska bankareikninga
- Gjaldreyfishreyfingar geta haft áhrif á raunverulega upphæð lífeyris vegna gengisbreytinga

## 6. Félagsleg réttindi og aðstoð

- Ef það er réttur á öðrum bótum t.d. húnæðisbótum þá geta þær breyst eða fallið niður
- Athugaðu hvaða réttindi og aðstoð eru í boði í nýja landinu

## 7. Dánarbætur og erfðamál

- Lög um erfðir og dánarbætur eru mismunandi eftir löndum
- Ef þú átt maka eða fjölskyldu er gott að skoða hvernig flutningur gæti haft áhrif á þeirra réttindi



# Tímabundin dvöl

- Tímabundin dvöl, t.d. þrjár til fjórir mánuðir á vetri
  - Íslenskur lífeyrir, skattar og skyldur á Íslandi
  - Huga að
    - Kaup á gjaldeyri
    - Tryggingum, heilsugæsla, o.fl.
  
- Tímabundin dvöl getur orðið að langtímadvöl

Fela stöðu

Tilkynningar

Sjá allar

02.11.2023	Umsókn á vefnum móttakin	26.01.2023	Innleiðing á nýjum líftöflum
09.02.2022	Framtíðin, yfirfarið forsendur	08.02.2022	Nýr sjóðfélagavefur
08.02.2022	Framhald á frumkvæði, upplýsingafundur 10. febrúar	08.02.2022	Réttur tími til að afþakka prentyfirlit

almenni.is



Rafræn skjöl	Umsóknir	Útborgun séreignar
Lán	Ávöxtunarleidd	Skrá launagreiðanda

Eftirlaun - núverandi staða

Nánar

Inneign í séreignarsjóði	10.775.348 kr.
Ellilífeyrir frá 70 ára til æviloka	128.182 kr.
Iðgjöld sl. sex mánuði	700.788 kr.

Áfallalífeyrir - núverandi staða

Nánar

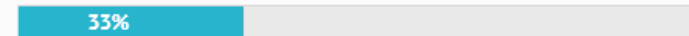
Örorkulífeyrir	128.182 kr.
Makalífeyrir	64.091 kr.
Barnalífeyrir	46.345 kr.

Framtíðin

Nánar

Áætluð starfslok: 67 ára

Áætluð eftirlaun sem % af lokalaunum



Ábendingar

- Viltu afþakka yfirlit?
- Þú hefur lánsrétt
- Hefja viðbótarlífeyrissparnað



# Stillingar

PERSÓNULEGAR UPPLÝSINGAR

ÞJÓNUSTA

ÚTBORGUN SÉREIGNAR

## Greiðslur úr séreignarsjóði

Þú getur stillt mánaðarlegar útborganir og sótt stakar greiðslur þegar það hentar.

### Hvernig viltu háttta greiðsluhögun?

- Velja greiðslur (mánaðarlegar og stakar ef þú vilt fá greitt aukalega)
- Öll inneign í einu lagi
- Stöðva greiðslur

Séreign alls 27.027.734 Kr.

Mánaðarlegar greiðslur frá 1.3.2022

Áætluð greiðslulok September 2026

Upphæð mánaðarlegrar greiðslu 500.000 kr.

Greiðsludagur	Mánaðarleg greiðsla	Stök greiðsla	Samtals
1.mars 2025	500.000 kr.	kr.	500.000 kr.
15.mars 2025	0 kr.	kr.	0 kr.
1.apríl 2025	500.000 kr.	kr.	500.000 kr.

almenni.is



Aðgerðir/stillingar



# Fundir með ráðgjöfum



- Stöðufundir flaggskipið í þjónustunni
  - Einkaviðtöl sjóðfélaga við ráðgjafa þar sem farið er yfir stöðu hans
- Að kostnaðarlausu
- Án skuldbindinga



Bóka á [almenni.is](http://almenni.is)



# Hvar borga ég skattinn ef ég bý í útlöndum?

**Elín Margrét Práinsdóttir**

*Deildarstjóri í alþjóðlegri skattlagningu hjá Skattinum*



**Eftirlaun í útlöndum**



**ALMENNI**  
LÍFEYRISSJÓÐURINN



**„Hvar á ég að borga skattinn?“**

Elín Margrét Þráinsdóttir

# Skattskyldan

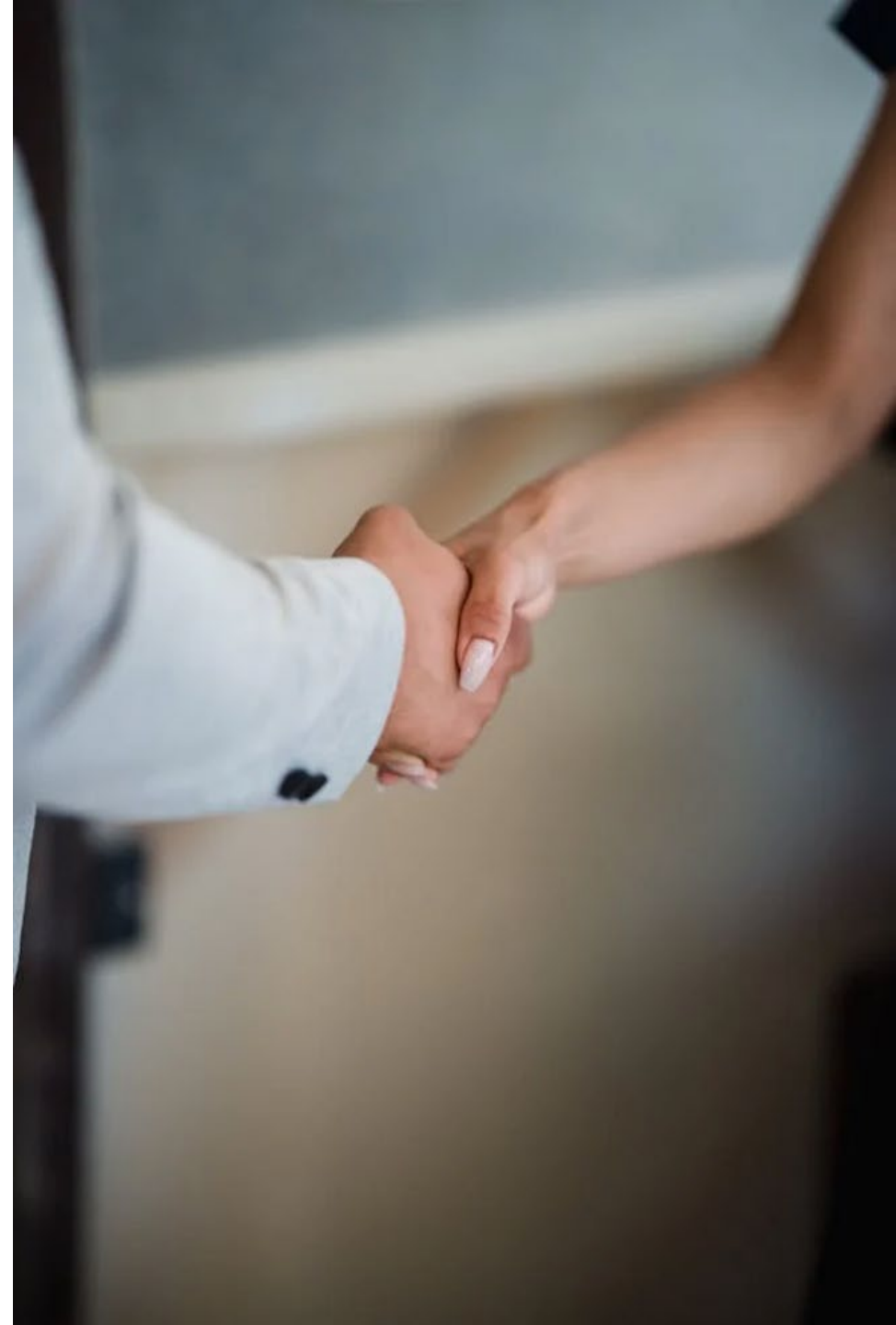
- Lög nr. 90/2003, um tekjuskatt
- Ótakmörkuð skattskylda – þeir sem búa hér á landi allt árið og greiða þ.a.l. skatt hér á landi af öllum tekjum sama hvaðan þær koma – 1. gr.
- Takmörkuð skattskylda – þeir sem búa erlendis en fá tekjur frá íslenskum aðilum, greiða einungis skatt af tekjum sem eiga uppruna sinn á Íslandi – 3. gr.

# Skattskyldan

- Lífeyrstekjur til erlendis búsettra eru skattskyldar skv. 2. tl. 3. gr. tekjuskattslaganna
- Tekjurnar eru skattlagðar skv. 2. tl. 70. gr. sömu laga
- Réttur til persónuafsláttar á móti reiknuðum skatti

# Tvísköttunarsamningar

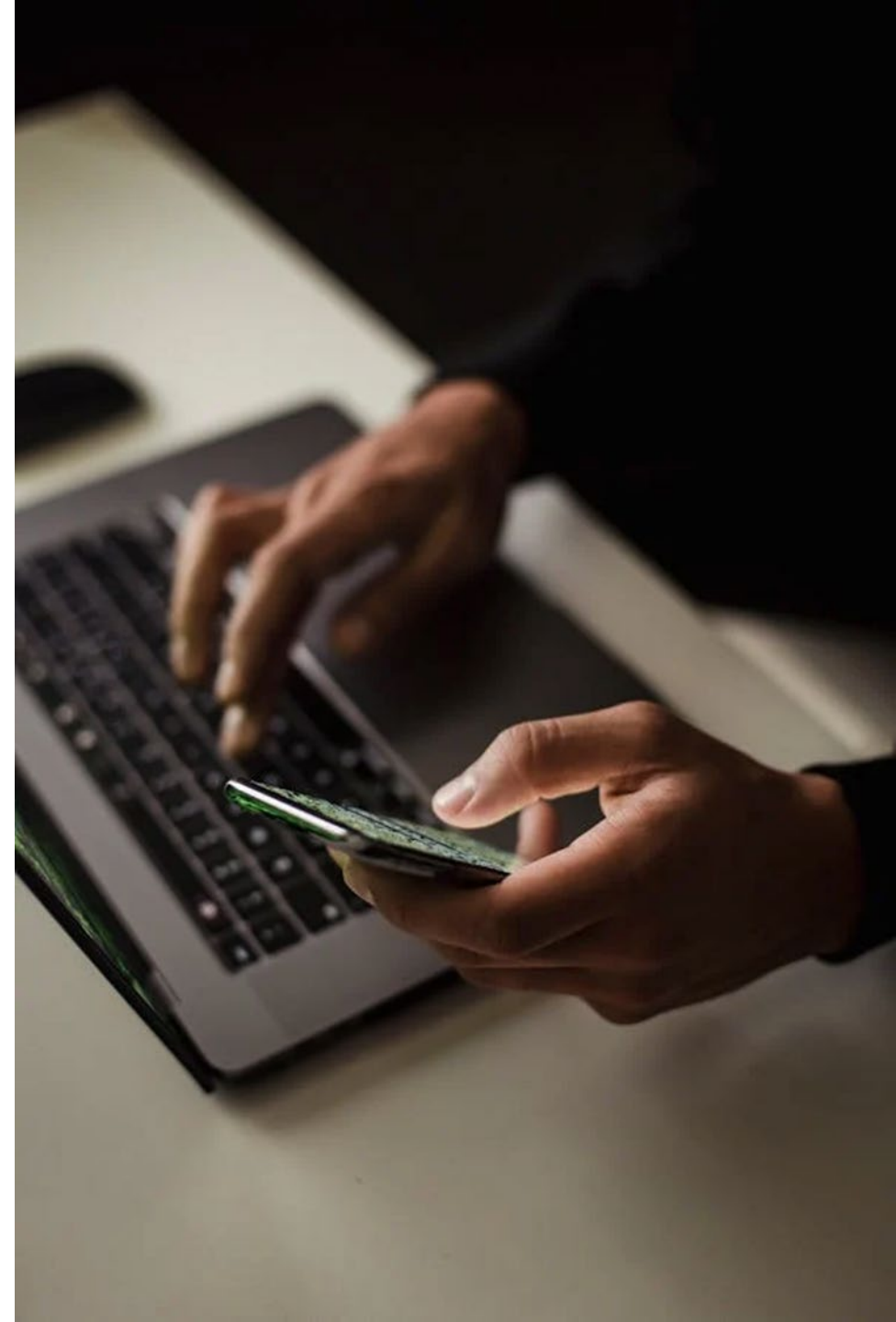
- Í gildi eru tvísköttunarsamningar við 48 ríki
- Ákvæði þeirra eru mismunandi
- Ekki hægt að velja hvar skattur er greiddur
- Í mörgum tilfellum er hægt að sækja um undanþágu frá greiðslu skatts á Íslandi
- Mismunandi eftir því hver greiðir





# Umsóknin

- Sótt er um undanþágu frá greiðslu staðgreiðslu á lífeyri á eyðublaði RSK 5.49
- Frumrit skattskylduvottorðs þarf að fylgja með
- Það þarf að sækja um, ekki hægt að vísa bara til skráningar í Þjóðskrá



# Hver getur sótt um?

- Þeir sem búa á Norðurlöndunum geta aldrei sótt um undanþágu vegna lífeyrisgreiðslna
- Margir geta sótt um undanþágu vegna lífeyrigreiðslna frá almennum lífeyrissjóðum og TR en ekki frá LSR eða Brú.
  - Sérregla varðandi ríkisborgara og LSR/Brú
- Þeir sem búa í Þýskalandi geta sótt um vegna allra lífeyrisgreiðslna.

Ríki	Almennur sjóður	Opinber sjóður	TR
Bandaríkin	Heimilisf.	Upprunar.	Upprunar.
Bretland	Bæði	Upprunar.	Heimilisf.
Frakkland	Heimilisf.	Upprunar.	Heimilisf.
Holland	Heimilsf.	Upprunar.	Bæði
Norðurlöndin	Upprunar.	Upprunar.	Upprunar.
Portúgal	Heimilsf.	Upprunar.	Heimilsf.
Pólland	Heimilisf.	Upprunar.	Heimilisf.
Spánn	Heimilsf.	Upprunar.	Heimilsf.
Þýskaland	Heimilsf.	Heimilsf.	Heimilsf.

# Undanþágan

- Gildir í eitt tekjuár í senn
- Viðkomandi lífeyrirssjóður fær tilkynningu um samþykkt undanþágu
- Á að skila inn upplýsingum um greiðslur þrátt fyrir enga staðgreiðslu
- Undanþága fellur samstundis úr gildi ef lífeyrisþegi flytur til Íslands



# Undanþága samþykkt á miðju ári

- Ef undanþága er samþykkt síðar á árinu en viðkomandi er heimilisfastur erlendis allt árið, þá gildir hún frá 1. janúar
- Ef viðkomandi flytur erlendis á miðju ári, gildir undanþága frá og með þeim degi

# Undanþága - skattframtal

- Hafi ekki verið sótt um undanþágu frá staðgreiðslu og skatti verið haldið eftir er hægt að sækja um leiðréttingu í framtali.
  - Skattskylduvottorð þarf að fylgja framtali
- Hafi verið greiddur skattur áður en undanþága var samþykkt þá er endurgreitt í álagningu
- Hægt að sækja um leiðréttingu sex tekjuár aftur í tímann

# Vertu tilbúin!

- Kynntu þér reglurnar sem gilda í hinu ríkinu
  - Frá hvaða tímamarki er ég skattskyldur?
  - Hvernig skrái ég mig inn í kerfið?
  - Hvernig fæ ég þau gögn sem ég þarf?







[www.skatturinn.is](http://www.skatturinn.is)

[skatturinn@skatturinn.is](mailto:skatturinn@skatturinn.is)

s. 442-1000

Opnunartími: mán-fim 9:00-15:30

fös 9:00-14:00

# TR og ellilífeyrir í útlöndum

Anna Elísabet Sæmundsdóttir

*Sviðsstjóri ellilífeyris hjá TR*



Eftirlaun í útlöndum



ALMENNI  
LÍFEYRISSJÓÐURINN



# TR og ellilífeyrir erlendis

Anna Elísabet Sæmundsdóttir  
sviðsstjóri ellilífeyris hjá TR  
[anna.saemundsdottir@tr.is](mailto:anna.saemundsdottir@tr.is)



## Hlutverk og starfsemi TR

- ✓ Tryggingastofnun greiðir lífeyri og ýmsar aðrar greiðslur samkvæmt lögum um almannatryggingar og félagslega aðstoð.
- ✓ Helstu greiðsluflokkar eru elli-, örorku- og endurhæfingarlífeyrir.
- ✓ Að jafnaði fá um 75.000 einstaklingar greitt mánaðarlega frá TR, um 60% þeirra eru konur og 40% karlar.
- ✓ Hjá TR starfa um 100 einstaklingar, umboð á landsbyggðinni eru hjá sýslumönnum.

# Efni



- Helstu reglur vegna greiðslna frá TR vegna flutnings til útlanda
- Gefa innsýn í áhrif þess hjá TR að flytja til útlanda og búa erlendis

# Hvar áttu heima ?



- Heimili er þar sem einstaklingur hefur fasta búsetu, þar sem viðkomandi hefur bækistöð sína og dvelst að jafnaði\*
- Dvöl sem er styttri en sex mánuðir þarf ekki að tilkynna \*
- Engin breyting gagnvart greiðslum eða sérstök upplýsingagjöf vegna TR

\*Lög um lögheimili og aðsetur



# Hvert ertu að flytja

- Einstaklingar sem dvelja erlendis lengur en sex mánuði þurfa að skrá sig til heimilis í því landi
- Það felur í sér breytingu á lögheimili
  - Byrja þarf að sækja um leyfi í því landi sem þú ætlar að flytja til
  - Breyta hjá Þjóðskrá Íslands
- TR greiðir lífeyri til þeirra landa sem Ísland hefur gert milliríkjasamning við





TR

# Flutningur á lögheimili

- Samningar á sviði almannatrygginga
  - EES
  - Norðurlandasamningur
  - Bandaríkin
  - Kanada
  - Bretland
- TR greiðir til þessara landa og ekki annarra



# Flutningur úr landi



- Sækja um ellilífeyri hjá TR fyrir flutning
  - Það einfaldar umsóknarferlið
  - Ekki er hægt að sækja rafrænt um ellilífeyri ef lögheimili er erlendis
  - Ef einstaklingar hafa búið lengur en eitt ár erlendis þá þarf umsókn að fara í gegnum stofnun í búsetulandi
- Það er betra að upplýsa TR um hvert er flutt
- Yfirvöld í búsetulandi óska eftir staðfestingu á framfærslu
- TR gefur út staðfestingu á ensku á mánaðarlegum greiðslum ef um þær er að ræða



# Greiðslur úr landi

- Ellilífeyrir
- Örorkulífeyrir
- Barnalífeyrir

Samkvæmt lögum um almannatryggingar eru aðeins þessar lífeyrisgreiðslur greiddar úr landi





# Greiðslur sem eru ekki greiddar úr landi

- Heimilisuppbót
- Uppbætur vegna bifreiðamála
  - Uppbót til kaupa og uppbót vegna reksturs
- Maka og umönnunargreiðslur

Greiðslur sem falla undir félagslega aðstoð



# Skattskyldar greiðslur

- Ef einstaklingur er skattskyldur hér á landi þá er heimilt að nýta persónuafsláttinn
- Ef það er skattskylda í öðru landi þá þarf að skila staðfestingu frá Skattinum um undanþágu frá staðgreiðslu á Íslandi





# Bankareikningar

- Íslenskir bankareikningar
- Erlendir bankareikningar
  - Lögheimili erlendis
  - Hver millifærsla kostar og er dregið af hverri greiðslu





# Greiðsla einu sinni á ári

- Ekki um mánaðarlegar greiðslur að ræða
- Greitt eftir að árlegt uppgjör á lífeyrisgreiðslum hefur átt sér stað
- Getur hentað þeim sem fá ekki aðal framfærslu sína frá TR
- Eru með lífeyrissjóðsgreiðslur og fjármagnstekjur yfir 700.000 kr.



# Lífsvottorð og uppgjör

- Staðfesting á lífi
  - TR kallar eftir lífsvottorði einu sinni á ári
- Uppgjör og endurreikningur
  - Uppgjör er framkvæmt á grunni íslensks framtals
  - Ef ekki er talið fram á Íslandi þá er óskað eftir erlendu framtali
  - Ef einstaklingar eru með minna en 40 ár í búsetu á Íslandi þá þarf að skila erlendu skattframtali
- Þessi framkvæmd tryggir að allir fá lífeyri í samræmi við tekjur





# Samskiptaleiðir við TR

Ef spurningar vakna þá er alltaf hægt að ná í okkur

- Hægt að senda fyrirspurn í gegnum „Mínar síður TR“ Hafa samband hnappur
- Pantatíma í gegnum NOONA og bóka viðtal við sérfræðing
- Koma til okkar í þjónustumiðstöð í Hlíðasmára 11
- Ræða við ráðgjafa í síma







# Sjúkratrygging í dvöl erlendis

**Berglind Ýr Karlsdóttir**

*Sviðsstjóri trygginga hjá Sjúkratryggingum*



**Eftirlaun í útlöndum**



**ALMENNI**  
LÍFEYRISSJÓÐURINN



# Sjúkratryggingar lífeyrispega við dvöl erlendis

Berglind Ýr Karlsdóttir  
Sviðsstjóri trygginga hjá Sjúkratryggingum



# Yfirlit

1. Hvað er sjúkratrygging
2. Hver eru sjúkratryggð á Íslandi?
3. Flutt erlendis (dvöl umfram 6 mánuði)
4. Sjúkratryggingar í styttri dvöl erlendis

# Hvað er sjúkratrygging

Lögbundinn réttur einstaklinga til að fá greiðsluþátttöku í heilbrigðisþjónustu.

- Læknisþjónusta (heilsugæsla, sjúkrahús, sérfræðilæknar)
- Lyfseðilsskyld lyf
- Sjúkraþjálfun
- Fleira

Réttindi sem skipta hvern og einn máli.

Kostnaður einstaklinga við heilbrigðisþjónustu getur verið hár ef sjúkratrygging er ekki fyrir hendi.

# Hver eru sjúkratryggð á Íslandi?

- Meginreglan: Lögheimilisskráning á Íslandi felur í sér sjúkratryggingu.
- Sjúkratrygging byggir ekki á íslensku ríkisfangi eða því að vinna sé stunduð á Íslandi.
- Við flutning til Íslands virkjast sjúkratrygging 6 mánuðum eftir skráningu lögheimilis í Þjóðskrá.  
Ef flutt er frá EES landi má komast hjá biðtíma, ef einstaklingur var sjúkratryggður í landinu sem flutt er frá.
- Sérstakar reglur um sjúkratryggingu fyrir þau sem taka lífeyri og flytja milli landa innan EES svæðisins.

# Sjúkratrygging lífeyrisþega við flutning til EES-lands

- Samkvæmt lögum um lögheimili og aðsetur skal sá sem ætlar að dveljast erlendis í sex mánuði eða lengur tilkynna um flutning lögheimilis úr landi.
- Lífeyrisþegar sem flytja til lands innan EES svæðisins flytja lögheimili og óska eftir Evrópuvottorði S1. Vottorðinu er framvísað í landinu sem flutt er til.
- Handhafi S1 vottorðs á rétt á þjónustu eins og þau sem eru sjúkratryggð í landinu sem flutt er til. Gengur inn í sjúkratryggingakerfi búsetulandsins.
- Grunnsjúkratrygging helst þó á Íslandi og hægt er að virkja hana, t.d. þegar komið er til Íslands í frí eða ef flutt er heim aftur.

# Sjúkratrygging lífeyrispega við flutning út fyrir EES svæðið

- Sama regla gildir um skyldu til að flytja lögheimili ef flutt er erlendis lengur en í 6 mánuði.
- Ekki sömu réttindi til að flytja sjúkratryggingu með sér eins og gildir innan EES.
- Réttur til sjúkratryggingar á Íslandi fellur niður við flutning lögheimilis. Mikilvægt að gæta að fullnægjandi tryggingum í búsetulandi.
- Búast má við 6 mánaða biðtíma fyrir sjúkratryggingu á Íslandi ef flutt er aftur til landsins. Þó er heimilt að veita undanþágu frá biðtíma í sérstökum tilvikum.

# Sjúkratrygging í styttri dvöl erlendis

Ef dvalið er skemur en 6 mánuði er lögheimili haldið á Íslandi og sjúkratryggingu einnig.

## Dvöl innan EES

- Evrópska sjúkratryggingakortið veitir aðgang að opinberri heilbrigðisþjónustu á sömu kjörum og íbúar dvalarlands.
- Ef ekki er tekið við kortinu má sækja um endurgreiðslu kostnaðar.
- Einkatryggingar (ferðatryggingar).

## Dvöl utan EES

- Heimild til greiðsluþátttöku í sjúkrakostnaði, en almennt þarf að leggja út fyrir kostnaði.
- Evrópska sjúkratryggingakortið gildir ekki.
- Sérstaklega mikilvægt að gæta vel að einkatryggingum (ferðatryggingum).

**Heimflutningur vegna sjúkratilviks erlendis er ekki hluti sjúkratrygginga en getur verið hluti einkatrygginga.**



# Að lokum - að hverju þarf að gæta?

Huga að tímalengd dvalar

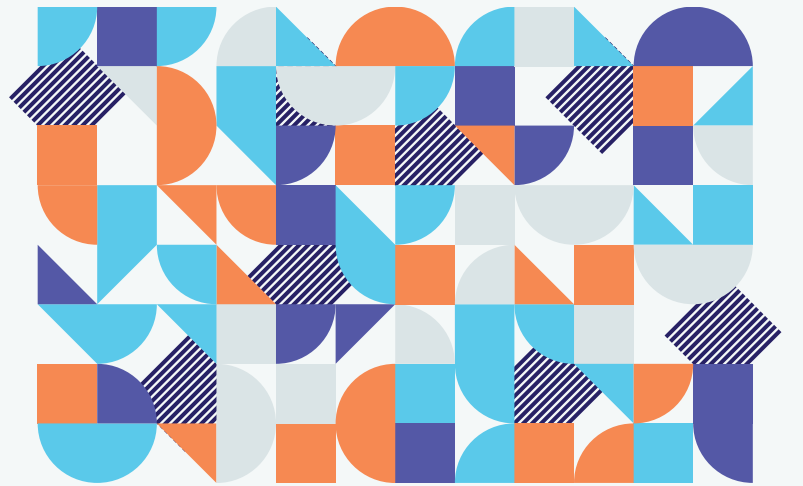
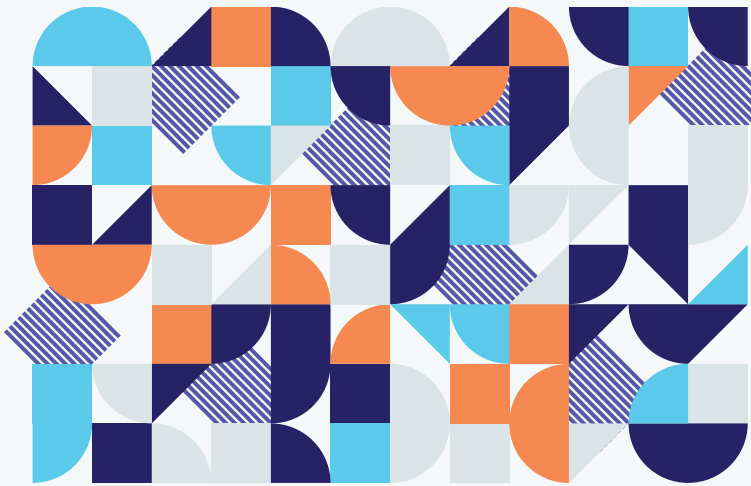
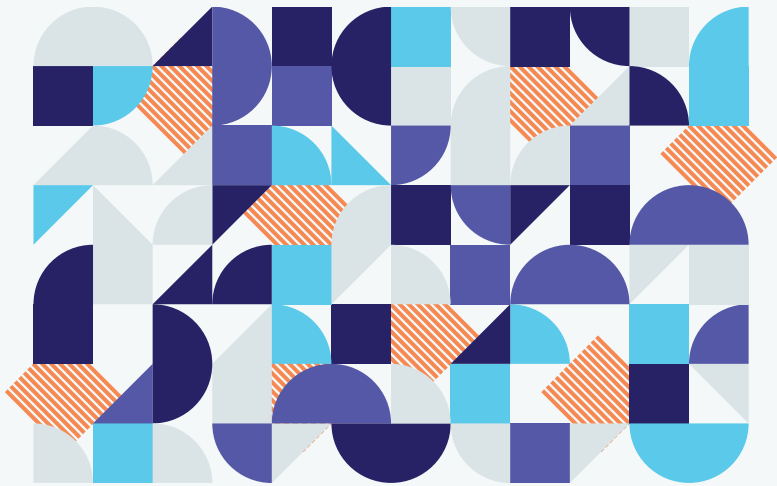
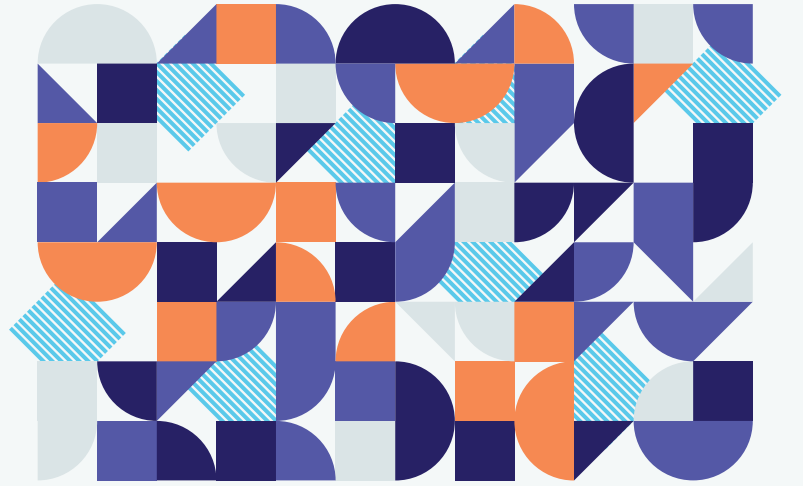
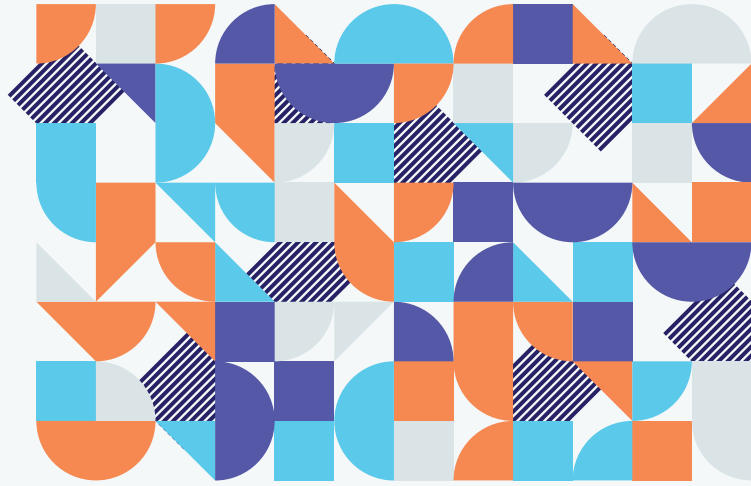
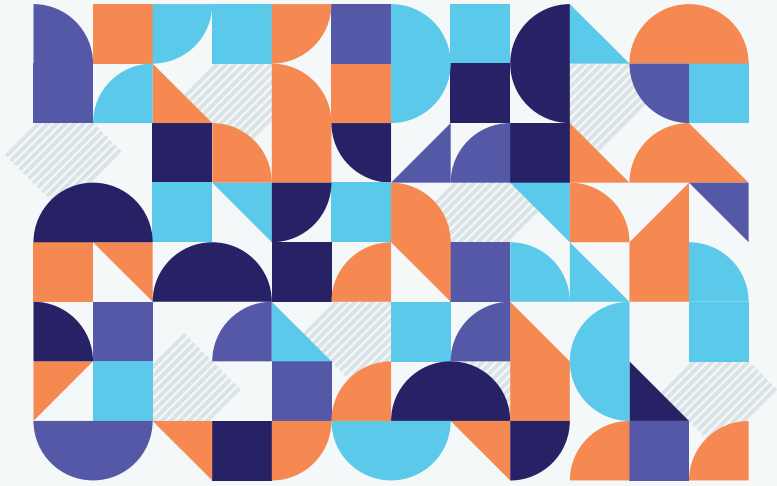
- Er um flutning erlendis að ræða og er skylt að flytja lögheimili?
- Gilda einkatryggingar (ferðatryggingar)?

Er ferðinni heitið til lands innan eða utan EES? Mikill munur er á umhverfinu og réttindum þegar kemur að sjúkratryggingum.

Undirbúningur. Huga þarf að aðgangi að heilbrigðisþjónustu erlendis.

Hvert er best að leita?

Hvaða skref þarf að taka svo þjónustan verði aðgengileg?



# Pallborðsumræður



Eftirlaun í útlöndum



ALMENNI  
LÍFEYRISJÓÐURINN



**Takk fyrir komuna**  
**Takk fyrir að horfa**



**Eftirlaun í útlöndum**



**ALMENNI**  
LÍFEYRISSJÓÐURINN