

# Oppsigelse av arbeidsforhold

Etter arbeidsmiljøloven §§ 15-3 og 15-4

## 1. Partene

Arbeidsgiver

Virksomhetens navn

---

Organisasjonsnummer

---

Adresse

---

Kontaktperson

---

Arbeidstaker

Navn

---

Fødselsdato

---

Adresse

---

## 2. Arbeidsforholdet

Stillingstittel

---

Arbeidssted

---

Ansettelsesdato

---

Dato for arbeidsavtalen oppsigelsen gjelder

---

## 3. Oppsigelsen

Kryss av for hvem oppsigelsen kommer fra:

Arbeidstaker sier opp sin stilling

Arbeidsgiver sier opp arbeidstaker (begrunnelse fylles ut i punkt 6)

Med dette bekreftes at arbeidsforholdet sies opp i samsvar med arbeidsmiljøloven og arbeidsavtalen.

Dato for oppsigelsen

---

## 4. Oppsigelsesfrist og siste arbeidsdag

Oppsigelsesfristen følger arbeidsmiljøloven § 15-3 dersom ikke lengre frist er avtalt eller følger av tariffavtale. Fristen løper fra den første dagen i måneden etter at oppsigelsen fant sted.

Oppsigelsesfrist (f.eks. 1 måned)

---

Siste arbeidsdag

---

Sluttdato for arbeidsforholdet

---

## 5. Sluttoppgjør

Ved arbeidsforholdets opphør avregnes lønn til og med sluttdatoen, opptjente feriepenger etter ferieloven, og eventuelt utestående. Spesifiser nedenfor:

Lønn utbetales til og med

---

Feriepenger utbetales

---

Ikke avvirket ferie / avspasering

---

Annet utestående (utstyr, forskudd mv.)

---

## 6. Begrunnelse (ved oppsigelse fra arbeidsgiver)

Oppsigelse fra arbeidsgiver må være saklig begrunnet i virksomhetens, arbeidsgivers eller arbeidstakers forhold, jf. arbeidsmiljøloven § 15-7. Arbeidstaker kan kreve begrunnelsen skriftlig.

---

---

## 7. Rett til å kreve forhandlinger og reise søksmål

Arbeidstaker som vil gjøre gjeldende at oppsigelsen er ulovlig, kan kreve forhandlinger med arbeidsgiver. Kravet må fremsettes skriftlig innen to uker etter at oppsigelsen er mottatt, jf. arbeidsmiljøloven § 17-3.

Søksmål må reises innen åtte uker fra forhandlingenes avslutning, eller fra oppsigelsen ble mottatt dersom forhandlinger ikke er holdt, jf. § 17-4. Kreves bare erstatning, er fristen seks måneder. Så lenge forhandlinger pågår og søksmål reises innen fristen, har arbeidstaker som hovedregel rett til å fortsette i stillingen mens saken behandles, jf. § 15-11.

Eventuelt søksmål rettes mot (arbeidsgiver)

---

Adresse for forhandlingskrav og søksmålsvarsel

---

## 8. Eventuelle merknader

---

---

## 9. Signatur

Oppsigelsen signeres elektronisk. Begge parter får tilgang til det signerte dokumentet med dato og tidspunkt.

---

Sted og dato

---

Arbeidsgiver (signatur)

---

Sted og dato

---

Arbeidstaker (signatur)

*Disse malene er et generelt utgangspunkt og er ikke juridisk rådgivning. Kontroller at innholdet passer din situasjon, og søk juridisk bistand ved tvil.*