

Working Holiday — Før avreise

PVTKit

pvtkit.com

Stegene du ikke må glemme før du drar · 17 steg, i riktig rekkefølge

Là où tu vas, tout va

-
- ☐ **Sjekk passets gyldighet og forny ved behov (Politets pass- og ID-kontor)**
15 min sjekk + oppmøte hos et Politiet pass- og ID-kontor · bestill time via politiet.no - vanlig fornyelse NOK 840 (fra 16 år, gjeldende fra 1. januar 2026); politiets forventede leveringstid fra timen din er om lag 1 uke pluss postens leveringstid, og du får SMS når passet er produsert; nødpass finnes kun for akutte reisebehov; de fleste WHV-destinasjoner krever minst 6 måneders gyldighet utover oppholdet
-
- ☐ **Søk om Working Holiday-visumet ved destinasjonslandets ambassade eller konsulat i Norge**
1-3 t for å samle dokumenter - destinasjonslandets eget innvandringsportal er den autoritative kilden til krav og gebyrer; flere WHV-programmer søkes utelukkende digitalt, og ikke alle ambassader akkreditert til Norge ligger i Oslo, så sjekk først: UD publiserer kontaktinformasjon til alle utenlandske ambassader og representasjoner akkreditert til Norge (PDF/Excel); saksbehandlingen tar typisk 4-12 uker avhengig av land, så søk før du bestiller flybilletter
-
- ☐ **Søk om utsettelse av verneplikt (militærtjeneste) hvis du har en utestående tjenesteplikt (Forsvaret)**
30-60 min for å forberede søknaden · Forsvaret oppgir 4-6 ukers saksbehandlingstid for utsettelse (8-16 uker ved helsemessige grunner) - last opp PDF-dokumentasjon via skjemaer.forsvaret.no; de oppgitte grunnene er skole eller læreplass, en bekreftet og reservert studieplass (også i utlandet), arbeid der kun arbeidsgiver lider et vesentlig tap, eller økonomiske/sosiale årsaker; en working holiday er ikke en oppgitt grunn, og kommer det ikke svar før oppmøtedatoen din må du likevel møte som planlagt
-
- ☐ **Hvis du fortsatt er tjenestepliktig, meld fra til Forsvaret om et utenlandsopphold på mer enn to måneder og hold kontaktinformasjonen din oppdatert**
~15 min - gjelder kun dersom du fortsatt er tjenestepliktig (forsvarsloven paragraf 6: norske statsborgere som er tjenestedyktige fra og med det året de fyller 19 år til utgangen av det året de fyller 44 år; kvinner født før 1. januar 1997 er ikke vernepliktige; utenlandske statsborgere bosatt i Norge kun hvis Forsvaret har pålagt det). · Etter vernepliktsforskriften paragraf 12 a må en tjenestepliktig melde fra til Forsvaret om enhver endring av postadresse, e-post eller mobilnummer senest 8 dager etter at det endres, og må melde fra om en permanent eller midlertidig flytting på mer enn to måneder og hvor lenge den varer. · Min side er kun åpen for brukere Forsvaret har skrevet til, og du kan ikke opprette konto selv, så bruk Kontaktskjema på skjemaer.forsvaret.no (ID-porten-innlogging) eller kontakt@forsvaret.no.
-
- ☐ **Send inn melding om 'Flytting til utlandet' til Folkeregisteret via Skatteetaten**
20 min på nett · logg inn på skatteetaten.no med BankID eller MinID og fyll ut skjemaet 'Flytting til utlandet' — må leveres tidligst 31 dager før avreise hvis du skal være i utlandet i 6+ måneder; Folkeregisteret varsler automatisk NAV, Helfo og Statens vegvesen
-
- ☐ **Gå gjennom skatteforpliktelsene dine hos Skatteetaten — forstå når norsk skattemessig bosted opphører**
30-60 min gjennomgang på nett · skatteetaten.no - å melde flyttingen til Folkeregisteret avslutter ikke skatteplikten din; skattemessig bosted opphører kun hvis du bosetter deg permanent i utlandet, oppholder deg i Norge maksimalt 61 dager det året du krever opphør, og verken du eller nær familie har tilgang til bolig i Norge - og har du bodd i Norge i 10 år eller mer kan det først tre i kraft tre år etter at du bosetter deg i utlandet; fortsett å levere skattemeldingen innen 30. april hvert år inntil Skatteetaten fatter vedtak
-
- ☐ **Skaff et internasjonalt førerkort fra NAF**
Bestill på nett hos naf.no/internasjonalt-forererkort - NOK 240 (NAF-medlemmer) / NOK 320 (ikke-medlemmer); last opp passfoto + begge sider av førerkortet (digitalt førerkort godtas ikke); regn med 10-14 virkedager for utstedelse og forsendelse, eller hent din nettbestilling på NAFs hovedkontor, Skippergata 4 Oslo, 08:00-15:30, innen 30 dager; NAF-sentre utsteder over disk men kan bruke 3-4 dager; gyldig 1 år (1949-konvensjonen) eller 3 år (1968); det er kun en oversettelse, så ta med det norske førerkortet også, og du må fortsatt ha fast bostedsadresse i Norge - bestill før du melder flyttingen til utlandet
-
- ☐ **Varsle NAV og sjekk medlemskapsstatusen din i Folketrygden før du drar**
30 min på nett + mulig telefonsamtale til ditt lokale NAV-kontor · nav.no — å arbeide eller oppholde seg i utlandet i 12+ måneder avslutter vanligvis pliktig medlemskap i Folketrygden, og kutter tilgangen til sykepenger og helserefusjoner; spør om frivillig medlemskap hvis det er aktuelt for destinasjonen din
-



Søk NAV om frivillig medlemskap i folketrygden for å beholde norsk tryggedekning i utlandet

~45 min på nett med elektronisk ID - valgfritt, og kun relevant hvis oppholdet faktisk avslutter det pliktige medlemskapet ditt (NAV: et planlagt utenlandsopphold på mer enn 12 måneder avslutter medlemskapet fra den dagen du forlater Norge, og det å ta arbeid i utlandet avslutter det også). · For å kvalifisere må du ha vært medlem av folketrygden i minst 3 av de siste 5 hele kalenderårene før du søker og ha tilknytning til det norske samfunnet; du kan søke om helsedelen, pensjonsdelen eller begge, og du betaler en avgift. · NAV oppgir en saksbehandlingstid på 6 måneder for medlemskapssøknader, så søk måneder før avreise, ikke uken før. · For et opphold innenfor EØS eller Sveits brukes dette skjemaet kun hvis du er statsborger utenfor EØS eller mottar pensjon eller uføretrygd.



Kjøp WHV-kompatibel internasjonal helse- og reiseforsikring

30–60 min på nett — de fleste WHV-destinasjoner krever omfattende medisinsk dekning (vanligvis USD/AUD 100 000–150 000) for hele visumperioden; norsk statlig helsedekning (Helsenorge / Helfo) settes på pause når medlemskapet i Folketrygden opphører i utlandet; kjøp en polise før visumavtalen ettersom noen land krever bevis allerede på søknadsstadiet



Bekreft dokumentasjon på midler og opprett et gebyrfritt reisekort for bruk i utlandet

1–2 t på nett · hver WHV-destinasjon angir sitt eget minstekrav til oppsparing (beløpene varierer fra land til land — sjekk destinasjonsambassadens offisielle sjekklister); varsle din norske bank (DNB, SpareBank 1 osv.) om reisedatoene dine for å forhindre kortsperringer; vurder å åpne en Wise- eller Revolut-flervalutakonto for gebyrfri bruk og minibankuttak i utlandet



Sett opp ettersending av post eller adresseomadressering med Posten Norge

20 min på nett med BankID på posten.no - når du faktisk flytter, bestill vanlig adresseendring: Posten videresender brev gratis i tolv måneder, også til en adresse i utlandet; varer og pakker kan ikke videresendes til utlandet (tolldeklarerer) og pakkeomadressering innenlands koster NOK 110 per pakke; bestill minst 4 virkedager i forveien på nett (8 dager på et postkontor); betalt midlertidig omadressering (NOK 400 til utlandet i 60 dager, deretter NOK 200/måned) er kun for kortere fravær; videresend også abonnementer og sjekk Digipost/e-Boks



Registrer reisen din hos Utenriksdepartementet via Reiseklar / reiseregistrering.no

5–10 min på nett på reiseregistrering.no eller via Reiseklar-appen (App Store / Google Play) — Utenriksdepartementet (UD) anbefaler registrering for alle nordmenn i utlandet, særlig ved opphold utenfor Europa/Nord-Amerika; UD kan kontakte deg per SMS/e-post i en krise; konsulær nødtelefon: +47 23 95 00 00 eller 247@mfa.no



Lag bekreftede kopier og digitale sikkerhetskopier av alle kritiske dokumenter

1–2 t — skann eller fotografer: passets bioside, visumets innvilgelsesbrev, reiseforsikringspolise, dokumentasjon på midler, førerkort + IDP, BankID-opplysninger, NAV-brev om medlemskapsstatus og bekreftelse fra Folkeregisteret; oppbevar krypterte kopier i sky (iCloud, Google Drive) og send kopier til en pålitelig kontakt i Norge; UD anbefaler at nordmenn i utlandet holder dokumentkopier tilgjengelige for konsulær bistand



Avbestill eller sett på pause norske abonnementer, treningsmedlemskap og digitale tjenester

1–2 t — avbestill eller sett på vent: TV 2 Play / Viaplay (NRK er skattefinansiert og krever ingen egen avbestilling), trening (SATS, Evo osv.), mobilabonnement eller bytt til et reise-SIM-kort, innboforsikring og eventuelle avis-/bladabonnementer; omadresser fakturering til en pålitelig person i Norge om nødvendig; bruk Digipost eller e-Boks for å håndtere offentlig korrespondanse digitalt mens du er i utlandet



Sett opp Lånekassen-betalningene dine slik at de fungerer fra utlandet

~20 min på Dine sider hos lanekassen.no - Lånekassen trenger ikke en egen flyttemelding (de henter adressen din fra Folkeregisteret), og tilbakebetalingsreglene er de samme i utlandet som i Norge: du betaler hver måned. · Sett opp Avtalegiro eller e-faktura før du reiser (papirfaktura gir et gebyr på 18 kroner) og behold tilgang til Dine sider og elektronisk ID. · Ubetalte fakturaer får purregebyr, som legges til tidligst 14 dager etter forfall, pluss forsinkelsesrenter, og et lån som har vært misligholdt over lengre tid kan overføres permanent til innkrevingsmyndigheten i Skatteetaten, og da mister du alle rettigheter i Lånekassen. · Søk om betalingsutsettelse før forfallsdatoen i stedet for å hoppe over en betaling. · I tillegg, hvis du fortsatt mottar utdanningsstøtte, må du straks melde fra om enhver endring i det du oppga i søknaden.



Endelig dokument- og administrasjonssjekk før avreise

1 t — verifiser: pass (min. 6 måneders gyldighet), WHV-innvilgelsesbrev / visumetikett, helseforsikringsbevis, utskrift som dokumentasjon på midler, IDP + norsk førerkort, bekreftelse på Reiseklar-registrering, aktiv Posten-ettersending, lagrede nødkontakter (+47 23 95 00 00 for UD's kriselinje); sørg for at BankID-appen er oppdatert for bruk i utlandet

Ingen e-post kreves, ingen «premium»-versjon. Den komplette versjonen — som kan hukes av, offline, på ditt språk, tilpasset reisemålet ditt — ligger i PVTKit-appen, gratis. Skann QR-koden eller gå til pvtkit.com.
Data verifisert 29. mai 2026 — regenerert ved hver appoppdatering.

