

Indhold

- § 56-aftale (§ 58a-aftale for selvstændige) ved kronisk/langvarig sygdom
- 225-timersreglen - krav om udstøttet arbejde
- Aktivering for dagpengemodtagere
- Bisidder eller partsrepræsentant
- Dagpenge for lønmodtagere
- Dagpenge for selvstændige, freelancere, honorarmodtagere og kombinerede indkomster
- Dagpenge og ferie
- Dagpenge ved adoption og barsel
- Dagpenge ved uddannelse
- Danskuddannelse til voksne udlændinge
- Delvis rask- eller sygemelding
- Erhvervsuddannelse for voksne
- Fast-track - tidligere opfølgning på din sygemelding
- Fastholdelsesfleksjob
- Fleksjob
- Fleksydelse - "efterløn" for fleksjobvisiterede
- Forberedende GrundUddannelse - FGU
- Forberedende VoksenUndervisning - FVU
- Fortsæt i job efter de 60
- Fritidsjob og lommepengejob
- Førtidspension
- Handicapservice
- Integrationsgrunduddannelsen - IGU
- Job med løntilskud for ledige
- Job med løntilskud til førtidspensionister
- Jobafklaringsforløb - fem måneders revurdering
- Jobrettede samtaler og aktiv jobsøgning
- Jobrotation
- Jobsøgning i udlandet
- Kontanthjælp
- Kontanthjælp og uddannelseshjælp - ophør, nedsættelse og tilbagebetaling
- Kontanthjælpsløft
- Kontrakt for voksne flygtninge og familiesammenførte
- Ledighedsydelse
- Mentorordning - personlig hjælp og støtte til job og uddannelse
- Min Plan
- Nytteindsats
- Opkvalificering ved ansættelse i ordinært job
- OrdBlindeUndervisning - OBU
- Personlig assistance
- Realkompetencevurdering
- Rehabiliteringsteamet - særlig tværfaglig indsats
- Repatriering - frivillig tilbagevenden til hjemlandet eller tidligere opholdsland
- Ressourceforløb - forebyggelse af førtidspension
- Revalidering
- Seks ugers jobrettet uddannelse for dagpengemodtagere
- Seks ugers jobrettet uddannelse for ledighedsydelsesmodtagere
- Selvforsørgelses- og hjemrejseprogram eller introduktionsprogram
- Selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse
- Selvforsørgende ledig udlænding
- Seniorjob
- Seniorpension
- Seniorpræmie
- Småjob
- Socialt frikort
- Sygedagpenge - forløb og opfølgning
- Sygedagpenge til ledige
- Sygedagpenge til lønmodtagere
- Sygedagpenge til selvstændige
- Tidlig pension
- Tilskud til hjælpemidler, undervisningsmaterialer og mindre arbejdspladsindretninger
- Tilskud til selvstændige med nedsat arbejdsevne
- Uddannelsesgodtgørelse
- Uddannelseshjælp
- Uddannelsesløft for dagpengemodtagere
- Udvikling og afklaring af arbejdsevnen
- Vejledning og opkvalificering
- Virksomhedspraktik
- Voksenlærling med tilskud

§ 56-aftale ved langvarig/kronisk sygdom

Hvis du lider af en langvarig eller kronisk sygdom, eller har brug for indlæggelse eller ambulante behandling, der giver dig øget sygefravær på dit arbejde, har du mulighed for at få en § 56-aftale (§ 58a-aftale for selvstændige). Aftalen nedsætter arbejdsgivers udgifter i forbindelse med dit sygefravær, så du kan bevare en tryk og positiv tilknytning til arbejdspladsen.

Behold jobbet på trods af langvarig/kronisk sygdom

HVEM GÆLDER DET?

Du og din arbejdsgiver kan søge om en almindelig § 56-aftale, hvis:

- Du lider af kronisk eller langvarig sygdom, som medfører et fravær på mindst 10 dage om året.

Du og din arbejdsgiver kan søge om en midlertidig § 56-aftale, hvis:

- Du skal indlægges eller behandles ambulante på sygehus eller tilsvarende behandlingsinstitution, og indlæggelsen eller behandlingen var besluttet på ansættelsestidspunktet, eller hvis din arbejdsgiver under det bestående arbejdsforhold har udbetalt sygedagpenge eller løn under sygdom i 21 kalenderdage for samme lidelse inden for de sidste 12 måneder, før indlæggelsen eller behandlingen påbegyndes.

For § 58a-aftale (selvstændige) gælder endvidere, at:

- Du ikke har tegnet forsikring efter sygedagpengelovens § 45.

Økonomi

- Du får løn eller sygedagpenge under dit sygefravær, uanset om du er privat eller offentlig ansat.
- Din arbejdsgiver/selvstændige har mulighed for at ansøge om dagpengerefusion for dit sygefravær fra 1. sygedag (normalt efter 30 dage).

SÅDAN GØR DU

Sammen med din arbejdsgiver skal du udfylde en ansøgning om § 56-aftale (blanket DP 211) og sende den digitalt via borger.dk eller aflevere den til kommunen. Du finder DP 211 på borger.dk

Som selvstændig skal du udfylde en ansøgning om § 58a-aftale (blanket DP 213) og sende den digitalt via borger.dk eller aflevere den til kommunen. Du finder DP 213 på borger.dk

Kommunen/jobcentret

Kommunen indhenter oplysninger om din sygdom og risiko for fravær hos din egen læge. Kommunen indhenter en lægeerklæring som dokumentation for, at din langvarige eller kroniske lidelse i væsentligt omfang forøger den normale fraværskrisiko. Erklæringen betales af kommunen. Aftalen godkendes af din bopælskommune.

Arbejdsgiver

Når aftalen er godkendt af kommunen, skal din arbejdsgiver herefter søge om refusion ved hvert sygefravær via www.virk.dk. De almindelige regler for anmeldelse og indberetning gælder også for fravær under § 56-aftalen. Hvis du har indgået aftalen, mens du er sygemeldt, får din arbejdsgiver/du som selvstændig først refusion fra næste gang, du er sygemeldt.

225-timersreglen - krav om understøttet arbejde

Hvis du har modtaget kontanthjælp, uddannelseshjælp eller selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse i sammenlagt 1 år i løbet af de sidste 3 år (hvis du er gift, er det jeres samlede periode med ydelser, der gælder), skal du fremover arbejde mindst 225 timer om året. Ellers kan din ydelse blive sat ned, og hvis du er gift, kan den helt bortfalde. Kun almindeligt understøttet arbejde tæller med. Virksomhedspraktik og løntilskud tæller ikke med.

HVEM GÆLDER DET?

225-timersreglen gælder for dig*, der har modtaget kontanthjælp, uddannelseshjælp eller selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse i sammenlagt 1 år i løbet af de sidste 3 år. Bemærk, at hvis du er gift, er det jeres samlede periode, hvor I har modtaget ydelser, der gælder.

Betingelser

225-timersreglen betyder, at du løbende skal opfylde et krav om mindst 225 timers arbejde inden for de seneste 12 kalendermåneder. Hvis du ikke har arbejdet det krævede antal timer, kan din ydelse bortfalde eller blive sat ned. Hvorvidt din ydelse bortfalder eller bliver sat ned (og hvor meget) afhænger af, om du er gift og hvilken ydelse, du modtager (se nedenfor).

Kommunen har pligt til at varsle alle, som står foran helt eller delvist at miste retten til hjælp. Kommunen skal varsle om både datoen for, hvornår du overgår til 225-timers reglen, samt hvornår du helt eller delvist mister retten til hjælp.

Økonomi for gifte

Hvis du er gift, er der risiko for, at I mister op til halvdelen af jeres samlede ydelse (op til 16.972 kr. pr. måned). I vil dog som minimum altid have ret til ydelser, der tilsammen svarer til 16.972 kr. for forsørgere og 12.770 kr. for ikke-forsørgere pr. måned. Bemærk at der er særlige satser for gifte, hvor den ene eller begge modtager selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse og ikke opfylder 225-timerskravet. Læs mere på www.borger.dk/sider/225-timersreglen-aegtepar.aspx

For ugifte

Hvis din uddannelseshjælp eller kontanthjælp inklusive evt. barsels- eller aktivitetstillæg udgør 16.972 kr. for forsørgere eller

12.770 kr. for ikke-forsørgere pr. måned, får du nedsat din hjælp med 1.166 kr. om måneden, hvis du ikke opfylder kravet om arbejde.

Hvis din uddannelseshjælp inkl. evt. barsels- eller aktivitetstillæg eller kontanthjælp er lavere end 16.972 kr. (for forsørgere) eller 12.770 kr. (for ikke-forsørgere) pr. måned, får du nedsat hjælpen med 581 kr. om måneden, hvis du ikke opfylder kravet om arbejde.

Hvis du ikke er gift og modtager uddannelseshjælp på SU-niveau eller selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse, får du ikke nedsat hjælpen.

Læs mere på www.borger.dk/sider/225-timersreglen-ugifte.aspx

SÅDAN GØR DU

Med få timers arbejde om ugen kan du undgå at miste eller få nedsat din ydelse.

- Brug Jobnet og sørg for, at dit CV er opdateret med al din erfaring og alle dine kompetencer.
- Brug din familie, venner og bekendte (og husk også dit netværk på de sociale medier) i jagten på job.
- Søg tidsbegrænsede job, da det ofte kan føre til varigt job.
- Søg uopfordret. Mange job bliver ikke annonceret, og det viser stor motivation at banke på uden opfordring.

Få ret til ydelsen igen

Du får igen ret til almindelig kontanthjælp, uddannelseshjælp eller selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse, når du har arbejdet mindst 225 timer de seneste 12 kalendermåneder. Alle timerne skal ligge efter, at din ydelse er bortfaldet / blevet sat ned.

* Undtagelser: Du skal ikke opfylde kravet om 225 timers arbejde, hvis: Jobcentret vurderer, at din arbejdssevne er så begrænset, at du ikke kan arbejde 225 timer inden for 12 kalendermåneder. Jobcentret er ved at vurdere, om du er på vej i ressourceforløb, fleksjob eller førtidspension. Du er under forrevalidering. Øvrige undtagelser er: Ægtepar, hvor en eller begge ægtefæller modtager selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse, og hvor en eller begge har forsørgelsespligt overfor børn. Ægteparret omfattes først af 225-timersreglen, når de har opnået ret til fuld børne- og ungeydelse, dvs. efter to års bopæl her i riget. Ægtepar, hvor den ene ægtefælle modtager selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse, og den anden ægtefælle modtager en anden offentlig forsørgelsesydelse, der ikke er betinget af, at den pågældende udnytter sine arbejdsmuligheder (folkepension, førtidspension, SU, efterløn eller lignende) eller ressourceforløbsydelse under ressourceforløb eller jobafklaringsforløb, omfattes heller ikke af 225-timersreglen. Ægtepar på selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse bevarer et eventuelt danskstillæg. Forlængelse af 12-måneders perioden: Perioden, hvor du skal opfylde arbejdskravet, kan forlænges med perioder, hvor du ikke har kunnet udnytte din arbejdsmuligheder (fx på grund af graviditet, uddannelse, værnepligt, dokumenteret sygdom mv.).

Aktivering for dagpengemodtagere

Find selv
dit aktive-
ringstilbud

Når du modtager dagpenge, vil du på et tidspunkt få ret og pligt til at deltage i et aktiveringstilbud, der skal forbedre dine muligheder for at komme i arbejde. Aktiveringstilbuddet bliver en del af Min Plan (se separat faktaark) og kan være et tilbud om vejledning og opkvalificering, virksomhedspraktik eller job med løntilskud. Du kan med fordel selv forsøge at finde et aktiveringstilbud, så du får mest mulig indflydelse på din aktivering. Tilbuddet skal dog altid godkendes af jobcentret.

HVEM GÆLDER DET?

Når du modtager dagpenge har du ret og pligt til aktivering senest efter seks måneders sammenlagt ledighed. A-kassen eller jobcentret kan altid give en tidligere indsats, hvis der er behov for det. A-kassen og jobcentret skal altid løbende vurdere, hvad der er den rette indsats for dig - med særligt fokus på den virksomhedsrettede indsats.

Hvis du har arbejde i mindst 20 timer om ugen

Har du mindst 20 timers fast arbejde om ugen, bortfalder din pligt til aktivering. Har du arbejde af varierende omfang, bortfalder din pligt til aktivering, hvis dit arbejde gennemsnitligt svarer til mindst 20 timer om ugen beregnet over en måned. Uanset om din pligt til aktivering forsvinder, har du fortsat ret til aktivering. Kontakt dit jobcenter/anden aktør for at få lavet en jobplan.

Hvis du har arbejde under 20 timer om ugen

Har du ordinært arbejde på mindre end 20 timer om ugen, skal du aktiveres i den resterende tid op til fuld tid. Får du deltidsarbejde, imens du er i gang med et aktiveringstilbud, skal du sammen med dit jobcenter/din anden aktør revidere din jobplan, så den tager hensyn til dit deltidsarbejde. Arbejde går altid forud for aktivering. Du skal også have en frigørelsesattest, hvis du har deltidsarbejde med opsigelsesvarsel samtidig med aktiveringen.

Hvis du modtager uddannelseshjælp er der særlige regler for aktivering. Hør mere i jobcentret.

Betingelser

- Du har ret til at få et konkret løntilskudsjob eller en konkret virksomhedspraktik, hvis du selv har fået en aftale med den pågældende virksomhed – selvfølgelig under forudsætning af, at virksomheden kan godkendes og alle regler i øvrigt er overholdt.
- A-kassen eller jobcentret fastsætter det ugentlige antal timer af din aktivering.
- Du har ret og pligt til at deltage i aktiveringstilbud (kontakt din a-kasse eller jobcenter, hvis du ønsker at blive aktiveret tidligere).
- Du kan miste din ydelse, hvis du ikke deltager.
- Du skal være tilmeldt jobnet og have et fyldestgørende og søgbart CV på jobnet.
- Du kan miste retten til din ydelse, hvis du har et ubegrundet stort fravær i dit aktiveringstilbud, da det kan sidestilles med en afvisning af aktiveringstilbuddet.
- Du kan ved behov også søge om mentorstøtte (se separat faktaark) under din aktivering.

SÅDAN GØR DU

Dit jobcenter har pligt til at tilbyde dig et aktiveringstilbud efter den angivne tidsfrist. Hvis du ønsker at komme i gang før eller selv har fundet en virksomhed, der vil tage dig i praktik eller ansætte dig med løntilskud, skal du tage kontakt til din a-kasse (de første tre måneder af din ledighed) eller jobcentret (efter de første tre måneder af din ledighed).

Bisidder / partsrepræsentant

Få støtte
i en svær
situation

Hvis du oplever, at din sag er kompliceret eller svær at forstå, kan du med fordel bruge muligheden for at få en bisidder eller partsrepræsentant med til behandlingen af din sag.

HVEM GÆLDER DET?

Alle, der er part i en sag, kan på ethvert tidspunkt af sagens behandling lade sig repræsentere eller bistå af andre*.

Typisk er det relevant for dig, der:

- oplever din sag som kompliceret
- har brug for en person, som kan hjælpe dig med at forstå og huske den information, du får i dialogen med kommunen/jobcentret
- har behov for at have en person med, som kan støtte dig i samarbejdet med kommunen
- har brug for en person, som kan hjælpe med at skabe overblik og/eller komme med bemærkninger til din sag.

Hvem kan være bisidder eller partsrepræsentant?

En bisidder eller partsrepræsentant kan være en ven eller et familiemedlem. Det kan også være en sagkyndig – eksempelvis advokat eller en fagperson fra en interesseorganisation. Der er ikke regler i forvaltningsloven for, hvem du kan benytte som bisidder eller partsrepræsentant.

Hvis forvaltningen vurderer, at en bisidder eller partsrepræsentant ikke er i stand til at varetage dine interesser forsvarligt, kan forvaltningen afvise bisidderen/partsrepræsentanten. Dette sker dog yderst sjældent.

Bisidder - betingelser

Du kan også vælge at have en bisidder med til samtaler/møder med kommunen. En bisidder er en støtte for dig i dialogen med kommunen, men overtager ikke din sag, som en partsrepræsentant typisk vil gøre.

Du vælger selv din bisidder og det er godt at informere din sagsbehandler på forhånd, hvis du har en bisidder med. Nogle gange vil jobcenteret opfordre til at du tager en bisidder med – det kan eks. være, hvis du skal have din sag forelagt det rehabiliterende team.

Partsrepræsentant - betingelser

En partsrepræsentant varetager dine interesser i samspillet med kommunen. Partsrepræsentanten vil typisk være den person, som kommunen har den direkte kontakt med om din sag.

Hvis du vælger at have en partsrepræsentant tilknyttet, skal du give fuldmagt til dette. Det sker typisk ved at udfylde et skema, der beskriver omfanget af partsrepræsentationen samt navnet på partsrepræsentanten. Du skal underskrive skemaet.

Du kan enten vælge, at partsrepræsentanten repræsenterer dig under hele sagens behandling, eller kun i dele af sagens behandling – eksempelvis kun i forbindelse med møder med kommunen. Omfanget af partsrepræsentation vil typisk fremgå af fuldmagten. Når du har en partsrepræsentant, sender kommunen som udgangspunkt afgørelser til både dig og partsrepræsentanten.

Selv om du har en partsrepræsentant vil du på nogle områder fortsat personligt skulle medvirke ved en sags oplysning eller behandling. Det kan fx være ved personligt fremmøde ved samtaler med kommunen og deltagelse i de tilbud, som du visiteres til.

SÅDAN GØR DU

Hør mere om mulighederne for at bruge en partsrepræsentant eller en bisidder i jobcentret.

* Jf. forvaltningsloven § 8, stk. 1, 1. pkt.



Dagpenge for lønmodtagere

Hvis du er medlem af en a-kasse, kan du modtage dagpenge, når du bliver ledig. Du kan være enten fuldtids- eller deltidsmedlem i en a-kasse, og du har forskellige muligheder for uddannelse og supplerende arbejde.

Læs mere
om betingelserne
på side 2

HVEM GÆLDER DET?

Du kan få dagpenge, hvis du er registreret som jobsøgende i dit lokale jobcenter, og opfylder én af følgende betingelser:

- Du har været fuldtidsforsikret medlem af en a-kasse i mindst ét år og har haft en indkomst på minimum 273.504 kr. inden for de sidste tre år.
- Du har været deltidsforsikret medlem af en a-kasse i mindst ét år og har haft en indkomst på minimum 182.340 kr. inden for de sidste tre år.
- Du er blevet ledig, men har allerede en dagpengeperiode, der ikke er udløbet. Her optjener du ret til en ny dagpengeperiode på baggrund af nye løntimer (ikke indtægt): 1924 timer inden for tre år for fuldtidsforsikrede og 1258 timer inden for tre år for deltidsforsikrede.
- Du har afsluttet en uddannelse med en varighed på mindst 18 måneder og søger om optagelse i en a-kasse senest to uger efter du har afsluttet uddannelsen¹.
- Hvis du har været medlem af en a-kasse i mindst ét år og har udøvet selvstændig erhvervsvirksomhed, været freelancer / honorarmodtager eller har kombineret forskellige indkomster, skal du se faktaarket Dagpenge for selvstændige.

Du kan højst medregne løn for 22.792 kr. pr. måned, hvis du er fuldtidsforsikret og højst 15.195 kr. pr. måned, hvis du er deltidsforsikret. Du kan kun medtage indtægt for perioder, hvor du har været medlem af en a-kasse. Du skal altså have denne indtægt i mindst 12 måneder for at opfylde kravet. Har du en lavere indkomst, vil du være længere tid om at optjene ret til dagpenge. Husk, at du i nogle tilfælde har mulighed for at tage seks ugers jobrettet uddannelse, bruge puljen til uddannelsesløft samt den regionale uddannelsespulje eller tage en erhvervskompetencegivende uddannelse (se separate faktaark).

Betingelser

For at få dagpenge skal du stå til rådighed for arbejdsmarkedet:

- Du skal være tilmeldt som ledig, aktivt søge fuldtids- eller deltidsarbejde og have kontakt til din a-kasse og dit jobcenter².
- Du skal oprette et fyldestgørende og søgbart cv på jobnet, som skal godkendes af din a-kasse senest tre uger efter tilmelding på jobcentret. I cv'et på jobnet, skal du registrere dine kompetencer og hvilke job, du kan bestride.
- Du skal kunne overtage arbejde med én dags varsel.
- Du skal kunne møde til samtaler² og tilbud med én dags varsel og deltage i kurser/tilbud, der øger mulighederne for et job.
- Du skal have bopæl og opholde dig i Danmark³.
- Du skal som kunne overtage arbejde med én dags varsel.

Økonomi

Højeste dagpengesats som fuldtidsforsikret er 21.092 kr. pr. måned. Højeste dagpengesats for deltidsforsikrede er 14.061 kr. pr. måned. Din dagpengesats (som er et månedsbeløb) skal som udgangspunkt beregnes på baggrund af de 12 måneder, inden for de seneste 24 måneder, hvor du har haft din største lønindkomst. Når du har fået beregnet en dagpengesats, kan du ikke få beregnet en ny sats, før du har optjent ny ret til dagpenge.

Dagpengene er skattepligtige og udbetales månedvis bagud af din a-kasse med op til 160,33 timer pr. måned som fuldtidsforsikret og op til 130 timer pr. måned som deltidsforsikret. Der indbetales bidrag til den obligatoriske pensionsordning til Arbejdsmarkedets Tillægspension. Udbetalingen før eventuelle modregninger vil være den samme, uanset om det er en kort måned (som fx februar eller en lang måned som fx juli). Du skal indsende dit udbetalingskort tidligst én uge før månedens udløb og senest én måned og 10 dage efter udløbet af den måned kortet dækker, og som noget nyt skal du oplyse om de aktiviteter, du forventer at have i resten af måneden.

1) For at få dagpengeperioden på baggrund af uddannelse skal du enten kunne dansk på et niveau der svarer til Prøve i Dansk 2 / 6. klassetrin - eller opfylde et tilknytningskrav, hvor der er indberettet mindst 600 løntimer (400 for deltidsforsikrede) til SKAT i løbet af 12 måneder indenfor en 24 måneders periode. Du kan også bruge løntimer fra et andet EØS-land, Schweiz eller Storbritannien til at opfylde tilknytningskravet, så længe den sidste løntime er optjent i Danmark og mindst 150 af de 600 løntimer (100 af de 400 løntimer, hvis du er deltidsforsikret) er udført i Danmark. 2) Din a-kasse afholder de første tre samtaler med dig inden for de første tre måneder. Dit jobcenter afholder de næste tre samtaler med dig inden for de næste tre måneder. Efter den første samtale kan du vælge, om de følgende samtaler skal afholdes ved personligt fremmøde, telefonisk eller digitalt. 3) Efter repareringslovens § 6 kan kommunalbestyrelsen give tilladelse til, at du får udbetalt dagpenge i hjemlandet eller tidligere opholdsland, hvis det er i forbindelse med praktik- eller uddannelsesforløb - eller rekognosceringsrejser til hjemlandet eller det tidligere opholdsland med henblik på at træffe beslutning om reparering. 4) For at få forhøjet dagpengesats (tillægssatsen) skal du desuden: Have været uafbrudt medlem af a-kassen de seneste tre år før ledighed. Kunne oplyse et dobbelt indkomst- eller beskæftigelseskrav. Er du fuldtidsforsikret, vil det sige, at du skal have tjent 547.008 kr. (ved ny indplacering) eller have arbejdet 3.848 timer (ved genindplacering) inden for de seneste 3 år. Som deltidsforsikret vil det sige, at du skal have tjent 364.680 kr. eller arbejdet 3.120 timer inden for de seneste 3 år. Når du har fået dagpenge i 481 timer (390 timer, hvis du er deltidsforsikret) med tillægssatsen, vil du derefter få din beregnede dagpengesats på 21.092 kr./måned (14.061 kr./måned, hvis du er deltidsforsikret).

Tillægssats ved ny dagpengeret efter 1. maj 2023

Hvis du får en ny dagpengeret efter den 1. maj 2023, kan du måske⁴ få en forhøjet dagpengesats de første 481 timer, du får dagpenge på op til 25.070 kr. pr. måned. Den forhøjede sats for deltidsforsikret er på til 16.713 kr. pr. måned de første 390 timer.

Økonomi for nyuddannede eller værnepligtige

Første gang du får dagpenge, bliver du indplaceret med en dagpengeret fra den 1. i måneden, hvor du beder om og kan få dagpenge. Som nyuddannet – dimittend – eller værnepligtig har du ret til dagpenge i sammenlagt ét år inden for en periode på to år. Det betyder, at du samlet set har ret til 1.924 timers dagpenge inden for to-årsperioden. Som nyuddannet – dimittend – eller værnepligtig med forsørgelsespligt kan du få dagpenge på 82 procent af højeste dagpengesats som fuldtids- eller deltidsforsikret, svarende til 17.295 kr. pr. måned som fuldtidsforsikret 11.530 kr. pr. måned som deltidsforsikret. Som nyuddannet – dimittend – eller værnepligtig uden forsørgelsespligt kan du som fuldtids- eller deltidsforsikret få dagpenge på 71,5 procent af højeste dagpengesats, svarende til 15.081 kr. pr. måned som fuldtidsforsikret 10.054 kr. pr. måned som deltidsforsikret. Når du som dimittend har fået udbetalt dagpenge i 481 timer som fuldtidsforsikret og 390 timer som deltidsforsikret nedsættes din dagpengesats.

Hvis du er under 30 år og ikke har forsørgelsespligt udbetales satsen med 49,17 procent af højeste dagpengesats, svarende til 10.371 kr. pr. måned for fuldtidsforsikrede og 6.914 kr. pr. måned. Hvis du er fyldt 30 år og ikke har forsørgelsespligt udbetales satsen med 62,11 procent af højeste dagpengesats, svarende til 13.100 kr. pr. måned for fuldtidsforsikrede og 8.733 kr. pr. måned for deltidsforsikrede.

Hvis du får barn, skifter din sats til forsørgersatsen den 1. i måneden efter fødslen.

Særlige regler for dig under 25 år

Som ung under 25 år får du i visse tilfælde dagpenge på 50 procent af højeste dagpengesats, svarende til 10.546 kr. pr. måned som fuldtidsforsikret og 7.031 kr. pr. måned som deltidsforsikret.

Forlængelse af perioden med dagpenge - fleksibel genoptjening

Du har som udgangspunkt ret til dagpenge i to år¹ inden for en periode på tre år, hvis du opfylder betingelserne, men du har også mulighed for at forlænge din ret til dagpenge ud over de to år. De lønarbejdstimer, du har haft, efter du begyndte at modtage dagpenge (efter din seneste indplacering) kan du veksle til forlænget dagpengeret i forholdet 1:2. Din dagpengeret forlænges altså med 2 timer for hver times arbejde, du har haft. Du kan forlænge dagpengeperioden med op til 1 år.

Supplerende dagpenge og dagpenge under uddannelse (se også separat faktaark)

Du kan få supplerende dagpenge², hvis du arbejder på nedsat tid og i øvrigt opfylder betingelserne for at modtage dagpenge. Beløbet afhænger af arbejdstiden, og din arbejdsgiver skal udstede en frigørelsesattest. Du kan få supplerende dagpenge i 30 uger inden for 104 uger. Du kan også deltage i visse former for kurser eller uddannelse, når du modtager dagpenge (se separat faktaark).

Dagpenge og ferie (se også separat faktaark)

Hvis du er dagpengeberettiget medlem af en a-kasse, har du ret til at holde op til 25 dages ferie om året med **feriedagpenge**. Det er din a-kasse, der vejleder om reglerne, og det er i a-kassen, du henter ansøgningsblanketten til feriedagpenge.

Karantæne, karens og afkorting af dagpengeperioden

Hvis din ledighed er selvforskyldt, får du en karantæne på 111 timer som fuldtidsforsikret / 90 timer som deltidsforsikret. Bliver du selvforskyldt ledig to gange inden for ét år, mister du retten til dagpenge, indtil du som fuldtidsforsikret har haft mere end 300 timers arbejde inden for tre måneder (276 løntimer i en sammenhængende periode der dækker 12 uger ved uge- eller 14-dages indberetninger), eller som deltidsforsikret har haft mere end 150 timers arbejde inden for tre måneder (138 løntimer i en sammenhængende periode der dækker 12 uger ved uge- eller 14-dages indberetninger). Der er en karensdag efter hver 4. måned, som betyder, at du hver 4. måned mister én dags dagpenge, hvis du ikke i perioden har indberettet minimum 148 timers lønarbejde eller 97 timer for deltidsforsikrede til SKAT. Din dagpengeperiode afkortes med 160,33 timer (130 timer for deltidsforsikrede), hvis du sammenlagt har fået dagpenge eller deltaget i aktivering i 4 år inden for en periode på 8 år.

Sådan gør du

Kontakt din a-kasse, når du vil anmode eller høre mere om dagpenge.

1) Dit forbrug af dagpengeretten sker i timer. To års dagpengeret svarer til 3.848 timer, som du kan bruge inden for tre år. For deltidsforsikrede er antallet 3.120 timer. Hør mere i din A-kasse. 2) Du kan ikke få udbetalt dagpenge for en måned, hvis det antal timer, du skal have udbetalt for, er mindre end 14,8 timer som fuldtidsforsikret og 12 timer som deltidsforsikret.



Dagpenge for selvstændige, freelancere, honorarlønnede og kombinerede indkomster

Læs mere
om betingelser
på side 2

Der gælder specielle regler for dig, der er selvstændig, freelancer, honorarlønnet eller kombinerer flere forskellige indkomster. For at få ret til dagpenge skal du opfylde et indkomstkra-
v, og du kan i nogle tilfælde drive selvstændig virksomhed med supplerende dagpenge.

HVEM GÆLDER DET?

Du har ret til dagpenge, hvis du er ophørt med din virksomhed, er registreret som jobsøgende i jobcentret, og opfylder én af følgende betingelser:

- Du har været fuldtidsforsikret medlem af en a-kasse i mindst ét år og har haft en samlet indkomst¹ på minimum 273.504 kr. inden for de sidste tre år.
- Du har været deltidsforsikret medlem af en a-kasse i mindst ét år og har haft en samlet indkomst¹ på minimum 182.340 kr. inden for de sidste tre år.
- Hvis din indtægt udelukkende kommer fra overskuddet af selvstændig virksomhed, og du ikke kan opfylde indkomstkra-
vet inden for de sidste tre år, kan du optjene ret til dagpenge, hvis du samlet set har haft et skattemæssigt overskud på minimum 273.504 kr. inden for de sidste fem år.
- Hvis du allerede har en dagpengeret, der ikke er udløbet, optjener du ret til en ny dagpengeperiode på baggrund af nye løntimer: 1924 timer inden for tre år for fuldtidsforsikrede og 1258 timer inden for tre år for deltidsforsikrede. Overskud fra virksomhed / B-indkomst kan omregnes til timer med en omregningssats på 142,15 kr.

Du kan højst medregne indkomst for 22.792 kr. pr. måned, hvis du er fuldtidsforsikret og højst 15.195 kr. pr. måned, hvis du er deltidsfor-
sikret. Du kan kun medtage indtægt for perioder, hvor du har været medlem af en a-kasse.

Supplerende dagpenge i op til 30 uger inden for 104 uger ved selvstændig bibeskæftigelse

Du har ret til supplerende dagpenge samtidigt med at du driver selvstændig virksomhed i to situationer. Dels hvis du har drevet en virksomhed ved siden af dit lønmodtagerjob (inden du blev ledig)

og dermed driver virksomheden som din bibeskæftigelse². Og dels hvis du starter en selvstændig virksomhed op, efter du er blevet indplaceret i en dagpengeperiode. De timer, du bruger på at arbejde i virksomheden, bliver modregnet i dine dagpenge. Det overskud, din virksomhed laver, kan du bruge til at genoptjene din dagpengeret. Det er også muligt at drive selvstændig virksomhed i begrænset omfang i en efterlønsperiode. Hør mere i din a-kasse.

Betingelser

For at få dagpenge skal du:

- være ophørt med din virksomhed som hovedbeskæftigelse, være tilmeldt jobcentret som ledig og aktivt søge fuldtids- eller deltidsarbejde (jf. din forsikring).
- have bopæl og opholde dig i Danmark.
- kunne overtage arbejde og møde til samtaler³ og tilbud med dags varsel.

Økonomi

Udregningen af din dagpengesats sker på baggrund af dine 12 bedste indtjeningsmåneder inden for de seneste 24 måneder. Hvis du har opfyldt indkomstkra-
vet på baggrund af selvstændig virksomhed i de seneste fem år, bliver din dagpengesats beregnet som et gennemsnit af de to år med det højeste skattemæssige overskud inden for de seneste fem afsluttede regnskabsår. Du kan få op til 90% af din hidtidige indtægt i dagpenge, dog maks. 21.092 kr. pr. måned (2025 tal).

Dagpengene er skattepligtige og udbetales månedsvis bagud af din a-kasse med op til 160,33 timer pr. måned som fuldtidsforsikret og op til 130 timer pr. måned som deltidsforsikret. Der indbetales bidrag til den obligatoriske pensionsordning til Arbejdsmarkedets Tillægspension. Udbetalingen før eventuelle modregninger vil være den samme, uanset om det er en kort eller lang måned. Du skal indsende dit udbetalingskort tidligst én uge før månedens udløb og senest én

1) I indtægtsgrundlaget indgår: 1) A- og B-indkomst, hvoraf der skal betales arbejdsmarkedsbidrag, jf. lov om arbejdsmarkedsbidrag, indberettet til indkomstregisteret, jf. lov om et indkomstregister,

tillagt eget pensionsbidrag og fratrukket arbejdsmarkedsbidrag samt tillagt eget ATP-bidrag. 2) B-indkomst, hvoraf der skal betales arbejdsmarkedsbidrag, og som ikke er indberetningspligtig til indkomstregisteret, jf. lov om et indkomstregister. 3) En selvstændig virksomheds skattemæssige overskud før renter og andre finansielle poster samt A-indkomst, som er udbetalt til ejeren af et selskab, hvor ejeren har afgørende indflydelse, og som fremgår af årsopgørelsen. Virksomhedens skattemæssige overskud før renter og andre finansielle poster omregnes til måneder ved at dividere overskuddet med det antal måneder, som virksomhedens regnskabsår dækker (dog maks. 22.792 kr. pr. måned). Der tages udgangspunkt i årsopgørelsen og ejeren skal have afgørende indflydelse på selskabet. For yderligere information om beregningsgrundlaget kontakt din a-kasse. 2) Hvis du samtidig med driften af din selvstændige virksomhed har haft lønmodtagerbeskæftigelse inden din ledighed, kan din virksomhed defineres som bibeskæftigelse. Det er en betingelse, at du har: Mindst 80 indberettede løntimer i gennemsnit pr. måned i de seneste seks måneder, inden din ledighed. Ved ukontrollabel arbejdstid omregnes din indkomst til arbejdstimer med den omregningssats, som anvendes ved genoptjening af dagpengeret. Mindst én løntime i fem af de seneste seks måneder inden din ledighed. 3) Din a-kasse afholder de første tre samtaler med dig inden for de første tre måneder. Dit jobcenter afholder de næste tre samtaler med dig inden for de næste tre måneder. Efter den første samtale kan du vælge, om de følgende samtaler skal afholdes ved personligt fremmøde, telefonisk eller digitalt.

måned og 10 dage efter udløbet af den måned kortet dækker, og du skal oplyse om de aktiviteter, du forventer at have i resten af måneden.

Beregningseksempel – deltidsbibliotekar med honorarer rejseforedrag

En deltidsbibliotekar, der supplerer indtægten med honorar for rejseforedrag har sine bedste indtjeningsmåneder i oktober – december i 2023 og januar – september i 2024. Her har hans samlede A- og B-indkomst været 238.737 kr. svarende til 19.895 kr. pr. måned (238.737 kr. / 12 måneder). Da dagpengesatsen udregnes som 90% af gennemsnittet af de 12 bedste måneder, fratrukket 8% am-bidrag, giver det en dagpengesats på 16.473 kr. pr. måned (90% af 19.895 kr. – 8% am-bidrag). Den maksimale dagpengesats udgør 21.092 kr. pr. måned.

Beregningseksempel – selvstændig møbelsnedker med overskud fra virksomhed

Da møbelsnedkeren opfylder indkomstkravet på baggrund af de tre seneste afsluttede årsopgørelser, beregnes hendes dagpengesats ud fra de bedste 12 indtjeningsmåneder inden for de sidste 24 måneder. Da årsopgørelse for 2024 ikke foreligger før medio 2025, kan 2024 indkomsten ikke anvendes til beregningen. Det betyder, at møbelsnedkeren kun kan anvende overskuddet fra 2023 samt december måned i 2022 til at få beregnet sin dagpengesats. I 2023 havde virksomheden sit største overskud på 330.000 kr. svarende til 27.500 kr. pr. måned, og derfor bruges de 12 måneder i 2023 til beregningen. Da dagpengesatsen udregnes som 90% af gennemsnittet af de 12 bedste måneder, fratrukket 8% am-bidrag, giver det dagpengesats på 22.770 kr. pr. måned (90% af 27.500 kr. – 8% am-bidrag). Dagpengesatsen kan dog maksimalt udgøre 21.092 kr. pr. måned, så de 21.092 kr. pr. måned bliver møbelsnedkerens dagpengesats.

Tillægssats ved ny dagpengeret efter 1. maj 2023

Hvis du får en ny dagpengeret efter den 1. maj 2023, kan du måske¹ få en forhøjet dagpengesats de første 481 timer, du får dagpenge (tre måneder) på op til 25.070 kr. pr. måned. Den forhøjede sats for deltidsforsikret er på til 16.713 kr./måned de første 390 timer.

Forlængelse af perioden med dagpenge – fleksibel genoptjening

Du har som udgangspunkt ret til dagpenge i to år² inden for en periode på tre år, hvis du opfylder betingelserne, men du har også mulighed for at forlænge din ret til dagpenge ud over de to år. De lønarbejdstimer, du har haft, efter du begyndte at modtage dagpenge (efter din seneste indplacering) kan du veksle til forlænget dagpengeret i forholdet 1:2. Din dagpengeret forlænges altså med 2 timer for hver times arbejde, du har haft. Du kan forlænge dagpengeperioden med op til 1 år.

Dagpenge under uddannelse (se faktaark)

Du kan deltage i visse former for kurser eller uddannelse, når du modtager dagpenge (se separat faktaark).

Dagpenge og ferie (se faktaark)

Hvis du er dagpengeberettiget medlem af en a-kasse, har du ret til at holde op til 25 dages ferie om året med feriedagpenge. Det er din a-kasse, der vejleder om reglerne, og det er i a-kassen, du henter ansøgningsblanketten til feriedagpenge.

Jobsøgnings- og venteperioder

Når du ophører med din virksomhed som hovedbeskæftigelse, får du en såkaldt jobsøgningsperiode på seks måneder. Her må du ikke starte selvstændig virksomhed eller indtræde i en virksomhed eller selskab ved siden af dagpengene. Hvis du er medarbejdende eller medejende ægtefælle, kan du også først genindtræde i virksomheden efter jobsøgningsperioden. Hvis du går konkurs eller ophører med virksomhed som bibeskæftigelse, gælder jobsøgningsperioden ikke.

Når du ophører med en virksomhed, får du som udgangspunkt en venteperiode på tre uger fra den dag, hvor du er ophørt. I venteperioden kan du ikke modtage dagpenge. Hvis du går konkurs, får du kun én uges venteperiode. Hvis du ikke umiddelbart kan ophøre med virksomheden i CVR-registret, kan du udfylde en tro og love erklæring om, at virksomheden er ophørt. Herefter har du seks måneder til at lukke virksomheden endeligt. Her får du en venteperiode på to måneder, men det giver dig mulighed for at afvikle din virksomhed sideløbende med dagpenge i op til fire måneder (når venteperioden på to måneder er fratrukket). De timer, du bruger på afviklingen, bliver modregnet i dine dagpenge. Der er ingen venteperiode, hvis du ophører med selvstændig virksomhed som bibeskæftigelse. Heller ikke hvis du allerede er indplaceret i en dagpengeperiode og efter en periode uden dagpenge, igen søger om at få dagpenge.

Sådan gør du

Kontakt din a-kasse, når du vil anmode eller høre mere om dagpenge for selvstændige, freelancere, honorarmodtagere og kombinerede indkomster.

1) For at få forhøjede dagpengesats (tillægssatsen) skal du desuden: Have været uafbrudt medlem af a-kassen de seneste fire år før ledighed. Kunne opfylde et dobbelt indkomst- eller beskæftigelseskrav. Er du fuldtidsforsikret, vil det sige, at du skal have tjent 547.008 kr. (ved ny indplacering) eller have arbejdet 3.848 timer (ved genindplacering) inden for de seneste 3 år. Som deltidsforsikret vil det sige, at du skal have tjent 364.680 kr. eller arbejdet 3.120 timer inden for de seneste 3 år. Når du har fået dagpenge i 481 timer (390 timer, hvis du er deltidsforsikret) med tillægssatsen, vil du derefter få din beregnede dagpengesats på 21.092 kr./måned (14.061 kr./måned, hvis du er deltidsforsikret).

2) Dit forbrug af dagpengeretten sker i timer. To års dagpengeret svarer således til 3.848 timer, som du kan bruge inden for tre år. For deltidsforsikrede er antallet 3.120 timer.

Dagpenge og ferie

Hvis du er dagpengeberettiget medlem af en a-kasse, har du ret til at holde op til 25 dages ferie om året med feriedagpenge. Det er din a-kasse, der vejleder om regler for feriedagpenge, og det er i a-kassen, du henter ansøgningsblanketten til feriedagpenge.

Husk at meddele ferie i tide

HVEM GÆLDER DET?

For at modtage feriedagpenge skal du være dagpengeberettiget medlem af en a-kasse og holde ferie.

Betingelser

- Du skal først holde ferie, som du har optjent i arbejde
- Du skal skrive alle dine ferieperioder med løn på ansøgningsblanketten.
- Du skal have bopæl i Danmark eller i et andet EØS-land og være i Danmark, når ferien begynder.
- Du skal opfylde betingelserne for at få arbejdsløshedsdagpenge i tilfælde af ledighed - se faktaark om dagpenge.
- Du skal ikke bekræfte, at du er aktivt jobsøgende i din ferie (du skal dog beholde dit cv på jobnet.dk aktivt).
- Du skal give a-kassen besked om ferien senest på feriens første dag eller dokumentere, at jobcentret har fået besked om ferien senest 14 dage før feriens første dag.
- Du kan ikke holde ferie på dage, hvor du er indkaldt til møder eller aktive tilbud.
- Du skal afholde ferien i ferieafholdelsesperioden, som er fra 1. september til og med 31. december det følgende år.

Der gælder specielle regler for feriedagpenge, hvis du er nyuddannet, ledig under uddannelse, modtager af supplerende dagpenge eller på vej til efterløn. Hør din a-kasse, hvis du tilhører en af disse grupper og ønsker at holde ferie.

Økonomi

- Du optjener feriedagpenge løbende og månedsvis i ferieåret, som løber fra og med 1. september til og med 31. august det følgende år. Antallet af dage med ret til feriedagpenge opgøres på baggrund af dine udbetalte ydelser i udbetalingsperioden. Du har ret til 2,08 dage pr. udbetalingsperiode, hvis der er udbetalt ydelser for 160,33 timer (fuldtidsforsikrede) / 130 timer (deltidsforsikrede). Hvis der er udbetalt ydelser for færre timer opgøres optjente feriedage med dagpenge forholdsmæssigt.
- Dine feriedagpenge modsvarer den dagpengesats, du er berettiget til.
- Du skal meddele din ferie rettidigt til jobcentret og din a-kasse for at få dine feriedagpenge udbetalt.
- Du kan få udbetalt feriedagpenge en uge før feriestart (det tager to uger at behandle din ansøgning om feriedagpenge).

Du kan godt holde ferie uden at have optjent feriepenge eller retten til feriedagpenge. Det foregår bare uden ydelser.

SÅDAN GØR DU

Kontakt din a-kasse og få blanketten til ansøgning om feriedagpenge.

Dagpenge ved adoption og barsel

Adoptions- og barselsdagpenge er en økonomisk ydelse til dig, skal adoptere et barn eller have barselsorlov. Du modtager ydelsen af Udbetaling Danmark. Er du i et ansættelsesforhold, når du ønsker barselsorlov, har du sandsynligvis ret til løn under en del af orloven. Spørg din faglige organisation, hvis du er i tvivl.

Brug
Udbetaling
Danmark

HVEM GÆLDER DET?

Adoptions- og barselsdagpenge er til dig, der er lønmodtager og opfylder ét eller flere af disse krav:

- Du er i beskæftigelse dagen før orloven eller på første dag i orloven og har været i beskæftigelse i 160 timer inden for de sidste fire hele måneder. Heraf skal der være beskæftigelse i mindst 40 timer i tre af de fire måneder*.
- Du er berettiget til arbejdsløshedsdagpenge (se faktaark).
- Du har afsluttet en erhvervs-mæssig uddannelse af mindst 18 måneders varighed inden for den seneste måned.
- Du er elev i lønnet praktik under uddannelse.
- Du er selvstændig eller medhjælpende ægtefælle (hør om reglerne i jobcentret).
- Du er ansat i fleksjob (hør om reglerne i jobcentret).

Økonomi

Den højeste sats for barselsdagpenge er 4.865 kr. pr. uge. Du skal betale skat af barselsdagpenge, og beløbets størrelse afhænger af din løn og det antal ugentlige arbejdstimer, du har haft inden for de seneste tre hele måneder før barslen/adoptionen (ud fra løndata i indkomstregistret). Du har ret til barselsdagpenge i en periode på 52 uger, der normalt fordeles således:

- Moderens fire uger før forventet fødsel
- Adoptanters op til fire uger før adoption
- Moderens 14 uger efter fødsel eller adoption (barselsorlov)

- Faderens to uger efter fødslen eller adoptionen (som far kan du tage mere end to ugers barselsorlov med dagpenge i barnets første 14 uger, men så trækkes det fra i de 32 fælles uger)
- Fælles 32 ugers orlov (forældreorlov).

Der er mulighed for forlængelse af barselsdagpenge og delvis genoptagelse af arbejde. Hør mere hos Udbetaling Danmark.

Betingelser

- Du skal anmelde det fravær, du eventuelt har haft fra din arbejdsplads på grund af barsel, graviditet eller adoption i de sidste fire uger før forventet fødsel eller adoption. Anmeldelsen skal sendes til Udbetaling Danmark senest otte uger efter fødslen eller barnets modtagelse.
- Som kommende adoptant kan du opholde dig i udlandet for at modtage et barn og få barselsdagpenge i op til fire uger før adoption – i visse tilfælde længere.
- Som kommende adoptant kan du få barselsdagpenge i op til en uge før modtagelsen af et adoptivbarn i Danmark, hvis barnet ikke allerede opholder sig i hjemmet.

SÅDAN GØR DU

Kontakt Udbetaling Danmark på telefon 70128064, når du vil søge om dagpenge ved adoption og barsel. Du kan også læse mere på www.borger.dk

* Hvis beskæftigelseskravet ikke kan opfyldes på baggrund af timer med beskæftigelse i perioden, medregner Udbetaling Danmark fx: Timer med arbejdsløshedsdagpenge eller en ydelse, der træder i stedet herfor (fx timer vedr. G-dage), midlertidig arbejdsmarkedsydelse, syge- og barselsdagpenge, timer med udbetaling fra Lønmodtagernes Garantifond og timer med udbetalt feriegodtgørelse mv. Udbetaling Danmark kan også se bort fra en periode, hvor du under orlov kunne have fået barselsdagpenge – men hvor den anden forælder eller dennes arbejdsgiver i stedet har fået udbetalt barselsdagpenge. Her anvendes måneden/månederne inden, når det vurderes, om beskæftigelseskravet er opfyldt. Udbetaling Danmark kan også se bort fra en periode, hvor du har været omfattet af en arbejdskonflikt.

Dagpenge ved uddannelse

Hvis du er ledig og modtager dagpenge, har du mulighed for at deltage i en række uddannelser og kurser, mens du er ledig.

Styrk dine kompetencer

HVEM GÆLDER DET?

Hvis du modtager dagpenge¹, har du mulighed for at deltage i følgende uddannelser:

Undervisning med ubegrænset timetal

- Traditionel aftenskoleundervisning under folkeoplysningsloven.
- Folkeskolens 8.-10. klassetrin (fx avu, fvu og obu).
- Kurser ligestillet med aftenskoleundervisning i op til to uger.

Hvis du er under 30 år uden erhvervskompetencegivende uddannelse og samtidig enten har forsørgerpligt over for hjemmeboende børn eller har opbrugt din ret til SU til videregående uddannelse, så kan du tage en studie- og erhvervskompetencegivende uddannelse på dagpenge².

Under 20 timers undervisning om ugen

- Uddannelser, der ikke berettiger til SU, når de udbydes som heltidsuddannelse (fx fx akademiuddannelser, ED og HD, diplom- og masteruddannelser, voksenunderviser og it-administrator).
- Enkeltfagsundervisning på gymnasialt niveau.
- Undervisning arrangeret af fagforbund og a-kasser, som varer mindre end 20 timer om ugen.
- Andre uddannelser, fx private uddannelser, kompenserende specialundervisning og undervisning ved Folkeuniversitetet.

Op til 6 timers undervisning om ugen³

- Du kan deltage i op til 6 timer om ugen (eller 1/3 studenterårsværk) – svarende til 20 ECTS – i åben uddannelse eller deltidsuddannelser efter § 5 i lov om universiteter, der også udbydes som heltidsundervisning med adgang til SU.

Erhvervsuddannelse via uddannelsesløft

Hvis du er fyldt 30 år, får dagpenge og er ufaglært eller faglært med en forældet uddannelse (en uddannelse som ikke er brugt de seneste fem år), kan du uddannelsesløft blive faglært ved at tage en erhvervsuddannelse eller et trin i en erhvervsuddannelse* (se også faktaarket Uddannelsesløft).

Betingelser

- Du skal aktivt søge arbejde, tage imod et anvist job og deltage i beskæftigelsestilbud.
- Du kan ikke få dagpenge, hvis du siger dit arbejde op for at begynde på en uddannelse.
- Du kan ikke få udbetalt SU, SVU, VEU-godtgørelse eller løn samtidig med, at du får udbetalt dagpenge, når du tager et kursus eller en uddannelse.

Økonomi

Dine dagpenge under uddannelse modsvarer den dagpengesats, du er berettiget til (se faktaark). Ved uddannelsesløft (se faktaarket) kan du modtage op til 110% af dine dagpenge.

SÅDAN GØR DU

Hør mere om dine uddannelses- og opkvalificeringsmuligheder i din a-kasse eller i jobcentret og se også faktaarkene Uddannelsesløft og Seks ugers jobrettet uddannelse (for dig der ikke har en videregående uddannelse). Husk altid at kontakte din a-kasse og jobcentret, inden du starter på et kursus eller en uddannelse.

1) Særligt for ledige under 25 år: Du kan deltage i kurser på folkehøjskoler og daghøjskoler inden for de første 6 måneders ledighed, og du må ikke fylde 25 år under skoleforløbet. Særligt for ledige over 25 år: Du kan fortsætte din uddannelse i op til 444 timer (360 timer som deltidsforsikret), hvis du som fuldtidsforsikret har uddannet dig og samtidig gennemsnitligt har arbejdet mindst 30 timer om ugen i mindst 2 år (mindst 20 timer om ugen for deltidsforsikrede). Undervisningen skal foregå efter kl. 16 eller på lørdage og søn- og helligdage. Du må ikke selv være skyld i din ledighed.

2) Uddannelsen går maksimalt op til professionsbachelorniveau og skal tages inden for områder med mangel på arbejdskraft.

3) Ved undervisning på mere end 6 timer om ugen skal du dokumentere, at undervisningen pr. uge højst svarer til 1/3 studenterårsværk. Du skal desuden have en erhvervmæssig uddannelse på mindst 18 måneder og vælge en uddannelse, der har tilknytning til dit faglige område eller din hidtidige uddannelse. Du kan deltage i uddannelsen, indtil du får et beskæftigelsestilbud. Det betyder, at hvis du er under 30 år, kan du deltage i uddannelsen inden for de første 13 ugers ledighed. Hvis du er mellem 30 og 59 år, kan du deltage i uddannelsen inden for de første 9 måneders ledighed. Hvis du er fyldt 60 år, kan du deltage i uddannelsen inden for de første 6 måneders ledighed.

Danskuddannelse til voksne udlændinge

Med tilbud om gratis danskuddannelse får du nemmere ved klare dig i job, i uddannelse og som borger i Danmark. Danskuddannelserne lærer dig at forstå, tale, læse og skrive dansk, og samtidig får du viden om kultur, samfunds- og arbejdsmarkedsforhold i Danmark.

Læs mere om uddannelserne og mulighederne på side 2

HVEM GÆLDER DET?

Danskuddannelse kan tilbydes alle nyankomne udlændinge, der er fyldt 18 år og:

- har opholdstilladelse eller i øvrigt har fast, lovligt ophold i Danmark og er folkeregistreret i en kommune*, eller
- har fast ophold i medfør af EU-reglerne om ophævelse af indrejse- og opholdsbegrænsninger i forbindelse med arbejdskraftens frie bevægelighed, etablering og udveksling af tjenesteydelser m.v. og bopæl i en kommune.

Flygtninge, familiesammenførte og indvandrere, herunder arbejdstagere og studerende fra både EU-lande og tredjelande, kan alle bruge ordningen.

I-kursister og S-kursister

Som integrationskursist (I-kursist)** henvises du til danskuddannelse som led i et selvforsørgelses- og hjemrejseprogram.

Som selvforsørgerkursist (S-kursist)** henvises du til danskuddannelse som led i et introduktionsforløb. Der gælder forskellige betingelser for de to kursistgrupper, men al danskuddannelse starter med en pædagogisk vurdering af dine forudsætninger og mål med uddannelsen. På tværs af uddannelserne (ved indplacering på modul 1-2, se næste side) indledes med begynderundervisning med særlig vægt på mundtlige og beskæftigelsesrettede sprogkundskaber.

* Følgende grupper af danske statsborgere sidestilles med udlændinge: Herboende grønlandere og færingere over 18 år, som af særlige grunde ikke behersker det danske sprog i et sådant omfang, at de kan fungere i det danske samfund. Danske statsborgere over 18 år, der på grund af langvarigt ophold i udlandet ikke behersker det danske sprog i et sådant omfang, at de kan fungere i det danske samfund, herunder personer, der er født af danske forældre med bopæl i udlandet.

** Integrationskursister er udlændinge med opholdstilladelse efter integrationslovens § 16, herunder: udlændinge med opholdstilladelse efter udlændingelovens §§ 7 eller 8, § 9, stk. 1, nr. 1, § 9 b, § 9 c, stk. 1 eller 2, eller § 9 e. Selvforsørgerkursister er udlændinge med opholdstilladelse efter udlændingelovens § 9 a, § 9 i, jf. dog § 2 b, §§ 9 j-9 l eller 9 p, § 9 c, stk. 4, § 9 d, § 9 f, § 9 c, stk. 1, på grund af en familiemæssig tilknytning til en udlænding, der er omfattet af nr. 3-5, eller med opholdstilladelse efter udlændingelovens §§ 9 m eller 9 n. Udlændinge, som uden at være omfattet af nr. 8 har fast, lovligt ophold her i landet i medfør af udlændingelovens § 1, eller udlændinge, som har ophold her i landet i medfør af EU-reglerne om ophævelse af indrejse- og opholdsbegrænsninger i forbindelse med arbejdskraftens frie bevægelighed, etablering og udveksling af tjenesteydelser m.v. Selvforsørgerkursister kan også være grænsependlere, der tilbydes danskuddannelse i medfør af § 2 a.

Betingelser

- Danskuddannelse er gratis, dog skal S-kursister betale et depositum på 2.000 kr., som refunderes når 1) du har bestået modultesten for det modul, du er henvist til, 2) du har bestået den afsluttende prøve, 3) du ikke længere er berettiget til danskuddannelse eller 4) du ønsker at ophøre med danskuddannelsen. Au-pair personers værtsfamilier skal betale et engangsbeløb på 20.000 kr. for danskuddannelse for at opnå opholdstilladelse. Beløbet refunderes ikke.
- Danskuddannelse for begge kategorier, S- og I-kursister, kan gennemsnitligt maksimalt udgøre 15 timer pr. uge beregnet inden for det igangværende modul.
- Den samlede uddannelsesperiode for I-kursister kan maksimalt vare op til 5 år fra første gang opholdstilladelsen gives (dog med enkelte undtagelser, hvor uddannelsesperioden kan vare lidt længere). For S-kursister kan den samlede uddannelsesperiode maksimalt vare 5 år fra du første gang orienteres om, at sådan et tilbud eksisterer. I særlige tilfælde kan den vare mere end 5 år, hvilket afgøres efter en konkret vurdering af en myndighedsperson fra din bopælskommune.

SÅDAN GØR DU

Din kommune vil automatisk give dig tilbuddet senest en måned efter, at du er ankommet til kommunen. Du kan læse mere om de enkelte uddannelser på side 2.

De tre danskuddannelser

Der er tre selvstændige danskuddannelser, som er tilrettelagt forskelligt, så undervisningen svarer til dit mål og dine forudsætninger: Danskuddannelse 1, Danskuddannelse 2 og Danskuddannelse 3.

Særlig vægt på beskæftigelsesrettede sprogkunderskaber

Undervisning i arbejdsmarkedsforhold – sammen med undervisning i kultur og samfundsforhold – er et gennemgående element på de tre danskuddannelser. Ved indplacering på modul 1 eller 2 på én af uddannelserne indledes med en særlig begynderundervisning, hvor der er speciel fokus på mundtlige og beskæftigelsesrettede sprogkunderskaber, så der fra start skabes det bedste fundament for integration på arbejdsmarkedet. Vægten på mundtlige færdigheder sigter mod, at du som nyankommen udlænding hurtigst muligt kan gøre dig forståelig på mundtlig dansk på en arbejdsplads. Beskæftigelsesrettede sprogkunderskaber kan fx være navne på arbejdsredskaber, tiltaleformer og pausesamtaler på en arbejdsplads, sprogbrug knyttet til en ansættelsessamtale og generelt undervisning, der er bygget op omkring beskæftigelsesrelevant viden og kommunikation, fx information om mødekultur, hygiejne på en arbejdsplads m.v.

Danskuddannelse 1 er tilrettelagt for dig, som ikke kan læse og skrive på dit eget modersmål, samt latinske alfabeter, som ikke behersker et europæisk skriftsystem. Målet for undervisningen er grundlæggende færdigheder i mundtlig dansk og læse- skrivefærdigheder, så du kan klare dig på det danske arbejdsmarked og som borger i det danske samfund.

Danskuddannelse 2 er tilrettelagt for dig, som har en kort skole- og uddannelsesbaggrund fra hjemlandet. Målet for undervisningen er at forstå, tale og læse dansk, så du kan klare dig på det danske arbejdsmarked, på en efterfølgende arbejdsmarkedsuddannelse og som borger i det danske samfund.

Danskuddannelse 3 er tilrettelagt for dig, som har en mellemlang eller lang skole- og uddannelsesbaggrund. Det kan være en erhvervsuddannelse, en gymnasieuddannelse eller en videregående uddannelse. Målet for Danskuddannelse 3 er, at du skal kunne få et job eller tage fortsat uddannelse samt kunne fungere aktivt som borger i det danske samfund.

Modultest

De tre danskuddannelser er inddelt i seks moduler og kan afsluttes med en danskprøve. Ved oprykning til næste modul skal du aflægge en modultest.

Dansktillæg

Hvis du modtager selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse (se separat faktaark) har du mulighed for at få et tillæg på 1.766 kr. pr. måned (2025 sats) i maksimalt seks sammenhængende måneder, når du har bestået Prøve i Dansk 2, FVU læsning trin 2 eller tilsvarende eller højere prøve i dansk.

Delvis rask- eller sygemelding

Fokus på det du kan

Med en delvis rask- eller sygemelding kan du fortsat være tilknyttet din arbejdsplads under hensyntagen til det du kan helbredsmæssigt. Det forbedrer dine muligheder for at fastholde dit arbejde på trods af sygdom – også fordi din arbejdsgiver kan få sygedagpengerefusion for dine fraværstimer.

HVEM GÆLDER DET?

Ordningerne kan bruges af alle lønmodtagere og selvstændige. Du kan bruge en delvis sygemelding, når du i en periode ikke kan arbejde på fuld tid på grund af sygdom eller behandling. Du kan bruge en delvis raskmelding, når du efter en sygeperiode gradvist kan optrappe din arbejdstid igen.

Du kan selv aftale med din arbejdsgiver, hvilke arbejdstider og opgaver du kan klare. Jobcentret kan også være behjælpelig via en rundbordssamtale på din arbejdsplads.

Betingelser

- Dit fravær skal være på mindst fire timer om ugen*
- Som selvstændig skal du maksimalt kunne udfylde halvdelen eller mindre af din normale arbejdstid for at blive delvis rask- eller sygemeldt
- Begge ordninger er midlertidige løsninger, der kan hjælpe dig, indtil du igen er klar til at vende tilbage i jobbet på fuld tid
- Med en delvis raskmelding skal din arbejdstid øges i takt med, at du får det bedre
- Jobcentret skal godkende aftalerne og følger op på din sygemelding på samme måde som ved en fuld sygemelding. Du har pligt til at medvirke ved kommunens opfølgning.

* Gælder dog ikke fleksjobbere, som får sygedagpengerefusion fra første fraværstime.

Økonomi

- Hvis du normalt får løn under sygdom, vil din arbejdsgiver modtage sygedagpengerefusion for dine fraværstimer.
- Hvis du ikke får løn under sygdom, vil du modtage sygedagpenge for dine fraværstimer.
- Som selvstændig får du udbetalt 75% af sygedagpengene, hvis du arbejder højst 25% af din normale arbejdstid, og 50%, hvis du arbejder højst 50% af din normale arbejdstid.

SÅDAN GØR DU

Delvis raskmelding

Når du føler dig klar til gradvist at genoptage dit arbejde, skal du høre din arbejdsgiver, om I kan lave en aftale om en delvis raskmelding. Hvis det kan lade sig gøre, tager en af jer kontakt til jobcentret, som skal godkende aftalen.

Delvis sygemelding

Når du ved, at du i en periode vil være delvist fraværende fra dit arbejde på grund af behandlinger eller sygdom, kan du høre din arbejdsgiver, om I kan lave en aftale om en delvis sygemelding. Du behøver ikke at have været fuldtidssygemeldt inden en aftale om en delvist sygemelding, og du kan selv aftale med din arbejdsgiver, hvordan din arbejdstid placeres. Herefter skal I kontakte jobcentret, som skal godkende aftalen.

Erhvervsuddannelse for voksne (EUV)

Med en erhvervsuddannelse for voksne (EUV) kan du bruge din erhvervs erfaring og eventuelt tidligere uddannelse til at tage en af over 100 faglærte uddannelser – som hovedregel på kortere tid end ved en normal erhvervsuddannelse.

Tag en
erhvervs-
uddannelse på
kortere tid

HVEM GÆLDER DET?

For optagelse på en EUV skal du opfylde følgende betingelser:

- Du skal være over 25 år
- Du skal have afsluttet folkeskolen eller tilsvarende undervisning med en karakter i afgangsprøven i dansk og matematik på minimum 02*

Som opstart på en EUV vil erhvervsskolen vurdere dine samlede kompetencer i forhold til den uddannelse, du søger ind på. Skolen foretager en såkaldt realkompetencevurdering (se separat faktaark) og fastlægger på den baggrund dit konkrete uddannelsesforløb. Se nedenfor, hvordan din baggrund har betydning for sammensætningen af dit EUV-forløb.

EUV 1.

Din baggrund: Minimum to års relevant erhvervs erfaring

Vurdering af kompetencer: 1/2 - 10 dage

Grundforløb: 0 uger

Hovedforløb: Standardiseret euv-hovedforløb med skoleundervisning, men uden praktik.

EUV 2.

Din baggrund: Nogen relevant erhvervs erfaring eller forudgående uddannelse

Vurdering af kompetencer: 1/2 - 10 dage

Grundforløb: Op til 20 uger

Hovedforløb: Standardiseret euv-hovedforløb med skoleundervisning og op til to års praktik.

EUV 3.

Din baggrund: Ingen relevant erhvervs erfaring eller forudgående uddannelse

Vurdering af kompetencer: 1/2 - 10 dage

Grundforløb: Op til 20 uger

Hovedforløb: Hovedforløb, der modsvarer hovedforløb for unge.

Økonomi

Som ledig er det dit behov for praktik under uddannelsen, der afgør, om du enten kan opnå elevløn eller søge SU.

Hvis skolen vurderer, at du har mindst to års relevant erhvervs erfaring og derfor kan gennemføre en euv uden praktik, kan du søge SU. Hvis skolen vurderer, at din uddannelse skal bestå af både skoleperioder og praktik, kan du – hvis du har en praktikplads – opnå elevløn fra praktikstedet, og virksomheden vil få euv-refusion på op til 110 pct. af højeste dagpengesats, når du er på skole. Finder du ikke et praktiksted, kan du søge SU til grundforløbet og skolepraktikydelse til hele hovedforløbet.

Der kan også være mulighed for, at du – efter aftale med kommunen – kan tage en erhvervsuddannelse med dagpenge (se faktaark om "Uddannelsesløft") eller på kontanthjælp – gennem den aktive beskæftigelsesindsats. Hør nærmere i jobcentret.

SÅDAN GØR DU

Vil du i gang med en EUV, kan du henvende dig til den erhvervsskole, der tilbyder uddannelsen. Skolen kan oplyse om, hvornår uddannelsen starter, og vejlede dig om praktiske forhold i forbindelse med kompetencevurdering mv. Du kan også henvende dig i jobcentret, hos din a-kasse eller eVejledning og få yderlige vejledning samt drøfte dine muligheder for at blive faglært med EUV.

Tilmelding til uddannelsen foregår via www.optagelse.dk.

Læs mere om uddannelserne på www.ug.dk

* Opfylder du ikke karakterkravet, kan du opkvalificere dit niveau i dansk og matematik på VUC. Hvis du indgår uddannelsesaftale med en virksomhed, så du har en praktikplads, opfylder du adgangskravene til en erhvervsuddannelse og skal ikke opfylde karakterkravet på 02 i dansk og matematik. Du skal heller ikke opfylde karakterkravet, hvis du har to års relevant erhvervs erfaring i forhold til den uddannelse, du søger optagelse på.

Fast-track - tidligere opfølgning på din sygemelding

Stress, ulykke eller alvorlig diagnose. Oftest har både du og din arbejdsgiver en tydelig fornemmelse af, om du står over for en sygemelding, der risikerer at vare i mere end 8 uger. I de tilfælde kan du eller din arbejdsgiver med fordel anmode om Fast track-behandling af din sygemelding. Så får du automatisk den første opfølgningssamtale med kommunen senest 2 uger efter anmodningen. Det giver en unik mulighed for at sætte hurtigere ind med relevant støtte og konkrete redskaber i en svær situation. Ofte kan det bremse en uheldig udvikling og mindske både de menneskelige og økonomiske omkostninger ved sygemeldingen.

Opfølgning
 efter senest
 2 uger

HVEM GÆLDER DET?

Du kan anmode om Fast track, hvis du bliver sygemeldt fra et arbejde. Både som almindelig lønmodtager og som selvstændig.

Betingelser

- Fast track er en frivillig ordning. Hvis din arbejdsgiver anmoder om Fast track, er du ikke forpligtet til at tage imod den tidlige indsats.
- Du skal konsultere din egen læge inden kommunens opfølgning.

SÅDAN GØR DU

• Som medarbejder kan du enten selv henvende dig i din kommune og bede om Fast track, eller også kan din arbejdsgiver anmode om Fast track via NemRefusion på www.virk.dk. I begge tilfælde skal det ske inden for de første 5 uger af din sygemelding. Ved anmodningen kan din arbejdsgiver svare på tre spørgsmål om din sygdom:

- Hvilke jobfunktioner påvirker sygdommen?
- Hvor længe har sygdommen påvirket jobbet?
- Har I forsøgt at tilpasse jobbet til din tilstand?

Hvis det er din arbejdsgiver, der anmoder om Fast track, får du automatisk besked og mulighed for at takke ja eller nej til den hurtige behandling.

Hvis du selv anmoder om Fast track eller takker ja til din arbejdsgivers anmodning, bliver du indkaldt til en opfølgningssamtale i kommunen senest 2 uger efter anmodningen. Kommunen vil bede dig om at konsultere din egen læge inden samtalen.

Din læge modtager automatisk svarene på de tre spørgsmål om din sygdoms påvirkning af jobbet (se ovenfor) og giver efter jeres samtale sin vurdering af dine muligheder for at vende tilbage til arbejdet via en lægeattest.

På baggrund af alle oplysningerne og opfølgningssamtalen planlægger du i samarbejde med kommunen og din arbejdsgiver indsatsen for at fastholde dig i jobbet.

Fastholdelsesfleksjob

Fastholdelsesfleksjob giver dig mulighed for at blive ansat på din nuværende arbejdsplads, selv om du har en varig begrænsning i din arbejdsevne. I et fastholdelsesfleksjob er arbejdsopgaver og tempo tilpasset din formåen, og arbejdstiden kan være helt ned til få timer om ugen.

Bliv på din
arbejdsplads på
trods af nedsat
arbejdsevne

HVEM GÆLDER DET?

Du kan få bevilget et fastholdelsesfleksjob, hvis følgende betingelser er opfyldt:

- Kommunen vurderer, at din arbejdsevne er varigt og væsentligt nedsat, så du ikke kan arbejde på almindelige vilkår.
- Alle muligheder for omplacering og genoptræning er undersøgt.
- Du er ikke berettiget til førtidspension.
- Du er under folkepensionsalderen.
- Du har været ansat efter overenskomstens sociale kapitler* i mindst 12 måneder** forud for fleksjobbet. Her skal du og din arbejdsgiver have lavet en skriftlig aftale, der viser hvilke funktioner, du har svært ved at udføre, og hvilke skånehensyn der er aftalt. Den skriftlige aftale dokumenterer, hvornår 12 måneders perioden er startet.

Betingelser

- Kommunen kan bevilge dig et fastholdelsesfleksjob for en periode på maksimalt fem år ad gangen. Inden de fem år er gået, skal kommunen vurdere, om du fortsat har ret til et fleksjob.
- Hvis du er over 40 år kan du efter det første fleksjob få bevilliget et permanent fleksjob. Det gælder, hvis kommunen vurderer, at du aldrig bliver i stand til at varetage et almindeligt arbejde på ordinære vilkår.

Økonomi

Når du er tilkendt fastholdelsesfleksjob, skal jobcentret hurtigst muligt vurdere din arbejdsevne i forhold til antal timer og arbejdsintensitet. Vurderingen er grundlaget for din aftale med arbejdspladsen. Hvis du er dækket af en overenskomst, er det de kollektive overenskomster, der fastsætter løn og arbejdsvilkår, herunder sociale kapitler, lokalaftaler mm. Det samme gælder, hvis der findes en relevant, sammenlignelig overenskomst.

Du får løn for den arbejdsindsats, du reelt yder (timer og intensitet), af din arbejdsgiver. Derudover får du et tilskud til lønnen fra kommunen, som udregnes på baggrund af din timeløn, og som maksimalt kan udgøre 98 pct. af højeste dagpengesats.

SÅDAN GØR DU

For at få bevilget et fastholdelsesfleksjob skal jobcentret vurdere din arbejdsevne og afgøre, om der er dokumentation for forsøget på fastholdelse via de sociale kapitler i 12 måneder** forud for tilkendelsen af fleksjob.

Kontakt derfor jobcentret tidligt i din sygeperiode, hvis din sygdom er varig.

* Et socialt kapitel er en del af en overenskomst, og har ikke noget med den sociale lovgivning eller beskæftigelseslovgivningen at gøre. Det grundlæggende indhold i de sociale kapitler er, at virksomhederne kan fravige overenskomstens ordinære aftaler om løn og arbejdsforhold med henblik på at integrere personer, der har svært ved at få eller bibeholde en fast tilknytning til arbejdsmarkedet. Arbejdsgiver og lønmodtager kan også indgå aftale om ansættelse på særlige vilkår, f.eks. hvis arbejdsgiveren ikke er omfattet af en overenskomst. Du kan kontakte din fagforening angående de sociale kapitler på dit arbejdsområde.

** Undtagelse fra 12 måneders kravet: Hvis du har været udsat for akut opstået skade, og det er åbenbart formålsløst at forsøge fastholdelse på ordinære vilkår, kan der ses bort fra 12 måneders kravet. Det samme gælder, hvis du har en alvorlig og fremadskridende sygdom. Nedslidning eller sygdom regnes ikke som akut opstået skade, mens "glidende nedslidning" netop kan føre til aftale om fastholdelse efter de sociale kapitler eller på særlige vilkår. Du er også undtaget fra 12 måneders dokumentationskravet, hvis du har mindre end seks år til folkepensionsalderen.

Fleksjob

Fleksjob giver dig mulighed for at bidrage på arbejdsmarkedet, selv om du har en varig begrænsning i din arbejdsevne. I et fleksjob er arbejdsopgaver og tempo tilpasset din formåen, og arbejdstiden kan være helt ned til få timer om ugen.

Fleksible
arbejdstider og
arbejdsvilkår

HVEM GÆLDER DET?

Du kan få bevilget fleksjob eller et fastholdelsesfleksjob*, hvis følgende betingelser er opfyldt:

- Kommunen vurderer, at din arbejdsevne er varigt og væsentligt nedsat.
- Alle muligheder for omplacering og genoptræning er undersøgt.
- Du er under folkepensionsalderen.

Betingelser

- Kommunen kan bevilge dig et fleksjob for en periode på maksimalt fem år ad gangen. Inden de fem år er gået, skal kommunen vurdere, om du fortsat har ret til et fleksjob.
- Når du er bevilget et fleksjob, har du også mulighed for seks uger jobrettet uddannelse (se faktaarket seks ugers jobrettet uddannelse for ledighedsydelsesmodtagere), der kan forbedre din jobmuligheder.
- Hvis du er over 40 år, kan du efter det første fleksjob få bevilliget et permanent fleksjob. Det gælder, hvis kommunen vurderer, at du aldrig bliver i stand til at varetage et almindeligt arbejde på ordinære vilkår.

Økonomi

Du får løn for den arbejdsindsats, du reelt yder (timer og intensitet), af din arbejdsgiver. Derudover får du et tilskud til lønnen fra kommunen, som bliver reguleret i forhold til dit timetal og lønniveau. Tilskud og løn kan maksimalt udgøre lønnen for tilsvarende fuldtidsarbejde på normale vilkår.

Eksempel

Johanne på 36 år bliver ansat som assistent i en produktionsvirksomhed med et ugentligt timetal på 20 timer og en arbejds-

intensitet på 80%, svarende til 16 fulde løntimer. Timelønnen inkl. pension udgør 176 kr., og dermed udgør månedslønnen fra arbejdsgiveren 12.203 kr.

Månedslønnen for fuldtidsarbejde (37 timer/uge) i den pågældende stilling er antaget at udgøre 28.219 kr. (37 timer x 176 kr. pr. time x 52 uger / 12 mdr.)

Lønnen fra arbejdsgiveren bliver suppleret med et flekslønstilskud, der højest kan udgøre 20.670 kr. pr. måned. Tilskuddet aftrappes med 30 pct. af lønnen fra arbejdsgiveren indtil 16.323 kr. pr. måned, og herefter med 55 pct. af det beløb der overstiger 16.323 kr. måned.

Tilskuddet aftrappes med 30 pct. af lønnen på 12.203 kr. = 3.661 kr. Flekslønstilskuddet er beregnet til 20.670 - 3.661 kr. = 17.009 kr.

Den samlede månedsindtægt inkl. pension og ATP udgør herefter 29.212 kr. (løn på 12.203 kr. + tilskud på 17.009 kr.)

SÅDAN GØR DU

For at få bevilget et fleksjob skal jobcentret først afklare din arbejdsevne, og du skal sammen med din sagsbehandler udarbejde en rehabiliteringsplan, som skal behandles i rehabiliteringsteamet (se separat faktaark). Hvis alle øvrige muligheder er udtømte, kan rehabiliteringsteamet indstille dig til et fleksjob. Herefter afgør jobcentret, om du kan bevilges et fleksjob.

Er du bevilget et fleksjob, kan du med fordel selv forsøge at tilbyde din arbejdskraft til relevante virksomheder. Virksomheden kan herefter ansøge om oprettelse af et fleksjob direkte på vitas.bm.dk

Kontakt jobcentret og hør mere om mulighederne.

* Fastholdelsesfleksjob (se også separat faktaark): For at kunne blive ansat i fleksjob på sin hidtidige arbejdsplads skal arbejdspladsen gennem de foregående 12 måneder have forsøgt at fastholde medarbejderen i et understøttet job gennem ansættelse under de sociale kapitler i overenskomsten eller på særlige vilkår. Hvis du har været udsat for akut opstået skade, og det er åbenbart formålsløst at forsøge fastholdelse på ordinære vilkår, kan der ses bort fra 12 måneders kravet. Du er også undtaget fra 12 måneders kravet, hvis du har mindre end seks år til folkepensionsalderen. Hør mere i jobcentret.

Fleksydelse (efterløn for fleksjobvisiterede)

Når du er blevet godkendt til et fleksjob, kan du modtage tre typer af indkomst. Når du er ansat i et fleksjob, får du almindelig overenskomstmæssig løn og et løntilskud fra kommunen. Ved ferie og ledighed modtager du ledighedsydelse, og ved tilbagetrækning fra arbejdsmarkedet før folkepensionsalderen kan du søge som fleksydelse. Derfor kaldes fleksydelse også "efterløn for fleksjobvisiterede".

HVEM GÆLDER DET?

Fleksydelse er til dig, der:

- er i fleksjob, eller er visiteret til fleksjob (og har været det i mindst tre måneder) og ønsker at holde op med at arbejde nogle år før folkepensionsalderen
- som udgangspunkt har betalt fleksydelsesbidrag eller efterlønsbidrag i sammenlagt mindst 30 år. Er du født før 1. januar 1978, gælder særlige anciennitetsregler, som du kan spørge om i jobcentret eller læse under "Efterløn, fleksydelse, delpension" på borger.dk
- har fået indberettet værdien af dine pensioner
- har bopæl i Danmark eller andet EU/EØS-land, Færøerne, Grønland eller Schweiz.

Økonomi

- Fleksydelsen afhænger af din alder, og hvornår du starter på fleksydelse, men den kan som udgangspunkt højst udgøre 230.208 - 252.984 kr. pr. år (afhængig af anciennitet og indtrædelsestidspunkt).
- Du får fratrukket pension og visse andre indtægter i fleksydelsen.
- Førtidig udbetaling af tilgodehavende feriemidler medfører ikke fradrag i fleksydelsen.
- Du får udbetalt fleksydelse for sidste gang den måned, du når folkepensionsalderen.
- Du skal betale skat af fleksydelsen, som udbetales månedsvis bagud af Udbetaling Danmark.

Betingelser

- Du skal fortsætte med at betale fleksydelsesbidrag på 1.703 kr. i kvartalet (2025 sats), mens du modtager fleksydelse.
- Du kan tidligst få udbetalt fleksydelse måneden efter, at Udbetaling Danmark har modtaget din ansøgning.
- Du kan højst modtage det samme beløb i fleksydelse, som du har haft i lønindtægt fra fleksjobbet i de foregående 12 måneder før overgangen til fleksydelse (gennemsnitligt). Ledighedsydelse eller andre ydelser, der træder i stedet for løn i fleksjob, regnes med i den gennemsnitlige indtægt.
- Du kan godt arbejde, mens du får fleksydelse. En times arbejde giver en times fradrag. Du kan ikke modtage fleksydelse, hvis du arbejder mere end 128 timer i en kalendermåned.

Selvstændig virksomhed og fleksydelse

Du kan få fleksydelse, når du har selvstændig virksomhed som bibeskæftigelse, hvis den samlede arbejdstid i virksomheden ikke overstiger 400 timer pr. kalenderår, og hvis virksomhedens indtægt ikke overstiger 93.215 kr. (2025) pr. regnskabsår. Den samlede arbejdstid i virksomheden fradrages i fleksydelsen time for time.

SÅDAN GØR DU

Kontakt Udbetaling Danmark - Fleksydelse på tlf: 7012 8082 for at høre mere om mulighederne for at overgå til fleksydelse.

Forberedende GrundUddannelse (FGU)

Forberedende GrundUddannelse er et nyt tilbud til dig under 25 år, der har brug for at styrke dine personlige, sociale og faglige kompetencer for at blive klar til en erhvervsuddannelse, gymnasial uddannelse eller et job.

Din vej til
uddannelse
og job

HVEM GÆLDER DET?

Tilbuddet gælder dig under 25 år*, der enten ikke har gennemført eller er i gang med en ungdomsuddannelse – eller ikke er i beskæftigelse. FGU varer op til to år og kan hjælpe dig med både personlig og faglig afklaring og opkvalificering, så du kan komme i gang med en uddannelse eller komme i arbejde. FGU består af tre spor: almen grunduddannelse (AGU), produktionsgrunduddannelse (PGU) og erhvervsgrunduddannelse (EGU) – se nedenfor. Hvis ikke du ved, hvilket spor du skal vælge, kan du begynde på et basisforløb**, hvor du får mulighed for at snuse til de tre spor. Der er løbende optag på basisforløbet. Undervisningen adskiller sig fra traditionel skoleundervisning ved hele tiden at skifte mellem teori og praksis. Der er mange fælles aktiviteter, og der tages hensyn til de ting, du kan have svært ved – både fagligt, personligt og socialt.

Almen GrundUddannelse (AGU)

Der er optag to gange om året – august og januar.

Agu giver dig praksisrettet undervisning i almene fag. Fx bliver teori sat i tæt forbindelse med praksis. Måske kan du bruge dansk og matematik, når du arbejder med sundhed i et projekt. Når du afslutter et fag, bliver du bedømt med en karakter ud fra 7-trinsskalaen.

Fag

Dansk. Dansk som andetsprog. Engelsk. Identitet og medborgerskab. Matematik. Naturfag. PASE (Privatøkonomi, Arbejdsfag, Samarbejdsfag, Erhvervsfag). Samfundsfag. Teknologiforståelse.

Med agu bliver du bedre til fx dansk og matematik. Det kan give dig adgang til en ungdomsuddannelse som hf, gymnasiet eller en erhvervsuddannelse.

ProduktionsGrundUddannelsen (PGU)

Der er optag to gange om året – august og januar.

Pgu består af 2/3 produktion og 1/3 teori. Du vælger mellem et af de værksteder, som skolen tilbyder (se nedenfor). Ud over undervisningen på værkstedet har du undervisning i dansk, matematik og PASE (Privatøkonomi, Arbejdsfag, Samarbejdsfag, Erhvervsfag). Du har også mulighed for at tage valgfag som engelsk og samfundsfag. Når du afslutter et fagligt tema på FGU 3 niveau, kan du få et uddannelsesbevis, hvis du består en faglig prøve.

Temaer / værksteder

Omsorg og sundhed. Handel og kundeservice. Turisme, kultur og fritid. Musik og kunstnerisk produktion. Mad og ernæring. Miljø og genbrug. Jordbrug, skovbrug og fiskeri. Byg, bolig og anlæg. Kommunikation og medier. Motor og mekanik. Service og transport. Industri (plast, metal m.m.).

Med pgu får du færdigheder, som du kan bruge til at få et ufaglært job – eller til at forberede dig på en erhvervsuddannelse og blive faglært.

Økonomi

Du får skoleydelse, når du går på FGU. I 2025 er skoleydelsen:

- 430 kr. pr. uge, hvis du er under 18 år
- 744 kr. pr. uge, hvis du er over 18 år og hjemmeboende
- 1.725 kr. pr. uge, hvis du er over 18 år og udeboende
- Forsørgertillæg for enlige på 1.684 kr. pr. uge.
- Forsørgertillæg for ikke-enlige på 671 kr. pr. uge.
- På EGU får du elevløn, når du er i praktik.

SÅDAN GØR DU

Vil du i gang med FGU, skal du henvende dig til din vejleder i kommunen. Du kan også læse mere om FGU på www.uvm.dk og www.ug.dk

ErhvervsGrundUddannelsen (EGU)

Der er optag hele året, når du sammen med din vejleder har fundet en praktikplads.

Egu består af 2/3 virksomhedspraktik og 1/3 teori. Du vælger mellem et af de 12 faglige temaer, som du skal i praktik i. Ud over praktikken skal du deltage i skoleforløb med undervisning i et fagligt tema og fag, som du kan bruge i din praktik. Skoleforløbene skal også indeholde dansk, matematik og PASE (Privatøkonomi, Arbejdsfag, Samarbejdsfag, Erhvervsfag). Når du afslutter et fagligt tema på FGU 3 niveau, kan du få et uddannelsesbevis, hvis du består en faglig prøve.

Temaer / værksteder

Omsorg og sundhed. Handel og kundeservice. Turisme, kultur og fritid. Musik og kunstnerisk produktion. Mad og ernæring. Miljø og genbrug. Jordbrug, skovbrug og fiskeri. Byg, bolig og anlæg. Kommunikation og medier. Motor og mekanik. Service og transport. Industri (plast, metal m.m.).

Med egu får du færdigheder, som du kan bruge til at få et ufaglært job – eller til at komme ind på en erhvervsuddannelse og få en faglært uddannelse.

* Du kan i særlige tilfælde godt blive optaget på FGU, selv om du er fyldt 25 år. Hør din sagsbehandler. ** Hvis det ikke er afklaret, om du skal i FGU eller i et andet uddannelsesstilbud, kan du gennemføre et såkaldt afsøgningsforløb på op til to uger, hvor du får erfaringer med forskellige fagområder og bliver realkompetencevurderet. Herefter kan det besluttes, om du skal optages på FGU.

Forberedende VoksenUndervisning (FVU)

Vil du være bedre til dansk, matematik, engelsk og it på et grundlæggende niveau, kan du deltage i forberedende voksenundervisning (FVU)

Bliv bedre til dansk, matematik, it eller engelsk

HVEM GÆLDER DET?

Forberedende voksenundervisning er for dig*, der ønsker at styrke dine færdigheder i dansk, matematik, engelsk og it. Med undervisningen står du stærkere i forhold til at klare et job eller blive klar til at tage en almen voksenuddannelse, et AMU-kursus eller en erhvervsuddannelse for voksne (EUV).

Undervisningen foregår typisk på små hold og tilrettelægges, så du arbejder med det, der er relevant for din hverdag. Det kan fx være situationer, hvor du skal:

- Skrive en mail
- Beregne en pris
- Tale engelsk med en kunde
- Søge information på nettet
- Betjene en maskine

Du kan få undervisning i:

- FVU-dansk trin 1-4
- FVU-matematik trin 1-2
- FVU-digital trin 1-3
- FVU-engelsk trin 1-4
- FVU-start for voksne med dansk som andetsprog.

Du kan gå til prøve efter hvert trin, og sidste trin modsvarer folkeskolens 9. klasses afgangsprøve. Varigheden på undervisningen i de enkelte trin varierer fra 20-60 timer.

* Du skal som hovedregel være fyldt 25 år, men er du under 25 år, kan vejlederen på VUC eller din vejleder i kommunen i stedet henvise dig til Den forberedende grunduddannelse - FGU. På FGU får du undervisning sammen med andre unge. Er du i en af følgende situationer, kan du dog godt deltage i forberedende voksenundervisning, selv om du ikke er fyldt 25 år: Du har et fast job på minimum 20 timer om uger; Du har gennemført - eller er i gang med - en ungdomsuddannelse eller en videregående uddannelse, men kan have gavn af forberedende undervisning i dansk og matematik; Du har barselsorlov fra dit arbejde og ønsker forberedende undervisning i dansk og matematik; Du får ikke tilbudt - eller har udtømt dine muligheder for - forberedende grunduddannelse; Du deltager i undervisning under Kriminalforsorgen.

Betingelser

For at deltage i FVU skal du have en snak med uddannelsesstedet, der vurderer, om du vil få udbytte af undervisningen, samt hvilket trin du i givet fald skal starte på.

Økonomi

- Undervisning og prøver er gratis.
- Du kan søge Statens Voksenuddannelsesstøtte (SVU), hvis du er i arbejde og i øvrigt opfylder betingelserne.
- Du kan søge Statens Uddannelsesstøtte (SU), hvis du følger forberedende voksenuddannelse sammen med almen voksenuddannelse.
- Hvis du er ledig er der forskellige muligheder for at deltage i FVU-undervisning. Hør mere i jobcentret eller ved det lokale VUC.

SÅDAN GØR DU

Kontakt dit lokale voksenuddannelsescenter (VUC) og hør nærmere om dine muligheder for at styrke dine boglige færdigheder via FVU-undervisning.

Find dit lokale VUC på www.vuc.dk/kort

Fortsæt i job efter de 60 år

Når du fortsætter med at arbejde, efter du er blevet 60 år, kan du måske få ventetillæg eller efterlønspræmie.

Få mere ud af de sidste år i jobbet

Ventetillæg

Hvis du vælger at fortsætte med at arbejde, efter du er nået folkepensionsalderen, kan du som belønning modtage et "ventetillæg", som er en forhøjet folkepension senere. Jo længere tid du udskyder pensionsalderen (op til 10 år), jo højere tillæg får du til din pension, når du til sidst går på pension. For at opnå tillæg til pensionen senere hen skal du blot arbejde mindst 750 timer om året.

Udbetaling Danmark bruger indkomstregistret til at træffe afgørelse om beskæftigelseskravet. Som selvstændig skal du selv oplyse om arten af det personlige arbejde og dokumentere din virksomheds omsætning / indtægt.

Skattefri efterlønspræmie

Har du ret til efterløn, men vælger at blive på arbejdsmarkedet, kan du optjene ret til en skattefri præmie. Din fødselsdato afgør, hvor længe du skal udskyde din efterløn, og hvor meget du skal arbejde:

- Hvis du er født før 1956, skal du have udskudt din efterløn i mindst to år og have arbejdet i et vist omfang i mellemtiden.
- Hvis du er født i perioden 1. januar 1956 til og med 30. juni 1956, skal du udskyde efterlønnen i mindst halvandet år og arbejde mindst 2.340 timer, hvis du er fuldtidsforsikret, og i mindst 1.872 timer, hvis du er deltidsforsikret.
- Hvis du er født i perioden 1. juli 1956 til og med 31. december 1958, skal du udskyde efterlønnen i mindst et år og arbejde mindst 1.560 timer, hvis du er fuldtidsforsikret, og i mindst 1.248 timer, hvis du er deltidsforsikret.
- Hvis du er født i perioden 1. januar 1959 til og med 30. juni 1959, skal du udskyde efterlønnen i mindst et halvt år og ar-

bejde mindst 780 timer, hvis du er fuldtidsforsikret, og i mindst 624 timer, hvis du er deltidsforsikret.

- Hvis du er født den 1. juli 1959 eller senere, kan du optjene skattefri præmie fra bevisdatoen på dit efterlønsbevis. Her skal du udskyde din efterløn i mindst to år fra bevisdatoen og i ventetiden arbejde mindst 3.120 timer, hvis du er fuldtidsforsikret, og i mindst 2.496 timer, hvis du er deltidsforsikret.

Den skattefri præmie optjenes, hver gang du har haft arbejde i 481 arbejdstimer, svarende til en portion på 15.186 kr. som fuldtidsforsikret og 10.124 kr. som deltidsforsikret (2025 satser). Du kan maksimalt optjene 12 portioner, og der udbetales kun hele portioner.

Du kan også arbejde som lønmodtager, selvom du vælger at gå på efterløn mellem de 60 og 65 år. Du kan arbejde, så meget du vil ved siden af efterlønnen, men der modregnes i efterlønnen for hver arbejdstime.

SÅDAN GØR DU

Kontakt din A-kasse og hør mere om mulighederne og ansøgningsprocedurerne - eller hent mere information på www.borger.dk.

Du kan også læse om jobmuligheder for ældre på seniornetværket www.senior-erhverv.dk.



Fritidsjob og lommepengejob

Med et fritidsjob eller lommepengejob kan du tage dit første vigtige skridt på vejen til uddannelse og en varig tilknytning til arbejdsmarkedet.

Tjen dine egne penge og få værdifuld erfaring

HVEM GÆLDER DET?

Du skal være fyldt 13 år for at starte i et fritidsjob eller lommepengejob*. Ud over at tjene dine egne penge er det også med til at udvikle dig personligt og give dig en vigtig opdragelse og praktisk forberedelse til arbejdslivet – og til valg af uddannelse.

Betingelser

- Hvis du er under 15 år, skal dine forældre vide, at du har et fritidsarbejde.
- Dit arbejde ikke må gå ud over din skolegang eller din sundhed, så du må ikke arbejde for meget eller med farlige ting.
- Hvis du er under 15 år, og ikke har afsluttet 9. klasse, må du fx ikke arbejde med:
 - Løft af mange eller tunge varer
 - Kassebånd m. udgang i supermarkeder
 - Gentagne løft af tunge kasser over 12 kg
 - Rengøring af store arealer
- Hvis du er under 18 år, må du ikke arbejde med farlige ting, fx store maskiner og giftige stoffer. Og der gælder særlige regler, hvis du arbejder steder med risiko for røveri (fx kiosk eller tankstation).

Arbejdstid

Der er forskellige regler for, hvor meget du må arbejde, så dit arbejde ikke risikerer at gå ud over din skolegang:

- Er du under 15 år og går i skole, må du højst arbejde to timer på skoledage og syv timer pr. dag i weekenden.
- Er du fyldt 15 år og går i skole, må du arbejde to timer på skoledage og otte timer pr. dag i weekenden.
- I løbet af en hel skoleuge må du højst arbejde 12 timer, og i ferier må du ikke arbejde mere end 35 timer.
- Hvis du er under 18 år må du ikke arbejde efter kl. 20 om aftenen og før kl. 06 om morgenen.

Økonomi

Det er din overenskomst og ikke loven, der sikrer dig din mindsteløn. En overenskomst er en aftale mellem din arbejdsgiver og en fagforening om, hvad medarbejderne som minimum har krav på i løn og eventuelle tillæg. Mindstelønningerne her gælder derfor kun på de arbejdspladser, hvor der er overenskomst. Hvis der ikke er overenskomst, skal du selv forhandle løn og eventuelle tillæg med din arbejdsgiver.

Så find først ud af, hvad overenskomstens mindsteløn er for dit fag. Så ved du, hvad du skal gå efter. Minimumslønnen eller mindstelønnen varierer alt efter arbejdstype, så det er forskelligt, hvor meget et avisbud og en medarbejder på McDonalds tjener i timen. Typisk er mindstelønnen cirka:

- Hotel og restauration: 84,76 kr. i timen
- Kontor: 74,20 kr. i timen
- Butik: 76,80 kr. i timen
- Fastfood, café, cafeteria: 75,40 kr. i timen

For alle slags arbejde gælder det, at der er særlige tillæg, hvis du skal arbejde i weekender eller lignende. Mange steder stiger du også i løn, når du fylder 18 år.

SÅDAN GØR DU

Der er mange måder at finde et fritidsjob på. Du kan fx.

- søge via din familie og dine venner
- søge på jobannoncer på internettet og i aviserne
- uopfordret kontakte de arbejdspladser, hvor du gerne vil arbejde.

Du kan også kontakte jobcentret, hvor der er medarbejdere, som kan hjælpe dig med at finde et fritidsjob eller et lommepengejob*. På www.jobpatruljen.dk findes detaljeret information om vilkår og regler for fritidsjobbere. På www.fritidsjob.dk kan du selv oprette en profil og søge ledige fritidsjob.

* Lommepengejob er for kriminalitetstruede unge mellem 13 og 17 år. Det er for dig, der bliver henvist til Ungdomskriminalitetsnævnet eller er mistænkt for at have begået alvorlig kriminalitet. Kommunen skal senest en måned efter første samtale med dig tilbyde dig et lommepengejob, der så vidt muligt passer til dine kvalifikationer og interesser. Løn og arbejdsvilkår er de samme som ved et normalt fritidsjob. Når du fylder 18 år ophører din ret til lommepengejob.

Førtidspension

Hvis din arbejdsevne er varigt nedsat i et sådant omfang, at du slet ikke kan komme til at arbejde – hverken i et ordinært job med støtte, eller i et særligt tilrettelagt fleksjob – kan kommunen tilkende dig førtidspension.

HVEM GÆLDER DET?

Du kan få ret til førtidspension, hvis din arbejdsevne er nedsat varigt i en sådan grad, at du ikke er i stand til at forsørge dig selv, og du samtidig opfylder følgende betingelser:

- Du er over 40 år og modtager ikke anden pension (hvis du er mellem 18 - 40 år kan du kun få førtidspension, hvis det er dokumenteret, eller det på grund af særlige forhold er helt åbenlyst, at din arbejdsevne ikke kan forbedres).
- Du skal have dansk indfødsret¹ og have boet i Danmark i tre år i perioden fra du fyldte 15 år, til du når folkepensionsalderen.
- Du skal bo fast i Danmark².

Hvis din arbejdsevne er varigt nedsat, og du har højst seks år til folkepensionsalderen kan du søge om seniorpension (se faktaark).

Betingelser

- Du skal som udgangspunkt have deltaget i et eller flere ressourceforløb (se separat faktaark) med henblik på at forsøge at udvikle din arbejdsevne. Hvis du er over 40 år, skal du have deltaget i mindst ét afklarende ressourceforløb. Hvis det kan dokumenteres, at din arbejdsevne åbenlyst ikke kan forbedres (fx pga alvorlig sygdom eller betydelig funktionsnedsættelse), skal du ikke deltage i ressourceforløb.
- Hvis der er mulighed for, at du kan udvikle din arbejdsevne, eller hvis der er muligheder for behandling, som du endnu ikke har afprøvet, kan du ikke få førtidspension.
- Du kan miste din førtidspension, hvis din arbejdsevne bliver forbedret i en sådan grad, at du igen kan varetage et job og dermed forsørge dig selv.

Økonomi

Førtidspension består af et grundbeløb. Det er ikke sikkert, du kan få det fulde grundbeløb. Det afhænger blandt andet af, om du eller din ægtefælle/samlever har indkomst ved siden af din pension.

Satser førtidspension pr. måned

Enlige	21.103 kr.
Gift/samlevende	17.938 kr.

- Førtidspensionen udbetales månedvis bagud fra Udbetaling Danmark. Udbetaling Danmark indbetaler også et bidrag til den obligatoriske pensionsordning til Arbejdsmarkedets Tillægspension, som ikke fradrages i din førtidspension.
- Du skal betale skat af din førtidspension og oplyse om eventuelle ændringer i din og din ægtefælle/samlevers indkomstforhold, din civilstatus, eller hvis du flytter til udlandet.
- Du kan få din ægtefælle/samlevers pension i tre måneder efter vedkommendes død, hvis vedkommende også modtog pension (efterlevelsespension).
- Du kan få andre tilskud ud over førtidspension, hvis du opfylder kravene i aktivloven, blandt andet hjælp til uforudsete enkeltudgifter, hjælp til medicin og sygebehandling, boligstøtte og merudgifter i hverdagen (spørg din sagsbehandler).
- Du kan få sat din pension i bero, hvis du i en periode arbejder så meget, at du kan forsørge dig selv (hvilende pension). Det kan du også selv anmode om.
- Du får nedsat din pension, hvis du har en indkomst over en vis grænse. Fra 1. januar 2023 indgår din ægtefælles/samlevers arbejdsindkomst (indkomst ved personligt arbejde) ikke længe, når Udbetaling Danmark beregner din pension. Ægtefælles/samlevers indkomst fra selvstændig virksomhed (hvor ægtefælle/samlever er passiv i driften) samt kapitalindkomst og aktieindkomst, indgår dog stadig i beregningen af din pension.

Læs mere på borger.dk eller kontakt Udbetaling Danmark på telefon 7012 8061, hvis du har spørgsmål om beregning/udbetaling af din førtidspension.

SÅDAN GØR DU

Kontakt din kommune for mere information om vilkår og betingelser for førtidspension.

1) Dette gælder dog ikke: Personer, der har haft fast bopæl i Danmark i mindst 10 år mellem det fyldte 15. år og folkepensionsalderen. Heraf mindst 5 år umiddelbart inden det tidspunkt, hvorfra pensionen ydes. Udlændinge som har fået opholdstilladelse efter §7 eller §8 i udlændingeloven. 2) Reglen kan i særlige tilfælde fraviges. Hør din kommune.

Handicapservice

Med handicapservice kan jobcentret bevilge dig redskaber og støtte, der kan hjælpe dig med at få eller fastholde et arbejde. Det kan fx være installation af ramper på arbejdspladsen, hvis du er kørestolsbruger. Eller aflønning af en personlig assistent, der kan hjælpe med de opgaver i jobbet, du ikke kan udføre alene. Hvis du er nyuddannet, har du også mulighed for at tilbyde en kommende arbejdsgiver et løntilskud i op til 12 måneder.

HVEM GÆLDER DET?

Handicapservice kan bruges af dig, som har et handicap, der er en hindring for at få eller fastholde et arbejde.

Betingelser

Du skal kunne dokumentere, at den handicapservice, du søger eller modtager, har afgørende betydning for, at du kan varetage dit arbejde/uddannelse eller fremme dine jobmuligheder.

Redskaber og støtteordninger

- Aflønning af personlig assistent på arbejdspladsen til de opgaver, som du ikke kan udføre alene, eller til personlig assistance ved efter- og videreuddannelse (se separat faktaark).
- Arbejdsredskaber og indretning af arbejdsplads, som ligger ud over hvad arbejdsgiver normalt skal stille til rådighed.
- Fortrinsadgang til ledige offentlige stillinger. Offentlige arbejdsgivere har pligt til at invitere dig til en ansættelsessamtale. Enten på dit eget initiativ eller ved at du kontakter jobcentret. Du skal opfylde de formelle ansættelseskrav, og du har ikke krav på at blive ansat.
- Støtte til mentor hvis du i en begrænset periode har brug for introduktion og oplæring i et beskæftigelsesrettet tilbud, ordinært job eller ved uddannelse.

Løntilskud til nyuddannede med handicap

Hvis du har afsluttet en uddannelse på mindst 18 måneders varighed og endnu ikke har været i job, kan du tilbyde en kommende arbejdsgiver et løntilskud på op til 178,06 kr. pr. time i op til 12 måneder. Der skal være tale om en ordinær jobfunktion, og du skal starte i jobbet senest to år efter, at du har afsluttet uddannelsen.

SÅDAN GØR DU

Du skal kontakte dit jobcenter for at søge om handicapservice.

Mere information på www.star.dk/handicap.



Øger dine
jobmuligheder

IntegrationsGrundUddannelse

Med IntegrationsGrundUddannelsen (IGU) får du som flygtning (eller familiesammenført) mulighed for midlertidigt (to år) at blive ansat og opkvalificeret i en virksomhed.

Trædesten
til et ordinært
arbejde

HVEM GÆLDER DET?

IGU-forløb kan bruges af flygtninge og familiesammenførte til flygtninge i alderen 18 til 50 år, der har haft folkeregisteradresse i Danmark i op til 20 år.

Om uddannelsen

IGU-forløbet varer 24 måneder, hvoraf de 23 uger - i samarbejde med virksomheden - tilrettelægges som skoleundervisning på fuld tid. Formålet er, at du gennem praktisk erfaring, sproglig og faglig opkvalificering (fx via AMU-kurser) får så mange kvalifikationer og kompetencer, at du kan gennemføre en erhvervsuddannelse eller blive ansat på almindelige vilkår.

Den praktiske del af uddannelsen skal give dig:

- Viden og færdigheder i funktioner, der er relevante på arbejdsmarkedet
- Konkrete arbejds- og samarbejds erfaringer, der kan sikre din varige tilknytning til arbejdsmarkedet
- Indsigt i strukturen og arbejdsforholdene på en arbejdsplads.

Skoleundervisningen skal bidrage til at give dig:

- Sproglige færdigheder jf. lov om danskuddannelse
- Erhvervsrettede kvalifikationer og kompetencer
- En bredere forståelse for erhvervede praktiske erfaringer og forudsætningerne for fortsat uddannelse.

Økonomi

I praktikdelen af forløbet aftønnes du som IGU-elev efter de lønsatser, der gælder for EGU-elever (ErhvervsGrundUddannelsen), alternativt efter elev-satserne for 1. og 2. år på uddannelsesområdet overenskomst.

I skoleperioderne af IGU-forløbet modtager du en uddannelsesgodtgørelse. Godtgørelsen svarer til den sats, du ville have modtaget i integrationsydelse. Du kan også modtage befordringsgodtgørelse efter nærmere aftale. Du skal ansøge om såvel uddannelses- som eventuel befordringsgodtgørelse i den kommune, hvor du bor.

Virksomheder, der opretter IGU-forløb, har mulighed for at modtage en bonus på op til 40.000 kr.

Betingelser

Hvis du allerede er ordinært ansat i en virksomhed, kan du ikke starte IGU-forløb på samme virksomhed, før der er gået 3 måneder fra afslutningen af beskæftigelsesperioden til opstarten af IGU-forløbet.

SÅDAN GØR DU

IGU-forløbet aftales skriftligt direkte mellem dig og virksomheden. Forløbet startes senest tre måneder efter aftalens indgåelse, og senest en måned efter opstart skal aftalen og undervisningsplan for skoleundervisningen oprettes i VITAS via vitas.bm.dk. Når hele forløbet er gennemført udsteder virksomheden et bevis til dig for gennemførelsen af IGU-forløbet. Kontakt jobcentret og hør om muligheden for at blive ansat i et IGU-forløb.

* IGU-forløb kan påbegyndes til og med 31. december 2027. Forløbet kan i særlige tilfælde forlænges, hvis særlige forhold (fx graviditet eller sygdom) har medført, at det ikke har været muligt at gennemføre skoleforløbet.

Job med løntilskud for ledige

Når du er ledig, kan en ansættelse med løntilskud være din genvej til et ordinært arbejde. Job med løntilskud betyder, at en virksomhed uden de store omkostninger kan se dig an i en konkret jobfunktion, og at du samtidig får nye kompetencer og arbejds erfaringer. Mange virksomheder bruger ordningen til optræning til en konkret jobfunktion, så du efter tre til seks måneder kan få ansættelse på almindelige vilkår. Job med løntilskud er således et godt springbræt til arbejdsmarkedet og retter sig så vidt muligt mod brancher, hvor der er behov for arbejdskraft.

Springbræt til ordinært job

HVEM GÆLDER DET?

For at komme i betragtning til et job med løntilskud, skal du:

- som modtager af kontanthjælp, uddannelseshjælp eller selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse have været ledig i mere end seks sammenhængende* måneder.
- som modtager af arbejdsløshedsdagpenge have været ledig i mere end seks sammenlagte* måneder.

Job med løntilskud løber typisk i en periode på tre eller seks måneder. Perioden fastsættes individuelt, men der kan dog maksimalt gives løntilskud i op til seks måneder i private virksomheder og fire måneder i offentlige virksomheder. Hvis du inden opstarten har været længere væk fra arbejdsmarkedet (ikke jobparat), kan perioden efter en konkret vurdering forlænges med op til seks måneder.

Privat job med løntilskud

Du modtager overenskomstmæssig løn, og din arbejdsgiver modtager herefter et løntilskud på 92,12 kr. pr. time.

Offentligt job med løntilskud

Du modtager en fast timeløn på 142,99 kr. pr. time og får udbetalt løn, som modsvarer din ydelse som ledig (dog med fuld pension af den løn, du ville have fået som ordinært ansat). Arbejdsgiver modtager herefter et løntilskud på 133,78 kr. pr. time.

Betingelser

- Du skal fortsat være tilmeldt jobcentret og aktiv jobsøgende, hvis du bliver ansat i et job med løntilskud - i hele løntilskudsperioden.

- Du kan selv finde et job med løntilskud, men du skal sikre dig, at jobcentret godkender arbejdspladsen til at modtage løntilskud.
- Du skal passe dit arbejde med løntilskud på lige fod med andre ansatte i virksomheden.
- Du kan eventuelt tage imod et tilbud om vejledning eller opkvalificering fra jobcentret, også selvom du er i job med løntilskud. Tilbuddet sker efter aftale mellem jobcentret og din arbejdsgiver.
- Der kan være mulighed for at få mentorstøtte til oplæring i virksomheden.
- Du kan ikke komme i job med løntilskud i den virksomhed, hvor du senest har været ansat.
- Du kan ikke komme i job med løntilskud i en virksomhed, der ejes af din samlever eller ægtefælle.
- Du kan godt have ordinær beskæftigelse ved siden af ansættelsen i offentligt løntilskud. I givet fald nedsættes den ugentlige arbejdstid med én time for hver times ordinær beskæftigelse ud over 5 timer ugentligt**.

SÅDAN GØR DU

Opfylder du betingelserne, kan du med fordel selv forsøge at tilbyde din arbejdskraft med løntilskud til relevante virksomheder. Virksomheden kan herefter ansøge om oprettelse af løntilskudsforløb direkte på vitas.bm.dk. Du kan også kontakte jobcentret for at høre nærmere om dine muligheder for at komme i job med løntilskud.

* Kravet om seks måneders sammenhængende eller sammenlagt ledighed forud for ansættelse med løntilskud kan fraviges, hvis du ikke har en almen eller erhvervsrettet uddannelse, er over 50 år eller enligt forsøger.

** Er du fx ansat i offentligt løntilskud på 37 timer pr. uge og sideløbende har 10 timers ordinært arbejde, vil arbejdstiden i dit offentlige løntilskud nedsættes til 32 timer, så du i alt får en samlet arbejdsuge på 42 timer. Såfremt de ordinære timer foregår sideløbende hos samme arbejdsgiver, er det en forudsætning, at der er tale om forskellige arbejdsfunktioner.

Job med løntilskud for førtidspensionister

Mulighed for at tjene lidt ekstra

Job med løntilskud for førtidspensionister (tidligere skånejob) er en mulighed for dig, der modtager førtidspension og stadig ønsker at bidrage på arbejdsmarkedet.

HVEM GÆLDER DET?

Du kan bruge ordningen, hvis du er under folkepensionsalderen og modtager førtidspension.

Betingelser

- Løn og arbejdsvilkår fastsættes efter aftale mellem dig og arbejdsgiveren i samarbejde med din faglige organisation
- For at få tilskud skal jobcentret godkende jobbet og sikre sig, at arbejdsgiver er villig til at tage de nødvendige skånehensyn

Økonomi og øvrig støtte

Du ansættes på almindelige vilkår, og din arbejdsgiver modtager et løntilskud på 33,02 kr. pr. time. I de tilfælde, hvor din arbejdsevne er betragtelig nedsat, kan lønnen eventuelt aftales at ligge under den overenskomstmæssige mindsteløn, hvis den relevante faglige organisation tillader det.

Ud over løntilskuddet kan der søges om:

- Støtte til mentor (se separat faktaark), hjælpemidler, indretning af arbejdspladsen og personlig assistance i jobbet
- § 56-aftale (se separat faktaark), så din arbejdsgiver kan få sygedagpengerefusion fra din første fraværsdag. Det kan være specielt relevant, hvis grundlaget for din førtidspension også giver dig mange sygedage
- Vejlednings- og opkvalificeringstilbud. Aftales mellem din arbejdsgiver og jobcentret

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret og hør mere om dine muligheder for at komme i job med løntilskud for førtidspensionister. Herefter skal du finde en virksomhed, som gerne vil ansætte dig.

Jobafklaringsforløb

Hvis dine sygedagpenge efter fem måneder ikke kan forlænges efter de gældende forlængelsesregler (se nedenfor), vil du blive tilbudt et jobafklaringsforløb. I et jobafklaringsforløb bliver der kigget på alle kommunens tilbud og aktiviteter – på tværs af forvaltninger og afdelinger – og samment sat aktiviteter, der udvikler din arbejdsevne, så du kan komme tilbage på arbejdsmarkedet igen.

Læs mere
på side 2

HVEM GÆLDER DET?

Tilbud om jobafklaringsforløb gælder for dig*, der efter fem måneders sygemelding stadig er uarbejdsdygtig som følge af din sygdom men ikke kan få forlænget dine sygedagpengene efter én af følgende forlængelsesregler:

1. Det er overvejende sandsynligt, at der kan iværksættes en revalidering, herunder virksomhedspraktik, der kan føre til, at du kan vende tilbage til det ordinære arbejdsmarked.
2. Det er nødvendigt at gennemføre virksomhedspraktik eller andre afklarende foranstaltninger med henblik på at klarlægge din arbejdsevne. Sygedagpengeperioden kan forlænges i op til 69 uger.
3. Du er i gang med eller venter på lægebehandling, og der er sikker lægelig forventning om, at du kan være fuldt arbejdsdygtig inden for 134 uger regnet fra revurderingstidspunktet. Der ses bort fra den periode, hvor du venter på behandling på et offentligt sygehus.
4. Kommunen har vurderet, at din sag skal behandles i rehabiliteringsteamet med henblik på, at kommunen hurtigst muligt kan træffe afgørelse om ressourceforløb, fleksjob eller førtidspension.
5. Du har en livstruende alvorlig sygdom, som skal dokumenteres af en læge.
6. Der er rejst sag om ret til erstatning efter lov om arbejdsskadesikring eller lov om sikring mod følger af arbejdsskade.
7. Der er modtaget en ansøgning om førtidspension.

Økonomi

I et jobafklaringsforløb, modtager du ressourceforløbsydelse efter følgende satser:

Forsørgere	16.972 kr. pr. md.
Ikke-forsørgere	12.770 kr. pr. md.
Under 25 år hjemmeboende	3.972 kr. pr. md.
Under 25 år hjemmeboende forsørger	16.972 kr. pr. md.
Ressourceforløbsydelse (højeste sygedagpengebeløb)	4.865 kr. pr. uge
Ressourceforløbsydelse (ledighedsydelse 89%)	4.332 kr. pr. uge
Ressourceforløbsydelse (ledighedsydelse, kontanthjælp forsørger)	16.972 kr. pr. md.
Ressourceforløbsydelse (ledighedsydelse, kontanthjælp ikke-forsørger)	12.770 kr. pr. md.

SÅDAN FOREGÅR DET

Det er kommunen, der afgør, om du har ret til et jobafklaringsforløb. Hvis kommunen vurderer, at du har behov for en særlig tværfaglig indsats, kan kommunens rehabiliteringsteam (se faktaark) inddrages. Rehabiliteringsteamet består som udgangspunkt af en repræsentant fra kommunens beskæftigelsesområde og en sundhedskordinator fra regionen. Derudover kan der være repræsentanter fra fx social- og/eller sundhedsområdet, hvis det er relevant for din sag. Inden et eventuelt møde med teamet skal du sammen med din sagsbehandler beskrive alt det, du kan i forhold til job og uddannelse, og hvad du eventuelt mangler, herunder:

- Dine erfaringer, ressourcer og ønsker i forhold til job og uddannelse.
- Dine arbejdsmæssige udfordringer i forhold til job eller uddannelse.
- Dine personlige ressourcer og hvilke netværk, du kan trække på.
- Din helbredsmæssige- og hidtidige forsørgelsessituation.
- Erfaringerne med den hidtidige indsats.

* Jobafklaring kan også tilbydes personer, der på første fraværsdag ville have haft ret til sygedagpenge fra kommunen, men er omfattet af tidsbegrænsningen jf. sygedagpengelovens § 24 a. Hør mere i jobcentret.

Rehabiliteringsteamet vil tale med dig om dine udfordringer, muligheder og mål. Herefter vil teamet komme med sine forslag til, hvad du skal gøre, og hvilke aktiviteter der skal sættes i gang. Det hele beskrives i rehabiliteringsplanens indsatsdel, som også vil fremgå af Min Plan på Jobnet (se faktaark).

Din sagsbehandler hjælper dig med at planlægge og gennemføre jobafklaringsforløbet og sikrer hele tiden, at du udvikler din arbejdsevne frem mod at komme tilbage i arbejde.

Jobafklaringsforløb varer som udgangspunkt så kort tid som muligt og kan maksimalt løbe i op til to år ad gangen. Forløbet kan blandt andet bestå af:

- Virksomhedspraktik og ansættelse med løntilskud eller værkstedsaktiviteter i kommunale projekter
- Hjælp til at skabe overblik og struktur i dagligdagen, opretholde netværk og styre egen økonomi og boligforhold (fx via mentorstøtte)
- Personlig støtte ved opstart på uddannelse og arbejdsplads eller som opbakning til socialpædagogiske tilbud (fx via mentorstøtte)
- Ledsagerordning ved nedsat funktionsevne
- Personlig udvikling, mindfulness, stresshåndtering og afspændingsterapi
- Alkohol- og stofmisbrugsbehandling
- Coaching i livsstil (motion, kost og rygeafvænning)
- Fysisk træning for KOL-, kræft- og hjertepatienter
- Lær-at-tackle kurser - fx håndtering af smerter i forbindelse med arbejde
- IT-, engelsk-, dansk-, matematik- og ordblindeundervisning og individuel praktik og uddannelsesvejledning.

Mere information

Kontakt jobcentret, hvis du vil vide mere om jobafklaringsforløb.

Jobrettede samtaler (kontaktforløb)

Når du bliver ledig vil jobcentret og din a-kasse (hvis du modtager dagpenge) hurtigst muligt hjælpe dig med at finde et nyt job. Det foregår via et kontaktforløb med jobrettede samtaler, som blandt andet kan handle om din jobsøgningsstrategi, om du måske skal skifte branche, om du stadig har de rette kompetencer eller om forbedring af dit cv og dine ansøgninger.

Dit input er den primære drivkraft

HVEM GÆLDER DET?

Hvis du modtager kontant- eller uddannelseshjælp, skal du deltage i fire jobrettede samtaler i jobcentret de første seks måneder af din ledighedsperiode. Den første samtale skal finde sted inden for én uge fra første henvendelse. Efter seks måneders ledighed afholdes samtalerne efter behov ud fra en individuel vurdering.

Hvis du modtager dagpenge, skal du deltage i seks jobrettede samtaler inden for de første seks måneder. De første tre samtaler afholder din a-kasse inden for de første tre måneder. De næste tre afholder dit jobcenter inden for de næste tre måneder. Hvis du ønsker det, kan din a-kasse deltage i den første samtale, der skal holdes i jobcenteret efter overgangen dertil. Efter overgangen fra a-kassen skal der i jobcenteret være fokus på at bygge videre på det forløb, du har haft i a-kassen*.

For alle målgrupper gælder, at første jobsamtale holdes ved personligt fremmøde. Herefter vælger du selv, om en jobsamtale skal holdes ved personligt fremmøde, telefonisk eller ved personligt digitalt fremmøde.

Betingelser

Som ledig er det i sidste ende dit eget ansvar at komme i job, men der er meget hjælp at hente i såvel jobcentret som i din a-kasse. For at få bedst mulig støtte og hjælp er det vigtigt, at du ser åbent på dine muligheder og giver så præcise og relevante oplysninger om dig selv, dine kompetencer og dine jobønsker som muligt. Derudover har du pligt til:

- At oprette et fyldestgørende og søgbart cv på Jobnet senest tre uger efter, at du har meldt dig ledig i jobcentret. Cv'et oprettes i

en skabelon på hjemmesiden. Hvis du modtager dagpenge, skal din a-kasse godkende dit cv. Hvis du ikke modtager dagpenge skal jobcentret godkende dit cv.

- Løbende at dokumentere din aktive jobsøgning i en joblog på Min side på Jobnet. Hvis du inden for seks uger enten begynder i job, går på barsel eller skal på efterløn, fleksydelse eller folkepension, kan du undlade at sende jobansøgninger i de sidste seks uger af din ledighed.
- At deltage i kurser eller andre aktive tilbud, der kan kvalificere dig til job.

SÅDAN GØR DU

Via Jobnet skal du selv booke dine samtaler og på forhånd definere, hvad samtalen skal handle om (fx jobsøgningsstrategi eller kompetenceafklaring).

Det er vigtigt, at du forbereder dig så godt som muligt til samtalerne og gør dig tanker om, hvor du i fremtiden kan se dig selv på arbejdsmarkedet. Hvad er drømmejobbet? Hvad er et acceptabelt job? Og hvad er det nødvendige job? Og hvad kan de første skridt tilbage på arbejdsmarkedet være? Dine input skal være den primære drivkraft i bevægelsen tilbage til job.

Husk, at du også med fordel kan bruge faciliteterne i jobcentret eller a-kassen:

- Gratis adgang til computere, internettet og udsøgning af stillinger på Jobnet.
- Hjælp og rådgivning om jobsøgning og oprettelse af cv.

* Der kan iværksættes tilbud efter indstilling fra a-kassen i den tre-månedersperiode, hvor den ledige er i a-kassen. Hvis jobcenteret ikke vil følge indstillingen, skal det begrundes over for a-kasse og ledig.

Jobrotation

Når en virksomhed sender en medarbejder på efteruddannelse, giver jobrotationsordningen dig mulighed for at blive ansat som vikar i den midlertidigt ledige stilling. Du får løn efter overenskomst og mulighed for at få foden indenfor i en virksomhed, bruge dine kompetencer og udvide dit netværk.

Styrker
mulighederne for
at finde et ordi-
nært job

HVEM GÆLDER DET?

Muligheden for at blive vikar i et jobrotationsforløb kan bruges af alle:

- Dagpengemodtagere.
- Sygedagpengemodtagere, der ikke er i ansættelsesforhold.
- Kontanthjælpsmodtagere.
- Uddannelseshjælpsmodtagere.
- Integrationsydelsesmodtagere, der er omfattet af lov om aktiv beskæftigelsesindsats eller har deltaget i integrationsprogrammet.
- Ledighedsydelsesmodtagere.
- Personer i ressourceforløb.
- Personer i jobafklaringsforløb.

Det eneste krav er, at du skal have været ledig i seks måneder*, inden du kan ansættes som vikar.

Betingelser

- Som jobrotationsvikar har du ikke pligt til at være aktivt jobsøgende, og du skal derfor afmeldes i jobcentret.
- Du kan højst være ansat som jobrotationsvikar i seks måneder.
- Du skal være ansat i minimum 10 timer om ugen.
- Inden et vikariat kan jobcentret - hvis nødvendigt - tilbyde dig opkvalificerende kurser i forhold til opgaverne i jobbet.
- Der kan ofte være en ulønnet virksomhedspraktik (se separat faktaark) på 1-4 uger til oplæring, inden den fastansatte starter sin efteruddannelse, og du overtager jobbet.

* Dagpengemodtagere (også fra sygedagpenge) skal minimum have seks måneders sammenlagt ledighed fordelt over tre år. Øvrige grupper skal have seks måneders sammenhængende ledighed bag sig.

Økonomi

Som vikar i jobrotationsforløb får du overenskomstmæssig løn. Hvis du har modtaget dagpenge op til ansættelsen som vikar, forbruger du ikke af din dagpengeperiode under vikariatet (med mindre du modtager supplerende dagpenge). Men du optjener heller ikke timer til en ny dagpengeperiode.

SÅDAN GØR DU

Hvis du opfylder betingelserne, kan du med fordel selv forsøge at tilbyde dig som jobrotationsvikar til relevante virksomheder.

Virksomheden skal herefter ansøge om oprettelse af et jobrotationsforløb direkte på vitas.bm.dk

Virksomheden modtager en jobrotationsydelse på 210,49 kr. pr. time den ansatte er på uddannelse, og du arbejder som vikar. Så det er stort set uden omkostninger for virksomheden at bruge ordningen til at opkvalificere allerede ansatte og samtidig se dig an som potentiel ny medarbejder.

Du kan også kontakte jobcentret for at høre nærmere om dine muligheder for at blive ansat som vikar i jobrotationsordningen.

Under alle omstændigheder skal jobcentret godkende vikariatet og din ansættelseskontrakt for at kunne udbetale jobrotationsydelse til virksomheden og framelde dig som aktivt jobsøgende.

Når vikariatet er slut, har du selv ansvar for at gentilmelde dig på jobnet.dk. Som forhenværende kontanthjælpsmodtager skal du henvende dig personligt i jobcentret.

Jobsøgning i udlandet

Hvis du trænger til luft under vingerne og har lyst til at arbejde i udlandet, kan du flytte til et andet EØS-land*, Færøerne eller Schweiz og tage dine dagpenge med, mens du søger job. Du kan også starte med at søge, mens du bor i Danmark. Her kan du få hjælp i jobcentret eller selv søge direkte i jobbanken på www.eures.dk. EURES er en forkortelse for EUROpean Employment Services, og er et samarbejde mellem arbejdsformidlinger, fagforeninger, arbejdsgiverorganisationer og myndigheder i EØS-landene samt Schweiz.

Tag dine dagpenge med til udlandet

HVEM GÆLDER DET?

Hvis du vil tage dine dagpenge med til et andet EØS-land, mens du søger job, skal du:

- være statsborger i et EØS-land
- være medlem af en dansk a-kasse
- være berettiget til dagpenge, den dag du rejser fra Danmark
- sammenlagt have været tilmeldt jobcentret som ledig i mindst fire uger, efter din sidste beskæftigelse.

Betingelser

- For at få dagpengene udbetalt, skal du tilmelde dig arbejdsformidlingen i det land, du rejser til, senest syv dage efter den startdato, der står i dokumentet (se sådan gør du). Ellers får du først dagpenge fra den dag, hvor du tilmelder dig, hos arbejdsformidlingen
- I den periode, du modtager danske dagpenge i et andet EØS-land, Færøerne eller Schweiz, skal du stå til rådighed for arbejdsmarkedet i det land, du er rejst til. Hvis du får arbejde, kan du ikke længere få danske dagpenge. I stedet skal du som hovedregel arbejdsløshedsforsikres der, hvor du får arbejde

Hvis du får arbejde

Hvis du får arbejde i et andet EØS-land, Færøerne eller Schweiz, skal du som hovedregel melde dig ud af din danske a-kasse og derefter betale til arbejdsløshedsforsikringsystemet i det land, hvor du arbejder. Arbejdsløshedsforsikringen er obligatorisk i langt de fleste andre lande og betales over skatten. Du skal dog selv tjekke, fx via din lønseddel, at du er tilmeldt og betalende. Kontakt din danske a-kasse for at sikre, at alt er i orden, inden du melder dig ud.

Hvis du ikke får arbejde

Husk, at du skal være tilbage i Danmark og tilmelde dig jobcentret i Danmark igen senest den sidste dag, der står på dokumentet PD U2, hvis ikke du får arbejde. Ellers mister du din dagpengeret.

Tilbage til Danmark efter arbejde i udlandet

Husk at melde dig ind i en dansk a-kasse inden 8 uger, efter du er kommet hjem.

Økonomi

Du kan få udbetalt EØS-dagpenge i op til tre måneder, mens du bor i udlandet og søger job.

SÅDAN GØR DU

Kontakt din a-kasse for yderligere vejledning om dagpenge under jobsøgning i udlandet. Du skal udfylde ansøgningsblanketten PD U2, som du får i din a-kasse. Det er også vigtigt, at du taler med a-kassen om, hvordan du er stillet, når du vender tilbage.

Gennem jobcentret kan du få kontakt til en EURES-kontaktperson, der arbejder i Danmark. EURES-kontaktpersonens opgave er blandt andet at vejlede dem, der søger job eller uddannelse i udlandet. Du kan også kontakte en EURES-vejleder i det land eller den region, hvor du søger arbejde. Du kan forvente, at du skal skrive dit cv og ansøgninger på det sprog, der er det officielle i det land, du søger arbejde i.

Husk, at kontakte Borgerservice og få udstedt et EU-sygesikringsbevis, og husk at melde flytning til Folkeregistret på borger.dk, før du flytter til udlandet.

Læs mere på www.eures.dk

* Europæisk Økonomisk Samarbejdsområde (EØS) består af EFTA-landene minus Schweiz og medlemmerne af EU.



Kontanthjælp

Kontanthjælp er en økonomisk hjælp i perioder, hvor du på grund af ledighed eller sygdom ikke kan forsørge dig selv eller din familie.

Du skal stå
til rådighed for
arbejde med dags
varsel

HVEM GÆLDER DET?

Du kan søge om kontanthjælp, hvis du enten har en erhvervskompetencegivende uddannelse eller er over 30 år. Derudover skal følgende betingelser være opfyldt:

- Du er registreret som arbejdssøgende i jobcentret.
- Du eller din ægtefælle har ikke formue på over 10.000 kr. pr. person.
- Din ægtefælle kan ikke forsørge dig.
- Dit behov for forsørgelse kan ikke dækkes af andre ydelser, fx dagpenge eller pension mv.

Hvis du er under 30 år og uden uddannelse, kan du ikke få kontanthjælp. I stedet kan du søge om uddannelseshjælp (se andet faktaark).

Betingelser

For at modtage kontanthjælp skal du:

- Stå til rådighed for arbejdsmarkedet og være aktivt jobsøgende, hvis du ikke har andre problemer end ledighed.
- Have et fyldestgørende cv på Jobnet (søgbart for jobparate).
- Være klar til at tage et arbejde med dags varsel og tage imod rimelige tilbud om aktivering.
- Deltage i de møder, samtaler og aktiviteter, du indkaldes til. Du risikerer at få nedsat din kontanthjælp eller at skulle tilbagebetale den (se andet faktaark), hvis du ikke deltager.
- Tage en læse-, skrive- og regnetest, hvis det vurderes at være relevant.

Job- eller aktivitetsparat?

Når jobcentret godkender dig til kontanthjælp, vil du blive placeret i gruppen af job- eller aktivitetsparate. Som jobparat skal du søge job intensivt og bredt og senest tre uger efter tilmeldingen som arbejdssøgende i jobcentret have et fyldestgørende og søgbart cv på Jobnet. Hvis du ikke er kommet i job efter tre måneder, vil du skulle arbejde for din kontanthjælp - fx i et nyttejob (se andet faktaark), og du vil skulle kunne overtage arbejde med en daglig samlet transporttid på mere end tre timer. Som aktivitetsparat skal du også udarbejde et cv på Jobnet (det vurderes med din sagsbehandler, om det skal være søgbart), og du vil få en tværfaglig indsats, der skal bringe dig tættere på job. Det kan fx være hjælp til at få dagligdagen til at fungere i kombination med en aktivitet, der forbereder dig til job.

Økonomi - kontanthjælpsatser:

Fyldt 30 år, forsørger børn	16.972 kr. pr. md.
Fyldt 30 år, andre	12.770 kr. pr. md.
Enlige forsørgere under 30 år	16.222 kr. pr. md.
Forsørgere under 30 år uden ret til ekstra børnetilskud	11.349 kr. pr. md.
Under 30 år, gravid (passeret 12 uge).	12.770 kr. pr. md.
Under 30 år, forsørger psykisk syg	16.972 kr. pr. md.
Under 30 år, udeboende psykisk syg	12.770 kr. pr. md.
25-29 år, udeboende	8.231 kr. pr. md.
25-29 år, hjemmeboende	3.972 kr. pr. md.
Under 25 år, udeboende	8.231 kr. pr. md.
Under 25 år, hjemmeboende	3.972 kr. pr. md.
Under 30 år, bidragspligt, maks. hjælp inkl. tillæg	16.972 kr. pr. md.

Du skal altid betale skat af din kontanthjælp.

SÅDAN GØR DU

Du skal møde personligt op på jobcentret for at melde dig ledig, før du søger om kontanthjælp. Det er vigtigt, at du melder dig ledig med det samme, for at du kan få udbetalt kontanthjælp med det samme. Du skal have følgende papirer klar som dokumentation, når du ansøger om kontanthjælp:

1. Er du blevet opsagt, eller har du selv sagt op, skal du bruge:
 - A. opsigelse
 - B. kontoudtog for de sidste tre måneder på samtlige bankkonti
 - C. samtykkeerklæring
2. Hvis du er gift, skal du desuden bruge din ægtefælles kontoudtog for de seneste tre måneder på samtlige konti.
3. Er du gravid og under 29 år, skal du desuden bruge din vandrejournal (den journal, som læge og jordemoder kommunikerer med hinanden igennem).
4. Er du ophørt med uddannelse, skal du desuden bruge skrivelse om stop af uddannelse fra uddannelsessted.
5. Er du udlænding, skal du desuden bruge din registreringskontrakt/kontrakt (se andet faktaark).

Kontanthjælp og uddannelseshjælp - ophør, nedsættelse og tilbagebetaling

Hvis du ikke opfylder de krav, der følger med det at modtage kontant- eller uddannelseshjælp, kan du risikere at din ydelse stopper, bliver nedsat eller skal tilbagebetales.

HVEM GÆLDER DET

Risikoen for ophør, nedsættelse eller tilbagebetaling gælder for alle, der modtager kontant- eller uddannelseshjælp.

Betingelser

Nedsættelse, ophør eller tilbagebetaling af din kontant-/uddannelseshjælp kan træde i kraft, hvis du:

- Mod bedre vidende uberettiget har modtaget din ydelse.
- Uden rimelig grund udebliver fra din aktivering.
- Undlader at aktivere dit cv på jobnet efter reglerne.
- Uden rimelig grund ophører med dit arbejde.
- Uden rimelig grund ikke tager arbejde, du er henvist til.
- Undlader at melde dig syg, hvis du udebliver fra møder med jobcentret eller fra jobsamtale med en virksomhed
- Uden rimelig grund ophører på en uddannelse, du er blevet pålagt.

Du har også pligt til at:

- Informere jobcentret, hvis der sker ændringer i dine forhold, der eventuelt har betydning for, om din kontanthjælp/uddannelseshjælp skal justeres.
- Deltage i en rådighedsvurdering, hvis du to gange har meldt dig syg i forbindelse med indkaldelser. Herefter vil din rådighed blive vurderet ved hver sygdomsmedling.
- Informere jobcentret, hvis du ikke længere står fuldt til rådighed for et arbejde, hvis du ændrer din jobsøgningsmetode, eller hvis du afslår tilbud om job eller aktivt tilbud eller ophører med deltagelse i disse.

Økonomi

Din kontanthjælp/uddannelseshjælp kan nedsættes med mellem 600 kr. og 2.400 kr., hver gang du udebliver fra - eller afviser - et jobtilbud, uddannelse eller samtale i jobcentret. Hjælpen kan også helt ophøre. Beløbet og sanktionen afhænger af din situation og nuværende ydelse.

Mere information

Kontakt jobcentret for mere information om reglerne for ophør, nedsættelse og tilbagebetaling af kontanthjælp/uddannelseshjælp.



Husk dine
pligter



Kontanthjælpsloft

Kontanthjælpsloftet er en grænse for, hvor meget du samlet set kan få i særlig støtte, boligstøtte og kontanthjælp, uddannelseshjælp eller selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse.

Blot få timers arbejde giver en bedre økonomi

HVEM GÆLDER DET?

Reglerne gælder for dig, der modtager kontanthjælp, uddannelseshjælp eller selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse og samtidig modtager særlig støtte eller boligstøtte.

Betingelser

Grænsen for, hvad du samlet set kan få, afhænger blandt andet af din alder, om du er forsøger, gift/samlevende eller enlig (se skemaet nedenfor). Hvis dine samlede ydelser overstiger den fastsatte grænse, vil du blive skåret i den særlige støtte og eventuelt din boligstøtte. Din kontanthjælp, uddannelseshjælp eller selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse bliver der ikke rørt ved.

Større fordel ved arbejde

Kontanthjælpsloftet giver dig en større fordel ved at arbejde – selv få timer om ugen. Ved arbejde bliver en del af din løn nemlig fratrukket i din kontanthjælp, uddannelseshjælp eller selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse. Og samtidig får du lov til at beholde mere af din særlige støtte og eller boligstøtte. Jo mere du arbejder, jo mere kan du således også få udbetalt i boligstøtte og særlig støtte, inden du når grænsen. Det giver dig en bedre økonomi.

Satser for kontanthjælpsloft pr. 1. januar 2025

Enlig uden børn

Modtagere af uddannelseshjælp og hjemrejseydelse eller overgangsydelse	11.358 kr.
Modtagere af kontanthjælp under 30 år	11.825 kr.
Modtagere af kontanthjælp over 30 år eller kontanthjælp/uddannelseshjælp med tillæg over 25 år	15.446 kr.

Enlige forsørgere med 1 barn

Modtagere af uddannelseshjælp og hjemrejseydelse eller overgangsydelse	16.503 kr.
Modtagere af kontanthjælp under 30 år	17.345 kr.
Modtagere af kontanthjælp over 30 år eller kontanthjælp/uddannelseshjælp med tillæg over 25 år	17.695 kr.

Enlige forsørgere med 2 børn eller flere

Modtagere af uddannelseshjælp og hjemrejseydelse eller overgangsydelse	16.919 kr.
Modtagere af kontanthjælp under 30 år	17.763 kr.
Modtagere af kontanthjælp over 30 år eller kontanthjælp/uddannelseshjælp med tillæg over 25 år	18.112 kr.

Økonomi

Nederst kan du se, hvor meget du maksimalt samlet kan få i særlig støtte, boligstøtte, kontanthjælp, uddannelseshjælp og selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse.

SÅDAN GØR DU

Når du arbejder, bliver der bedre plads til også at modtage særlig støtte og boligstøtte. Blot få timers arbejde om ugen kan give dig en bedre økonomi. Samtidig indregnes dine arbejdstimer i det nye krav om 225 timers ustøttet arbejde inden for de seneste 12 kalendermåneder, som kan påvirke din ydelse (se faktaarket om 225-timers reglen).

Derfor betaler det sig hurtigt at finde et job:

- Opdater dit CV på jobnet med alle dine erfaringer/kompetencer.
- Brug din familie, venner og bekendte i jagten på job – og husk også dit netværk på de sociale medier.
- Søg også tidsbegrænsede stillinger, da det ofte kan føre til fast arbejde.
- Søg uopfordret. Mange job bliver ikke slået op, og du viser stor motivation ved at banke på uden opfordring.

Læs mere på: www.borger.dk/sider/kontanthjaelpsloftet.aspx

Samlevende/gifte uden børn

Modtagere af uddannelseshjælp og hjemrejseydelse eller overgangsydelse	10.545 kr.
Modtagere af kontanthjælp under 30 år	11.005 kr.
Modtagere af kontanthjælp over 30 år eller kontanthjælp/uddannelseshjælp med tillæg over 25 år	12.770 kr.

Samlevende/gifte med 1 barn

Modtagere af uddannelseshjælp og hjemrejseydelse eller overgangsydelse	13.819 kr.
Modtagere af kontanthjælp under 30 år	14.491 kr.
Modtagere af kontanthjælp over 30 år eller kontanthjælp/uddannelseshjælp med tillæg over 25 år	16.972 kr.

Samlevende/gifte med 2 børn eller flere

Modtagere af uddannelseshjælp og hjemrejseydelse eller overgangsydelse	13.633 kr.
Modtagere af kontanthjælp under 30 år	14.347 kr.
Modtagere af kontanthjælp over 30 år eller kontanthjælp/uddannelseshjælp med tillæg over 25 år	16.972 kr.

Se komplet skema med alle ydelsesmodtagere på www.borger.dk/sider/kontanthjaelpsloftet.aspx

Kontrakt for voksne flygtninge og familiesammenførte

Med en personlig kontrakt sikrer din kommune, at du får en så god start i Danmark som muligt. I kontrakten fastlægges dine mål for uddannelse og arbejde, og der udarbejdes et selvforsørgelses- og hjemrejseprogram eller introduktionsprogram (se andet faktaark) med de aktiviteter, der skal hjælpe dig med nå målene. En del af programmet vil bestå af undervisning i dansk (se andet faktaark).

En god start ...

HVEM GÆLDER DET?

Kontrakten gælder for alle flygtninge eller familiesammenførte over 18 år.

Betingelser

- Senest en måned efter, at du er kommet til Danmark, skal du indgå en kontrakt med den kommune, du bor i.
- Kontrakten gælder, indtil du får tidsbegrænset opholdstilladelse. Den gælder altså også efter selvforsørgelses- og hjemrejseprogrammets eller introduktionsprogrammets ophør i de tilfælde, hvor du efter max fem års ophold fortsat får meddelt tidsbegrænset opholdstilladelse af Udlændingsservice.
- Når du underskriver kontrakten, skal du også underskrive en opholds- og selvforsørgelseserklæring. I erklæringen skriver du under på, at du vil arbejde aktivt for at sikre din egen og dine herboende børns og ægtefælles/samlevers integration og aktive medborgerskab i det danske samfund.
- Det er en betingelse for at få tidsbegrænset (permanent) opholdstilladelse i Danmark, at du har underskrevet en opholds- og selvforsørgelseserklæring.

SÅDAN GØR DU

Kommunen indkalder dig automatisk til et møde om kontrakten. Hvis det er nødvendigt, vil der være en tolk tilstede.

Mere information

Find kontrakten og opholds- og selvforsørgelseserklæring (på forskellige sprog) på www.uim.dk

Ledighedsydelse

Hvis du er godkendt til et fleksjob, men endnu ikke har fundet et fleksjob, kan du modtage ledighedsydelse som forsørgelsesgrundlag i ledighedsperioden.

Når du søger
fleksjob

HVEM GÆLDER DET?

Du kan modtage ledighedsydelse, hvis du er godkendt til fleksjob, ledig og opfylder en af nedenstående betingelser:

- Du har modtaget sygedagpenge og er nu godkendt til et fleksjob.
- Du har fået revalideringsydelse og er nu godkendt til et fleksjob.
- Du har inden for de seneste 18 måneder haft et fleksjob i mindst 9 måneder, som du ikke selv har sagt op.
- Du bliver arbejdsløs efter et fleksjob og kunne før arbejdets start få ledighedsydelse.

Bemærk! Har du selv sagt op fra et fleksjob, kan du ikke få ledighedsydelse. Der skal her ske en vurdering i jobcentret.

Økonomi

Du kan modtage ledighedsydelse, fra du er godkendt til du starter i fleksjob. Satsen for din ledighedsydelse afhænger af, hvilken ydelse, du var berettiget til på tidspunktet for visitationen. Ledighedsydelsen kan dog højst være 89% af den maksimale dagpengesats, svarende til 18.772 kr. pr. måned.

Modtager du højeste ledighedsydelsessats, kan den kun udbetales i sammenlagt seks måneder efter du har nået fleksydelsesalderen (se separat faktaark). Du kan frem til overgangen til fleksydelse eller folkepension modtage ledighedsydelse på minimumssatsen.

Du skal betale skat og ATP af din ledighedsydelse, men du skal ikke betale arbejdsmarkedsbidrag. Du skal også fortælle kommunen, hvis der sker ændringer i dit liv, som kan have betydning for din ledighedsydelse. Ændringer er fx:

- Du begynder at arbejde (også uden løn).
- Du har arbejdsindtægt.
- Du får kursusgodtgørelse, feriepenge eller pension.
- Du flytter til anden kommune.
- Du opholder dig midlertidigt på institution, højskole, hospital, fængsel eller lignende.
- Du opholder dig i udlandet.

Ledighedsydelse under ferie

Du har ret til ferie med ledighedsydelse i 2,08 dage pr. kalendermåned, du har modtaget ledighedsydelse. Optjeningen af feriedage sker i ferieåret, som løber fra og med 1. september til og med 31. august det følgende år, og skal afholdes i ferieafholdelsesperioden, som løber fra og med 1. september til og med 31. december det følgende år. Optjente feriedage fra tidligere ferieår skal afvikles før dage med ret til ferie med ledighedsydelse i det igangværende ferieår.

Senest 14 dage før din planlagte ferie skal du give jobcentret besked om ferieafholdelsen. Ved din varsling til jobcentret må der ikke allerede i ferieperioden være fastsat møder, givet tilbud om fleksjob eller afgivet andre tilbud, som du har pligt til at deltage i. Er der mindre end 14 dage til ferieafholdelsen, kan jobcentret godkende det, såfremt afholdelsen ikke modvirker din beskæftigelsesindsats.

Du får trukket feriepenge, du har optjent i et tidligere job, fra din ferie med ledighedsydelse – men kun, hvis din optjente ferie og din ret til feriedage med ledighedsydelse sammenlagt bliver mere end 25 feriedage.

Betingelser

- Du skal deltage i samtaler med jobcentret.
- Du skal tage imod tilbud fra jobcentret om fleksjob, som du kan klare, evt. efter en kort oplæring. Siger du uden rimelig grund nej til tilbuddet, mister du retten til ledighedsydelse i tre uger. Siger du nej igen inden for 12 måneder, mister du helt retten til ledighedsydelse.
- Du skal oprette søgbart CV på jobnet inden for 3 uger.

SÅDAN GØR DU

Når du bliver godkendt til et fleksjob, vil jobcentret (hvis du opfylder betingelserne) automatisk placere dig på ledighedsydelse. Du kan altid høre mere om ledighedsydelse i jobcentret.

Mentorordning - personlig hjælp og støtte til job og uddannelse

Hvis du har brug for særlig introduktion til et nyt arbejdsområde eller af andre grunde har brug for ekstra støtte til din jobfunktion, kan du få bevilget en mentor i en periode. Mentoren kan fx være en erfarne ansat på arbejdspladsen eller en medarbejder fra jobcentret, som fx hjælper dig med at prioritere og håndtere arbejdsopgaverne og støtter dig i at blive en del af fællesskabet på arbejdspladsen. Mentorordningen kan også bruges til at få en god start på en ny uddannelse, eller som støtte til at overkomme andre barrierer, der gør det vanskeligt for dig at fastholde eller få job eller uddannelse. Det kan fx være hjælp til at komme op om morgenen og møde på arbejdspladsen eller hjælp til at kontakte egen læge eller jobcentret mv.

HVEM GÆLDER DET?

Mentorordningen gælder alle, der har et afgørende behov for en mentor for at opnå et job eller gennemføre et beskæftigelsesrettet forløb eller en uddannelse. Du kan således ansøge om en mentor, hvis du:

- deltager i kontaktføreløb
- deltager i beskæftigelsesrettede tilbud
- er ansat i fleksjob
- er delvis raskmeldte
- er ansat i ordinært arbejde
- er selvforsørgende
- påbegynder ordinær uddannelse (personer under 30 år)

Betingelser

- Mentorens opgave med at introducere, vejlede og oplære skal ligge ud over de opgaver, som man kan forvente, at en arbejdsgiver eller et uddannelsessted sædvanligvis varetager
- Jobcentret kan bevilge en mentor i forbindelse med stort set alle former for beskæftigelsesfremmende aktiviteter, så længe mentoren er afgørende for at opnå eller fastholde beskæftigelse
- Mentorstøtte kan med få undtagelser bevilges for maksimalt seks måneder med mulighed for forlængelse

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret, hvis du vil søge om at få bevilget en mentor eller blot vil høre om mulighederne. Ved bevilling af en mentor skal du indgå en skriftlig aftale med jobcentret via "Min plan" på jobnet.

Aftalen skal indeholde oplysninger om:

- Målet med mentorstøtten
- Navn og kontaktdata på mentor
- De opgaver, som mentor skal bistå med
- Varigheden af aftalen
- Timeantallet for mentorstøtten
- Klagevejledning

Du kan finde blanketten om ansøgning om mentorfunktion (AB 401) på jobnet.dk under blanketter.



Min Plan

Min Plan er en skriftlig aftale digitalt på Jobnet mellem dig og jobcentret, hvor I angiver, hvilke aktiviteter, der skal iværksættes på hvilke tidspunkter, for at du hurtigst muligt kan komme i arbejde eller uddannelse.



Fast aftale
om dit forløb

HVEM GÆLDER DET?

Alle, der modtager en indsats i jobcentret, skal sammen med jobcentret udarbejde Min Plan digitalt på Jobnet¹. Planen skal være udarbejdet, inden de forskellige aktiviteter sættes i værk, og den skal løbende opdateres i takt med din udvikling frem mod job eller uddannelse.

Betingelser

Udarbejdelsen af Min Plan skal så vidt muligt rettes mod brancher, hvor der er behov for arbejdskraft, og den skal altid indeholde:

- Dit beskæftigelses- eller uddannelsesmål.
- Den beskæftigelsesrettede indsats og de eventuelle beskæftigelsestilbud, som indgår i Min Plan (fx virksomhedspraktik, job med løntilskud, opkvalificerings- eller afklaringsforløb mv.)
- Hvis du har andre problemer end ledighed, skal det også anføres, hvilke andre aktiviteter der kan bidrage til at stabilisere din fysiske, psykiske og sociale situation, så du kommer tættere på arbejdsmarkedet.

Det nærmere indhold i Min Plan tilpasses de forskellige målgrupper i form af forskellige plantyper:

- Min jobplan for ledige dagpenge- og kontanthjælpsmodtagere², samt revalidender (for revalidender, skal jobplanen desuden angive dine muligheder for at blive optaget på en uddannelse og for endelig erhvervmæssig placering, og hvis virksomhedsrevalidering indgår, skal virksomhedens rolle og jobcenterets støtte under forløbet også beskrives).
- Uddannelsesplanen med uddannelsespålæg for uddannelseshjælpsmodtagere² (afklarende vejledningssamtaler, hvor du skal samarbejde med jobcentret om at vælge og starte en realistisk

uddannelse hurtigst muligt – evt. også med deltagelse i tilbud, der kan få dig hurtigere i gang med en uddannelse – fx kortere praktikforløb på en virksomhed eller på en uddannelse).

- Aftale om opfølgning for sygedagpengemodtagere i kategori 2³.
- Rehabiliteringsplanen for personer i ressourceforløb og jobafklaringsforløb.
- Plan for øvrige indsatser for de øvrige målgrupper, bl.a. ledighedsydelsesmodtagere og førtidspensionister.

Formelle krav og procedurer:

- Du skal kvittere for modtagelsen af Min Plan på Jobnet¹, og du er forpligtet til at overholde den.
- Min Plan kan kun ændres efter aftale med jobcentret. Hvis du ikke er enig i planens udformning, kan jobcentret som myndighed ensidigt fastlægge indholdet. Du kan klage over afgørelser om indholdet i Min Plan til Ankestyrelsen.
- Som dagpenge- eller kontanthjælpsmodtager (uden andre problemer end ledighed) skal du stå til rådighed for arbejdsmarkedet, mens du er i gang med aktiviteterne i Min Plan.

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret og hør mere om dine muligheder, pligter og rettigheder i forhold til Min Plan. Du kan altid se Min Plan på din personlige side på jobnet.dk

1) Visse borgere, der ikke kan mestre brugen af den digitale Min Plan, kan I visse tilfælde fritages for at benytte den digitale udgave og i stedet modtage via fysisk brev. 2) Herunder også modtagere af selvforsørgelses- og hjemrejse eller overgangsydelse. 3) Dog ikke et krav for sygemeldte i et ansættelsesforhold.

Nytteindsats

Med nytteindsats skal du arbejde for din offentlige ydelse ved at udføre en samfundsnyttig opgave. Det vil typisk være almennyttige gøremål i offentlige virksomheder, der ikke må erstatte eller udkonkurrere almindelig job. Fx at klippe hæk, renholde grønne områder, gå ture med plejehjemsbeboere mv.

HVEM GÆLDER DET?

Du kan blive bedt om at deltage i nytteindsats, hvis du:

- Modtager uddannelseshjælp eller kontanthjælp.
- Er dagpengemodtager, og jobcentret vil afprøve din rådighed i forhold til arbejdsmarkedet.

Betingelser

- Du skal altid acceptere tilbud om nytteindsats for at kunne modtage din ydelse.
- Du skal stadig være tilmeldt jobnet.dk og være aktivt jobsøgende, mens du er i nyttejob, hvis du modtager kontanthjælp.
- Du skal fortsat arbejde hen imod at kunne påbegynde uddannelse, mens du er i nytteindsats, hvis du modtager uddannelseshjælp.
- Jobindholdet behøver ikke på forhånd at være præciseret i en konkret arbejdsbeskrivelse, og nytteindsats kan vare op til 13 uger på samme sted.

Økonomi

Du modtager din hidtidige ydelse, når du er i nytteindsats.

SÅDAN GØR DU

Jobcentret vil automatisk tilbyde dig nytteindsats på det relevante tidspunkt efter de gældende regler. Du kan høre mere om nytteindsats i jobcentret.



Gør nytte
for din
ydelse

Opkvalificering før eller efter ansættelse i ordinært job

Tilbuddet om opkvalificering før eller efter ansættelse i ordinært job kan gøre det nemmere at søge og finde job inden for områder, hvor du næsten har alle kvalifikationer – men bare lige mangler et enkelt kursus eller certifikat. Det kan fx være et truckcertifikat eller it-kørekort, der kan være den afgørende forskel for, om du bliver ansat i et ordinært job.

Udvid dine
jobmuligheder

HVEM GÆLDER DET?

Kommende arbejdsgivere kan via den regionale uddannelsespulje* opkvalificere dig til konkrete jobfunktioner i op til tre måneder før – og senest tre måneder efter – ansættelsens start. Dit kursus kan maksimalt vare tre måneder, og du kan maks. modtage et kursus pr. ansættelse. Hvis du fx skal være lagermedarbejder, kan der være særlige it-krav, du skal opfylde. Eller hvis du skal arbejde i kantine, kan der være krav om hygiejnekurser. Tilbuddet om opkvalificering gør det både lettere for dig at finde nyt job, og samtidig sparer virksomheden tid på oplæring.

Betingelser før ansættelse

Alle grupper af ledige, på nær fleksjobbere, kan benytte sig af tilbuddet om et kort erhvervsrettet kursus på op til tre måneder. Det er dog et krav, at din arbejdsgiver udarbejder en arbejdsgivererklæring om efterfølgende ansættelse i minimum tre måneder uden løntilskud. Kurset skal være relevant for at kunne varetage jobbet og kan afholdes i op til tre måneder før ansættelsens start.

Opkvalificering efter ansættelse

Inden for rammerne af den regionale uddannelsespulje og positivlisterne* kan din arbejdsgiver også få tilskud til korte erhvervsrettede kurser efter at have ansat dig i et ordinært job.

Betingelser efter ansættelse

- I opkvalificeringsperioden op til tre måneder fra ansættelsens start modtager du almindelig løn, mens din arbejdsgiver får tilskud til udgifterne til opkvalificeringen.
- Opkvalificeringen skal ligge ud over almindelig oplæring.
- Opkvalificeringen må ikke varetages af en person, der er ansat i virksomheden.
- Du skal have været ledig i mindst seks måneder før ansættelsen.
- Der skal fremlægges dokumentation for det ansøgte tilskud til opkvalificering, og virksomheden skal ansøge om tilskuddet, før udgiften har været afholdt.

SÅDAN GØR DU

Når du finder et job, hvor opkvalificering kunne være relevant, skal du sammen med din arbejdsgiver og jobcentret opstille rammerne for opkvalificeringen før – eller i forbindelse med – ansættelsen. Kontakt jobcentret for mere information om mulighederne.

* Læs mere om den regionale uddannelsespulje og de regionale positivlister på www.rar-bm.dk

Ordblinde- undervisning (OBU)

De fleste job kræver basale læse- og skrivefærdigheder, så hvis du er ordblind kan du forbedre dine muligheder for at finde og klare et job, hvis du deltager i ordblindeundervisning.

Bliv bedre til at
læse og skrive

HVEM GÆLDER DET?

Ordblindeundervisning for voksne er for dig over 25 år, der er ordblind og ønsker at forbedre dine muligheder for at klare dig i job, der kræver, at du kan læse og skrive.

Undervisningen foregår typisk på små hold med maksimalt seks deltagere og tilrettelægges, så du bliver bedre til at læse, skrive og forstå tekster. Derudover får du også færdigheder i at bruge forskellige redskaber og it-hjælpemidler som fx talegenkendelse og tekstscannere. Alt sammen så du lettere kan klare dig i situationer, der kræver skriftlighed.

Der er ikke fastlagt timetal og forløbene kan være korte og fx fokusere på et enkelt it-værktøj, eller være længere og kombinere mere traditionel undervisning med introduktion til nye værktøjer.

Betingelser

For at deltage i OBU skal du gennemgå en obligatorisk test for ordblindhed på det lokale VUC. Ordblindetesten bygger på viden om de specifikke læse- og stavevanskeligheder, der karakteriserer ordblindhed og giver en sikker og ensartet identifikation af ordblindhed.

Økonomi

- Undervisning, materialer og hjælpemidler, som er nødvendige for undervisningen er gratis.
- Hvis du har særlige udfordringer eller funktionsnedsættelse kan du få bevilget ekstra støtte eller særlige hjælpemidler*. Hvis du fx har et hørehandicap kan du få høretekniske hjælpemidler, og hvis du har et synshandicap kan du få programmer, der kan læse tekster højt, zoomer ind på teksten eller andre hjælpemidler, der kompenserer for synsnedsættelsen. Hvis du har et bevægelseshandicap kan du få ergonomiske hjælpemidler eller personlig assistance.

SÅDAN GØR DU

Kontakt dit lokale voksenuddannelsescenter (VUC) og hør nærmere om dine muligheder for at blive testet for ordblindhed og modtage undervisning, der styrker dine læse- og skrivefærdigheder.

Find dit lokale VUC på www.vuc.dk/kort

* Kursister på OBU kan ikke få bevilget it-startpakker og programpakker, der er målrettet kompensation af ordblindheden. OBU er tilrettelagt under hensyn til og med fokus på at afhjælpe og begrænse de vanskeligheder, der følger med ordblindhed. Det vil sige, at undervisningen i sig selv har til formål at kompensere kursistens funktionsnedsættelse.

Personlig assistance

Få skræddersyet støtte til de konkrete arbejdsopgaver i jobbet, som du på grund af et handicap eller varig funktionsnedsættelse ikke kan klare selvstændigt.

Op til
20 timers
assistance
pr. uge

HVEM GÆLDER DET?

Hvis du har en varig funktionsnedsættelse / handicap, der medfører barrierer i dit job, kan du søge om personlig assistance gennem dit jobcenter. Den personlige assistent kan så støtte dig i de arbejdsfunktioner, som du ikke selv kan udføre på grund af din funktionsnedsættelse / handicap.

Personlig assistance kan fx bestå af praktisk bistand til konkrete arbejdsopgaver, tolkning eller personlig støtte. Den personlige assistent kan fx være en allerede ansat person, en udefrakommende, eller det kan også være virksomhedens indehaver.

Muligheden for personlig assistance er tilstede, hvis du er:

- ansat på almindelige arbejds- og lønvilkår
- ansat i fleksjob eller i løntilskud
- selvstændig
- ledig, der deltager i forløb gennem jobcentret, fx virksomhedspraktik.

Du kan også få bevilget personlig assistance til efter- og videreuddannelse, men kun hvis du ikke er berettiget til specialpædagogisk støtte.

Betingelser

Det er en betingelse for at få personlig assistance, at din funktionsnedsættelse ikke er uforenelig med dit erhverv. Jobcentret vurderer dit behov for assistance i din konkrete situation, og det bevilgede timetal afhænger af dit behov. Hvis du er ansat 37 timer om ugen, kan du som udgangspunkt få personlig assistance i op til 20 timer om ugen. Hvis du har flere eller meget omfattende funktionsnedsættelser, kan du i særlige tilfælde få bevilget personlig assistance i op til fuld tid.

Økonomi

Jobcenteret refunderer virksomheden de lønandele, som tilskuddet omfatter.

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret og hør mere om muligheden for personlig assistance. Se også www.star.dk/handicap, hvor du kan finde eksempler på personlig assistance og anden støtte til en lang række handicapgrupper.

Ansøgning om personlig assistance sker i samarbejde med jobcentret gennem den digitale løsning: Vitas.bm.dk (se også faktaarket om Vitas).

Realkompetencevurdering

Med en realkompetencevurdering kan du få synliggjort og dokumenteret alle de uformelle kvalifikationer, som du har opnået via din tidligere erhvervserfaring. Det styrker dine muligheder for at få merit ved videre voksen- og efteruddannelse og kan også bruges i din jobsøgning - fx som bevis for dine kompetencer i dit cv.

Få
dokumentation
på alt det,
du kan

HVEM GÆLDER DET?

Muligheden for realkompetencevurdering er primært henvendt til dig, der ikke har en videregående uddannelse. Den kommer typisk på tale:

- Hvis du er startet i job i stedet for uddannelse.
- Hvis du vil skifte branche.
- Hvis du efter længere tid i job ønsker mere uddannelse.
- Hvis du har uafsluttede uddannelser bag dig og gerne vil i gang igen.

Realkompetencevurderingen, som kan vare fra 1/2 dag til 10 dage, kan bestå af en vurdering eller afprøvning af, om dine kvalifikationer, kompetencer og viden fx kan bruges i et specifikt job eller i en specifik branche. Realkompetencevurdering kan også danne afsæt for et konkret uddannelsesløft via erhvervsuddannelser for voksne (se separate faktaark om Erhvervsuddannelse for voksne og Uddannelsesløft).

Betingelser

- Du skal stå til rådighed for arbejdsmarkedet, mens du får foretaget en realkompetencevurdering.

Økonomi

Du modtager som udgangspunkt din sædvanlige ydelse i den periode, du får foretaget en realkompetencevurdering.

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret og hør mere om dine muligheder for at få en realkompetencevurdering.

Selve vurderingen skal foretages af en ordinær uddannelsesinstitution under enten:

- Voksenuddannelsesområdet VUC
- Arbejdsmarkedsuddannelsesområdet AMU
- Erhvervsuddannelsesområdet EUV
- Videregående voksenuddannelsesområdet WVU

Inden mødet med uddannelsesinstitutionen kan du med fordel gå ind på minkompetencemappe.dk og registrere din erhvervserfaring og de kurser, du eventuelt har taget.



Rehabiliteringsteamet - særlig tværfaglig indsats

Afklaring
af dine
muligheder

Hvis den normale indsats fra jobcentret ikke får dig i job eller i gang med en uddannelse, eller hvis du ikke kan få forlænget dine sygedagpenge, kan du få tilbudt et møde med kommunens rehabiliteringsteam¹.

HVEM GÆLDER DET?

Rehabiliteringsteamet¹ kan hjælpe dig, hvis du:

- Er ledig og ikke kan komme i job eller uddannelse med den normale indsats.
- Er sygemeldt og ikke få forlænget dine sygedagpenge efter forlængelsesreglerne (se også faktaarket Jobafklaringsforløb).

Før mødet i rehabiliteringsteamet

Før du mødes med teamet, skal du sammen med din sagsbehandler lave en grundig beskrivelse (rehabiliteringsplanens forberedende del) af alt det, du kan i forhold til job og uddannelse, og hvad du måske mangler, herunder:

- Dine arbejdsmæssige erfaringer, ressourcer og ønsker i forhold til job og uddannelse - inklusiv dit samlede CV.
- Dine arbejdsmæssige og/eller sociale udfordringer i forhold til job eller uddannelse.
- Dine personlige ressourcer og netværk.
- Din helbredsmæssige- og hidtidige forsørgelsessituation.
- Erfaringerne med den hidtidige indsats.

Hvis kommunen vurderer, at det er relevant for din sag, kan din praktiserende læge, på baggrund af en konsultation med dig, beskrive dine muligheder for arbejde/uddannelse i forhold til dit helbred og eventuelle behov for særlige hensyn.

Under mødet i rehabiliteringsteamet

Under mødet skal du sammen med rehabiliteringsteamet finde frem til, hvordan du kan komme i gang med at arbejde eller uddanne dig med udgangspunkt i dine styrker. Din sagsbehandler er med på mødet, og du kan også tage en med, der kender dig godt. Det kan også være nødvendigt at inddrage yderligere sundhedsfaglig rådgivning eller vurderinger fra regionernes kliniske funktioner, inden rehabiliteringsteamet kan komme med sin indstilling.

Efter mødet i rehabiliteringsteamet

Efter mødet kommer rehabiliteringsteamet med en indstilling til, hvordan du bedst kan komme videre fra din nuværende situation. Den indeholder en vurdering af din fortsatte evne til at arbejde.

Den kan eventuelt også indeholde en beskrivelse af konkrete forløb og aktiviteter, der kan hjælpe med at udvikle din arbejdsevne (hvis du fx tilbydes et ressourceforløb eller er indstillet til et jobafklaringsforløb). På baggrund af rehabiliteringsteamets indstilling, træffer kommunen en afgørelse om din sag, og du modtager et brev om, hvad der er besluttet. Hvis du er uenig i afgørelsen, kan du klage til Ankestyrelsen. Afgørelsen kan være:

- **Ressource- eller jobafklaringsforløb (se andre faktaark)**
Hvis en særlig indsats kan hjælpe dig videre og på sigt i gang med at arbejde eller uddanne dig, kan du få tilbud om et ressource- eller jobafklaringsforløb. Ved denne type afgørelse udarbejdes rehabiliteringsplanens indsatsdel med beskrivelse af dit job/uddannelsesmål, samt dine delmål inden for beskæftigelsesmæssige, uddannelsesmæssige, sundhedsmæssige og sociale områder. Alle konkrete tilbud og aktiviteter beskrives i detaljer, og det hele samles og registreres i Min Plan på Jobnet (se faktaark).
- **Fleksjob (se andet faktaark)**
Du får ret til et fleksjob, hvis du har varige og væsentlige begrænsninger i din arbejdsevne, som gør, at du ikke kan opnå eller fastholde et arbejde på normale vilkår.
- **Tilskud til selvstændigt erhvervsdrivende (se andet faktaark)**
Du kan få ret til tilskud til selvstændigt erhvervsdrivende, hvis du har en varig og væsentligt nedsat arbejdsevne i forhold til arbejdet i din virksomhed.
- **Førtidspension (se andet faktaark)**
Du kan få førtidspension, hvis din evne til at arbejde er varigt nedsat til det ubetydelige, og din evne til at arbejde ikke kan udvikles på grund af dit helbred.

Hvis der ikke er grundlag for nogen af ovenstående afgørelser, kan beslutningen også blive, at du skal tilbage i jobcentret og arbejde videre med andre tilbud.

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret hvis du vil vide mere om rehabiliteringsteamet.

1) Rehabiliteringsteamet består som udgangspunkt af en repræsentant fra kommunens beskæftigelsesområde og en sundhedskoordinator fra regionen. Derudover kan der være repræsentanter fra fx social- og/eller sundhedsområdet, hvis det er relevant for din sag.

Repatriering

Som flygtning, familiesammenført udlænding eller indvandrer kan du få rådgivning og økonomisk hjælp til at genbosætte dig i dit hjemland eller tidligere opholdsland

Få op til
161.012 kr.*
til at starte et
nyt liv i hjem-
landet

HVEM GÆLDER DET?

Du kan modtage rådgivning og økonomisk hjælp til at genbosætte dig i dit hjemland eller tidligere opholdsland, hvis du har opholdstilladelse i Danmark på baggrund af din status som:

- Flygtning
- Familiesammenført til flygtning
- Anden familiesammenført udlænding, som har haft opholdstilladelse i Danmark i 5 år
- Udlænding, som har opholdstilladelse i Danmark efter regler, som gælder før udlændingeloven af 1983, eller som er født i Danmark som efterkommere af disse
- Dansk statsborger med dobbelt statsborgerskab

Betingelser

- Du kan kun få hjælp til repatriering, hvis du ikke selv har midler til det og kun, hvis du ønsker at genbosætte dig varigt i dit hjemland eller tidligere opholdsland
- Du kan kun få hjælp til repatriering én gang
- Som familiesammenført kan du kun få hjælp til repatriering, når du vender tilbage til hjemlandet eller tidligere opholdsland med den, du oprindeligt er familiesammenført med (referencen). Der gælder dog en række undtagelser fra denne betingelse**
- Du kan ikke få hjælp til repatriering, hvis du bevidst unddrager dig strafforfølgning eller straffuldbyrdelse

Økonomi

Hjælp til repatriering omfatter et engangsbeløb* på:

- 161.012 kr. for voksne og 49.107 kr. for børn. Pengene udbetales i to portioner – første del ved udrejsen og anden del (op til 96.608 kr. til voksne, op til 29.464 kr. til børn) udbetales efter ét år i hjemlandet / tidligere opholdsland.

Derudover kan der ydes økonomisk støtte til:

- Rejseudgifter
- Transport af ejendele, eller til udgifter til køb af personlige bohøve

- Erhvervsudstyr
- Sygeforsikring i fire år
- Medicin til ét års forbrug
- Nødvendige hjælpemidler
- Udgifter til skolegang i 4 år for børn mellem (5-16) år
- Støtte til anskaffelse af rejsedokumenter

Tag dit forsørgelsesgrundlag med i kortere perioder

Hvis du modtager hjælp til forsørgelse (fx kontanthjælp, selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse, sygedagpenge eller dagpenge mv.) kan du ansøge om at tage ydelsen med, hvis du vil deltage i praktik- eller uddannelsesforløb eller i rekonstrueringsrejser til hjemlandet / det tidligere opholdsland for at kunne træffe beslutning omkring repatriering.

Reintegrationsbistand

Hvis du er omfattet af repatrieringsloven, kan du, hvis du opfylder en række betingelser***, modtage reintegrationsbistand i op til fem år. Reintegrationsbistand er en slags pensionslignende, månedlig ydelse, og bistandens størrelse afhænger af leveomkostningerne i det land, du repatrierer til (typisk vil bistanden* ligge på 3.500-4.500 kr. pr. måned). Du kan også vælge at modtage reintegrationsbistanden som en livslang ydelse på 80% af den oprindelige reintegrationsbistand.

Fortrydelsesret

Som flygtning har du ret til at fortryde beslutningen om at vende

hjem og komme tilbage til Danmark indenfor typisk ét år. På den måde kan du igen opnå rettigheder i Danmark, men du skal dog tilbagebetale hele repatrieringsstøtten, hvis du fortryder. Som indvandrer har du ikke nogen fortrydelsesret, når du er rejst og har fået støtte til at vende tilbage til hjemlandet.

SÅDAN GØR DU

Dansk Flygtningehjælp yder rådgivning til udlændinge (også med tolkebistand), der ønsker at vende hjem. Ring på: 3373 5000 eller skriv til atvendehjem@drc.dk. Læs mere og kom videre på: www.atvendehjem.dk

* 2025 satser.

Hvis du er blevet skilt fra referencen. Hvis referencen er død. Hvis du som barn er blevet familiesammenført og efter dit fyldte 18 år ønsker at repatriere. Hvis du har opholdstilladelse på grundlag af en familiemæssig tilknytning til en herboende søn eller datter og på repatrieringstidspunktet er fyldt 55 år og opfylder betingelserne for at modtage førtidspension, eller hvis du er fyldt 50 år og på grund af din helbredstilstand eller lign. ikke formodes at kunne skaffe dit et forsørgelsesgrundlag i dit hjemland eller tidligere opholdsland. * Du er omfattet af ordningen, hvis du: Ikke har midler, som kan dække behovet for reintegrationsbistand. Ønsker at vende permanent tilbage til dit hjemland eller tidligere opholdsland. Har haft opholdstilladelse i Danmark i 5 år og på tidspunktet for repatrieringen er fyldt 55 år. Opfylder betingelserne for at modtage førtidspension eller er fyldt 50 år og på grund af din helbredstilstand eller lignende forhold må antages ikke at kunne skaffe dig et forsørgelsesgrundlag i dit hjemland eller tidligere opholdsland.



Ressourceforløb

I et ressourceforløb får du en tværfaglig og helhedsorienteret indsats, der med fokus på dine ressourcer kan udvikle din arbejdsevne og på sigt bringe dig i arbejde eller i gang med en uddannelse.

Fokus
på dine
ressourcer

HVEM GÆLDER DET?

Ressourceforløb er til dig, der har komplekse problemer, som kræver en ekstra indsats for, at du kan komme i arbejde eller uddannelse. Det kan være dit fysiske eller psykiske helbred, din personlige situation eller måske noget helt andet.

Formålet med ressourceforløbet er at udvikle din arbejdsevne, så du kan komme i et job eller uddannelse, der passer til netop din arbejdsevne. Forløbet tager altid udgangspunkt i din individuelle situation og kan fx bestå af aktiviteter som udredning og behandling, motion, støtte fra psykolog, coach eller mentor, virksomhedspraktik, kurser og socialpædagogisk bistand.

Hvor mange ressourceforløb, du kan få, afhænger af din alder:

- Hvis du er under 40 år, kan du få tilbudt et eller flere ressourceforløb. Du kan ikke få tilkendt førtidspension, med mindre det er helt åbenlyst, at du aldrig kan komme ud på arbejdsmarkedet igen.
- Hvis du er mellem 40 og 50 år, skal du som udgangspunkt deltage i et eller flere ressourceforløb, før du kan få førtidspension. Du kan maksimalt deltage i ressourceforløb i en samlet periode på fem år.
- Hvis du er over 50 år, skal du kun deltage i ét ressourceforløb af maksimalt tre års varighed.
- Hvis du har under seks år til folkepensionsalderen, skal du kun deltage i et ressourceforløb, hvis du selv ønsker det.

Økonomi

Under ressourceforløb modtager du ressourceforløbsydelse, der er på samme niveau, som den ydelse du modtog forud for ressourceforløbet. Ydelsen kan blive justeret undervejs i forløbet. Hvis du fx er på kontanthjælp og får et barn undervejs i forløbet, bliver ressourceforløbsydelsen hævet til kontanthjælpsniveau på forsørgersats. Ressourceforløbsydelsen er uafhængig af din egen formue og en eventuel ægtefælles indtægts- og formueforhold, og du kan tjene op til 16.972 kr. om måneden (2025), uden det får betydning for din ressourceforløbsydelse. Hvis du har indtægter inkl. pension, der overstiger 16.972 kr., bliver din ressourceforløbsydelse sat ned med 55 pct. af den del af lønnen inkl. pension og før skat, der overstiger grænsebeløbet på 16.972 kr.

Når du har fået udbetalt ressourceforløbsydelse i 12 sammenhængende måneder, har du ret til fem ugers ferie, hvor du samtidig får udbetalt ressourceforløbsydelse. Du skal holde ferien inden for de 12 efterfølgende måneder. Stopper du i dit ressourceforløb, kan du ikke holde ferie med ydelsen, og har du optjent feriegodtgørelse hos en arbejdsgiver, skal du holde den ferie først. Du kan dog højst holde fem ugers ferie i alt, som altid skal aftales med jobcentret.

Betingelser

- Det er kommunens rehabiliteringsteam, der skal anbefale, at kommunen giver dig et ressourceforløb. Hvis kommunen vurderer, at et ressourceforløb kan være den rigtige hjælp til dig, bliver du sammen med din sagsbehandler indkaldt til møde med rehabiliteringsteamet (se faktaark om rehabiliteringsteamet).
- Du skal deltage aktivt i det individuelt tilrettelagte ressourceforløb, som det fremgår af rehabiliteringsplanens indsatsdel. Du kan altid finde planen og beskrivelserne på Min Plan på Jobnet.
- Du skal deltage i alle samtaler i kommunen eller hos anden aktør, og du skal altid give besked til kommunen eller arbejdsgiver i tilfælde af sygdom.
- Et ressourceforløb varer mindst ét og højst tre år.
- Du får en koordinerende sagsbehandler igennem hele forløbet.
- Du kan få en personlig jobformidler, der kender det lokale arbejdsmarked og kan hjælpe dig med kontakten til en arbejdsgiver – uanset om der er tale om en virksomhedspraktik eller en ansættelse på nogle få timer om ugen.
- Du har ret til en samtale med en sundhedskordinator fra regionens kliniske funktion, hvis du mener, at et tilbud – fx en virksomhedspraktik – ikke tager nok hensyn til dine skånebehov. Sundhedskordinatoren kan rådgive jobcentret, om tilbuddet kan tilpasses dine skånehensyn, eller om du skal have et andet tilbud.
- Du har ret til en hurtig indsats, og det betyder, at rehabiliteringsteamet skal vurdere din sag igen, hvis du ikke er kommet i gang med dit ressourceforløb inden for seks måneder.

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret, hvis du vil vide mere eller ønsker at komme i betragtning til et ressourceforløb.

Revalidering

Revalidering skal hjælpe dig, der ikke kan varetage et job af fysiske, psykiske eller sociale årsager, med at finde den kortest mulige vej tilbage på arbejdsmarkedet. En revalidering vil typisk bestå af uddannelse, optræning eller omskoling - ofte i kombination med virksomhedspraktik. Det kan også foregå via ansættelse hos en privat eller offentlig arbejdsgiver - som en såkaldt virksomhedsrevalidering. Revalideringen skal altid målrettes områder med gode beskæftigelsesmuligheder.

Praktik
Uddannelse
Omskoling

HVEM GÆLDER DET?

For at få støtte til revalidering, skal følgende betingelser være opfyldt:

- Du skal have varige begrænsninger i din arbejdsevne, som betyder, at du ikke kan forsørge dig selv.
- Der skal være en realistisk mulighed for, at revalideringen kan føre dig til hel eller delvis selvforsørgelse.
- Der er ikke andre tilbud eller muligheder (fx ordinær uddannelse, virksomhedspraktik eller job med løntilskud), der kan hjælpe dig i beskæftigelse.

Forrevalidering

For at kunne svare på ovenstående spørgsmål kan det være nødvendigt med en forrevalidering, hvor du kan prøve dine kræfter, evner og muligheder af i forskellige arbejdsfunktioner. Det kan enten foregå på en arbejdsplads eller en revalideringsinstitution - men det kan også være et højskoleophold, hf-kurser, undervisning på 9.-10. klasses niveau, erhvervsintroducerende kurser mv.

Økonomi

Du kan højst få revalideringsydelse i op til fem år. Revalideringsydelsen svarer til den maksimale dagpengesats på 21.106 kr. pr. md. Hvis du er under 25 år, får du dog normalt kun den halve revalideringsydelse. En eventuel forrevalidering foregår på din hidtidige ydelse.

Satserne er:

Over 30 år	21.106 kr. pr. md.
Forsørgere under 30 år	21.106 kr. pr. md.
Over 25 år med forsørgelsespligt over for ikke hjemmeboende børn	16.972 kr. pr. md.

Over 25 år uden forsørgelsespligt over for børn	12.770 kr. pr. md.
Under 25 år udeboende	8.231 kr. pr. md.
Under 25 år hjemmeboende	3.972 kr. pr. md.
Under 25 år, gravid og min. 12 uger henne	12.770 kr. pr. md.
Under 25 år og psykisk syg med forsørgelsespligt for ikke hjemmeboende børn	16.972 kr. pr. md.
Under 25 år, psykisk syg og udeboende	12.770 kr. pr. md.

Du skal betale skat af din revalideringsydelse, som dog er uafhængig af en eventuel ægtefælles indkomst og formue. Du kan også komme i løntilskud under revalidering.

Betingelser

- Du skal deltage i de nødvendige lægelige undersøgelser for at belyse din helbredstilstand.
- Du skal oplyse jobcentret om forhold, der kan have betydning for din ret til revalidering.
- Du skal deltage i en eventuel forrevalidering, hvis jobcentret vurderer, at det er nødvendigt for at kunne afklare, hvad du vil og kan revalideres til.
- Du skal som udgangspunkt gennemføre eventuelle uddannelser under revalideringen på den normerede studietid.
- Hvis du overvejer revalidering til selvstændig virksomhed, skal du kontakte jobcentret, da der er flere forhold, der skal være opfyldt.

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret, hvis du vil høre mere om - eller ønsker at blive godkendt til - revalidering.

Seks ugers jobrettet uddannelse for dagpengemodtagere

Med seks ugers jobrettet uddannelse kan du forbedre dine jobmuligheder og få flere af de færdigheder og kompetencer, som virksomhederne har brug for. Du kan vælge ét seks ugers jobrettet uddannelses- eller kursusforløb inden for områder med gode jobmuligheder.

Vælg selv
din uddannelse

HVEM GÆLDER DET?

Du har ret til seks ugers jobrettet uddannelse, hvis du enten:

- er ufaglært eller faglært dagpengemodtager.
- er dagpengemodtager med en kort videregående uddannelse og samtidig har en erhvervsfaglig uddannelse.
- eller har en hensigtserklæring om ansættelse fra en arbejdsgiver.

Betingelser

- Seks ugers jobrettet uddannelse kan tidligst påbegyndes efter fem ugers ledighed.
- Hvis du er fyldt 25 år, skal du gennemføre den jobrettede uddannelse inden for de første ni måneder af din ledighed.
- Hvis du er under 25 år, skal du gennemføre den jobrettede uddannelse inden for de første seks måneder af din ledighed.
- Starter du på en uddannelse i opsigelsesperioden, kan du fortsætte din uddannelse i op til seks uger fra første ledighedsdag, hvis det er et forløb, du kan tage som jobrettet uddannelse.
- Du skal have et aktivt CV på jobnet.

Økonomi

- Du får dagpenge i uddannelsesperioden.
- Du får betalt din uddannelse af jobcentret.
- Du får et tilskud til transport pr. km for den strækning, der ligger ud over de første 24 km mellem din bopæl og uddannelsesstedet.

SÅDAN GØR DU

Kurser og uddannelsesforløb på op til seks uger

Find dit ønskede kursus eller uddannelsesforløb på positivlisten for seks ugers jobrettet uddannelse. Se listen her: www.star.dk - søg på "positivlisten for seks ugers jobrettet uddannelse".

Brug også den regionale uddannelsespulje!

Den regionale uddannelsespulje er en mulighed for alle dagpengemodtagere, som fra første ledighedsdag og i hele dagpengeperioden kan få tilbud om korte, erhvervsrettede uddannelsesforløb efter en visitation i jobcentret. Uddannelsesforløbene skal fremgå af den regionale positivliste, som findes på de regionale beskæftigelsesråds hjemmesider (det kan også være i din bopæls tilstødende regioner), og der er årligt afsat en bevilling til den regionale uddannelsespulje, som fordeles til kommunerne.

Læs mere om den regionale uddannelsespulje på rar-bm.dk

Seks ugers jobrettet uddannelse for ledighedsydelsesmodtagere

Når du er godkendt til et fleksjob, kan du med seks ugers jobrettet uddannelse forbedre dine jobmuligheder og få flere af de færdigheder og kompetencer, som virksomhederne har brug for. Du kan vælge seks ugers jobrettet uddannelses- eller kursusforløb inden for områder med gode jobmuligheder.

Vælg selv
din uddannelse

HVEM GÆLDER DET?

Du har ret til seks ugers jobrettet uddannelse for ledighedsydelsesmodtagere, hvis du:

- er berettiget til fleksjob og modtager ledighedsydelse
- ikke har en erhvervsrettet uddannelse, der i forhold til niveau og varighed overstiger en erhvervsuddannelse eller en anden uddannelse, der kan sidestilles med en erhvervsuddannelse
- ikke har en videregående uddannelse, der i forhold til niveau og varighed overstiger en uddannelse på erhvervsakademineiveau, og samtidig har en erhvervsuddannelse eller anden uddannelse, der kan sidestilles med en erhvervsuddannelse.

Betingelser

- Seks ugers jobrettet uddannelse kan tidligst påbegyndes efter fem ugers sammenlagt ledighed og skal gennemføres inden for de første ni måneder af din sammenlagte ledighed. Hvis du har påbegyndt et kursus eller et uddannelsesforløb inden for en erhvervsgruppe med rekrutteringsudfordringer i en opsigelsesperiode, kan du dog fortsætte med kurset eller uddannelsesforløbet som jobrettet uddannelse i op til seks uger fra første dag med ledighedsydelse.
- Du skal stå til rådighed for fleksjob under uddannelsen, og hvis du bliver tilbudt et fleksjob, skal du være parat til at afbryde uddannelsen.
- Det er muligt at tage et eller flere kursusforløb, så længe de ikke sammenlagt overskrider seks uger. Forløbet kan være et kursus, en uddannelse eller et kursusforløb, der er stykket sammen til en pakke og fremgår af positivlisten (se "Sådan gør du").

Økonomi

- Du får ledighedsydelse i uddannelsesperioden.
- Du får betalt din uddannelse af jobcentret.
- Du får tilskud til transport pr. km for den strækning, der ligger ud over de første 24 km mellem din bopæl og uddannelsesstedet (se satsen på bm.dk/ydelser-satser)

SÅDAN GØR DU

Find dit ønskede kursus eller uddannelsesforløb på positivlisten for seks ugers jobrettet uddannelse. Se listen på: www.star.dk - søg på "positivlisten for seks ugers jobrettet uddannelse".

Når du har fundet dit kursus eller uddannelsesforløb, skal du kontakte din sagsbehandler i kommunen.



Selvforsørgelses- og hjemrejseprogram eller introduktionsprogram for voksne flygtninge og familiesammenførte

Et selvforsørgelses- og hjemrejseprogram eller introduktionsprogram skal hurtigst muligt få dig i ordinært job eller i gang med en uddannelse. Programmet kan bestå af danskundervisning og forskellige aktiviteter, der får dig tættere på job – fx virksomhedspraktik eller job med løntilskud. Hvis du allerede har en uddannelse eller erhvervs erfaring fra dit hjemland, skal det i videst mulig udstrækning bruges til at få dig ind på det danske arbejdsmarked. Indholdet af dit program bliver fastlagt i en kontrakt, som indgås med din kommune.

HVEM GÆLDER DET?

Selvforsørgelses- og hjemrejseprogrammet gælder for alle flygtninge eller familiesammenførte til flygtninge over 18 år. Introduktionsprogrammet gælder for familiesammenførte til øvrige grupper.

Betingelser og indhold

- Programmet tilrettelægges, så du kan opnå ordinær beskæftigelse eller gå i gang med uddannelse inden for et år*.
- Hvis du modtager kontanthjælp eller selvforsørgelses- og hjemrejseydelse eller overgangsydelse, har du pligt til at deltage aktivt i programmet. Fx ved at tage imod arbejde i virksomhedspraktik, nyttejob eller job med løntilskud. Du risikerer at miste ydelsen, hvis du ikke deltager.
- Du har mulighed for en formel vurdering af din uddannelseskvalifikationer, hvis dine uddannelseskvalifikationer ikke tidligere er blevet vurderet.
- Er du under 25 år og opfylder visse betingelser**, kan du blive pålagt at finde og gå i gang med en uddannelse.
- Hvis du er under 30 år og har gennemført et første virksomhedsrettet tilbud (virksomhedspraktik, job med løntilskud mv.) kan du få tilbudt et særligt højskoleophold, hvis kommunen vurderer, at det kan forbedre dine chancer for at få et ordinært job.
- Kommunen kan også hjælpe med en mentor, hvis det har afgørende betydning for, om du kan komme i job eller uddannelse.
- Du kan få særlig hjælp og støtte, hvis du fx har krigstraumer eller andre særlige problemer.

* Hvis du ikke har opnået beskæftigelse eller uddannelse inden for et år, skal programmet forlænges. Det samlede program kan dog maks. vare fem år.

** Gælder for dig, der: Modtager (eller har søgt om) kontanthjælp. Ikke har en erhvervskompetencegivende uddannelse. Ikke har forsørgerpligt overfor hjemmeboende børn.

SÅDAN GØR DU

Kommunen indkalder dig automatisk til et møde, hvor I sammen fastlægger programmet og underskriver kontrakten (se andet faktaark). Hvis det er nødvendigt, vil der være en tolk tilstede, så du har mulighed for at stille spørgsmål på dit eget sprog.

Mere information

Find kontrakten og opholds- og selvforsørgelseserklæring (på forskellige sprog) på www.uim.dk

Mulighed for
særlig hjælp og
støtte



Selvforsørgelses- og hjemrejse eller overgangsydelse

Selvforsørgelses- og hjemrejse eller overgangsydelse er en økonomisk ydelse til dig, der ikke har boet i Danmark (eller Grønland og Færøerne) i mindst 9 ud af de sidste 10 år og ikke kan forsørge dig selv eller din familie.

Bemærk
ny arbejdspligt
pr. 1. januar
2025

HVEM GÆLDER DET?

Du kan modtage selvforsørgelses- og hjemrejse eller overgangsydelse, hvis du ikke har boet i Danmark (eller Grønland og Færøerne) i mindst 9 ud af de sidste 10 år¹ og ikke kan forsørge dig selv eller din familie.

Ny arbejdspligt pr. 1. januar 2025

Når kommunen godkender dig til selvforsørgelses- og hjemrejse eller overgangsydelse, vil du blive omfattet af den nye arbejdspligt² (pr. 1. januar 2025). Det betyder, at du skal bidrage i op til 37 timer pr. uge med beskæftigelsesrettede aktiviteter, der passer til dine forudsætninger. Arbejdspligten kan blandt andet bestå af:

- Ordinære timer i arbejde
- Virksomhedspraktik
- Ansættelse med løntilskud
- Danskuddannelse for personer omfattet af integrationsloven, som har danskuddannelsesret
- Nytteindsats og særligt tilrettelagt nytteindsats
- Vejledning og opkvalificering i form af korte kurser med et klart og tydeligt beskæftigelsesrettet fokus, der kan føre til et konkret job.
- Danskundervisning (for LAB-borgere)
- Regne- og ordblindekurser, der kan føre til et konkret job
- Forberedelsestid til danskuddannelse og jobsøgning 4 timer / uge.
- Deltagelse i beskæftigelsesrettede samtaler
- Deltagelse i indsatser efter social- og sundhedslovgivningen
- Timer i jobrotation
- Transport mellem aktiviteter

Derudover skal du deltage i selvforsørgelses- og hjemrejseprogram eller introduktionsprogram (se faktaark). Du risikerer at få nedsat din selvforsørgelses- og hjemrejse eller overgangsydelse, hvis du ikke deltager.

For at kunne overgå til uddannelses- eller kontanthjælp skal du have opholdt dig i Danmark, Færøerne eller Grønland i mindst 9 ud af de seneste 10 år, samt have haft et fuldtidsarbejde i sammenlagt 2,5 år inden for de seneste 10 år.

Økonomi

Satsen (2025 satser) for selvforsørgelses- og hjemrejse eller overgangsydelse, som der skal betales skat af, er:

Enlige forsørgere ³	13.557 kr.
Giftte eller samboende forsørgere ³	9.500 kr.
Personer, der er fyldt 30 år	6.789 kr.
Personer under 30 år, udeboende	6.789 kr.
Personer under 30 år, hjemmeboende	2.925 kr.

Dansktillæg og danskbonus

Du har mulighed for at få et tillæg på 1.766 kr. pr. måned i maksimalt seks sammenhængende måneder, når du har bestået Prøve i Dansk 2, FVU læsning trin 2 eller tilsvarende eller højere prøve i dansk.

SÅDAN GØR DU

Kontakt din kommune for at ansøge om selvforsørgelses- og hjemrejse eller overgangsydelse. Hvis du er flygtning og overgår fra asylcentersystemet, vil din kommune automatisk tildele dig ydelsen efter gældende regler.

1) Når din opholdstid skal beregnes, medregner kommunen de perioder, hvor du har haft folkeregisteradresse i Danmark, Færøerne og Grønland, medmindre særlige grunde fører til et andet resultat, fx hvis du ikke har framlædt dig en adresse, du ikke bor på længere. Du må højst have opholdt dig sammenlagt to måneder på et år (fra 1. januar til 31. december) i udlandet i forbindelse med ferie, studierejser, tjeneste- og forretningsrejser m.v., for at dit ophold medregnes som ophold i Danmark, Færøerne eller Grønland. Det er dog et krav i den forbindelse, at du har beholdt din bopæl i Danmark, Færøerne eller Grønland. Har du været på militær mission for den danske stat under instruktion af forsvarret, regnes den periode også som ophold her i riget (Danmark, Færøerne eller Grønland). Det samme gælder ophold i udlandet, hvor du af den danske stat er stillet til rådighed for militær mission under instruktion af udenlandsk eller international myndighed. Undtagelser fra opholdskravet: Kravet om, at du skal have opholdt dig lovligt i Danmark, Færøerne eller Grønland i sammenlagt 9 år inden for de seneste 10 år (for at være berettiget til kontanthjælp eller uddannelseshjælp), gælder ikke, hvis du er EU-/EØS-borger, i det omfang du efter EU-retten er berettiget til hjælpen. Er du dansk statsborger, som har opholdt dig i et andet EU/EØS-land i mere end et år, og får du behov for hjælp fra det offentlige ved hjemkomsten, kan du i et orienteringsbrev til kommunerne af 24. november 2016 læse om de regler, der gælder. Den nye fortolkning af reglerne for danske statsborgere, der har haft ophold i et andet EU/EØS-land i mere end et år og får behov for hjælp fra det offentlige, fremgår af dette brev. Se venligst link nedenfor. Du skal selv give kommunen de oplysninger, der er nødvendige for, at kommunen kan afgøre, hvilken hjælp du har ret til. <https://uim.dk/media/10633/orienteringsbrev-til-kommunerne-om-integrationsydelse-og-eu-ret.pdf>. 2) Fordrevne fra Ukraine med ophold efter særloven er ikke omfattet af arbejdspligten, idet de er omfattet af gældende regler i integrationsloven. 3) Ydelsen for forsørgere nedsættes, når man har optjent ret til halve børne- og ungeydelse efter 3 års ophold i Danmark.

Selvforsørgende ledig udlænding

Hvis du ikke er dansk statsborger, ledig og selvforsørgende, kan du få vejledning og hjælp i jobcentret til at komme ind på arbejdsmarkedet eller i gang med en uddannelse.

HVEM GÆLDER DET?

Jobcentret kan hjælpe dig, der er:

- Familiesammenført (hvor dit ophold er betinget af, at din ægtefælle forsørger dig).
- Medfølgende ægtefælle, som har job i Danmark, det kan fx være statsborgere fra andre EU-lande.

Muligheder som familiesammenført

Hvis du er familiesammenført borger vil du blive inviteret til en personlig samtale, hvor der udarbejdes en kontrakt og et program efter integrationsloven (se separat faktaark). I samtalen vil vi komme ind på din erhvervs erfaring, din uddannelse og dine sprogkompetencer. Det er en god idé, hvis du medbringer dit CV på engelsk eller dansk til samtalen. Overvej også, hvad du gerne vil beskæftige dig med i Danmark. Udover danskuddannelse (se separat faktaark) vil du typisk få vejledning om følgende jobbetilbud:

- Virksomhedspraktik i 4-13 uger. Du får ikke løn under praktikopholdet, men får mulighed for at få jobberfaring, der kan hjælpe dig videre i job. Derudover får du mulighed for at vise en virksomhed, hvilke kompetencer du har.
- Job med løntilskud. Løntilskud er en tidsbegrænset ansættelse på mellem 4-12 måneder. Løntilskud kan være en god mulighed for at få foden inden for i en virksomhed. Lønnen afhænger af, om du bliver ansat i en privat eller offentlig løntilskudsstilling. Som international borger afhænger din ret til et løntilskudsjob af, hvilken type opholdstilladelse du har.
- Uddannelsesmuligheder efter sprogskolen.
- Mulighed for at få en mentor.

Muligheder som medfølgende ægtefælle

Hvis du er medfølgende ægtefælle kan du kontakte jobcentret, hvis du ønsker vejledning og hjælp til at komme i arbejde. Jobcentret kan vejlede om dine muligheder for at få danskundervisning og for at komme i arbejde. Vi vil komme ind på, hvad du tidligere har beskæftiget dig med, og hvad du gerne vil beskæftige dig med i Danmark. Det er en god idé, hvis du medbringer dit CV på engelsk eller dansk til samtalen. Du vil få tilbudt et introduktionsforløb, der består af:

- Arbejdsmarkedsrettet danskundervisning (se separat faktaark). Kurset skal gennemføres inden for en tidsramme på ca. halvandet år. Derefter har du mulighed for at deltage i en af de tre ordinære danskuddannelser, hvis du ønsker at styrke dansk-kundskaberne yderligere.
- Beskæftigelsesfremmende tilbud.

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret, hvis du er interesseret i vejledning og hjælp til at få arbejdsmarkedsrelateret danskundervisning og til at komme i arbejde.

Mere information

www.workindenmark.dk



Seniorjob

Med et seniorjob er du sikret en ansættelse i kommunen, indtil du kan gå på efterløn. Et seniorjob er som udgangspunkt et almindeligt fuldtidsarbejde på overenskomstmæssige vilkår.

HVEM GÆLDER DET?

Du har ret til et seniorjob (senest to måneder efter du ansøger om det), hvis du er lige ved at miste - eller lige har mistet - dagpengereetten og har højst fem år tilbage til efterlønsalderen.

Betingelser

For at komme i betragtning til et seniorjob, skal du:

- være ledig
- fortsat være medlem af en a-kasse
- fortsat betale efterlønsbidrag
- kunne opfylde anciennitetskravet for at få efterløn, når du når efterlønsalderen
- have opbrugt dagpengereetten tidligst fem år før, du når efterlønsalderen.

Du skal stadig stå til rådighed for arbejdsmarkedet, mens du er i et seniorjob og sige ja, hvis jobcentret finder et job til dig.

Økonomi

I et seniorjob får du løn efter almindelige overenskomstmæssige vilkår. Mens du er i et seniorjob, optjener du ikke ret til dagpenge. Hvis kommunen ikke overholder fristen for at tilbyde dig et job, har du ret til en kompensation, som modsvarer det beløb, du modtog i dagpenge ved dagpengeperiodens udløb.


Ferie med kompensation

Du har også ret til at holde ferie med kompensation, hvis du senest dagen før ferien giver kommunen besked. Hør mere om feriereglerne i kommunen.

SÅDAN GØR DU

Hvis du har ret til et seniorjob, vil du modtage et brev fra din a-kasse cirka tre måneder, før din dagpengeperiode udløber. I brevet orienterer a-kassen dig om muligheden for at få tilbudt et seniorjob. Du skal herefter selv sende en ansøgning til din kommune, og du vil efterfølgende blive indkaldt til en samtale. Kommunen skal så vidt muligt tage hensyn til dine tidligere kvalifikationer og interesser, når de senest 2 måneder efter din ansøgning ansætter dig i et seniorjob.

Du kan også holde dig orienteret om arbejdsmarkedets seniorpolitik og få hjælp til at finde et job på netværket www.seniorerhvervdanmark.dk



Sikret arbejde
op til din efterløn

Seniorpension

Du kan søge om seniorpension, hvis du har seks år eller mindre til folkepensionsalderen og kun kan arbejde maksimalt 15 timer om ugen i forhold til dit hidtidige erhverv.

Ny mulighed
for nedslidte
seniorer

HVEM GÆLDER DET?

Du kan få ret til seniorpension, hvis du opfylder følgende krav:

- Du har seks år eller mindre til folkepensionsalderen. Du kan søge om seniorpension seks måneder før, du opfylder alderskravet. Altså 6,5 år før tidspunktet for opnåelse af folkepension.
- Du har haft en langvarig tilknytning til arbejdsmarkedet med mindst 20-25 års fuld beskæftigelse¹.
- Du kan maksimalt arbejde 15 timer om ugen i forhold til dit seneste job².
- Hvis du er visiteret til fleksjob, har kommunen vurderet, at din arbejdsevne er væsentlig og varigt nedsat. Hvis din effektive arbejdstid i fleksjobbet er på 15 timer eller mindre om ugen, og du opfylder de øvrige betingelser om alder og langvarig tilknytning til arbejdsmarkedet, er du omfattet af målgruppen for den nye seniorpensionsordning.

Betingelser

- Din arbejdsevne skal ikke forsøges udviklet, hvilket betyder, at der ikke skal iværksættes indsatser, der skal udvikle arbejdsevnen til et andet arbejdsområde. Du skal f.eks. ikke i et ressourceforløb for at vurdere, om din arbejdsevne kan udvikles.
- Der skal dog altid foretages en individuel, konkret vurdering af, om du opfylder kravene til at få tilkendt seniorpension. Herunder kan der også inddrages sundhedsfaglig rådgivning fra regionens kliniske funktion og din praktiserende læge. Ved tvivlsspørgsmål kan det være nødvendigt at indhente yderligere oplysninger kommunen eller fra dig selv på et møde eller via skriftlig / telefonisk kontakt.
- Der skal træffes afgørelse om seniorpension senest seks måneder efter modtagelsen af din ansøgning om seniorpension.
- Du kan altid klage over en afgørelse om seniorpension til Seniorpensionsenheden, som vil vejlede dig i at klage. Bemærk, at der kan være klagefrister, du skal overholde.

Økonomi

Seniorpension modsvarer satserne for førtidspension (se faktaark) og udbetales månedvis bagud af Udbetaling Danmark. Beløbet er skattepligtigt og uafhængigt af din ægtefælles/samlevers positive indtægt ved personligt arbejde.

Grundbeløb seniorpension pr. måned

Enlige	21.103 kr.
Gift/samlevende	17.938 kr.

Udbetaling Danmark indbetaler også et bidrag til den obligatoriske pensionsordning til Arbejdsmarkedets Tillægspension, som ikke fradrages i din seniorpension. Du og din ægtefælle/samlever må have andre indkomster til et vis størrelse, inden din seniorpension bliver sat ned:

Indkomstgrænse om året før skat

Enlige	90.000 kr.
Gift/samlevende	143.000 kr.

SÅDAN GØR DU

Du ansøger digitalt om seniorpension [via et link på borger.dk](#) (søg evt. på seniorpension på borger.dk). Du kan også kontakte Seniorpensionsenheden eller Udbetaling Danmark direkte, hvis du har spørgsmål til din ansøgning eller udbetaling af seniorpension.

Seniorpension

70 15 15 00 (man-ons 8-16, tors 8-17 og fre 8-15)
Kongens Vænge 8 | 3400 Hillerød

Udbetaling Danmark

70 12 80 61 (man-ons 8-16, tors 8-17 og fre 8-15)
Kongens Vænge 8 | 3400 Hillerød

1) En arbejdstid på mindst 27 timer om ugen betragtes som fuldtidsbeskæftigelse. Ved deltidarbejde sker der forholdsmæssigt omregning til fuldtidsarbejde. Når beskæftigelseskravet skal opgøres, sammenlægges alle forudgående perioder med fuldtidsbeskæftigelse. Hvis du har haft fuldtidsbeskæftigelse i mere end 20 år, men mindre end 25 år, skal der foretages en konkret vurdering af, om du alligevel kan anses for at opfylde beskæftigelseskravet, f.eks. hvis arbejdet er fysisk eller psykisk belastende og nedslidende. Er du i fleksjob, betragtes dette som fuldtidsarbejde, selvom du arbejder mindre end 27 timer om ugen, og perioden tæller med i beskæftigelseskravet. 2) Dit seneste job skal have en varighed på mindst ca. 12 måneder. Hør mere om optjening og anciennitet hos Udbetaling Danmark.



Seniorpræmie

Med seniorpræmie kan du skattefrit modtage to præmier på op til 77.457 kr. samlet, hvis du arbejder mindst 30 timer ugentligt i de første 12 til 24 måneder efter, at du er nået folkepensionsalderen.

Optjen ekstra midler til at forsøge pensionist-tilværelsen

HVEM GÆLDER DET?

Du har ret til seniorpræmie, hvis du er født efter 1. januar 1954¹ og opfylder et beskæftigelseskrav på mindst 1.560 timer pr. år² / 30 timer pr. uge ved hjælp af:

- løntimer (herunder også ukontrollabel arbejdstid omregnet til timer), som i optjeningsperioden er registreret i indkomstregistret³
- timer som følge af omregning af B-indkomst (der betales arbejdsmarkedsbidrag af), og som ikke indgår i opgørelsen af en selvstændig virksomheds overskud eller underskud
- timer som følge af omregning af det skattemæssige overskud før renter og andre finansielle poster af selvstændig virksomhed og A-indkomst udbetalt til ejeren af et selskab, hvor ejeren har afgørende indflydelse

Har du løntimer eller overskud fra selvstændig virksomhed i et andet EU/EØS-land, Schweiz og/eller Storbritannien skal du være skattepligtig i Danmark for at få seniorpræmie.

Økonomi

Den første seniorpræmie udgør et skattefrit engangsbeløb på 48.555 kr., der udbetales, når du inden for de første 12 måneder efter tidspunktet for opnåelse af folkepensionsalderen har leveret mindst 1.560 løntimer. Den anden seniorpræmie udgør et engangsbeløb på 28.902 kr., der udbetales, når du i perioden fra den 13-24 måned efter tidspunktet for opnåelse af folkepensionsalderen har leveret yderligere mindst 1.560 løntimer.

Det er ikke et krav, at du er berettiget til eller har modtaget den første seniorpræmie for at opnå ret til den anden seniorpræmie.

Præmien medfører ikke fradrag i ydelser efter anden lovgivning (fx pensionstillæg, boligydelse og ældrecheck og heller ikke i en ægtefælles ydelser) og reguleres årligt med satsreguleringsprocenten.

SÅDAN GØR DU

Som lønmodtager får du pengene udbetalt automatisk, hvis betingelserne er opfyldt. Som selvstændig skal du ansøge om præmien og vil i den forbindelse skulle fremlægge forskellige regnskabsoplysninger.

Det er Udbetaling Danmark, der administrerer seniorpræmieordningen.

Udbetaling Danmark
Kongens Vænge 8 · 3400 Hillerød

Telefon: 7011 1213

Du kan læse mere om Udbetaling Danmarks selvbetjeningsløsninger på: www.borger.dk/0m-borger-dk/udbetaling-danmark

1) Personer, der er født før 1. januar 1954, kan ikke optjene seniorpræmie, selv om de fortsat er i arbejde og opfylder beskæftigelseskravet.

2) På grund af COVID-19 er der indført særlige regler for personer født mellem 1. januar 1954 og 30. juni 1954. Hvis du er født i denne periode, skal du kun have haft 1.040 løntimer, de første 12 måneder efter du er nået folkepensionsalderen. Det svarer til, at du i gennemsnit arbejder 20 timer om ugen.

3) Fra 1. juli 2022 gælder nye regler for beregning af seniorpræmie som kan have betydning for dig, der har DIS-indkomst eller et arbejde, hvor din arbejdsgiver ikke har indberettet løntimer. Reglerne har virkning fra den 1. juni 2020 dvs. med tilbagevirkende kraft. Udbetaling Danmark vil derfor gennemgå alle sager om seniorpræmie, for at sikre, at de borgere, der opfylder kravene, automatisk får udbetalt seniorpræmie.

Småjob

Selv få ordinære løntimer kan øge din motivation og give dig fornyet tro på at få et fast arbejde og muligheden for at forsørge dig selv. Småjobs på ned til seks timer om ugen kan også hjælpe med at sikre, at du som kontanthjælpsmodtager ikke bliver ramt af kontanthjælpsloftet og 225-timersreglen.

Kom tættere på fast arbejde og få en økonomisk gevinst for dine timer

HVEM GÆLDER DET?

Småjob er typisk henvendt til dig, der modtager kontanthjælp eller ressourceforløbsydelse og ikke er helt klar til et ordinært fuldtidsarbejde. Arbejdsopgaverne kan være inden for alle områder og brancher, men typisk kan det handle om: serviceopgaver, pakke- og lagerarbejde, rengøring og oprydning, mindre håndværksopgaver, kørsel, kantinearbejde eller kundebetjening mv.

Kombinationsforløb og mentorhjælp

Oftentimes kan kortere ulønnede praktikforløb med fordel anvendes som optakt til eller parallelt med de ordinære løntimer – og altid med henblik på at afklare og opkvalificere dig til nye jobfunktioner.

De ordinære løntimer vil således afspejle virksomhedens reelle behov for arbejdskraft, mens de ulønnede praktiktimer vil være din mulighed for yderligere oplæring i arbejdsfunktioner, som på sigt vil kunne blive til ordinære løntimer.

I nogle tilfælde kan det også være muligt at tilknytte en mentor, som både kan introducere dig til opgaverne og hjælpe dig med at falde til på arbejdspladsen.

Betingelser

- Alle ordinære arbejdstimer tæller med i forhold til både kontanthjælpsloftet og 225-timersreglen (se andre faktaark).
- Jobcentret kan eventuelt bevilge kompetencegivende aktiviteter, hvis det fremmer din mulighed for at opnå flere ordinært lønne timer i virksomheden.
- Det er vigtigt, at du har et opdateret og målrettet CV og selv tager aktivt ansvar for processen og hjælper med at finde virksomheder, der kan bruge din arbejdskraft.

Økonomi

- Du modtager almindelig løn for de timer, hvor du udfører arbejde på ordinære vilkår. Din optjente løn fratrækkes fra din kontanthjælp krone for krone, bortset fra 31,46 kr. pr. udført arbejdstime.

- Jo flere ordinære arbejdstimer du har, jo mere kan du som kontanthjælpsmodtager også få i boligstøtte og særlig støtte, inden du rammer kontanthjælpsloftet (se andet faktaark).
- Hvis du modtager ressourceforløbsydelse *under jobafklaringsforløb* og har lønindtægter, som inkl. pension udgør 16.972 kr., bliver din ressourceforløbsydelse sat ned med 30 pct. af lønnen. Hvis din lønindtægt inkl. pension overstiger 16.972 kr., bliver den del af lønnen inkl. pension og før skat, der overstiger grænsebeløbet på 16.972 kr. nedsat med 55 pct. Andre indtægter, som fx løbende udbetalinger fra en forsikring, bliver trukket fra krone for krone.
- Hvis du modtager ressourceforløbsydelse under ressourceforløb, kan du tjene op til 16.972 kr. inkl. pension pr. måned, uden at det får betydning for din ressourceforløbsydelse. Hvis du har indtægter inkl. pension, der overstiger 16.972 kr., bliver din ressourceforløbsydelse sat ned med 55 pct. af den del af lønnen inkl. pension og før skat, der overstiger grænsebeløbet på 16.972 kr. Andre indtægter, som fx løbende udbetalinger fra en forsikring, bliver trukket fra krone for krone. Din egen formue og din ægtefælles formue og indtægter har ikke indflydelse på, hvor meget du kan få i ressourceforløbsydelse.

SÅDAN GØR DU

Tal med din sagsbehandler eller jobkonsulent om at finde et job, hvor du kan få løn for din indsats og samtidig komme tættere på et fast job og muligheden for at forsørge dig selv.

Husk også, at du med fordel selv kan opsøge virksomheder og tilbyde din arbejdskraft i få timer – eller i en kombination med virksomhedspraktik. Det viser, at du både er motiveret og tager ansvar for din egen situation. Begge kvaliteter, der står højt på ønskelisten hos alle arbejdsgivere.

Socialt frikort

Socialt frikort giver dig mulighed for at tjene op til 42.766 kr. skattefrit om året uden at du bliver trukket i dine forsørgelsesydelse fx kontanthjælp, førtidspension eller boligsikring.

Tjen op til
42.766 kr.
skattefrit
om året

HVEM GÆLDER DET?

Socialt frikort er for dig, der:

- har sociale udfordringer, fx - hjemløshed - et behandlet eller ubehandlet problematisk forbrug af stoffer eller alkohol
- har en psykisk lidelse eller sårbarhed (fx angst eller depression) kombineret med sociale udfordringer.

Derudover er det et krav:

- at du ikke er under ordinær uddannelse eller har været det inden for det seneste år
- at du har tjent mindre end 10.692 kr. på at arbejde inden for det seneste år
- at du har opholdt dig i Danmark i sammenlagt 9 år inden for de seneste 10 år.

Betingelser

- Det er kommunalbestyrelsen, der udsteder et socialt frikort på baggrund af en konkret ansøgning (hør din sagsbehandler).
- Du skal ansættes af en virksomhed på samme vilkår som andre ordinært ansatte. Typiske arbejdsopgaver kan fx være: serviceopgaver, pakke- og lagerarbejde, rengøring og oprydning, mindre håndværksopgaver, kørsel, kantinearbejde eller kundebetjening mv.
- Virksomheden skal registrere ansættelsen og indberette din løn til kommunen via en fælleskommunal it-løsning.

Økonomi

Med et socialt frikort kan du tjene op til 42.766 kr. skattefrit pr. kalenderår ved ordinært og udstøttet arbejde for private og offentlige virksomheder, uden at indtægten fradrages i din forsørgelsesydelse eller andre indkomstafhængige offentlige ydelser.

Når du har fået udstedt et socialt frikort, optjener du 2,08 dages betalt ferie for hver måneds ansættelse. Ved ansættelse i kortere tid end én måned optjener du 0,07 dages betalt ferie for hver dags ansættelse, dog højst 2,08 dage. Ferien kan afholdes, når den er optjent. Feriebetalning udgør 12,5% af den optjente løn. Når din ansættelse stopper, kan du få udbetalt feriebetalingen for ikke afholdt ferie direkte fra virksomheden.

SÅDAN GØR DU

Tal med din sagsbehandler om at blive godkendt til et socialt frikort. Herefter kan du selv finde et job eller få hjælp af jobcentret til at finde et job og bruge dit frikort til at tjene op til 42.766 kr. skattefrit pr. år.

Du kan læse mere om socialt frikort på: www.socialtfrikort.dk



Sygedagpenge - forløb og opfølgning

Når du ved din sygemelding oplyser, at du forventer at være sygemeldt i mere end otte uger, har din kommune pligt til at følge op på din sygemelding senest otte uger fra din første fraværsdag. Sammen skal I lægge en plan for, hvordan du kan fastholde dit job eller igen komme til at stå til rådighed for arbejdsmarkedet.

Få overblik
over forløbet
og forbered dig
bedst muligt

FORLØBET

Inden opfølgningssamtalen i kommunen, kan kommunen bede dig konsultere din egen læge for at få udarbejdet "Attest til sygedagpengeopfølgning". I denne attest vurderer lægen din sygdom i forhold til at arbejde, dine muligheder for at arbejde med skånehensyn samt angiver et tidspunkt for, hvornår du kan forvente at genoptage arbejdet/stå til rådighed for arbejdsmarkedet. Hvis du er sygemeldt fra et arbejde, har din arbejdsgiver ved anmeldelsen af fraværet også fået mulighed for at svare på tre spørgsmål om din sygdom, som kan lette kommunens opfølgning.

Opfølgningssamtale i kommunen

På baggrund af oplysningerne fra dig selv, din arbejdsgiver og eventuelt din læge, indkalder kommunen dig til en opfølgningssamtale¹ senest otte uger fra din første fraværsdag. Her skal du sammen med din sagsbehandler lægge en plan for, hvordan du hurtigst kan komme tilbage i arbejde/eller igen stå til rådighed for arbejdsmarkedet. Måske kan du starte på nedsat tid (se ark om delvis raskmelding) eller måske er der behov for en afklarende aktivitet som fx virksomhedspraktik med mentorstøtte. Inden samtalen kan du med fordel tænke over, hvordan du hurtigst kan komme tilbage i jobbet/stå til rådighed for arbejdsmarkedet.

Samtalen skal munde ud i en plan om dit videre forløb, og kommunen vil herefter løbende følge op på dit sygeforløb. Det er vigtigt, at du er så åben omkring din situation som muligt og aktivt tager del i at finde de løsninger, der kan få dig tilbage i arbejde.

Revurdering efter fem måneder

I følge sygedagpengeloven skal alle sygedagpengesager revurderes efter fem måneder. Hvis kommunen ikke kan forlænge dine sygedagpenge efter de gældende regler, vil du blive tilbudt et jobafklaringsforløb på en nedsat ydelse/nedsat refusion til din arbejdsgiver (se separat faktaark). Derfor skal du sammen med kommunen bruge tiden fornuftigt og hurtigst muligt komme i gang med at finde holdbare løsninger, der kan fastholde dig i jobbet eller igen få dig til at stå til rådighed for arbejdsmarkedet.

Betingelser

Alle har pligt² til at deltage i kommunens sygedagpengeopfølgning. Det kan have økonomiske konsekvenser for dig selv eller din arbejdsgiver, hvis du ikke deltager.

Økonomi

- Hvis du normalt får løn under sygdom, vil din arbejdsgiver modtage sygedagpengerefusion fra kommunen efter de første 30 kalenderdage af din sygemelding.
- Hvis du ikke får løn under sygdom, vil du selv modtage sygedagpenge fra kommunen.

SÅDAN GØR DU

Når du sygemelder dig hos din a-kasse eller din arbejdsgiver, får kommunen automatisk besked og sender dig herefter et oplysningsskema, hvor du skal angive, hvor lang tid du forventer at være sygemeldt. Hvis du oplyser, at du forventer at være sygemeldt mere end otte uger, vil kommunen indkalde dig til en opfølgningssamtale og eventuelt anmode dig om at konsultere din egen læge inden samtalen. Efter første opfølgningssamtale skal du selv digitalt via Jobnet booke og ombooke samtaler inden for de fastsatte tidsfrister³.

Fast track - hurtig opfølgning

Husk, at du inden for de første fem ugers fravær også har mulighed for at anmode kommunen om Fast track behandling af din sygemelding (opfølgning efter maksimalt to uger - se separat faktaark). Det kan være en god ide, hvis du allerede på et tidligt tidspunkt kan se, at du står foran en svær og/eller langvarig sygemelding. Kontakt selv kommunen eller bed din arbejdsgiver om at anmode om Fast track ved anmeldelsen af dit fravær.

Raskmelding

Når du igen er klar til at arbejde/stå til rådighed for arbejdsmarkedet, skal du raskmelde dig hos din arbejdsgiver/a-kasse og i kommunen. Hvis du er ledig og ikke forsikret i en a-kasse, skal du raskmelde dig i kommunen.

1) Den første opfølgning kan også foregå telefonisk eller digitalt, hvis; du har genoptaget arbejdet delvis, du forventes at være fuldt raskmeldt og på vej tilbage i arbejde inden for 4 uger, du forventes at gå på barsel inden for 4 uger, du deltager i tilbud efter lov om en aktiv beskæftigelsesindsats eller din sygdom er til hinder for et fysisk samtale (hvis du fx har brækket benet). 2) Standby-ordning: Sygemeldte, der har en alvorlig sygdom (fx kræft eller svært hjertesvigt), som gør det uhensigtsmæssigt eller umuligt at være i kontakt med kommunen, behøver hverken at have samtaler eller deltage i tilbud. 3) Efter den første opfølgning kan du som sygemeldt vælge, om opfølgningen skal ske ved personligt fremmøde, telefonisk eller personligt digitalt fremmøde. Hvis du er sygemeldt og fortsat i et ansættelsesforhold, er der ikke krav om yderligere samtaler, hvis du forventer at blive raskmeldt inden for 13 uger fra den første samtale.



Sygedagpenge til ledige

Sygedagpenge er en midlertidig ydelse til dig, der er uarbejdsdygtig grundet egen sygdom og ikke kan stå til rådighed for arbejdsmarkedet.

A-kassen
udbetaler de
første 2 uger

HVEM GÆLDER DET?

- Ledige dagpengeberettigede medlemmer af en a-kasse, der er uarbejdsdygtige på grund af egen sygdom.
- Ledige medlemmer af en a-kasse, der har været tilknyttet arbejdsmarkedet de sidste 26 uger før sygefraværet og i denne periode har arbejdet i mindst 240 timer.
- Nyuddannede, der bliver uarbejdsdygtige på grund af sygdom senest en måned efter, at de har afsluttet en uddannelse på mindst 18 måneders varighed.

Betingelser

- Du skal være helt eller delvist uarbejdsdygtig på grund af egen sygdom og have lovligt ophold i Danmark. Der findes dog særlige tilfælde, hvor sygedagpenge kan udbetales i udlandet. Fx i forbindelse med repatrieringstiltag. Se separat faktaark om repatriering eller hør nærmere i kommunen.
- Du kan få udbetalt sygedagpenge i op til 22 uger inden for en ni-måneders periode. Inden de 22 uger er gået, skal kommunen revurdere din ret til sygedagpenge og tage stilling til, om der er mulighed for at forlænge din sygedagpengeperiode efter en af de syv forlængelsesregler (se faktaark om jobafklaringsforløb).
- Du har pligt til at samarbejde med kommunen om sygedagpengeopfølgningen*.
- Hvis kommunen vurderer, at dine sygedagpenge ikke kan forlænges, og du fortsat er uarbejdsdygtig på grund af egen sygdom, vil du blive tilbudt et jobafklaringsforløb (se faktaark) på en nedsat ydelse.
- Udbetalingen af sygedagpenge ophører den dag, du ikke længere vurderes uarbejdsdygtig på grund af egen sygdom, også selv om du ikke raskmelder dig.

Økonomi

Sygedagpenge udgør højst 4.865 kr. pr. uge. Sygedagpenge betales bagud, og du skal betale skat af dem. De første to uger får du udbetalt sygedagpenge af din a-kasse, herefter sker udbetalingen fra kommunen.

SÅDAN GØR DU

Du skal sygemelde dig via Min Side på jobnet.dk. Din a-kasse får automatisk besked, og når du har været sygemeldt i 14 dage giver a-kassen besked til kommunen om dit sygefravær. Kommunen sender dig herefter et oplysningsskema i den digitale løsning Mit Sygefravær, hvor du blandt andet skal beskrive årsagen til sygdommen, og hvornår du forventer at kunne raskmeldes. Kommunen skal have skemaet retur fra dig inden for en bestemt tidsfrist, og det er meget vigtigt at overholde tidsfristen, da det ellers kan få betydning for udbetalingen af dine sygedagpenge. Hvis du forventer at være sygemeldt i mere end otte uger, skal der foreligge en lægeattest, og du skal til samtale i kommunen* (se faktaark om sygedagpenge - forløb og opfølgning).

Når du ikke længere er uarbejdsdygtig som følge af egen sygdom, skal du raskmelde dig via Min Side på jobnet.dk. Så bliver du gentilmeldt som ledig i jobcentret (fra og med den dag du klikker på Raskmelding), og din a-kasse får automatisk besked.

Kontakt kommunen eller din a-kasse, hvis du har spørgsmål omkring din sygemelding og ret til sygedagpenge.

* Standby-ordning: Sygemeldte, der har en alvorlig sygdom (fx kræft eller svært hjertesvigt), som gør det uhensigtsmæssigt eller umuligt at være i kontakt med kommunen, behøver hverken af have samtaler eller deltage i tilbud. Efter den første opfølgningssamtale kan du som sygemeldt vægte, om opfølgningen skal ske ved personligt fremmøde, telefonisk eller ved personligt digitalt fremmøde.



Sygedagpenge til lønmodtagere

Sygedagpenge er en midlertidig ydelse til dig, der i en periode ikke kan passe dit arbejde på grund af egen sygdom.

Husk muligheden for Fast track-opfølgning og kom hurtigere tilbage

HVEM GÆLDER DET?

Retten til sygedagpenge er betinget af, at du er uarbejdsdygtig på grund af egen sygdom og opfylder ét af følgende krav:

- Du er i beskæftigelse og har været beskæftiget i mindst 240 timer inden for de seneste seks afsluttede kalendermåneder forud for første sygefraværsdag. I mindst fem af disse måneder har du været beskæftiget i mindst 40 timer i hver måned.
- Hvis ikke du var blevet syg, ville du have haft ret til arbejdsløshedsdagpenge - se faktaark om dagpenge.
- Du har inden for den seneste måned afsluttet en erhvervsmæssig uddannelse, der varede mindst 18 måneder.
- Du er elev i lønnet praktik i en uddannelse, der er reguleret i henhold til lov.
- Du er ansat i et fleksjob.

Betingelser

- Du har pligt til at samarbejde med kommunen om opfølgningen¹.
- Du kan få udbetalt sygedagpenge i op til 22 uger inden for en ni-måneders periode. Inden de 22 uger er gået, skal kommunen revurdere din ret til sygedagpenge og tage stilling til, om der er mulighed for at forlænge din sygedagpengeperiode efter en af de syv forlængelsesregler (se faktaark om jobafklaringsforløb)
- Hvis kommunen vurderer, at dine sygedagpenge ikke kan forlænges, og du fortsat er uarbejdsdygtig på grund af egen sygdom, vil du blive tilbudt et jobafklaringsforløb (se faktaark).
- Udbetalingen af sygedagpenge ophører den dag, du er arbejdsdygtig igen, også selv om du ikke raskmelder dig.

Økonomi

Du har ret til sygedagpenge/løn fra arbejdsgiver, hvis du har været ansat i mindst 74 timer hos en arbejdsgiver i de sidste otte uger før dit fravær. Din arbejdsgiver udbetaler sygedagpenge eller løn de første 30 dage. Efter den 30. fraværsdag udbetaler kommunen refusion til din arbejdsgiver eller sygedagpenge til dig. Det afhænger af din aftale med arbejdsgiver eller din overenskomst. I alle andre tilfælde er det kommunen, der udbetaler dine sygedagpenge².

Sygedagpenge beregnes normalt på grundlag af den indtægt/timer, som du skulle have haft, hvis du ikke havde været syg. Højeste sats er 131,49 kr. pr. arbejdstime dog maks. 37 timer pr. uge. Har du skiftende arbejdstider eller varierende løn, beregnes sygedagpengene på grundlag af din gennemsnitlige arbejdstid/timeløn for de seneste fire uger før dit fravær. Sygedagpenge udbetales bagud, og du skal betale skat af dem.

SÅDAN GØR DU

Du skal sygemelde dig hos din arbejdsgiver på første fraværsdag. Herefter har din arbejdsgiver pligt til at anmelde fraværet til kommunen senest 5 uger efter første fraværsdag, hvis du modtager løn under sygdom, og senest 14 dage efter første fraværsdag, hvis du ikke modtager løn under sygdom. Når kommunen har fået besked om dit fravær, får du tilsendt et oplysningsskema via den digitale løsning Mit Sygefravær, hvor du bl.a. skal angive, hvor lang tid du forventer at være sygemeldt. Hvis du oplyser, at du forventer at være raskmeldt inden for 8 uger, vurderer kommunen individuelt, om og i givet fald hvordan din sygemelding skal behandles. Hvis du oplyser, at du forventer at være sygemeldt mere end 8 uger, vil du blive indkaldt til en opfølgningssamtale³ i kommunen senest 8 uger efter din første fraværsdag (se faktaark om forløb og opfølgning). Kommunen kan i den forbindelse anmode dig om at konsultere din egen læge inden samtalen.

Fast track - hurtig opfølgning

Husk, at både du og din arbejdsgiver inden for de første 5 ugers fravær også har mulighed for at anmode kommunen om Fast track behandling af din sygemelding (opfølgning efter maksimalt 2 uger - se separat faktaark). Det kan være en god ide, hvis du allerede på et tidligt tidspunkt kan se, at du står foran en svær og/eller langvarig sygemelding. Kontakt kommunen eller bed din arbejdsgiver om at anmode om Fast track ved anmeldelsen af dit fravær.

Raskmelding

Når du ikke længere er uarbejdsdygtig som følge af egen sygdom, skal du raskmelde dig i kommunen.

1) Standby-ordning: Sygemeldte, der har en alvorlig sygdom (fx kræft eller svært hjertesvigt), som gør det uhensigtsmæssigt eller umuligt at være i kontakt med kommunen, behøver hverken af have samtaler eller deltage i tilbud. 2) For ansatte i fleksjob udbetaler kommunen refusion fra 1. fraværsdag, hvis øvrige betingelser er opfyldt. 3) Den første opfølgning kan også foregå telefonisk eller digitalt, hvis det ikke giver mening med fysisk fremmøde (hvis du fx har brækket benet). Efter første opfølgning kan du som sygemeldt vælge, om opfølgningen skal ske ved personligt fremmøde, telefonisk eller digitalt personligt fremmøde. Hvis du forventer at blive raskmeldt inden for 13 uger fra den første samtale, er der ikke krav om yderligere opfølgningssamtaler.



Sygedagpenge til selvstændige

Sygedagpenge er en midlertidig ydelse til dig, der ikke har mulighed for at passe din virksomhed på grund af egen sygdom. Du kan tegne en forsikring, der giver dig ret til sygedagpenge allerede efter 1. eller 3. fraværdsdag.

Tegn forsikring og få sygedagpenge hurtigere

HVEM GÆLDER DET?

Som selvstændig eller medarbejdende ægtefælle kan du få sygedagpenge fra kommunen efter to ugers sygdom, hvis du er fuldt eller delvist uarbejdsdygtig på grund af egen sygdom.

Betingelser

- Du skal inden for de seneste 12 måneder have drevet selvstændig virksomhed eller været medarbejdende ægtefælle i mindst seks måneder med en gennemsnitlig arbejdstid på mindst 18,5 timer om ugen. Af de seks måneder skal den ene måned være måneden før sygefraværets begyndelse.
- Du har pligt til at samarbejde med kommunen om sygedagpengeopfølgningen¹.
- Du kan få udbetalt sygedagpenge i op til 22 uger inden for en ni-måneders periode. Inden de 22 uger er gået, skal kommunen revurdere din ret til sygedagpenge og tage stilling til, om der er mulighed for at forlænge din sygedagpengeperiode efter en af de syv forlængelsesregler (se faktaark om jobafklaringsforløb).
- Hvis kommunen vurderer, at dine sygedagpenge ikke kan forlænges, og du fortsat er uarbejdsdygtig på grund af egen sygdom, vil du blive tilbudt et jobafklaringsforløb (se faktaark) på en nedsat ydelse.
- Udbetalingen af sygedagpenge ophører den dag, du er arbejdsdygtig igen, også selv om du ikke raskmelder dig.

Økonomi

Det er kommunen, som udbetaler sygedagpenge efter to ugers fravær. Hvor meget du kan få i sygedagpenge, afhænger af overskuddet i din virksomhed. Sygedagpengene kan dog maksimalt udgøre 4.865 kr. pr. uge.

Forsikring

Du kan også tegne en sygedagpengeforsikring i Udbetaling Danmark, så du kan få udbetalt sygedagpenge for sygefravær allerede efter 1. eller 3. fraværdsdag.

- Hvis du har basisforsikring, er du dækket med 2/3 af højeste dagpengesats fra 3. fraværdsdag.

- Hvis du har udvidet forsikring (forhøjet præmie), er du berettiget til 2/3 af højeste dagpengesats i hele sygeperioden. Hvis din indtægt berettiger til det, vil du modtage et højere beløb, dog max den højeste dagpengesats.

SÅDAN GØR DU

Du skal sygemelde dig online på via NemRefusion på www.virk.dk inden for følgende frister:

- Hvis du ikke er forsikret: Senest 3 uger efter første fraværdsdag
- Hvis du er forsikret fra 3. fraværdsdag: Senest en uge efter 3. fraværdsdag
- Hvis du er forsikret fra 1. fraværdsdag: Senest en uge efter første fraværdsdag.

Når kommunen har fået besked om dit fravær, får du tilsendt et oplysningsskema via den digitale løsning Mit Sygefravær, hvor du skal angive, hvor lang tid du forventer at være sygemeldt. Hvis du oplyser, at du forventer at være sygemeldt mere end 8 uger, vil du blive indkaldt til en opfølgningssamtale² i kommunen senest 8 uger efter din første fraværdsdag (se faktaark om forløb og opfølgning). Kommunen kan i den forbindelse anmode dig om at konsultere din egen læge inden samtalen.

Fast track - hurtig opfølgning

Husk, at du også inden for de første fem ugers fravær har mulighed for at anmode kommunen om Fast track behandling af din sygemelding (opfølgning efter maksimalt to uger - se separat faktaark). Det kan være en god ide, hvis du allerede på et tidligt tidspunkt kan se, at du står foran en svær og/eller langvarig sygemelding. Du kan anmode om Fast track, når du anmelder fraværet via NemRefusion på www.virk.dk.

Raskmelding

Når du ikke længere er uarbejdsdygtig som følge af egen sygdom - helt eller delvist, skal du raskmelde dig i kommunen. Husk, at du også har mulighed for at være delvis rask- eller sygemeldt (se faktaarket om Delvis rask- eller sygemelding).

1) Standby-ordning: Sygemeldte, der har en alvorlig sygdom (fx kræft eller svært hjertesvigt), som gør det uhensigtsmæssigt eller umuligt at være i kontakt med kommunen, behøver hverken af have samtaler eller deltage i tilbud. 2) Den første opfølgning kan også foregå telefonisk eller digitalt, hvis det ikke giver mening med fysisk fremmøde (hvis du fx har brækket benet). Efter første opfølgning kan du som sygemeldt vælge, om opfølgningen skal ske ved personligt fremmøde, telefonisk eller digitalt personligt fremmøde. Hvis du forventer at blive raskmeldt inden for 13 uger fra den første samtale, er der ikke krav om yderligere opfølgningssamtaler.



Tidlig pension

Hvis du har haft en langt og hårdt arbejdsliv, kan du søge om tidlig pension og få ret til at trække dig tilbage op til tre år før folkepensionsalderen.

Få ret til tidligere pension efter et hårdt arbejdsliv

HVEM GÆLDER DET?

Tidlig pension betyder, at du har ret til at gå et, to eller tre år tidligere på pension, hvis du opfylder betingelserne for, hvor mange år du har været tilknyttet arbejdsmarkedet.

Har du som 61-årig været 44 år på arbejdsmarkedet, kan du få ret til at trække dig tilbage tre år før folkepensionen, mens 42 og 43 år giver ret til, at du kan gå fra ét eller to år før folkepensionen. Alderen for opgørelsen og antallet af år på arbejdsmarkedet vil følge med udviklingen i folkepensionsalderen.

Du optjener anciennitet fra det fyldte 16. år, og frem til det tidspunkt hvor der er seks år (syv år for visse årgange – se nedenfor) til du kan opnå folkepensionsalderen.

Fødselsår	Folke-pensionsalder	Optjener anciennitet til	1 års TIP	2 års TIP	3 års TIP
2. halvår 1955 til 1962	67 år	61 år ³	42 år	43 år	44 år
1963 - 1964	68 år	61 år ³	42 år	43 år	44 år
1965 - 1966	68 år	62 år ³	43 år	44 år	45 år
1967 - 1968	69 år	62 år ³	43 år	44 år	45 år
1969 - 1970	69 år	63 år ³	44 år	45 år	46 år
1971 -	Afventer	6 år før folkepensionsalder			

Er du overgået til efterløn eller fleksydelse inden den 1. januar 2022, kan du vælge at melde dig ud af efterløns- eller fleksydelsesordningen og skifte til tidlig pension, hvis du opfylder betingelserne¹.

Betingelser

- Det er ikke udelukkende det antal år, du har været i fuldtidsarbejde, der tæller, når det opgøres, hvor mange år du har været på arbejdsmarkedet. Perioder med deltidsarbejde, barsel,

arbejdsløshedsdagpenge, syge- og barseldagpenge, ledighedsydelse samt selvstændig virksomhed med overskud kan også indgå i beregningen – læs mere på borger.dk

- Du skal som udgangspunkt være dansk statsborger og have fast bopæl i Danmark. Derudover skal du have boet i Danmark i mindst tre år, fra du fyldte 15 år, til du nåede pensionsalderen, og du må ikke modtage, efterløn, fleksydelse, arbejdsløsheds- eller feriedagpenge, førtidspension eller seniorpension. Selvom du ikke opfylder betingelserne, kan du dog alligevel have ret til tidlig pension, hvis du er omfattet af en af undtagelserne².
- Du skal have haft aktuel tilknytning til arbejdsmarkedet gennem beskæftigelse eller som medlem af en arbejdsløshedskasse. Tilknytningen til arbejdsmarkedet skal være opfyldt i en sammenhængende periode på ni måneder, der ligger umiddelbart før det tidspunkt, hvor der er tre måneder til, at du overgår til tidlig pension. Overgang fra fleksydelse til tidlig pension er undtaget.

Økonomi

Går du på tidlig pension, kan du maksimalt få 14.976 kr. om måneden før skat (2025 sats). Beløbet kan tidligst udbetales fra 1. januar 2022 og reguleres én gang om året. Du kan tjene op til 27.100 kr. inkl. am-bidrag før skat om året. Herefter vil pensionen blive sat ned med 64% af din månedlige lønindtægt. Størrelsen på din pensionsformue har også indflydelse på retten til og beregningen af tidlig pension. Læs mere på borger.dk

SÅDAN GØR DU

Du ansøger digitalt om tidlig pension via link på borger.dk. Du kan også kontakte Udbetaling Danmark direkte, hvis du har spørgsmål til din ansøgning eller udbetaling af tidlig pension.
70 12 80 61 (man-ons 8-16, tors 8-17 og fre 8-15)
Kongens Vænge 8 | 3400 Hillerød

1) Vælger du at skifte, betyder det, at du efter overgangen til tidlig pension får mulighed for at modtage en kompensation for dit efterløns- eller fleksydelsesbidrag. Kompensationen udbetales med et fast beløb for hver måned i den periode, du har tilbage indtil din folkepensionsalder. Kompensationen vil være 2.919 kroner (2025) pr. hele måned. Beløbet udbetales senest 3 måneder efter, at du er overgået til tidlig pension og har anmodet om udbetaling af kompensation. Du skal være opmærksom på, at du skal betale en afgift på 30 pct. af kompensationen. Du kan ikke få udbetalt kompensation, hvis du har fået tilbagebetalt dine efterlønsbidrag eller fleksydelsesbidrag. Du kan heller ikke få udbetalt skattefri præmie, hvis der er udbetalt kompensation. 2) Der findes en række undtagelser til kravet om statsborgerskab, fast bopæl og varigheden af ophold i Danmark. Læs mere på borger.dk 3) Du kan ansøge fra dette opgørelsesår og frem til din folkepensionsalder.

Tilskud til hjælpemidler, undervisningsmaterialer og mindre arbejdspladsindretninger

Hvis du har brug for et hjælpemiddel eller en bestemt indretning af arbejdspladsen, kan du søge jobcentret om tilskud. Oftest vil hjælp til arbejdsredskaber kræve, at det har afgørende betydning for, at du kan bestride jobbet eller kompensere for en begrænsning i din arbejdsevne. Jobcentret kan også hjælpe med tilskud til undervisningsmaterialer, hvis du er i et vejlednings- og opkvalificeringsforløb.

HVEM GÆLDER DET?

Ordringen kan søges af dig, der opfylder en af nedenstående betingelser:


- Du er ansat på ordinære vilkår (eller skal starte i et nyt job).
- Du deltager i vejlednings- og opkvalificeringsforløb eller virksomhedspraktik og modtager dagpenge, sygedagpenge, kontanthjælp, revalideringsydelse, fleksjob og lignende.
- Du er ansat i et job med løntilskud.

Betingelser

- Tilskud til - eller bevilling af - hjælpemidler eller arbejdspladsindretning gives kun, hvis det er en nødvendighed for, at du kan beholde din stilling eller deltage i et tilbud fra jobcentret.
- Du kan også få tilbudt at låne et hjælpemiddel.
- Der kan ikke gives tilskud til hjælpemidler, der er sædvanligt forekommende på arbejdspladsen eller uddannelsesstedet.
- Tilskud til hjælpemidler kan ikke gives, hvis hjælpemidlet er anskaffet, inden der ansøges.
- Tilskud til undervisningsmaterialer gives kun, hvis det er en nødvendighed for, at du kan deltage i et vejlednings- og opkvalificeringstilbud, eller hvis du har en fysisk eller psykisk funktionsevnededsættelse.

SÅDAN GØR DU

Din arbejdsgiver eller dit uddannelsessted skal via jobcentret og det digitale ansøgningssystem VITAS få bevilget den ønskede støtte. Kontakt jobcentret for at starte ansøgningsprocessen.



Små ting
kan gøre en
stor forskel

Tilskud til selvstændigt erhvervsdrivende med nedsat arbejdsevne

Hvis du driver selvstændig virksomhed, kan du søge om tilskud, hvis du har en varig og væsentligt nedsat arbejdsevne i forhold til arbejdet i virksomheden.

Behold din virksomhed på trods af nedsat arbejdsevne

HVEM GÆLDER DET?

For at få ret til støtte - i form af tilskud som selvstændig - skal du:

- have en varig og væsentlig nedsat arbejdsevne i forhold til arbejdet i virksomheden,
- udnytte din arbejdsevne fuldt ud i virksomheden,
- drive virksomheden som hovedbeskæftigelse her i landet i hele tilskudsperioden,
- være under folkepensionsalderen,
- have drevet den selvstændige virksomhed i mindst 30 timer om ugen i mindst 12 måneder indenfor de seneste 24 måneder, og
- ikke modtage førtidspension, støtte til selvstændig virksomhed i medfør af § 65 i lov om aktiv socialpolitik, delpension, efterløn eller fleksydelse.

Betingelser og økonomi

- Tilskuddet udgør et grundbeløb på 162.603 kr. pr. år, som nedsættes med 30% af en beregnet årsindtægt i virksomheden og af anden arbejdsindkomst i beregningsperioden.
- Tilskuddet beregnes én gang om året og er som udgangspunkt gældende for et år ad gangen.
- Årsindtægten opgøres på grundlag af din virksomheds skattemæssige overskud/underskud før renter og andre finansielle poster.
- Kommunen udbetaler månedligt 1/12 af tilskuddet direkte til dig uden om virksomhedens regnskab.

- Tilskuddet skal primært anvendes til at kompensere for den ekstra udgift, du har ved at udføre de opgaver, du ikke selv kan klare, eller til at kompensere for den indtægtsnedgang, som din nedsatte arbejdsevne måtte være skyld i.
- For ægtefæller, der driver selvstændig virksomhed som hovedbeskæftigelse, udgør beregningsgrundlaget for hver af ægtefællerne 50% af den samlede årsindtægt.

SÅDAN GØR DU

Kommunen skal forud for en tilkendelse af tilskud forelægge din sag for rehabiliteringsteamet (se faktaark). I fald rehabiliteringsteamet godkender indstillingen, kan kommunen herefter tilkende dig tilskud i op til fem år ad gangen. Herefter kan tilskuddet fornys ved at kommunen revurderer din sag inden udløbet af den femårige periode.

Hør din sagsbehandler om mulighederne for tilskud til selvstændigt erhvervsdrivende.

Uddannelsesgodtgørelse ved arbejdsskade

Hvis du har fået en arbejdsskade og ikke kan arbejde fuld tid med dit hidtidige arbejde, kan uddannelsesgodtgørelse være din mulighed for at skifte spor i arbejdslivet. Med uddannelsesgodtgørelse kan du få 83% af den løn, du tjente før arbejdsskaden, mens du uddanner dig til et område med gode jobmuligheder.

HVEM GÆLDER DET?

Du skal opfylde syv krav for at kunne få uddannelsesgodtgørelse:

- Du har en anerkendt arbejdsskade og en samlet mén-grad på mindst 10% efter én eller flere arbejdsskader. Hvis du har en anden arbejdsskade, hvor du tidligere har fået en mén-grad på fx 5%, kan den indgå i de samlede 10%*.
- Du er uden job eller i en opsagt stilling.
- Du kan ikke arbejde på fuld tid inden for dit tidligere arbejdsområde eller på fuld tid med dine tidligere uddannelser.
- Du kan tjene mere med en uddannelse end uden.
- Du har endnu ikke fået en afgørelse om dit endelige tab af erhvervsevne.
- Du forventes at kunne gennemføre en uddannelse og arbejde på almindelige vilkår bagefter.
- Den uddannelse, som du vælger, er erhvervskompetencegivende og inden for et område med mangel på arbejdskraft.

Betingelser

- Det er AES (Arbejdsmarkedet Erhvervssikring) der i samarbejde med jobcentret afgør, om du kan få uddannelsesgodtgørelse. Processen er opdelt i seks trin, som du kan læse mere om på: [https://www.borger.dk/kampagnesider/efter-arbejdsskade-
find-vej-tilbage-i-job-med-en-ny-uddannelse](https://www.borger.dk/kampagnesider/efter-arbejdsskade-find-vej-tilbage-i-job-med-en-ny-uddannelse).
- Du kan højst få uddannelsesgodtgørelse i fire år, og AES følger løbende op på, om du er studieaktiv.

Økonomi


- Under uddannelsen får du hver måned udbetalt et beløb, der udgør 83% af din tidligere løn, efter at din løn er fratrukket 8% (AM-bidraget). Du skal ikke betale AM-bidrag eller ATP-bidrag af din uddannelsesgodtgørelse.

- Beregningen af størrelsen på din uddannelsesgodtgørelse fastsættes ud fra din højeste årsløn (inkl. pension og tillæg) de seneste fem år. Hvis du fx har tjent 35.000 kr. om måneden, vil du modtage ca. 27.000 kr. om måneden i uddannelsesgodtgørelse før skat. Uanset din tidligere løn vil du som minimum få 23.202 kr. pr. måned svarende til en årlig indkomst på 278.424 kr. (110% af den højeste dagpengesats) og maksimalt 40.216 kr. pr. måned (482.595 pr. år). Hvis du tjener penge ved siden af din uddannelse, modregnes de i uddannelsesgodtgørelsen.
- Normalt ophører dine sociale ydelser, når du får uddannelsesgodtgørelse**. Andre offentlige ydelser som fx boligstøtte og børnepenge får du som du plejer, men de kan ændre sig, hvis de er afhængige af din indkomst.

SÅDAN GØR DU

Vil du undersøge, om uddannelsesgodtgørelse er relevant for dig? Så skal du kontakte AES. Det kan du gøre på to måder:

- Hvis du har fået et brev fra AES omkring din interesse i at tage en uddannelse, skal du svare på linket i brevet.
- Hvis du ikke har modtaget et brev om uddannelse fra AES, kan du ringe til AES på 72206000.



Find en ny
vej i arbejdslivet
med 83% af din
hidtidige løn

* Hvis din arbejdsulykke er sket eller din erhvervs sygdom er anmeldt for 1. juli 2024, skal mén-graden for én af arbejdsskaderne være afgjort 1. januar 2024 eller senere. Hvis din arbejdsulykke er sket eller din erhvervs sygdom er anmeldt efter 1. juli 2024 er vilkåret opfyldt, hvis AES forventer et samlet varigt mén på 10 %. ** Der kan være undtagelser (fx dagpenge ved barsel, ressourceforløbsydelse under jobafklaringsforløb og sygedagpenge), som dog fradrages i uddannelsesgodtgørelsen krone for krone.



Uddannelseshjælp

Hvis du er under 30 år, og har du ikke en erhvervskompetencegivende uddannelse, kan du få uddannelseshjælp i stedet for kontanthjælp.

Hurtigst muligt i gang med uddannelse

HVEM GÆLDER DET?

Du kan få uddannelseshjælp, hvis du opfylder følgende betingelser:

- Du er under 30 år.
- Du har ikke en erhvervskompetencegivende uddannelse.
- Du kan ikke forsørge dig selv og din familie, og du kan ikke forsørges af andre.
- Dit behov for forsørgelse kan ikke dækkes af andre ydelser, fx arbejdsløshedsdagpenge, pension mv.

Uddannelses- eller aktivitetsparat?

Når du ansøger om uddannelseshjælp, vil jobcentret inden for kort tid indkalde dig til den første af mindst tre samtaler for at vurdere, om du er:

- Åbenlyst uddannelsesparat - du kan umiddelbart påbegynde og gennemføre en uddannelse.
- Uddannelsesparat - du kan gå i gang med en uddannelse inden for ca. et år og gennemføre denne uddannelse.
- Aktivitetsparat - du kæmper måske med sociale, faglige eller helbredsrelaterede problemer og har brug for et længere forløb med forskellige aktiviteter for at blive klar til uddannelse.

Økonomi

Størrelse på din uddannelseshjælp er afhængig af din alder, forsørgerpligt og deltagelse i aktiviteter.

Hvis jobcentret vurderer, at du er aktivitetsparat, har du i perioder med deltagelse i aktiviteter ret til et aktivitetsstillæg - se beløb markeret med*. Satsene for uddannelseshjælp er:

Under 25 år

Hjemmeboende 3.015/3.971 kr.*
Udeboende 6.997/8.231 kr.*

25-29 år

Hjemmeboende 3.015/12.770 kr.*
Udeboende 6.997/12.770 kr.*

Under 30 år

Enlige forsørgere	13.995/16.971 kr.*
Forsørgere uden ret til ekstra børnetilskud	9.794/16.971 kr.*
Gravide (efter 12. uge i graviditet)	12.770 kr.
Psykisk syge forsørgere	16.972 kr.
Psykisk syge udeboende	12.770 kr.

Du skal betale skat af din uddannelseshjælp.

Betingelser

- Du skal stå til rådighed for ordinær uddannelse eller en indsats, der forbereder dig til en ordinær uddannelse.
- Du skal deltage i udarbejdelsen af et uddannelsesplanlægning med tidsplaner og frister for forløbet frem til starten på uddannelsen.
- Du skal i videst mulig omfang forsørge dig selv indtil studiestarten ved at arbejde. Som åbenlyst uddannelsesparat skal du senest én uge efter din første henvendelse til kommunen om hjælp tilmelde dig som arbejdssøgende, og du skal kunne tage et arbejde med dags varsel.
- Hvis du ikke får et arbejde op til din studiestart, kan du komme til at deltage i nytteindsats (se separat faktaark) på op til 13 uger ad gangen.
- Du skal deltage i de møder, du indkaldes til i jobcentret.
- Du har efter 12 måneders uddannelseshjælp mulighed for at holde op til fire ugers ferie inden for ét år.
- Hvis du har forsørgerpligt over for hjemmeboende børn eller har opbrugt din SU til videregående uddannelse, kan det være muligt at tage en kompetencegivende uddannelse** på uddannelseshjælp.

SÅDAN GØR DU

Når du melder dig ledig i jobcentret og søger kontanthjælp, vil du automatisk få tilbud uddannelseshjælp og den indsats, der følger med, hvis du er under 30 år og opfylder betingelserne. Du kan altid høre mere om mulighederne i jobcentret.

** Dog kun inden for områder med mangel på arbejdskraft og kun op til professionsbachelorniveau.

Uddannelsesløft

Med tilbuddet om uddannelsesløft får du mulighed for at tage en faglært uddannelse med op til 80 eller 110% af dine dagpenge. Uddannelsesløftet kan også bruges til at tage et grundforløb på en erhvervsuddannelse, hvis du er jobparat kontanthjælpsmodtager eller modtager af overgangsydelse.

HVEM GÆLDER DET?

Uddannelsesløftet er en mulighed for dig, der er fyldt 30 år, får dagpenge og er ufaglært eller faglært med en forældet uddannelse (en uddannelse som ikke er brugt de seneste fem år). Med uddannelsesløftet kan du blive faglært ved at tage en erhvervsuddannelse eller et trin i en erhvervsuddannelse* (se også faktaarket Erhvervsuddannelse for voksne).

Hvis du er jobparat kontanthjælpsmodtager eller modtager af overgangsydelse, er fyldt 30 år og enten er ufaglært eller faglært med forældet uddannelse, kan du tage et grundforløb på en erhvervsuddannelse gennem puljen til uddannelsesløft.

Betingelser


- Du skal have lavet en realkompetencevurdering (se separat faktaark) for at afgøre, om du skal påbegynde en euv1, euv2 eller euv3 (se faktaark om Erhvervsuddannelse for voksne).
- Mens du er under uddannelse, skal du ikke søge job eller stå til rådighed for henvist arbejde, men du skal fortsat stå til rådighed for den aktive indsats – herunder fx kontaktføreløb i jobcentret.
- Hvis du under uddannelsen finder en virksomhed, der vil tage dig i voksenalder (se separat faktaark) med overenskomstansigt løn, kan du overgå til denne ordning.
- Hvis du ikke kan nå at gennemføre uddannelsen i din dagpengeperiode, kan du efter ophør af din dagpengeperiode fortsætte uddannelsen på den ydelse, du er berettiget til – fx SU eller kontanthjælp.
- Det er jobcentret, der skal bevilge uddannelsesløftet.

Økonomi

- Under uddannelsen får du op til 80% af den maksimale dagpengesats (svarende til 16.874/11.249 kr. pr. måned for fuld tid/deltid), og du har mulighed for at låne et beløb af A-kassen, så du når op på din hidtidige dagpengesats.
- Hvis dine nuværende dagpenge er under 80% af den maksimale dagpengesats, vil du kunne tage uddannelsen med din individuelle sats uden lånemulighed.
- Hvis du starter på en erhvervsuddannelse, der er på positivlisten for uddannelsesløftet, kan du modtage 110% af din hidtidige dagpengesats**. Find positivlisten her: <https://star.dk/indsatser-og-ordninger/jobrettet-voksen-og-efteruddannelse-veu/uddannelser-for-ledige/ordninger-jobrettet-veu/uddannelsesloeft/midlertidig-ret-til-uddannelsesloeft-inden-for-mangelomraeder/>
- Du kan få tilskud til befordring via din A-kasse.

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret og hør mere om dine muligheder for at få et uddannelsesløft med dagpenge.



Tag en faglært uddannelse med op til 110% af dagpengene

* EUV er erhvervsuddannelser for voksne. Euv1, euv2 og euv3 er forskellige uddannelsesveje til samme uddannelse, som afhænger af, hvor meget erhvervs- og skoleerfaring du har i forvejen. Se også separat faktaark om EUV.

** Der kan alene bevilges en hel erhvervsuddannelse, hvorfor der bl.a. ikke kan bevilges et grundforløb eller et kortere uddannelsesforløb. Hvis du færdiggør uddannelsen i løbet af dagpengeperioden, vil du vende tilbage til dit ordinære dagpenge niveau. Hvis dagpengeperioden udløber, inden du har færdiggjort uddannelsen, vil du overgå til voksenalderordningen eller til den ydelse, du herefter er berettiget til – fx kontanthjælp eller SU – mens du færdiggør uddannelsen.

Udvikling og afklaring af arbejdsevnen

Et udviklings- og afklaringsforløb afvikles typisk som en virksomhedspraktik, der viser, hvad du kan klare arbejdsmæssigt, socialt og helbredsmæssigt. Virksomhedspraktikken skal samtidig hjælpe dig med at definere dine fremtidige job- og/eller uddannelsesmål.



Klarhed
over dine
muligheder

HVEM GÆLDER DET?

Udviklings- og afklaringsforløb er til dig, der modtager sygedagpenge, kontanthjælp eller ledighedsydelse og ikke selv kan skaffe dig en plads på arbejdsmarkedet på grund af helbred eller sociale forhold og har brug for at udvikle eller afklare dine arbejdsevner.

Udvikling og afklaring af arbejdsevnen

Formålet med udviklings- og afklaringsforløbet er - gennem virksomhedspraktik - at bidrage med oplysninger til din fremtidige arbejdsevne. Herunder en detaljeret beskrivelse af:

- Dine arbejdsmæssige ressourcer, udfordringer og udviklingsmuligheder
- Dine sociale ressourcer, udfordringer og udviklingsmuligheder
- Dine helbredsmæssige ressourcer, udfordringer og udviklingsmuligheder
- Dine job- og/eller uddannelsesmål.

Virksomhedspraktikken

Hvis du har ressourcer til det, vil jobcentret inddrage dig i arbejdet med at finde en praktikplads i en virksomhed. Hvis du ikke har ressourcerne, vil jobcentret finde en relevant praktikplads til dig.

Når praktikpladsen er fundet, arrangerer jobcentret et indledende møde i virksomheden, så I kan afstemme forventningerne til forløbet. Jobcentret forklarer her om rammerne og formålet med praktikforløbet, så vi sikrer, at vi får dokumentation for din arbejdsevne, og at du får mulighed for at nå dine udviklingsmål. På mødet aftales også dato for din første arbejdsdag, og den indledende arbejdstid og eventuelle skånehensyn fastsættes.

Hvis du har brug for hjælpemidler eller mentorstøtte i arbejdet, vil jobcentret sørge for, at det kommer på plads inden opstarten eller hurtigst muligt efter opstart.

Jobcentret følger løbende op på praktikforløbet. Både i forhold til dig og virksomheden.

Rapport på forløbet

Når du har gennemført virksomhedspraktikken, laver jobcentret en såkaldt progressionsrapport, som beskriver hele forløbet og dine muligheder for at vende tilbage i job så hurtigt som muligt. Fokus er hele tiden på dine arbejdsmæssige ressourcer og udviklingsmuligheder - herunder dine faglige, sociale, personlige og sproglige kompetencer.

Rapporten skal også beskrive de udfordringer, som du og virksomheden har oplevet i forhold til, at du kan komme i job eller påbegynde en uddannelse. Rapporten skal her give bud på, hvordan du kan overvinde disse udfordringer.

Samlet set skal rapporten give den nødvendige dokumentation for din arbejdsevne.

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret, hvis du vil vide mere om udvikling og afklaring af din arbejdsevne.

Vejledning og opkvalificering

Et tilbud om vejledning eller opkvalificering kan hjælpe med at afdække eller udvikle dine faglige, sociale eller sproglige kompetencer, så du nemmere kan få et job. Det kan fx være korte vejlednings- og afklaringsforløb eller særlige projekter og uddannelsesforløb – herunder praktik under uddannelsesforløbet og danskundervisning. Det kan også være ordinære uddannelsesforløb, som blandt andet omfatter almen voksenuddannelse, AMU-kurser og erhvervskompetencegivende uddannelser.

HVEM GÆLDER DET?

Som udgangspunkt kan alle ledige få tilbud om vejledning og opkvalificering. Hvis du er godkendt til et fleksjob, kan du få tilbud om vejledning og opkvalificering, som går ud på at afprøve din rådighed i forhold til arbejdsmarkedet.

Økonomi

Du modtager som udgangspunkt din sædvanlige ydelse i den periode, tilbuddet om vejledning og opkvalificering varer. Ellers modtager du et beløb, der svarer til din sædvanlige ydelse. Der kan også være mulighed for at få tilskud til fx undervisningsmaterialer i forbindelse med tilbud om vejledning og opkvalificering, ligesom det kan være muligt at få mentorstøtte.

Betingelser

- Varigheden på din vejledning og opkvalificering afhænger af dit forsørgelsesgrundlag og den samlede længde på din ledighed. Hør mere i jobcentret.
- Du har ret og pligt til at deltage i vejledning og opkvalificering, og du kan miste din ydelse, hvis du ikke deltager.
- Hvis du er blevet læse-, skrive-, regnetestet, og din test har vist et behov for læse-, skrive-, regne- eller ordblindkursus, kan du få et kursus/forløb.
- Hvis du ikke har en videregående uddannelse, kan du eventuelt få lavet en realkompetencevurdering (se separat faktaark). Den kan styrke dine muligheder for at få merit ved voksen- og efteruddannelse og kan også anvendes i din jobsøgning som bevis for dine kompetencer i dit CV.

SÅDAN GØR DU


Kontakt jobcentret og hør mere om dine muligheder for at få vejledning og opkvalificering, der kan bringe dig tættere på job.

Brug også den regionale uddannelsespulje!

Den regionale uddannelsespulje er en mulighed for alle ledige (på nær fleksjobbere), som fra første ledighedsdag kan få tilbud om korte, erhvervsrettede uddannelsesforløb efter en visitation i jobcentret.

Uddannelsesforløbene skal fremgå af den regionale positivliste, som findes på de regionale beskæftigelsesråds hjemmesider (det kan også være i din bopæls tilstødende regioner), og der er årligt afsat en bevilling til den regionale uddannelsespulje, som fordeles til kommunerne.

Læs mere om den regionale uddannelsespulje på rar-bm.dk



Stærkere
kompetencer
får dig tættere
på job

Virksomhedspraktik

Du kan komme i virksomhedspraktik, hvis du har behov for at få afklaret, hvor du i fremtiden skal søge job, eller hvis du mangler faglige, sociale eller sproglige færdigheder for at kunne få et job. En virksomhedspraktik vil i mange tilfælde være det første skridt ind på – eller tilbage på – arbejdsmarkedet. Og den virksomhed, der tager dig i praktik, vil ofte bruge praktikperioden til at se, om du kan være en potentiel ny medarbejder i virksomheden.

HVEM GÆLDER DET?

Virksomhedspraktik kan anvendes af alle ledige, sygedagpenge-modtagere og revalidender.

Økonomi

- Når du er i virksomhedspraktik, vil du altid modtage den ydelse, som du fik lige inden starten på virksomhedspraktikken. Det kan altså være kontanthjælp, dagpenge eller anden offentlig ydelse.
- Som sygemeldt lønmodtager i virksomhedspraktik får du enten udbetalt fuld løn eller sygedagpenge, afhængigt af hvad din arbejdsgiver normalt betaler under sygdom.
- Efter behov kan virksomhedspraktik kombineres med tilskud til hjælpemidler, personlig assistance eller mentor (se separate faktaark).

Betingelser

- Virksomhedspraktik varer som udgangspunkt fire uger. Hvis du modtager kontanthjælp eller sygedagpenge og mangler erhvervs erfaring, har langvarig ledighed eller i øvrigt har vanskeligt ved at opnå beskæftigelse med løntilskud, kan perioden vare op til 13 uger med mulighed for yderligere forlængelse efter konkret vurdering.
- Virksomhedspraktikken skal tilrettelægges, så den hjælper dig tættere på dit beskæftigelsesmål og muligheden for at opnå ordinære løntimer i virksomheden – eller på arbejdsmarkedet generelt.

- Virksomhedspraktik skal så vidt muligt være rettet mod områder, hvor der er behov for arbejdskraft.
- Du skal gennemføre din virksomhedspraktik i én sammenhængende periode for at få størst mulig udbytte af praktikken.
- Du kan som udgangspunkt ikke komme i praktik i den virksomhed, du senest har været ansat i. Det kan dog godt lade sig gøre, hvis det vurderes, at du er langt fra at kunne opnå ordinær beskæftigelse, og hvis arbejdsfunktionen i praktikken er forskellig fra din tidligere arbejdsfunktion i virksomheden.

SÅDAN GØR DU

Kontakt jobcentret for at høre mere om dine muligheder for at komme i virksomhedspraktik. Hvis jobcentret ser det som en mulighed, kan du med fordel selv opsøge de virksomheder, hvor du kunne tænke dig at komme i praktik. Virksomheden kan herefter ansøge om oprettelse af praktikforløb direkte på vitas.bm.dk

Indgang til
arbejdsmarkedet

Brug virksomhedspraktik til at afklare, hvor dit fremtidige arbejdsliv skal være.

Voksenlærling med tilskud

Med voksenlærlingeordningen kan du slå to fluer med ét smæk og tage en faglært uddannelse, mens du er i lønnet ansættelsesforhold. Det ruster dig bedre til fremtidens arbejdsmarked. Mange virksomheder vil gerne tage voksne lærlinge, da de får en mere erfaren og moden medarbejder, og i mange tilfælde kan virksomheden få tilskud til din løn.

HVEM GÆLDER DET?

Du skal være over 25 år og opfylde ét af disse krav for at starte en voksenlærlingeuddannelse med tilskud på 30 kr. eller 45 kr. pr. time til din løn:

- Du er ikke-faglært dagpenge-, kontanthjælps- eller uddannelseshjælpmodtager.
- Du er dagpenge-, kontanthjælps- eller uddannelseshjælpmodtager og har en faglært uddannelse, som du dog ikke har brugt i de sidste fem år.
- Du er dagpenge-, kontanthjælps- eller uddannelseshjælpmodtager og har en faglært uddannelse og været ledig i mere end 6 måneder^{1*}.
- Du er i beskæftigelse men ikke-faglært.

Betingelser og økonomi

Du modtager almindelig voksenlærlingeløn efter fagets overenskomst under uddannelsen.

Der gives tilskud på 45 kr. pr. time til din arbejdsgiver i hele uddannelsesperioden og til alle erhvervsuddannelser, hvis:

- Du er ledig og ved opstarten er ikke-faglært eller har en forældet faglært uddannelse (ikke brugt i de sidste fem år).
- Du er faglært og har været ledig i mere end 6 måneder.


Der gives tilskud på 30 kr. pr. time til din arbejdsgiver i op til to år fra uddannelsens start, hvis du er i arbejde og ikke er faglært².

Udbetaling af forhøjet lønrefusion til arbejdsgiver fra AUB ved skoleophold, der starter efter 1. januar 2025, bliver foreløbigt sat på pause, da beregningen af forhøjet lønrefusion skal justeres efter

nye regler. Beregningen efter de nye regler starter automatisk i slutningen af 2025 med tilbagevirkende kraft.

SÅDAN GØR DU

1. Først skal du finde ud af, hvilken erhvervsuddannelse du gerne vil tage. Du kan læse mere om de enkelte uddannelser på www.ug.dk
2. Derefter skal du finde en virksomhed, der vil tilbyde dig en praktikplads som voksenlærling. Sammen skal I kontakte den relevante erhvervsskole og lave en uddannelsesaftale for hele uddannelsesperioden. Gennem uddannelsen skifter du mellem praktisk arbejde i virksomheden og periode med skoleundervisning.
3. **Senest 30 dage efter uddannelsesaftalens påbegyndelse, skal din arbejdsgiver indsende ansøgning om tilskud til en voksenlærling via ansøgningsportalen: www.vitas.bm.dk.**



Fremtiden
er faglært

1) Ledighedsperioden for dagpengemodtagere opgøres som sammenlagt ledighed i dagpengeperioden, der har en referencetid på tre år. For kontanthjælps- og uddannelseshjælpmodtagere opgøres ledighedsperioden som sammenhængende ledighed, således at der i opgørelse af kravet om forudgående sammenhængende ledighed medregnes perioder, hvor personen har modtaget a-dagpenge, kontanthjælp, uddannelseshjælp, sygedagpenge, ressourceforløbsydelse, revalideringsydelse, ledighedsydelse, særlig uddannelsesydelse, været i løntilskud eller været ledig selvforsørgende. Perioder med SU medregnes ikke til ledighedsperioden.

2) Tilskuddet er betinget af, at ansættelsen er inden for et område med mangel på arbejdskraft. Find den landsdækkende positivliste på www.star.dk