

# Når du er ledig



---

# Indhold

<b>I arbejde igen – vi hjælper dig på vej</b>	3
<b>Udbetaling af dagpenge – kend spillereglerne</b>	4
● Tilmelding til jobcentret	4
● Aktivt arbejdssøgende	4
● Bekræfte jobsøgning	4
● Samtaler	5
● Sygdom	5
● Ferie	5
● CV	5
● Bo i Danmark	6
● I arbejde med dags varsel	7
● Transporttid	7
● Hobby eller selvstændig virksomhed	7
● Manglende dagpengeret	7
● Rådighedssamtaler	7
● Arbejdskrav	8
● Samtaler i jobcentret	8
<b>Hvis du får arbejde på nedsat tid</b>	9
<b>Bliv dygtigere mens du går ledig</b>	10
<b>Tilbud fra jobcentret</b>	12
<b>Hvis du ikke overholder reglerne</b>	13
● Karantæne	14
● Tab af dagpengeret	15
<b>FOAs elektroniske a-kasse</b>	15

**Politisk ansvarlig:** Dennis Kristensen

**Redaktion:** FOAs a-kasse

**Illustration:** Bob Katzenelson

**Layout:** GraFOA Maja Honoré

**Tryk:** FOAs Trykkeri September 2009

# I arbejde igen – vi hjælper dig på vej

Du er blevet ledig og står i en ny og måske uvant situation. Hvad må man, og hvad skal man, når man er på dagpenge? Her i pjecen får du et hurtigt overblik over de spilleregler, du skal følge, mens du er ledig.

Som medlem af FOAs a-kasse har du krav på at få hjælp af os til hurtigst muligt at komme i arbejde. Derfor er dine kvalifikationer, dine jobønsker og dine jobmuligheder i fokus i enhver samtale mellem dig og os i a-kassen. Vi skal sammen udarbejde en plan for din fremtidige jobsøgning.

Vi hjælper dig med at finde egnede job, du kan søge. Det kan være job vi finder i FOA Job, der er en af Danmarks største jobportaler. Det kan også være job vi kender til fra vores faglige afdeling og tillidsrepræsentanter eller job fra aviser.

Måske skal du først igennem en afklaring af, hvad du kan og vil. Det kan også være, at du skal i gang med en helt anden type job end tidligere.



Vores mange lokale a-kassekontorer står parat til at give dig råd og vejledning om jobmulighederne, der hvor du bor.

## Udbetaling af dagpenge – kend spillereglerne



Du kan kun få dagpenge, hvis du står til rådighed for arbejdsmarkedet. Det betyder, at der er betingelser, du skal opfylde og krav, du må acceptere:

- **Du skal tilmelde dig jobcentret**  
Den første dag du er ledig, skal du tilmelde dig som arbejdssøgende på jobcentret. Du kan tilmelde dig via Jobnet.dk eller på det lokale jobcenter. Først når du er tilmeldt, kan du få udbetalt dagpenge.

- **Du skal være aktivt jobsøgende**  
Du skal gøre, hvad du kan for at få arbejde – og vi hjælper dig på vej. Sammen med din lokale a-kasse skal du udarbejde en plan for din jobsøgning, hvor I finder de fagområder, hvor du har størst chance for at få job.  
Du skal søge job, der er relevante og som du kan bestride.  
Er der ikke nok ledige job at søge inden for dit hidtidige fagområde, skal du også søge andre job.  
Du skal søge opslåede ledige stillinger, ligesom du også kan søge uopfordret. Du skal søge på den måde, der er almindelig inden for fagområdet.  
Som fuldtidsforsikret skal du søge arbejde på fuld tid. Som deltidsforsikret skal søge arbejde på op til 30 timer ugentlig.

- **Du skal hver uge bekræfte, at du er jobsøgende**

Når du står tilmeldt jobcentret, skal du mindst hver 7. dag gå ind på *Min side* på Jobnet.dk og bekræfte, at du fortsat søger arbejde. Hvis du glemmer at gøre det, kan det få konsekvenser for dine dagpenge.

- **Du skal møde op til de samtaler, du bliver indkaldt til**

Det er vigtigt, at du kommer til de samtaler og aktiviteter som jobcentret, din anden aktør eller a-kassen indkalder dig til, ellers risikerer du at miste dagpenge.

- **Du skal give besked, hvis du bliver syg**

Udebliver du fra en samtale på grund af sygdom, vil du blive trukket i dagpenge, hvis ikke du forinden har sygemeldt dig til jobcentret.

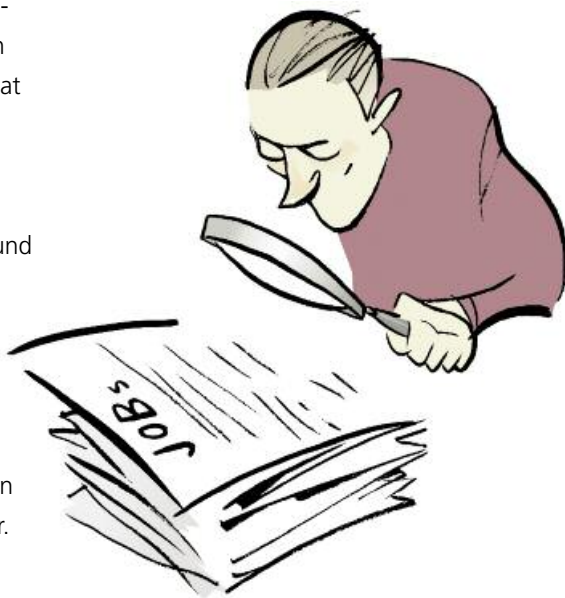
- **Du skal meddele ferie med mindst 2 ugers varsel**

Jobcentret skal have besked om din ferie senest to uger, før den starter.

Hvis du bliver væk fra samtaler eller formidlet arbejde på grund af ferie, du ikke har meddelt i tide, skal vi trække dig i dagpenge. Giv derfor jobcentret besked, så snart du ved, hvornår din ferie skal holdes.

- **Du skal have et aktivt CV på Jobnet.dk**

Du skal hurtigst muligt og senest 3 uger efter, du meldte dig ledig, oprette et CV på Jobnet.dk.





## Dit CV

Når du har tilmeldt dig jobcentret som ledig, skal du oprette et CV\* på [www.jobnet.dk](http://www.jobnet.dk). Et CV er en oversigt over din tidligere beskæftigelse, uddannelse, kvalifikationer og øvrige forhold af betydning for formidling af arbejde.

Du skal hurtigst muligt og senest 3 uger efter, du meldte dig ledig, lægge dit CV ind. Hvis du ikke gør det, skal vi stoppe for dine dagpenge.

Du skal løbende ajourføre dit CV, så oplysningerne altid er så korrekte som muligt.

Du skal mindst hver 7. dag gå ind på din personlige side, *Min side*, på Jobnet.dk og bekræfte, at du fortsat er aktivt arbejdssøgende. Her skal du også se efter om der er arbejdsgivere, der har henvendt sig til dig om ledige job.

Du kan altid få hjælp fra a-kassen, hvis du er i tvivl om noget i forbindelse med dit CV.

\* CV er en forkortelse for det latinske »Curriculum vitæ«, der betyder *levnedsbeskrivelse*.

## ● Du skal bo og opholde dig i Danmark

Det er kun i ganske særlige tilfælde, du kan få dagpenge, mens du er i udlandet. Spørg i a-kassen, hvis du vil vide mere.

## ● Vi skal kende din adresse

Vi skal kende din opholdsadresse. Hvis du flytter, skal du meddele adresseændringen direkte til a-kassen og jobcentret.

- **Du skal kunne starte i arbejde med dags varsel**

Når du bliver formidlet arbejde, skal du kunne møde på arbejdspladsen den næste dag. Du kan formidles arbejde inden for dit sædvanlige fagområde, men du kan også blive formidlet alt andet arbejde, du er i stand til at udføre.

- **Du skal acceptere op til 3 timers daglig transporttid**

Du skal normalt stå til rådighed for arbejde med en samlet daglig transporttid på op til 3 timer med offentlige transportmidler. I særlige tilfælde kan du blive nødt til at acceptere en længere transporttid.

- **Hobby eller selvstændig virksomhed**

Hvis du har en hjemmeside, hvorfra du fx tilbyder alternativ behandling eller sælger kunst, kan der være tale om selvstændig virksomhed, selv om du måske kun betragter det som hobby. Selvstændig virksomhed har betydning for din ret til dagpenge.

Søg derfor altid råd og vejledning i din lokale a-kasse.

## **Perioder med manglende dagpengere**

Der kan opstå situationer, hvor du ikke er i stand til at påtage dig arbejde, og derfor heller ikke kan få dagpenge. Vi kan f. eks. ikke udbetale dig dagpenge så længe:

- du er syg,
- du ikke har mulighed for at få passet dit barn/børn,
- du opholder dig i udlandet.

## **Rådighedssamtaler i a-kassen**

Vi indkalder dig til møde i a-kassen hver 3. måned. På mødet skal vi blandt andet tage stilling til, om du har søgt arbejde i et tilstrækkeligt omfang. Du skal derfor oplyse os om, hvilke stillinger du har søgt siden sidst. Det kan du gøre på et jobsøgnings-skema. Skemaet får du i a-kassen.



## Arbejdskrav efter manglende rådighed

Hvis vi vurderer, at du ikke står til rådighed for arbejdsmarkedet, mister du retten til dagpenge.

For at få dagpenge igen skal du have over 300 timers ordinært arbejde inden for en periode på 10 uger. Som deltidsforsikret skal du have mindst 150 timers arbejde inden for 10 uger.

## Samtaler i jobcentret

Du bliver indkaldt til samtale på jobcentret, eller hos en anden aktør, mindst hver tredje måned. Meningen med

samtalerne er, at de skal forbedre dine muligheder for at vende tilbage til arbejdsmarkedet. Ved hver samtale vil du blive pålagt at søge mindst 2 konkrete job. Det vil typisk være job fra Jobnet.dk, men det kan også være jobopslag, du selv har fundet og taget med til mødet.

Hvis du har behov for at få afklaret dine ønsker til arbejde eller uddannelse, kan jobcentret tilbyde dig et kortere eller længere vejledningsforløb. Jobcentret kan også henvise dig til kurser i jobsøgning.

---

# Hvis du får arbejde på nedsat tid

Hvis du får arbejde på nedsat tid, kan du måske få suppleret din løn med dagpenge fra a-kassen.

For at få supplerende dagpenge er der en række betingelser, du skal opfylde:

- du skal som fuldtidsforsikret have mindst 7,4 ledige timer om ugen. Det betyder, at du ikke kan få supplerende dagpenge, hvis du arbejder mere end 29,6 timer om ugen,
- du skal som deltidsforsikret have et antal ledige timer, der svarer til mindst 1/5 af det antal arbejdstimer, du havde før ledigheden,
- du skal fortsat være tilmeldt jobcentret og bekræfte din jobsøgning mindst hver 7. dag,
- du skal stå til rådighed for fuldtidsarbejde og selv søge arbejde på fuld tid, (fuldtidsforsikret 37 timer/uge, deltidsforsikret 30 timer/uge),
- du skal overholde den jobsøgningsplan, du har aftalt med din lokale a-kasse,

- din arbejdsgiver skal underskrive en frigørelsesattest, hvis du har et opsigelsesvarsel. Du skal sende den underskrevne attest til os, så vi har den senest 5 uger efter ansættelsens start.

## Supplerende dagpenge i 30 uger

Der er en grænse for, hvor længe du kan få udbetalt supplerende dagpenge. Når du har fået udbetalt i 30 uger inden for de seneste 104 uger, bortfalder de supplerende dagpenge, indtil du har genoptjent ny ret.

## Hvis du vil vide mere

Vi har udgivet pjecen *Dagpenge – når du arbejder på nedsat tid*, hvor reglerne er uddybet. Du kan læse pjecen på FOA.dk eller få den i din a-kasse.

# Bliv dygtigere mens du går ledig



Du har mange muligheder for at deltage i undervisning, mens du er på dagpenge.

Det kræver dog, at du fortsat er aktivt arbejdssøgende.

Du skal også være villig til at afbryde undervisningen, hvis du bliver sendt i arbejde eller aktivering.

Du kan deltage i følgende undervisningsforløb med dagpenge:

## Undervisning med fuldt skema:

- voksenundervisning på VUC,
- hobbypræget undervisning udbudt af oplysningsforbundene (AOF m.fl.)
- undervisning på dag- eller højskoler, men kun hvis du er under 25 år og har været ledig i mindre end 6 måneder.

Husk, at du altid skal give a-kassen besked, hvis du vil deltage i undervisning samtidig med, du får dagpenge.

neder. Dagpengene under højskoleforløbet er på halv sats.

## Deltidsundervisning:

- alle undervisningsforløb på under 20 timer om ugen, der ikke er en del af en SU-godkendt uddannelse,
- al enkeltfagsundervisning på de gymnasiale uddannelser, når bare time-tallet er under 20 timer om ugen.

Hvis du siger dit arbejde op, eller afslår et formidlet arbejde, for at deltage i undervisning, kan du tidligst få dagpenge, når undervisningen afsluttes eller afbrydes.

## Uddannelse med uddannelsesyddelse

Inden for de første 9 måneders ledighed har du ret til at deltage i uddan-

nelse i op til 6 uger med uddannelsesyddelse.

Uddannelsesyddelsen udbetales med den maksimale dagpengesats.

Hvis du er under 25 år, har du samme ret til 6 ugers uddannelse med uddannelsesyddelse, men kun inden for de første 6 måneders ledighed..

## Uddannelse i en jobplan

Uddannelse i mere end 6 uger kan eventuelt tages med aktiveringsyddelse.

Du skal dog være opmærksom på, at aktiveringsyddelsen altid skal godkendes af jobcentret i en jobplan. Hvis du vil udanne dig inden for områder med mindre gode beskæftigelsesmuligheder, bliver det vanskeligt at få jobcentrets accept.

I de første 9 måneders ledighed (de første 6 måneder hvis du er under 30 eller over 60 år) kan du normalt kun få aktiveringsyddelse til uddannelse og kurser i op til 6 uger. Hvis du ikke har en

erhvervsrettet uddannelse i forvejen, eller hvis din uddannelse er forældet, har du mulighed for at få aktiveringsyddelse i mere end 6 uger. Din uddannelse betragtes som forældet, hvis du ikke har brugt den inden for de sidste 5 år.

Din lokale a-kasse kan fortælle dig mere om mulighederne for at deltage i uddannelse med aktiveringsyddelse i det område, du bor.

## Voksenelev/lærling

Hvis du er fyldt 25 år har du måske mulighed for at blive voksenelev.

Du kan få mere at vide om dine muligheder i din lokale a-kasse.

Vi har udgivet pjecen "Aktivering for dig under 30". Her kan du læse om de meget begrænsede muligheder, der er for at få aktiveringsyddelse til uddannelse, hvis du er under 30.

# Tilbud fra jobcentret

Jobcentret har pligt til at vejlede og rådgive dig om mulighederne for at få arbejde eller begynde i uddannelse.

Den service, du ellers kan forvente fra jobcentret, afhænger af, hvor længe du har gået arbejdsløs.

I starten af en ledighedsperiode må du som regel nøjes med støtte til din jobsøgning eller tilbud om korte opkvalificeringskurser.



## Aktivering efter senest 9 måneders ledighed

Når du har gået ledig i 9 måneder, skal jobcentret give dig et tilbud om aktivering. Hvis du er under 30, skal du have et tilbud allerede efter 3 måneders ledighed. Er du over 60 kommer tilbuddet efter 6 måneder.

Aktiveringstilbudet kan være:

- ansættelse med løntilskud hos en privat eller en offentlig arbejdsgiver,
- praktikforløb i op til 4 uger i en privat virksomhed eller inden for det offentlige,
- uddannelse eller kurser.

## Jobplanen

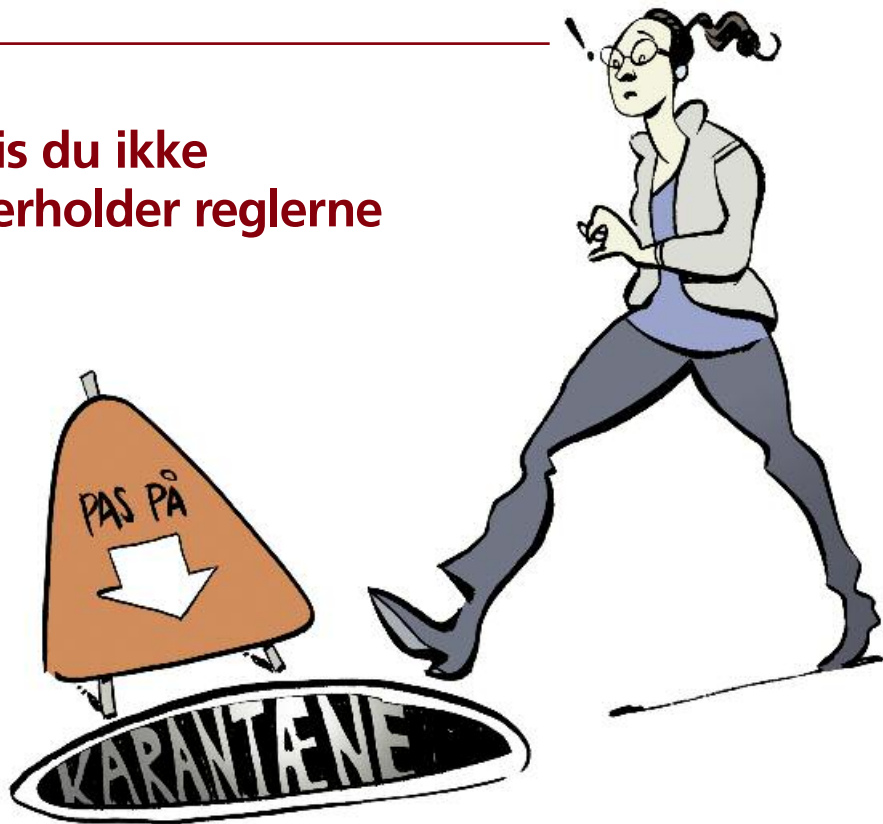
Inden du starter i et aktiveringstilbud, skal jobcentret eller en privat aktør udarbejde en jobplan.

Jobplanen skal indeholde dine beskæftigelsesmål samt en plan for, hvordan du når målene.

Jobplanen er en bindende aftale. Det betyder, at du skal følge de tilbud, du har aftalt i planen. Hvis aktiveringen er på under 4 uger, behøver der ikke at være en jobplan.

---

## Hvis du ikke overholder reglerne



Hvis du – uden en gyldig grund – enten siger dit arbejde op eller afslår et formidlet arbejde, er du selvforskyldt ledig. Som selvforskyldt ledig udelukkes du fra at få dagpenge i 3 uger. Udelukkelsen fra dagpenge kaldes karantæne.

Du bør altid kontakte a-kassen, inden du opsiger eller afslår et arbejde.

Du bør også rette henvendelse, inden du siger nej til et aktiveringstilbud, eller hvis du ønsker at ophøre i et tilbud.

Karantæne reglerne gælder nemlig også i aktivering.

A-kassen kan fortælle dig, hvornår du har en gyldig grund, som ikke får konsekvenser for dine dagpenge – og hvornår afslaget eller ophøret vil give karantæne.

Du får også karantæne, hvis du 2 gange i træk bliver væk fra samtaler, som jobcentret, din anden aktør eller a-kassen har indkaldt dig til. Her er karantænen på 2 uger.

### **Du bliver trukket i dagpenge:**

- når du bliver væk fra samtaler i a-kassen, hos din anden aktør eller i jobcentret
- når du ikke bekræfter din tilmelding som aktiv jobsøgende på Jobnet.dk mindst hver 7. dag.

### **Du får karantæne i 2 uger:**

- når du for 2. gang bliver væk fra en samtale, som enten jobcentret, din anden aktør eller a-kassen har indkaldt dig til.

### **Du får karantæne i 3 uger:**

- når du uden gyldig grund op siger dit arbejde,
- når du bliver afskediget af årsager, du selv er mest skyld i,
- når du uden gyldig grund siger nej til et arbejde, som enten jobcentret eller a-kassen har formidlet,
- når du selv er skyld i, at du ikke ansættes i det formidlede arbejde,
- når du stopper uden gyldig grund i et aktiveringstilbud,
- når du må ophøre i et aktiveringstilbud af grunde, du selv er mest skyld i,
- når du uden gyldig grund enten siger nej til eller udebliver fra et aktiveringstilbud.

## **Afvikling af karantæne**

En karantæne kan kun overstås i perioder, hvor du kunne have fået dagpenge – hvis karantænen ikke havde været der.

Du skal derfor være tilmeldt jobcentret og i øvrigt stå til rådighed for arbejdsmarkedet i karantæneperioden. Holder du ferie forlænges karantænen.

Karantænen medfører som hovedregel, at du mister dagpenge for sammenlagt 2 eller 3 uger. Men karantænen kan også overstås på to andre måder:

1. En karantæne, der ikke er afviklet senest 3 måneder efter den trådte i kraft, anses for udstået.
2. Hvis du får arbejde i sammenlagt 185 timer, anses du også for at have udstået karantænen (eller den resterende del af den). Som deltidsforsikret skal du have arbejde i et antal timer, der svarer til 5 x din gennemsnitlige ugentlige arbejdstid, før du blev ledig.

---

## FOAs elektroniske a-kasse

### Mister dagpengeretten

Hvis det er 2. gang inden for 12 måneder, du selv er skyld i din ledighed, mister du retten til dagpenge.

For igen at få dagpenge skal du have over 300 timers ordinært arbejde inden for en 10 ugers periode. Som deltidsforsikret skal du have mindst 150 timers arbejde inden for 10 uger.

### Spar frimærket og turen til postkassen!

Brug din elektroniske a-kasse når du skal indsende dagpengekort eller anmode om feriedagpenge m.v.

Alle typer blanketter er tilgængelige. Det kræver bare, at du bestiller en adgangskode.

Kik ind på FOAs hjemmeside: [www.foa.dk](http://www.foa.dk) under fanebladet A-kasse.



Du er blevet ledig, og har måske en række spørgsmål. Hvad må jeg? Hvad må jeg ikke? Må jeg gå på kursus, og hvordan kommer jeg igen i arbejde.

FOAs a-kasse har med denne pjece forsøgt at give svar på en række af de mest almindelige spørgsmål.

Du er altid velkommen til at kontakte din lokale a-kasse, der er parat til at hjælpe dig.

**FOA**  
A • KASSEN

Stauings Plads 1-3  
1790 København V

Tlf: 46 97 26 26  
[www.foa.dk](http://www.foa.dk)

**A-kassens stempel:**

