



GUIDE

# NÅR DU VIL STARTE SELVSTÆNDIG VIRKSOMHED

Få styr på dine muligheder og  
rettigheder i forhold til  
dagpengesystemet

AJKS - A-KASSE FOR JOURNALISTIK,  
KOMMUNIKATION OG SPROG



# Indhold

Nye dagpengeregler for supplerende dagpenge .....	3
Jeg vil starte selvstændig virksomhed .....	4
Fordele og ulemper ved selvstændig bibeskæftigelse .....	9
Kendetegn ved lønmodtagere, freelancere og selvstændige .....	13
Hvis du vil arbejde som freelancer .....	16
Hvis din virksomhed må lukke .....	20
Mød AJKS – din personlig a-kasse .....	23
.....	27



# Dagpengeregler for selvstændige og supplerende dagpenge

**Dagpengeregler har betydning for dig, der overvejer at starte egen virksomhed** eller arbejde freelance – ligesom det kan have betydning for dig, der allerede er selvstændig.

## I denne guide kan du blive klogere på

- Hvilke dagpengeregler du skal kende, hvis du overvejer at starte egen virksomhed?
- Kan du få dagpenge, mens du starter din virksomhed?
- Hvad er forskellene på at være selvstændig, freelancer og lønmodtager?
- Hvordan du er stillet i forhold til dagpenge, hvis du må lukke din virksomhed



# 1. Supplerende dagpenge



Du har mulighed for at få supplerende dagpenge, hvis du arbejder freelance.

Hvis din indtægt består af både lønmodtagerarbejde og freelancearbejde, bliver al din indtægt medregnet, når vi beregner din dagpengeret.

Der er ikke loft over, hvor mange timer du må arbejde i din virksomhed.



## 2. Du kan kun få supplerende dagpenge i 30 dage



Du kan kun få supplerende dagpenge i 30 uger – **ligegyldigt hvor meget eller lidt du får udbetalt.**

# 3. Du må gerne arbejde mere end 15 timer

Der er intet max antal timer, du må arbejde med din virksomhed i forhold til dine dagpengerettigheder.

Timerne du arbejder i din virksomhed, skal du oplyse på dit dagpengekort og de vil så blive modsvaret i dine dagpenge.

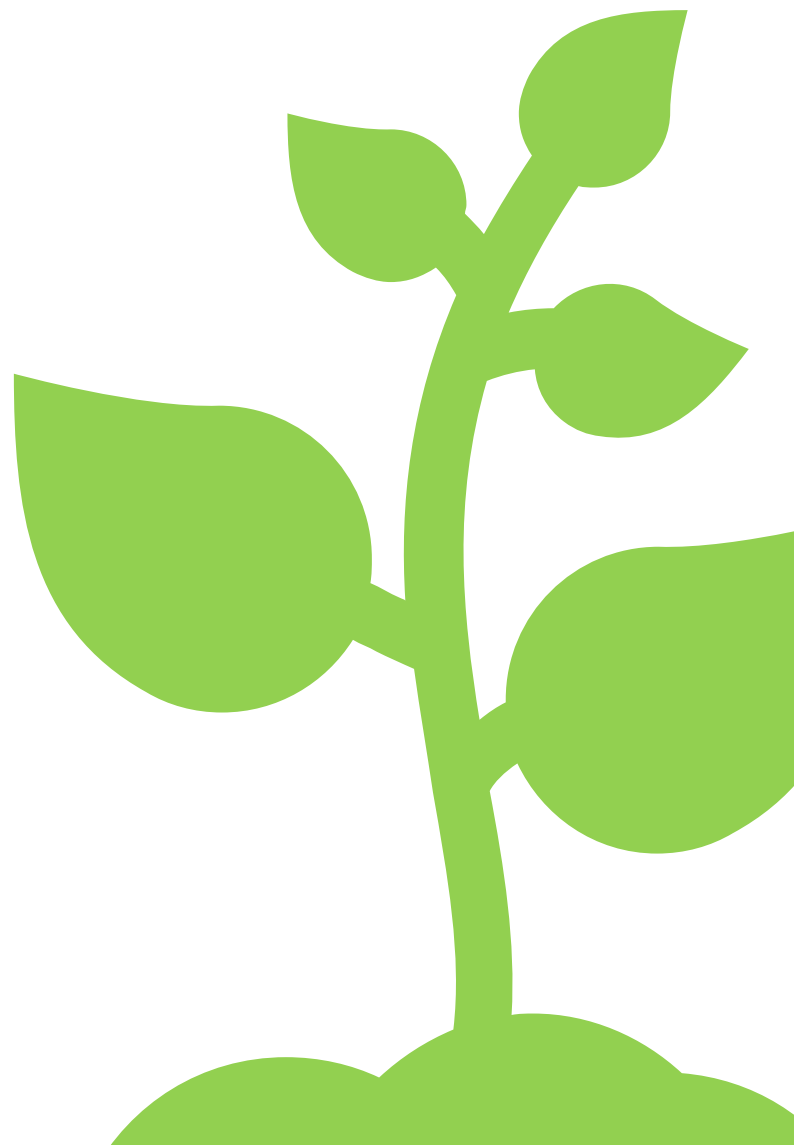
*Du må du arbejde så mange timer, du vil med din selvstændige virksomhed.*



## 4. Du må godt have som mål at leve af din virksomhed

Derudover er dit **mål** med din nye virksomhed heller ikke afgørende for din dagpengeret længere.

Du kan sagtens modtage dagpenge ved siden af din virksomhed, selvom du har som mål at leve af din virksomhed fuld tid på sigt.





## AFSNIT 1

# Jeg vil starte selvstændig virksomhed

Det er en stor beslutning at starte egen virksomhed. Vi ønsker dig held og lykke og håber, du får mange positive og lærerige oplevelser på rejsen.

**Som medlem af en a-kasse, kan du ofte få supplerende dagpenge** ved siden af din virksomhed. Det kan være en god hjælp i starten, mens du arbejder på at skabe et stabilt kundeflow, opbygge hjemmeside med mere.

Bliv klogere på, hvilke regler og muligheder, du har i forhold til dagpengesystemet, når du vil starte virksomhed, på næste side.





# Når du vil starte virksomhed...

Når du vil starte en virksomhed – og du samtidig modtager dagpenge – skal du have tilladelse fra a-kassen, før du kaster dig ud i dit erhvervseventyr.

## **Kontakt AJKS og få tilladelse til at starte virksomhed, mens du modtager dagpenge.**

For at få tilladelse til at starte virksomhed med dagpenge som supplement, kræves blot, at *du modtager dagpenge, mens du starter din virksomhed.*

### **Derudover skal du**

- ✓ stå til rådighed for arbejdsmarkedet
- ✓ søge jobs hver uge
- ✓ kunne udføre arbejdet i din selvstændige virksomhed uden for normal arbejdstid, hvis nødvendigt.

Når du har fået godkendelsen har du **ret til supplerende dagpenge i 30 uger**. Det giver dig således 30 uger til at "teste" din virksomhed af – før du skal beslutte, om du vil være selvstændig på fuld tid eller vil lukke virksomheden og eventuelt have dagpenge på fuld tid.

En "almindelig" dagpengeret, altså en dagpengeret der ikke er supplerende dagpenge, er på 3848 timer, hvilket svarer til to år.



[Læs mere om dagpenge og hvor meget du får udbetalt på vores hjemmeside](#)

# Hvis du allerede har en virksomhed, når du melder dig ledig...

...og ønsker at supplere din indtægt fra din virksomhed med dagpenge, kræver det, at **du har registreret lønmodtagerarbejde i de seneste seks måneder med 80 timer i gennemsnit pr. måned**. Der skal være mindst én arbejdstime i fem af månederne, hvis du er fuldtidsforsikret.

Er du deltidsforsikret skal du have fået indberettet mindst 53 timer i gennemsnit pr. måned.

Opfylder du ikke denne betingelse, er du nødsaget til at lukke din virksomhed for at få dagpenge.

Har du tidligere fået en godkendelse, og fortsætter du på en tidligere dagpengeret, er der intet krav. Starter du virksomheden, mens du er ledig er der heller intet krav om registreret lønmodtagerarbejde.



# Din a-kasse er et af de bedste sikkerhedsnet, du kan få

A-kassen er dit sikkerhedsnet og din forsikring – også for dig, der er selvstændig. Selvom du er selvstændig på fuldtid og regner med at leve af din virksomhed, kan der ske ting – som finanskriser eller sygdom – der er svære at gardere sig imod. Her kan din a-kasse sikre dig et økonomisk fundament.

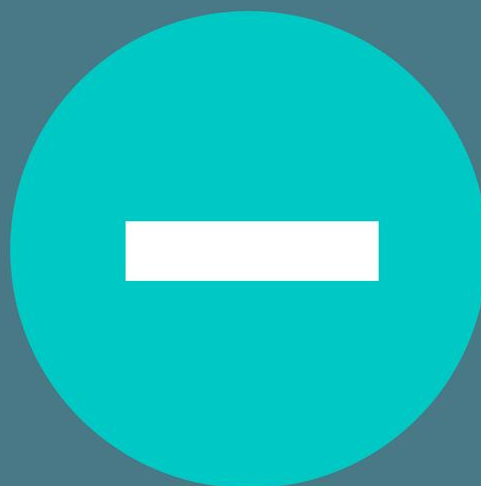
*Vidste du, at dét, du indbetaler til din a-kasse i løbet af 6 år, er det samme som du får udbetalt på 1 måneds dagpenge?"*



I AJKS er vi både a-kassevejledere og karrierevejledere. Vi kan derfor rådgive dig i forhold til dagpengerettigheder, samt kompetencer og karriere. Og vi har mange tilbud og arrangementer for dig, der er selvstændig eller freelancer.

Som medlem kan du gratis deltage på gå-hjem møder, workshops og booke individuel vejledning.

[Besøg ajks.dk nu](https://ajks.dk)



## AFSNIT 2

# Fordele og ulemper ved selvstændig bibeskæftigelse

Hvis du har en selvstændig bibeskæftigelse, har du **ret til dagpenge ved siden af dit arbejde i 30 uger**. Det kaldes "supplerende dagpenge".

Alle uger, hvor du er meldt ledig, forbruger af de 30 uger – også selvom du ikke har arbejdstimer i virksomheden. Du forbruger dog ikke af dine 30 uger i de uger, hvor du ikke modtager dagpenge, fx når du har fuldtidsarbejde eller holder egen optjent ferie.



# Fordele og ulemper ved selvstændig bibeskæftigelse

**Du kan fremstå mere professionel** over for potentielle kunder, fordi du har eget CVR-nummer.

**Du kan udstede faktura.**

**Du har mulighed for selv at tilrettelægge** dit arbejde og få højere fleksibilitet.

**Du kan få time for time-modregning.** Hvis du fx arbejder 1 time, modregnes du kun 1 time i dagpenge.

**Du kan få dagpenge i op til 30 uger** og samtidig arbejde i din virksomhed – uanset hvor mange timer, du arbejder.

**Du får bedre skattefradrag.**

**Dit arbejde i virksomheden kan** bruges til at genoptjene rettigheder i dagpengesystemet.

**Du har begrænset dagpengeret** på 30 uger - mod normalt 3848 timer svarende til to år.

**Hvis du efter 30 uger** ønsker at fortsætte din virksomhed, kan du ikke længere modtage dagpenge, samtidig med at du har en virksomhed. Lukker du din virksomhed efter 30 uger kan du få dagpenge i de resterende uger – op til 3848 timer.

**Du har mulighed for at forlænge** dine 30 uger med op til 12 uger, hvis du har haft arbejde som lønmodtager af et vist omfang.

**Du skal altid kunne flytte dine arbejdsopgaver,** så du står til rådighed i forhold til fx møder eller aktivering.

**Du skal stadig søge lønnet** fuldtidsarbejde.

**Du får mere registreringsarbejde,** da du skal oplyse AJKS om den tid, du bruger på administration, marketing m.m. Det skyldes, at de timer du bruger på dette, skal modregnes time for time.

**Du kan få ekstra udgifter** til revisor, forsikringer, advokat m.m.



# Har du styr på reglerne for selvstændig bibeskæftigelse?

Har du en selvstændig bibeskæftigelse, **skal du huske at:**

- Du kan kun få dagpenge i 30 uger
- De timer, du bruger i din virksomhed, modregnes i dine dagpenge time for time



Kontakt AJKS for individuel rådgivning eller deltag på et af vores gå-hjem møder for freelancere og selvstændige for at få fuldt overblik over reglerne. [Se kalenderen nu](#)



## AFSNIT 3

# Kendetegn for lønmodtagere, selvstændige og freelancere

Der er forskellige forhold, fordele og ulemper afhængigt af, *hvordan* du arbejder.

Bliv klogere på kendetegnene for **freelancere, lønmodtagere og selvstændige** nu.



# Rollen som lønmodtager

## 7 kendetegn ved at være lønmodtager

- ✓ Du har en fast arbejdsgiver
- ✓ Du er ansat på almindelige løn- og arbejdsvilkår
- ✓ Din arbejdsgiver betaler som hovedregel de udgifter, der er forbundet med dit arbejde
- ✓ Du har en kontrakt
- ✓ Du har aftalt med din arbejdsgiver, at du får en fast løn for hver time, uge eller måned, du arbejder – uanset om arbejdsopgaverne er færdige
- ✓ Du er lønmodtager ifølge ferieloven, funktionærloven og andre arbejdsmarkedslove







# Rollen som selvstændig

## 5 kendetegn ved at være selvstændig

- ✓ Din virksomhed skal have et erhvervmæssigt formål
- ✓ Du har personligt arbejde i virksomheden
- ✓ Virksomheden har et CVR nummer eller et SE nummer eller har en lovbestemt pligt til at være registreret i Det Centrale Virksomhedsregister
- ✓ Du modtager løn (A-indkomst) fra et selskab, hvor du har afgørende indflydelse
- ✓ Du modtager B-indkomst, der indgår i din virksomhed





# Rollen som freelancer

## 8 kendetegn ved at være freelancer

- ✓ Du er skattemæssigt registreret som lønmodtager
- ✓ Du benytter fradrag som lønmodtager
- ✓ Du kan evt. have en kontrakt/freelanceaftale
- ✓ Som freelancer har du ofte frie arbejdsforhold, fx fleksible arbejdstider og hjemmearbejdsplads
- ✓ Du arbejder ikke for egen regning og risiko
- ✓ Du sender IKKE regning eller faktura til din arbejdsgiver, men lønopgørelse, honorarafregning eller lignende
- ✓ Du har ikke et CVR-nummer, SE-nummer eller en lovbestemt pligt til at være registreret i Det Centrale Virksomhedsregister



Som freelancer er du i  
grænselandet mellem to  
verdener



## AFSNIT 4


# Hvis du vil arbejde som freelancer

Hvis du ikke vil være selvstændig, men stadig ønsker at arbejde ved siden af dine dagpenge, kan du fx være **freelancer**. I forhold til dagpengesystemet, betragtes freelancere som lønmodtagere.

Bliv klogere på fordele og ulemper ved at arbejde som freelancer nu.



# Fordele og ulemper som freelancer



**Du har mindre administrativt arbejde**, fordi du skattemæssigt er registreret som lønmodtager og fx ikke skal lave momsregnskab m.m.

**Du har mulighed for fleksible arbejdstider** og fx hjemmearbejdsplads.

**Du genoptjener din ret til dagpenge**, idet alle dine arbejdstimer registreres af AJKS.

**Du kan kun få supplerende dagpenge** i 30 uger.

**Du har som udgangspunkt ingen faste aftaler** og kan måske have vanskeligt ved at skaffe opgaver nok i perioder.

**Du kan ikke få time for time modregning** i dine dagpenge. Arbejdet som freelancer medfører ofte en større modregning i dagpengene, end for selvstændige med bibeskæftigelse.



# Gratis gå-hjem møde for freelancere og selvstændige

AJKS holder gratis gå-hjem møder for dig, der er interesseret i reglerne for freelancere og selvstændig bibeskæftigelse.

## Få svar på dine spørgsmål om

- ✓ Fordele og ulemper for freelancere eller selvstændig bibeskæftigelse
- ✓ Hvordan fungerer supplerende dagpenge?
- ✓ Hvornår skal du bruge en frigørelsesattest?
- ✓ Hvad skal du vide om 30 ugers reglen?
- ✓ Hvad er kontrollabelt og ukontrollabelt arbejde?
- ✓ Hvilke fradrag kan du få for arbejde og indtægter?
- ✓ Hvad er forskellen på A-indkomst og B-indkomst?



Find næste møde i vores kalender.  
[Se kalenderen nu](#)



## AFSNIT 5

# Hvis din virksomhed må lukke ...

Det er et stort spring at blive selvstændig. Hvis du lige er startet, er du sikkert i gang med konceptudvikling, målgruppe-analyse, salgsstrategi, markedsføring og meget mere.

Men ved du også, hvordan din økonomi er stillet, hvis du må lukke virksomheden?



# Skal du lukke din selvstændige virksomhed, du har haft på fuldtid?



**Hvis du har haft selvstændig virksomhed** som din hovedbeskæftigelse, som lukkes, og du er medlem af en a-kasse, **kan du få dagpenge**.

Det er dog en forudsætning, at du opfylder et såkaldt **indkomstkra**v.

Det vil sige, at du har haft et overskud i din virksomhed og/eller lønmodtagerarbejde på mindst 233,376 kroner. Indtægten hentes inden enten fem år eller tre år – alt efter hvordan du har tilrettelagt dit arbejdsliv.

Vi må dog tælle 19.448 kroner med pr måned, hvorfor du altid vil være mindst 12 måneder om at opnå ret til dagpenge.

**Kontakt AJKS** for præcis vejledning´.



# Hvordan kan du lukke din selvstændige virksomhed,

2 måder du kan lukke din virksomhed på

## 1. Du afmelder dit CVR-nummer eller SE-nummer

I den forbindelse skal alle skattemæssige forpligtelser være overdraget eller afsluttet. Det dokumenterer du ved en bekræftelse fra SKAT – kaldet et 'ophørsbevis'. Herefter har du tre ugers ventetid på dagpenge.

**2. Du erklærer på tro og love, at du ikke længere driver din virksomhed** fremover, og at aktiviteter heri kun er afvikling. Det vil sige, at du ikke længere må udføre nogen form for opgaver i virksomheden.

Du har herefter seks måneder til at fremsende dokumentationen (som under punkt 1). Herefter har du to måneders ventetid på dagpenge. Hvis du sender dokumentationen *inden* to måneder, kan du få dagpenge – dog tidligt efter tre uger.

Sender du ikke dokumentation senest efter seks måneder, stopper dine dagpenge. Du forbruger af din dagpengeret i tiden, der går, indtil du sender dokumentation. Det gælder også selvom du er gået i arbejde i løbet af de seks måneder. Det er derfor vigtigt, at du husker at sende dokumentationen uanset hvad.

Du har også mulighed for at lukke din virksomhed grundet fx konkurs, udtræden af ægtefælles virksomhed eller udtræden af virksomhed med flere ejere.

**Kontakt AJKS for vejledning** på selvbetjeningen eller telefon 3342 8001.





# Skal du lukke din selvstændige bibeskæftigelse?

**Når du har haft din selvstændige bibeskæftigelse** i 30 uger skal du beslutte, om du vil fortsætte din virksomhed uden dagpenge, eller om du vil lukke den.

Lukker du din selvstændige bibeskæftigelse, kan du få dagpenge i de uger, du har tilbage af din dagpengeret – op 3848 timer, svarende til to år. Fortsætter du din virksomhed, kan du ikke længere modtage dagpenge.

## Du kan genoptjene din 30-ugers dagpengeret

Har du arbejdet som **lønmodtager** i et vist omfang, kan du **genoptjene en ny ret** til supplerende dagpenge i 30 uger. Du kan få 30 nye uger, hvis du inden for en sammenhængende periode på 12 måneder har seks månedsindberetninger med mere end 146 løntimer i hver, når du er fuldtidsforsikret. Som deltidforsikret er det 118 timer.

## Du kan forlænge din 30-ugers dagpengeret

Har du haft arbejde i et vist omfang, kan du **få forlænget din ret til supplerende dagpenge** med fire uger ad gangen – i alt 12 uger.

Som fuldtidsforsikret vil du optjene ret til fire ugers forlængelse, for hver månedsindberetning med mere end 146 løntimer. Som deltidforsikret er det 118 timer. Du kan maksimalt forlænges med 12 uger. Forlængelsen udregnes på baggrund af arbejde, som er indberettet til indkomstregisteret inden for de seneste 12 måneder.

Arbejde du har brugt til forlængelse, kan ikke længere bruges til genoptjening af nye 30 uger.



Du kan få dagpenge med det samme, når du stopper med din selvstændige bibeskæftigelse.



# Mød AJKS – din personlige a-kasse

Du får bedre plads hos de små

Som en af Danmarks mindste niche a-kasser, tror vi på personlig kontakt og rådgivning med afsæt i din unikke situation og dit fag.

Det er blandt andet derfor vores medlemmer har deres egen, faste a-kassevejleder.

AJKS er a-kassen for alle i medie- og kommunikationsbranchen – uanset om du er selvstændig, freelancer, studerende lønmodtager, ledig, nyuddannet, efterlønner eller allerede i job.



# Hvem er AJKS?

AJKS er a-kassen for professionelle i medie- og kommunikationsbranchen samt for sproguddannede. Vi samler mere end 24.000 fagentusiaster inden for kommunikation, medier og sprog. Fordi vi er en niche a-kasse, er vi tættere på dit fag, dine opgaver og specifikke udfordringer.

## Hvad er dine fordele med AJKS?

- ✓ Du får personlig vejledning og har din egen, faste a-kassevejleder
- ✓ Du kan få individuel karrierevejledning, kompetenceafklaring samt sparring på CV og ansøgninger
- ✓ Du bliver en del af et fagligt fællesskab med gå-hjem møder, faglige arrangementer, netværksgrupper og workshops
- ✓ Du får en af landets billigste a-kasser, der har nogle af Danmarks mest tilfredse medlemmer
- ✓ Vi samarbejder med Kommunikation og Sprog samt Dansk Journalistforbund – de to fagforbund med bedst kendskab til medier, kommunikation, formidling og sprog

## Vidste du, at alle medlemmer i AJKS har deres egen a-kassevejleder?

En af dine fordele ved at være medlem af AJKS er, at du har din egen a-kassevejleder.

Det sikrer, at du snakker med én, der kender din situation og kan hjælpe dig sikkert videre.

[Find din a-kassevejleder nu](#)

## Få individuel karrierevejledning

Du kan få individuel vejledning om din karriere, jobsøgning eller kompetencer hos vores karriere team.

Vi rådgiver også om virksomhedspraktik, løntilskud og efteruddannelse.

Du kan også få feedback på ansøgninger og CV.

[Besøg vores karrieresider nu](#)



## A-kassen kæmper for at beskytte dine rettigheder

Uanset om du er selvstændig, freelancer, lønmodtager eller ledig, er AJKS med til at beskytte dine rettigheder og kæmpe for et trygt og fleksibelt arbejdsmarked.

Det gør vi blandt andet via udvalg, arbejdsgrupper og ved kontinuerligt at forsøge at påvirke lovgivningen og debatten om dagpengesystemet.

*Vidste du, at dét, du indbetaler til din a-kasse i løbet af 6 år, er det samme som du får udbetalt på 1 måneds dagpenge?*

## Din a-kasse er din forsikring

At blive medlem af en a-kasse er som at tegne en forsikring. Det er en beskyttelse, de færreste håber at gøre brug af, men som en del får brug for.

## Vi griber dig – og får dig sikkert videre

Hvert år bliver flere hundredetusinde mennesker ledige – og langt de fleste kommer hurtigt i job igen.

Det skyldes blandt andet, at vi i Danmark har et økonomisk sikkerhedsnet i form af dagpengesystemet. Og at du kan få hurtig rådgivning om alt fra dagpengeregler til karriere og effektiv jobsøgning.

Har du brug for at supplere din indtægt – udover dine dagpenge – samarbejder AJKS med Topdanmark og [tilbyder lønforsikring](#).



# Udvid dit netværk – og din faglige horisont

Udover individuel karrierevejledning og feedback på dit ansøgningsmateriale, kan du som medlem også udvide din faglige horisont, opgradere dine kompetencer og udvide dit netværk på vores tema- og gå-hjem møder.

## Vi inspirerer dig blandt andet til hvordan

- ✓ du får større udbytte af LinkedIn som selvstændig, freelancer eller jobsøger
- ✓ du øger din synlighed med sociale medier og content marketing
- ✓ du bruger digitale redskaber og når dine mål
- ✓ du kommer i gang som selvstændig eller freelancer

[Se vores kalender og book din plads nu](#)



## Få flere karrierefif, så du kan skyde genvej til drømmejobbet

[Sæt spot på dit arbejdsliv og bliv inviteret til helt nye events på LinkedIn](#)

[Få unikke jobopslag – bliv medlem af vores LinkedIn gruppe](#)

[Læs om nye events og få faglige artikler, tips og tricks på Facebook](#)

[Få vores månedlige nyhedsbrev med artikler, karrierefif og afgørende nyt om dagpengesystemet](#)

[Besøg vores hjemmeside med FAQs om dagpenge, karriereartikler, events og meget mere](#)



# Stærke samarbejdspartnere

AJKS samarbejder med Kommunikation og Sprog og Dansk Journalistforbund.

## Kommunikation og Sprog

KS' karriererådgivere giver dig personlig karriererådgivning, så du kan udvikle dig, optimere din indsats og blive endnu bedre til dét, du er god til. KS' karriererådgivere er specialister i karrieremuligheder for kommunikatører, sprog- og marketingfolk. De kan derfor give dig **konkrete råd om dit cv og din ansøgning**.

KS tilbyder også en lang række **faglige arrangementer** om kommunikation, marketing og sprog, jobsøgningskurser, webinarer og workshops om kompetenceafklaring og faglighed.

I KS ved de, hvor jobbene findes lige nu. De bliver samlet i **KS JOB**, som bliver opdateret flere gange om ugen både med annoncer fra jobdatabaser, aviser og fra direkte henvendelser fra arbejdsgivere. Du får de relevante jobs sendt direkte til din mailboks.

[Besøg KS' hjemmeside nu](#)


## Dansk Journalistforbund

Som medlem af DJ kan du få professionel hjælp til at håndtere og udvikle dit arbejdsliv:

- ✓ Du kan få **sparring på dine ansøgninger** i DJ's karriereafdeling
- ✓ Hvis du gerne vil have hjælp til at sætte ord på og handling bag dine karrieremål, så kan du **booke en samtale** med en karriererådgiver, der kender din branche
- ✓ Du kan også vælge at deltage i **karrierekurser** og få mulighed for at arbejde fokuseret med dine mål sammen med andre.

I DJ møder du professionelle rådgivere med et stort kendskab til medie- og kommunikationsbranchen. De kan hjælpe dig med at navigere i en branche, der er spændende men også skræmmende. Så husk at bruge dit forbund.

[Besøg DJ's hjemmeside nu](#)



# Vil du i kontakt med os?

Skriv til os 24/7 via selvbetjeningen

Hvis din henvendelse er om kontingent, dagpenge eller efterløn, så skriv os en besked i selvbetjeningen. Det sikrer, at vi lever op til kriterierne for sikker post.

[Besøg selvbetjeningen nu](#)

Ring til os

Du kan ringe på telefon **3342 8001** mandag-fredag kl. 10-15.

Få et personligt møde

Du er altid velkommen til at dukke op i vores velkomstcenter på Gl. Strand 46 mandag-torsdag kl. 9-16.00 samt fredag kl. 9-15.

[Besøg AJKS.dk](http://AJKS.dk)