

GUIDE TIL

---

# DINE DAGPENGE

---

AJKS

# Guide til Dine Dagpenge

Hvad skal du gøre for at få udbetalt dagpenge? Hvad er karens?  
Kan et dagpengekort blive forældet og hvad er G-dage?

Det kan være en mundfuld at sætte sig ind i det danske dagpengesystem. Der er mange bestemmelser, du skal kende til og nye krav, du skal overholde.

Vi har her samlet den vigtige information, du skal have. Læs guiden igennem, gem den eller læs blot de afsnit, der er relevante lige nu.

Du kan altid [besøge os på vores hjemmeside](#), følge os [via LinkedIn](#) eller få nye artikler, invitationer til events med mere på [vores Facebook](#).



# Indhold

Hvad sker der, når du har meldt dig ledig? .....	4
Udbetaling af dagpenge .....	7
<ul style="list-style-type: none"><li>• Opholdskravet</li><li>• Karensdag og karenperiode</li><li>• G-dage og dagpengegodtgørelse</li><li>• Deltidsarbejde og frigørelsesattest</li><li>• Hvis du vil holde ferie</li><li>• Hvis du har børn eller familie, der kræver særlig pleje</li><li>• Hvis du bliver syg</li></ul>	
Jobsøgning og om 'at stå til rådighed' .....	18
Hvis du har opbrugt din dagpengeret .....	20
Dine tilbud fra AJKS .....	24



# Hvad sker der, når du har meldt dig ledig?

Du har meldt dig ledig på jobnet.dk og har underskrevet en ledighedserklæring via selvbetjeningen hos AJKS. Du er klar til at modtage dagpenge. Men hvad sker der så nu?

## Inden for de første 14 dage

### 1. Upload dit CV til Jobnet

En af de første ting, du skal gøre, når du har meldt dig ledig, er at oprette dit CV på jobnet.dk. Det skal du gøre inden 14 dage.

### 2. Registrér din jobsøgning

Herefter skal du i gang med at registrere din jobsøgning enten via jobnet's online løsning, der hedder joblog, eller via selvbetjeningen hos AJKS. Hvis du benytter AJKS' selvbetjening skal du ind under fanen 'Job og Møder', hvorefter du så kan opdatere din joblog.

Hvis du opdaterer din joblog via jobnet, så husk at du skal skrive alle dine aktiviteter, inkl. netværksaktiviteter under feltet "jobsøgning". Du skal ikke bruge området for "andre aktiviteter".

### 3. Deltag på velkomstmøde hos AJKS

Inden for de første 14 dage inviterer AJKS dig til et velkomstmøde. På velkomstmødet hører du mere om joblog, hvad der forstås ved "at stå til rådighed" og de krav og bestemmelser, du møder i dagpengesystemet. AJKS' karrierevejledere giver tips til din jobsøgning og fortæller mere om de tilbud, du får hos os.

### 4. Til møde i jobcentret

Inden for de første 6 uger bliver du også indkaldt til dit første møde hos jobcentret. Fokus for det første møde er at kigge på din jobsøgningsstrategi, samt Min plan og dit CV. De to sidste hører du mere om på CV-mødet; både min Plan og dit CV skal være oprettet på din joblog før mødet med jobcentret.

## Efter 14 dage

Som ledig deltager man i et såkaldt 'kontaktforløb', der varer maksimalt seks måneder. Det består af en række møder i jobcentret, hos os og/eller anden aktør.

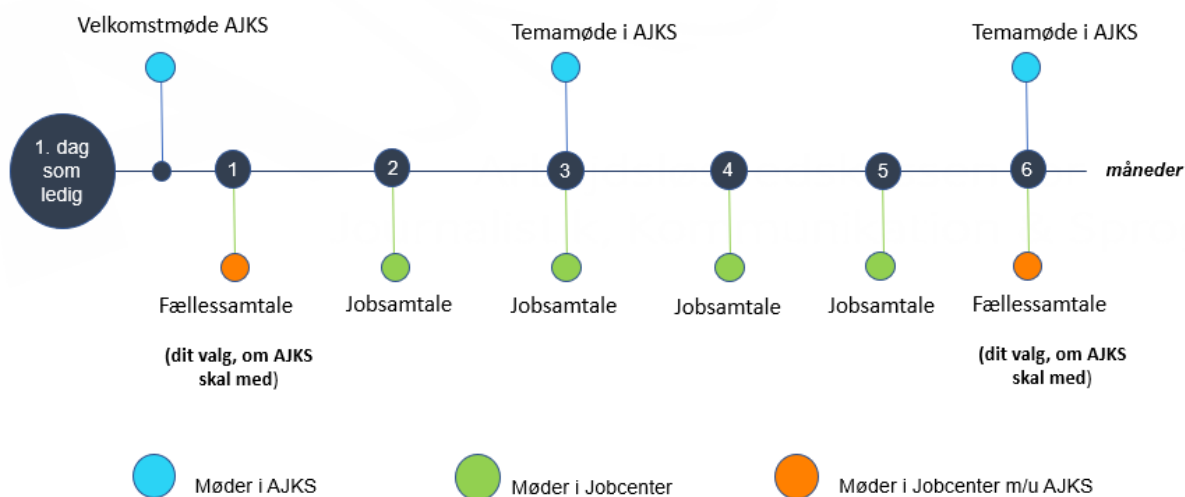
### Det betyder, at du skal deltage i

- Et møde hos jobcentret hver måned
  - På det første og sidste møde i jobcentret kan du vælge, at AJKS også deltager.
- To temamøder hos AJKS
  - Du kan vælge mellem mere end seks forskellige temamøder.

[Se de aktuelle temaer i selvbetjeningen \(under tema-møder\)](#)

## Overblik over møder de første seks måneder

### Samtaler og møder i de første 6 måneder af din ledighedsperiode



## Efter seks måneder

Hvis du er ledig mere end seks måneder, skal du til samtale på jobcentret hver tredje måned. Efter 16 måneder skal du deltage i endnu en samtale med jobcentret og os.

## Du skal selv booke dine møder

Når du skal til møde hos jobcentret, anden aktør eller os, vil du blive bedt om at booke et møde inden for en bestemt tidsfrist.

## Hvis du glemmer at booke et møde eller booker det for sent

Det er vigtigt, at du både booker mødet og overholder den tidsfrist, du har fået. Ellers må vi ikke udbetale dine dagpenge og skal afmelde dig som ledig.

Hvis du bliver afmeldt som ledig, kan du først få dagpenge igen, når du atter er tilmeldt som ledig og har booket et møde.

## Hvad er tidsfristerne for møder?

Når du skal til møde hos jobcentret eller anden aktør, vil du få en tidsfrist på 10 dage. Er det et møde hos os, skal du booke et møde hurtigst muligt.

## Andre møder?

Du kan blive indkaldt til samtaler i jobcentret, du ikke selv har booket. Det vil så ske via jobnet, med digital post til din eBoks eller med almindeligt brev. En sådan samtale skal du også deltage i.

Udover de lovpligtige møder har AJKS også en række **gå-hjem møder og workshops**. Det er fx emner som sociale medier, opstart af virksomhed, dagpengeregler for freelancere og meget mere. De er et tilbud til dig og er frivillige.

[Se vores kalender og få overblik over aktuelle arrangementer](#)

## Møder er obligatoriske

Alle møder i kontaktføreløbet er obligatoriske, lovpligtige møder. Bliver du forhindret i at deltage, skal du huske at melde afbud inden mødet.

**Til AJKS' møder** har du tre gyldige grunde til at melde afbud

- sygdom
- arbejde på dagen
- jobsamtale

Du melder afbud ved at ringe til os på telefon 3342 8001 eller via selvbetjeningen.

# Udbetaling af dagpenge – hvad skal du huske?

Dine dagpenge bliver udbetalt via din NemKonto for én kalendermåned ad gangen. Men hvad skal du huske for, at vi kan udbetale dine dagpenge?

## 1. Udfyld dit dagpengekort via selvbetjeningen

Hver måned skal du logge ind på selvbetjeningen og udfylde dit dagpengekort. Kortet bliver tilgængeligt seks bankdage, før måneden slutter.

**Hvis du vil have dine dagpenge udbetalt den sidste bankdag** i måneden, skal du udfylde dit dagpengekort tidligst seks bankdage, før måneden slutter.

Udfylder du kortet senere, kan vi ikke nå at udbetale dine dagpenge til tiden, da det tager ca. tre bankdage at behandle dit kort og udbetale dine dagpenge

## 2. Forudsig dine aktiviteter for månedens sidste uge

Fordi du skal udfylde dit dagpengekort *før måneden slutter*, betyder det, at du skal *forudsige*, hvordan du forventer resten af måneden bliver.

Når du udfylder dit dagpengekort, skal du derfor oplyse om dine aktiviteter (fx arbejde, sygdom og ferie) *for den periode, der er gået* og det arbejde og de indtægter, du *forventer at have resten af måneden* – og så selvom du eventuelt bliver afmeldt i perioden.

Det kan være svært at forudsige, om du pludselig får ekstra timer, men eftersom dagpengekortet skal indsendes før måneden er slut, er det nødvendigt.

Se de aktuelle frister for, [hvornår du skal indsende dit dagpengekort på vores hjemmeside](#)

## Du kan redigere dit dagpengekort

Hvis du har ændringer til dit ydelseskort – efter du har udfyldt det og inden du har fået dine penge udbetalt – skal du udfylde et nyt ydelseskort for samme periode i selvbetjeningen.

Hvis du har ændringer til din udbetaling – efter du har fået udbetalt ydelser – kan du ændre i dine oplysninger i selvbetjeningen under bjælken 'post'. Her skal du ind under sendt post, hvor du så kan rette i det tidligere indsendte ydelseskort.

**Hvad skal du oplyse på dit dagpengekort** – og hvad hvis du bliver afmeldt, før måneden er slut?

Du skal oplyse alle dine arbejdstimer og al din indtægt på dit dagpengekort – det gælder også for perioder før og efter du er tilmeldt jobcentret.

Det vil sige, at hvis du fx melder dig ledig den 10. skal du også oplyse om arbejde og indtægter, der ligger før den 10. i den måned.

## Kan dit dagpengekort blive forældet?

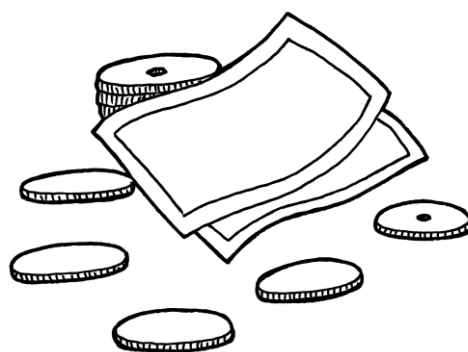
Ja, et dagpengekort kan blive forældet. Vi skal have dit dagpengekort senest **en måned og ti dage** efter udløbet af den måned, kortet gælder for. Hvis du ikke overholder fristen, må vi ikke behandle dit kort og det betyder, at du desværre mister dine penge.

## Din udbetaling er *a conto*

Den 11. i hver måned indhenter vi oplysninger i indkomstregisteret om det arbejde, du eventuelt har haft i den sidste måned.

Hvis oplysningerne ikke passer med det, der står på dit dagpengekort, justerer vi din udbetaling.

Har du fået for meget udbetalt, modregnes beløbet i dine næste dagpenge. Har du fået for lidt, efterbetaler vi hurtigst muligt. Inden vi justerer udbetalingen, skriver vi til dig og beder om din hjælp til at forklare forskellen.





# Opholdskrav for ret til dagpenge

Fra den 1. januar 2019 er din ret til dagpenge og feriedagpenge er betinget af, at du opfylder et såkaldt opholdskrav.

Opholdskravet betyder, at din ret til dagpenge og feriedagpenge er betinget af, at du fra den 1. januar 2019 skal have opholdt dig lovligt her i riget (Danmark, Færøerne og Grønland), et EU/EØS-land eller Schweiz i mindst 5 år inden for de seneste 12 år.

#### **Opholdskravet indfases over tre år:**

- I 2019 er det 5 ud af 12 år
- I 2020 er det 6 ud af 12 år
- I 2021 og frem er det 7 år ud af 12 år

Det betyder, at når opholdskravet er fuldt indfaset i 2021 skal du have opholdt dig lovligt her i riget, et EU/EØS-land eller i Schweiz i min. 7 ud af de seneste 12 år, for at være berettiget til dagpenge.

#### **Hvis du allerede har en dagpengeret, berøres**

**denne ikke.** Men søger du senere om en ny dagpengeret, skal du opfylde opholdskravet.

#### **Vær især opmærksom,** hvis du:

- opholder dig uden for riget, et EU/EØS-land eller Schweiz
- har opholdt dig udenfor riget, et EU/EØS-land eller Schweiz indenfor de seneste 12 år
- overvejer at tage til udlandet

[Læs mere om opholdskravet - og undtagelser - på vores hjemmeside](#)

## Hvad skal du vide om opholdskravet?

- **I 2021** skal du have opholdt dig i riget, et EU/EØS-land eller Schweiz i **7 ud af de seneste 12 år**
- Der er en række undtagelser
- **Kontakt AJKS for personlig vejledning,** hvis du er i tvivl

**Der er en række undtagelser til opholdskravet** – se hvilke på vores hjemmeside.

# Hvad er karensdag og karenperiode?

En karensdag er én dag, hvor du bliver trukket i dine dagpenge med et beløb, der svarer til dine dagpenge for én dag.

Per 1. juli 2017 blev det bestemt, at du kan få en karensdag hver fjerde måned.

De fire måneder kaldes karenperioden.

Karenperioden starter fra den måned, du melder dig ledig og fire måneder frem.

Har du ikke har haft arbejde nok, trækkes du for én karensdag

Når du har indsendt dit dagpengekort for den sidste måned i karenperioden, kigger vi på dine arbejdstimer for de fire måneder (karenperioden).

Afhængigt af hvor mange timer, du har arbejdet, kan du risikere én karensdag.

Du skal have mindste 148 timers arbejde (97 timer, hvis du er deltidsforsikret) i karenperioden, for at undgå at blive trukket for en karensdag.

Næste karenperiode starter umiddelbart efter.

[Læs mere om karens på vores hjemmeside](#)

## Karensdag hver

### 4. måned

- Karenperioden er fire måneder
- Du skal have mindst 148 / 97 arbejdstimer i karenperioden
- Opgøres sidste måned af din karenperiode



# Hvad er G-dage og dagpengegodtgørelse?

Din arbejdsgiver har som hovedregel pligt til at betale dagpengegodtgørelse for de to første dage, du er ledig. Disse kaldes G-dage.

Arbejdsgiveren skal betale G-dage, hvis du har arbejdet mindst 74 timer i løbet af de sidste fire uger.

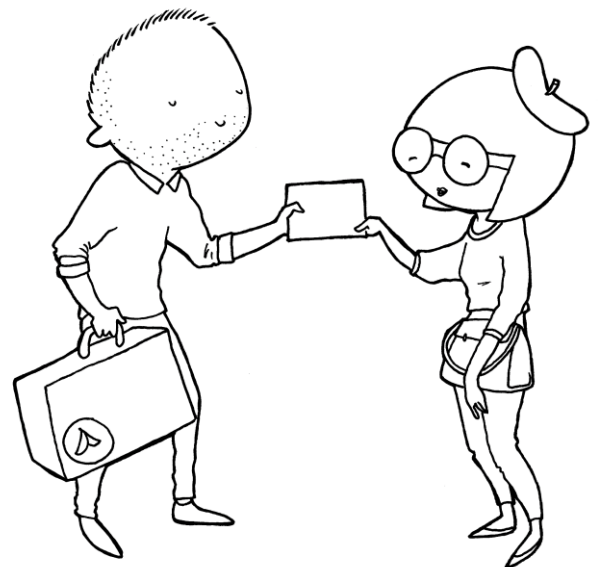
Du har også ret til G-dage, hvis du er ansat i et vikariat, en tidsbegrænset stilling, har nedsat arbejdstid eller har en opgavebestemt ansættelse.

## **Arbejdsgiveren skal ikke betale, hvis du**

- selv har sagt dit job op
- har andet arbejde
- er syg på disse dage
- holder ferie på disse dage

En G-dag svarer til højeste dagpengesats. Vi trækker G-dagene i din første dagpengeudbetaling.

[Læs mere om G-dage på vores hjemmeside](#)



# Hvis du arbejder deltid ...

Hvis du har deltidsarbejde kan du få supplerende dagpenge, når du har afleveret en frigørelsesattest fra din arbejdsgiver til a-kassen.

**Med en frigørelsesattest giver din arbejdsgiver dig lov til at sige op uden varsel, hvis du får tilbudt arbejde med flere timer et andet sted.**

**Din arbejdsgiver skal underskrive attesten.**

## **Du skal bruge en frigørelsesattest, hvis du**

- arbejder deltid og
- har et opsigelsesvarsel og
- ønsker supplerende dagpenge

## **Vi skal have din frigørelsesattest**

- senest fem uger efter din første arbejdsdag eller
- den dag du tilmelder dig på jobcentret

Får vi frigørelsesattest senere, kan du desværre først få supplerende dagpenge fra den dag, vi får attesten. Du finder frigørelsesattesten i selvbetjeningen under *Andre blanketter*.

Du skal vide, at du kun kan modtage supplerende dagpenge i 30 uger inden for de seneste 104 uger.

[Læs mere om supplerende dagpenge på vores hjemmeside](#)



# DEN STORE HVEM-HVAD-HVOR (OG HVORNÅR OG HVORDAN) OM **FRIGØRELSESATTESTER**



## HVEM HAR BRUG FOR EN FRIGØRELSESATTEST?

Hvis du har et deltidsarbejde med opsigelsesvarsel og ønsker supplerende dagpenge, skal du bruge en frigørelsesattest.

## HVAD ER EN FRIGØRELSESATTEST?

En frigørelsesattest er en blanket, hvor din arbejdsgiver skriver under på, at du kan fratræde dit arbejde med dags varsel, hvis du bliver tilbudt et job med flere timer.

## HVOR FINDER DU EN FRIGØRELSESATTEST?

Du finder frigørelsesattesten via selvbetjeningen.

## HVORNÅR SKAL VI HAVE DIN FRIGØRELSESATTEST?

Send din frigørelsesattest, sammen med din kontrakt, til a-kassen senest fem uger efter din ansættelsesdato. Så kan du få supplerende dagpenge fra 1. arbejdsdag.

## HVORDAN UDFYLLER MAN EN FRIGØRELSESATTEST?

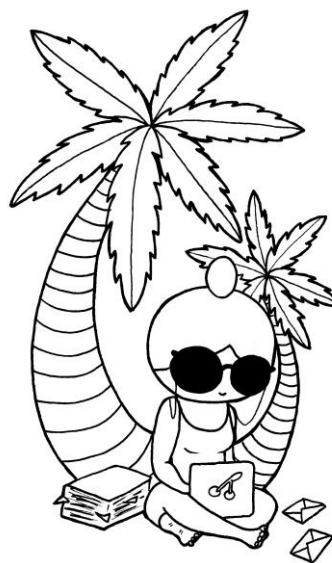
Det er din arbejdsgiver, der skal underskrive attesten. Det nemmeste er, at du printer den fra selvbetjeningen, scanner den underskrevne udgave og uploader den på selvbetjeningen.

# Hvis du vil holde ferie...

Når du vil holde ferie, skal du give besked til jobcentret senest 14 dage før. Det kan du gøre på Min side på jobnet.dk.

**Hvis du ikke melder ferie senest 14 dage før – og du af den årsag udebliver fra møder eller aktiviteter – skal vi vurdere, hvorvidt du skal idømmes en sanktion.**

**14-dages fristen gælder ikke, hvis du blot holder ferie en dag eller to.**



Har du ret til feriedagpenge?

Du optjener ret til feriedagpenge, når du får dagpenge fra AJKS. Du kan højst optjene 25 dage med feriedagpenge.

**Du optjener feriedagpenge, hvis du får**

- feriedagpenge
- dagpenge
- EØS-dagpenge
- barselsdagpenge (udbetalt af Udbetaling Danmark)

[Læs mere om ferie og feriedagpenge på vores hjemmeside](#)

# OTTE TIPS TIL FERIEDAGPENGE

- 1. Søg i god tid**, hvis du vil have dine feriedagpenge, før ferien starter. Du kan få udbetalt dine feriedagpenge en uge før din ferie begynder, hvis du søger en måned før feriestart.
- 2. Hvis du er ledig**, så giv altid jobcentret besked senest 14 dage før feriestart, hvis du ikke vil indkaldes til møder og samtaler. Jobcentret må ikke indkalde dig i din ferie – men det kræver, at du har givet dem besked fx via jobnet.dk.
- 3. Husk a-kassen.** Hvis du er ledig, er det vigtigt, at a-kassen modtager din ansøgning før din ferie starter – ellers må vi ikke udbetale dine feriedagpenge.
- 4. Oplys hvor mange dage** du eventuelt har optjent fra arbejdsgivere.
- 5. Brug din egen optjente ferie først.** Hvis du har optjent ferie fra arbejdsgivere o.lign, skal den være brugt, før du kan få udbetalt dine feriedagpenge.
- 6. Oplys om al den ferie du allerede har holdt.** Via selvbetjeningen skriver du datoerne for al den ferie, du allerede har haft.
- 7. Husk at søge** om dine feriedagpenge efter ferieårets afslutning. Ferieåret løber fra 1. maj til 30. april, men du kan søge indtil 31. maj i det efterfølgende år.
- 8. Søg om feriedagpenge online**, når det passer dig. Er du medlem af AJKS kan du søge om feriedagpenge, når det passer dig via selvbetjeningen – den har altid åbent.

Skal du ansøge om feriedagpenge?  
**GÅ TIL SELVBETJENINGEN NU** ➤



**AJKS**  
Arbejdsløsheds-kassen for  
Journalistik, Kommunikation & Sprog

# Hvis du har børn eller familie, der kræver særlig pleje...

Du skal give jobcentret besked med det samme, hvis du har børn eller andre familiemedlemmer i husstanden, der kræver særlig pleje, som du ikke har pasningsmulighed for uden for institutionens åbningstid.

Ved pasningsmulighed forstås, at familie, netværk og lignende kan varetage pasningen.

## Jobcentret skal tage højde for pasningsproblemer

Jobcentret skal have besked om eventuelle pasningsproblemer uden for institutionens åbningstid, så de kan tage højde for dette, hvis de anviser dig til et job eller et aktiveringstilbud.

Hvis du ikke giver besked, og manglende pasningsmuligheder bliver årsag til, at du afslår et tilbud eller et anvist arbejde, kan det medføre, at du får en **effektiv karantæne** på tre uger.

Har du pasningsproblemer, er det derfor vigtigt, at du straks giver jobcentret besked og beder dem registrere det.

Har du ikke pasningsproblemer, skal du ikke foretage dig noget.

### **Hvad er en effektiv karantæne?**

En *effektiv* karantæne vil sige, at du bliver trukket i dagpenge tre uger i alt. Hvis du holder ferie i fx to dage vil de to dage blive lagt oveni din karantæne.



# Hvis du bliver syg...

Hvis du bliver syg, skal du sygemelde dig til a-kassen. Det gør du via selvbetjeningen. De første 14 dage du er syg, modtager du dagpenge.

**Du modtager først dagpenge under sygdom fra den dag, du har meldt dig syg til AJKS, så husk at sygemelde dig på din første sygedag.**



## Sygedagpenge efter 14 dage eller hvis du får supplerende dagpenge

Du overgår til sygedagpenge efter 14 dages sygdom (fra den 15. sygedag). Du får sygedagpenge fra kommunen. Sygedagpenge har samme sats som dine dagpenge. Arbejder du på nedsat tid og får supplerende dagpenge, får du sygedagpenge fra første sygedag. I begge tilfælde sørger AJKS for at give din kommune besked om, at du skal have sygedagpenge.

## Husk at udfylde kommunens oplysningsskema

Efter de første 14 dage får du et underretningsbrev fra din kommune. Det indeholder et oplysningsskema, som du skal udfylde og sende tilbage inden otte dage. Hvis du ikke modtager underretningsbrevet, skal du kontakte kommunen senest tre uger efter den 15. sygedag for at få sygedagpenge. Hvis du ikke overholder fristerne, kan det få betydning for din ret til sygedagpenge.

## Hvad sker der, når du sygemelder dig – og når du bliver rask igen?

Når du sygemelder dig, bliver du automatisk afmeldt som ledig. Du skal selv raskmelde dig på jobnet.dk, når du er rask igen. Så bliver du automatisk tilmeldt som ledig igen. Du får en elektronisk bekræftelse på din tilmelding.

# Jobsøgning – og om ‘at stå til rådighed’

En generel betingelse for, at du kan få dagpenge, er at du står til rådighed for arbejdsmarkedet.

## **At stå til rådighed betyder, at**

- du skal deltage i møder i a-kassen, på jobcentret og/eller hos anden aktør
- du skal kunne henvises til rimeligt arbejde fra første ledige dag
- du må ikke have varige helbredsmæssige begrænsninger i din arbejdsevne
- du skal søge jobs, der er relevante og som du kan bestride

## **Derudover skal du**

- søge opslåede fuldtidsjobs, hvis du er fuldtidsforsikret og jobs på op til 30 timer pr. uge, hvis du er deltidsforsikret. Det gælder også i perioder, hvor du deltager i tilbud.
- søge mindst 2 stillinger pr. uge (1+). 1+ betyder, at du skal søge mindst én skriftlig opslået fuldtidsstilling, samt have mindst én jobsøgningsaktivitet derudover.
- søge, som det er normalt inden for dit faglige område – det vil sige, du også skal benytte dit netværk, søge uopfordret, søge ved personlig henvendelse osv.
- søge inden for et bredt geografisk område
- være jobsøgende såvel uden for som inden for dit faglige område
- søge arbejde på den måde, der er sædvanlig inden for dit faglige område

Du må ikke forbeholde din arbejdskraft for sæsonarbejde, en bestemt arbejdsgiver eller en bestemt arbejdsplads. For mellem- og højtuddannede er der ingen øvre grænse for daglig transporttid.

## Min plan

Ved dit første møde på jobcentret laver du en jobsøgningsplan, kaldet *Min Plan*.

Du finder [Min Plan på Min side på jobnet.dk](#).

På *Min Plan* kan du se alle dine aftaler om møder, samtaler og aktiviteter. Du har pligt til at holde dig bekendt med dét, der fremgår af *Min Plan*.

## Dit CV på jobnet.dk

Du skal lave et CV i Job- og CV-banken på jobnet.dk senest 14 dage, efter du er meldt ledig, så det er klart til første møde i jobcentret.

### I dit CV på jobnet.dk skal du huske

- synlige kontaktoplysninger (postnummer + telefonnummer + e-mail)
- faglige kvalifikationer
- ansættelsesvilkår

Jobcentret bruger disse oplysninger til at formidle eventuelt arbejde og CV'et er derfor af stor betydning for din fortsatte ret til dagpenge.

Hvis du ikke afgiver alle relevante oplysninger eller ikke vil lave dit CV, skal vi afmelde dig.

Du skal opdatere dit CV løbende.

## Hvor tit skal du tjekke dine jobforslag på jobnet.dk?

Du skal logge ind på jobnet.dk på *Min side* og klikke på knappen *Tjek dine jobforslag* mindst hver syvende dag. Herefter får du en liste med relevante jobannoncer, du kan læse og eventuelt søge.

Når du klikker på knappen *Tjek dine jobforslag*, bliver det registreret, at du har tjekket dine jobforslag. Under knappen, kan du se fristen for at tjekke dine jobforslag.

## Hvis du glemmer at tjekke dine jobforslag

Skulle du glemme at tjekke dine jobforslag får du – de første to gange – en påmindelse og en ny frist på syv dage.

Glemmer du at tjekke dine jobforslag tre gange eller mere inden for 12 måneder, bliver du automatisk afmeldt som ledig og vil først kunne modtage ydelser fra a-kassen, når du igen er tilmeldt.

## Tilmeld dig jobcentrets huskeservice

Vi skal anbefale dig at tilmelde dig jobcentrets huskeservice. Så får du en sms eller e-mail dagen før fristen udløber. Du skal dog være opmærksom på, at det stadig er dit eget ansvar at tjekke dine jobforslag rettidigt, også selvom huskeservicen svigter.

# Tilbud om aktivering

Når du har været ledig en tid, har du både ret og pligt til aktivering.

Du har både ret til at få et tilbud om aktivering, som fx virksomhedspraktik, men også pligt til at tage imod et tilbud om en aktivitet iværksat af jobcentret eller anden aktør.

## Det afhænger af din alder, hvornår denne ret og pligt indtræder

- 18-29 år: Senest efter 13 ugers ledighed
- 30-49 år: Senest efter 26 ugers ledighed
- +50 år: Senest efter 13 ugers ledighed

Jobcentret og anden aktør kan dog beslutte, at du skal aktiveres før fristen.

## Du kan selv ønske aktivering

På samme måde har du også ret til at ønske aktivering inden fristen. Det er dog jobcentret og anden aktør, der beslutter om dit ønske kan imødekommes.

Du skal vide, at når du får et tilbud om en aktivitet fra jobcentret eller anden aktør, har du pligt til at tage imod det. I modsat fald, kan det få konsekvenser for din ret til dagpenge.

### Vejledning / opkvalificering

- jobsøgningskurser
- coach-forløb
- uddannelsesforløb

### Virksomhedsrettet aktivitet

- virksomhedspraktik
- offentligt løntilskud
- privat løntilskud

## Der er to typer aktivering

Mens alle har krav på (og pligt til) en virksomhedsrettet aktivitet, er der særlige forhold, hvis du ønsker vejledning eller opkvalificering.

[Læs mere om uddannelse som aktivering på hjemmesiden](#)

# Hvis du har opbrugt din dagpengeret ...

Din dagpengeret ophører, når du enten har brugt alle timer af din dagpengeret eller det er mere end tre år siden, du begyndte at få dagpenge.

Du kan forlænge eller genoptjene din dagpengeret med timer fra din beskæftigelseskonto

En beskæftigelseskonto er en konto, hvor de løntimer, der er indberettet til indkomstregistret af en arbejdsgiver, registreres. Alle, der modtager dagpenge, får en beskæftigelseskonto. Du skal ikke selv oprette en beskæftigelseskonto, det sørger AJKS for. Timerne bliver kun registreret, så længe du har din dagpengeret.

**Du kan bruge timerne på din beskæftigelseskonto til at**

- forlænge din dagpengeret *eller*
- optjene en ny dagpengeret

### **Vi kontakter dig i god tid**

Før din dagpengeperiode udløber, sender vi dig et brev i selvbetjeningen, så du kan kontakte os og vi sammen kan kigge på dine muligheder fremadrettet.

## Sådan kan du forlænge din dagpengeperiode

Du kan vælge at forlænge din dagpengeret, hvis du har timer på din beskæftigelseskonto og din nuværende dagpengeret udløber.

Du kan forlænge din dagpengeret i op til et år. Det giver dig 1.924 nye timer, hvis du er fuldtidsforsikret og 1.560 timer, hvis du er deltidsforsikret.

Disse timer skal du bruge inden for 18 måneder (kaldet referenceperioden).

## Hvordan udregnes forlængelsen?

Hvor meget du kan forlænge din dagpengeret med, kommer an på, hvor mange timer du har på din beskæftigelseskonto.

Vi udregner din mulige forlængelse ved at fordoble dine timer på beskæftigelseskontoen.

Det betyder, at én løntime giver dig to timers forlængelse. Referenceperioden udregnes ved at tredoble dine timer og omregne disse til måneder.

## Sådan får du en ny dagpengeret

Du kan genoptjene din dagpengeret, hvis du opbruger din nuværende dagpengeret.

### For at få en ny dagpengeret skal du enten

- have mindst 1.924 timer som fuldtidsforsikret
- have mindst 1.258 timer som deltidsforsikret

eller

- have haft en indkomst på mindst 233.376 kr. som fuldtidsforsikret eller 155.580 kr. som deltidsforsikret (i 2019) inden for de sidste tre år, fra den dag du melder dig ledig

Du kan kun genoptjene dagpengeret med de timer, der er registreret på din beskæftigelseskonto og som er under tre år gamle.

## Genoptjener du dagpengeret på baggrund af timer eller indkomst?

Det er din historik, der bestemmer, om du genoptjener din dagpengeret ved hjælp af dine timer eller din indkomst.

Hvis du har timer på din beskæftigelseskonto, som ikke er forældede (de skal være under tre år gamle), er det timerne vi skal bruge.

Er du fuldtidsforsikret skal du have mindst 1.924 timer på kontoen, og er du deltidsforsikret er det mindst 1.258 timer. Har du ikke timer, eller er dine timer blevet for gamle, kigger vi på din indkomst.

## Dagpengeret på baggrund af indkomst

For at få en ny dagpengeret på basis af din indkomst, skal du have haft en indkomst på mindst 233.376 kr. som fuldtidsforsikret og 155.580 kr. som deltidsforsikret (i 2019) inden for de sidste tre år, fra den dato, du melder dig ledig.

Du kan højst medregne løn på 19.448 kr. (i 2019) som fuldtidsforsikret og 12.965 kr. (i 2019) som deltidsforsikret pr. måned.

Det betyder, at du altid vil være mindst et år om at optjene en ny dagpengeret.

### **Vigtigt!**

*Din indkomst eller dine timer skal være indberettet af din arbejdsgiver på det tidspunkt, hvor du melder dig ledig. Ellers må vi ikke bruge indtægten.*

# 3 FAKTA OM GENOPTJENING VIA TIMER

1. **Det arbejde, du har haft** i løbet af din ledighedsperiode, bliver talt sammen
2. **Vi indhenter de arbejdstimer og indtægter**, som din arbejdsgiver har indberettet til SKATs indkomstregister
3. **Når du har samlet følgende timer**, udløser det en ny dagpengeret på i alt 3.848 timer som fuldtidsforsikret og 3.120 timer som deltidsforsikret:
  - Som fuldtidsforsikret kræver det 1.924 timers ustøttet arbejde inden for de seneste tre år
  - Som deltidsforsikret kræver det 1.258 timers ustøttet arbejde inden for de seneste tre år

## Mange betingelser for at genoptjene via timer

Du kan kun genoptjene via timer, hvis du enten **stadig har en dagpengeret**, der endnu ikke er udløbet, eller hvis du har mistet din dagpengeret **efter** den 1.7.2017 **og har timer** på din beskæftigelseskonto, der er mindre end tre år gamle. Ellers kan du kun genoptjene din dagpengeret via indkomst.



# Dine tilbud fra AJKS

### 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 blandt andet virksomhedspraktik, løntilskud og efteruddannelse.

Du kan også få feedback på dine ansøgninger og CV.

[Besøg vores karrieresider nu](#)

I AJKS samler vi mere end 24.000 fagentusiaster inden for kommunikation, medier og sprog. Fordi vi er en niche a-kasse, kender vi dit fag – og din virkelighed.

### Kom til faglige events, workshops og gå-hjem møder hver uge

Som medlem bliver du inviteret med til vores faglige arrangementer, netværksmøder og vores lukkede LinkedIn-grupper. Så kan du både styrke din faglighed og udvide dit netværk.

På vores tema- og gå-hjem møder bliver du blandt andet inspireret til hvordan:

- Du opbygger din digitale profil på tværs af platforme
- Du øger din synlighed med sociale medier og content marketing
- Du udbygger dit netværk

[Besøg vores kalender nu](#)

## Bliv klogere på AJKS

AJKS er a-kassen for professionelle i medie- og kommunikationsbranchen samt for sproguddannede.

Som en af Danmarks mindste a-kasser, 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-kasse vejleder
- ✓ 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 og workshops
- ✓ Du får en af landets billigste a-kasser, der har nogle af Danmarks mest tilfredse medlemmer

## 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.

## 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, der tilbyder en stærk lønforsikring.](#)

*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?*

# Nyttige links

Her har vi samlet en række nyttige links og genveje til dig.

På selvbetjeningen kan du booke møder med din vejleder, temamøder, sende beskeder til AJKS og finde online blanketter. Hvis vi har en besked til dig, skriver vi også til dig i selvbetjeningen.

[Besøg selvbetjeningen](#)

[Få overblik over hvor mange dagpenge du kan få, og hvor længe](#)

[Find aktuelle satser og ydelsesperioder](#)

Enkelte formularer findes stadig kun i papir; fx befordringsgodtgørelse.

[Oversigt over papirblanketter](#)

Få styr på det gode CV, find 40+ links som jobsøger med mere.

[Læs artikler og guides fra vores karrierevejledere](#)

Du bliver via AJKS inviteret til bl.a. CV-møde, temamøder og efterløns møder. Dem kan du booke via vores hjemmeside. Du skal bruge dit CPR-nummer og bookingnummer, når du logger på.

[Book et møde](#)

Du kan booke individuel karrierevejledning eller få feedback på din ansøgning og CV i AJKS' karrierevejledning. Der kan være behandlingstid, så send gerne ansøgning og CV i god tid.

Individuel karrierevejledning foregår typisk på vores kontor i København eller Aarhus og en karrieresamtale tager ca. 45 minutter.

[Læs mere om karrierevejledning 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](https://www.ajks.dk)