



# Lynguide til nyuddannede



ajks<sup>7</sup>



# Indholdsfortegnelse

Introduktion 3

Tjekliste 4

En af fordelene ved AJKS: personlig a-kassevejleder 5

Dagpenge 101 6

Godt at vide om økonomi 7

Hvad skal gøres og hvornår 8

Ordbog - a-kasse-lingo 9

Krav til dig 10

Supplerende dagpenge 11

Hvis du vil være freelancer eller selvstændig 12

Struktur og rutiner 13

Linkbibliotek til ajks.dk 14

Få mest ud af dit medlemskab 15

# Er du nyuddannet?

## Denne lynguide er til dig

Dagpenge og a-kasse – hvor svært kan det lige være?

Som nyuddannet har du jo netop gennemstået årevis af uddannelse, der sikkert også har givet sved på panden her under slutspurten. Du er vant til afleveringer, eksaminer og tårnhøje krav, så hvor svært kan det helt ærligt være, spørger du.

Sandheden er, at mange nyuddannede synes, at det første møde med dagpengesystemet er en smule træls – det hele viser sig at være lidt mere kompliceret, end de tror. Der er nemlig mange nye regler, krav og gøremål, som du skal sætte dig ind i.

Men frygt ej!

Vi giver dig en grundig gennemgang i denne lynguide, som er udarbejdet af os i AJKS og sendt til feedback hos andre medlemmer.

Derfor vil denne lynguide være et godt startpunkt, når du lige har fået dit eksamensbevis og skal i gang med jobsøgningen.

### Fordele ved AJKS

- > Vi er en af de billigste a-kasser
- > Vi kender dit fag og de brancher, du starter job eller forretning i
- > Du får din egen personlige a-kassevejleder som dit faste holdepunkt
- > Gratis studiemedlemskab for studerende i op til 5 år
- > Vi stiller masser af karrierebrændstof klar, så du kan tanke op, når du vil:
- > Karriererådgivning, coaching, CV- og ansøgningsfeedback, forberedelsen inden samtale mm.
- > Unikke stillingsopslag i lukket AJKS LinkedIn-gruppe

**Kort og godt om AJKS, hvis du ikke kender os endnu**

AJKS er en a-kasse for dig, der formidler. Vi favner medlemmer, der arbejder med sprog, journalistik, kommunikation og marketing, men også billedkunstnere, grafiske designere og TV. Det er dit arbejdsmarked, vi kender bedst – og dig vi kan hjælpe mest!

Vi har desuden en lang tradition for at vejlede selvstændige og freelancemedlemmer. Vi udbetaler dine dagpenge, når du bliver ledig, men vi gør også meget mere end det.

Som AJKS-medlem får du del i en række tilbud, der fremmer dine muligheder i dit arbejdsliv. Bl.a. tilbyder vi karriererådgivning, netværks- og fagarrangementer, håndplukket faglig viden og adgang til lukkede LinkedIn-grupper med unikke jobopslag.

**Bliv medlem nu!**

# Kryds af på tjeklisten

## Så er du godt i gang

- Afslut dit studiejob inden du er færdig med din uddannelse - og kontakt gerne AJKS først!
- Meld dig ind i a-kassen senest 14 dage efter du er blevet færdig med uddannelsen, hvis du ikke er medlem endnu.
- Søg om dine dimittendrettigheder senest 14 dage efter afsluttet uddannelse ved at bruge selvbetjeningen.
- Meld dig ledig på Jobnet fra første dag, du skal have dagpenge.
- Indtast og udfyld dit CV på Jobnet og husk at gøre det søgbart.
- Udfyld ledighedserklæring på selvbetjeningen.
- Book og deltag i velkomstmøde, når du får invitation på selvbetjeningen.
- Udfyld 'Min Plan' og 'Krav til jobsøgning' på selvbetjeningen efter velkomstmødet.
- Søg 2 stillinger ugentligt og notér dem rigtigt i jobloggen.
- Udfyld dit dagpengekort i slutningen af hver måned (6 hverdage før sidste bankdag i måneden).
- Deltag i obligatoriske møder hos både AJKS og jobcentret.
- Brug AJKS så meget som muligt, mens du søger job.

Tjekker du tit din postkasse?  
Hvis svaret er nej, er det en god idé at opsætte en automatisk betalingservice til at betale dit medlemskontingent.  
Det tager kun 2 minutter - sådan gør du.



# Fordelen ved...

## at være medlem af AJKS

Der er mange fordele ved at være medlem i AJKS.

Fordi vi er en mindre a-kasse, kan vi tilbyde hvert af vores medlemmer en fast personlig a-kassevejleder, som er dit faste ankerpunkt, når du har spørgsmål eller er i tvivl om noget i a-kasse- og dagpengesystemet.

[Find din a-kassevejleder her](#)



# Dagpenge 101

## Kommer dagpenge ikke af sig selv?

Hvis bare de gjorde. Det kræver derfor en smule tilvænning i starten, når du skal påbegynde job-søgning og dagpenge. Du skal kende til de krav, der stilles til dig som dagpengemodtager. Kravene samt hvad du får i dagpenge, frister og regler er ens i alle a-kasser.

Det vigtigste er, at du skal være medlem af a-kassen. Det kan du blive allerede mens du studerer. Det er gratis at være studiemedlem i op til 5 år, så længe du er under uddannelse på en SU-berettiget uddannelse. Du kan se [de fulde krav her](#).

### Hvis du allerede er medlem

Har du været medlem i mere end 365 dage – dvs. et helt år – inden du afslutter uddannelse, kan du begynde at optjene dagpenge som færdiguddannet fra dag 1.

Har du været medlem i mindre end et år – dvs. mindre end 365 dage – så begynder du først at optjene dagpengeret en måned efter din uddannelse er afsluttet.

### Endnu ikke medlem

Er du ikke medlem endnu, så meld dig ind i a-kassen senest 14 dage efter afsluttet uddannelse. Det er en vigtig og ufravigelig deadline, der kan koste dig din dagpengeret, hvis du ikke overholder den.

### Husk at skifte status!

Når du er meldt ind i en a-kasse og bliver færdig med din uddannelse, så skal du huske at skifte status fra studerende til færdiguddannet – også senest 14 dage efter uddannelsen afsluttes. I a-kasse-lingo: du skal ansøge om dine dimittendrettigheder. Det gælder også nyuddannede, som starter i job direkte efter studie, hvis de altså vil være sikre på at kunne få dagpenge, hvis de mister jobbet.

#### > Sådan skifter du status

Det gør du nemt ved hjælp af [selvbetjeningen](#) > log ind > vælg 'studerende' øverst i fanebladet > udfyld blanket AK044 > udfyld og indsend.

# Godt at vide

## Nu bliver det økonomisk

Vi hopper i det økonomiske hjørne nu. Som studerende er du sikkert vant til, at SU'en ruller ind på kontoen hver måned.

### **Men vidste du, at SU er forudbetalt, mens dagpenge er bagudbetalt?**

Dette overrasker mange nyuddannede, fordi de forventer at dagpenge er forudbetalt ligesom SU.

Det kan medføre, at man i en periode på 1-2 måneder ikke har nogen indkomst. Hvor længe der går før du får udbetalt dagpenge, afhænger af, hvornår du begynder at optjene dagpenge, som igen afhænger af hvor længe du har været medlem - i a-kasse-lingo din 'anciennitet'.

Det er derfor en god idé at have en opsparing til den første tid som jobsøgende, eller som minimum have en plan for økonomien.

Som om der ikke var nok at se til, er det også en rigtig god idé at tjekke din forskudsopgørelse igennem på SKAT.

[SKAT fortæller dig her, hvad du skal være opmærksom på](#)



# Hvad skal gøres

## Tidslinje

### > Mens du studerer

Bliv studiemedlem i a-kassen.

Det bedste tidspunkt er senest 2 år før din uddannelse slutter.

Og bliver du studiemedlem, mens du stadig har over et år tilbage, optjener du dagpenge fra første dag som jobsøgende.

### > Har du studiejob?

Kontakt AJKS i god tid inden du er færdiguddannet, hvis du har studiejob – dette er vigtigt, da det kan have konsekvenser for din dagpengeregulering. Især hvis du ikke vil fortsætte i jobbet, efter uddannelsen er slut (fx på supplerende dagpenge).

### > Hvornår afslutter du uddannelsen?

Du skal give AJKS besked, når du ved hvornår du afslutter din uddannelse.

Datoen kan være den dag, du får din sidste karakter, den dag, din forhåndsgodkendelse er dateret og underskrevet, eller den dag, dit eksamensbevis er dateret.

### > Når du er færdig med uddannelse

Ansøg om dine dimittendrettigheder på selvbetjeningen inden 14 dage efter du er færdiguddannet. Du vil få en godkendelse fra AJKS.

### > Når du har fået godkendelse

Når AJKS har bekræftet dine dimittendrettigheder, melder du dig ledig på Jobnet.dk, udfylder dit CV og gør det søgbart.

Efter du er meldt ledig på Jobnet, sender du en ledighedserklæring til AJKS via selvbetjeningen under 'Blanketter'.

### > Deltag i velkomstmødet hos AJKS

Til velkomstmødet får du en overflyvning på det vigtigste, du skal huske og herefter skal du udfylde 'Min plan' og 'Krav til jobsøgning' i selvbetjeningen.



# A-kasse-lingo

## En nyttig ordbog

### Dagpengekort

For at få udbetalt dagpenge, skal du i slutningen af hver måned udfylde dit dagpengekort på selvbetjeningen.

### Dagpengesats

Dagpengesats dækker over det beløb, du kan få i dagpenge. Som nyuddannet får du dimitteredsats, der varierer, alt efter om du er forsørger/ikke-forsørger, eller om du er fuldtids- eller deltidsdækket. Du har mulighed for at få beregnet en ny dagpengesats, hvis du har haft arbejde, efter du dimitterede. Det er et krav, at du har haft mindst tre måneders arbejde inden for seks måneder, efter du fik ret til dagpenge. Det er ikke et krav, at det er tre måneders sammenhængende arbejde.

### Dimittend

En nyuddannet person i a-kasse-lingo.

### Dimittendrettigheder

Er du medlem af en a-kasse og nyuddannet, har du dimittendrettigheder - dem skal du huske at ansøge om senest 14 dage efter din uddannelse er afsluttet - også hvis du går i job.

### Forhåndsgodkendelse

Med en forhåndsgodkendelse har du mulighed for at optjene dagpenge dagen efter, du har afsluttet din uddannelse, hvis du har været medlem af AJKS i mindst et år.

### Jobcenter

Jobcentret skal hjælpe dig med at komme i job gennem samtaler og andre tilbud, fx ved aktivering, praktik og kursus.

### Joblog

At du kan få dagpenge forudsætter, at du søger 2 jobs ugentligt og dokumenterer din jobsøgning i jobloggen. Du

kan både udfylde den på jobnet og AJKS' selvbetjening.

### Jobnet

Jobnet er jobcentrenes hjemmeside, hvor de følger med i din joblog og slår stillingsopslag op. Det er også her, du melder dig syg eller søger om ferie.

### Karens

En karensperiode er en periode, hvor du ikke optjener dagpenge. Det kan fx være, hvis du afslutter din uddannelse og ikke har været medlem i a-kassen i over et år: så vil du have en månedens karens, før du optjener dagpenge ret. Derudover får alle ledige en dags dagpenge trukket i karens hver fjerde måned, hvis man ikke har haft nok arbejde. [Det kan du læse mere om her.](#)

### Karantæne

At få karantæne i dagpengesystemet betyder, at du får frataget din dagpenge i en periode. Fx hvis du selv har sagt dit job op og er blevet selvforskyldt ledig.

### Ledighedserklæring

En erklæring, som alle ledige skal indsende til deres a-kasse. En form for ansøgning om dagpenge.

### Min Plan

Min Plan skal udfyldes efter velkomstmødet. Her skal du skrive om dit jobmål og din jobsøgningsstrategi.

### Velkomstmøde

Det første obligatoriske møde, du skal til i a-kassen, hvor du vil blive præsenteret for krav, regler, muligheder og frister.

# Krav til dig

## Når du er jobsøgende dimittend

Så langt, så godt. Du er blevet godkendt som dagpengemodtager, og tager nu hul på din nye tilværelse som jobsøgende. Her er nogle af de kravene til dig aktiviteter, du skal deltage i:

> Deltag i møder med både os i AJKS og hos jobcentret. Du får invitationer gennem selvbetjeningen og får mailnotifikationer, når der er post, du skal tjekke. Første møde i AJKS er velkomstmødet.

> Efter velkomstmødet skal du udfylde 'Min Plan' og 'Krav til jobsøgning' under 'Job og møder' på selvbetjeningen. [Se videoguide her.](#)

> Hver uge skal du udfylde din joblog enten på Jobnet eller på selvbetjeningen, og du skal søge mindst 2 jobs, hvoraf minimum 1 skal være en opslået stilling. Du skal søge fuldtidsstillinger, hvis du er fuldtidsdækket, og ligeledes deltidsstillinger, hvis du er deltidsdækket.

Hvis du ikke lever op til kravene eller misser fristerne, kan det desværre få konsekvenser for dine dagpenge. Kravene er fastsat ved lov og er i øvrigt ens i alle a-kasser - det samme er satserne.

> For at få dagpenge skal du også udfylde dagpengekortet hver måned. For at få penge til tiden - dvs. sidste hverdag i måneden - skal du udfylde det i god tid. [Se udbetalingskalender her.](#)

### Tip til dig

Når du holder møde med både a-kasse og jobcenter, så hav en dobbeltsidet notesblok klar, som du deler op i sektioner: en til spørgsmål der opstår undervejs, og én til de gøremål, du skal huske på samt deadlines og frister.



# Supplerende dagpenge

## Muligheder og regler

Supplerende dagpenge er en mulighed, du kan benytte dig af, hvor du arbejder på nedsat tid og samtidigt er jobsøgende. Du kan max få 30 ugers supplerende dagpenge, som kan bruges inden for en periode på 104 uger som et klippekort, hvis du har lønmodtagerarbejde.

Det kan fx være relevant, hvis du kan og vil fortsætte i dit studiejob, eller hvis du får mulighed for at få foden indenfor på arbejdsmarkedet. Der er dog nogle ting, du skal være opmærksom på. Her er et udvalg oplistet nedenfor, og du kan læse mere på vores website.

› **Sig ikke studiejobbet op, før du har talt med AJKS.**

Du må ikke sige studiejobbet op, mens du er medlem af a-kassen, da det kan få konsekvens for dine dagpenge. Kontakt os og hør om dine muligheder først.

› **Du skal have en frigørelsesattest fra din arbejdsgiver.**

Skal du have supplerende dagpenge, skal din arbejdsgiver underskrive en frigørelsesattest, der giver dig ret til at opsige med dags varsel, hvis du får et andet job med flere timer. Find den her.

› **Du skal stadig søge jobs og bliver betragtet som fuldtidsledig.**

Det betyder, at du skal søge minimum 2 jobs om ugen og dokumentere det i din joblog. Der er altså samme krav til dig, som hvis du ikke havde deltidsarbejde.

› **Sådan beregnes supplerende dagpenge**

Supplerende dagpenge udbetales for en måned i forholdet mellem 160,33 timer som fuldtidsforsikret og 130 timer som deltidsforsikret, og dine arbejdstimer i måneden. Du skal dog være opmærksom på, at hvis du har mere end 145,53 timer i alt i en måned, udbetales der ikke for måneden. Årsagen er, at der skal være mindst 14,8 timers ledighed, før der kan udbetales dagpenge. Er du deltidsforsikret, skal der mindst være 12 timers ledighed og altså højst 118 timers i måneden.

› **Der er mange flere muligheder...**

Og dertilhørende regler – fx hvis du har selvstændig virksomhed eller er freelancer. Du kan læse mere på vores website, og kontakt os altid gerne, hvis du har spørgsmål. Vi er klar på telefonen og selvbetjeningen.

# Vil du være din egen chef?

## Bliv selvstændig eller freelancer

Mange af AJKS' medlemmer går freelance eller bliver selvstændige hurtigt efter endt studie. Vi har derfor lang tradition for at vejlede om muligheder og regler.

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. Her får du et overblik:

➤ Hent først vores nemme guide, hvis du vil gå freelance eller starte op som selvstændig – den sparer dig for dyre overraskelser.

Skriv evt. spørgsmål ned og send dem til din personlige a-kasserådgiver.

➤ Hold øje med vores arrangementskalender, da vi jævnligt afholder „Selvstændig eller freelancer“-webinar for dig, der vil i gang. Her har du mulighed for at stille spørgsmål og lytte til andres spørgsmål.

➤ Har du brug for sparring og feedback på dit forretningskoncept, vil vores karrierevejledere gerne høre fra dig. Find dem her.

➤ Har du allerede en virksomhed, som du har haft sideløbende med studiet? Så kan reglerne om selvstændig bibeskæftigelse være relevante for dig. Læs mere på vores website.



Andre tilbud på hylderne...  
Du kan også holde øje med webinarerne/workshops 'Opstartsplan, salg og pitch' samt 'ToolTime: Get stuf done' og 'ToolTime: SEO og content for begyndere'.



# Struktur og rutiner

## Er en god idé som jobsøgende

Dette afsnit handler om, hvordan du skaber de bedste forudsætninger for dig selv i din tid som jobsøgende, så du undgår stress og mistrivsel. Er du god til at skabe struktur og rutiner i din hverdag, så kan du godt skippe dette afsnit.

Vi ved nemlig fra mange af vores medlemmer, at det kan være en hård affære at være jobsøgende – specielt når jobbet lader vente på sig. Du vil måske føle dig udfordret og stresset, og her kan en rutine blive din nye bedste ven.

Ved at sætte tid af hver dag til de jobsøgningsaktiviteter, der giver mest mening for dig, kan du sætte dine gøremål i system og måske lande lidt bedre i den nye hverdag.

Lav fx en ugeplan, og giv dig selv lov til at holde fri i weekenden. Til sidst bliver det som at passe et arbejde eller et studie, og det sikrer dig også, at du skaber fremdrift i din jobsøgning.

Nedenfor finder du et udkast til en ugeplan som inspiration. Vi giver også råd til, hvordan du kan effektivisere din tid som jobsøgende på vores workshop 'ToolTime: Get stuff done' – find det i vores arrangementskalender.

Husk pauserne undervejs.

Du kan gøre brug af 'Pomodoro'-teknikken, hvor du veksler mellem pauser og fordybelse eller gøremål.

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Tjek Jobnet og andre jobbanker	Påbegynd ansøgning og målret CV	Fortsæt ansøgning og CV	Færdiggør ansøgninger og CV og send afsted	Opdater jobsøgning i joblog
Udvælg jobopslag	Tjek Jobnet og jobbanker	Kaffe- eller Teams-møde om uopslået stilling	Research spændende virksomheder	Tjek jobbanker og LinkedIn for nye stillinger
Skriv stikord til ansøgninger	Brug 30 minutter på LinkedIn - netværk og personlig branding	Sparring på ansøgning og CV ved karrierevejleder	Tag til workshop i AJKS	Planlæg næste uges møder og aktiviteter
Kig gamle ansøgninger igennem for inspiration				

# Vejviser til ajks.dk

Al den information du skal bruge

[Hvis du bliver syg](#)

[AJKS selvbetjening](#)

[Hvis du skal på barsel](#)

[FAQ om dagpenge](#)

[Hvis du vil holde ferie](#)

[Hvad betyder det 'at stå til rådighed'](#)

[Hvis du vil på supplerende dagpenge](#)

[Se dagpengesatser og udbetalingskalender](#)

[Hvis du vil være selvstændig eller freelancer](#)

[Tidslinje over møder mellem a-kasse og jobcenter](#)

[Hvis du vil arbejde frivilligt som jobsøgende](#)

# Inden du lukker guiden

## Få det meste ud af medlemskabet

### > **Se vores arrangementskalender**

Der er altid et webinar eller en workshop i vores arrangementskalender. Du kan bl.a. lære SEO og content at kende, få hjælp til at undgå ledighedsstress og blive klar til jobsamtalen med vores events.

### > **Få feedback på dit ansøgningsmateriale**

Har du fundet noget der ligner drømmejobbet i et stillingsopslag? Lad os hjælpe dig med at finde de helt rette ord, så du kommer til samtale.

### > **Brug for sparring på jobsøgningen?**

Du kan altid tale med vores karrierevejledere om det, der fylder hos dig, mens du søger job. Vores karrieretelefon er åben hver dag fra 12-15 og du kan også booke en samtale, hvor du fx kan få hjælp til at sætte ord på dine kompetencer, forberede en vigtig jobsamtale, en trivselssamtale eller coaching ved større forhindringer. Se mere på vores website.

> **Lyt til vores podcastserie 'Succes i dagpengeland'**, hvor du får fem andre AJKS-medlemmers erfaringer med overgangen fra studie til dagpenge. [Find den her.](#)

> **Vi har altid masser af karrierebrændstof til dig.** Under 'karriere'-menupunktet på vores website finder du [en liste over jobbanker](#), [en liste over gratis tutorials](#) og kurser samt artikler om alverdens fag- og karriererelevante emner.

> **Hvis du er klar på at give LinkedIn en chance i din jobsøgning,** så gå ikke glip af vores [LinkedIn-guide](#).

> **Følg os på både LinkedIn og Facebook** for at få seneste nyt om dagpenge, karriere, events og andre medlemstilbud.

> **Kom ind i vores LinkedIn-gruppe** I vores lukkede LI-gruppe finder du unikke stillingsopslag og gode muligheder for at netværke med andre medlemmer.





ajks  
— a-kassen for journalistik,  
kommunikation og sprog

Gammel Strand 44  
1202 København K  
3342 8001  
[ajks@ajks.dk](mailto:ajks@ajks.dk)