

**Om at  
være  
selvfor-  
skyldt  
ledig**



**Arbejdsdirektoratet  
Juli 2003**

# Hvordan og hvornår?

Hvis du er medlem af en arbejdsløshedskasse (A-kasse), har du mulighed for at få dagpenge, når du er ledig og står til rådighed for arbejdsmarkedet. Du skal opfylde de almindelige betingelser for at få udbetalt dagpenge. Bl.a. skal du være tilmeldt Arbejdsformidlingen (AF), og du skal selv anmode din A-kasse om at få udbetalt pengene.

## 1. Hvad sker der, hvis du siger et arbejde op?

Hvis du er lønmodtager og siger dit arbejde op, kan du risikere at miste dine dagpenge i en periode. Det sker dog ikke, hvis du havde en gyldig grund til at sige op. A-kassen undersøger derfor, om du har haft en sådan gyldig grund, før den udbetaler dig dagpenge. Hvis du siger dit arbejde op uden en gyldig grund, er du selvforskyldt ledig og pålægges en effektiv karantæne på 3 uger. Bemærk, at der gælder andre regler, hvis du er selvstændig erhvervsdrivende.

## 2. Hvad er en gyldig grund til at sige et arbejde op?

Hverken alle gyldige grunde til at sige op – eller alle betingelserne herfor – nævnes her. Du bør derfor altid kontakte din A-kasse, inden du siger dit arbejde op.

Gyldige grunde til at sige op er fx:

### HELBRED

dvs. når din læge dokumenterer, at du på grund af dit helbred ikke kan eller har svært ved at udføre dit arbejde, eller at arbejdet vil forværre din helbredsmæssige situation, herunder fx give problemer med graviditet. Der findes en særlig lægeattest, som du kan få i A-kassen. Du skal dog have gjort rimelige forsøg på at få andet arbejde på din arbejdsplads.

### TRANSPORT

dvs. når dine muligheder for at komme til og fra dit arbejde under visse betingelser bortfalder. Du skal dog have forsøgt at få arbejdstiden flyttet.

### PASNING AF FAMILIE

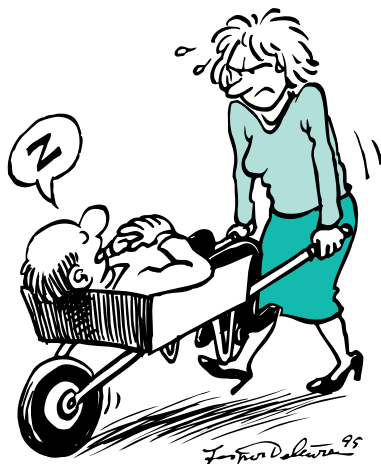
dvs. når du ikke kan få passet dit barn eller andre familiemedlemmer af din husstand. Du skal dog have gjort rimelige forsøg på at skaffe en pasningsmulighed, og det er en forudsætning, at du ikke kan tilbydes anden arbejdstid på arbejdspladsen. Du kan også sige op for at passe et handicappet barn eller en døende nærtstående, hvis du får støtte til det efter lov om social service, og du i øvrigt har fået afslag på at få orlov fra arbejdet.

### EFTERLØN

dvs. når du går på efterløn.

### ÆGTEFÆLLEFLYTNING

dvs. når I må flytte fra det hidtidige hjemsted, fordi din ægtefælle/registrerede partner/samlever skal begynde på et varigt arbejde eller en længelevende uddannelse eller skal starte eller flytte en selvstændig virksomhed uden for det hidtidige hjemsted.



## DELTIDSFORSIKREDES ARBEJDSSTID

dvs. når du er deltidsforsikret, og din arbejdsgiver pålægger dig et arbejde på mere end 30 timer om ugen eller mere end 6 timer i døgnet.

## TAB AF SUPPLERENDE DAGPENGE

dvs. når du ikke længere kan få supplerende dagpenge.

## ANDET VARIGT ARBEJDE ELLER UDDANNELSE

dvs. når du dokumenterer, at du skal begynde på et nyt varigt arbejde eller en uddannelse af mindst 1 års varighed. Du skal begynde på det nye arbejde eller uddannelsen i forbindelse med, at du ophører med arbejdet.

Det nye arbejde skal være på lige så mange eller flere timer om ugen, som det arbejde, du siger op, medmindre det nye arbejde

- er på så mange timer om ugen, at du ikke vil kunne få supplerende dagpenge,
- er formidlet dig af AF eller din A-kasse.

## ARBEJDSPLADSEN

dvs. når almindelige arbejdsretlige principper gør, at du ikke skal fortsætte med arbejdet. Du skal dog have forsøgt at få løst problemerne ved at have henvendt dig til din arbejdsgiver, eventuelt gennem din faglige organisation.

## FRATRÆDELSESORDNING

dvs. når du fratræder som led i en fratrædelsesordning, der giver ordningens deltagere ret til fratrædelsesgodtgørelse og eventuelt løn, der mindst svarer til lønnen under arbejdsgiverens opsigelsesvarsel over for dig.



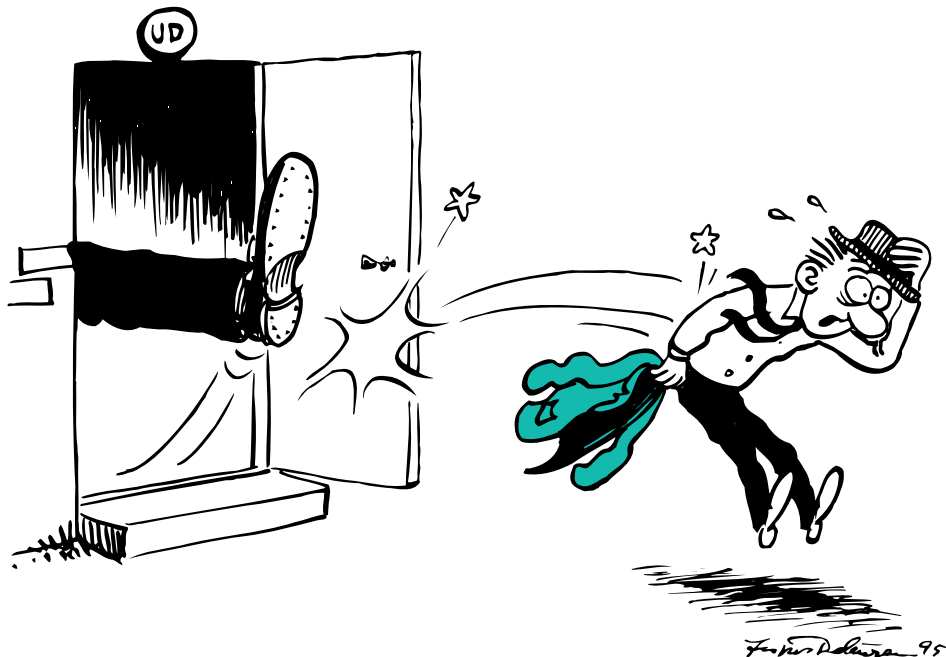
## FYSISK VOLD

dvs. når du kan bevise med en lægeattest eller en politianmeldelse, at du har været udsat for fysisk vold fra din samboende ægtefælles/registrerede partners eller samlevers side, og du derfor har været nødt til at flytte væk fra det hidtidige hjemsted. Under visse forudsætninger kan trusler om fysisk vold også anses for en gyldig grund. Der findes en særlig lægeattest, som du kan få i A-kassen.

**Det er vigtigt at huske, at du kan risikere, at din A-kasse efter vurdering af din situation finder, at du ikke kan få dagpenge, fordi du ikke står til rådighed for arbejdsmarkedet. Det er fx tilfældet, hvis du ikke kan få passet dit barn.**

### 3. Hvis din arbejdsgiver afskediger dig!

Hvis din arbejdsgiver afskediger dig af en grund, der væsentligst skyldes dig selv, er du selvforskyldt ledig og pålægges en effektiv karantæne på 3 uger.



### 4. Hvad sker der, hvis du afslår et formidlet arbejde?

Når du er ledig, kan AF eller din A-kasse formidle dig arbejde. Hvis du siger nej til et sådant arbejde, er du selvforskyldt ledig og pålægges en effektiv karantæne på 3 uger, hvis du ikke har en gyldig grund til at afslå arbejdet.

Det samme gælder, hvis du uden en gyldig grund udebliver fra en samtale om et formidlet arbejde, eller hvis du i øvrigt opfører dig på en måde, som må sidestilles med et afslag.

### 5. Hvad er en gyldig grund til at afslå et formidlet arbejde?

En gyldig grund til at afslå et arbejde, som du bliver formidlet af AF eller af din A-kasse, kan fx være, at

- arbejdet ikke er rimeligt. Det vil bl.a. sige, at du ud fra fysiske og faglige forudsætninger ikke kan klare arbejdet eller ikke hurtigt kan kvalificeres til at klare arbejdet,
- du er fuldtidsforsikret og får tilbudt arbejde på 29,6 timer om ugen eller derunder, og du ikke



kan få supplerende dagpenge, fordi arbejdsgiveren ikke vil udstede en frigørelsesattest til dig,

- du er fuldtidsforsikret og har mistet retten til supplerende dagpenge, og du derefter tilbydes arbejde på mindre end 29,6 timer pr. uge,
- din læge dokumenterer, at du på grund af dit helbred ikke eller kun med vanskelighed kan udføre det formidlede arbejde, eller at arbejdet vil forværre din helbredsmæssige situation, herunder give problemer med graviditet. Der findes en særlig lægeattest, som du kan få i A-kassen,
- der er så lang afstand mellem din bopæl og arbejdspladsen, at det vil medføre en urimelig belastning af dig, enten på grund af transporten eller på grund af den tid, som transporten tager,
- du ikke kan få passet dit barn. Du skal dog have gjort rimelige forsøg på at skaffe pasningsmulighed.

Der er her ikke nævnt alle gyldige grunde til eller alle betingelserne for at afslå et arbejde, som du formidles. Du bør derfor altid kontakte din A-kasse, inden du siger nej til et arbejde. A-kassen kan fortælle dig, om du har en gyldig grund.

**Du skal være opmærksom på, at når du én eller flere gange har afvist et formidlet arbejde, kan det få konsekvenser for din dagpengeregulering. Det gælder, selv om du har haft en gyldig grund til afslaget.**

## 6. Jobplan.

En jobplan er en aftale, som du og AF indgår. Jobplanen indeholder dine beskæftigelsesmål og en plan for, hvordan målene nås, bl.a. ved forskellige aktiviteter og tilbud.

Du skal medvirke til udarbejdelse og revision af din jobplan – hvis du afslår eller udebliver uden en gyldig grund, er du selvforskyldt ledig og pålægges en effektiv karantæne på 3 uger.

Hvis du afslår eller udebliver fra et tilbud eller ophører i et tilbud efter en jobplan uden en gyldig grund, er du selvforskyldt ledig og pålægges en effektiv karantæne på 3 uger.

Du skal være opmærksom på, at AF og A-kassen altid skal kende din faktiske bopæl/opholdsadresse. Hvis du udebliver fra en samtale fx på AF, fordi du ikke har modtaget/set et brev fra AF, er du selvforskyldt ledig.

Du skal også være opmærksom på, at afslag eller ophør i forbindelse med din jobplan kan betyde, at din A-kasse vil foretage en vurdering af, om du fortsat kan anses for at stå til rådighed for arbejdsmarkedet.

## 7. Hvad betyder det at karantænen er effektiv?

At karantænen er effektiv betyder, at du kun kan afvikle karantænen i uger, hvor du ellers ville have haft ret til dagpenge eller andre ydelser fra A-kassen bortset fra kursusgodtgørelse. Det vil blandt andet sige, at du ikke kan afvikle karantænen i uger, hvor du holder egen optjent ferie, og at du skal stå tilmeldt AF.

Hvis du ikke har afviklet karantænen senest 3 måneder efter afslaget eller ophøret, anses du for at have udstået karantænen.

Hvis du får, hvad der svarer til 5 ugers ustøttet fuldtidsarbejde efter afslaget eller ophøret, anses du også for at have udstået karantænen.

## 8. “Gentagelsesvirkningen”.

Hvis du 2 gange inden for 12 måneder er blevet selvforskyldt ledig, kan du ikke få dagpenge, før du har haft arbejde af et vist omfang, se punkt 9.

## 9. Hvornår kan du få dagpenge igen?

Hvis du mister retten til dagpenge, fordi du har været selvforskyldt ledig 2 gange inden for 12 måneder, eller fordi A-kassen vurderer, at du ikke står til rådighed for arbejdsmarkedet, kan du igen få ret til dagpenge, hvis du:

- som fuldtidsforsikret medlem har haft ustøttet arbejde i mere end 300 timer i en periode på 10 uger,
- som deltidsforsikret medlem har haft mindst 150 timers ustøttet arbejde i en periode på 10 uger.

10-ugers perioden kan forlænges ved sygdom eller uarbejdsdygtighed, ved barsel, hvis du har

holdt ferie inden for ferielovens rammer, eller hvis der er søgnehelldage eller overenskomst-mæssige fridage i perioden. Der må ikke være udbetalt løn i perioderne.

Hvis du er selvstændig, kan du igen få ret til dagpenge, når du har drevet selvstændig, ustøttet erhvervsvirksomhed i væsentligt omfang i mindst 26 uger.

## 10. Sygdom.

Du har pligt til at give AF besked om sygdom. Hvis du ikke har givet AF besked om sygdom, inden du skal deltage i møder eller aktiviteter fx på AF, og du udebliver pga sygdom, anses du for selvforskyldt ledig og skal have karantæne.

## 11. Ferie.

Du har pligt til at give AF besked om afholdelse af ferie senest 14 dage inden ferien holdes. Dette gælder både ferie med feriedagpenge og ferie for egen regning. Hvis AF formidler dig arbejde, afgiver tilbud eller indkalder dig til samtale eller andre aktiviteter fx på AF, inden du har givet AF besked om ferien, har du pligt til at overtage arbejde, deltage i tilbud eller deltage i møder eller andre aktiviteter på AF i ferien. Det gælder også, hvis AF fx har indkaldt dig 16 dage, før du ønsker at holde ferie, og du har meddelt ferie 14 dage, inden den skal holdes - men altså efter indkaldelsen. Hvis du kun holder en enkelt feriedag, gælder 14-dages fristen dog ikke.

Hvis du ikke har givet AF besked om ferien, og hvis du før ferien afslår et arbejde eller et tilbud, eller hvis du udebliver fra en samtale på AF (eller hos arbejdsgiver) eller et tilbud med den begrundelse, at du skal holde ferie, er du selvforskyldt ledig. Det samme gælder, hvis du under ferien afslår et arbejde eller et tilbud, eller udebliver fra en samtale på AF (eller hos arbejdsgiver) eller et tilbud med den begrundelse, at du holder ferie.



## **Arbejdsdirektoratet**

**Stormgade 10 · Postboks 1103 · 1009 København K · e-post: [adir@adir.dk](mailto:adir@adir.dk)  
Tlf. 38 10 60 11 · Tlf. tid: 11.00-15.00 · Fax 38 19 38 90 · CVR 1007 8784**