

## Værd at vide - Kontanthjælpsmodtager

- **Ansøgning om ydelse**

Du skal søge om kontanthjælp digitalt på [www.borger.dk](http://www.borger.dk) eller [www.aalborgkommune.dk](http://www.aalborgkommune.dk)  
Fristen for indsendelse af ansøgning efter henvendelse i Jobhuset er 3 dage.  
Har du herudover spørgsmål ang. din ansøgning, ydelse m.v. skal disse rettes til Job- og Ydelsescenteret, J.F. Kennedys Plads 1B, 3. sal, 9000 Aalborg. Tlf.nr. 9931 3744 – dog undtaget onsdag.
- **Rådighed og sanktioner**

Du skal være opmærksom på, at når du modtager kontanthjælp som jobparat gælder der krav om rådighed. Det betyder, at hvis du ikke overholder dine forpligtigelser i henhold til Jobcenteret kan det betyde fradrag eller bortfald af din hjælp, såfremt du ikke har en gyldig grund.  
Du er orienteret omkring dette i vejledningspjece som du har fået udleveret, gennemgået og drøftet, da du mødte i Jobhuset for at ansøge om kontanthjælp.
- **Jobsamtale/selvbook**

Der vil på din "Min side" på Jobnet fremgå en frist på, hvornår du skal booke en jobsamtale hos din jobcenterrådgiver. Det er dit ansvar at holde dig orienteret om fristen samt at få booket mødet. Du har pligt til at møde til de samtaler, som du selv booker og dem du bliver indkaldt til.
- **Joblog**

Du skal løbende opdatere din Joblog med dine jobsøgningsaktiviteter, således at jobcentret kan se, at du er aktivt jobsøgende. Derudover kan din jobcenterrådgiver give dig bedst mulig sparring på dine jobsøgningsstrategier.
- **Virksomhedsrettede tilbud**

Du skal hurtigst muligt i din ledighedsperiode have aftalt et virksomhedsrettet tilbud med din jobcenterrådgiver.
- **Aktivering**

Der kan i hele din ledighedsperiode iværksættes aktivering.
- **ABC-jobsøgningsstrategi**

ABC-jobsøgningsstrategien tager udgangspunkt i tre områder, som du er jobsøgende indenfor. Der er i ABC-jobsøgningsstrategien fokus på at søge bredt - både fagligt og geografisk. Du skal til din første samtale have udfyldt din ABC-jobsøgningsstrategi og medbringe den til samtalen.
- **"Min plan"**

Alle aftaler og møder indgået med jobcentret findes under din "Min plan" på Jobnet. Husk at læse alle beskeder på Jobnet.

- Jobnet-CV  
Den dag du søger kontanthjælp i Jobhuset, skal dit Jobnet-CV som minimum være udfyldt med minimumskravene til et CV og godkendes, af den jobcenterrådgiver som opretter din sag.  
Hold dit Jobnet-CV opdateret gennem hele din ledighedsperiode, således at det altid er fyldestgørende og søgbart ift. eventuelle jobåbninger.
- 225 timers regel  
- *Det skærpede rådighedskrav*  
Når du har modtaget kontanthjælp i sammenlagt 12 måneder inden for de sidste 3 år, skal du løbende hver måned opfylde et samlet timekrav på 225 timers ordinære arbejdstimer beregnet 12 måneder tilbage for at kunne modtage fuld kontanthjælp.  
  
Er du gift kan det eksempelvis medføre, at hjælpen helt kan bortfalde.  
  
*Hver en ordinær/ustøttet arbejdstime tæller i regnskabet!*
- Ferie  
Retten til ferie opnås efter 12 måneders sammenhængende modtagelse af kontanthjælp. Det er vigtigt, at ferie aftales ved henvendelse til din jobcenterrådgiver INDEN afholdelse. Ferie må ikke forhindre iværksættelse og deltagelse i beskæftigelsestilbud.
- Sygdom  
Skulle du blive syg, skal du kontakte din jobcenterrådgiver og meddele sygdom i telefontiden mellem 8.15-9.00. Hvis du er i aktivitet vil det fremgå af Min Plan, hvordan du skal sygemelde dig.  
Du må **IKKE** sygemelde dig på Jobnet, da denne sygemelding ikke er gyldig for kontanthjælpsmodtagere/overgangsydelsesmodtagere.
- Fritagelse  
Du har mulighed for at blive fritaget for at stå til rådighed for arbejdsmarkedet, herunder være aktivt jobsøgende, deltage i samtaler og tilbud, hvis du inden for seks uger starter i ordinær ansættelse, går på barsel, efterløn eller går på pension. OBS: Dette skal dokumenteres og aftales din rådgiver.
- Midlertidigt job/deltidsarbejde  
Har du fået en midlertidig arbejde eller ordinære timer - kontakt din rådgiver for at aftale det fremadrettede forløb.
- Befordringsgodtgørelse til jobsamtale  
Du kan søge om befordringsgodtgørelse for transportudgifterne til dine jobsamtaler. Der skal være en samlet transporttid på mere end 3 timer med offentlig transport tur/retur mellem din bopæl og virksomhedens adresse. Ansøgningen skal sendes senest 14 dage efter jobsamtalen er afholdt. Du kan finde mere information på: [Jobnet Aalborg](#).

- Befordringsgodtgørelse ved tilbud/aktivitet  
Du kan søge om befordringsgodtgørelse i forbindelse med aktivitet, hvis du har mere end 2 zoner fra din bopæl til tilbudsstedet.  
Du kan også søge om **befordringsgodtgørelse**, hvis du benytter egen bil eller anden transportmulighed, og afstanden mellem din bopæl og tilbudssted overstiger 12 km. ~ 24 km. pr. dag.

## Virksomhedsrettede tilbud

- Virksomhedspraktik  
Du har mulighed for at tilbyde virksomhedspraktik i op til fire uger. Har du lavet en aftale omkring praktik - kontakt din jobcenterrådgiver. Du må først starte i virksomhedspraktikken, når den er synlig i din "Min plan".  
OBS: Du kan ikke tilbyde virksomhedspraktik ved seneste arbejdsgiver.
- Løntilskud  
Du har mulighed for at tilbyde en privat virksomhed en løntilskudsansættelse. Under løntilskuddet får du løn svarende til gældende overenskomst. Har du lavet en aftale omkring løntilskud - kontakt din jobcenterrådgiver. Du må første starte i løntilskudsansættelsen, når denne er synlig i din "Min plan".  
OBS: Du skal have en ledighedsperiode på minimum 26 uger forud for ansættelsen. Er du over 50 år, enlig forsøger eller har du ikke en kompetencegivende uddannelse, kan du tilbyde løntilskud fra første ledighedsdag.
- Jobrotation  
Som jobrotationsvikar er du ansat i et vikariat for en medarbejder på efteruddannelse. Du kan være ansat i op til 26 uger, og stillingerne kan søges fra første ledighedsdag. Stillingerne kan bl.a. findes på [Jobnet](#).  
Kontakt Jobhuset på tlf. 99319000 / [jobhuset@aalborg.dk](mailto:jobhuset@aalborg.dk) for dokumentation om din ret til rotationsjob, inden du konkret søger et rotationsvikariat.

## Tilbud

- FVU  
Ved ansøgning om kontanthjælp, skal du tilbydes en læse-, skrive- og regnetest. Hvis testen viser, at du har behov for et efterfølgende FVU- eller ordblindeforløb, har du ret til at deltage i en sådan, med henblik på at forbedre dine læse, stave- eller regnefærdigheder.
- Jobsøgningsforløb  
Du vil kort tid efter du har meldt dig ledig, blive tilmeldt et internt jobsøgningsforløb. Her vil du arbejde med udarbejdelse af dit Jobnet-CV samt styrke dine jobsøgningsstrategier og dit ansøgningsmateriale. Du henvises af jobcenterrådgiver.
- Realkompetencevurdering  
En realkompetencevurdering (RKV) er for dig, der skal have klarlagt dine forudsætninger for at blive faglært. Det er uddannelsesinstitutionen, der foretager vurderingen og udarbejder et eventuelt uddannelsesforløb. For mere information - kontakt din jobcenterrådgiver.

- **Opkvalificering**                      Opkvalificering kan søges med en begrundet ansøgning til din jobcenterrådgiver. Ansøgningen skal tage udgangspunkt i din ABC-jobsøgningsstrategi og arbejdsmarkedets behov.
- **Iværksætter**                              Du har mulighed for at arbejde målrettet med din forretningsidé, mens du er på kontanthjælp, efter aftale med din jobcenterrådgiver. Du kan desuden få gratis iværksætterrådgivning hos Grow AAL.
- **Voksenlærling**                            Du har mulighed for at komme i voksenlære, hvis du er minimum 25 år ved uddannelsens begyndelse og er ufaglært eller har en forældet erhvervsuddannelse (ikke brugt i fem år).  
Se mere om ordningen på [www.star.dk](http://www.star.dk) / eller kontakt Virksomhedsservice på tlf.nr. 9931 9023.