

Tjekliste

Det skal du vide, når du skal på barsel

for lønmodtagere



Stort tillykke og velkommen til

Stort tillykke - du skal være forælder. Og du skal på barsel.

Du forestiller dig, hvordan du går derhjemme og hygger med den lille. Du får besøg af mødregruppen og har dejligt samvær med din familie og venner. Gode gåture og bare "være". En skøn barselsboble, milevidt væk fra hverdagens trummerum, travlhed og arbejde.

Men stille og roligt går det op for dig, at der er en masse praktiske ting du skal sætte dig ind i - og forholde dig til, når du skal på barsel.

Jeg er sikker på, du har tænkt over disse 4 spørgsmål:

- Hvornår kan jeg gå på barsel?
- Hvor lang tid kan jeg holde barsel?
- Hvordan vil min økonomi være?
- Skal jeg selv gøre noget, eller går det hele automatisk?

Hvis du synes, at det er udfordrende at få overblik over, hvad der gælder for netop dig, så vid, at jeg godt forstår dig. Du skal forholde dig til barselslovgivningen - og en overenskomst (hvis du er dækket af en) og det er ikke helt nemt.

Lovgivning er i det helt taget sjældent let at gå til - og det er de færreste, der gider læse det. De er næsten allerede faldet i søvn bare ved tanken om det.

Vid, at det ikke er dig, den er gal med, og at du bestemt ikke er den eneste som synes, det er svært. Heldigvis for dig, så sidder du med **løsningen** lige her - nemlig **denne tjekliste**.

Vi skal have dig hen i barselsboblen. Du skal nyde din barsel alt det du kan - men du skal også have styr på det praktiske i forhold til din barsel. Og jeg har gjort det **nemt** for dig.

Trin for trin guider jeg dig sikkert igennem det, du skal undersøge, når du skal have et overblik over dine vilkår under barsel. Og du bliver også helt skarp på de frister, du skal overholde.

Om mindre end et kvarter ved du præcis, hvad du skal gøre.

Du har hentet tjeklisten af en årsag, så lad os komme igang.



Introduktion til tjeklisten

Om tjeklisten

I tjeklisten gennemgår jeg de 4 elementer, du skal forholde dig til, når du skal undersøge, hvordan dine individuelle vilkår er under barsel.

De 4 elementer er:

- Din første barselsdag
- Din økonomi under barsel
- Varslingsregler overfor din arbejdsgiver
- Ansøgningsfristen for barselsdagpenge

Sådan bruger du tjeklisten

Du starter med at læse denne introduktion og derefter de 2 sider med overskriften **"Dine vilkår under barsel"**.

Når du har læst de 2 sider, ved du præcis, hvad du skal undersøge, så du får et overblik over dine individuelle vilkår under barsel.

Derefter skal du finde ud af, hvor dine vilkår under barsel er beskrevet.

De er typisk beskrevet i din ansættelseskontrakt, personalehåndbog, Funktionærloven (hvis du er omfattet af den) og i din overenskomst (hvis du er dækket af en).

Er du i tvivl, så spørg din chef, HR-afdeling, lønkontor, tillidsrepræsentant eller fagforening.

2 tjeklister - 1 til **mor** og 1 til **far/medmor**

Når du har dannet dig et overblik over dine vilkår, er næste skridt at udfylde din tjekliste. Du vælger den tjekliste, der er relevant for dig.

Efter hver tjekliste er der en side til noter. Der kan du notere dine vilkår under barsel, og de overvejelser du har i forhold til planlægningen af din barsel.

Det kan fx være at den lønnede del af forældreorloven skal være holdt inden for en bestemt periode, eller at du kan gå på graviditetsorlov 8 uger før forventet fødsel. Måske har du som far/medmor ret til ekstra fædreorlov.

Rigtig god fornøjelse med tjeklisten og det overblik jeg ved, den kan give dig.



Dine vilkår under barsel

Første barselsdag

Som **gravid** har du ret til at gå på graviditetsorlov 4 uger før forventet fødsel.

Undersøg om du har mulighed for at gå på graviditetsorlov tidligere end 4 uger før du forventer at føde.

Hvis du har ret til en tidligere graviditetsorlov, vil det fremgå af din ansættelseskontrakt, personalehåndbog eller overenskomst. Mange offentligt ansatte kan gå på graviditetsorlov 6 uger før (staten) eller 8 uger før (kommuner og regioner) den forventede fødsel.

Som **far/medmor** kan du tidligst starte din barsel den dag, dit barn bliver født. Har du fravær før fødslen, holdes det typisk som ferie, afspadsering eller flex. Det kan ikke holdes som barsel.

Økonomien under barsel

Det er i din ansættelseskontrakt, personalehåndbog eller overenskomst, du typisk finder dine eventuelle muligheder for løn under barsel beskrevet. Det er også her, det fremgår, hvis du er omfattet af Funktionærloven og de muligheder den (måske) giver for løn under en del af barslen.

Hvis du er omfattet af en overenskomst

Undersøg om du har ret til løn under din barsel. Bliv helt skarp på i hvor lang tid du evt. har ret til løn, om det er din almindelige løn eller om der er et maksimalt beløb, du højst kan få udbetalt pr. time.

Den anden forælders vilkår under barsel

Undersøg om den anden forælders mulighed for løn under barsel har indflydelse på hvad du kan holde af barsel med løn. Det er ofte relevant, hvis I begge er omfattet af den samme barselsaftale - fx den kommunale, eller I er omfattet af den sammen barselsfond - fx Barsel.dk.

Hvis du alene er omfattet af Funktionærloven

Som **gravid** har du ret til ½ løn i perioden fra 4 uger før forventet fødsel til 14 uger efter fødslen. Som kommende **far/medmor** har du **ikke** ret til ½ løn i forbindelse med barsel.

Hvis der ikke er beskrevet barselsvilkår i din ansættelseskontrakt

I dette tilfælde vil du som udgangspunkt kun have mulighed for at søge om barselsdagpenge. Da din arbejdsgiver betaler til en **barselsfond**, er det **vigtigt**, at du undersøger, om du kan få det udbetalt i løn, som din arbejdsgiver samlet set kan få refunderet fra Udbetaling Danmark **og** en barselsfond. Der kan være **mange penge** at hente her, hvis din arbejdsgiver ikke ved det!



Dine vilkår under barsel

Varslingsregler

Som **gravid** skal du senest 3 måneder før den forventede fødsel, give din arbejdsgiver besked om hvornår du forventer at føde, og om du vil gøre brug af din ret til at holde graviditetsorlov.

Som kommende **far/medmor** skal du senest 4 uger før du forventer at holde fædreorlov give din arbejdsgiver om, at du vil holde fædreorloven og længden af den (max 2 uger med barselsdagpenge).

Senest 8 uger efter fødslen skal du give din arbejdsgiver besked om, hvordan du vil holde din barsel (forældreorlov). Det er også inden for 8 ugers fristen, du skal give besked om det, hvis forældreorloven forlænges eller udskydes.

Du kan læse meget mere om barselsreglerne på www.barselseksperter.dk/barselsregler

Ansøgning om barselsdagpenge

Husk, at det er dit ansvar at få søgt om barselsdagpenge rettidigt.

Overskrider du fristen, mister du retten til barselsdagpenge for den periode der ligger før modtagelsen af din ansøgning. Det betyder, at du mister penge, hvis du overskrider fristen.

Hvis du får udbetalt løn under en del af din barsel

Hvis du får udbetalt løn under en del af din barsel, men selv skal have udbetalt barselsdagpenge efter lønnen er ophørt, skal du huske at søge om barselsdagpenge senest 8 uger efter den sidste dag med løn.

Hvis du ikke får udbetalt løn under din barsel

Som **gravid** og uden ret til løn under din barsel, skal du selv søge om barselsdagpenge senest 8 uger efter fødslen.

Hvis du som **far/medmor** ikke har ret til løn under fædreorlov eller forældreorlov, skal du selv søge om barselsdagpenge senest 8 uger efter første barselsdag.



Tjekliste til mor

Varsling af min arbejdsgiver

- ♥ Jeg skal senest 3 måneder før jeg forventer at føde, give min arbejdsgiver besked om at jeg er gravid og vil holde graviditetsorlov.
- ♥ Jeg skal senest 8 uger efter fødslen give min arbejdsgiver besked om, hvordan jeg vil holde barsel og hvornår jeg genoptager arbejdet.

Første barselsdag

- ♥ Jeg kan gå på graviditetsorlov _____ uger før jeg forventer at føde.
- ♥ Min første barselsdag er _____.

Indkomst under graviditetsorloven - før fødslen

- ♥ Jeg har ret til løn.
- ♥ Jeg er omfattet af Funktionærloven og har ret til ½ løn.
- ♥ Jeg skal have udbetalt barselsdagpenge (husk at søge om barselsdagpenge).

Indkomst under barselsorloven – 14 uger efter fødslen

- ♥ Jeg har ret til løn.
- ♥ Jeg er omfattet af Funktionærloven og har ret til ½ løn.
- ♥ Jeg skal have udbetalt barselsdagpenge.

Indkomst under forældreorloven – op til 32 uger

- ♥ Jeg har ret til løn under hele forældreorloven.
- ♥ Jeg har ret til løn i _____ uger.
- ♥ Jeg skal have udbetalt barselsdagpenge i _____ uger.

Ansøgning om barselsdagpenge

- ♥ Jeg skal søge om barselsdagpenge senest 8 uger efter fødslen.
- ♥ Jeg skal søge om barselsdagpenge senest 8 uger efter min løn er stoppet.



NOTER TIL MORS BARSEL

Mine vilkår og tanker om planlægningen af min barsel



Tjekliste til far/medmor

Varsling af min arbejdsgiver

- ♥ Jeg skal senest 4 uger før jeg forventer at starte på min fædreorlov give min arbejdsgiver besked om, at jeg vil holde fædreorlov, hvornår jeg forventer orloven starter og længden af den (max 2 uger med barselsdagpenge).
- ♥ Jeg forventer at holde fædreorlov fra den _____ til den _____.
- ♥ Jeg skal senest 8 uger efter fødslen give min arbejdsgiver besked om, hvordan jeg holder forældreorlov.

Indkomst under fædreorloven – 2 uger efter fødslen

- ♥ Jeg har ret til løn.
- ♥ Jeg skal have udbetalt barselsdagpenge (husk at søge om barselsdagpenge).

Indkomst under forældreorloven – op til 32 uger

- ♥ Jeg har ret til løn under hele forældreorloven.
- ♥ Jeg har ret til løn i _____ uger.
- ♥ Jeg skal have udbetalt barselsdagpenge i _____ uger.
- ♥ Jeg skal ikke holde forældreorlov.

Ansøgning om barselsdagpenge

- ♥ Jeg skal søge om barselsdagpenge senest 8 uger efter første orlovsdag.
- ♥ Jeg skal søge om barselsdagpenge senest 8 uger efter min løn er stoppet.
- ♥ Jeg skal ikke søge om barselsdagpenge, da jeg får løn i hele perioden.



NOTER TIL FAR/MEDMORS BARSEL

Mine vilkår og tanker om planlægningen af min barsel



Om Barselseksperten

Jeg er **Anne Line** og jeg elsker at hjælpe dig med alt det praktiske i forhold til barsel. Barselseksperten skabte jeg, så du kan få den hjælp, du har brug for, når du skal planlægge din barsel.



Med en baggrund som kunderådgiver og sagsbehandler indenfor 2 offentlige myndigheder (Udbetaling Danmark og Aalborg Kommune), har jeg siden 2007 hjulpet og vejledt tusindvis af forældre, selvstændige og arbejdsgivere med barselsrelaterede spørgsmål og vejledt i, hvordan man bedst sammensætter sin barsel.

Jeg kan også hjælpe dig med at lave den optimale barselsplan til dig og din familie. Det kan jeg gøre på 2 forskellige måder.

1) Onlinekurset - "Gør det selv" - modellen

Du får 2 timers undervisning online, hvor jeg guider dig igennem de vigtige ting, du skal vide og have styr på, når du skal planlægge din barsel.

Kurset består af 3 vigtige moduler:

- Dine individuelle vilkår under barsel
- Barselsreglerne og hvad jeg anbefaler, at du ikke gør
- Eksklusiv adgang til Barselsekspertens egen barselsberegner, der er udviklet til forældre, som selv skal planlægge og beregne sin barselsorlov

Læs mere om kurset på www.barselseksperten.dk/onlinekursus

2) En personlig barselsplan lavet af Anne Line - "Rolls Royce"- modellen

Rolls Royce modellen er, at jeg laver barselsplanen til dig ud fra dine vilkår og ønsker. Ud fra ønskerne og vilkårene finder jeg den optimale løsning til dig, hvor jeg tager højde for både lovgivning og evt. overenskomster. Det er mig som laver alle beregningerne og laver den endelige barselsplan til dig.

Læs mere om barselsplanen på: www.barselseksperten.dk/barselsplan

