

2025-26

GUIDE TIL FRITIDS- & STUDIEJOB



JOBPATRULJEN

FAGBEVÆGSELSEN - VI GØR DIG STÆRKERE!



GUIDE TIL FRITIDS- & STUDIEJOB

Guide til fritids- & studiejob, udgivet af Jobpatruljen, juni 2025.
Grafisk design: Kristian Emil Petersen, www.grafiskafdeling.dk
Forsidefoto: www.grafiskafdeling.dk
Oplag: 60.000

JOBPATRULJESEKRETARIATET

Weidekampsgade 8
2300 København S
jobpatruljen@jobpatruljen.dk

REDAKTION

3F - Fagligt Fælles Forbund, Amalie Larsen
Dansk Metal, Nadia Sofia Carstens
FOA - Fag og Arbejde, Finn Grønmar
Fødevareforbundet NNF, Charlotte Ellegaard
HK Handel, Jens Eriksen
HK Privat, Claus Olsen
Jobpatruljen, Trine Thomhav



INDHOLD





INTRODUKTION

Rigtig mange unge har et fritidsjob. Desværre oplever alt for mange, at der kan opstå problemer på jobbet, som kan betyde, at man har brug for hjælp. Det kan fx være, at:

- du ikke får nok i løn?
- du ikke får nok i feriepenge?
- du selv skal finde en afløser, når du er syg?
- du ikke får løn for prøvevagter eller oplæringsvagter?

Vi har desværre både set og hørt det før – og derfor er vi også klar til at hjælpe dig med gode råd. Jobpatruljen er fagforeningernes hjælp til unge med fritidsjob. Vi kører rundt i landet og besøger unge på deres arbejde. Vi tjekker løn og ansættelsesforhold og giver gode råd om, hvordan du får den bedste start på arbejdsmarkedet. Får du problemer på dit arbejde, eller har du spørgsmål om din løn, regler, overenskomster m.m., kan du **ringe til Jobpatruljen på 80 24 10 10**. Her kan du tale med os anonymt og få svar på dine spørgsmål.



FØR DU STARTER I ET NYT FRITIDSJOB

Har du fået et fritidsjob? Tillykke! Et godt fritidsjob giver både penge på kontoen og masser af gode erfaringer. Alligevel er det en god idé at være sikker på, at du arbejder under nogle ordentlige forhold, inden du begynder på dit nye job. Herunder kan du læse en række gode råd til, hvordan du vurderer dit nye job.

TJEK DIT NYE JOB ☒

- ☐ **Vurdér jobbet.** Før du siger ja til et nyt job, er det vigtigt, at du overvejer: Har du lyst til jobbet, og kan du kombinere arbejdstiden og arbejdsopgaverne med din skolegang og dine fritidsinteresser?
- ☐ **Undersøg, om arbejdspladsen har en overenskomst** – det vil sige, om de har lavet en aftale med en fagforening om løn, arbejdstider, opsigelsesvarsler, fridage m.m. Husk, at alle mindstelønninger, du kan se i denne guide, kun gælder, hvis din arbejdsplads har en overenskomst.
- ☐ **Sørg for at få en ansættelseskontrakt.** Husk at gennemgå den med dine forældre eller din fagforening, inden du skriver under. Sørg for, at både du og din arbejdsgiver skriver under. Husk også at få en kopi.
- ☐ **Undersøg dine rettigheder.** Der gælder særlige love og regler for unge under 18 år. Alle arbejdsgivere skal overholde reglerne - uanset, om der er en overenskomst eller ej. Undersøg, om din arbejdsplads lever op til reglerne. En fagforening kan hjælpe dig.

FÅ SVAR PÅ DINE SPØRGSMÅL

- **Kontakt din fagforening.** Find ud af, hvilken fagforening dit kommende job hører under. Du kan læse mere om fagforeninger på side 80-86.
- **Kontakt Jobpatruljen** på 80 24 10 10 eller jobpatruljen@jobpatruljen.dk. Vi svarer bl.a. på spørgsmål om løn, overenskomster, fagforeningsmedlemskab og love og regler på arbejdsmarkedet.



6 GODE RÅD

- 1. Sørg for at have en ansættelseskontrakt**, der er underskrevet af dig og din chef. Husk at gennemgå den med dine forældre eller en fagforening, inden du skriver under.
- 2. Undersøg, om der er en overenskomst på din arbejdsplads.** En overenskomst vil sige, at din arbejdsplads har lavet en aftale med en fagforening om bl.a. løn, arbejdstider og opsigelsesvarsler. Din fagforening ved, om der er en overenskomst, hvor du arbejder. Husk, at alle mindstelønninger, du kan se her i guiden, kun gælder, hvis din arbejdsplads har en overenskomst.
- 3. Undersøg dine rettigheder**, og om din arbejdsplads lever op til dem. Din fagforening kan hjælpe dig.
- 4. Skriv din arbejdstid ned i en kalender**, så du altid kan tjekke, om du får løn for alle de timer, du arbejder.
- 5. Sig fra over for din chef**, eller gå til din tillidsrepræsentant eller arbejdsmiljørepræsentant, hvis du synes, du bliver uretfærdigt behandlet, eller hvis arbejdsmiljøet ikke er i orden.
- 6. Meld dig ind i en fagforening.** Din fagforening kan hjælpe dig med de problemer, der kan opstå på din arbejdsplads. En fagforening kan bl.a. hjælpe, hvis du bliver snydt i løn, mangler feriepenge eller arbejder med ting, som du ikke må. Det er vigtigt, at du melder dig ind, inden problemerne opstår.



HVILKE REGLER GÆLDER PÅ ARBEJDSMARKEDET?

Arbejdsmarkedet har regler, som både du og din arbejdsgiver skal overholde. Reglerne kan deles op i to kategorier: Overenskomster og love.

HVAD ER EN OVERENSKOMST?

En overenskomst er en aftale mellem din fagforening og arbejdsgiver om løn, arbejdstider, opsigelsesvarsel m.m. Hvis din arbejdsplads ikke har en overenskomst, skal du selv forhandle løn og arbejdsforhold. Uden en overenskomst kan du ikke kræve den løn, som du finder her i guiden.

HVEM GÆLDER LOVENE FOR?

Arbejdsmarkedets love gælder for alle, uanset om din arbejdsplads har en overenskomst eller ej. Der er desuden særlige regler, som gælder for dig, der er under 18 år. De regler og love, der gælder på arbejdsmarkedet, kan du læse mere om i denne guide.

HVAD ER EN FAGFORENING?

Det er en god idé at være medlem af en fagforening – også som ung. Alle over 13 år kan være medlem. Fagforeningen hjælper dig bl.a. juridisk og med råd og vejledning, hvis du får problemer på din arbejdsplads med fx din løn eller din chef. Derudover er fagforeningen med til at forhandle overenskomster. Derfor er de med til at sikre, at du får en ordentlig løn for dit arbejde.



LOVE OG REGLER

Som fritidsjobber under 18 år er du beskyttet af særlig lovgivning, som alle arbejdsgivere har pligt til at overholde.

Arbejdsmarkedets love gælder for alle, uanset om din arbejdsplads har overenskomst eller ej. Der er desuden særlige regler, som gælder for dig, der er under 18 år.

På de næste sider kan du læse om mange af de love og regler, som kan være vigtige for dig at kende.

LOVE OG REGLER

-  10 Ansættelseskontrakt
-  12 Funktionærloven
-  14 Er du under 13 år?
-  16 Er du 13-15 år?
-  18 Ferie og feriepenge
-  21 Fyret
-  22 Skat
-  23 Sygdom

ARBEJDSMILJØ

-  26 Undgå arbejdsskader
-  27 Hvis skaden er sket
-  28 Arbejdstid og hviletid
-  30 Må du arbejde alene?
-  31 Arbejde i lokaler med alkohol
-  32 Kemikalier
-  32 Opløsningsmidler
-  33 Kemikalier – faremærkede produkter
-  35 Løft og skub
-  38 Maskiner
-  41 Psykisk arbejdsmiljø
-  42 Seksuel chikane



ANSÆTTELSESKONTRAKT

Det er vigtigt at få en ansættelseskontrakt, så både du og din chef ved, hvad I har aftalt om din ansættelse.

HVORNÅR HAR JEG RET TIL EN ANSÆTTELSESKONTRAKT?

Om du har krav på at få en ansættelseskontrakt, afhænger af, hvor længe du har været ansat, og hvor mange timer om ugen du arbejder.

Hvis du er ansat **efter** den 1. juli 2023, har du ret til en ansættelseskontrakt i dit fritids- eller studiejob, når du har været ansat i mere end 7 dage og din arbejdstid er mere end 3 timer om ugen i gennemsnit. Det gælder både:

- hvis du og din chef på forhånd har aftalt, at du skal arbejde mere end 3 timer om ugen i gennemsnit eller
- hvis du og din chef ikke på forhånd har aftalt en garanteret mængde arbejde, men du faktisk arbejder mere end 3 timer om ugen i gennemsnit i en periode på 4 uger, fx hvis din arbejdstid stiger løbende.

Hvis du er ansat **før** den 1. juli 2023, har du ret til en ansættelseskontrakt, hvis din arbejdstid er mere end 8 timer om ugen i gennemsnit. Læs mere på www.jobpatruljen.dk/regler/ansaettelseskontrakt/



HVAD SKAL EN ANSÆTTELSESKONTRAKT INDEHOLDE?

Din kontrakt skal indeholde informationer om alle vigtige ansættelsesforhold, I har aftalt. Blandt andet:

- Navn og adresse på dig og din arbejdsplads
- Arbejdsstedets beliggenhed (sted, hvor arbejdet hovedsagelig udføres)
- Beskrivelse af arbejdet (fx titel, stilling eller jobkategori)
- Tidspunkt for ansættelsens begyndelse
- Tidspunkt for, hvornår ansættelsen stopper (hvis stillingen er tidsbegrænset)
- Varighed og vilkår, hvis der er prøvetid
- Varsler for opsigelse (både for dig og din arbejdsgiver)
- Løn og tillæg
- Hvornår lønnen udbetales
- Arbejdstid (den normale daglige og ugentlige arbejdstid)
- Regler for vagtplanlægning og eventuelle ordninger for overarbejde
- Om du har ret til uddannelse (fx kurser)
- Om der gælder en overenskomst, funktionærloven eller anden aftale.

Du kan se en skabelon for en typisk ansættelseskontrakt i omslaget på denne guide.

Både du og din arbejdsgiver skal underskrive kontrakten. Husk at få en kopi.

Skriv aldrig under på en kontrakt, før du er helt sikker på, hvad du skriver under på. Husk derfor at spørge dine forældre eller din fagforening til råds, inden du skriver under på din ansættelseskontrakt. Er du ikke allerede medlem af en fagforening, kan du spørge Jobpatruljen på 80 24 10 10 eller jobpatruljen@jobpatruljen.dk.



FUNKTIONÆRLOVEN

Hvis funktionærloven gælder for dig, er du såkaldt funktionær. Funktionærloven giver dig særlige rettigheder som fuld løn under sygdom og længere opsigelsesvarsler.

HVORNÅR ER JEG OMFATTET AF FUNKTIONÆRLOVEN?

For at være funktionær, skal du mindst opfylde disse 3 punkter:

- Du skal udføre funktionærarbejde – det er fx arbejde i butik, på lager med kundekontakt eller på kontor.
- Du skal arbejde mere end 8 timer om ugen i gennemsnit.
- Du skal være i et tjenesteforhold – det vil sige, at din arbejdsgiver kan bestemme, om du skal møde på arbejde eller ej.

Som fritidsjobber kan du i nogle perioder være omfattet af funktionærloven og i andre perioder ikke. Bemærk, at det ikke betyder noget, om du er over eller under 18 år. Hvis du er i tvivl, om funktionærloven gælder for dig, så kontakt din fagforening eller Jobpatruljen på 80 24 10 10 eller jobpatruljen@jobpatruljen.dk.



HVILKE REGLER GÆLDER I FUNKTIONÆRLOVEN?

Funktionærloven har nogle særlige regler. Du har fx ret til fuld løn under sygdom. Hvis du bliver opsagt, har du også krav på mindst 1 måneds opsigelse de første 5 måneder (med mindre I har aftalt prøvetid). Derefter har du krav på 3 måneders opsigelse. Dit opsigelsesvarsel stiger med 1 måned hvert 3. år – dog kun indtil 6 måneders opsigelse. Er du ikke funktionær, vil dine opsigelsesvarsler stå i din ansættelseskontrakt. Ofte vil varsler for ikke-funktionærer være kortere end dem, der gælder i funktionærloven.

HVAD ER PRØVETID?

Hvis du har fået et nyt job, vil der ofte stå i din kontrakt, at du har 3 måneders prøvetid. Det betyder, at din arbejdsgiver i prøveperioden kan opsigte dig med 14 dages varsel (altså senest inden 2½ måned). Hvis du vil opsigte dit job, kan du som regel gøre det fra dag til dag i prøveperioden, men i nogle kontrakter er der et gensidigt opsigelsesvarsel på 14 dage. Det betyder, at du også selv skal sige op med 14 dages varsel (altså senest efter 2½ måned). Husk derfor altid at læse din kontrakt igennem eller få hjælp af din fagforening, inden du skriver under.





ER DU UNDER 13 ÅR?

Hvis du er under 13 år, må du som udgangspunkt ikke have et arbejde.

Du kan dog få tilladelse fra Arbejdstilsynet til at arbejde med nogle bestemte kulturelle eller lignende aktiviteter. Det gælder deltagelse eller medvirken i fx:

- enkeltstående sportsaktiviteter
- teaterforestillinger
- varietéforestillinger
- koncerter
- cirkusforestillinger
- radio og tv
- optagelse af en film eller reklamefilm

HVORDAN SØGER MAN OM TILLADELSE?

Det kræver altid en tilladelse fra Arbejdstilsynet, hvis du er under 13 år og skal arbejde med kulturelle eller lignende aktiviteter. Både dine forældre og den virksomhed, som du vil arbejde for, kan søge om tilladelsen. Arbejdstilsynet giver kun tilladelse, hvis aktiviteten ikke skader din sikkerhed, sundhed eller udvikling og ikke går ud over din skolegang. Når Arbejdstilsynet skal vurdere, om du kan få tilladelse til at arbejde, vil de lægge vægt på rammerne for aktiviteten, herunder bl.a. din alder, skolegang, forberedelsestid, daglige arbejdstid, arbejdsstedet og engagementets varighed.

Læs mere på <https://www.jobpatruljen.dk/regler/under-13-aar>

STÅR DINE ARBEJDSOPGAVER IKKE PÅ LISTERNE?

Så er det som udgangspunkt ulovligt. Er du i tvivl? Kontakt din fagforening, Arbejdstilsynet eller Jobpatruljen på 80 24 10 10 eller jobpatruljen@jobpatruljen.dk.





ER DU 13-15 ÅR?

Fra 1. januar 2025 er reglerne for unges arbejde ændret, så du fremover må varetage flere arbejdsopgaver.

HVAD MÅ JEG ARBEJDE MED?

Hvis du er 13-15 år, og endnu ikke har afsluttet 9. klasse, må du udføre lettere arbejde. De lettere arbejdsopgaver kan fx være:

- Lettere arbejde med fodring, udmugning, pasning af mindre husdyr samt heste, lugning, renholdelse og vedligehold af grønne områder og udearealer, bær- og frugtplukning, plantning, grøntsagsopsamling samt lignende opgaver.
- Lettere arbejde med opsætning, modtagelse, sortering, optælling, kontrol, dokumentering, prismærkning samt pakning af varer, materialer, emballage og lignende opgaver.
- Lettere ekspedition.
- Lettere rengøring, udskiftning af håndklæder, oprydning, opvask, borddækning og håndtering af service og bestik, håndtering af rent vasketøj samt lignende opgaver.
- Lettere manuel montering, dog ikke lodning og svejsning.
- Lettere smøringsarbejde med ufarlige produkter og malearbejde, dog ikke sprøjtemaling.



- Lettere manuelt arbejde, såsom ilægning og pakning i poser, kuverter, æsker og kasser, kontrol og pudsning af færdige produkter samt lignende opgaver.
- Lettere budtjeneste, udbringning af aviser og reklamer samt salg af aviser og lignende.
- Lettere arbejde med desinfektion af ko-yvere og lignende med desinfektionsmidler og andre midler, der er godkendt til dette formål af relevante myndighed. Midlerne må ikke være færemærkede eller indeholde 15 % eller mere af organiske opløsningsmidler optaget på Arbejdstilsynets liste over organiske opløsningsmidler i At-vejledningen om grænseværdier for stoffer og materialer. Unge må derudover lejlighedsvis desinficere egne hænder med håndsprit med indhold af ethanol op til 80 %.
- Lettere arbejde med at læse højt, tegne, kigge i fotoalbums, spille spil, hjælpe med brug af elektronisk udstyr og lignende opgaver.
- Lettere arbejde med lektiehjælp og lignende opgaver.
- Lettere arbejde med hjælp på gåture eller kortere ekskursioner og lignende opgaver.
- Lettere arbejde med tilberedning, påfyldning, anretning og hjælp til indtagning af mad og drikke og lignende opgaver, der dog ikke må ske under forhold med et højt arbejdstempo.
- Lettere arbejde med servering, dog må den unge ikke håndtere alkohol, og serveringen må ikke ske under forhold med et højt arbejdstempo.
- Lettere kontorarbejde, fx kopiering, arkivering, herunder elektronisk arkivering/journalisering, lettere tasteopgaver, lettere programmering samt lignende opgaver.
- Lettere arbejde med at assistere trænere, spejderledere, pædagogisk personale mv. ved fx at igangsætte og facilitere lege og sport, lave opvarmningsforløb og lignende opgaver.
- Lettere formidlingsarbejde og lignende opgaver.
- Lettere servicearbejde i forbindelse med afholdelse af events og konferencer og lignende opgaver.
- Lettere arbejde som medhjælper under instruktion af en svend, mester eller lignende.



FERIE OG FERIEPENGE

Når du har et fritidsjob, har du også ret til ferie. Derfor er det godt at kende reglerne.

HAR JEG RET TIL FERIEPENGE?

Hvis du ikke får løn under ferie, kan du have ret til feriepenge - også hvis du er under 18 år. Feriepengene er 12,5 % af din samlede løn og tillæg. Det er ulovligt, hvis din chef siger, at din løn er inklusive feriepenge.

HVORDAN OPTJENER JEG FERIA OG FERIEPENGE?

Du optjener dine feriepenge i perioden fra den 1. september til den 31. august (12 måneder). Dette kaldes optjeningsåret. Du kan holde din ferie i perioden fra den 1. september til den 31. december, (16 måneder), dog skal fire af ugerne ligge i optjeningsåret. Dette kaldes ferieafholdelsesåret.

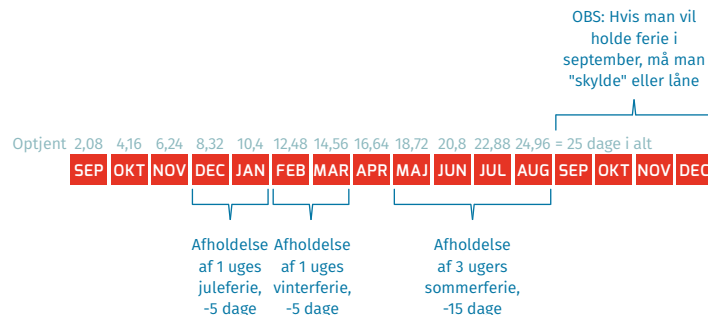


For hver måned du er ansat, optjener du 2,08 dages ferie. Det betyder, at du optjener 25 feriedage, hvis du er ansat et helt år. Feriedagene kan du afholde allerede måneden efter, du har opsparet dem. Du kan også spare dem sammen og afholde dem i portioner, så du fx holder 1 uges vinterferie.

Det vil sige, hvis du starter på dit nye arbejde den 1. september 2025, kan du fra den 1. oktober 2025 afholde 2 dages ferie. Du har så en rest på 0,08 dag, som vil blive gemt til senere.



Nedenfor kan du se, hvordan et normalt år vil kunne se ud, hvis man er ansat fra den 1. september.



Husk, at du har ret til at holde 3 ugers samlet ferie i sommerperioden, også kaldet hovedferieperioden, som er fra den 1. maj til den 31. september, hvis du har optjent nok ferie til at afholde ferien. Hvis din arbejdsgiver holder ferielukket, er der en række særlige regler, der gælder. Kontakt din fagforening for nærmere information.

HVAD GØR JEG, HVIS JEG IKKE HAR FLERE FERIEDAGE?

I ferieloven er det blevet muligt at "låne" ferien af din arbejdsgiver. Det kan fx være relevant for dig, hvis du gerne vil med vennerne på skiferie i uge 7. Hvis du ikke har været ansat siden den 1. november og ikke har noget ferie fra en anden arbejdsgiver, vil du ikke have ret til at få 5 dages fri. Her kan din arbejdsgiver give dig lov til at afholde ferien, før du har optjent den. Husk, at hvis du stopper hos din arbejdsgiver, inden du har "betalt ferien tilbage", kan arbejdsgiveren trække det fra din løn.



<< FERIEPENGE BEGYNDTE PÅ FORRIGE SIDE

HVORDAN UDBETALES MINE FERIEPENGE?

Feriepenge kan udbetales gennem FerieKonto eller fra din arbejdsgiver:

- FerieKonto:
 - Du får feriepengene fra FerieKonto. Log på www.borger.dk med dit MitID. Her kan du også se, hvor mange feriepenge du har opsparet.
 - Du får tilsendt et elektronisk feriekort via e-Boks. Du udfylder kortet og får overført dine feriepenge til din NemKonto (lønkonto).
- Arbejdsgiver:
 - Du skal kontakte din arbejdsgiver, hvis det er din arbejdsgiver, der skal betale dine feriepenge. Din arbejdsgiver vil kunne fortælle dig, hvornår de bliver udbetalt.

HVAD GØR JEG, HVIS JEG IKKE FÅR MINE FERIEPENGE?

Har du efter den 30. september feriepenge til gode efter ferieafholdelsesperiodens udløb, skal du huske at skrive til din arbejdsgiver inden 5 år. Du skal kunne dokumentere, at du har afholdt ferien, for at få udbetalt pengene. Husk selv at gemme en kopi. Hvis dette ikke hjælper, skal du kontakte din fagforening. Efter 5 år bliver feriepengene forældede.

Er du i tvivl? Så læs mere på www.borger.dk/feriepenge.



FYRET

Det er aldrig sjovt at blive fyret fra sit job. Mange gange er der en god forklaring, som ikke har noget at gøre med din indsats. Det er også nyttigt at få feedback, hvis du kan lære noget nyt eller gøre nogle ting endnu bedre i dit næste job.

HVAD GØR JEG, HVIS JEG BLIVER FYRET?

Hvis du bliver fyret, så husk:

- Bed om at få din opsigelse på skrift med en begrundelse for, hvorfor du er blevet fyret.
- Sørg for at få den løn og de feriepenge, du har til gode.
- Kontakt din fagforening, hvis du mener, at du er blevet uretfærdigt behandlet.
- Hvis det er muligt, så kontakt altid din fagforening inden, du skriver under på din opsigelse.
- Er du uenig i begrundelsen for din firing? Så skriv kun under på modtagelsen af opsigelsen og aldrig på, at du er enig. Du kan fx skrive: *Jeg underskriver kun på modtagelsen af min opsigelse, da jeg er uenig i begrundelsen for min firing.*

KONTAKT DIN FAGFORENING

Hvis du er blevet fyret uden grund, kan der være tale om en usaglig firing, og så er det ikke lovligt.

Fagforeningerne hjælper mange medlemmer med erstatning ved usaglig firing.



SKAT

HVAD ER ET FRIKORT?

Du må hvert år tjene et bestemt beløb uden at skulle betale skat. Tjener du under dette beløb, skal du have et frikort. Er du under 18 år, er beløbet 51.600 kr. i 2025.

Skattestyrelsen opretter automatisk et frikort til dig i starten af det år, hvor du fylder 15 år. Din arbejdsgiver bruger automatisk dit frikort og henter det direkte hos Skattestyrelsen.

På www.skat.dk kan du selv se beløbet på dit frikort. På frikortet står der også, hvor mange procent du skal betale i skat, når du har tjent mere end det skattefrie beløb.

Selvom du har frikort, skal du stadig betale arbejdsmarkedsbidrag (AM-bidrag), som er 8 % af din løn.

Du kan godt have mere end ét job, men du kan kun få ét frikort. Har du et deltids- eller fuldtidsjob, anbefaler vi, at du får lavet dit frikort om til et skattekort. Så er du sikker på, at dit frikort ikke pludselig er opbrugt, og du så kommer til at betale fuld skat af alt, hvad du tjener.

Har du andre spørgsmål om din skat? Kig på www.skat.dk/unge, hvor Skattestyrelsen har samlet svarene på mange af de spørgsmål, unge ofte har om skat. Du kan også kontakte Skattestyrelsen på 72 22 18 18.

KAN SORT ARBEJDE BETALE SIG?

Det kan aldrig betale sig at arbejde sort. Det er ulovligt, du har ingen rettigheder, du kan ikke få feriepenge, og du får ingen hjælp eller erstatning, hvis der sker en ulykke på dit arbejde. Der er nemlig ingen beviser for, at du er ansat. Desuden går den skat, vi betaler, til blandt andet skoler, hospitaler og fritidsanlæg som svømmehaller og fodboldbaner.



SYGDOM

Sygdom kan ramme alle, og betyde, at man ikke kan arbejde. Derfor er det vigtigt at vide, hvad du har ret til, hvis du bliver syg.

SKAL JEG SELV FINDE EN AFLØSER?

Du skal aldrig – heller ikke som fritidsjobber – selv finde en afløser, når du er syg. Det er altid chefens ansvar at finde en afløser. Din chef må heller ikke spørge til, hvad du fejler.

SKAL JEG HAVE LØN, NÅR JEG ER SYG?

Hvis du er omfattet af funktionærloven, hvilket kræver at du arbejder i mere end 8 timer om ugen i gennemsnit, og arbejder i fx butik, på lager med kundekontakt eller på kontor (se evt. side 12), får du fuld løn under sygdom.

Som fritidsjobber, der ikke er omfattet af funktionærloven, kan du også have ret til løn under sygdom/sygedagpenge, hvis:

- du har været ansat uafbrudt i mindst 8 uger
- du har arbejdet mindst 74 timer i alt inden for de seneste 8 uger.

Størrelsen af dine sygedagpenge skal være din normale timeløn (dog højst 131,49 kr. pr. time i 2025) gange det antal timer, du skulle have arbejdet.

Det er din arbejdsgiver, som skal udbetale sygedagpenge i de første 30 kalenderdage. Hvis du stadig er syg efter 30 dage, skal din kommune udbetale pengene til dig.



LOVE OG REGLER ARBEJDSMILJØ

Der er nogle ting, du skal vide for at kunne udføre dit arbejde. Din arbejdsgiver har pligt til blandt andet at oplyse dig om eventuelle risici ved arbejdet og skal instruere dig i, hvordan du kan arbejde sikkert. I dette kapitel kan du læse om nogle af de love og regler, der handler om arbejdsmiljø – alt fra arbejdstid til brug af maskiner.

ARBEJDSMILJØ

-  26 Undgå arbejdsskader
-  27 Hvis skaden er sket
-  28 Arbejdstid og hviletid
-  30 Må du arbejde alene?
-  31 Arbejde i lokaler med alkohol
-  32 Kemikalier
-  32 Opløsningsmidler
-  33 Kemikalier – faremærkede produkter
-  35 Løft og skub
-  38 Maskiner
-  41 Psykisk arbejdsmiljø
-  42 Seksuel chikane



UNDGÅ ARBEJDSKADER

Hvert år sker det desværre, at unge kommer til skade på deres arbejde. Nogle af skaderne fører til sygdomme eller lidelser, som aldrig forsvinder.

Din arbejdsgiver har pligt til at sørge for, at du får grundig oplæring og information om eventuelle farer i dit arbejde.

Er du 13-15 år, og har du ikke afsluttet 9. klasse? Så skal din arbejdsgiver give dine forældre besked om, hvad du arbejder med, og hvor meget du arbejder. Derudover skal din arbejdsgiver også fortælle om de ulykkes- og sygdomsfarer, der kan være – og hvad virksomheden gør for at undgå farlige situationer på arbejdspladsen.

Der skal desuden altid være en person over 18 år, der fører tilsyn med dig – altså én, der blandt andet kan forklare dig reglerne for, hvad du må arbejde med, og hvad du ikke må arbejde med. Én, som du kan spørge, hvis du er i tvivl om noget. Din arbejdsgiver har pligt til at vide, hvad du må arbejde med.

HVAD SKAL MIN ARBEJDSGIVER SØRGE FOR?

Din arbejdsgiver skal blandt andet sørge for:

- Grundig oplæring og instruktion
- Sikkerhedsfodtøj, hvis du arbejder med ting, som kan skade dine fødder
- Skridsikkert fodtøj, hvis du færdes på glatte gulve
- Handsker, hvis du arbejder, hvor du kan skære dig eller få splinter eller lignende i fingrene
- Arbejdstøj, hvis dit arbejde er beskidt, vådt eller lignende
- Knæbeskyttere, hvis du skal kravle – fx ved jordbærplukning
- Hjelm, når og hvor det er krævet

Det er altid din arbejdsgiver, der skal sørge for, at du blandt andet har det rigtige arbejdstøj og de rigtige sko. Og du skal aldrig selv betale for disse ting.



HVIS SKADEN ER SKET

En arbejdsskade kan både være, hvis du har været ude for en ulykke, eller hvis du har fået en sygdom i forbindelse med dit arbejde.

SKAL SKADEN ANMELDES?

Hvis du har været ude for en arbejdsulykke, har din **arbejdsgiver pligt til at anmelde det digitalt senest 14 dage efter ulykken**, hvis du som medarbejder er fraværende mere end 1 dag ud over dagen, hvor ulykken skete.

Anmeldelsen sikrer, at de rette myndigheder og parter bliver orienteret, og at du som medarbejder eventuelt kan søge erstatning.

SKAL JEG SELV GØRE NOGET?

Hvis du går til lægen, så husk at fortælle, at din skade er sket på jobbet, så din læge kan notere det. Din læge har også pligt til at anmelde det, hvis du bliver syg eller kommer til skade på grund af dit arbejde.

Hvis du er i tvivl, om din skade er blevet anmeldt, kan din fagforening hjælpe dig med at undersøge sagen.

Hvis uheldet skyldes dårlige eller ulovlige arbejdsforhold, kan du få **erstatning fra din arbejdsgivers forsikring**. Din fagforening kan hjælpe dig med at søge erstatning. Er du ikke allerede medlem af en fagforening, så spørg Jobpatruljen på 80 24 10 10 eller jobpatruljen@jobpatruljen.dk



ARBEJDSSTID OG HVILETID

KATEGORIER AF UNGE	DAGLIG ARBEJDSSTID		UGENTLIG ARBEJDSSTID	
	SKOLEDAGE	ANDRE DAGE	UGER MED SKOLEDAGE	ANDRE UGER
13-14-årige	Maks. 2 timer	Maks. 7 timer	Maks. 12 timer	Maks. 35 timer
15-17-årige, som er omfattet af undervisningspligten*		Maks. 8 timer		Maks. 40 timer
15-17-årige i butik og lager, som ikke er omfattet af undervisningspligten*	Sædvanlig arbejdstid for voksne, dog maks. 8 timer		Sædvanlig arbejdstid for voksne, dog maks. 40 timer	
15-17-årige i hotel, restaurant o.lign., som ikke er omfattet af undervisningspligten*				
15-17-årige i landbrug o.lign., som ikke er omfattet af undervisningspligten*			Sædvanlig arbejdstid for voksne, dog maks. 40 timer Aldrig mere end 48 timer i gennemsnit over 4 måneder	
15-17-årige i staldarbejde, som ikke er omfattet af undervisningspligten*				

* Du er omfattet af undervisningspligten, indtil du har gennemført og afsluttet grundskolen (9. klassetrin).



ARBEJDSSTID OG HVILETID

DAGLIG HVILETID	FRIDØGN I HVER SYV-DAGES PERIODE	AFTEN- OG NATARBEJDE	PAUSER
Min. 14 timer	2 - så vidt muligt sammenhængende døgn, normalt omfattende søndag.	Forbudt mellem kl. 20.00-06.00	Min. 30 minutter uden løn, hvis arbejdsdagen er over 4,5 timer
Min. 12 timer	Hvis de 2 fridøgn ikke kan placeres i sammenhæng, skal det ene fridøgn lægges i umiddelbar tilknytning til en daglig hvileperiode.	Normalt forbudt mellem kl. 20.00-06.00 – dog undtaget kontorer, butikker, servicestationer o.lign, hvor du må arbejde til kl. 22.00	Bortset fra denne pause skal arbejdstiden ligge samlet, hvis den er 7 timer eller mere
		Forbudt mellem kl. 24.00-06.00	
	2 - så vidt muligt sammenhængende døgn, normalt omfattende søndag	Forbudt mellem kl. 20.00-06.00	
	Det ene eller begge fridøgn kan udskydes	Forbudt mellem kl. 19.00-04.00	

ARBEJDSSTID FORTSÆTTER PÅ NÆSTE SIDE >>



<< ARBEJDSSTID BEGYNDTE PÅ FORRIGE SIDE

MÅ DU ARBEJDE ALENE?

Når du er under 18 år, skal du som hovedregel være under tilsyn af en person, der er fyldt 18 år, og som har den nødvendige indsigt i arbejdet. Det kan fx være en kollega over 18 år eller en vagt i butikken. Den person, der har tilsyn med dig, skal have det som sin opgave – det er altså ikke dit ansvar at hente personen og spørge om råd. Det kan være nødvendigt, at han eller hun, der fører tilsyn, står lige ved siden af dig. Hvis der ingen risiko er i dit job, eller du er meget rutineret, kan tilsynet af dig være i perioder. Det er din arbejdsgiver, der har ansvar for, at du får det rigtige tilsyn.

ARBEJDER DU I ET STORCENTER?

Arbejder du i et indkøbscenter, hvor sikkerhedsvagter hyppigt patruljerer, eller hvor der er en anden form for overvågning? Så må du godt arbejde alene, når du er under 18 år – men kun til kl. 20.00 om aftenen.

ER DER SÆRLIG RISIKO FOR VOLD?

Hvis du er under 18 år, må du ikke arbejde alene i åbningstiden i bagerbutikker, kiosker, videobutikker, netcaféer, tankstationer og lignende butikker, der ligger isoleret fra almindelig færdsel på disse tidspunkter:

- mellem kl. 18.00 og kl. 6.00 på hverdage
- mellem kl. 14.00 og kl. 6.00 på lørdage, søndage og helligdage



ARBEJDE I LOKALER MED ALKOHOL

ER DU UNDER 15 ÅR?

Du må ikke arbejde i lokaler, hvor der bliver serveret alkohol, så længe du er under 15 år – dette gælder eksempelvis også arbejde i garderoben.

ER DU 15 TIL 18 ÅR?

Hvis du er mellem 15 og 18 år og ikke er omfattet af undervisningspligten, er det tilladt at arbejde i lokaler, hvor der udskænkes alkohol i tidsrummet 6.00-22.00. Virksomhedens hovedformål skal være servering af mad, og serveringen af alkohol skal være i forbindelse med det. Det arbejde, du må udføre i lokaler, hvor der udskænkes alkohol, inkluderer: Afrydning, opdækning, rengøringsarbejde, modtagelse af bestillinger og servering af alkohol.

Hvis du er mellem 15 og 18 år og ikke er omfattet af undervisningspligten, er det yderligere tilladt at arbejde i virksomheder, hvor der serveres alkoholiske smagsprøver. Personer under 18 år må dog ikke selv udlevere smagsprøver.

Hvis du er under 18 år og arbejder i lokaler, hvor der udskænkes alkohol, skal det altid ske under opsyn af personer over 18 år.

MÅ DU SÆLGE ALKOHOL I EN BUTIK?

Du må gerne sælge alkohol, selvom du er under 18 år, hvis du arbejder i en butik, en kiosk eller et supermarked, da kunden ikke drikker det i butikken.



KEMIKALIER

Hvis du er under 18 år, må du ikke arbejde med produkter, der er farlige for din sundhed - herunder dem, du kan se i skemaet på side 33-34. Du må heller ikke arbejde i rum, hvor du er i nærheden af andre, der bruger farlige produkter.

HVAD SKAL MIN ARBEJDSGIVER SØRGE FOR?

Din arbejdsgiver har pligt til at lave en risikovurdering af de kemikalier, som du må bruge. Risikovurderingen viser, om unge under 18 år må arbejde med produktet. Din arbejdsgiver skal fortælle dig, hvilke kemikalier du må og ikke må bruge, når du starter i jobbet.

HVAD KAN JEG SELV GØRE?

Hold øje med, hvilke stoffer og materialer du arbejder med, så du ikke bliver udsat for farlig støv, røg, os, dampe, opløsningsmidler, sprøjtemidler m.m.

Du må ikke tørre op, hvis der bliver spildt et farligt kemikalie. Nogle rengøringsmidler kan også indeholde farlige stoffer. Husk, at det gælder om at beholde dit gode helbred.

Hvis du er i tvivl, kan du ringe til Giftlinjen på 82 12 12 12.

OPLØSNINGSMIDLER

Unge under 18 år må ikke arbejde med produkter, der er mere end 15 % opløsningsmiddel i.

Tjek etiketten, inden du åbner flasken. Hvis der ikke står på emballagen, hvad der er i den, så spørg. Bed også om en brugsanvisning.



KEMIKALIER - FAREMÆRKEDE PRODUKTER

PIKTOGRAMMER	BETYDNING
 Akut giftig	Kemikalier, som er akut giftige ved hudkontakt, indånding og indtagelse.
 Sundhedsfare	Kemikalier, som kan give hud- og øjenirritation, allergisk hudreaktion, luftvejsirritation, sløvhed eller svimmelhed.
 Ætsende	Kemikalier, som virker ætsende på huden, kan give alvorlige øjenskader eller ætse metal.

TABEL FORTSÆTTER PÅ NÆSTE SIDE >>



<< TABEL BEGYNDTE PÅ FORRIGE SIDE

PIKTOGRAMMER	BETYDNING
 Kronisk sundhedsfare	Kemikalier, som fx giver kræft, skader på arveanlæg og forplantningsevne. Også kemikalier, der giver allergi ved indånding, organskade eller lungeskade ved indånding.
 Eksplosiv	Eksplosive kemikalier og genstande.
 Brandfarlig	Brandfarlige væsker og deres dampe, gasser, aerosoler og faste stoffer.



LØFT OG SKUB

Er du under 18 år, må du kun løfte op til 12 kg og trække eller skubbe op til 250 kg. Det svarer til, at du må løfte en ølkasse med tomme flasker. Men løft tæt på kroppen, så du passer bedst muligt på din ryg.

Er du over 18 år, må du ikke løfte hvad som helst. Mange faktorer afgør, hvor tungt du må løfte. Du skal tænke over rækkeafstanden, som er den afstand, der er mellem din rygsøjle og det sted, hvor du griber om det, du vil løfte. Hvis du løfter noget inden for underarmsafstand, som typisk er 30 cm fra rygsøjlen, så må du løfte mere, end hvis du løfter i trekvartarmsafstand, der normalt er 45 cm fra kroppen. Tænk også på, om løftet foregår med bøjet ryg, og om det er under optimale forhold. Optimale forhold betyder, at løftet foregår midt foran kroppen, mellem midtlår- og albuehøjde, at byrden er beregnet til håndtering, at der er mindst to minutter mellem løftene, at du ikke bærer, at fodfæstet er stabilt, og at klimaet er passende. Det kan du læse mere om på www.ungmedjob.dk/love-og-regler/loeft-og-skub



LØFT OG SKUB FORTSÆTTER PÅ NÆSTE SIDE >>



<< LØFT OG SKUB BEGYNDTE PÅ FØRIGE SIDE

REGLER OG TIPS, NÅR DU LØFTER OG HÅNTERER VARER	
Når du løfter en vare Få din arbejdsgiver til at vise dig, hvordan du løfter rigtigt.	Du må ikke løfte mere end 12 kg. Det svarer til en ølkasse med tomme flasker. Du skal kunne løfte den midt foran dig og i en højde mellem midterlår og albuehøjde, så du ikke bøjer ryggen eller løfter med arme og/eller skuldre. Du må ikke løfte eller håndtere varer over skulderhøjde. Hvis du synes, varen er for tung eller svær at løfte, så tal med din chef eller arbejdsgiver om det.
Når du transporterer en vare	Generelt skal du undgå at bære på varer, da det belaster kroppen. Brug i stedet rullebord, T-vogn, palleløfter, sækkevogn og lignende. Vejr varen over 12 kg, må du kun transportere den ved hjælp af et teknisk hjælpemiddel. Vejr varen under 12 kg, må du kun bære den ca. 2 meter.



REGLER OG TIPS, NÅR DU LØFTER OG HÅNTERER VARER	
Når du skubber/ trækker en palleløfter Få din arbejdsgiver til at vise dig, hvordan du bruger en palleløfter rigtigt. Husk sikkerhedssko.	Du må transportere last på op til ca. 250 kg med palleløfteren. Det svarer til 9 ølkasser med fyldte flasker. Hvis underlaget skråner, skal vægten sænkes. Brug din egen vægt til at skubbe og trække med. Vrid og bøj ikke i ryggen. Hvis du er nødt til at "ligge vandret i luften", er palleløfteren for tungt lastet.
Når du skubber kundevoget	Du må højst skubbe 10 vogne ad gangen. Færre, hvis det går lidt op ad bakke, eller asfalten er hullet og ujævn.
Når du sidder i kassen Din arbejdsgiver skal instruere dig i, hvordan du skal indstille inventaret og scanne varerne, så du ikke belaster din krop unødigt.	Indstil altid stol, fodstøtte og øvrigt udstyr inden, du åbner kassen. Lad varen komme tæt på dig. Grib fat, og før den hen til scannerområdet uden at løfte. Scan ved at tippe varen op mod scannerruden, og før den videre til bagbåndet uden at løfte. Husk passende tøj ved kulde og træk.



MASKINER

Når du er under 18 år, gælder der nogle særlige regler for at beskytte dig med hensyn til de maskiner og hjælpemidler, som du må arbejde med.

HVILKE MASKINER MÅ JEG IKKE ARBEJDE MED?

Hvis du er under 18 år, må du fx ikke arbejde med:

- Maskiner med hurtigtgående, skærende værktøj.
- Maskiner med farlige stempellignende bevægelser.
- Maskiner med åbne valser eller snegle.
- Blande-, male-, knuse- og hakkemaskiner.
- Motorkædesave, motorrydningssave, buskryddere og motorhækklippere.

Du kan se en liste over de maskiner, som du ikke må arbejde med, på www.jobpatruljen.dk/regler/maskiner

Læs reglerne for brug af maskiner i skemaerne på side 39-40.



MASKINER

REGLER OG TIPS, NÅR DU HÅNTERER MASKINER	
Pap-/plastpresser	Er du fyldt 15 år og gået ud af 9. klasse, må du fylde i pressen og foretage presning. Pressen skal være fuldstændig afskærmet, så der ikke er nogen form for risiko for klemningsfare eller nedstyrtningsfare. Du må ikke klargøre pressen eller tænde for strømmen (på hovedafbryderen). Du må heller ikke tømme, vedligeholde eller rengøre pressen.
Flaskeautomat	Hvis du er fyldt 15 år og gået ud af 9. klasse, må du arbejde ved flaskeautomat og -bånd. Du må ikke reparere/pille ved maskinen.
Friturekoger	Hvis du er under 18 år, må du ikke udføre arbejde, hvor du kan komme i kontakt med ekstremt høje temperaturer. Du må derfor aldrig tømme en friturekoger eller filtrere den varme olie. Hvis du er fyldt 15 år, og er gået ud af 9. klasse, må du afhængig af en konkret vurdering i hvert enkelt tilfælde derudover arbejde med eller i nærheden af en friturekoger. I vurderingen lægges der vægt på, om friturekogerens er fastgjort, om gulvet ikke er glat, og at der er gode pladsforhold. Der skal være egnet brandslukningsudstyr (brandtæppe) umiddelbart ved friturekogerens, og de ansatte skal være instrueret i brug af udstyret. OBS: BRUG ALDRIG VAND VED BRAND I FRITUREKOGER.

TABEL FORTSÆTTER PÅ NÆSTE SIDE >>



<< TABEL BEGYNDTE PÅ FORRIGE SIDE

REGLER OG TIPS, NÅR DU HÅNTERER MASKINER	
Pålægsmaskine, kødhakke-maskine, elektrisk kniv, røremaskine, brødskærer og lignende	Hvis du er under 18 år, må du ikke bruge uafskærmede pålægsmaskiner, kødhakkesmaskiner, elektriske knive, røremaskiner, dejælttere, brødskærere og lignende. Du må heller ikke rengøre maskiner med skarpe eller skærende klinger. Nogle maskiner må godt betjenes, hvis du er fyldt 15 år og lærling i fx en slagterafdeling. Her må du som lærling betjene mekanisk drevne kødsave, lynhakkere, pølsestoppere og pålægsmaskiner.
Gaffeltruck-/stabler	Hvis du er under 18 år, må du ikke køre med gaffeltruck eller selvkørende gaffelstabler. Hvis du er fyldt 16 år, må du godt bruge gaffelstabler, der ikke er selvkørende. Løftehøjden må ikke overstige 1 meter.
Udgangskassen	Fra 1. januar 2025 må unge, der er fyldt 13 år, eller unge, som ikke har afsluttet 9. klasse, arbejde med lettere ekspedition i fx butikker og supermarkeder, hvor der er et kassebånd. Det gælder dog ikke i spidsbelastningsperioder, hvis der kræves et højt arbejdstempo, hvis der kan ske konflikter med kunder, hvis du skal kontrollere ID, eller hvis kunderne forventer særlig vejledning eller rådgivning. Læs mere på https://at.dk/arbejdsmiljoe/boern-og-unges-arbejdsmiljoe/arbejde-ved-kassen/



PSYKISK ARBEJDSMILJØ

Oplever du stress, mobning, chikane eller andet psykisk ubehageligt fra dine kollegaer, din arbejdsgiver, kunder eller andre, du har kontakt til på jobbet?

De love, der gælder for voksne om psykisk arbejdsmiljø, gælder også for unge. **Du har ret til et sundt og sikkert arbejdsmiljø.**

HVAD KAN JEG GØRE?

Hvis du føler dig ramt af et dårligt psykisk arbejdsmiljø – eller bare er den mindste smule i tvivl om det – **så tal med dine forældre og din fagforening om det.** Du kan også kontakte Jobpatruljen på 80 24 10 10 eller jobpatruljen@jobpatruljen.dk.

Det er vigtigt, at du får den rigtige hjælp og støtte til at ændre det, så du igen kan blive glad for at gå på arbejde.





SEKSUEL CHIKANE

Omfanget af seksuel chikane på arbejdspladsen er fortsat et stort problem. Hvis du oplever, at dine seksuelle grænser bliver overskredet af en kollega eller en chef på arbejdet, er det vigtigt, at der bliver gjort noget ved det.

HVAD ER SEKSUEL CHIKANE?

I ligestillingsloven er seksuel chikane gjort ulovligt på arbejdsmarkedet og er defineret sådan: *”Der foreligger sexchikane, når der udvises uønsket verbal, ikke-verbal eller fysisk adfærd med seksuelle undertoner med det formål eller den virkning at krænke en persons værdighed, navnlig ved at skabe et truende, fjendtligt, nedværdigende, ydmygende eller ubehageligt klima”.*

Seksuel chikane kan således både være fysisk og verbal. Det kan være en vittighed, der er gået for langt eller drilleri, der er blevet til ubehagelig berøring. Seksuel chikane kommer i mange former. Det afgørende er, at du synes, at dine grænser er blevet overskredet.

I arbejdsmiljøloven står der også, at din arbejdsgiver skal sørge for, at du og dine kollegaer undgår at opleve seksuel chikane på arbejdspladsen. Derfor skal din chef tage hånd om det i tide, hvis det alligevel sker. Det er vigtigt, at din chef tydeligt signalerer, at seksuel chikane på din arbejdsplads er uacceptabelt, og at I på arbejdspladsen sammen aftaler, hvad I konkret skal gøre, hvis det sker.

Husk, at du skal kontakte din fagforening, hvis du oplever noget, der overskrider dine grænser.



HVAD SKAL MAN GØRE?

Hvis du er i tvivl eller kan mærke, at du har oplevet noget ubehageligt, er det vigtigt, at du snakker med nogen om det og ikke holder det inde. Det kan både være andre kollegaer, familie eller venner. Det er også en rigtig god idé at kontakte din fagforening og, hvis du har fået det dårligt som følge af situationen, også din egen læge. Hvis du har en arbejdsmiljørepræsentant eller tillidsrepræsentant, er det også en god idé at involvere dem, for de kan hjælpe dig. Du kan også ringe til Arbejdstilsynets hotline på 70 12 12 88 og få vejledning om seksuel chikane.

Det er vigtigt at sige fra, men mange gange kan det være svært, hvis der er tale om en chef, eller hvis tingene er eskaleret. Husk, det er aldrig din skyld – også selvom du i starten har følt, at du havde kontrol over situationen. Ofte er der tale om en udvikling, som i sidste ende medfører, at der er tale om seksuel chikane, fordi dine grænser bliver overskredet.

OPLEVER DU CHIKANE FRA KUNDER?

Ungarbejdere er desværre i risiko for at blive udsat for verbale overfuseringer, seksuel chikane og trusler fra kunder. Det kan være en rigtig voldsom oplevelse at blive truet, chikaneret eller skældt ud af vrede kunder – og når man er ung og helt ny på arbejdsmarkedet, kan det give ar på sjælen, hvis ikke der bliver taget ordentligt hånd om problemet. Derfor har arbejdsgivere pligt til, at arbejdet planlægges, tilrettelægges og udføres, så risikoen for krænkende handlinger fra kunder er effektivt forebygget. B.l.a. gennem klare retningslinjer, grundig oplæring og instruktion, så du ved, hvad du skal gøre, hvis du oplever ubehagelige kunder. Oplever du alligevel noget ubehageligt, er det vigtigt at tale om situationen med din arbejdsgiver, dine forældre eller andre personer, du har tillid til. Det er også en god idé at kontakte din fagforening.



LØNSATSER

Vidste du, at det er din overenskomst og ikke loven, der sikrer dig din mindsteløn? En overenskomst er en aftale mellem din arbejdsgiver og en fagforening om, hvad medarbejderne som minimum har krav på i løn og eventuelle tillæg.

Mindstelønningerne her i guiden gælder derfor kun på de arbejdspladser, hvor der er en overenskomst.

Hvis der ikke er overenskomst, skal du selv forhandle løn og eventuelle tillæg med din arbejdsgiver. Men find først ud af, hvad overenskomstens mindsteløn er for dit fag. Så ved du, hvad du skal gå efter.

ER DU I TVIVL?

Ved du ikke, om din arbejdsplads har en overenskomst? Spørg din chef, din fagforening – eller kontakt Jobpatruljen på 80 24 10 10 eller jobpatruljen@jobpatruljen.dk. Alternativt bør det også stå i din ansættelseskontrakt.

LØNSATSER



HVAD SKAL JEG HAVE I LØN?



46 BUTIK & SERVICESTATION

- 47 Bageri: Ekspedition
- 49 Butik
- 51 COOP Danmark
- 54 Servicestationer



58 BYGGERI & VÆRKSTED

- 59 Ansat på metal-/auto-/cykelværksted
- 60 Byggeri



62 HOTEL & RESTAURATION

- 63 Hotel og restauration
– herunder: café/cafeteria/
opvasker/tjener
- 65 Fastfood: Supermarkeder
- 66 Joe & The Juice
- 67 Diskoteker og spillesteder
- 67 Kantine: Offentlig



68 LAGER & TRANSPORT

- 69 Avisbud
- 70 Lager
- 71 Lager og transport



72 OMSORG & PLEJE

- 73 Handicaphjælper
- 73 Hjemmeplejen
- 74 Pædagogmedhjælper
- 74 Ung i huset/børnepasser



76 RENGØRING & SERVICE

- 77 Fitness
- 78 Rengørings- eller serviceassistent

Scan QR-koden,
og find alle lønsatser på
www.jobpatruljen.dk/loensatser

KAN DU IKKE FINDE DIN LØNSATS?

Listen over lønninger her i guiden er ikke udtømmende. Hvis du ikke kan finde lønnen i din branche, kan du måske finde den på Jobpatruljens hjemmeside. Her finder du bl.a. lønsatser for:

7-Eleven, kontor, slagter-ekspedition, landbrug og gartneri, vaskerier og fabrik





BUTIK & SERVICESTATION



BAGERI: EKSPEDITION

Når du ekspederer i et bageri eller bageriudsalg, kan du blive medlem af **HK**. HK kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. HK kan også svare på spørgsmål og give dig gode råd om dine rettigheder. Kontakt HK på 7011 4545 eller hk@hk.dk.

HVAD ER DIN MINDSTELØN?

Hvis du ekspederer i et bageri eller bageriudsalg, kan du se mindstelønningerne på www.jobpatruljen.dk/lonsatser/bageri-ekspedition/

Hvis du arbejder i Emmerys, skal du have løn efter Dansk Erhverv Arbejdsgivers butiksoverenskomst, se side 49.

UNGE UNDER 18 ÅR

Uanset arbejdsfunktion	78,95 kr.
------------------------	-----------

TILLÆG FOR ARBEJDE PÅ SÆRLIGE TIDSPUNKTER

Tillæg for hverdage kl. 18.15-24.00	16,28 kr.
-------------------------------------	-----------

Tillæg for lørdage kl. 15.00-24.00 (*)	26,25 kr.
--	-----------

Tillæg for søn- og helligdage indtil kl. 15.00	26,25 kr.
--	-----------

Tillæg for søn- og helligdage kl. 15.00-24.00	33,53 kr.
---	-----------

UNGE OVER 18 ÅR

Som udfører ufaglært arbejde	138,67 kr.
------------------------------	------------

Som er uddannet butiksmedhjælper	143,35 kr.
----------------------------------	------------

Som udfører faglært arbejde	148,03 kr.
-----------------------------	------------



<< BAGERI: EKSPEDITION BEGYNDTE PÅ FORRIGE SIDE

TILLÆG FOR ARBEJDE PÅ SÆRLIGE TIDSPUNKTER

Tillæg for hverdage kl. 18.15-24.00	23,90 kr.
Tillæg for lørdage kl. 15.00-24.00 (*)	35,55 kr.
Tillæg for søn- og helligdage indtil kl. 15.00	35,55 kr.
Tillæg for søn- og helligdage kl. 15.00-24.00	45,83 kr.
(*) Gælder også for grundlovsdag, juleaftens- og nytårsaftensdag fra kl. 12.00	

ARBEJDER DU MELLEML. 24.00-06.00?

Når du arbejder mellem kl. 24.00 og 05.00, får du almindelig timeløn plus 100 procent. Det gælder alle – også unge under 18 år.

Lønsatserne gælder fra 1. maj 2025.

NÅR DU HAR VÆRET ANSAT 1 ÅR

Efter 1 års ansættelse får medarbejdere over 18 år anciennitetstillæg på 2,90 kr. pr. time – dog ikke, hvis du er elev.



BUTIK

Arbejder du i en butik som flaskemedarbejder, ungarbejder, servicemedarbejder, butiksassistent eller lignende, er det **HK**, du skal være medlem af. HK kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. HK kan også svare på spørgsmål og give dig gode råd om dine rettigheder.

DAGLIGVARE- ELLER SPECIALVAREBUTIK

De fleste butikker er dækket af HK Handels overenskomst med Dansk Erhverv Arbejdsgiver eller DI Overenskomst II. En overenskomst vil sige, at der er lavet en aftale mellem en fagforening og en arbejdsgiver om løn, fridage, arbejdstider, opsigelsesvarsel m.v.

HK Handel har blandt andet overenskomst med Føtex, Bilka, Netto, 365discount, REMA 1000, Lidl, Magasin, SPORT 24, Harald Nyborg, Silvan, H&M, Imerco og Matas. Vil du vide præcis, hvilken overenskomst der gælder for dig, så kontakt HK på 7011 4545 eller hk@hk.dk.

UNGE UNDER 18 ÅR – DANSK ERHVERV ARBEJDSGIVER

Uanset arbejdsfunktion	78,95 kr.
------------------------	------------------

UNGE UNDER 18 ÅR – DI OVERENSKOMST II

Uanset arbejdsfunktion	80,91 kr.
------------------------	------------------

UNGE OVER 18 ÅR – GÆLDER FOR BEGGE OVERENSKOMSTER
(DANSK ERHVERV ARBEJDSGIVER OG DI OVERENSKOMST II)

Som udfører ufaglært arbejde	138,67 kr.
Som er uddannet butiksmedhjælper	143,35 kr.
Som udfører faglært arbejde	148,03 kr.

BEMÆRK: Efter 1 års ansættelse efter det fyldte 18. år får man et anciennitetstillæg på 2,90 kr. pr. time (Dansk Erhverv Arbejdsgiver) og 3,65 kr. pr. time (DI Overenskomst II). Gælder ikke for elever.

BUTIK FORTSÆTTER PÅ NÆSTE SIDE >>



<< BUTIK BEGYNDE PÅ FORRIGE SIDE

TILLÆG FOR ARBEJDE PÅ SÆRLIGE TIDSPUNKTER**UNGE UNDER 18 ÅR – GÆLDER FOR BEGGE OVERENSKOMSTER
(DANSK ERHVERV ARBEJDSGIVER OG DI OVERENSKOMST II)**

Hverdage kl. 18.00-23.00	15,53 kr.
Hverdage kl. 23.00-06.00	20,85 kr.
Lørdage kl. 15.00-24.00	27,33 kr.
Søn- og helligdage kl. 00.00-24.00	30,43 kr.

**UNGE OVER 18 ÅR – GÆLDER FOR BEGGE OVERENSKOMSTER
(DANSK ERHVERV ARBEJDSGIVER OG DI OVERENSKOMST II)**

Hverdage kl. 18.00-23.00	31,05 kr.
Hverdage kl. 23.00-06.00	41,70 kr.
Lørdage kl. 15.00-24.00	54,65 kr.
Søn- og helligdage kl. 00.00-24.00	60,85 kr.

Lønsatserne gælder fra 1. maj 2025.

BEMÆRK: Tillæggene for unge under 25 år kan være det samme som for unge under 18 år, hvis du er i gang med en uddannelse og arbejder maks. 15 timer om ugen.

**COOP DANMARK**

Er du ansat i en butik ejet af Coop, er du dækket af overenskomsten med Coop Danmark. Hvis du er ansat i en selvstændig butik, er du dækket af overenskomsten med Brugsforeningernes Arbejdsgiverforening (BA) eller Storbutikkernes Forhandlingsudvalg (SFU).

UNGE UNDER 18 ÅR

Uanset arbejdsfunktion	78,95 kr.
------------------------	------------------

UNGE OVER 18 ÅR

Som er ufaglært	138,67 kr.
Som er uddannet butiksmedhjælper	143,35 kr.
Som er faglært	148,03 kr.

Efter 1 års ansættelse efter det fyldte 18. år får ansatte et anciennitetstillæg på 2,90 kr. pr. time. Gælder ikke for elever.

TILLÆG FOR ARBEJDE PÅ SÆRLIGE TIDSPUNKTER**UNGE UNDER 18 ÅR – COOP**

Hverdage kl. 18.00-23.00	15,53 kr.
Hverdage kl. 23.00-06.00	20,85 kr.
Lørdage kl. 15.00-24.00	27,33 kr.
Søn- og helligdage (hele dagen)	30,43 kr.

COOP DANMARK FORTSÆTTER PÅ NÆSTE SIDE >>



<< COOP DANMARK BEGYNDTE PÅ FORRIGE SIDE

UNGE OVER 18 ÅR – COOP

Hverdage kl. 18.00-23.00	31,05 kr.
Hverdage kl. 23.00-06.00	41,70 kr.
Lørdage kl. 15.00-24.00	54,65 kr.
Søn- og helligdage (hele dagen)	60,85 kr.

Lønsatserne gælder fra 1. maj 2025.

Hvis du er ansat i en selvstændig butik, er du dækket af overenskomsten med Brugsforeningernes Arbejdsgiverforening (BA) eller Storbutikkernes Forhandlingsudvalg (SFU).

Se lønsatserne på www.jobpatruljen.dk/lonsatser/coop-danmark

BEMÆRK: Tillæggene for unge under 25 år kan være det samme som for unge under 18 år, hvis man er i gang med en uddannelse og arbejder maks. 15 timer om ugen (gælder i Coop). I BA og SFU kan tillæggene være som for unge under 18 år, hvis man arbejder højst 8 timer i gennemsnit over 12 uger.

I TVIVL? KONTAKT HK

HK har særlige overenskomster med fx 7-Eleven og NY FORM samt mange lokale overenskomster. Vil du vide præcis, hvilken overenskomst der gælder på din arbejdsplads, så kontakt HK på 7011 4545 eller hk@hk.dk.





SERVICESTATIONER

HK HAR 3 OVERENSKOMSTER, DER DÆKKER SERVICESTATIONER.

En overenskomst vil sige, at der er lavet en aftale mellem fagforeningen og arbejdsgiveren om løn, fridage, arbejdstider, opsigelsesvarsel m.v. HK kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. HK kan også svare på spørgsmål og give gode råd om dine rettigheder. Kontakt HK på 7011 4545 eller hk@hk.dk.

- 1. Drivkraft Danmark:** Hvis du arbejder på en servicestation, som er medlem af arbejdsgiverforeningen Drivkraft Danmark, følges en særlig overenskomst. Typisk er Circle K og Shell medlem af Drivkraft Danmark.
- 2. DI Overenskomst II:** Er du fx ansat på en Q8-servicestation, skal du have løn efter HK Handels overenskomst med DI Overenskomst II, hvor der er en særlig aftale for servicestationer, se side 49.
- 3. 7-Eleven:** Er du ansat på en servicestation, hvor 7-Eleven driver stationen, er du omfattet af en særlig 7-Eleven-overenskomst.

KENDER DU IKKE DIN OVERENSKOMST?

Hvis du er i tvivl om, hvilken overenskomst du er dækket af, så kontakt HK på 7011 4545 eller hk@hk.dk.

OVERENSKOMSTEN MED DRIVKRAFT DANMARK

UNGE UNDER 18 ÅR

Som udfører ufaglært arbejde	79,97 kr.
Som udfører faglært arbejde	90,26 kr.

BEMÆRK: Er du i tvivl, om du skal have løn for faglært eller ufaglært arbejde, kan din lokale HK-afdeling hjælpe dig. Kontakt HK på 7011 4545 eller hk@hk.dk.



UNGE OVER 18 ÅR – INDIL 6 MÅNEDERS ANSÆTTELSE

Som udfører ufaglært arbejde	147,39 kr.
Som udfører faglært arbejde	156,74 kr.
Unge mellem 18 og 25 år, der er studerende og arbejder under 15 timer om ugen	138,67 kr.

UNGE OVER 18 ÅR – EFTER 6 MÅNEDERS ANSÆTTELSE

Som udfører ufaglært arbejde	158,96 kr.
Som udfører faglært arbejde	168,31 kr.
Unge mellem 18 og 25 år, der er studerende og arbejder under 15 timer om ugen	138,67 kr.

Timelønningerne er inklusive servicestationstillæg, men eksklusive anciennitetstillægget på 0,40 kr., som unge får efter 1 års ansættelse efter det fyldte 18. år.



SERVICESTATIONER FORTSÆTTER PÅ NÆSTE SIDE >>



<< SERVICESTATIONER BEGYNDTE PÅ FORRIGE SIDE

TILLÆG FOR ARBEJDE PÅ SÆRLIGE TIDSPUNKTER

UNGE UNDER 18 ÅR

Hverdage kl. 18.00-23.00	8,81 kr.
Hverdage kl. 23.00-06.00	14,24 kr.
Lørdage kl. 14.00-24.00	15,26 kr.
Søn- og helligdage kl. 00.00-24.00	16,85 kr.

UNGE OVER 18 ÅR

Hverdage kl. 18.00-23.00	16,33 kr.
Hverdage kl. 23.00-06.00	27,22 kr.
Lørdage kl. 14.00-24.00	29,22 kr.
Søn- og helligdage kl. 00.00-24.00	31,93 kr.

UNGE MELLEM 18 OG 25 ÅR, DER ER STUDERENDE OG ARBEJDER UNDER 15 TIMER OM UGEN

Hverdage kl. 18.00-24.00	8,81 kr.
Hverdage kl. 24.00-06.00	27,22 kr.
Lørdage kl. 14.00-24.00	8,10 kr.
Søn- og helligdage kl. 00.00-06.00	32,44 kr.
Søn- og helligdage kl. 06.00-24.00	7,97 kr.

Lønsatserne gælder fra 1. maj 2025.





ANSAT PÅ METAL-/AUTO-/CYKELVÆRKSTED

Arbejder du på en industrivirksomhed eller et metal-, auto- eller cykelværksted? Så kan **Dansk Metal** give dig råd om løn, vilkår og rettigheder og hjælpe dig, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. Kontakt Dansk Metal på 3363 2000 eller metal@danskmetal.dk.

Den mest almindelige overenskomst på Dansk Metals område er Industriens Overenskomst. Herunder kan du se mindstelønsatserne for timelønsarbejde i Industriens Overenskomst.

UNGE UNDER 18 ÅR

Som udfører ufaglært arbejde	80,55 kr.
------------------------------	------------------

UNGE OVER 18 ÅR

Som udfører ufaglært arbejde	139,90 kr.
------------------------------	-------------------

Lønsatserne gælder fra 1. maj 2025 til 1. marts 2026.

Kontakt Dansk Metal på 3363 2000 eller metal@danskmetal.dk og hør, hvilken overenskomst din arbejdsplads har, og hvilken løn du har ret til.

BYGGERI & VÆRKSTED



BYGGERI

Hvis du arbejder inden for byggeri, er det **3F**, du skal være medlem af. 3F kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. Du kan også få svar på spørgsmål og gode råd om dine rettigheder. Kontakt 3F på 70 300 300 eller 3f@3f.dk.

DI BYGGERI

UNGE UNDER 18 ÅR	
15 år	58,55 kr.
16 år	73,20 kr.
17 år	102,50 kr.
UNGE OVER 18 ÅR	
Unge over 18 år	146,40 kr.
Uden brancheerfaring – de første 3 måneder	140,90 kr.

Lønsatserne gælder fra 1. maj 2025.





HOTEL & RESTAURATION

HOTEL OG RESTAURATION

– HERUNDER: CAFÉ/CAFETERIA/OPVASKER/TJENER

Arbejder du i en grillbar eller i et cafeteria? Vasker du op, hjælper i køkkenet eller gør rent? Eller er du piccolo, medhjælper eller stuepige på en restaurant eller et hotel? Så kan du blive medlem hos **3F**. 3F kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. Du kan også få svar på spørgsmål og gode råd om dine rettigheder.

3F har en overenskomst for hotel- og restaurationsbranchen – som også gælder for alle McDonald's og Burger Kings restauranter. En overenskomst vil sige, at der er lavet en aftale mellem fagforeningen og arbejdsgiveren om løn, fridage, arbejdstider, opsigelsesvarsel m.v.

MINDSTELØNSATSER

Skoлеpligtige 13-15-årige	75,02 kr.
Ikke-skoлеpligtige (servering og køkken)	92,02 kr.
Under 18 år (opvask/fastfood)	86,91 kr.
Over 18 år (opvask/fastfood)	144,99 kr.

TILLÆG FOR ARBEJDE PÅ SÆRLIGE TIDSPUNKTER

UNGE UNDER 18 ÅR

Hverdage kl. 18.00-24.00	15,44 kr.
Lørdage kl. 14.00-24.00	15,44 kr.
Søndage kl. 06.00-24.00	24,42 kr.

UNGE OVER 18 ÅR

Hverdage kl. 18.00-24.00	22,25 kr.
Lørdage kl. 14.00-24.00	22,25 kr.
Søndage kl. 06.00-24.00	30,40 kr.
Nattillæg	30,40 kr.



<< HOTEL & RESTAURATION BEGYNDE PÅ FORRIGE SIDE

OVERARBEJDE

De første 2 timer	+50 %
... derefter	+100 %
Overarbejde efter kl. 24.00 og på fridage er altid	+100 %

Lønsatserne gælder fra 1. maj 2025.

ER DU UNDER 18 ÅR?

Se reglerne for arbejde i lokaler med alkohol, når du er under 18 år, på side 31.

KONTAKT 3F

Når du får arbejde som tjener eller med tilberedning af mad, så kontakt 3F på 70 300 300 eller 3f@3f.dk. Der er nemlig forskellige lønmuligheder alt efter, om du arbejder i café, kantine eller på hotel.

**FASTFOOD, CAFETERIA,
BISTRO M.M. I SUPERMARKEDER**

- HERUNDER STARBUCKS' KAFFEBARER OG CARL'S JR.

UNGE UNDER 18 ÅR

Unge under 18 år	77,55 kr.
------------------	------------------

UNGE OVER 18 ÅR

Unge over 18 år	139,64 kr.
-----------------	-------------------

TILLÆG FOR ARBEJDE PÅ SÆRLIGE TIDSPUNKTER**UNGE UNDER 18 ÅR**

Hverdage kl. 17.45-06.00	17,21 kr.
Lørdage kl. 14.15-24.00	32,47 kr.
Søndage kl. 00.00-24.00	34,09 kr.

UNGE OVER 18 ÅR

Hverdage kl. 17.45-06.00	34,42 kr.
Lørdage kl. 14.15-24.00	64,94 kr.
Søndage kl. 00.00-24.00	68,17 kr.

OVERARBEJDE

De første 3 timer	+50 %
... derefter	+100 %



JOE & THE JUICE

Arbejder du for Joe & The Juice, er det **3F**, du skal være medlem af. 3F kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. 3F kan også svare på spørgsmål og give dig gode råd om dine rettigheder. Kontakt 3F på 70 300 300 eller 3f@3f.dk.

Der er ingen ungarbejderløn hos Joe & The Juice. Alle ansatte er over 18 år.

UNGE UNDER 18 ÅR	
Minimalløn	91,40 kr.
UNGE OVER 18 ÅR	
Minimalløn	144,99 kr.
TILLÆG	
Nattillæg kl. 00.00-06.00	51,66 kr.
Tillæg for lukkevagtens sidste time	19,41 kr.
Fast månedstillæg *	78,38 kr. pr. måned

*Det faste tillæg pr. måned er erstatning for diverse tillæg.

TILLÆG FOR ARBEJDE PÅ SÆRLIGE TIDSPUNKTER

Der betales ikke tillæg for arbejde på særlige tidspunkter, undtagen nattillæg. I stedet er der betalt pause på ½ time pr. dag og betalt mad og drikkevarer + et fast månedstillæg. For arbejde om natten mellem kl. 00.00 og 06.00 betales et tillæg pr. time på 46,14 kr.



DISKOTEKER OG SPILLESTEDER

Arbejder du på et diskotek eller lignende, er det **3F**, du skal være medlem af. 3F kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. 3F kan også svare på spørgsmål og give dig gode råd om dine rettigheder. Kontakt 3F på 70 300 300 eller 3f@3f.dk.

BEMÆRK: Du må ikke arbejde i områder, hvor der udskænkes alkohol, hvis du er under 18 år, når serveringsstedets hovedformål ikke er servering af mad. Se reglerne for at arbejde i lokaler med alkohol, når du er under 18 år, på side 31.

UNGE UNDER 18 ÅR	
Minimalløn	93,15 kr.
UNGE OVER 18 ÅR	
Bartendere (over 18 år)	165,50 kr.
Øvrige medarbejdere, herunder runners (over 18 år)	163,50 kr.

KANTINE: OFFENTLIG

Hvis du arbejder som kantinemedhjælper på en offentlig institution, er det **FOA**, du skal være medlem af. FOA kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. Du kan også få svar på spørgsmål og gode råd om dine rettigheder. Kontakt FOA på 4697 2626 eller foa@foa.dk.

UNGE UNDER 18 ÅR	
16 år	98,95 kr.
17 år	110,21 kr.
UNGE OVER 18 ÅR	
Over 18 år (Løngruppe 0)	154,68 kr.

Den nøjagtige sats afhænger af, hvor i landet du arbejder. Ovenstående satser er de laveste satser.



LAGER & TRANSPORT

LØNSATSER

LAGER & TRANSPORT



AVISBUD I PROVINSEN

Arbejder du med omdeling af aviser og blade, kan du blive medlem i **3F**. 3F kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. 3F kan også svare på spørgsmål og give dig gode råd om dine rettigheder. Kontakt 3F på 70 300 300 eller 3f@3f.dk.

Arbejder du med omdeling af aviser (Politiken, B.T. osv.) og er fyldt 15 år, er du dækket af en overenskomst med disse mindstelønninger pr. time:

UNGE UNDER 18 ÅR	
15 år	64,25 kr.
16 år	83,53 kr.
17 år	96,38 kr.
UNGE OVER 18 ÅR	
18 år	128,50 kr.
Nattillæg *	26,80 kr.

Bemærk: Nattillægget betales for arbejde, der påbegyndes mellem kl. 23-06, og tillægget betales til afslutningen af natomdelingen.

Der er særlig opsparring på 9 %. Der er eventuelt forskellige lokale tillæg og anciennitetsstigninger herudover. Lønnen er mindsteløn. Din tillidsrepræsentant har forhandlet den lokale lønftale. Derudover kan der være forskellige tillæg, fx omdelingstillæg, alt afhængig af det konkrete jobindhold. PostNord ansætter som udgangspunkt kun medarbejdere over 18 år. Kontakt tillidsrepræsentanten på din arbejdsplads eller 3F på 70 300 300 eller 3f@3f.dk

ARBEJDER DU FOR FK DISTRIBUTION?

Hvis du arbejder med reklameomdeling for FK Distribution, har du ingen overenskomst. Her bør dine forældre lave en aftale med firmaet for dig.



LAGER

Arbejder du på et butikslager, er det **HK**, du skal være medlem af. HK kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. HK kan også svare på spørgsmål og give dig gode råd om dine rettigheder.

De fleste virksomheder, der har et mindre lager (i forbindelse med kontor eller butik), er omfattet af HK's overenskomst med enten Dansk Erhverv Arbejdsgiver eller DI Overenskomst II.

En overenskomst vil sige, at der er lavet en aftale mellem fagforeningen og arbejdsgiverorganisationen om løn, fridage, arbejdstider, opsigelsesvarsel m.v.

Der er forskel på lønnen for unge under 18 år alt efter, om din arbejdsplads er omfattet af Dansk Erhverv Arbejdsgiver eller DI Overenskomst II:

UNGE UNDER 18 ÅR – DANSK ERHVERV ARBEJDSGIVER

Uanset arbejdsfunktion	78,95 kr.
------------------------	------------------

UNGE UNDER 18 ÅR – DI OVERENSKOMST II

Uanset arbejdsfunktion	80,91 kr.
------------------------	------------------

ER DU FYLDT 18 ÅR?

Når du er over 18 år, er der ikke en minimumsløn i overenskomsterne. Du skal selv aftale din løn med din arbejdsgiver. Kontakt altid HK på 7011 4545 eller hk@hk.dk, før du bliver ansat, for at høre, hvad du bør have i løn.

ARBEJDER DU OM AFTENEN ELLER I WEEKENDERNE?

På lagerområdet er der ikke aftalt satser for arbejde på særlige tidspunkter. Du skal selv aftale tillæg med din arbejdsgiver. Er du i tvivl, om du får ekstra for at arbejde om aftenen eller i weekenderne? Så kontakt HK på 7011 4545 eller hk@hk.dk.



LAGER OG TRANSPORT

Hvis du arbejder inden for transport og lager, er det **3F**, du skal være medlem af. 3F kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. Du kan også få svar på spørgsmål og gode råd om dine rettigheder.

UNGE UNDER 18 ÅR

13-16 år	92,22 kr. + 4,89 kr. efter 6 mdr. ansættelse
----------	---

17 år	122,96 kr. + 6,52 kr. efter 6 mdr. ansættelse
-------	--

UNGE OVER 18 ÅR

Unge over 18 år	153,70 kr. + 8,15 kr. efter 6 mdr. ansættelse
-----------------	--

Lønsatserne gælder fra 1. maj 2025.

Beløbene er minimumslønninger – du må gerne få mere. Derudover kan du have ret til andre løntillæg. Hvis du fx er ansat som timelønnet, har du ret til 12,50 % tillæg af din ferieberettigede løn til ferieopsparing og 9 % i særlig opsparing.

DER ER FLERE OVERENSKOMSTER PÅ OMRÅDET:

- Fællesoverenskomsten mellem DI Overenskomst II og 3F Transportgruppen
- Lageroverenskomsten mellem Dansk Erhverv Arbejdsgiver og 3F Transportgruppen

En overenskomst vil sige, at der er lavet en aftale mellem 3F Transportgruppen og arbejdsgiverorganisationerne om løn, fridage, arbejdstider, opsigelsesvarsel m.v.

KONTAKT 3F

Kontakt 3F på 70 300 300 eller 3f@3f.dk, hvis du vil vide mere om, hvilken løn og hvilke tillæg du har ret til.



OMSORG & PLEJE

LØNSATSER

OMSORG & PLEJE



HANDICAPHJÆLPER

Er du handicaphjælper og arbejder med borgerstyret personlig assistance for virksomheder, der har overenskomst med enten Dansk Erhverv eller Dansk Industri? Så er det **FOA**, du skal være medlem af. FOA kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. Du kan også få svar på spørgsmål og gode råd om dine rettigheder.

En overenskomst vil sige, at der er lavet en aftale mellem en fagforening og en arbejdsgiver om løn, fridage, arbejdstider, opsigelsesvarsel m.v.

MINDSTELØNSSATS

Grundløn (Løngruppe 0)

150,67 kr.

Den nøjagtige sats afhænger af, hvor i landet du arbejder. Ovenstående sats er den laveste sats.

Er du i tvivl om, hvilken overenskomst der gælder for dig, og hvad du kan forvente i løn? Så kontakt FOA på 46 97 26 26 eller foa@foa.dk.

ÆLDREPLEJEN

Hvis du er ansat i et spirejob inden for den kommunale ældrepleje, er det **FOA**, du skal være medlem af. FOA kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. Du kan også få svar på spørgsmål og gode råd om dine rettigheder. Kontakt FOA på 46 97 26 26 eller foa@foa.dk.

MINDSTELØNSSATS

Spirejob, 14- og 15-årige

69,39 kr.

Spirejob, 16- og 17-årige

83,90 kr.

Den nøjagtige sats afhænger af, hvor i landet du arbejder. Ovenstående sats er den laveste sats.



PÆDAGOGMEDHJÆLPER

Arbejder du som medhjælper i en daginstitution, er det **FOA**, du skal være medlem af. Arbejder du som medhjælper i en døgninstitution, er det **FOA**, **3F** eller **Socialpædagogerne**, du skal være medlem af.

MINDSTELØNSSATS

Daginstitutioner (Løngruppe 0)	153,39 kr.
Døgninstitution, kommune (Løngruppe 0)	158,85 kr.
Døgninstitution, region (Løngruppe 0)	155,15 kr.

Den nøjagtige sats afhænger af, hvor i landet du arbejder. Ovenstående satser er de laveste satser.

På døgninstitutioner får du udover den faste timeløn tillæg, hvis du arbejder i weekender eller i aften- eller nattevagter. Derfor er det altid en god idé at kontakte FOA på 4697 2626 eller foa@foa.dk, 3F på 70 300 300 eller 3f@3f.dk – eller Socialpædagogerne på 7248 6000 eller sl@sl.dk for at høre, hvad din løn bør være. Fagforeningen kan også hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. Du kan også få svar på spørgsmål og gode råd om dine rettigheder.

UNG I HUSET/BØRNEPASSER

Hvis du arbejder som ung i huset eller børnepasser, er lønnen forskellig alt efter, hvor i landet du arbejder. Kontakt **FOA** på 4697 2626 eller foa@foa.dk, og få hjælp til at skrive kontrakt og forhandle løn.

Som udgangspunkt skal du dog lønnes efter samme sats som en pædagogmedhjælper i en daginstitution (se tabellen ovenfor).





RENGØRING & SERVICE

LØNSATSER

RENGØRING & SERVICE



FITNESS

Arbejder du i et fitnesscenter som fitness-instruktør, ungarbejder, servicemedarbejder eller andet, er det **HK**, du skal være medlem af. HK kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. HK kan også svare på spørgsmål og give dig gode råd om dine rettigheder.

HK Privat har fx overenskomst med PureGym og SATS. Vil du vide præcis, hvilken overenskomst der gælder for dig, så kontakt HK på 7011 4545 eller hk@hk.dk.

UNGE UNDER 18 ÅR

Som udfører ufaglært arbejde	74,85 kr.
Som udfører faglært arbejde	85,15 kr.

Hvis du er i tvivl, om du skal lønnes for faglært eller ufaglært arbejde, kan din lokale HK-afdeling hjælpe dig. Kontakt HK på 7011 4545 eller hk@hk.dk.

UNGE OVER 18 ÅR

Som udfører ufaglært arbejde	138,65 kr.
Som udfører faglært arbejde	147,90 kr.

Lønssatserne gælder fra 1. maj 2025 til 1. marts 2026.



RENGØRINGS- ELLER SERVICEASSISTENT

Arbejder du med rengøring, er det **3F**, du skal være medlem af. 3F kan hjælpe, hvis du får problemer med arbejdet eller din chef. 3F kan også svare på spørgsmål og give dig gode råd om dine rettigheder. Kontakt 3F på 70 300 300 eller 3f@3f.dk.

PRIVAT RENGØRING

UNGE UNDER 18 ÅR

Unge under 18 år	130,65 kr.
------------------	-------------------

UNGE OVER 18 ÅR

Startløn	162,75 kr.
----------	-------------------

Præstationsløn	169,86 kr.
----------------	-------------------

TILLÆG

0-12 måneders brancheanciennitet	Startløn
----------------------------------	----------

12-18 måneders brancheanciennitet	Præstationsløn 5,54 kr.
-----------------------------------	--------------------------------

18-36 måneders brancheanciennitet	Præstationsløn 8,30 kr.
-----------------------------------	--------------------------------

Efter 36 måneders brancheanciennitet	Præstationsløn 10,30 kr.
--------------------------------------	---------------------------------

*Hvis du er faglært serviceassistent eller rengøringstekniker, kan du ikke få startløn.

Lønsatserne gælder fra 1. maj 2025.



For medarbejdere under 18 år gælder samme betaling som for medarbejdere over 18 år.

Undtagelsen er, hvis medarbejderen ikke er beskæftiget med præstationslønsopgaver. Dette vil sige, at arbejdet ikke egner sig for opmåling efter regler om præstationsløn. Så er lønnen 122,38 kr. Kontakt 3F, hvis dette bliver din løn.

HAR DU SPØRGSMÅL?

Få mere at vide om løn- og ansættelsesforhold i din lokale 3F-afdeling. Kontakt 3F på 70 300 300 eller 3f@3f.dk





FAGFORENINGER – HUSK AT MELDE DIG IND

HVORFOR SKAL DU VÆRE MEDLEM AF EN FAGFORENING?

Som medlem af en fagforening kan du få faglig og juridisk hjælp, hvis der skulle ske udfordringer i dit job.

Fagforeninger kender til lige præcis dit fag og arbejdsområde. Derfor er det også vigtigt, at du er medlem af en fagforening, der ved noget om det område, som du arbejder inden for.

HVAD KAN FAGFORENINGEN HJÆLPE DIG MED?

Din fagforening svarer på spørgsmål om løn, kontrakt, feriepenge, arbejdstider og andre rettigheder. Du kan altid ringe. Du får hjælp og juridisk rådgivning, hvis du får problemer på jobbet eller med din chef. Din fagforening kan også give dig gode råd om dine jobmuligheder. Du får adgang til spændende kurser, netværk og workshops – og ofte også gode priser på fx forsikringer og biografbilletter.

HVAD KOSTER DET AT VÆRE MEDLEM SOM UNG?

Priserne for at være medlem varierer afhængigt af, hvilken fagforening det er. Som ung er det ofte billigere at være medlem af en fagforening, end hvis man er voksen – og du kan få den samme hjælp.

HVILKEN FAGFORENING SKAL DU VÆLGE?

Det er altid en god idé at være medlem af den fagforening, der hjælper ansatte i den branche, du arbejder inden for. På de næste sider kan du læse om nogle af de fagforeninger, som du kan være medlem af. Er du i tvivl om, hvilken fagforening du skal vælge? Så kontakt Jobpatruljen på 80 24 10 10 eller jobpatruljen@jobpatruljen.dk.

FAGFORENINGER



3F – FAGLIGT FÆLLES FORBUND

3F er din fagforening, hvis du er:

- Ansat i en biograf
- Avisbud eller postbud
- Opvasker, tjener, eller hvis du har et helt tredje job på café, restauration eller hotel
- Arbejdsdreng- eller pige på et lager eller en fabrik
- Ansat i et landbrug eller et gartneri
- Ansat på et vaskeri eller er rengørings- eller serviceassistent
- Ansat indenfor bygge- og anlægsområdet.

Vi sikrer, at du får den rigtige løn og arbejder under ordentlige forhold som ung på arbejdsmarkedet. 3F hjælper dig, hvis du bliver fyret, hvis du ikke får din løn, eller hvis du oplever andet på din arbejdsplads, som du er utryg ved.

Som medlem kan du altid kontakte din lokale 3F-afdeling. Afdelingen kan hjælpe dig med udfordringer i forhold til dine løn- og arbejdsvilkår. Den kan blandt andet tjekke din lønseddel for at se, om du får den løn, der er aftalt i overenskomsten med din arbejdsgiver.

HVAD KOSTER DET?

Du kan blive medlem af 3F som fritidsjobber under 18 år for ca. 36 kr. om måneden. Prisen varierer lidt alt efter, hvilken lokalafdeling du er medlem af.

3F UNGDOM

Er du under 31 år, kan du deltage i mange forskellige aktiviteter med andre unge medlemmer af 3F. Vi laver kampagner for at få indflydelse på vores uddannelses- og arbejdsforhold.

VIL DU VIDE MERE?

Meld dig ind: www.3f.dk/optagelse
 Aktiviteter og information: www.3fu.dk
 Kontakt: 70 300 300



DANSK METAL

Dansk Metal dækker industrien, autobranschen, sølv- og guldsmedeb Branchen, bygge- og anlægsbranchen og it, tele og medier. Medlemmerne arbejder fx med biler, industrimaskiner, skibe, rør, smykker, it-systemer, computere, fly, tv, våben, hospitalsudstyr, film, motorcykler og meget andet.

Dansk Metal forhandler overenskomster, der sikrer ordentlige løn- og arbejdsforhold til medlemmerne. Er der overenskomst på din virksomhed, gælder den også for dig. Vi har i Dansk Metal et stærkt fagligt netværk for lærlinge, der hedder Metal Ungdom. I Metal Ungdom er der masser af sociale og faglige aktiviteter. Bl.a. kan du komme på weekendkurser i ting som 3D-print og økonomi eller deltage i andre sociale events som netværksweekenden, hvor du udover at lære noget nyt skaber netværk og venner for livet.

Dansk Metal er også med til at forme erhvervsuddannelserne på området, så du får den bedst mulige uddannelse. Som faglært tjener du godt, og virksomhederne mangler allerede faglærte. Så bliv lærling, tag en erhvervsuddannelse, og få:

- God løn under uddannelse
- Høj jobsikkerhed
- God løn som udlært
- Gode muligheder for at videreudanne dig.

Du kan læse mere om mulighederne ved en erhvervsuddannelse her: www.danskmatal.dk/erhvervsuddannelser.

VIL DU VIDE MERE:

www.danskmatal.dk
 Kontakt: 3363 2000





FOA

Arbejder du i hjemmeplejen, i en kantine, på et hospital eller på en børne- og ungeinstitution? Så er et medlemskab i FOA det rette for dig. Som medlem i FOA får du adgang til en bred vifte af services, blandt andet hjælp til jobsøgning, spændende arrangementer og kurser, samt billig forsikring. I tilfælde, hvor du har problemer med ferie, løn, firing eller lignende, er FOA selvfølgelig altid klar til at hjælpe dig.

HVAD KOSTER DET?

Hvis du er under 18 år, er det gratis at være medlem af FOA. Er du elev, over 18 år og tjener mindre end 19.351 kr. om måneden, koster det 70 kr. om måneden at være medlem. Tjener du mere, skal du kontakte din lokale FOA-afdeling og høre, hvad det koster.

VIL DU VIDE MERE?

www.foa.dk

Kontakt: 4697 2626



FØDEVAREFORBUNDET NNF

Fødevareforbundet NNF er for alle, der arbejder i bageri, konditori, slagteri, mejeri, slagterbutik eller på en af de mange fabrikker, hvor man laver brød, chokolade, kager, slik, pålæg eller tobaksvarer.

Som ung er det fedt at have et fritidsjob og lækkert med lidt ekstra lommepenge. Desværre er løn- og arbejdsvilkår for ungarbejdere ikke altid, som de skal være.

Får du ikke weekendtillæg, selvom du burde, mangler feriepengene, eller er du generelt bare i tvivl om, hvad du skal have i løn? Så står vi klar til at hjælpe dig. Du kan også kontakte os, hvis du oplever, at dine arbejdsforhold ikke er helt sikre, eller du har været så uheldig at komme ud for en ulykke på dit arbejde.

HVAD KOSTER DET?

Hvis du er under 18 år, koster det kun 50 kr. om måneden at være medlem af Fødevareforbundet NNF – og det betaler sig.

VIL DU VIDE MERE?

www.nnf.dk

Kontakt: 3818 7272





HK DANMARK

Arbejder du i et supermarked, i en kiosk, i en butik, på et kontor eller på en tankstation? Så er det HK, som bedst kan hjælpe dig.

Du kan også blive medlem af HK, hvis dit fritidsjob ligger inden for HK's brancher og overenskomster. Det kan fx være fritidsjob inden for administration, grafisk arbejde, HR, IT, kommunikation og markedsføring, kundeservice, laboratorie- og miljøarbejde, ledelse, logistik og spedition, rådgivning, vejledning og sagsbehandling, økonomi, sundhed eller salg og indkøb.

HVILKE FORDELE ER DER VED ET MEDLEMSKAB?

HK kender din overenskomst og lovgivningen. Du kan få hjælp og rådgivning om dine rettigheder og pligter i dit fritidsjob, fx om løn, ansættelseskontrakt, ferie, arbejdstid, sygdom og arbejdsmiljø.

Som medlem af HK får du også adgang til studie- og jobrelevante kurser, arrangementer og billige forsikringer.

HVAD KOSTER DET?

Du kan blive medlem for 30 kr. om måneden hvis du har et fritidsjob eller er under uddannelse.

Læs mere og meld dig ind på www.hk.dk/blivmedlem

VIL DU VIDE MERE?

www.hk.dk/ungdom
Kontakt: 7011 4545



KONTAKT JOBPATRULJEN

OG FÅ SVAR PÅ DINE SPØRGSMÅL
OM REGLER OG RETTIGHEDER I FRITIDSJOBET



Scan QR-koden, og prøv
Jobpatruljens chatbot



www.jobpatruljen.dk



JOBPATRULJENS HOTLINE

RING 80 24 10 10

JOBPATRULJENS BREVKASSE

jobpatruljen@jobpatruljen.dk