

Kære medlem

Venter du barn? Så er du måske allerede i gang med at planlægge din barsel. På laeger.dk er der en ny beregner, der hjælper dig med at få overblik over orloven – trin for trin. Du kan også læse om den lønstigning, der er på vej.

I dette Medlems-Nyt:

- Planlæg din barsel med ny beregner
- Din løn stiger
- Husk at bruge restferie og omsorgsdage
- Få gode råd til at vælge speciale
- Gratis medlemskab af PLO
- Se Yngre Lægers nye repræsentantskab
- Velkomstmøde for nye og kommende speciallæger

Skal du på barsel? Planlæg orlov med ny barselsberegner



Når en baby er på vej, kan der opstå mange spørgsmål om fordelingen af orlovsuger og økonomi. Få overblikket med ny barselsberegner.

Barselsreglerne for læger kan være svære at finde rundt i. Derfor har Yngre Læger sikret, at der nu er udviklet en barselsberegner, der hjælper med at få styr på både økonomi, orlov og vigtige datoer.

Yngre Lægers overenskomst giver – under visse betingelser – mulighed for at få løn under barsel, selvom din stilling er udløbet. I nogle tilfælde kan du også få løn under barsel mellem din kandidateksamen og KBU-start.

Indtast dine oplysninger i barselsberegneren og lav en plan for dig selv og din partner.

[Prøv barselsberegneren](#)

[Læs mere om barsel - bl.a. om regler for fratrådte læger](#)

Du får et ekstra lønløft med november-lønnen



Læger ansat i regionerne kan se frem til en lønstigning på 0,7 procent. Det er den sidste af de lønstigninger, der er aftalt ved OK24.

Læger og andre offentligt ansatte får et ekstra lønløft pr. 1. november 2025.

Det sker som følge af de såkaldte ultimoforhandlinger, som blev skrevet ind i overenskomsten i 2024 for at sikre, at de offentlige lønninger følger udviklingen på det private arbejdsmarked.

Baggrunden

Parterne mødtes i september 2025 for at sammenligne lønudviklingen i den offentlige og private sektor. Gennemgangen viste, at lønningerne i det private var steget mere end forventet. Det udløser derfor et ekstra lønløft til de offentligt ansatte for at bevare balancen mellem sektorerne.

Hvad betyder det for læger?

Fra 1. november 2025 stiger lønnen med yderligere 0,51 procent oven i den planlagte regulering. Samlet set betyder det en lønstigning på 0,7 procent for læger ansat i regionerne. Reguleringen gælder alle løndelev – både grundløn og diverse tillæg. Resultatet kan ses på den lønudbetaling, der kommer i slutningen af november.

Beregn din lønstigning

Hvis du vil se, hvad det konkret betyder for din løn, kan du bruge Yngre Lægers lønberegner.

[Brug lønberegner](#)

Husk at bruge restferie og omsorgsdage

Har du ikke nået at bruge alle dine feriedage, så er det godt at få dem planlagt nu. Hvis du gerne vil have dem overført til næste år, skal det aftales med din leder.

Hvis du har omsorgsdage tilbage, skal du nå bruge dem i 2025. Omsorgsdage, som ikke er afholdt inden kalenderårets udløb, bortfalder nemlig.

Er juleaftensdag en helligdag?

Mange tror, at 24. december er en helligdag, men juleaftensdag og nytårsaftensdag er almindelige arbejdsdage, når de falder på en hverdag, og det gør de i år, hvor de ligger på en onsdag.

1. og 2. juledag er helligdage, hvilket også gælder 1. januar.

[Læs mere om ferieregler](#)

[Læs mere om, hvilke dage er helligdage](#)



Få gode råd til at vælge speciale

Står du over for dit karrierevalg, så er der inspiration og gode råd at hente i Karrierebogen om de 39 lægefaglige specialer. Bogen, der er udgivet af FADL, forbereder dig på, hvad du kan forvente af de forskellige specialer, og hvad du bør være opmærksom på i dit karrierevalg. Du kan også læse om tre alternative karriereveje: Forsvaret, industrien og NGO.

[Se FADL Karrierehåndbog](#)

[Se ny fordeling af HU-forløb](#)

Få gratis medlemskab af PLO

Som uddannelseslæge i almen medicin kan du blive ekstraordinært medlem af PLO. Det er gratis – forudsat du er medlem af Yngre Læger/Lægeforeningen.

Som ekstraordinært medlem af PLO får du blandt andet adgang til regionale medlemsmøder og rabat på Lægedage.

[Læs mere om ekstraordinært medlemskab af PLO](#)

Se det nye repræsentantskab

Valget til Yngre Lægers repræsentantskab er afgjort. I alt er 82 repræsentanter og 30 suppleanter valgt, og det nye repræsentantskab trådte i kraft 1. oktober 2025.

[Se, hvem der er valgt i din region](#)

Kurser og arrangementer

Webinar: Velkomstmøde for nye og kommende speciallæger

Bliv klædt på til din nye rolle som speciallæge og hør oplæg om løn og ansættelsesforhold særligt for speciallæger ansat i regionerne.

Dato: 3. november kl. 18.30-20.00

Info oa

Alle Yngre Lægers kurser er gratis for medlemmer.

[Se alle kurser her](#)