

Skattefolderen

2018/2019



Oppdaterte satser finnes på skatt.no

1 - SKATTESATSER 2018/2019

AKSJJESELSKAPER m.v.	2018	2019
Inntektsskatt, stat	23 %	22 %
Formuesskatt	0,0 %	0,0 %

PERSONER	2018	2019
Formuesskatt (av nettoformue)	0,85 %	0,85 %
• Kommune og stat		
Innslagspunkt - enslige	kr. 1,48 mill	1,5 mill
Innslagspunkt - ektefeller	kr. 2,96 mill	3,0 mill
2018 (herav 0,7 % kommune, 0,15 % stat)		
2019 (herav 0,7 % kommune, 0,15 % stat)		
Alminnelig inntekt		
• Fellesskatt til staten	8,55 %	7,85 %
Fellesskatt til staten, skattepliktig i Nord-Troms og Finnmark	5,05 %	5,05 %
• Kommune og fylkesskatt	14,45 %	14,15 %
• Sum nettoskatt	23 %	22 %
Sum nettoskatt, skattepliktig i Nord-Troms og Finnmark	19,5 %	18,5 %
Personfradrag	kr. 54.750	kr. 56.550
Aksjonær- og deltakermodell		
Skjermingsrente - utbytte/utdeling	%	%
Skjermingsrente - ekstraskatt renter	jan-april 0,5 %	%
	mai-des 0,8 %	%
Foretaksmodell		
Skjermingsrente	%	%
Eierskatt (2018: 1,33 x 23 %, 2019: 1,44 x 22 %)	30,59 %	31,68 %

	2018	2019
Trygdeavgift		
Lønnsinntekt	8,2 %	8,2 %
Næringsinntekt fiske, barnepass	8,2 %	8,2 %
Næringsinntekt	11,4 %	11,4 %
Pensjoner	5,1 %	5,1 %
Personinntekt til personer under 17 år og over 69 år	5,1 %	5,1 %
Nedre grense:	kr. 54.650	kr. 54.650
Trinnskatt		
• Trinn 1 Innslagspunkt	kr. 169.000	kr. 174.500
Sats	1,4 %	1,9 %
• Trinn 2 Innslagspunkt	kr. 237.900	kr. 245.650
Sats	3,3 %	4,2 %
• Trinn 3 Innslagspunkt	kr. 598.050	kr. 617.500
Sats	12,4 %	13,2 %
Nord-Troms eller Finnmark	10,4 %	11,2 %
• Trinn 4 Innslagspunkt	kr. 962.050	kr. 993.300
Sats	15,4 %	16,2 %
Frikortgrensen	kr. 55.000	kr. 55.000
Marginal skattesats		
Lønn og næringsinntekt i fiske, barnepass.	46,6 %	46,4 %
Nord-Troms/Finnmark	43,1 %	42,9 %
Annen næringsinntekt	49,8 %	49,6 %
Nord-Troms/Finnmark	46,3 %	46,1 %
Pensjonsinntekt	43,5 %	43,3 %

2 - FRADRAG I SKATTEN

	2018	2019
Skattefradrag for alders-JAFP-pensjonister		
Maksimalt	kr. 29.950	kr. 30.000
Men reduseres med en sats på 15,3 % over	kr. 193.250	kr. 198.200
og en sats på 6 % av pensjonsinntekter over	kr. 290.700	kr. 297.900
Boligsparing for ungdom (under 34 år)		
Sats	20 %	20 %
Maksimalt sparebeløp pr. person pr. år	kr. 25.000	kr. 25.000
Maksimalt sparebeløp pr. person totalt	kr. 300.000	kr. 300.000

3 - FRADRAG I SKATTEMELDINGEN

	2018	2019
Minstefradrag, Sats		
- brutto lønn	45 %	45 %
- brutto pensjon o.l.	31 %	31 %
Øvre grense		
- brutto lønn	kr. 97.610	kr. 100.800
- brutto pensjon o.l.	kr. 83.000	kr. 85.050
Nedre grense for lønnsinntekt	kr. 31.800	kr. 31.800
Nedre grense for pensjon o.l.	kr. 4.000	kr. 4.000
Foreldrefradrag		
Dokumenterte utgifter maks:		
- 1 barn under 12 år	kr. 25.000	kr. 25.000
- Tillegg pr. barn utover det første	kr. 15.000	kr. 15.000
Fradrag kan også gis om barnet er eldre enn 11 år, dersom barnet p.g.a. handicap e.l. har særlig behov for omsorg og pleie.		
Særfradrag		
Særfradrag for uførhet m.v.	Utgått	Utgått
Særfradrag for store sykdomsutgifter - kr. 9 180 og mer*	67 % av faktiske utgifter	67 % av faktiske utgifter
Særfradrag for enslige forsørgere	kr. 51.804	kr. 51.804
* Foreldre som har merkostnader til tilsyn med funksjonshemmede barn vil kunne få særfradrag fra første dokumenterte krone.		
Individuell pensjonssparing, maksimalt årlig fradrag	kr. 40.000	kr. 40.000
Fagforeningskontingent - fradrag gis med inntil	kr. 3.850	kr. 3.850
Gave til frivillig organisasjon - fradrag gis med inntil	kr. 40.000	kr. 40.000

Reiseutgifter mellom hjem og arbeidssted/pendlers besøksreiser, 2018 og 2019
 Fradrag når de samlede reiseutgifter overstiger kr. 22.350 (2019: kr. 22.700). Fradrag gis med kr. 1,56 pr. km mellom hjem og arbeidssted (korteste strekning av vei og rute-gående transportmiddel). For samlet reiselengde i året over 50.000 km gis det fradrag med kr. 0,76 pr. km. I tillegg gis det fradrag for ferje og bom når disse utgiftene overstiger kr. 3.300 pr. år og bruk av bil fører til to timer kortere reisetid pr. dag sammenlignet med rute-gående transportmiddel.

Visste du at

du som medlem får medlemsbladet

Skattebetaleren levert hjem til deg.



4 - FORDELSBESKATNING

FIRMABIL

Skattepliktig fordel beregnes til:

30 % av listepris opp til kr. (2018: 303.900)

+ 20 % av listepris over kr. (2018: 303.900)

Biler som er eldre enn 3 år (pr 01.01. i inntektsåret) verdsettes til 75 % av listepris som ny. Biler registrert i 2015 verdsettes til 75 % i inntektsåret 2019.

For firmabiler hvor det kan dokumenteres med elektronisk kjørebok at yrkeskjøringen i løpet av året overstiger 40.000 km, brukes 75 % av listepris som ny ved fordelsberegningen allerede første år. Når bilen er eldre enn 3 år pr 01.01 i inntektsåret, anvendes 56,25 % av opprinnelig listepris som ny (første 3 år 75 %, deretter 75 % av det igjen). For el-biler brukes 60 % av listepris som ny (2018: 60 % av listepris som ny). For el-biler eldre enn 3 år: 45 % (2018: 45 %).

Dersom firmabilen kun har vært til disposisjon en del av året, foretas en forholdsmessig fordeling av firmabiltillegget for et helt år ut fra antall hele og påbegynte måneder bilen har vært til disposisjon.

Biler som faller utenfor sjablonreglene: se skatt.no.

RENTEFORDEL RIMELIG LÅN I ARBEIDSFORHOLD	2018	2019
Det beregnes en skattepliktig rentefordel av differansen mellom en normrentesats og den renten arbeidstakeren selv betaler. Rentefordelen kan fradragsføres som gjeldsrenter.	jan-feb 2,20 % mar-apr 2,20 % mai-jun 2,20 % jul-des 2,10 %	 % % % %

VERDI AV FRI KOST OG/ELLER LOSJI sats pr. døgn	2018	2019
Fritt opphold - kost og losji	kr. 124	kr.
Fri kost - alle måltider	kr. 88	kr.
Fri kost - to måltider	kr. 69	kr.
Fri kost - ett måltid	kr. 45	kr.
Fri losji - ett eller delt rom	kr. 36	kr.

TELEFON/MOBILTELEFON/BREDBÅND

2018/2019: Skattepliktig fordel kr 4.392 uansett antall EKOM-tjenester. Ikke lenger bunnfradrag og ikke lenger fradrag for egenbetaling. Innholdstjenester utover et fribeløp på kr 1.000 er skattepliktig og innberetningspliktig.

5 - AVSKRIVNINGER - DRIFTSMIDLER

	2018	2019
Saldogrupper:		
a: Kontormaskiner o.l.	30 %	30 %
b: Ervervet goodwill	20 %	20 %
c: Vogntog, varebiler*, lastebiler, busser, drosjebiler og kjøretøy for transport av funksjonshemmede	24 % (30%)	24 % (30%)
d: Personbiler, traktorer, annet rullende maskineri og materiell, andre maskiner, redskap, instrumenter, inventar m.m.	20 %	20 %
Ekstra startavskrivning	-	-
e: Skip, fartøy, rigger m.m.	14 %	14 %
f: Fly og helikopter	12 %	12 %
g: Anlegg for overføring av elektrisk kraft, elektroteknisk utrustning i kraftforetak	5 %	5 %
h: Bygg og anlegg, hoteller, losjihus, bevertningssteder m.m.	4 %	4 %
Unntak: Bygg med kort levetid (inntill 20 år fra oppføring)	10 %	10 %
i: Forretningsbygg	2 %	2 %
j: Tekniske installasjoner i forretningsbygg og andre avskrivbare bygg	10 %	10 %

Grensen for aktiveringsplikt og utgiftsføring/inntektsføring av restsaldo, er kr 15.000.

Saldogrupperne a-d og j er samlesaldoer. Alle driftsmidler innenfor samme næring (gruppe j: per bygg) som tilhører gruppen, skal føres på samme saldo.

Driftsmidler i gruppene e-i føres på egne saldoer.

*30 prosent for elektrisk drevne varebiler ervervet fom 20. desember 2016.

6 - STATENS REISEREGULATIV

Gjelder fra og med 22. juni 2018 til og med 31. desember 2019

KOSTGODTGJØRELSE

Regulativet anvendes for reiser (tjenestereise, rutinemessige reiser) over 15 km fra reisesens utgangspunkt. Det beregnes ikke kostgodtgjørelse for reiser under 15 km.

Innland: For reiser som varer 6 til 12 timer over et helt døgn dekkes kost med kr 297. For reiser som varer over 12 timer ut over et helt døgn, dekkes kost med kr 552.

Utland: For reiser som varer 6-12 timer over et helt døgn dekkes 50 % av satsen for vedkommende land. For reiser fra og med 12 timer dekkes full sats.

NB! Det er en forutsetning at arbeidstakeren har merkostnader ifm reisen.

INNLAND

Reiser med overnatting	kost	Reiser uten overnatting	kost
Reiser over 12 timer	kr. 754	Reiser på 6-12 timer	kr. 297
Natttillegg (ulegimitert)	kr. 430	Reiser over 12 timer	kr. 552

Dersom ett eller flere måltider er inkludert i romprisen eller dekket på annen måte, skal det foretas trekk i kostgodtgjørelsen som følger (innland og utland):

Frokost 20 %

Lunsj 30 %

Middag 50 %

BILGODTGJØRELSE

Satsen for kilometergodtgjørelse er kr 3,90 pr km både for innland og utland. Satsen gjelder uavhengig av kjørelengde og biltype. Tillegg for passasjer: kr 1 pr passasjer pr km.

MOBILT ARBEIDSSTED

Ansatte med mobilt arbeidssted kan ikke få utbetalt ulegitimert dagdielt.

UTLAND (utdrag)

Land	Kost	Natttillegg	Land	Kost	Natttillegg
Belgia	920	Etter reg-	Sveits	1 170	Etter reg-
Danmark	1 190	ning. Maks-	- Geneve	1 270	ning. Maks-
Finland	950	satser for	- Zürich	1 290	satser for
Frankrike	750	overnatting	Sverige	820	overnatting
- Paris	930	er tatt bort	Tsjekiske rep.	540	er tatt bort
Hellas	770	fra 1.1.2016.	Tyskland	760	fra 1.1.2016.
Irland	890		- Berlin	850	
Island	1 240		Østerrike	830	
Italia	760		- Wien	810	
Nederland	770				
Russland	510		Japan	770	
- Moskva	710				
- St. Petersburg	590		USA	870	
Spania	720		- New York by	1 170	
Storbritannia	750		- Washington D.C	990	
- London	900		Canada	790	

Visste du at

du som medlem får juridisk bistad fra

noen av Norges fremste eksperter.



7 - SKATTEMESSIG BEHANDLING

SKATTEFRI BILGODTGJØRELSE	2018	2019
Satser pr. km		
0 - 10.000 km (innland)	kr 3,50	kr 3,50
Over 10.000 km (innland)	kr 3,50	kr 3,50
El-bil	kr 3,50	kr 3,50
Utlend (uansett kjørelengde)	kr 3,50	kr 3,50

Tillegg for passasjer: kr 1,00 pr km (2018: kr 1,00 pr km). Tillegg for tilhenger: kr 1,00 pr km (2018: kr 1,00 pr km). Tillegg for kjøring på skogs- og anleggsvei: kr 1,00 pr km (2018: kr 1,00 pr km)

KOSTGODTGJØRELSE

Tjenestereise uten overnatting - innland:

2018: Utbetaling av kostgodtgjørelse etter statens satser (eller lavere) på tjenestereise uten overnatting, gir ikke skattepliktig overskudd.

2019: For reiser mellom 6-12 timer kan kostgodtgjørelse mottas skattefritt med kr 200. For reiser over 12 timer kan kostgodtgjørelse mottas skattefritt med kr 400.

Tjenestereise/pendlerreise med overnatting – innland:

Ved tjenestereiser/pendlerreiser med overnatting innenlands er det fastsatt følgende satser for skattefri kostgodtgjørelse:

	2018	2019
• For arbeidstakere som sannsynliggjør å ha bodd på hotell og har betalt frokosten selv inntil: – når frokosten inngår i romprisen, reduseres satsen inntil:	kr. 569	kr.
	kr. 455	kr.
• For arbeidstakere som bor på pensjonat eller hybel/brakk uten kokemuligheter:	kr. 159	kr.
• For arbeidstakere som bor på hybel/brakke med kokemuligheter eller privat:	kr. 88*	kr.

Småutgifter ikke inkludert i satsen.

*Gjelder kun for tjenestereise.

Tjenestereise med overnatting – utland:

Når man sannsynliggjør å ha bodd på hotell eller lignende, er kostgodtgjørelse utbetalt etter satsen i statens reiseregulativ for vedkommende land, skattefri. Dersom man ikke sannsynliggjør å ha bodd på hotell, vil den delen av kostgodtgjørelsen som overstiger hybel-/brakkesatsen, være skattepliktig inntekt.

NATTILLEGG

Kun legitime utgifter kan dekkes. Dekning utover dette blir trekk-, avgifts- og skattepliktig, selv om den ikke overstiger satsen i reiseregulativet. Ved tjenestereiser innenlands kan det likevel fortsatt kunne utbetales en ulegitimert godtgjørelse for overnatting på kr. 430 pr. døgn trekk-, avgifts- og skattefritt. (2018: kr 430)

8 - GRUNNBELØP I FOLKETRYGDEN

Grunnbeløpet (1G) frem til 01.05.18:	Kr. 93.634
Grunnbeløpet (1G) fra 01.05.18:	Kr. 96.883
Gjennomsnittlig G (2017)	Kr. 95.800
3/5 G	Kr. 58.130*
1,5 G	Kr. 145.325**

(Gjennomsnittlig G for 2019 foreligger når grunnbeløp pr. 01.05.19 blir offentliggjort).

*Skattefri grense for rentefordel ved lån i arbeidsforhold etter 1.5.2018.

**Skattefrie utdannelsestilskudd etter 1.5.2018 ved opphør av arbeidsforhold.

9 - AVGIFTSSATSER

MERVERDIAVGIFT	2018	2019
Normal sats	25 %	25 %
Matvarer	15 %	15 %
Persontransport, idrett og kultur	12 %	12 %

ARBEIDSGIVERAVGIFT	2018	2019
Sone I	14,1 %	14,1 %
Sone Ia	10,6/14,1 %	10,6/14,1 %
Sone II	10,6 %	10,6 %
Sone III	6,4 %	6,4 %
Sone IV	5,1 %	5,1 %
Sone IVa	7,9 %	7,9 %
Sone V	0 %	0 %

Arbeidsgiver skal som hovedregel betale arbeidsgiveravgift etter den satsen som gjelder i den kommunen (sonen) foretaket er registrert. Driver enheten virksomhet flere steder, skal de ulike underenheterne registreres. Ambulerende virksomheter må benytte sats som gjelder i kommunen foretaket er registrert. Hvis det er høyere sats i den sonen som man ambulerer til, må imidlertid den høyeste sats benyttes.

Sone Ia skal fortsatt betale arbeidsgiveravgiftssatsen som gjaldt i 2003 (10,6 %) inntil differansen mellom det foretaket faktisk betalt i arbeidsgiveravgift (etter 2003-reglene), og det foretaket ville ha betalt med en sats på 14,1 %, er lik fribeløpet.

Fribeløpet er kr 500.000. (Kr. 250.000 for godstransport på vei.)

ARVEAVGIFT PÅ ARV OG GAVER

Arveavgiften er fjernet fra 2014. Det skal ikke betales arveavgift av gave som gis etter 31. desember 2013, og ikke av arv som inntreffer etter dødsfall som skjer etter 31. desember 2013.

10 - FRIEPENGER

Procentsatsen er 10,2 for personer under 60 år. For personer over 60 år er prosentsatsen 12,5 av inntekt inntil 6 G og 10,2 av inntekt utover 6 G.

I de tilfeller hvor man er omfattet av tariffavtale, ansatt i Staten eller hvor det er inngått en privat avtale med arbeidsgiver (krav på 5 ferieuker), er feriepengesatsen 12 %.

11 - FORMUESVERDSETTELSE

	2018	maks	2019	maks
Bolig, primærbolig	25 % av markedsverdi	30 %	25 % av markedsverdi	30 %
Bolig, sekundærbolig	90 % av markedsverdi	100 %	90 % av markedsverdi	100 %
Fritidsbolig	-	30 %	-	30 %
Næringsseiendom	80 % av markedsverdi*	96 %	75 % av markedsverdi*	90 %
Annen fast eiendom		80 %		80 %

Aksjer, aksjeandel i verdipapirfond og fondsbevis, andeler i DLS og driftsmidler verdsettes i 2018 til 80 % av skattemessige verdier (2019: 75 % av skattemessige verdier). Gjeld tilordnet disse eiendelene reduseres sjablonmessig. Det samme gjelder gjeld tilordnet sekundærbolig og næringsseiendom.

* Markedsverdi utleid næringsseiendom beregnes ut fra netto leieinntekter som divideres med en kalkulasjonsfaktor (2018:).

Visste du at du som medlem får rabatter på skatte- og avgiftskurs



12 - BETALINGSTERMINER 2019

IF/A = Innbetaling forskuddstrekk / arbeidsgiveravgift
FK = Forskuddsskatt for personlig næringsdrivende
M = Terminoppgave og betaling av merverdiavgift

	IF/A	FK	M
1. termin	15.03	15.03	10.04 Årsoppgave: Primærnæringene
2. termin	15.05	15.05	10.06
3. termin	15.07	15.09	31.08
4. termin	15.09	15.11	10.10
5. termin	15.11		10.12
6. termin	15.01		10.02 Årsterminoppgave: 10.03

Ved forfall på lørdag, søndag eller helligdag blir fristen førstkommende virkedag. Frist for innsendelse av årsregnskap m.m. til Regnskapsregisteret i Brønnøysund er 1. måned etter fastsettelse (generalforsamlingen), senest 31. juli (levering via Altinn).

Fra og med 1. januar 2015 er det innført ny rapporteringsordning for alle arbeidsgivere og andre oppgavepliktige (A-melding).

A-meldingen erstatter følgende skjemaer:

- Lønns- og trekkoppgave (RF-1015)
- Terminoppgave for arbeidsgiveravgift og forskuddstrekk (RF-1037)
- Årsoppgave for arbeidsgiveravgift/følgeskriv til lønns- og trekkoppgave (RF-1025)
- Melding til Aa-registeret (NAV 25-01.11)
- Oppgave til lønnsstatistikk (RA-0500)

Leveringsfrist 5. i påfølgende måned.

13 - RENTEBEREGNINGER

Renter på restskatt/rentegodtgjørelse v/tilbakebetaling av skatt - inntektsåret 2018:

Ikke lenger faste nominelle satser, men skal følge Norges Banks styringsrente per 1. januar det aktuelle året redusert med 23 %. Renter for 2018: %.

Tidsperiode for beregning av rentene:

Både ved restskatt og skatt til gode regnes det renter fra 1. juli 2018 (15. mars 2019 for upersonlige skattytere). Ved skatt til gode - beregnes renter frem til skatteoppgjøret sendes skattyter. Ved restskatt - beregnes renter frem til tre uker etter at skatteoppgjøret er sendt.

Tilleggsforskudd: fra 31. mai 2019 (15. mars for upersonlige skattytere) og frem til skatteoppgjøret blir sendt skattyter.

Forsinkelsesrente: Ved for sen betaling av: forskuddsskatt, restskatt, forhåndsskatt, resterende skatt, arveavgift, utlignet skatt og arbeidsgiveravgift (arbeidsgiver):

jan.-des. 2017: 8,50 % pr.år
jan.-des. 2018: 8,50 % pr.år
jan.-juni 2019: 8,50 % pr.år

14 - SKATTEFRIE FRYNSEGODER

PERSONALRABATTER

2018: Skattefritt forutsatt at rabatten er «rimelig», og at vareutøket «anses å dekke et vanlig privat forbruk». Videre må varen/tjenesten «produseres eller omsettes i arbeidsgivers virksomhet». (2019: Skattefritt forutsatt at rabatten maks.utgjør 50 % av prisen i sluttbrukermarkedet og ikke overstiger kr 7.000. Videre må varen/tjenesten omsettes i bedriften, i annet konsernselskap eller hos arbeidsgivers kunder eller leverandører.)

GAVER I OG UTENFOR ANSETTELSESFORHOLD

NB! Reglene nedenfor gjelder kun for gaver i form av naturalia.

Følgende gaver er skattefrie for mottaker og gir fradrag for giver:

- Ansettelsestid 25, 40, 50 og 60 år - verdi kr 8.000, gullklokke med inskripsjon kr 12.000 (2019: Ansettelsestid 20 år, deretter hvert 10. år - verdi kr 8.000, gullklokke med inskripsjon kr 12.000 - opphevet)
- Bedriften har bestått i 25 år eller antall år delelig med 25 år - kr 3.000 (2019: kr 4.000)
- Bedriften har bestått i 50 år eller antall år delelig med 50 år - kr 4.500 (2019: opphevet)
- Arb.taker gifter seg, går av med pensjon, slutter etter min. 10 år eller fyller 50, 60, 70, 75 eller 80 år - kr 3.000 (2019: kr 4.000)
- Premie for forbedringsforslag - kr 2.500 (2019: opphevet)
- Andre gaver i arbeidsforhold - kr 1.000 (2019: kr 1.000)
- Oppmerksomhetsgaver av bagatellmessig verdi - skattefri (2019: skattefri)

NB! Fra 2019 gjelder beløpgrensene for jubileums- og oppmerksomhetsgaver samt for årlige gaver samlet for alle gaver en mottar i arbeidsforholdet, uavhengig av om de kommer direkte fra arbeidsgiver eller fra en tredjepart. Arbeidsgiver gjøres ansvarlig for å fange opp, vurdere og eventuelt lønnsrapportere gaver fra tredjeparter.

AVIS

2018: Fri avis er skattefri hvis den ansatte har spesielt informasjonsbehov og selv betaler for en dagsavis (2019: Vilåret om at den ansatte selv betaler for en dagsavis oppheves.)

HJEMME-PC

Fordel ved privat bruk av datautstyr inklusive nettbrett, utlån fra arbeidsgiver, regnes ikke som skattepliktig inntekt når utlånet er begrunnet i tjenestlig bruk.

BARNEHAGE

Er arbeidsgiver eier/andelshaver i barnehagen, er plassen skattefri for den ansatte. Det er ikke krav om ansattes egenbetaling. Arbeidsgivers dekning til ansattes egen barnehageplasser ikke skattepliktig så fremt den ansattes egenbetaling tilsvarer maksimalpris (2018: kr. 2.910), og oppad begrenset til kr 3.000 pr. måned pr. plass.

BEDRIFTSSKANTINE

Så lenge de ansatte dekker 40-50 % av arbeidsgivers selvkost av råvarene, er bedriftsskantine skattefritt (forutsatt rimelig kantineordning).

BEDRIFTSHELSE TJENESTE

Følgende helsedekning er skattefri:

- Når bedriftshelsetjenesten hovedsakelig omfatter forebyggende helseundersøkelser, slik som å avverge sykdom eller belastningsskade.
- Ved mindre kurative tiltak, slik som for eksempel reseputstedelse som ledd i en ellers vanlig forebyggende bedriftshelsetjeneste.
- Ved forebyggende behandling av yrkesskader, f.eks massasje tilpasset bedriften.

TRIM OG HELSE

Følgende velferdstiltak knyttet til trening er skattefrie:

- Når arbeidsgiver selv innreder/leier eget trimrom.
- Når arbeidsgiver dekker bedriftsmedlemskap hvor det arrangeres et felles opplegg for de ansatte. Forutsetningen må være at alle eller en betydelig gruppe ansatte har en reell mulighet til å benytte seg av tilbudet, og at det er organisert fellestreninger.
- Når arbeidsgiver leier helsestudioet for bestemte tidsrom i uken, og dette har preg av fellesarrangement.
- Når arbeidsgiver leier inn en fysioterapeut eller en aerobinstruktør som skal trene de ansatte i bedriftens lokaler.
- Utlån av treningsutstyr til bruk ved fellestrening.

TURER

Opphold på hotell mv., med inntil to overnattinger kan anses som rimelig velferdstiltak enten oppholdet er knyttet til helg eller ikke.