

Frivillige og skat

Få styr på regler for skat, når du som frivillig giver eller modtager penge eller gaver fra en forening og når du lægger ud for fx indkøb, møder eller transport i forbindelse med foreningens aktiviteter.

Du skal være opmærksom på skattereglerne, når du som frivillig giver og modtager penge fra en foreningen.

I denne guide får du et overblik over de regler, der gælder for dig som frivillig i forhold til skat.

Luk alle afsnit

Når du lægger penge ud for foreningen

Som frivillig er det ofte nødvendigt, at du lægger egne penge ud for indkøb til fx møder

og aktiviteter. Det kan fx være, at du køber ind til en udflugt eller til et møde. Det kan også være, når du lægger ud for transport.

Foreningen kan udbetale det beløb, du har lagt ud, når du afleverer kvitteringer for det udbetalte beløb, uden at det har skattemæssig betydning for dig.

Foreningen kan også udbetale et forskud til dig, som du kan købe ind for. Herefter skal du aflægge regnskab, aflevere kvitteringer og tilbagebetale evt. restbeløb til foreningen. Hverken du eller din forening skal betale skat af disse transaktioner, og foreningen skal ikke indberette dem til Skat.

Som frivillig kan du også få udbetalt skattefri godtgørelse til at dække visse typer udgifter - fx befordring, rejser, telefon, internet ol.

Vær opmærksom på, at du ikke kan få både penge tilbage efter regning og skattefri godtgørelse for samme udgift. Du kan dog godt få godtgørelse for den ene type udgift, fx for telefon, og penge tilbage efter regning for en anden udgift.

Skattefri godtgørelse til frivillige



Skattefrie godtgørelser til frivillige i foreninger kan gives for befordring, rejse, telefon, administration og beklædning efter de gældende satser, som reguleres hvert år.

Du skal være opmærksom på, at hvis foreningen dækker dine udgifter med højere beløb end de gældende satser, vil alle de godtgørelser, som du har modtaget skattefrit, gjort skattepligtige.

Se de satser der gælder for skattefri godtgørelse til frivillige i 2025 neden for.

Befordring / kørselsgodtgørelse

Foreninger har mulighed for at give en godtgørelse til frivillige for kørsel i egen bil.

Ligningsrådet har fastsat den høje sats til 3,81 kr. pr. km. og den lave til 2,23 kroner pr. kørt km (2025).

Den høje sats må kun udbetales for de første 20.000 km. pr. år – derefter skal foreningen anvende den lave sats.

Foreninger bestemmer selv, om de vil bruge den lave eller høje sats. Vær opmærksom på, at offentlige puljer på det sociale område kan stille krav om, at I bruger den lave sats.

For kørsel på cykel, knallert, scooter eller el-løbehjul er satsen 0,63 kr. pr. km (2025).

Rejser og logi

Hvis du som frivillig har overnatning på rejser, som strækker sig ud over 24 timers varighed, kan der udbetales et beløb til udokumenterede udgifter til kost og små fornødenheder.

Ligningsrådet har fastsat dette beløb til 597 kroner pr. hele døgn. Derefter falder taksten til 1/24 pr. påbegyndt time (2025).

Ved en-dagsrejser af mindst fem timers varighed kan der udbetales indtil 90 kroner pr. dag til dækning af merudgifter til fortæring (2025).

For logi i forbindelse med rejser kan der pr. døgn udbetales op til 256 kroner (2025).

Telefon og internet, administration, beklædning og andet

Der kan gives skattefri godtgørelse på op til 2.800 kroner pr. år til dækning af telefon- og internetudgifter (2025).

Der kan gives en skattefri godtgørelse på indtil 1.700 kr. til administrative omkostninger som fx dækning af kontorartikler, porto, møder mv. (2025).

Til køb, vask og vedligeholdelse af særlig beklædning og lignende kan der udbetales indtil 2.300 kroner om året. (2025).

Der er ikke krav om dokumentation for udgifterne til telefon, administration og beklædning, men frivillige skal kunne sandsynliggøre, at de har haft disse udgifter.

Vær opmærksom på, at foreninger kun kan udbetale skattefrie godtgørelser for beklædning til frivillige, hvis deltagelse i foreningens frivillige aktiviteter forudsætter en særlig form for beklædning, og hvis de frivillige selv skal sørge for at stille beklædningen til rådighed.

Krav og regler for udbetaling af skattefri godtgørelse til frivillige i foreninger

Hvis du er ulønnet bestyrelsesmedlem eller frivillig, ulønnet medarbejder i en almennyttig forening, kan du modtage skattefrie godtgørelser fra foreningen efter [Bekendtgørelse om udbetaling af skattefri godtgørelse til ulønnede bestyrelsesmedlemmer eller til frivillige, ulønnede medhjælpere, der yder bistand som led i foreningens skattefri virksomhed \(BEK nr 1185 af 19/11/2023\)](#).

Du kan kun modtage skattefri godtgørelse, hvis du deltager i foreningens skattefrie aktiviteter - ikke når du deltager i erhvervsmæssig virksomhed.

Det er kun *frivillige i foreninger*, der kan modtage skattefrie godtgørelser. Hvis du er frivillig i fx en kommune, forening med erhvervsmæssigt formål eller en virksomhed, kan du ikke få udbetalt skattefrie godtgørelser.

Den skattefrie godtgørelse er en mulighed for, at foreninger nemt kan sørge for, at du som frivillig ikke har udgifter ved dit frivillige arbejde. Det er selvfølgelig en forudsætning, at foreningens bestyrelse prioriterer at give disse godtgørelser, og at foreningen har penge til at gøre det.

Som frivillig har du **ikke** krav på at få skattefrie godtgørelser.

Se hvem reglerne omfatter i [Skats juridiske vejledning 2024-2, C.A.3.4.13 Ulønnede medhjælpere mv. eller ulønnede bestyrelsesmedlemmer i foreninger](#)

Gaver fra foreninger til frivillige



Som forening kan det være relevant at give en gave til en frivillig, som eksempelvis har rund fødselsdag, jubilæum eller for at sige tak for en særlig indsats i foreningen. Det kan også være en jule- eller nytårsgave, som tak for året der er gået.

Der findes ikke præcise regler for, hvor store gaver foreninger må give uden, at modtageren skal betale skat af dem. Der er kun lovgivet om størrelsen på de gaver, som virksomheder må give til deres medarbejdere.

I kan imidlertid ikke gå ud fra, at de regler som gælder for ansatte medarbejdere, også gælder for frivillige.

Vi anbefaler derfor, at gaver til frivillige altid holder sig under de beløbsgrænser, som eksisterer for virksomheders gaver til medarbejdere.

Virksomheder må give jule- og lejlighedsgaver med en samlet værdi på maks. 1.300 kroner om året (2024) uden at medarbejderen bliver beskattet. Værdien af en julegave, som må have en værdi af maks. 900 kroner, skal lægges sammen med værdien af en evt. lejlighedsgave.

[Se Skats eksempler på, hvornår jule- og lejlighedsgaver beskattes og hvornår de er](#)

skattefri

Det er vanskeligt at få et klart svar på, hvor grænsen for gaver til frivillige ligger, men lejlighedsgaver af ubetydelig værdi (fx et par flasker rødvin eller en æske chokolade) er ikke skattepligtige.

I skal være opmærksomme på, at kontanter og gavekort altid er skattepligtig indkomst uanset beløbets størrelse.

Multimedieskat og frivillige

Som frivillig i en forening er du undtaget for reglerne om multimedieskat, selv om du får telefon, computer eller lignende stillet til rådighed af foreningen.

Frivillige i offentlige institutioner, som ikke er organiseret i en forening, er **ikke** undtaget fra reglerne og skal derfor betale multimedieskat.

[Jura, love og regler](#)

[Skat og moms](#)

Vi anbefaler også