

# KAN JEG ARBEJDE UDEN MODREGNING I EFTERLØNNEN?

**HK**  
A-KASSE  
SAMMEN  
ER DU  
STÆRKERE /



**NÅR DU ARBEJDER, SKAL DET SOM REGEL  
MODREGNES I DIN EFTERLØN. DET GÆLDER UANSET,  
HVORNÅR DU UDFØRER ARBEJDET, OG DET GÆLDER  
BÅDE LØNNET OG ULØNNET ARBEJDE.**

**DU HAR I VISSE TILFÆLDE MULIGHED FOR AT  
UDFØRE ARBEJDE UDEN BEGRÆNSNINGER ELLER  
MODREGNING. DENNE PJECE HANDLER OM DINE  
MULIGHEDER.**

**HVIS DU VIL VIDE MERE, SÅ KONTAKT OS.**

**DU SKAL KONTAKTE A-KASSEN, FØR DU BEGYNDER  
MED DET FRIVILLIGE ULØNNEDE ARBEJDE.**

**I DEN FORBINDELSE SKAL DU BL.A. OPLYSE OM  
ARTEN AF DIT ARBEJDE, HVOR MEGET DU SKAL  
ARBEJDE, OG HVEM DU UDFØRER ARBEJDET FOR.**

**VI VIL SÅ VURDERE, OM DET SKAL MODREGNES I DIN  
EFTERLØN.**

**DU KAN RINGE PÅ 7010 6789 ELLER SKRIVE TIL OS PÅ  
[HKA.EFTERLOEN@HK.DK](mailto:HKA.EFTERLOEN@HK.DK)**

**REGLERNE STÅR I “BEKENDTGØRELSE OM FRADrag  
I EFTERLØN”**

## **INDHOLD**

<b>1. Fritidsaktiviteter eller hobby</b>	<b>4</b>
<b>2. Aktiviteter</b>	<b>4</b>
<b>3. Frivilligt, ulønnet arbejde</b>	<b>4</b>
<b>4. Fælles for aktiviteter og frivilligt, ulønnet arbejde</b>	<b>5</b>
<b>5. Særligt om primær drift</b>	<b>5</b>
<b>6. Særligt om vedligeholdelse</b>	<b>6</b>
<b>7. Udfyldelse af efterlønskort</b>	<b>6</b>
<b>8. Hvis du vil vide mere, så kontakt os</b>	<b>6</b>
<b>9. Ændringer</b>	<b>6</b>

## 1. FRITIDS AKTIVITETER ELLER HOBBY

Fritidsaktiviteter eller hobby er de ulønnede aktiviteter, man deltager i af ren interesse. De har ofte et tilfældigt præg. En fritidsaktivitet eller hobby kan ikke udbydes som et almindeligt arbejde.

Fritidsaktiviteter eller hobby modregnes ikke i din efterløn.

### En hobby eller en fritidsaktivitet er f.eks.:

- / Nabohjælp.
- / Familiemæssig omsorg.
- / Deltagelse i en forældreaktivitet i en børneinstitution.
- / Deltagelse i almindeligt foreningsarbejde, som en frimærkeklub eller en bridgeklub.
- / Hjemmeværnsaktiviteter som øvelser, møder og kurser.
- / Almindelig vedligeholdelse og reparationsarbejde i dit eget hjem.

## 2. AKTIVITETER

En aktivitet kan under visse betingelser udføres uden, at det modregnes i din efterløn.

Ved en aktivitet forstås et arbejde, som ikke kan udbydes som et almindeligt lønarbejde, og som du i din egen interesse udfører frivilligt og ulønnet for en frivillig organisation, forening eller lignende.

### Eksempler på en aktivitet som du kan udføre uden begrænsninger:

- / Besøgsven.
- / Spejderleder.
- / Aktiviteter i et beredskabsforbund.
- / Indsamling til en nødhjælpsorganisation.

- / Særlig indkøbshjælp eller ledsagelse til indkøb.
- / Ekspedition i genbrugsbutikker under f.eks. Dansk Røde Kors.
- / Aktiviteter i en humanitær organisation, som f.eks. tøjsortering.
- / Træner i en sportsklub, hvor det ikke er sædvanligt at ansætte en lønnet træner.
- / Rådgivning, også telefonrådgivning, der ikke kræver eller forudsætter en særlig uddannelse.
- / Lettere omsorgsopgaver som aflastning af de pårørende til syge i deres eget hjem eller hjælp med at skænke kaffe på et plejehjem.
- / Deltagelse i sociale cafeer, i medborgerhuse og på væresteder i form af at servere, lave kaffe, hjælpe til med at lave mad og tale med gæsterne.

## 3. FRIVILLIGT, ULØNNET ARBEJDE

Et frivilligt, ulønnet arbejde kan under visse betingelser udføres uden, at det modregnes i din efterløn.

Ved et frivilligt, ulønnet arbejde forstås et arbejde, som kan udbydes som et almindeligt lønarbejde, og som du udfører frivilligt og ulønnet for en frivillig organisation, forening eller lignende.

Et frivilligt, ulønnet arbejde kan udføres i op til 65 timer om måneden uden, at det modregnes i din efterløn.

De 65 timer regnes som et gennemsnit over a-kassens udbetalingsperiode.

### Mere end 65 timer om måneden

Har du udført frivilligt, ulønnet arbejde i mere end 65 timer om måneden, så modregner vi i din efterløn for de timer, du har arbejdet ud over de 65 timer.

#### **Eksempler på frivilligt, ulønnet arbejde som du kan udføre i op til 65 timer om måneden:**

- / Jurist i en retshjælp.
- / Rådgiver i et krisecenter.
- / Rådgivning, også telefonrådgivning, der kræver eller forudsætter en særlig uddannelse.
- / Seniorrådgivning (ledet af en frivillig organisation) om arv, testamente, sociale forhold og rettigheder og andre økonomiske spørgsmål.
- / Administrative opgaver som koordination i forbindelse med en indsamling.

#### **4. FÆLLES FOR AKTIVITETER OG FRIVILLIGT, ULØNNET ARBEJDE**

Aktiviteten eller arbejdet skal være ulønnet. Der må ikke være tale om nogen form for løn, heller ikke i form af honorar eller diæt.

Selv om du får dækning for udgifter, som du har haft i forbindelse med at udføre det frivillige, ulønnede arbejde eller aktivitet, så kan du fortsætte med det, hvis disse to betingelser er opfyldt:

- / Dine udgifter skal være udokumenterede.
- / Beløbet må ikke være skattepligtigt efter ligningslovens regler.

Denne form for beløb bliver ikke modregnet.

Aktiviteter og ulønnet arbejde kan udføres her i Danmark, i et andet EØS-land eller i Schweiz.

#### **5. SÆRLIGT OM PRIMÆR DRIFT**

Aktiviteter og frivilligt, ulønnet arbejde må i større organisationer ikke høre ind under primær drift.

Primær drift er arbejde med at sikre en organisations overordnede, administrative drift. Det kan for eksempel være arbejde på en frivillig organisations hovedkontor.

Det kan også være arbejde med ansættelser, afskedigelser og økonomistyring.

Primær drift er også arbejde eller opgaver, som en offentlig myndighed er forpligtet til at udføre.

#### **Eksempler på primær drift, der ikke skal modregnes, f.eks. mindre administrative opgaver på et lokalkontor:**

- / Arkivarbejde.
- / Arbejde i omstilling.
- / Receptionist.

#### **Mindre koordineringsopgaver, f.eks. i forbindelse med indsamling:**

- / Koordination og formidling af frivilligt arbejde i mindre omfang.
- / Koordination og sammensætning af vagtplaner i mindre omfang.
- / Et arbejde som bogholder eller revisor i mindre foreninger og klubber.

Dit arbejde må ikke kræve nogen autorisation. Hvis der kræves autorisation, vil denne form for arbejde blive modregnet i din efterløn for alle de udførte timer. (F.eks. statsautoriseret revisor eller el-installatør).

Hvis du arbejder med at passe børn som et led i en kommunal opgave, så vil dit arbejde blive modregnet i din efterløn for alle de timer, du har haft.

Hvis du arbejder som frivillig og ulønnet i en større organisation med de opgaver, der hører ind under primær drift, og dit arbejde kan udbydes som almindeligt lønarbejde, så vil alle dine timer blive modregnet i din efterløn.

## 6. SÆRLIGT OM VEDLIGEHOJDELSE

**Frivilligt, ulønnet arbejde, der vedrører vedligeholdelse, bliver ikke modregnet, hvis:**

- / arbejdet kan sidestilles med almindelig vedligeholdelse og reparation af egen bolig.
- / arbejdet udføres lejlighedsvist.
- / arbejdet altid har været udført af ulønnet arbejdskraft i organisationen mv.
- / arbejdet kan udføres uden, at der kræves autorisation.
- / du arbejder med vedligeholdelse som f.eks. maling af et rum, små reparationer, rengøring eller lignende.

Det kræver dog, at der ikke før har været ansat nogen lønnet arbejdskraft i den frivillige organisation til at udføre dette arbejde, og at der er tale om en adhoc opgave, der kan sidestilles med vedligeholdelse i dit eget hjem.

## 7. UDFYLDELSE AF UDBETALINGSKORT

Når du udfører frivilligt, ulønnet arbejde, som hører ind under 65-timers-reglen, skal du oplyse om arbejdet på dit udbetalingskort.

Du skal oplyse om arbejdets art og varighed og hvem, du udfører arbejdet for.

Har du fået tilladelse til at udføre en aktivitet, kan du godt være tilmeldt ordningen med halvårs-erklæring da du ikke skal oplyse om dine timer fra aktiviteten

## 8. HVIS DU VIL VIDE MERE, SÅ KONTAKT OS

Du skal kontakte a-kassen før, du begynder med det frivillige, ulønnede arbejde. Du skal i den forbindelse blandt andet oplyse om arten af dit arbejde, hvor meget du skal arbejde, og hvem du udfører arbejdet for. A-kassen vil så vurdere, om det skal modregnes i din efterløn.

## 9. ÆNDRINGER

Sker der ændringer i arten af dit arbejde eller i andre af de oplysninger, du i første omgang har givet til a-kassen, så skal vi have skriftlig besked fra dig.



**KONTAKT  
OS FOR  
MERE INFO!**



