

## När kan coaching ses som friskvård?

Att använda till friskvårdsbidrag till coaching är ett bra sätt att investera i sig själv, sitt självledarskap och sina mentala muskler.

Du kan låta dina medarbetare använda sitt friskvårdsbidrag till coaching när det sker i avstressande syfte.

Nedan hittar du ett utdrag av i vilka situationer som Skatteverket anser att friskvårdsbidraget kan användas till coaching.

### Utdrag ur Skatteverkets regler kring friskvård

- Arbetsgivaren bestämmer om personalen ska erbjudas ett friskvårdsbidrag.
- Hur friskvårdsbidraget får användas bestämmer arbetsgivaren utifrån den praxis och lagstiftning som finns. Alla i personalen ska erbjudas samma villkor.
- För aktiviteter utan inslag av motion får aktiviteten kosta maximalt 1 000 kronor per tillfälle för att vara av mindre värde och skattefritt.
- Du får använda friskvårdsbidraget till enklare aktiviteter med inslag av motion eller för behandling som är avstressande.
- Friskvårdsbidraget ska vara av mindre värde. Du kan få maximalt 5 000 kronor per år.

För coaching som inte kan anses vara friskvård enligt skatteverkets definition, begär in en offert. Du når mig på 0725-00 40 97 eller [info@totalimpact.se](mailto:info@totalimpact.se). Du kan även boka en konsultation via vår hemsida [www.totalimpact.se](http://www.totalimpact.se).