Hjemmearbejde: regler for arbejdsgiveren

Et overblik til HR og arbejdsmiljøorganisationen. De gamle vejledninger om hjemmearbejde bortfaldt 15. december 2025.

Hvornår gælder reglerne hjemme?

Når medarbejderen arbejder ved skærm derhjemme regelmæssigt mere end to dage om ugen i gennemsnit over en måned. To dage er efter Arbejdstilsynets praksis 14,8 timer.

Hvad skal være i orden?

Stol, bord, skærm, tastatur og lys skal leve op til skærmbekendtgørelsen. Der er ikke krav om hæve-sænkebord.

APV

Virksomhedens APV gælder også ved hjemmearbejde.

Hjemme og kontor lægges sammen

Arbejder medarbejderen to dage hjemme og to på kontoret, er det fire. Har medarbejderen en skærmarbejdsplads på kontoret, der lever op til kravene, gælder de særlige krav dog ikke hjemme.

Kan medarbejderen sige nej tak?

Nej. Arbejdstilsynet skriver, at en medarbejder ikke kan fraskrive sig udstyr som en adskilt skærm eller en justerbar stol, uanset aftaler.

Synsundersøgelse og skærmbriller

Undersøgelsen og nødvendige skærmbriller skal være uden udgift for medarbejderen, som minimum standardstel og -glas.

Sådan kan I komme i gang

1. Find ud af, hvem der arbejder ved skærm hjemme mere end to dage om ugen i gennemsnit.
2. Giv dem tjeklisten til skærmarbejdspladsen, og tag svarene med i APV'en.
3. Ret det, der mangler, og skriv, hvem der er ansvarlig.
4. Tilbyd synsundersøgelse til dem, der arbejder ved skærm.
5. Hæng plakaten "Sådan indstiller du din arbejdsplads" op, eller send den med til nye medarbejdere.

Vores forslag til en fremgangsmåde. Tjeklisten og plakaten ligger på ergoguide.dk/arbejdsplads.

Skal medarbejderen betale skat?

Inventar stillet til rådighed, der svarer til kontorets	**Som hovedregel skattefrit**
Skærmbriller, som arbejdsgiveren skal give	**Skattefrit, også på hjemmedage**
Medarbejderen overtager udstyret	**Skat af markedsværdien minus egenbetaling**
Kontant tilskud i stedet for udstyr	**Løn, og dermed skattepligtigt**

Kilder: BEK nr. 597 af 29/06/2026 (hjemmearbejde) § 4, BEK nr. 1108 (skærmarbejde) § 6 og bilag, AT-vejledning om skærmarbejde VEJ nr. 10208 af 09/12/2025, Arbejdstilsynet: Hvilke regler gælder ved hjemmearbejde? (4.9.2026), Den juridiske vejledning 2026-2 afsnit C.A.5.9, C.A.5.1.2 og C.A.5.1.4, SKM2017.191.SR. Ikke juridisk rådgivning.

Opdateret 30. oktober 2026. Må kopieres og deles internt på arbejdspladsen. Den nyeste udgave ligger på ergoguide.dk/arbejdsplads.