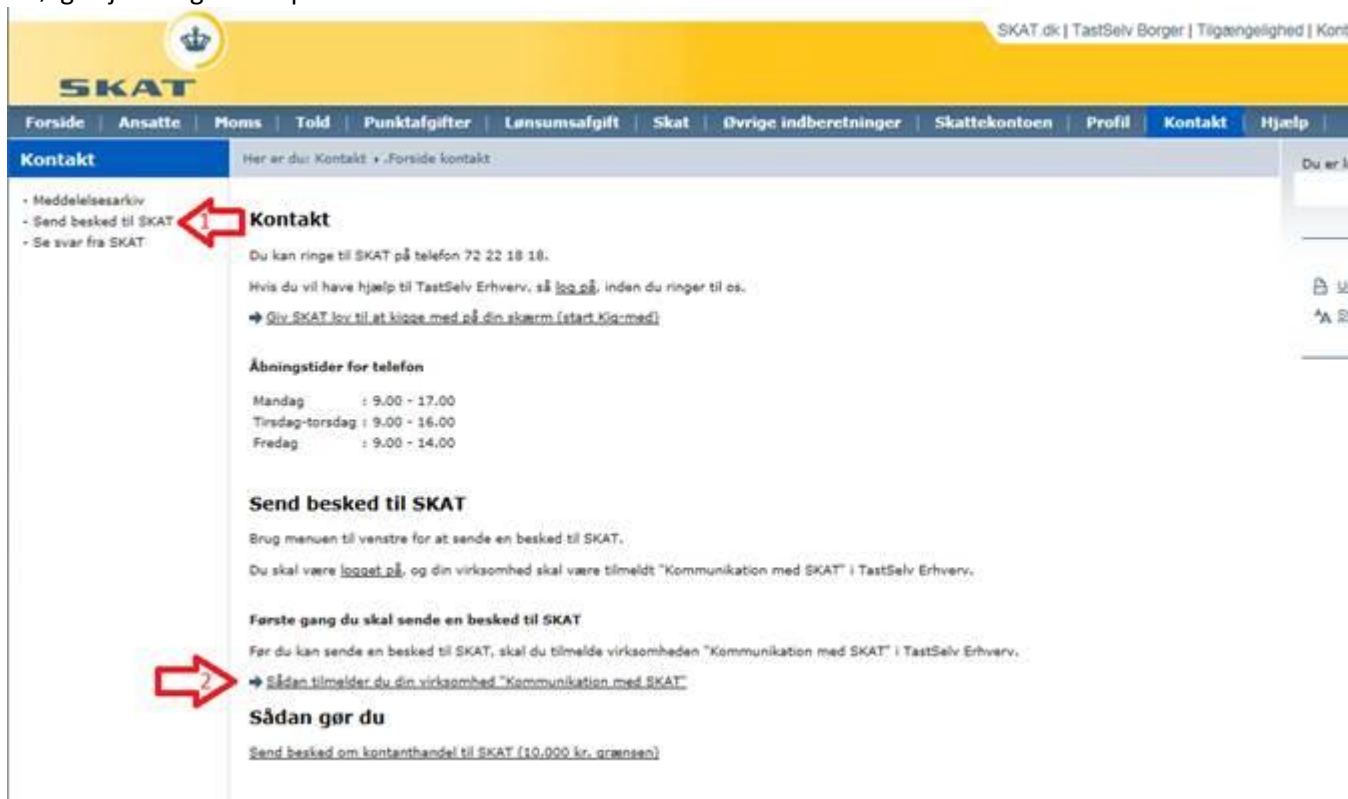


Vejledning til henvendelse i TastSelv

1. Log på TastSelv Erhverv
2. Klik på 'Kontakt' i den blå menubar i toppen.



3. Klik på 'Send besked til SKAT' i menuen til venstre ved pil nummer 1. Hvis menupunktet ikke er der, så følg vejledningen ved pil nummer 2.



4. Der åbnes et nyt vindue

Skriv til SKAT

Moms, lønsum, told og punktafgifter >	Gæld og betaling (til/fra SKAT) >
Ansatte (fx løn) >	Bil og motor >
Ejendom og tinglysning >	Selvstændige (fx start og luk virksomhed) >
ekapital >	Selskaber, fonde og foreninger >
Indsend/indberet til os (fx blanket) >	



5. Vælg "ekapital"

 > ekapital

eKapital øvrigt >	Pension >
-------------------	-----------



Tilbage

6. Vælg "Pension"

 > [ekapital](#) > Pension

Pensionsafkastbeskatning >	Angivelse og betaling efter PAL/PBL >
Angivelse/regulering af AM-bidrag vedr. pensionsindbetalinger >	Ansøgning om tilladelse efter Pensionsbeskatningsloven (PBL) >



7. Vælg "Angivelse og betaling efter PAL/PBL"
8. Udfyld formularen og vedhæft dokumentet
9. klik på "Send"