



Ausgabe 02/2020

16. Januar 2020

Gesundheitswesen – neu in 2020 - Wiederholungsverordnungen

Bislang war es so: Patienten, die etwa wegen einer chronischen Krankheit immer wieder das gleiche Medikament benötigen, mussten jedes Mal zuerst in die Arztpraxis gehen, um ein neues Rezept dafür zu bekommen. Ab dem 1. März 2020 werden solche Patienten entlastet. Der Arzt soll ihnen sogenannte Wiederholungsverordnungen ausstellen können. Er muss jedoch von Fall zu Fall entscheiden, bei welchen Patienten und welchen Arzneien das infrage kommt. Mit der Wiederholungsverordnung erhält der Patient dann das Medikament in der gleichen Packungsgröße bis zu vier Mal in seiner Apotheke.

Als Rentner kein Geld verschenken – Ratgeber der Verbraucherzentrale

Viele Ruheständler verschenken Jahr für Jahr Geld ans Finanzamt, das sie sich zurückholen könnten. Der Ratgeber „Steuererklärung für Rentner und Pensionäre 2019/2020“ der Verbraucherzentrale informiert über die wichtigsten Spartipps – von typischen Werbungskosten wie Beiträgen zur Gewerkschaft oder Reiseaufwendungen über Gesundheits- und Pflegekosten bis hin zur Anmeldung der Haushaltshilfe. Die Neuauflage 2020 des Ratgebers enthält zudem viele Beispiele, aktuelle Steuerformulare und Ausfüllhilfen.

Das Buch erläutert Grundbegriffe des Einkommensteuerrechts und hilft Rentnerinnen und Rentnern dabei, Freibeträge sowie das zu versteuernde Einkommen zu berechnen. Denn häufig existieren neben dem Ruhegehalt noch weitere Einkünfte zum Beispiel aus Vermietung oder Zinserträgen. Einige Einnahmen bleiben steuerfrei. Dazu zählen neben eher seltenen Fällen wie dem Ehrensold für bedürftige Künstler nicht nur Selbstverständlichkeiten wie Trinkgelder. Für Rentner interessant sein können zum Beispiel auch Regelungen für Unfallrenten sowie Übungsleiter-, Betreuungs- und Ehrenamtszuschläge.

Der Ratgeber „Steuererklärung für Rentner und Pensionäre 2019/2020“ hat 224 Seiten und kostet 14,90 Euro, als E-Book 11,99 Euro.

Bestellmöglichkeiten: Im Online-Shop unter www.ratgeber-verbraucherzentrale.de oder unter 0211-38 09 555. Der Ratgeber ist auch in den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen und im Buchhandel erhältlich.

Kein Spaß - real

Kein Witz, Gassi gehen ist steuerlich absetzbar. Tierbesitzer können tatsächlich einige Kosten für den Vierbeiner als sogenannte „haushaltsnahe Dienstleistungen“ von der Steuer absetzen. Beispiele: Ausgaben für den Tierfrieur, für Tiertrainer oder Tierbetreuung. Es muss ein Bezug zum Haushalt vorliegen, der Betreuer muss nach Hause kommen oder z.B. den Hund an der Tür zum Gassi gehen abholen. Wichtig: Es muss für die Dienstleistung eine Rechnung ausgestellt werden und dafür darf - wie bei allen „haushaltsnahen Dienstleistungen“ (Beispiel: Schornsteinfegerkosten) nicht (!) bar bezahlt werden. Und es dürfen nur die Arbeitskosten abgesetzt werden

Überlieferte Ernährungsmythen

In der Schale von Obst und Gemüse sind die meisten Vitamine? Stimmt. Die meisten Vitamine und sekundären Pflanzeninhaltsstoffe sitzen bei Obst und Gemüse direkt in oder unter der Schale. Deshalb ist es wichtig, Obst und Gemüse mit Schale zu genießen. Der Vorteil überwiegt die theoretische gesundheitliche Gefährdung durch mögliche Pestizide in der Schale. Wer aber ganz sichergehen will, kauft Bioprodukte, vor allem dann, wenn man die Schale von Früchten wie Orangen oder Zitronen verwenden möchte.

Käserinde darf man nicht mitessen? Stimmt und stimmt auch nicht! Entscheidend ist, wie die Rinde entstanden ist. Natürlich gereifte sowie unbehandelte Käserinden sind essbar und geben wie etwa bei Edelschimmelkäse ein besonderes Aroma. Künstliche Käserinden aus Wachs oder Kunststoff seien dagegen nicht zum Verzehr geeignet. In diesem Fall muss ein Hinweis auf der Verpackung stehen. Auch wenn der Käse laut Packung mit Natamycin, einem Zusatzstoff zur Schimmelverhütung, behandelt wurde, sollte man die Rinde nicht essen.