

ieder(in)

Aangifte inkomstenbelasting? Doen!

De aftrek van zorgkosten en andere belastingvoordelen

Binnenkort is het weer zover: de aangifte inkomstenbelasting. Veel mensen laten die graag aan zich voorbij gaan. Als het niet hoeft, doen ze liever geen aangifte. Toch is dat vaak niet verstandig. Vooral mensen met een chronische ziekte of beperking laten veel geld liggen, dat ze in deze tijden van inflatie en dure energie goed kunnen gebruiken. Daarom: tien redenen om tóch aangifte inkomstenbelasting te doen.

Dit artikel gaat over de aangifte inkomstenbelasting over het jaar 2022. U kunt deze aangifte doen vanaf 1 maart 2023

1. Juist bij een laag inkomen

Belastingvoordeel is er niet alleen voor mensen met een hoog inkomen of een flink vermogen. Aangifte inkomstenbelasting doen is juist heel voordelig voor mensen met een chronische ziekte of beperking en een laag inkomen. Dat komt vooral door de aftrek van zorgkosten en door de jonggehandicaptenkorting.

2. Online gemak

Doe online aangifte, op mijn.belastingdienst.nl. De Belastingdienst heeft je persoonlijke gegevens dan al ingevuld. Ook de gegevens over je loon, uitkering of pensioen staan er al in. Net als de gegevens van je bankrekeningen en spaartegoeden. Kijk wel alles nog een keer goed na. Vul zo nodig de gegevens aan of corrigeer ze.

3. Goede informatie

Maak gebruik van de informatie die [ieder\(in\), het netwerk voor mensen met een beperking of chronische ziekte](#) beschikbaar stelt op de website Meerkosten.nl/belastingvoordeel. Daar vind je ook een kort [stappenplan voor de aangifte](#).

4. Er is hulp voorhanden

Wordt het je te ingewikkeld, dan zijn er allerlei mensen die je kunnen helpen bij de aangifte inkomstenbelasting.

Iemand uit je directe omgeving. Zorg wel dat het iemand is die echt verstand heeft van belastingzaken en vooral van de aftrekposten die voor mensen met een handicap of chronische ziekte belangrijk zijn. Twijfel je daaraan, vraag dan liever om hulp bij een belangenorganisatie. Een deskundige vrijwilliger bij een belangenorganisatie waar je lid van bent. Dat kan een gehandicaptenorganisatie zijn, maar ook een vakbond of een ouderenbond. Zij worden door hun organisatie getraind in het helpen van hun leden bij het doen van aangifte inkomstenbelasting.

Vakbonden die hun leden helpen bij de aangifte zijn bijvoorbeeld de [FNV Belastingservice](#) (088 368 03 68) en de [CNV Belastingservice](#) (030 751 10 50). Seniorenorganisaties die belastinghulp aanbieden zijn bijvoorbeeld de [ANBO Belastingservice](#) (0348 46 66 91) en de [KBO-PCOB Hulp bij de belastingaangifte](#) (via de lokale afdelingen). Informeer bij je gemeente naar de mogelijkheden bij jou in de buurt.

Belastingspreekuren bij de Bibliotheek. Vaak gerund door plaatselijke vrijwilligers of mensen van het sociale wijkteam. Zij krijgen ondersteuning van de Belastingdienst. Voor tijden en plaatsen, kijk op [gidsvoornederland.nl](#).

Een vrijwilliger bij een belastingwinkel. Het gaat vaak om studenten fiscaal recht of fiscale economie. Zij geven gratis advies aan mensen met een laag inkomen.

Een [erkende, professionele belastingadviseur](#). Die is deskundig, maar duur. Toch: ga niet in zee met vage kantoorhulp of niet-erkende adviseurs die gouden bergen beloven. Als ze ten onrechte allerlei zorgkosten bij je aangifte opvoeren, loop je risico op naheffingen en boetes van de Belastingdienst.

5. Ruime mogelijkheden

Het klopt dat de aftrek van zorgkosten de afgelopen jaren sterk is beperkt. Je kunt bijvoorbeeld de premies voor zorgverzekeringen niet aftrekken. Ook het eigen risico in de zorgverzekering is niet aftrekbaar. Wettelijke eigen bijdragen die je betaalt voor zorg, hulp of hulpmiddelen die door je zorgverzekeraar of de gemeente vergoed worden, kun je niet aftrekken. Ook zijn allerlei specifieke hulpmiddelen van de aftrek uitgesloten, zoals woningaanpassingen, rolstoelen, krukken en brillen. Toch komen er in de praktijk nog genoeg kosten voor je eigen rekening. De volgende kosten kun je meenemen in de aftrek.

Geneeskundige hulp

Dit zijn kosten voor medische en paramedische zorg, inclusief tandartskosten. Denk ook aan erkende medische behandelingen in het buitenland die je verzekeraar niet vergoedt. Het moet wel altijd gaan om behandelingen door artsen of paramedici die werken volgens in Nederland geldende medische standaarden. Ook uitgaven voor particuliere ziekenzorg (verpleging en verzorging) vallen onder deze post.

Reiskosten ziekenbezoek

Voor bezoek aan een (voormalige) huisgenoot die minstens 10 km verderop verpleegd wordt. Reide je per openbaar vervoer of met een taxi, dan zijn de kosten volledig aftrekbaar. Nam je de auto, dan geldt een standaard aftrek van € 0,19 per kilometer.

Medicijnen op doktersvoorschrift

Het gaat om geneesmiddelen en verbandmiddelen, op voorschrift van een erkende arts. Ook uitgaven voor homeopathische middelen zijn aftrekbaar, maar alleen als ze door een erkende arts zijn voorgeschreven.

Hulpmiddelen

Denk aan steunzolen, elastische kousen en prothesen (waaronder ook bruggen die een tandarts aanbrengt), aanpassingen aan een auto, fiets of ander vervoermiddel. Niet aftrekbaar zijn de uitgaven voor brillen, contactlenzen, eenvoudige loophulpmiddelen (stokken, krukken en rollators), rolstoelen, scootmobielen en woningaanpassingen.

Vervoerskosten door ziekte of invaliditeit

Denk vooral aan ziekenvervoer voor bezoeken aan artsen of andere behandelaars. Reide je per openbaar vervoer of met een taxi, dan zijn de kosten volledig aftrekbaar. Nam je de auto, ga dan uit

van de werkelijke kosten per kilometer, dus inclusief afschrijving en onderhoud. Je kunt die kilometerprijs berekenen op basis van de [ANWB Autokostenmodule](#). Kreeg je een vergoeding van de zorgverzekeraar voor het ziekenvervoer, dan moet je die in mindering brengen op de aftrek.

In principe zijn ook de meerkosten voor leefvervoer (privé vervoer) aftrekbaar, maar in de praktijk is dat lastig. Je moet aantonen dat je vanwege je handicap of ziekte meer vervoerskosten hebt dan anderen, die voor het overige (inkomen, gezinssamenstelling) in dezelfde situatie zitten. Dat lukt alleen als je (1) een volledige administratie bijhoudt van al je vervoerskosten en (2) kunt nagaan wat een vergelijkbaar iemand normaal gesproken aan vervoerskosten heeft. Een tabel hiervoor is te vinden op de [site van het Nibud](#).

Extra uitgaven voor kleding en beddengoed

Deze aftrek geldt alleen voor méérkosten ten opzichte van andere mensen die geen ziekte of beperking hebben. Er geldt een vast aftrekbedrag van € 310 voor extra uitgaven die je wel aannemelijk kunt maken, maar niet hoeft aan te tonen. Zijn je extra uitgaven aantoonbaar hoger dan € 620? Dan kun je een vast bedrag van € 775 aftrekken.

Extra gezinshulp

Het gaat bij deze post alleen om particuliere huishoudelijke hulp of persoonlijke ondersteuning, zonder indicatie, of naast een indicatie (als de indicatie niet toereikend was). Er geldt voor de aftrek van gezinshulp een extra drempelbedrag, afhankelijk van je inkomen. Alleen uitgaven boven deze drempel zijn aftrekbaar.

Dieet op voorschrift van een dokter of diëtist

Je kunt alleen een dieet opvoeren dat genoemd wordt in de dieetlijst van de Belastingdienst. En alleen als je dit dieet volgt op voorschrift van een arts of een erkende diëtist. Je moet daarom over een actuele, ondertekende dieetverklaring beschikken. Je vindt de dieetlijst in de online aangifte, onder het vraagtekentje bij dit onderdeel.

Voor de diëten in de tabel van de Belastingdienst gelden vaste aftrekbedragen. Je hoeft dus zelf geen bedrag in te vullen. Dat doet het aangifteprogramma voor je. Je hoeft ook niet te bewijzen dat je het dieet gevolgd hebt en wat dat gekost heeft. Voor de aftrek is het voldoende dat je het dieet voorgeschreven hebt gekregen.

Heb je kosten bij de verschillende onderdelen? Zorg er dan voor dat u de gegevens hierover overzichtelijk in een map bewaart. Je vult bij elke post in de aangifte namelijk alleen het totaalbedrag in. Maar de Belastingdienst kan wel om een onderbouwing vragen. Kun je die niet leveren, dan zal de inspecteur de aftrek niet accepteren. Bewaar je administratie daarom goed, gedurende vijf jaar.

6. Extra voordeel

Is je (gezamenlijke) bruto inkomen niet hoger dan € 36.409, dan worden de aftrekbare zorgkosten automatisch verhoogd. Je krijgt dan dus méér geld terug. Deze verhoging geldt voor alle bovenstaande aftrekposten, behalve voor geneeskundige hulp en reiskosten ziekenbezoek. De verhoging bedraagt 40% (1,4x) en zelfs 113% (2,13x) voor AOW-ers. De verhoging telt mee voor het halen van de drempel.

7. Lage drempel

Die drempel is toch al laag, vooral voor mensen met een bescheiden inkomen. Tot een (gezamenlijk) bruto inkomen van € 42.986 geldt een drempel van 1,65% van dat inkomen, met een ondergrens van € 141 (voor alleenstaanden) of € 282 (voor fiscale partners).

8. Voordelig verdelen

Doe je als fiscale partners samen aangifte? Tel dan de uitgaven van jou en je fiscale partner bij elkaar op en vul telkens (bij de aangifte van elk van beiden) het totaalbedrag in. Bij het onderdeel 'Verdelen' kun je de aftrek verdelen over beide aangiftes. Je mag zelf bepalen in welke verhouding. Over het algemeen is het voordelig om de gezamenlijke aftrek volledig toe te rekenen aan de partner met het hoogste inkomen.

9. Korting voor jonggehandicapten

Iedereen met Wajong-rechten, krijgt over 2022 een belastingkorting van € 771. Niet alleen als je daadwerkelijk een (aanvullende) Wajong-uitkering kreeg, maar ook als die uitkering niet tot uitbetaling kwam, omdat je te veel bijverdiende. Kreeg je inderdaad Wajong van het UWV, dan heeft die uitkeringsinstantie hier al rekening mee gehouden bij de maandelijkse uitbetalingen. Toch moet je ook dan een vinkje zetten in het onderdeel 'Inkomen', bij de vraag 'Had u in 2022 recht op een Wajong-uitkering?' Anders loop je dit voordeel mis!

10. Nog meer belastingvoordeel

Er zijn nog meer belastingvoordelen voor mensen met een handicap of chronische ziekte. Denk aan de tegemoetkomingsregeling specifieke zorgkosten, de startersaftrek voor mensen met een arbeidsbeperking of de aftrek van premies voor lijfrenten voor een gehandicapt kind of kleinkind. Ga naar [Meerkosten.nl](https://www.meerkosten.nl) voor meer informatie!

Verdere verspreiding van dit artikel

Dit artikel, 'Aangifte inkomstenbelasting? Doen! - De aftrek van zorgkosten en andere belastingvoordelen' mag verder verspreid worden, met vermelding van: "Auteur: Kees Dijkman, bron: leder(in)"

Tekst: [Kees Dijkman](#). Deze informatie wordt aangeboden door [Leder\(in\)](#), het [Netwerk voor mensen met een beperking of chronische ziekte](#). De tekst is met de meeste zorgvuldigheid samengesteld, maar je kunt er geen rechten aan ontleen.