

## Tips belastingaftrek zorgkosten 2022

Tot 1 mei kun je belastingaangifte doen over 2022.

### Aftrekken specifieke zorgkosten

Veel lymepatiënten hebben zorgkosten die ze nergens vergoed krijgen. Sommige kosten kun je aftrekken van je inkomstenbelasting. Veel mensen krijgen op die manier een derde tot de helft van hun zelfbetaalde zorgkosten terug. Ook als je weinig of geen belasting betaalt, is het gunstig om je zorgkosten af te trekken (zie verderop).

### Welke kosten kun je aftrekken?

Dit zijn bijvoorbeeld:

- kosten voor de behandeling door een erkende, regulier arts, inclusief door hem/haar voorgeschreven medicijnen – ook als die voorschriften ‘off label’ zijn (dus als ze niet uit de richtlijnen voortvloeien);
- kosten van de behandeling van alternatief werkende, erkende artsen, inclusief voorgeschreven (alternatieve of homeopathische) medicijnen;
- kosten voor extra beddengoed, mits je aan de voorwaarden voldoet;
- alle kosten voor de tandarts (maar van de mondhygiënist alleen als de behandeling verband houdt met ziekte of invaliditeit);
- kosten voor de fysiotherapeut;
- kosten voor hulpmiddelen (maar niet alle hulpmiddelen);
- kosten voor diëten (op voorschrift van een diëtist);
- kosten voor behandeling door artsen in het buitenland (mits die werken volgens ook in Nederland geldende standaarden), evenals de kosten voor eventuele verpleging en verblijf in het ziekenhuis in het buitenland;
- reiskosten van en naar je (para)medische behandelaar, maar ook naar speciale gymnastiektraining en aangepast zwemmen (het moet daarbij gaan om ‘therapeutische activiteiten onder omstandigheden waarin gezonde personen soortgelijke activiteiten niet plegen uit te oefenen’)
- reis- en parkeerkosten bij het bezoek van zieke huisgenoten die minstens 10 km verderop worden verpleegd.

(Je moet bij een controle alle kosten kunnen onderbouwen. Dus alle recepten fotograferen, alle bonnetjes bewaren en autoritten documenteren in je agenda.)

‘Geneesmiddelen op recept van een arts’ mag je aftrekken. Alternatieve geneesmiddelen zijn ook geneesmiddelen, en als een erkende arts ze voorschrijft, mag je ze aftrekken. Veel mensen met lyme gebruiken voedingssupplementen, soms op advies of op recept van een (alternatief werkend) arts. Zijn dat ‘geneesmiddelen op recept’ of niet?

Dat hangt ervan af. Geneesmiddelen ter behandeling van een aandoening zijn aftrekbaar, middelen die je preventief gebruikt niet.

Een voorbeeld:

- paracetamol op recept van een arts is een geneesmiddel dat je mag aftrekken;
- vitamines of mineralen, al dan niet op advies van een arts, die je neemt omdat dat jouw gezondheid mogelijk zou kunnen bevorderen, zijn een voedingssupplement, en voedingssupplementen mag je niet aftrekken;
- een behandeling met vitamines of mineralen op recept van een erkende arts als onderdeel van de behandeling van jouw bestaande aandoening, mag je wel aftrekken.

Als je een fiscale partner hebt die ook aftrekbare zorgkosten heeft, mogen jullie onderling de zorgkosten zodanig verdelen dat ze het maximale voordeel opleveren.

### **Welke kosten mag je niet aftrekken?**

Dit zijn bijvoorbeeld:

- kosten die je verzekeraar vergoedt;
- premies die je betaalt;
- je (verplichte of vrijwillige) eigen risico;
- alle eigen bijdragen voor zorg, hulp en voorzieningen;
- kosten die je moet betalen voor zorg die in het basispakket zit omdat jij kiest voor een zorgverlener die geen contract heeft met jouw verzekeraar;
- reiskosten van en naar de arbo- of bedrijfsarts.

### **Als je weinig of geen belasting betaalt: toch aftrekken**

Als je zo'n laag belastbaar inkomen hebt dat je weinig of geen belasting betaalt, moet je tóch je zorgkosten opvoeren. Want als je door die aftrek van zorgkosten heffingskortingen misloopt (kortingen die veel mensen krijgen op de te betalen belasting), dan berekent de belastingdienst voor jou hoeveel heffingskorting jij had gekregen zonder die zorgkosten, en dan wordt het verschil contant aan je uitbetaald (dat heet 'tegemoetkoming specifieke zorgkosten').

En: zorgkosten aftrekken loont dubbel! Niet alleen krijg je nu geld terug, maar bovendien daalt je belastbaar inkomen en daarmee jouw eventuele eigen bijdrage voor zorg, hulp of voorzieningen, terwijl je eventuele huur- en zorgtoeslag juist zullen stijgen.

Hier vind je het gedetailleerde overzicht van de belastingdienst van wat je wel en niet mag aftrekken:

<https://www.belastingdienst.nl/wps/wcm/connect/nl/belastingaangifte/content/overzicht-zorgkosten>

Kees Dijkman van Iederin, het netwerk voor mensen met een beperking of chronische ziekte waarbij de Lymevereniging is aangesloten, heeft een webinar

gegeven over het aftrekken van je zorgkosten (het duurt 1 uur en 19 minuten). Dat kun je hier terugkijken:

<https://www.youtube.com/watch?v=HAbqICPuKO4>

Alle vragen die tijdens het webinar zijn gesteld en de antwoorden daarop, staan in een overzichtelijk Q&A-document:

<https://iederin.nl/wp-content/uploads/2023/02/Vragen-en-antwoorden-webinar-Meerkosten-februari-2023.pdf>

In het document staan links naar gedetailleerder informatie.

Kees Dijkman heeft ook een artikel geschreven met info, ook over ondersteuning die je kunt krijgen bij het opstellen van je aangifte:

<https://iederin.nl/wp-content/uploads/2023/02/Artikel-Aangifte-inkomstenbelasting-Doen-De-aftrek-van-zorgkosten-en-andere-belastingvoordelen-Iederin-K.-Dijkman.pdf>

We wensen je heel veel succes!

### **Andere regelingen**

Naast informatie over de fiscale aftrekmogelijkheden vind je op de [website Meerkosten.nl](#) ook informatie over andere regelingen voor inkomensondersteuning.

### **Belastingtips van het tv-programma Radar**

Overall op internet vind je tips voor je aangifte. Hieronder de tips voor besparing bij je belastingaangifte van het televisieprogramma Radar.

De jaarlijkse belastingaangifte kan weer worden gedaan. Moet je bijbetalen of krijg je juist geld terug? Van welke aftrekposten kan je gebruikmaken? Radar zet 9 tips voor je op een rijtje.

Vanaf 1 maart kan je de belastingaangifte invullen. Daar heb je tot 1 mei de tijd voor. Vul je de aangifte voor 1 april in? Dan krijg je voor 1 juli bericht. In 2023 doe je aangifte over 2022. De Belastingdienst vult elk jaar alvast de gegevens in die zij van jou hebben. Zorg dat je tijdig je aangifte verstuurt, daarmee voorkom je namelijk boetes.

#### **1. Check de vooraf ingevulde gegevens!**

Handig dat de fiscus alles alvast voor je invult, maar soms kloppen die gegevens niet. Check dus of de bedragen bij het loon kloppen met de jaaropgaaf van je werkgever. Controleer of de gegevens van je hypotheek en WOZ-opgave overeenkomen met de documenten die je zelf hebt.

#### **2. Geen brief, toch aangifte**

Krijg je geen brief van de Belastingdienst dat je aangifte moet doen, vul dan toch de aangifte in met aftrekposten waar jij gebruik van wil maken. Het kan zomaar zijn dat je toch ineens geld terug krijgt. Dit moet dan wel meer dan 16 euro zijn, want

daaronder keert de Belastingdienst niet uit. Moet je 49 euro of minder betalen? Dan scheldt de fiscus dat kwijt.

### 3. Doe niet direct aangifte

Je kan vanaf 1 maart aangifte doen, maar je kan beter wachten tot de derde en vierde week van maart. De Belastingdienst ontdekt soms foutjes in de aangifte die in de eerste twee weken worden hersteld. Je kan aangifte doen via de app of de website van de fiscus, maar let op, want via de app kan je geen vooraf ingevulde gegevens wijzigen.

### 4. Maak kopieën van aftrekposten

Als je gebruik maakt van aftrekposten is het belangrijk dat je goed gedocumenteerd hebt welke kosten je gemaakt hebt. Zorg dus dat je kopieën van bonnen hebt. De fiscus doet regelmatig checks en kan vragen om onderbouwing van de opgegeven aftrekposten.

### 5. Denk aan middeling

Als je een sterk wisselend inkomen hebt, dan kan je middeling aanvragen. Er wordt dan een gelijke verdeling van je inkomen over de afgelopen drie jaar gemaakt. Als blijkt dat daar voor jou een belastingvoordeel ontstaat, met een drempel van 545 euro, dan krijg je het verschil terug. Dit is met name belangrijk voor mensen die minder zijn gaan werken, gestopt of gestart zijn met werken, een ontslagvergoeding hebben gekregen of werken als freelancer.

### 6. Donaties aan goede doelen

Een gift aan een goed doel met een ANBI-status mag je aftrekken. ANBI staat voor Algemeen Nut Beogende Instelling. Er geldt een drempel van één procent van je inkomen met een minimum van 60 euro. Je kan overigens beter kiezen voor een periodieke gift, dan mag je namelijk het hele bedrag aftrekken. Periodiek wil zeggen: voor een periode van vijf jaar en steeds hetzelfde bedrag. Wie schenkt aan een culturele instelling mag 125% van de gift aftrekken bij een schenking tot vijfduizend euro.

### 7. Trek je reiskosten af

Ben je een frequente forens en reis je met het openbaar vervoer? Dan mag je je reiskosten aftrekken. Hoeveel je mag aftrekken is afhankelijk van de afstand en het aantal dagen dat je per week reist, maar het maximumbedrag is 2354 euro. Je mag je reiskosten niet aftrekken als je minder dan tien kilometer van je werk woont. Krijg je een vergoeding van je werkgever voor reiskosten? Dan wordt die in mindering gebracht.

### 8. Meld je studieschuld in box 3

Je belastingvrije vermogen mocht in 2022 50.650 euro zijn en voor fiscale partners is die 101.300. Dat geef je op in box 3. Als je dus meer dan 50.650 euro vermogen hebt, moet je vermogensbelasting betalen. Heb je een studieschuld? Dan mag je die aftrekken in box 3 van je vermogen. Let er wel op dat je studieschuld minimaal 3100 euro moet zijn.

### 9. Fiscaal partners kunnen besparen

Als je een relatie hebt en je partner woont op hetzelfde adres als jij, dan kun je als fiscaal partners bepaalde aftrekposten verdelen. Zo mag je spaargeld en vermogen in box 3 verdelen, maar ook aftrekbare giften en studiekosten. Ook mag je de fiscale aftrekposten voor je woning, zoals de hypotheekrente, verdelen.

Bron: <https://radar.avrotros.nl/hulp-tips/hulpartikelen/item/9-tips-voor-de-belastingaangifte-die-je-geld-kunnen-opleveren/>