

Erste Zugvögel brechen auf

(dpa). Die Zugvögel sind los: Im August starten bereits einige Arten in die Winterquartiere und bieten Vogelliebhabern ein imposantes Schauspiel. Besonders auf dem Land stehen die Chancen derzeit gut, unter anderem Störche, Kibitze und Feldlerchen bei ihrem Aufbruch gen Süden zu beobachten, erklärt Peer Cytirack, Ornithologe bei der Deutschen Wildtier Stiftung in Hamburg. Kibitze sammeln sich am liebsten auf abgeernteten Feldern und auf feuchten Wiesen, um gemeinsam in den Mittelmeerraum zu fliegen. Bei ihrem Umzug in den Süden fliegen die Vögel – anders als Gänse oder Kraniche – ohne feste Formation. Auch Weiß- und Schwarzstörche kreisen bereits in Aufbruchstimmung am Himmel. Die Störche überwintern im tropischen Afrika und in der Sahelzone. Bei ihrer Reise sind Störche Einzelgänger.



Weißstörche kann man wieder kreisen sehen. Foto: dpa

Senioren denken stabiler

(dpa). Die geistige Leistungsfähigkeit von Senioren ist geringeren Schwankungen unterworfen als bei jungen Menschen. Zwar schneiden Ältere bei Denksportaufgaben insgesamt etwas schlechter ab. Dafür bringen sie ihre Leistung konstanter. Das geht aus einer neuen Studie des Max-Planck-Instituts für Hirnforschung in Berlin hervor. Getestet wurden rund hundert junge Menschen zwischen 20 und 31 Jahren und die gleiche Anzahl an Senioren zwischen 65 und 80 Jahren. Die Probanden mussten an hundert Tagen verschiedene Denkaufgaben lösen.

Ratgeber Online



QR-Code scannen und weitere Artikel lesen

www.rhein-main-press.de/ratgeber



Werden neue rechtliche Regelungen bei der Steuererklärung falsch interpretiert, kann das gravierende Folgen haben. Foto: fotomex - Fotolia

Eine Neuerung mit Tücken

STEUERERKLÄRUNG Viele Kapitalerträge müssen trotz Einheitssatz angegeben werden

Seit dem 1. Januar 2009 werden Kapitaleinkünfte abweichend von der sonstigen Besteuerung nicht mehr nach dem üblichen, progressiven Einkommensteuertarif, sondern mit einem einheitlichen Steuersatz von 25 Prozent besteuert. Hinzu kommen der Solidaritätszuschlag und gegebenenfalls die Kirchensteuer.

Es gibt eine ganze Reihe von verschiedenen Erklärungspflichten und -optionen gegenüber dem Finanzamt (siehe Infokasten). Insbesondere sind hier folgende Fallgruppen zu nennen:

Im Einzelfall kann sich ein Kapitalanleger oder Gesellschafter einer Kapitalgesellschaft nicht pauschal darauf verlassen, dass seine Kapitalerträge bereits versteuert und dementsprechend in seiner Einkommensteuererklärung nicht

kommentiert werden müssen. Sollen vereinnahmte Kapitalerträge fälschlicherweise nicht in der Steuererklärung übernommen werden, liegt hierin schlimmstenfalls bereits eine Steuerhinterziehung.

DAS GILT ES ZU BEACHTEN

Alle ausländischen Kapitalerträge sind in der Einkommensteuererklärung aufzuführen. Insbesondere gilt dies im Interesse des Steuerpflichtigen, wenn die Erträge im Ausland nach der Zinsinformationsverordnung (ZiV) bereits einer Quellensteuer unterliegen haben. Erst recht gilt es jedoch, wenn ausländische Erträge bisher unbekannt geblieben.

Nach den gesetzlichen Regelungen sind Kapitalerträge jeweils den Einkünften aus Gewerbebetrieb, selbständiger Arbeit, Vermietung oder Land- u. Forstwirtschaft zuzurechnen, soweit sie zu diesen gehören. Fallen beispielsweise im Betrieb eines Landwirts Guthabenzinsen an, gehören diese Zinsen nicht zu den Kapitalerträgen, sondern zu seinen landwirtschaftlichen Einkünften, die dem vollen Steuersatz unterliegen.

Genau informieren

Das Finanzamt ist heute in der Lage, bei Banken und Kreditinstituten über das Kontenabrufverfahren verschiedene Bestandsdaten zu Konten- und Depotverbindungen der Kapitalanleger abzurufen. Die Kreditinstitute müssen die angeforderten Daten bereitstellen. Um nicht versehentlich oder aus Unwissenheit ins Visier der Steuerfahndung zu geraten, sollte sich daher jeder Kapitalanleger oder Darlehensgeber bei Banken oder einem Steuerberater genau über die Steuerpflicht für die von ihm vereinnahmten Erträge informieren.

EXPERTENTIPP



Unsere Autorin Susanne Mikofsky ist Steuerberaterin in der Mainzer Kanzlei Maier.

www.mauzer-kollegen.de

Falsche Annahme

Neben dieser Neuregelung des Steuersatzes wurden ab dem Jahr 2009 Erträge aus privaten Veräußerungsgeschäften unter die Kapitaleinkünfte gefasst, während die Möglichkeit zum Abzug angefallener Werbungskosten regelmäßig entfällt.

In der Praxis wird der pauschale Steuerabzug in der Regel von den Banken vorgenommen und entfaltet Abgeltungswirkung. Eine Einbeziehung der Einkünfte aus Kapitalvermögen in die Steuererklärung und Steuerveranlagung soll grundsätzlich nicht mehr erfolgen.

Diese Neuregelung führt jedoch häufig dazu, dass Anleger generell davon ausgehen, Kapitalerträge, gleich welcher Art, müssten nicht mehr in der Steuererklärung aufgeführt und besteuert werden. Diese Annahme ist jedoch so und in dieser Pauschalität nicht richtig.

der Darlehensnehmer zu mindestens zehn Prozent an der Gesellschaft beteiligt ist.

- Erträge aus Lebensversicherungen, die nach dem 31. Dezember 2004 abgeschlossen wurden, werden bei Einzahlung als sonstige Voraussetzungen nur hälftig angesetzt, unterliegen dem jedoch mit diesem Halbsatz dem vollen, persönlichen Steuersatz des Versicherungsnehmers.
- Gewinnausschüttungen einer GmbH, an der der Gesellschafter zu mindestens 25 Prozent beteiligt ist oder zu mindestens ein Prozent beteiligt und gleichzeitig für die Gesellschaft tätig ist, unterliegen auf Antrag dem sogenannten Teilrücknahmeverfahren mit entsprechender Möglichkeit zum Werbungskostenabzug. Dies kann für den Gesellschafter vorteilhaft sein.
- Auch verdeckte Gewinnausschüttungen einer GmbH an ihren nichtstehenden Personen oder an das eigene Unternehmen unterliegen dem vollen Steuersatz nach dem Einkommensteuertarif.

TIPPS

ERNÄHRUNG

Im Sommer mehr Kohlenhydrate

(dpa). Bei hohen Temperaturen wollen viele Menschen ihren Körper nicht noch zusätzlich durch schwere Kost belasten. Leichter verdaulich als fett- oder eiweißhaltige Speisen sind kohlenhydratreiche Lebensmittel wie Nudeln und Kartoffeln. Darauf weist Michaela Bänisch von der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement/BSA-Akademie in Saarbrücken hin. Auch Kohlenhydrate machen die Verdauung roh als Salat oft zu schaffen, weil es Substanzen enthält, die die Gasproduktion im Darm anregen und bläuhend wirken. Kohl wird daher besser nur gedünstet oder blanchiert verzehrt. Der Verzehr auf kohlenhydrathaltige Getränke und rohe Paprika kann ebenfalls sinnvoll sein, rät Bänisch. Auch bei Obst sei Vorsicht angebracht. Wer sich im Sommer ab und an ein Eis nicht verweigern will, greift der Figur und der Verdauung zuliebe besser zu fruchtigen. Es enthält grundsätzlich weniger Kalorien als Milchreis.

GESUNDHEIT

Frühzeitig zum Augenarzt

(dpa). Sehschwächen machen sich bei Kindern häufig mit der Einschulung bemerkbar. So haben Kurzsichtige Schwierigkeiten beim Schreiben oder Rechnen, weil sie die Schrift an der Tafel nicht erkennen können. Welschichtige Klämpfen dagegen mit dem Lesen oder Schreiben im Heft, erläutert das Kuratorium Gutes Sehen (KGS). Hintz das Kind in der Schule hinterher, sollten Eltern einen Besuch beim Augenarzt nicht aufschieben: Denn wird die Sehschwäche nicht vor dem siebten Lebensjahr korrigiert, bleibt das Kind auch als Erwachsener leistungsfähig. Um einer spätesten Sehschwäche vorzubeugen, besuchen Kinder am besten spätestens im Alter von dreieinhalb Jahren das erste Mal einen Augenarzt. Sind Augenerkrankungen in der Familie bekannt, ist die erste Untersuchung laut dem KGS schon zwischen dem sechsten und neunten Lebensmonat ratsam.



Foto: CandyBovines/Fotolia

NATUR

App hilft, Bienen anzulocken

(dpa). Bienen bestäuben Pflanzen und sind daher essenziell für den Obst- und Gemüseanbau. Gerade in Großstädten schwärmen aber eher wenige umher mit Pflanzen, die Bienen besonders lieben. Rund 100 davon hat das Bundesministerium für Ernährung in einer Smartphone-App aufgelistet und informiert über Merkmale wie Blütenfarbe, Blühzeit oder den besten Standort. Unter www.laneshz.de/bienenapp stehen die Links zum kostenlosen Download für iPhone und Android-Geräte. Foto: Peter Waters/Fotolia



SICHERHEIT

Auftriebshilfen statt Flügelchen

(dpa). Schwimmflügel sind für Kinder nicht immer die beste Wahl. Schwimmflügel seien sogenannte Brustauftriebshilfen, erläutert der TÜV Süd. Sie bringen Kinder gleich in die optimale Schwimmhaltung und werden mit Schnallen und Trägern am Körper befestigt. Aufblasbare Schwimmringe sind keine geeignete Schwimmhilfe: Sie dürfen nur zum Spielen im flachen Wasser benutzt werden, da sie nicht genug Sicherheit bieten. Wenn Eltern ehre Schwimmhilfe kaufen, nehmen sie ihr Kind am besten mit, um den Sitz zu überprüfen. Eine schlechte Wahl sind Produkte mit scharfen Kanten, lockeren Nähten oder einem starken chemischen Geruch. Foto: othello/Fotolia

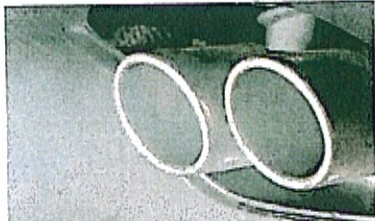


Am besten nur frühmorgens lüften

ABGASE Tipps zum Schutz vor gesundheitlichen Belastungen durch Stickoxide und Feinstäube

(dpa). Anwohner einer viel befahrenen Straße lüften am besten nur frühmorgens, damit möglichst wenig Autoabgase in ihre Wohnung gelangen. Ideal sei es, wenn es dann draußen auch noch feucht ist, sagte Prof. Harald Morr von der Deutschen Lungenspital (DLS) in Hannover. „Die Feuchtigkeit bringt Feinstäube auf den Boden.“ Ein guter Zeitpunkt zum Lüften sei daher auch bei Regen oder Nebel. „An windigen Tagen sollten die Fenster zu bleiben, damit wenig Abgase in die Wohnräume gelangen.“

Zwar gibt es laut Morr wenig wirklich gesicherte wissenschaftliche Daten, dass Autoabgase zu großen Gesundheitsschäden führen. Aber rein theoretisch seien Stickoxide und Feinstäube die entscheidenden Faktoren. „Stickoxide begünstigen Erkrankungen, die die Atemwege verengen: Asthma und COPD“, erläuterte



Wie stark Autoabgase zu Gesundheitsschäden beitragen, ist bislang nicht gesichert. Schutz ist dennoch ratsam. Foto: dpa

er. Feinstaub könne die Entwicklung von Lungenerkrankungen fördern. Eingeatmete Stickoxide wirken vermutlich ähnlich wie Zigarettenrauch auf die Atemwege – allerdings nur bei Menschen, die eine genetische Veranlagung zu Asthma oder COPD haben. „Die Stoffe lösen Entzündungsreak-

tionen aus und führen zu vermehrter Schleimbildung, so dass die Reinigungsfunktion der Schleimhäute nicht mehr läuft“, erklärt Morr. Dadurch blieben Dreck und Bakterien dort liegen, es komme zu noch mehr Entzündungen.

Pollen werden aggressiver

Stickoxide machen dem Mediziner zufolge außerdem die Pollen von Gräsern und Räsern aggressiver. Das führt bei Allergikern und Asthmatikern zu vermehrten Beschwerden, wenn sie sie einatmen. In Großstädten leiden sie mehr, wo der Autoverkehr stärker ist“, sagte Morr. Das sei mehrfach unternommen worden. Studien zum Thema Feinstaub hielten außerdem die Dosis von Stickoxiden aus Dieselmotoren aus Schiffsmotoren reagieren. „Sie zeigen Veränderungen, aber die Ergebnisse sind noch nicht so einfach auf den Menschen übertragbar“, erklärte Morr. Die Forschung nehme an, dass die Zel-

len durch den Feinstaub entarten und sich zu bösartigen Geschwülsten entwickeln. Die Wahrscheinlichkeit, dass auch Feinstaub aus Autoabgasen diese Wirkung haben könnte, sei groß, aber noch nicht eindeutig bewiesen.

Morr rät Anwohnern viel befahrener Straßen auch davon ab, ihren Balkon zu nutzen, wenn viel Verkehr, wenig Luftbewegung und womöglich auch noch hohe Ozonwerte herrschen. Denn dann rei die Schadstoffaufnahme über die Atemwege besonders groß. Spaziergänger und spielende Kinder sollten sich grundsätzlich aus verkehrsreichen Gegenden fernhalten und besser im Park oder am Fluss unterwegs sein. Und wer an einem Zebrastreifen eine Straße überqueren wolle, warte am besten an der Hauswand und nicht am Bordstein, bis die Bahn frei ist.

len durch den Feinstaub entarten und sich zu bösartigen Geschwülsten entwickeln. Die Wahrscheinlichkeit, dass auch Feinstaub aus Autoabgasen diese Wirkung haben könnte, sei groß, aber noch nicht eindeutig bewiesen.

Morr rät Anwohnern viel befahrener Straßen auch davon ab, ihren Balkon zu nutzen, wenn viel Verkehr, wenig Luftbewegung und womöglich auch noch hohe Ozonwerte herrschen. Denn dann rei die Schadstoffaufnahme über die Atemwege besonders groß. Spaziergänger und spielende Kinder sollten sich grundsätzlich aus verkehrsreichen Gegenden fernhalten und besser im Park oder am Fluss unterwegs sein. Und wer an einem Zebrastreifen eine Straße überqueren wolle, warte am besten an der Hauswand und nicht am Bordstein, bis die Bahn frei ist.

VERSICHERUNG

Auf Wertsteigerung anpassen

(dpa). Hausbesitzer sollten die Versicherungssummen für ihr Gebäude und den Hausrat anheben lassen, wenn sich deren Wert gesteigert hat. Das rät Andrea Meyer, Versicherungsexpertin der Verbraucherzentrale Sachsen. Sonst ergebe Versicherten womöglich ein Teil der Schadenssumme. Der Wert steigt sich etwa, wenn das Haus saniert, aus- oder umgebaut wird sowie ein Anbau bekommt. Verbraucher können vorsorgen, indem sie bei Vertragsabschluss den Erwand der Unterversicherung ausschließen. Dann zählt zum Beispiel die Hausratversicherung pro Quadratmeter Wohnfläche pauschal mindestens 650 Euro.

Ratgeber-Redaktion Rhein Main Digital

Redaktion Conny Hain Telefon: 0631/48-5389 Sekretariat Monika von Hatz Telefon: 0631/48-4594