

REUMA Vereniging GOUDA eo

Nieuwsbrief 1 – 2020; jaargang 7

Met deze nieuwsbrief blijf je op de hoogte van het reilen en zeilen van de Reuma Vereniging Gouda e.o.



Van de redactie

Dit kwartaal ontvangt u de nieuwsbrief iets eerder dan u gewend bent. De reden hiervoor is, dat we u dan iets kunnen vertellen over het Symposium dat aansluitend aan de Algemene Leden Vergadering (ALV) wordt gehouden, en we hebben in deze nieuwsbrief informatie over aftrek bijzondere ziektenkosten, die u kunt opvoeren als u uw belastingopgave doet. Als u dit voor 1 april wilt doen, kunt u nog net gebruik maken van deze tips. Daarnaast vindt u in deze nieuwsbrief

uitgebreide informatie over het Symposium. En we nemen hier alvast afscheid van twee aftredende bestuursleden. Het bestuur zal hun inzet missen. En ook op deze plek vraag ik het ook een keer: Wat houdt u tegen om u aan te melden als bestuurslid? Als u een huishouden kunt runnen, dan is besturen van een vereniging voor u geen enkel probleem.

Ik wens u veel leesplezier.

Astrid Sibbes

Agenda

- 4 april** **Algemene Leden Vergadering**
Livingstonelaan 54, 2803 EL Gouda (Ingang OOST)
(het pand waar vroeger Verpleeghuis Bloemendaal in gevestigd was)
- 4 april** Symposium: **Reuma onbeperkt:**
Samen naar toegankelijkheid. (zie pag. 3)

Van het bestuur

Zo in de aanloop van de eerste nieuwsbrief is er alweer heel veel werk verzet door vele vrijwilligers. De werkgroep Symposium heeft ondertussen een knap staaltje werk verricht in vrij korte tijd. Het bestuur is hard bezig geweest om alle stukken voor de Algemene Ledenvergadering op orde te krijgen en de redactiecommissie heeft weer de handen vol gehad om zowel alle ALV stukken als deze nieuwsbrief in de mooie vormgeving klaar te krijgen.

Dan nu een **HARTEKREET**.

Na deze Algemene Ledenvergadering zijn er nog maar twee bestuursleden over. Dit in tegenstelling tot wat in de toelichting agendapunt 9 staat. Danny heeft ondertussen te kennen gegeven dat ook hij stopt als bestuurder van de Reumavereniging Gouda e.o.

Wij vinden het nog steeds net zo belangrijk als ooit dat de Reumavereniging Gouda e.o. blijft bestaan. Een mooie website is het minimum.

Wel zal de rol van de vereniging veranderen door veranderingen in maatschappij, politiek en de zorg. Ook over de subsidie mogelijkheden zijn er door ReumaNederland al aankondigingen gedaan met de nodige onzekerheden voor 2021.

In al deze veranderingen zitten zeker mogelijkheden! Wie staat er op om bestuurslid te worden?

Wie helpt er om de Reumavereniging Gouda e.o. door te ontwikkelen naar een bij de tijd passende patiëntenvereniging?

Wil je meer weten? Neem contact op met één van de bestuursleden.

Als er op deze Ledenvergadering 2020 geen leden zich melden voor het bestuur, zullen we ons moeten beraden op voortzetting van de vereniging.

Hoeveel belang hecht jij aan het voortbestaan van de Reumavereniging Gouda e.o.?

Bertha Maat
secretaris

Twee bestuursleden nemen afscheid.

Tijdens de komende ALV treden Gerrit Verkaik en Carla Weller af als bestuurslid. We nemen hier alvast afscheid met een paar vragen.

Gerrit:

Hoe lang ben je bestuurslid geweest?

"Vanaf 2013 tot de ALV van 27 maart 2017 trad ik op als adviseur van het bestuur.

Daarna heb ik de functie van algemeen bestuurslid vervuld."



Wat is er leuk aan het bestuurslid zijn?

"Het meedenken over verschillende onderwerpen en je erva-

ring uit andere verenigingen weten te combineren en zo tot nieuwe inzichten weten te komen."

Heb je het gevoel dat je iets bereikt hebt als bestuurder?

"Binnen een bestuur bereik je de beslissingen met z'n allen en er is de laatste jaren ook veel bereikt, daar voel ik mij ook wel debet aan."

Wat ga je nu doen?

"Ik ben 80 jaar geworden en wil wat rustiger aan gaan doen, en samen met Ali wat leuke dingen ondernemen."

Wat wil je nog aan de leden van de vereniging kwijt?

"Dat een bekwaam en een actief bestuur altijd voor de leden klaar staat om ze te helpen. Een teken van waardering zou kunnen liggen in het feit dat de leden eens contact opnemen met het bestuur om te vragen wat zij voor werkzaamheden" zouden kunnen overnemen."

We leggen Carla dezelfde vragen voor:

Hoe lang ben je bestuurslid geweest?

"Zes en een half jaar."

Wat is er leuk aan het bestuurslid zijn?

"Het is vooral leuk om bestuurslid te zijn van ReumaVereniging Gouda e.o.! Het bestuur bestaat uit enthousiaste mensen met creatieve ideeën. Door middel van de subsidie van ReumaNederland wordt het mogelijk gemaakt om deze ideeën om te

zetten in leuke activiteiten voor de leden. Vaak krijgen we daarbij hulp van actieve leden van de vereniging; daar zijn we heel blij mee!"

"Een belangrijke taak van de Reumavereniging is het behartigen van de belangen van mensen met reuma in deze regio. Gemeenten hebben steeds meer taken gekregen van de rijksoverheid op het gebied van ondersteuning aan mensen met een beperking of chronische ziekte. Via onze contacten met de gemeenten en lokale instanties kunnen wij de specifieke belangen van mensen met reuma onder de aandacht brengen."

Heb je het gevoel dat je iets bereikt hebt als bestuurder?

"In 2013 was het voormalige bestuur van plan om de vereniging op te heffen.

Een aantal leden, waaronder ikzelf, Yvonne, Bertha en Gerrie, zijn toen opgestaan om de vereniging nog een kans te geven voor een doorstart.

Dat is succesvol gebleken! We hebben een website opgezet, en zijn actief geworden op Facebook en Twitter. Intussen bereik we veel mensen met deze social media.



Ook zijn we begonnen met het uitbrengen van deze digitale nieuwsbrief.

Ter gelegenheid van het 35-jarig bestaan van de Reumavereniging in 2018 hebben we een prachtige Glossy uitgebracht. Door al deze activiteiten weten ook gemeenten en lokale instanties ons steeds beter te vinden!

Daarnaast lukt het ons om elk jaar weer nieuwe, leuke activiteiten voor onze leden te organiseren! Een van onze activiteiten waar veel belangstelling voor is, is de Reuma-oefengroep in warm water. Als bestuur zijn we trots dat het gelukt is om deze activiteit op te zetten voor onze leden en andere mensen met reuma!"

Wat ga je nu doen?

"Ik blijf me nog even inzetten voor de social media van de vereniging, maar ik wil dit graag overdragen aan iemand anders. Want naast bestuurslid van de Reumavereniging, ben ik ook bestuurslid van de Goudse Adviesraad voor mensen met een beperking en ben ik lid van de Goudse CliëntenRaad sociaal domein.

Deze activiteiten zijn heel intensief en kosten mij veel tijd. Daarom heb ik besloten een stapje terug te doen als bestuurslid van de Reumavereniging.

Ik blijf wel contactpunt voor de Reumavereniging voor inwoners van Gouda. Ik vind het fijn om mensen met reuma en hun mantelzorgers te kunnen helpen met vragen of problemen op het gebied van zorg en ondersteuning."

Wat wil je nog aan de leden van de vereniging kwijt?

"Ik zou zeggen: Blijf lid van de vereniging en kijk of je iets kunt betekenen voor de vereniging.

Maar bovenal: probeer een leuk en actief leven te leiden en laat je daarbij niet weerhouden door de reuma!"

The logo for Artrosenetwerk Midden-Holland features the text "Artrosenetwerk" in a bold, blue, sans-serif font. Below it, "Midden-Holland" is written in a lighter blue, sans-serif font. A stylized orange and yellow graphic element, resembling a bridge or a network of lines, connects the two text elements.

Artrose netwerk Midden Holland

Omdat veruit de meeste mensen met artrose onder behandeling van de huisarts blijven, en slechts een klein deel bij een reumatoloog of orthopeed terecht komen, is het van belang dat ook een huisarts goed op de hoogte is van wat de oefen-therapeut / fysiotherapeut voor de mensen met artrose kan betekenen. Het Artrosenetwerk heeft daarom een patiënten folder ontwikkeld en een informatiepakket voor huisartsen en praktijkondersteuners. Voor informatie kunt u terecht op www.artrosenetwerkmiddenholland.nl.

Wilt u een patiëntenfolder bestellen, mail dan naar: artrosenetwerkmiddenholland@gmail.com

Symposium *Reuma onbeperkt*

Samen naar toegankelijkheid

Voor zaterdag 4 april heeft de Reumavereniging Gouda e.o., aansluitend aan de ALV een symposium georganiseerd, met bovenstaand thema. Toegankelijkheid is een heel breed begrip. Of het nu gaat om een gebouw niet binnen te kunnen, of veilig de weg op te gaan, mensen met een reumatische aandoening komen vaak een belemmering tegen. Samen met deskundigen en ervaringsdeskundigen gaan we op zoek naar mogelijkheden om de toegankelijkheid te optimaliseren.

We hebben **Corina Dijkstra**, wethouder in Gouda, met o.a. Maatschappelijke Ondersteuning en Publieke Gezondheid in haar portefeuille, bereid gevonden om over dit onderwerp te spreken. Daarna komen er in de vorm van Workshops diverse onderwerpen aan bot. Zo komt **Denise Janmaat**, directeur van **het** Nederlands Instituut voor Toegankelijkheid, vertellen over **toegankelijk** in de breedste zin van het woord. Zij kan ook vertellen wat je moet doen als je een belemmering ervaart. **Gerrit Verkaik** verzorgt een workshop over **verkeersveiligheid**, en dan speciaal voor e-bikes en scootmobielen. Er is een workshop **ReumaUitgedaagd!**, en voor de mensen die tussendoor op een creatieve manier de zinnen willen verzetten, verzorgt **Yvonne Balvers** een workshop **Boekselen**. Tijdens het symposium is er een uitgebreide informatiemarkt, met o.a. informatiestands van ReumaNederland, Psoriasis-

patiënten Nederland (PN), Veilig Verkeer Nederland (VWN), Fibromyalgie en Samenleving (FES), ReumaUitgedaagd, en anderen.

We verwelkomen iedereen op het symposium met een lunch.

Het programma

- 12.00 uur **Welkom met lunch**
- 13.00 uur **Welkom door de dagvoorzitter, mevrouw Anneke Steenland**
- 13.05 uur **Inleiding door mevrouw Corine Dijkstra, wethouder in Gouda**
- 13.45 uur **Workshops eerste ronde**
- 14.45 uur **Workshops tweede rond**
- 15.45 uur **Workshops derde ronde**
- 16.30 uur **Einde**
Tussen de works in is er voldoende tijd om een kopje koffie of thee te drinken.

Aan het eind van de middag krijgt u een goed gevulde goodie-bag mee naar huis.

De workshops

- 1 **Denise Janmaat**, *directeur van het Nederlands Instituut voor Toegankelijkheid*
Om de toegankelijkheid in Nederland te bevorderen, adviseert het Nederlands Instituut voor Toegankelijkheid ontwerpers en beslissers op het gebied van openbare ruimte en gebouwen over de toegankelijkheid.
Directeur Denise Janmaat is expert op het gebied van toe-

gankelijkheid. Zij kan antwoord geven op de vraag wat je moet doen als je belemmeringen ondervindt, wat je rechten zijn en bij wie je terecht kunt.

2 **ReumaUitgedaagd!**

ReumaUitgedaagd! is een zelfmanagementtraining voor mensen met een vorm van reuma. Bij deze training krijg je allerlei tips hoe je op jouw manier met je reuma om kunt gaan. Trainers vertellen meer over deze cursus.

3 **Verkeer en veiligheid met scootmobiel/e-bike.**

De heer **Gerrit Verkaik** weet alles over veilig de weg op met een e-bike of een scootmobiel.

4 **Boekselen**

Boekselen is creatief werken in een uitgelezen boek. Het is een fijne techniek om te spelen en ontspannen, om je creativiteit op gang te brengen en houden. Iedereen kan het, zeker onder leiding van **Yvonne Balvers**.

U kunt maximaal drie workshops bijwonen. Als u zich aanmeldt, geef dan aan welke workshops u wilt bijwonen. Kiest u voor minder workshops, dan hebt u ruime tijd om de uitgebreide informatiemarkt te bezoeken.

Waar wordt het symposium gehouden?

Zowel de ALV als het symposium worden gehouden in

Het Vijfde Huis (Ingang OOST)

Livingstonelaan 54

2803 EL Gouda

Vroeger was Verpleeghuis Bloemendaal in dit gebouw gevestigd.

Wat kost het?

De toegang voor dit Symposium is € 5,- voor leden* en € 10,- voor mensen die geen lid zijn van de Reumavereniging Gouda e.o.. Dit is inclusief lunch en koffie/thee tussendoor.

Hoe meld ik me aan?

Leden van de vereniging hebben al een uitnodiging ontvangen met een aanmeldformulier. U kunt dit formulier ingevuld opsturen naar info@reumagouda.nl.

Hebt u geen formulier, dan kunt u een aanmeldformulier op de website www.reumagouda.nl vinden, of een e-mail sturen naar info@reumagouda.nl, met daarin uw naam, adres, telefoonnummer en met hoeveel mensen u komt. Vul hierin ook welke workshops u wilt volgen.

U betaalt de toegang via IBAN NL65 INGB 0005 547 153, onder vermelding van 'symposium'.

Aanmelden kan tot uiterlijk 25 maart.

*Leden en hun partner/huisgenoot

ReumaBlog uit het Groene Hart:

Ook aan het hebben van reuma zitten fijne kanten!

Ook al schrijf ik soms dat ik mijn leven niet wil laten beheersen door de reuma (ik heb het, maar ik ben het niet); ik kom door mijn reuma soms wel in een lastige situatie. En wel in het betaalverkeer.

Er zijn automaten, bijvoorbeeld de parkeerautomaat bij het Groene Hart Ziekenhuis, waarin ik mijn pas vol vertrouwen en argeloos instop, mijn pincode toets en tevreden zie dat de transactie geslaagd is, maar dan vervolgens moet constateren, dat mijn kromme vingers de pinpas niet meer uit het geniepige gleufje krijgen. De rij achter mij groeit gestaag en ik voel dat ik mijn geloof in de mensheid moet aanspreken, en aan een van de wachtenden achter mij de intieme vraag moet stellen of hij of zij mijn pas even uit het gleufje wil halen. Dit is geen moment om de betrouwbaarheid van de ongeduldige rij mensen achter mij te toetsen. Dat hoeft ook niet, want het gaat altijd goed en dikwijls krijg ik ook nog een meelevende blik of een vriendelijke opmerking: “Graag gedaan!”

Maar ik word natuurlijk vaker geconfronteerd met betaalverkeer. Stel: ik ben in de supermarkt en ik heb een paar kleine dingetjes gekocht en besluit maar even bij de kassa te betalen in plaats van te scannen. De rij bij de kassa is kort, althans hij wás kort, totdat ik aan de beurt ben. De caissière ziet mijn twintig eurobiljet en vraagt of ik gepast wil betalen omdat ze weinig klein geld heeft. Ik heb dit wel, dus ik ga frommelen

in mijn portemonnee, in het te smalle vakje met klein geld. Vervolgens valt het een en ander op de grond (raap dat maar eens op van de gladde vloer!), zodat echt tempo maken er niet meer in zit. Mensen achter mij verlaten knorrig de rij, anderen zuchten nadrukkelijk, en ik verlaat met schaamrood op mijn wangen schichtig de winkel.

Vorige week heb ik gelukkig ook weer een heel blij moment meegemaakt dankzij de reuma! Ik heb een aantal maanden niet mogen zwemmen door een wond aan mijn vergroeide voet. De wond was dicht en ik ging vrolijk fluitend naar het Groenhovenbad. De begroeting van mijn medezwemsters was zo hartelijk dat ik er bijna verlegen van werd. Iedereen was zo belangstellend! Het enige contact dat ik had gehad, waren de lieve kaarten geweest die naar mij toegestuurd werden. Wat was het fijn om iedereen weer te zien, en te horen hoe het met iedereen ging. Wat was ik blij dat ik weer mee kon doen met de oefeningen in het water, en de grappen, en met het uitwisselen van nieuwtjes. Ook aan het hebben van reuma zitten fijne kanten!

Magda

Om de beurt (pakweg 10 keer per jaar) schrijven Renate Visser, Celeste Stiphout en Magda van Roon de Reumablog uit het Groene Hart.*

De Reumablog geeft de belevenissen en meningen weer van de schrijvers, niet van de Reumavereniging.

Wil je reageren? Dat kan. Via onze contactpagina.

** Celeste Stiphout is een pseudoniem.*

De aftrek van zorgkosten over het jaar 2019

ieder(in)

Stappenplan

Een handicap of ziekte levert vrijwel altijd een stapeling van kosten op. U betaalt bij voor medische zorg, hulpmiddelen, aanpassingen, extra kleding, reiskosten, dieetvoeding en nog veel meer. Een deel van die kosten kunt u terugkrijgen via de aangifte inkomstenbelasting. Maak gebruik van de aftrek van zorgkosten!

In dit artikel vindt u een kort stappenplan voor deze aftrek. Wilt u meer weten? Kijk dan op Meerkosten.nl voor uitgebreide, gedetailleerde informatie.

Dit artikel gaat over de aangifte over het belastingjaar 2019. U kunt deze aangifte doen vanaf 1 maart 2020.

De aftrek van zorgkosten is helaas niet eenvoudig. Gelukkig zijn er veel organisaties die u kunnen helpen. Neem voor meer informatie contact op met uw gehandicaptenorganisatie, patiëntenvereniging, ouderenorganisatie, belastingwinkel of vakbond. Neem eventueel dit artikel mee en attendeer degene die u helpt op de website Meerkosten.nl voor uitgebreide uitleg, achtergrondinformatie en verwijzingen.

Stap 1: Doe aangifte inkomstenbelasting

- Zet uw computer aan, ga naar mijn.belastingdienst.nl en log in met uw DigiD. Hebt u nog geen DigiD? Ga naar Digid.nl en vraag 'm aan.

- Klik op Inkomstenbelasting.
- Klik op Belastingjaar 2019.
- Klik op Aangifte inkomstenbelasting doen.

Stap 2: Vul uw gegevens in

De aangifte begint met het invullen van uw persoonlijke gegevens. Daarna vraagt de aangifte naar uw fiscale partner en eventuele minderjarige kinderen.

- De Belastingdienst heeft uw persoonlijke gegevens alvast voor u ingevuld. Controleer deze gegevens zorgvuldig. Pas ze aan als ze niet kloppen.
- Bent u fiscale partners, dan is het voor de aftrek van zorgkosten erg handig om samen aangifte te doen. Vink dit aan als de aangifte erom vraagt, op het tabblad Partner.

Vervolgens krijgt u vragen over uw inkomen, de eigen woning, bankrekeningen, andere bezittingen en hypotheken.

- De Belastingdienst heeft de gegevens over uw inkomen en uw vermogen (waaronder het saldo op uw bankrekening) alvast voor u ingevuld. Controleer deze gegevens zorgvuldig. Pas ze aan als ze niet kloppen.

Stap 3: Vink Zorgkosten aan

Nadat u de vorige gegevens hebt ingevuld, komt u in het tabblad Uitgaven (*zie afbeelding 1*).

- Vink Zorgkosten aan. Als u nog andere aftrekposten hebt (zoals giften of uitgaven voor studie of opleiding), dan vinkt u die ook aan.
- Klik op Akkoord. U komt nu in het tabblad Zorgkosten (*zie afbeelding 2*).

Abbeelding 1: Het tabblad Uitgaven

In het bovenste witte veld staat voor wie u zorgkosten mag aftrekken. In het tweede witte veld staat het drempelbedrag. Alleen als u (samen met uw fiscale partner) in totaal meer zorgkosten hebt dan de drempel, blijft er aftrek over. De drempel is afhankelijk van uw (gezamenlijke) inkomen. Het bedrag dat hier staat heeft de online aangifte zelf berekend, op basis van de gegevens over uw situatie en uw inkomen die u eerder hebt ingevuld.

Voor de aftrek van zorgkosten geldt een aantal algemene voorwaarden en een aantal beperkingen. De belangrijkste regel is dat het moet gaan om kosten die u (of uw fiscale partner) in 2019 zelf betaald hebt. Als u een vergoeding hebt gekregen, dan kunt u het deel van de uitgaven dat u vergoed kreeg niet ook nog eens aftrekken. Ook als u een vergoeding had kunnen

Abbeelding 2: Het tabblad Zorgkosten

krijgen, maar u hebt die niet aangevraagd, kunt u de kosten niet aftrekken. Verder gelden er per onderdeel van de aftrek soms gedetailleerde regels, die erg ingewikkeld zijn.

In het onderste blauwe veld van het tabblad Zorgkosten staan de posten die aftrekbaar zijn. Posten die niet in dit lijstje staan, zijn dus niet aftrekbaar. Eigen bijdragen voor zorg zijn nooit aftrekbaar. Ook niet als het gaat om een eigen bijdrage voor zorg, voorzieningen of hulpmiddelen die wel in het lijstje staan. Toch blijven er vaak kosten over die u wel kunt aftrekken. Het loont dus de moeite om het lijstje in te vullen.

Stap 4: Zet uw kosten op een rijtje

Hebt u kosten bij de verschillende onderdelen? Zorg er dan voor dat u de gegevens hierover overzichtelijk in een map bewaart. U vult bij elke post in de aangifte namelijk alleen het totaalbedrag in. Maar de Belastingdienst kan u wel om een onderbouwing vragen. Kunt u die niet leveren, dan zal de inspecteur de aftrek niet accepteren.

Doet u als fiscale partners samen aangifte? Tel dan uw uitgaven en de uitgaven van uw fiscale partner bij elkaar op en vul telkens het totaalbedrag in.

Geneeskundige hulp

Het gaat hier om kosten voor medische en paramedische zorg, inclusief tandartskosten. Denk ook aan medische behandelingen in het buitenland die uw verzekeraar niet vergoedt. Het moet wel altijd gaan om behandelingen door artsen of paramedici die werken volgens in Nederland geldende medische standaarden. Onder paramedische zorg vallen ook uitgaven voor particuliere ziekenzorg zonder indicatie of naast de indicatie (als de indicatie niet toereikend was).

Reiskosten ziekenbezoek

Voor bezoek aan een (voormalige) huisgenoot die minstens 10 km verderop verpleegd wordt. Reisde u per openbaar vervoer of met een taxi, dan zijn de kosten volledig aftrekbaar. U moet dan wel de bonnetjes bewaren! Nam u de auto, dan geldt een standaardtarief van € 0,19 per kilometer.

Medicijnen op doktersvoorschrift

Het gaat om geneesmiddelen en verbandmiddelen, op voorschrift van een erkende arts. Ook uitgaven voor homeopathische medicijnen 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. Reisde u per openbaar vervoer of met een taxi, dan zijn de kosten volledig aftrekbaar. Nam u de auto, ga dan uit van de werkelijke kosten per kilometer, dus inclusief afschrijving en onderhoud. U kunt die kilometerprijs berekenen op basis van de ANWB Autokostenmodule <https://www.anwb.nl/auto/autokosten#/kenteken>. Kreeg u een vergoeding van de zorgverzekeraar voor het ziekenvervoer, dan moet u die in mindering brengen op de aftrek.

In sommige gevallen zijn ook de meerkosten voor leefvervoer (privé vervoer) aftrekbaar, maar in de praktijk is dat lastig. U moet kunnen aantonen dat u vanwege uw handicap of ziekte

meer vervoerskosten hebt dan anderen, die voor het overige (inkomen, gezinssamenstelling) in dezelfde situatie zitten als u. Dat lukt alleen als u (1) een volledige administratie bijhoudt van al uw vervoerskosten en (2) kunt nagaan wat een vergelijkbaar iemand normaal gesproken aan vervoerskosten heeft. Een tabel hiervoor kunt u vinden op de site van het Nibud:

<https://www.nibud.nl/consumenten/afrek-extra-vervoerskosten>.

Extra uitgaven voor kleding en beddengoed (vast bedrag)

Deze aftrek geldt alleen voor huisgenoten en alleen voor meerkosten ten opzichte van andere mensen die geen ziekte of beperking hebben. Er geldt een laag forfait van € 300 voor extra uitgaven die u wel aannemelijk kunt maken, maar niet hoeft aan te tonen. Zijn uw extra uitgaven aantoonbaar hoger dan € 600? Dan kunt u € 750 aftrekken.

Afschrijvingen op uitgaven vóór 2014 voor een rolstoel, scootmobiel of woningaanpassing

Hebt u in 2013 een rolstoel, scootmobiel of woningaanpassing aangeschaft, schrijft u die af in méér dan vijf jaar (bijvoorbeeld in 7 of 10 jaar) en hebt u het eerste deel van die afschrijving al over het jaar 2013 afgetrokken als zorgkosten (toen waren deze hulpmiddelen nog aftrekbaar), dan mag u de afschrijving over 2019 ook nog 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 uw inkomen. Alleen uitgaven boven deze drempel zijn aftrekbaar. Maakt u gebruik van extra gezinshulp, dan berekent de online aangifte automatisch deze extra drempel.

Dieet op voorschrift van een dokter of diëtist

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

- Staat uw dieet in de lijst? Vink dan 'ja' aan. Er verschijnt dan een uitklapscherm onderin het tabblad. Daar kunt u uw naam invullen en het dieet in de lijst aanvinken.
- Volgde u meer dan één dieet? Klik dan op het plusje vóór 'Nog een dieet toevoegen' en vink het tweede dieet aan in de lijst.
- Is er nog iemand voor wie u of uw partner de dieetkosten betaald hebben en voor wie u zorgkosten mag aftrekken? Vink dan 'ja' aan, helemaal onderaan het tabblad. Vul vervolgens ook voor die persoon de naam en het dieet in.

Voor de diëten in de tabel van de Belastingdienst gelden vaste aftrekbedragen. U hoeft dus zelf geen bedrag in te vullen. Dat doet het aangifteprogramma voor u. U hoeft ook niet te bewij-

zen dat u het dieet gevolgd hebt en wat u dat gekost heeft. Voor de aftrek is het voldoende dat u het dieet voorgeschreven hebt gekregen.

Stap 5: Check het lijstje

Hebt u alle bedragen correct ingevuld? Bent u niets vergeten?

- Klik dan op Akkoord.

Stap 6: Verdeel de aftrek

Bent u fiscale partners, dan komt u na het invullen van een aantal aanvullende vragen in het tabblad Verdelen (afbeelding 3). Daar staat al het totaalbedrag aan zorgkosten dat u samen mag aftrekken.

- Vul een bedrag in, in het witte vakje onder 'Uw deel'.
- Klik op 'Belasting berekenen'. U krijgt nu te zien hoeveel geld u en uw fiscale partner terugkrijgen.
- Probeer dit nog een keer, met een ander bedrag.
- Probeer dit net zo lang, tot u de meest voordelige verdeling hebt gevonden.
- Klik op Akkoord.

Stap 6: Bekijk het resultaat

Bent u tevreden over de verdeling? Of hebt u geen fiscale partner en hoeft u dus niets te verdelen? Klik dan op 'Overzicht belasting en premies' in het menu links in beeld. U krijgt dan te zien hoeveel belastinggeld u terugkrijgt op basis van de gegevens die u hebt ingevuld.

The screenshot shows the 'Verdelen' (Distribute) tab in a tax software interface. On the left, there is a list of categories with checkboxes, including 'Aangifte inkomstenbelasting', 'Introductie', 'Persoonlijke gegevens', 'Partner', 'Persoonlijke gegevens uw partner', 'Persoonlijke gegevens kinderen', 'Ondernemingen', 'Inkomsten', 'Woningen en andere onroerende zaken', 'Bankrekeningen en andere bezittingen', 'Hypotheken en andere schulden', 'Uitgaven', and 'Aanvullende vragen'. Below this list is a 'Verdelen' section with a 'Verzichten belasting en premies' link and a 'Naar: ondertekenen' button. On the right, there is a table with columns 'Totaal', 'Uw deel', and 'Deel fiscale partner'. The table has a row for 'Persoonsgebonden aftrek' with a sub-row for 'Zorgkosten' showing a total of 'C'. The 'Uw deel' column has a white input field with 'C' entered. Below the table is a 'Belasting berekenen' button, which is circled in red. At the bottom right, there are 'Doorn' and 'Akkoord' buttons. A blue bar at the bottom of the screenshot contains the text 'Afbeelding 3: Het tabblad Verdelen'.

Stap 7: Onderteken de aangifte

Dit is de laatste stap. Loop eerst alle gegevens nog een laatste keer door. Corrigeer zo nodig fouten. Als u zeker weet dat alles klopt, ondertekent u de aangifte (met uw DigiD) en stuurt u hem naar de Belastingdienst. Sla de aangifte op uw computer op of print hem uit voor later gebruik. Doe dat vóórdát u uitlogt!

*Tekst: Kees Dijkman. Deze informatie wordt u aangeboden door **leder(in)**. De tekst is met de meeste zorgvuldigheid samengesteld, maar u kunt er geen rechten aan ontleen. Bij het schrijven van dit artikel was de definitieve online aangifte voor het jaar 2019 nog niet beschikbaar. De aangifte kan er daardoor op onderdelen iets anders uitzien dan hier beschreven. Voor meer informatie, kijk op www.meerkosten.nl.*

Medicijndosering veilig verlagen tijdens reumabehandeling

Mensen met reuma die worden behandeld met TNF blokkers, krijgen vaak meer medicijn dan nodig is. Zij kunnen de dosering veilig verlagen. Dit is één van de belangrijkste resultaten uit het proefschrift van Merel l'Ami, onderzoeker bij Reade. Het meten van de hoeveelheid medicijn in het bloed helpt bij het op maat behandelen van reumapatiënten.



TNF blokkers op maat

TNF blokkers zijn medicijnen die ontstekingen remmen door het lichaamseigen ontstekingsstofje TNF (tumornecrosefactor) te blokkeren. l'Ami deed onderzoek naar adalimumab en etanercept. Twee TNF blokkers die regelmatig worden voorgeschreven voor reumatoïde artritis, artritis psoriatica en ankyloserende spondylitis. Ze zijn beiden effectief, maar hebben ook bijwerkingen en zijn duur. Behandeling op maat is daarom een belangrijk doel.

Medicijndosering veilig verlagen

De standaard dosering van adalimumab en etanercept is voor iedereen gelijk. De hoeveelheid medicijn in het bloed (medicijnspiegel) verschilt per patiënt. Het eerste onderzoeksresultaat

laat zien dat de dosering van adalimumab met één derde kan worden verlaagd bij patiënten met reumatoïde artritis, die veel medicijn in het bloed hebben. Ook patiënten die met etanercept worden behandeld kunnen de dosering verlagen. 63% van de patiënten met een rustige ziekte kan de helft minder injecteren. Hiervan kan ook een deel voor langere tijd stoppen met het medicijn.

Medicijnspiegel in bloed belangrijke graadmeter in keuze TNF blokkers

Het tweede onderzoeksresultaat is dat de medicijnspiegel laat zien waarom TNF blokker adalimumab niet goed werkt bij reumatoïde artritis. Dit helpt bij het kiezen van een tweede behandeling. Vooral patiënten die (te) weinig medicijn in het bloed hebben, kunnen baat hebben bij een tweede TNF blokker, zoals etanercept.

Geen afname van stofje TNF bij een rustig ziekteverloop

Tenslotte is onderzoek gedaan naar het stofje TNF zelf. De hoeveelheid TNF in het bloed is geen voorspeller voor wie kan stoppen met het medicijn. Een deel van de patiënten stopt (tijdelijk) met adalimumab of etanercept omdat zij minder TNF in het bloed hebben. De resultaten laten echter zien dat er geen afname is in de hoeveelheid TNF bij een rustige ziekte. Daarentegen lijkt TNF in een vroeg stadium van de behandeling wel te voorspellen of iemand veel antistoffen gaat vormen. TNF blokker Adalimumab werkt dan minder goed.

bron: ReumaZorgNederland

Laat patiënt niet bijbetalen voor medicijnen

Minister Bruins sleutelt aan de vergoeding voor medicijnen, blijkt uit een brief die hij in januari naar de Tweede Kamer stuurde. Dat kan er toe leiden dat patiënten straks moeten gaan betalen voor medicijnen die ze nu nog gewoon vergoed krijgen. Directeur Dianda Veldman van Patiëntenfederatie Nederland is het daar niet mee eens.

“Bruins wil via de fabrikanten van medicijnen 140 miljoen euro bezuinigen op de kosten van medicijnen, maar legt de rekening daarvan bij de patiënt als die bezuiniging niet lukt. Dat vinden wij niet terecht. En daar komt bij dat het nu nog zo is dat patiënten maximaal 250 euro eigen bijdrage per jaar hoeven te betalen voor medicijnen. Dat is voor veel mensen met een aandoening al een groot bedrag. Maar die regeling geldt alleen voor deze kabinetsperiode. Wij vinden dat die regeling ook na deze kabinetsperiode in stand moet blijven. Anders moeten mensen soms duizenden euro’s bijbetalen en dat willen we niet.”

Dianda Veldman: “Bruins noemt het modernisering van het geneesmiddelen vergoeding systeem. Wij zien dat het risico bestaat dat patiënten de dupe worden van de nieuwe regels. Wij begrijpen dat VWS grip wil op de prijs van medicijnen, maar dat moet er niet toe leiden dat de patiënt onnodig op

kosten wordt gejaagd. Want dat gebeurt als de fabrikanten de prijs niet gaan drukken.”

Betalen uit zorgverzekeringspremie

De Patiëntenfederatie ziet het liefst dat de kosten van de modernisering van het systeem gewoon worden betaald uit de zorgverzekeringspremie zodat alle Nederlanders eraan bijdragen en niet alleen de mensen die medicijnen gebruiken.

Liever niet wisselen

Directeur Veldman: “Veel patiënten zullen om financiële redenen gedwongen worden om te kiezen voor het goedkoopste medicijn. Dat strookt niet met ervaringen van ons en onze leden dat wisselen van medicijn lang niet altijd kan. Patiënten ervaren soms heel vervelende bijwerkingen, ook al is de werkzame stof hetzelfde. Niet voor niets praten partijen nu over een lijst van medicijnen die niet gewisseld mogen worden. Deze aanpassing van het GVS dreigt roet in het eten te gooien omdat sommige patiënten vanwege de kosten nu toch gaan wisselen van medicijn.” Er is voor patiënten overigens wel een ontsnapingsmogelijkheid. Voor patiënten die echt niet van medicijn kunnen wisselen, blijft er een uitweg. Als het medisch onverantwoord is om te wisselen kan de dokter op het recept “medische noodzaak” aangeven. Dan wordt dat specifieke medicijn gewoon vergoed en krijgt de patiënt dat middel ook mee bij de apotheek.

De Patiëntenfederatie pleit er tevens voor om patiënten in

ieder geval het eerste jaar na invoering van het nieuwe stelsel invoering vrij te stellen van bijbetalingen. Directeur Veldman: “Laten we eerst maar eens afwachten wat de markt doet. Gaan fabrikanten hun prijzen verlagen of niet?”

bron: Patiëntenfederatie Nederland

ReumaNederland steunt ontwikkeling 3D geprinte brace

ReumaNederland doet een grote investering in het jonge Delftse bedrijf Manometric. De investering van ReumaNederland zorgt ervoor dat er meer 3D-scanners en -printers kunnen worden geproduceerd en de 3D geprinte braces kunnen worden doorontwikkeld voor verschillende reumatische aandoeningen.

Manometric ontwikkelde speciale software waarmee een zeer nauwkeurige scan van de hand omgezet wordt in een 3D-geprinte hand- of polsbrace. Jan-Willem Förch, algemeen directeur ReumaNederland: “Een goede hand- of polsbrace zorgt ervoor dat je je handen beter kunt blijven gebruiken ondanks je reumatische aandoening en dat je mee kunt blijven doen. Daarom zijn wij zo enthousiast over deze innovatie. Met onze bijdrage willen we zorgen dat meer mensen sneller een gepersonaliseerde brace kunnen krijgen.”

Robin Jones, mede-oprichter van Manometric: “Met de steun

van ReumaNederland kunnen we grote stappen zetten. Wij kijken enorm uit naar de samenwerking met ReumaNederland die verder gaat dan een financiële investering. De enige manier om een goed product te maken, is in nauwe samenwerking met patiënten en artsen. Vanaf de eerste schets, tot de materiaalkeuze en detaillering is de voorkeur van de patiënt bepalend. De samenwerking met ReumaNederland geeft ons de mogelijkheid om nog een stap dichterbij hen te komen en voor meer mensen met reuma tot een heel goede brace te komen, die echt een groot verschil maakt in het dagelijks leven.”

bron: ReumaNederland

Vergoeding lidmaatschap van een patiëntenvereniging 2020

De kosten voor het lidmaatschap van een patiëntenvereniging worden niet vergoed vanuit de basisverzekering. Sommige zorgverzekeraars vergoeden wel (een deel) van deze kosten vanuit de aanvullende zorgverzekering.

Patiëntenfederatie Nederland heeft alle zorgverzekeraars, die vergoeden, en op welke voorwaarden, op een rij gezet. De lijst is te complex om helemaal in deze nieuwsbrief op te nemen. Achter onderstaande link vindt u de complete lijst.

https://www.patiëntenfederatie.nl/images/Vergoeding_lidmaatschap_patiëntenvereniging_2020.pdf

Contact

Algemene vragen, opmerkingen, aanmeldingen van activiteiten of feedback kun je sturen naar:

info@reumagouda.nl

of

Secretariaat:

Berkenweg 79

2771 VS Boskoop

Wil je lid worden? Of een adreswijziging of emailadres doorgeven? penningmeester@reumagouda.nl

Telefonisch contact:

Bertha Maat, secretaris (0172) 21 04 84

Krijg je deze nieuwsbrief op papier maar wilt je het liever digitaal ontvangen?

Stuur even een mailtje naar: info@reumagouda.nl

Maar als lid mag je ook vragen om een papieren exemplaar.

Deze nieuwsbrief verschijnt 4 keer per jaar.

Leden krijgen naar wens de nieuwsbrief of per post of per e-mail.

De gedrukte oplage is 45 exemplaren.

Niet-leden krijgen de nieuwsbrief per mail.

