

# Wann Rentner eine Steuererklärung abgeben müssen

Jährlicher Grundfreibetrag darf nicht überschritten werden

Gewisse Anteile einer Altersrente unterliegen der Steuerpflicht – je nach Zeitpunkt des Renteneintritts unterschiedlich viel. Weil die Rente aber zunächst steuerfrei ausgezahlt wird, sind viele Ruheständler dazu verpflichtet, eine Steuererklärung abzugeben, damit die Einkünfte nachgelagert besteuert werden können. Darauf weist die Deutsche Rentenversicherung Bund (DRV) hin.

Zur Abgabe einer Steuererklärung verpflichtet sind Rentnerinnen und Rentner immer dann, wenn ihr zu versteuerndes Einkommen den jährlichen Grundfreibetrag übersteigt. 2024 liegt dieser für Alleinstehende bei 11.784 Euro, für Verheiratete bei 23.568 Euro. Für das Jahr 2025 gelten höhere Grundfreibeträge von 12.096 Euro beziehungsweise 24.192 Euro.

## Bescheinigungen können Arbeit erleichtern

Bei Bedarf erhalten Ruheständler von der Deutschen Rentenversicherung kostenlose Bescheinigungen. Darin sind alle steuerrechtlich relevanten Beträge samt Hinweisen zu finden, wo diese Werte in die Steuererklärung eingetragen werden müssen. Wer diese Bescheinigungen haben möchte, kann sie zum Beispiel online unter [www.deutsche-rentenversicherung.de/steuerbescheinigung](http://www.deutsche-rentenversicherung.de/steuerbescheinigung) anfordern. Ist die Bescheinigung erstmals beantragt worden, erhalten Rentnerinnen und Rentner sie in den Folgejahren automatisch,



Zur Abgabe einer Steuererklärung verpflichtet sind Rentnerinnen und Rentner immer dann, wenn ihr zu versteuerndes Einkommen den jährlichen Grundfreibetrag übersteigt.

FOTO: BENJAMIN NOLTE

teilt die DRV mit. Diese wird dann grundsätzlich zwischen Mitte Januar und Ende Februar gestellt. Weitere Informationen erhalten Interessierte auch am kostenlosen DRV-Service-Telefon unter 0800 10 00 48 00.

Übrigens: Seitdem die Rentenversicherung dem zuständigen Finanzamt automatisch sämtliche steuerrelevanten Daten übermittelt, ist die Bearbeitung der Steuererklärung für Rentnerinnen und Rentner deutlich einfacher geworden. Entsprechende Angaben in den Anlagen „R“ und „Altersvorsorgeaufwand“ zu machen, ist nur noch dann notwendig, wenn die Steuererklärung elektronisch abgegeben wird, und die mögliche Rückerstattung oder Nachzahlung vorab errechnet werden soll. (DPA)

... über 10 Jahre!



**PFLEGE  
HAUSWIRTSCHAFT  
BETREUUNG**

Luisenstraße 6  
30890 Barsinghausen  
Tel. 05035 - 302  
Mobil: 0177 - 3233784  
[hella-kamp@gmx.de](mailto:hella-kamp@gmx.de)

- fast wie  
in der Familie

**Wir gehen  
mit unserem  
Konzept  
neue Wege  
... und das mit  
Erfolg!!!**

Wir sind für sie da!

Menschen, die mit  
**Herz und Zeit**  
arbeiten möchten!!



**Peter Klevesahl  
GmbH**

**Orthopädie-Technik  
Sanitätshaus**

Marktstraße 16 · 30890 Barsinghausen  
Telefon (0 51 05) 51 51 22 · Telefax (0 51 05) 51 51 11  
[www.klevesahl-orthopaedie.de](http://www.klevesahl-orthopaedie.de)

Wir sind für Sie da -  
in Barsinghausen und Umgebung.  
Tel. 0 51 05 / 52 98 48



**Bade  
Ambulanter  
Pflegedienst**

Unsere Leistungen für Ihre Pflege

- Grundpflege
- Beratungseinsätze
- Behandlungspflege
- Wundversorgung
- Verhinderungspflege
- Pflegekurse

Für ein langes Leben zu Hause.

Hans-Böckler-Str. 30 · 30890 Barsinghausen · Tel. 0 51 05 / 52 98 48  
[info@ambulanter-pflegedienst-bade.de](mailto:info@ambulanter-pflegedienst-bade.de) · [www.ambulanter-pflegedienst-bade.de](http://www.ambulanter-pflegedienst-bade.de)

ANZEIGE

# Verstopfung bei Erwachsenen & Kindern



Sie können nicht regelmäßig auf die Toilette gehen, und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist er schmerzhaft und langwierig? Dieses Problem kennen viele. So können Sie gegensteuern.

Verstopfung zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsbeschwerden: Fast

ein Fünftel aller Deutschen ist zumindest gelegentlich davon betroffen. Auf der Toilette geht dann oft gar nichts mehr. Und wenn doch, verursacht der harte Stuhl Schmerzen oder es bleibt das ständige Gefühl einer nicht vollständigen Darmentleerung zurück. Doch was kann man tun, damit es gar nicht so weit kommt?

**Harter Stuhl – ein Problem für die ganze Familie**  
Die Vorstufe einer Verstopfung ist in der Regel harter Stuhl. Auslöser dafür sind etwa eine ballaststoffarme Ernährung, aber auch Stress sowie ein mehrmaliges Aufschieben des Toilettengangs. Gerade Kinder sind hier häufig betroffen – denn einerseits halten sie den Stuhl-

gang häufiger zurück (z. B. aufgrund von Scham in der Schule) und andererseits bevorzugen sie häufig ballaststoffarme Lebensmittel. In jedem Fall lautet die Empfehlung: Früh handeln, sodass es gar nicht erst zur Verstopfung kommt.

Als schnelle und praktikable Lösung empfehlen medizinische Leitlinien die Einnahme von Ballaststoff-Präparaten. Geprüfte Qualitätsprodukte finden sie in der Apotheke. Studien belegen, dass in diesem Zusammenhang vor allem eine Kombination mehrerer verschiedener Ballaststoff-Arten den bestmöglichen Effekt bringt.\*

**Pflanzliche Innovation aus der Apotheke**  
Das fruchtige Ballaststoff-Getränk Dr. Böhm® Darm aktiv enthält eine Kombination 5 verschiedener pflanzlicher Ballaststoffe. Diese sorgt (etwa durch die darin enthaltenen Flohsamen) für eine rasche Anregung der Darmtätigkeit sowie eine regelmäßige und angenehme Darmentlee-

rung. Besonders jüngeren Betroffenen kommt zugute, dass das pflanzliche Getränk durch seinen fruchtigen Geschmack gerne getrunken wird.

\*Christodoulides S et al. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16.



**Tipp bei hartem Stuhl**

**Dr. Böhm® Darm aktiv**



**NEU**

PZN: 19251696 (6 Sachets)  
PZN: 19105730 (20 Sachets)

- ✓ Angenehm weicher Stuhl<sup>1</sup>
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung
- ✓ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern (ab 6 Jahren)

<sup>1</sup>Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.