

Finanztip

Checkliste Frei- und Pauschbeträge

Ob haushaltsnahe Dienstleistungen oder Fachliteratur: Wer sich private oder berufliche Ausgaben teilweise über die [Steuererklärung](#) zurückholen will, muss diese oft auch belegen können. Doch um die Bürokratie ein wenig einzudämmen, gibt es im deutschen Steuerrecht viele Frei- und Pauschbeträge, die Du als Steuerzahler ohne Quittung oder Rechnung nutzen kannst.

Einige wenige Freibeträge zieht der Fiskus automatisch ab, andere musst Du in der Steuererklärung beantragen. Finanztip gibt Dir eine Übersicht über die wichtigsten [Frei- und Pauschbeträge](#) und zeigt Dir, was Du zu beachten hast.

1. Worin unterscheiden sich Freibetrag, Pauschbetrag und Freigrenze?

- Freibetrag
 - Er markiert die Höhe, bis zu der bestimmte Einkünfte steuerfrei bleiben; alles, was darüber liegt, musst Du versteuern.
- Pauschbetrag
 - Den Pauschbetrag erkennt das Finanzamt ohne Nachweis an, um einen bestimmten Teil des Einkommens steuerfrei zu stellen.
 - Bei höheren nachweisbaren Ausgaben gibst Du diese statt der Pauschale an, dann kannst Du den höheren Betrag absetzen.
 - Sind Deine Ausgaben niedriger, mindert der Pauschbetrag Dein zu versteuerndes Einkommen.
- Freigrenze
 - Überschreitest Du eine Freigrenze, so musst Du den gesamten Betrag versteuern.

2. Diese Frei- und Pauschbeträge gibt es

- Grundfreibetrag
 - Bis zu einem steuerpflichtigen Einkommen von 10.347 Euro (20.694 Euro bei Verheirateten) musstest Du 2022 keine Einkommensteuer bezahlen; nur für das zu versteuernde Einkommen, das den Grundfreibetrag übersteigt. Im Jahr 2023 steigen die Werte auf 10.908 beziehungsweise 21.816 Euro.

- Er wird beim Lohnsteuerabzug und bei einer Steuererklärung automatisch berücksichtigt und steht jedem zu.

Unterhaltshöchstbetrag

- Wenn Du eine bedürftige Person finanziell unterstützt, dann kannst Du solche Unterhaltsleistungen 2022 bis zum Höchstbetrag von 10.347 Euro (2023: 10.908 Euro) als außergewöhnliche Belastungen absetzen.

Arbeitnehmer-Pauschbetrag

- Bei Arbeitnehmern werden im Jahr 2021 pauschal 1.000 Euro für berufliche Ausgaben als Werbungskosten ohne Nachweis anerkannt (Werbungskostenpauschale). 2022 sind es 1.200 Euro und 2023 1.230 Euro.
- Achtung: Der Arbeitgeber berücksichtigt 2022 beim monatlichen Lohnsteuerabzug 100 Euro. Hast Du nur teilweise im Jahr gearbeitet, dann kannst Du den noch nicht berücksichtigten Teil des Jahresbetrags in einer Steuererklärung absetzen, indem Du die Anlage N ausfüllst. Dann berücksichtigt das Finanzamt mindestens 1.200 Euro bei den Werbungskosten. 2023 sind es im Monat dann 102,50 Euro im Monat.
- Du solltest dennoch während des Jahres Quittungen sammeln, falls die beruflich veranlassten Kosten den Pauschbetrag übersteigen.

Entfernungspauschale

- Sie ist Teil der Werbungskosten.
- Für die Fahrten zur Arbeit kannst Du für jeden Arbeitstag die Entfernungspauschale von 30 Cent für jeden Kilometer der einfachen Strecke zwischen Wohnung und Tätigkeitsstätte geltend machen. Ab dem 21. Kilometer steigt der Wert auf 35 Cent (2021) beziehungsweise 38 Cent (2022).
Beispiel 2021: 228 Arbeitstage * 15 km * 0,30 Euro = 1.026 Euro. Allein mit den Fahrtkosten übersteigen Deine Werbungskosten den Arbeitnehmer-Pauschbetrag von 1.000 Euro. Dann lohnt sich das Ausfüllen einer Steuererklärung auf jeden Fall.
Beispiel 2022: Dafür brauchst Du dann schon 18 Kilometer, um über den Arbeitnehmer-Pauschbetrag von 1.200 Euro zu kommen: 228 Arbeitstage * 18 km * 0,30 Euro = 1.231 Euro.
- Bist Du mit Deinem privaten Auto zu Kunden gefahren und der Chef hat Dir die Fahrtkosten nicht erstattet, dann kannst Du für **jeden gefahrenen** Kilometer pauschal 30 Cent als Reisekosten bei den Werbungskosten absetzen.
- Falls Deine Kosten mit dem eigenen Auto 30 Cent pro Kilometer übersteigen, kannst Du auch höhere Fahrtkosten angeben, sofern Du diese belegen kannst. Dafür müsstest Du aber übers ganze Jahr Belege sammeln und möglicherweise sogar ein Fahrtenbuch führen.

Frei- und Pauschbetrag für Renten und Versorgungsbezüge

- Rentnern oder Personen, die Versorgungsbezüge, eine Pension, Witwengeld oder eine Betriebsrente erhalten, steht eine **Werbungskostenpauschale von 102 Euro** zu.
- Beide Pauschbeträge von 1.200 Euro (oder 1.230 Euro im Jahr 2023) und 102 Euro

kannst Du nebeneinander erhalten, wenn Du gleichzeitig Arbeitslohn und Versorgungsbezüge erhältst.

- **Individueller Rentenfreibetrag:** Die gesetzliche Rente ist teilweise steuerfrei. Für jeden Rentner ermittelt das Finanzamt einen individuellen Freibetrag. Bezieht er beispielsweise 2022 erstmals eine Rente, sind vom Jahresbetrag 18 Prozent steuerfrei. Der so ermittelte [Rentenfreibetrag](#) bleibt in den Folgejahren konstant. Von Rentnerjahrgang zu Rentnerjahrgang steigt der zu versteuernde Anteil der Rente. Ein Neurentner des Jahres 2023 bekommt nur noch 17 Prozent seiner Rente steuerfrei.
- Wer 2022 erstmals eine lohnsteuerpflichtige Firmen- oder Beamtenpension erhalten hat, bekommt einen **Versorgungsfreibetrag** von 14,4 Prozent bis höchstens 1.080 Euro sowie einen Zuschlag von 324 Euro. Auch der Versorgungsfreibetrag schmilzt für jeden neuen Jahrgang an Versorgungsempfängern.

Verpflegungspauschale

- Wenn Du beruflich auf [Dienstreisen](#) warst, kannst Du Deine Verpflegungsmehraufwendungen mit folgenden Pauschalen in der Steuererklärung geltend machen: Bei mehr als 8 Stunden Abwesenheit sowie für den An- und Abreisetag bei mehrtägigen Reisen erhältst Du 12 Euro, ab 24 Stunden Abwesenheit 24 Euro.
- Deine Reisekosten bei beruflich veranlassten Auswärtstätigkeiten trägst Du in der [Steuererklärung](#) für das Jahr 2021 in der Anlage N ab Zeile 61 ein; die Pauschalen für Mehraufwendungen für Verpflegung beantragst Du ab Zeile 67.
- Höhere Kosten als die Pauschalen kannst Du nicht geltend machen.
- Vom Arbeitgeber steuerfrei ersetzte Beträge musst Du in der Anlage N, Zeile 27 angeben. Wenn er Dir für alle Auswärtstätigkeiten Verpflegungsmehraufwendungen erstattet hat, kannst Du Dir die Eintragungen in der Anlage N sparen.

Umzugskostenpauschale

- Wer im Jahr 2021 bis Ende März aus beruflichen Gründen [umgezogen](#) ist, kann in der Steuererklärung 860 Euro geltend machen, für jede weitere Person im Haushalt kommen jeweils 573 Euro hinzu. Ab April 2021 stiegen die Werte auf 870 beziehungsweise 580 Euro. Ab April 2022 nochmals auf 886 beziehungsweise 590 Euro.
- Trage „Pauschale für Umzugskosten“ bei den „weiteren Werbungskosten“ ein (ab Zeile 48 in der Anlage N).
- Weitere belegbare Umzugskosten, beispielsweise für den Möbeltransport, sind abzugsfähig.

Sparerpauschbetrag

- Wenn Du Geld anlegst oder Aktien besitzt, bleiben dank des [Sparerpauschbetrags](#) 801 Euro (für Zusammenveranlagte 1.602 Euro) der Einkünfte aus [Kapitalvermögen](#) im Jahr steuerfrei. Ab 2023 steigen die Werte auf 1.000 beziehungsweise 2.000 Euro.
- Damit die Bank von Deinen Kapitalerträgen keine [Abgeltungssteuer](#) einbehält, musst Du bei ihr einen Freistellungsauftrag in ausreichender Höhe einreichen.
- Hast Du mehrere Bank- oder Versicherungskonten mit Kapitalerträgen, solltest Du

Deinen Sparerpauschbetrag dementsprechend verteilen. Um den Überblick zu bewahren, kannst Du unsere Excel-Vorlage im Ratgeber [Freistellungsauftrag](#) herunterladen und nutzen.

Sonderausgaben-Pauschbetrag

- 36 Euro bzw. 72 Euro bei Verheirateten werden automatisch von Deinem zu versteuernden Einkommen als [Sonderausgaben](#) abgezogen.
- Sonderausgaben, die darüber liegen, musst Du in der Steuererklärung eintragen und nachweisen können.

Sächlicher Kinderfreibetrag und BEA-Freibetrag

- 2022 beträgt der sächliche Kinderfreibetrag 2.810 Euro pro Kind und Elternteil (für Zusammenveranlagte sind das 5.620 Euro); dazu kommt der Freibetrag für den Betreuungs- und Erziehungs- oder Ausbildungsbedarf (BEA-Freibetrag) von 1.464 Euro (für Zusammenveranlagte 2.928 Euro) hinzu. Einem Ehepaar stehen 2022 somit insgesamt 8.548 Euro an [Kinderfreibeträgen](#) zu. 2023 werden es 8.952 Euro sein.

Entlastungsbetrag für Alleinerziehende

- 4.008 Euro beträgt er 2021 und 2022 für [Alleinerziehende](#) mit einem Kind, 240 Euro für jedes weitere Kind. 2023 steigt der Entlastungsbetrag auf 4.260 Euro.
- Entlastungsbetrag in Anlage Kind (Seite 2, Zeile 49 bis 52) beantragen; bei [Steuerklasse II](#) wird der Betrag bereits beim Lohnsteuerabzug berücksichtigt.

Ausbildungsfreibetrag

- Wenn Dein Kind volljährig ist und nicht mehr bei Dir wohnt, erhältst Du bis Ende 2022 einen [Ausbildungsfreibetrag](#) von 924 Euro, solange Du Kindergeld beziehst und Dein Kind zur Schule geht, studiert oder eine betriebliche Ausbildung macht. Der Betrag steigt ab 2023 auf 1.200 Euro.
- Du beantragst ihn in der Anlage Kind (Seite 2, Zeile 61 bis 63).

Übungsleiterfreibetrag

- Als nebenberuflicher Ausbilder, Künstler oder Pfleger für eine öffentlich-rechtliche oder gemeinnützige Organisation profitierst Du vom [Übungsleiterfreibetrag](#).
- Du kannst bis zu 3.000 Euro steuerfrei dazuverdienen. Nur den Betrag, der darüber liegt, musst Du versteuern.
- Das gilt auch für Hausfrauen, -männer, Rentner oder Arbeitslose.
- Als hauptberuflicher Arbeitnehmer trägst Du den Betrag in die Anlage N ein (Seite 1, Zeile 27: „steuerfrei erhaltene Aufwandsentschädigung/Einnahmen“).
- Selbstständige nutzen die Anlage S („steuerfreie selbstständige Tätigkeiten im Nebenberuf“).

Ehrenamtsfreibetrag

- [Ehrenamtliche](#) dürfen für ihre freiwillige Mitarbeit steuerfrei 840 Euro im Jahr als

Aufwandspauschale annehmen. Nur der Betrag oberhalb des Ehrenamtsfreibetrags ist steuerpflichtig.

- Entweder in die Anlage N oder Anlage S eintragen.

Pflegepauschbetrag

- Wenn Du einen Angehörigen im häuslichen Bereich ohne Bezahlung pflegst, kannst Du dafür pauschal im Jahr 600 Euro bei Pflegegrad 2 geltend machen. Bei Pflegegrad 3 sind es schon 1.100 Euro, ab Pflegegrad 4 sogar 1.800 Euro. Pflegst Du beispielsweise Vater und Mutter in ihrer Wohnung, dann steht Dir der doppelte Pflegepauschbetrag zu.
- Teilst Du Dir die Pflege mit einer anderen Person, musst Du den [Pflegepauschbetrag](#) aufteilen.
- Den Pauschbetrag beantragst Du in der Anlage Außergewöhnliche Belastungen, Zeilen 11 bis 16.

Behindertenpauschbetrag

- Behinderte erhalten je nach Grad der Behinderung einen Pauschbetrag, der das zu versteuernde Einkommen um 384 Euro bis 7.400 Euro mindert (Anlage Außergewöhnliche Belastungen, Zeile 4 bis 6).
- Bei höheren Aufwendungen, die Dir wegen der Behinderung entstehen, kannst Du diese als [außergewöhnliche Belastungen](#) einzeln nachweisen. Die Kosten müssen zudem Deine individuelle zumutbare Belastungsgrenze überschreiten, damit sie sich steuerlich auswirken.
- Den Behindertenpauschbetrag für ein Kind oder Enkelkind kannst Du auf Dich übertragen lassen, wenn Du Anspruch auf Kindergeld hast (Anlage Kind, Zeilen 68 bis 70 ausfüllen).

Hinterbliebenen-Pauschbetrag

- Wenn Du Hinterbliebenenbezüge nach dem Bundesversorgungsgesetz oder vergleichbarer Versorgungsgesetze erhältst, erhältst Du als Witwe(r), Waise oder Halbweise den Hinterbliebenen-Pauschbetrag von 370 Euro.
- Den Betrag musst Du in der Anlage Außergewöhnliche Belastungen, Zeile 10 beantragen.

Individueller Freibetrag

- Um schon im laufenden Jahr weniger Lohnsteuer zu zahlen, kannst Du beim Finanzamt einen Antrag auf [Lohnsteuer-Ermäßigung](#) stellen.
- Voraussetzung: Deine Werbungskosten liegen im Jahr 2022 über 1.200 Euro und überschreiten zusammen mit anderen abzugsfähigen Beträgen, wie den Sonderausgaben, einen Mindestbetrag von 600 Euro.
- Den Behinderten- und den Hinterbliebenen-Pauschbetrag kannst Du ohne Mindestbetrag eintragen lassen und profitierst sofort von einem geringeren Steuerabzug.
- Wenn Du Dich in einen individuellen Freibetrag eintragen lässt, musst Du eine

Steuererklärung abgeben.

Diese Ratgeber helfen weiter:

<https://www.finanztip.de/freibetraege-pauschbetraege/>

<https://www.finanztip.de/steuererklaerung/>

<https://www.finanztip.de/steuervorteile-fuer-eltern/>

<https://www.finanztip.de/alleinerziehende-entlastungsbetrag/>

<https://www.finanztip.de/sonderausgaben/>

<https://www.finanztip.de/umzugskosten/>

<https://www.finanztip.de/aussergewoehnliche-belastungen/>

<https://www.finanztip.de/pflege-pauschbetrag/>

<https://www.finanztip.de/werbungskosten/>

<https://www.finanztip.de/werbungskostenpauschale/>

<https://www.finanztip.de/entfernungspauschale/>

<https://www.finanztip.de/uebungsleiterpauschale/>

<https://www.finanztip.de/ehrenamtpauschale/>

<https://www.finanztip.de/sparerpauschbetrag/>

<https://www.finanztip.de/freistellungsauftrag/>

<https://www.finanztip.de/steuererklaerung/rentenbesteuerung/>

<https://www.finanztip.de/lohnsteuerermaessigung/>

Stand: 1. Dezember 2022