

Salvavidas

Invierno 2009

Información sobre su vida

Impuestos: consejos de último minuto para el 2009

Viva las fiestas a su manera

¿Cuán verdes son sus viajes?

Equipo para casos de desastre

Su fuente para información: Publicado trimestralmente; Referido diariamente



Impuestos: consejos de último minuto para el 2009

Antes de que empiece el furor de las fiestas navideñas, es un buen momento para tomar medidas que le ahorren dinero de impuestos el próximo mes de abril. Tome unos minutos para considerar lo siguiente:

Planifique sus contribuciones para la jubilación: Aunque tiene hasta el 15 de abril o la fecha en que se cumpla su prórroga el próximo año para hacer contribuciones a su cuenta IRA en el 2009, éste es un buen momento para averiguar si puede aumentar sus contribuciones al 401(k) hasta sus límites normales y de recuperación. Estos son los puntos esenciales:

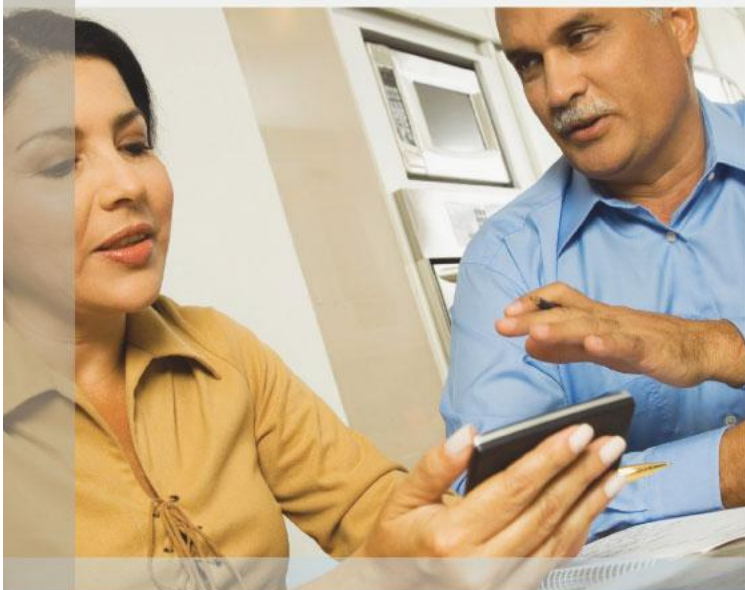
- **Contribuciones al 401(k):** Para el año fiscal 2009, el límite normal de contribución a un 401(k) tradicional es de \$16,500 y \$11,500 para un 401 SIMPLE (k). Cualquier persona que tenga 50 años o más puede hacer una contribución adicional de \$5,500 a un 401(k) tradicional y \$2,500 más para un 401 SIMPLE (k).
 - **Cuentas IRA tradicionales y Roth:** Para el año fiscal 2009, las contribuciones a cuentas IRA tradicionales y Roth están limitadas a \$5,000 para personas menores de 50 años; para mayores de 50 años durante 2009, el límite de la contribución es de \$6,000. Para las cuentas IRA Roth, recuerde que si está casado y presenta declaración conjunta con ingresos brutos ajustados (MAGI) menores de \$166,000, puede contribuir hasta el límite, PERO entre \$166,000 y menos de \$176,000, el límite se reduce. Los que tienen MAGI por encima de \$176,000 no pueden contribuir a una Roth. En el caso de contribuyentes solteros o casados que presentan su declaración por separado, quienes declaren MAGI por debajo de \$105,000 pueden contribuir hasta el límite, PERO entre \$105,000 y menos de \$120,000, esa contribución se reduce. No se permite hacer contribuciones con MAGI mayores de \$120,000.
 - Una nota para planificación: a partir del 2010 cualquier persona podrá convertir una cuenta IRA tradicional a Roth sin límite de ingresos.
 - **CUENTAS IRA SEP:** Para las cuentas IRA SEP, la contribución máxima es de \$49,000.
- Si ha estado desempleado en 2009:** Conforme a la ley ARRA, los primeros \$2,400 de beneficios de desempleo que reciba una persona en 2009 son libres de impuestos. Esta disposición se aplica únicamente a beneficios recibidos en 2009: normalmente los beneficios de desempleo pagan impuestos.
- Aproveche la disposición de la IRA para donativos de caridad:** Si tiene 70 años y medio o más, 2009 es el último año programado en que se le permitirá dar instrucciones al fideicomisario de su IRA de hacer una transferencia directa libre de impuestos de hasta \$100,000 desde su IRA a una organización de beneficencia.
- Aproveche los incentivos verdes:** La ARRA también dispone de incentivos fiscales para inversiones en eficiencia energética para el hogar. La nueva ley aumenta la tasa de crédito al 30% del costo de todas las mejoras calificadas y eleva el límite máximo del crédito a \$1,500 por mejoras puestas en servicio en 2009 y 2010. El crédito se

aplica a mejoras como la aplicación de aislamiento, y ventanas exteriores, sistemas de calefacción y aire acondicionado que aumenten la eficiencia energética.

Si todavía está buscando auto: Quizá se perdió *Cash for Clunkers* (dinero por chatarra), pero la ARRA permite a los contribuyentes beneficiarse de una deducción de impuestos sobre la venta y el consumo estatales y locales pagados en la compra de autos, camionetas ligeras, casas rodantes y motocicletas nuevas compradas hasta el 31 de diciembre. La deducción se limita a impuestos y cargos pagados hasta por \$49,500 en el precio de compra de un vehículo elegible y se reduce para contribuyentes que presentan declaración conjunta con MAGI entre \$250,000 y \$260,000 u otros contribuyentes con ingresos entre \$125,000 y \$135,000. Los contribuyentes con ingresos que rebasan esos límites no califican.

Si sufrió daños por desastre: Debido a las fuertes tormentas e inundaciones de este año, muchas partes del país fueron designadas elegibles para desgravación fiscal. Para verificar si su comunidad recibió la designación, visite el sitio Web del Servicio de Impuestos Internos en www.irs.gov.

Revise sus ganancias y pérdidas de inversiones: Si tiene inversiones depreciadas en sus cuentas de inversión gravables, vea si tiene sentido venderlas y compensarlas contra ganancias de capital que haya obtenido este año. También, recuerde que si está en la categoría de impuestos sobre los ingresos de 10 a 15%, la tasa fiscal vigente para ganancias de capital a largo plazo es del cero por ciento y se mantendrán así hasta el 2010. Si tiene un resto de pérdida de capital del 2008, también puede usarlo para compensar las ganancias de capital que obtuvo este año.



UN PROFESIONAL DE PLANIFICACIÓN DE IMPUESTOS LE PUEDE AYUDAR A ACLARAR ESTO Y TOMAR LA DECISIÓN MÁS EFICIENTE PARA SUS IMPUESTOS.

Difiera los ingresos si es posible: Las personas que trabajan por cuenta propia y algunos propietarios de empresas podrían elegir facturar a los clientes en enero para no tener que incluir esos ingresos en su declaración de 2009. Recuerde que sólo tiene sentido diferir ingresos si piensa que estará en la misma o menor categoría el próximo año.

Asegúrese de que los donativos estén documentados: Debe tener un recibo o un cheque cancelado para comprobar cualquier contribución, independientemente del monto, y no puede simplemente regalar trastos viejos y declarar su valor "como nuevos". Si no tiene ese comprobante por escrito, el IRS rechazará la deducción si descubre la falta de los comprobantes adecuados en una auditoría. Además, puede deducir costos incidentales en los que incurra al hacer buenas obras. Los ingredientes que use normalmente en la preparación de un platillo para el comedor de una organización no lucrativa, por ejemplo, o el costo de las estampillas que compra para una recaudación de fondos de su escuela, cuentan como donativos de caridad.





VIVA LAS Fiestas A SU MANERA

Vivir las fiestas a su manera creando sus propias tradiciones.

Llegó de nuevo esa época del año. Da un vistazo al calendario y se topa con fotos de navidades perfectas. Hay chicos jugando en la nieve, grandes familias riendo alrededor de una mesa llena de comida y parejas de enamorados intercambiando regalos frente a la chimenea. La presión es hacer que las imágenes tradicionales cobren vida, ¡a como de lugar!

Pero ¿qué hay de las personas que no salen en las fotografías? ¿Y si usted no tiene pareja ni pequeños para quienes decorar el árbol de Navidad o encender las velas de la menorah? Cada vez hay más personas divorciadas y que forman parte de familias mezcladas con varias tradiciones en la misma casa. La verdad es que muchas familias de la actualidad no tienen una mamá, un papá y 2.5 hijos sacados de un cuadro de Norman Rockwell. Y para muchas personas, es demasiada la presión. Si usted no forma parte de un retrato de navidad tradicional como quiera puede vivir las fiestas a su manera creando sus propias tradiciones.

Descubra qué es lo que usted quiere.

Básicamente, la tensión de la temporada es causada por expectativas irreales. En una palabra, el estrés es por un debiera. Durante la temporada de fiestas todos, pero particularmente las personas que no viven para nada cerca de “Es una vida maravillosa”, pueden usar un recordatorio para pensar en sus propias necesidades y deseos para esta época del año y no enfocarse en lo que han llegado a creer que quieren y necesitan.

Antes de la temporada navideña, pase algún tiempo consigo mismo. Tome un par de días para examinar qué es lo que busca realmente durante las fiestas. Si pudiera hacerlo a su manera, ¿cómo pintaría la imagen? ¿Las fiestas son sobre la familia de gran extensión o sobre la soledad? ¿Es momento de

explorar sus raíces culturales y reconectarse con la religión, o una oportunidad para conocer extraños? Olvídense de lo que todos los demás dicen o de lo que su madre siempre ha hecho, ¿cuáles quiere que sean sus tradicionales navideñas?

Ir solo o no

Si es soltero, podría hacer trabajo voluntario en un comedor para pobres, banco de comida o refugio para desamparados. O quizá le gustaría hacer algo totalmente auto-indulgente. ¿Qué le impide pasarse un día relajándose en un spa, de excursión o paseando en bicicleta; o subirse a un avión y disfrutar de las fiestas en la playa? Apóyese en su familia de amigos que podrían tener todo tipo de planes interesantes. Además, los amigos con hijos

no están prohibidos durante las fiestas. Si quiere estar rodeado de niños, busque en su círculo a las familias que les gustaría recibir un invitado a la comida navideña, y después pregunte con qué puede contribuir. Quizá les ayude a cumplir su tradición.

Las fiestas navideñas también tienden a ejercer más presión en las nuevas relaciones, ya sea un nuevo romance o una nueva unidad familiar. Recuerde que este no es momento para forzar las cosas. Concéntrense en lo que es realmente el alma de las fiestas para ustedes y encuentren formas de incluirlas. Diviértase. Es posible que las nuevas personas en su vida también se sientan aliviadas de no tener que precipitarse a una situación cargada de expectativas.



Mezclar una familia significa ser flexible.

Las familias mezcladas enfrentan un reto particular durante las fiestas. Para niños y adultos, pensar en navidades pasadas inevitablemente trae recuerdos, buenos y malos. Es importante hablar de lo que cada lado de la familia solía hacer y lo que la nueva familia puede hacer ahora para que sea especial. Sea flexible. Puede ser combinar tradiciones o empezar desde cero. Puede ser difícil hacer planes si las fiestas se dividen entre las familias, pero a menudo a los chicos no les molesta celebrar más de una vez, de manera diferente en cada casa, sin importar la fecha en que se haga la celebración.

Haga una lista de no.

Igual de importante que su lista de deseos para las fiestas es decidir lo que no quiere. Haga una lista de las cosas que no forman parte de su fiesta ideal, aunque exista la posibilidad de que no las elimine de manera realista. ¿Verdaderamente quiere comprar regalos costosos este año? ¿Es obligatorio ir a la fiesta anual de sus vecinos? ¿Tiene que invitar a cenar a la ex esposa de su marido? Incluya todo lo que lo pone nervioso tan solo de pensar en ello. Llámela una *lista de estrés*.

Después practique decir “no”. Puede sonar tonto, pero practíquelo frente a un espejo. Probablemente descubra que funciona bastante bien llegado el momento. Si no es así, por lo menos se expresó sin temor.

El tiempo lo es todo.

Si decide dar un cambio a las fiestas, probablemente quiera empezar a planearlo con tiempo. No tome por sorpresa a sus seres queridos anunciando de último momento que no asistirá a la comida familiar y que viajará solo a México, ni imponga una nueva tradición a los chicos en Nochebuena. Usted puede haber cambiado de perspectiva, pero el resto del mundo puede tardar un poco más.

El cambio no siempre es fácil, especialmente cuando se bombardea a la gente con imágenes anticuadas de navidades del pasado que probablemente nunca fueron muy reales. Pero cuando se deshaga de las expectativas irreales, visualice lo que necesita y tome en sus manos las fiestas, estará un paso más cerca de pasar una temporada sin estrés verdaderamente digna de recordar.

¿CUÁN VERDES Son Sus Viajes?

¿Está planeando hospedarse en un hotel durante las vacaciones de invierno? Estos consejos pueden ayudarle a “enverdecer” su viaje.



“Green” Hotels Association® está animando a todos los viajeros a enverdecer sus viajes. El Centro de Datos de Viajes de EE.UU. calcula que 43 millones de viajeros estadounidenses se preocupan por la ecología. Esos viajeros estarán especialmente interesados, pero todos pueden participar en esta importante misión (el enverdecimiento de la industria turística, ya sea que viajen de trabajo o por placer).

Los Gerentes de todas las empresas reaccionan y responden a las peticiones de huéspedes y clientes que expresan sus inquietudes. Por lo tanto, cuando escribe una nota o habla directamente con la gerencia sobre nuestro medio ambiente, está emitiendo un voto. Puede escribir una nota al gerente general del hotel, al capitán del avión y al gerente de su agencia de viajes o línea de cruceros con felicitaciones o comentarios sobre su programa a favor de la ecología. Agradézcales su programa ecológico si lo tienen, o pregúnteles por qué no lo tienen. Como cliente, es importante que les haga saber que quiere que reduzcan el uso de agua y energía, que disminuyan los desechos sólidos, y que usted desea participar.

Los hoteles y aerolíneas que tienen un programa a favor del medio ambiente merecen su preferencia. Reserve sus habitaciones y salones de conferencias en hoteles que estén claramente interesados en proteger nuestro medio ambiente, y comuníquelo a la gerencia que esa es la razón por la que eligió a su hotel. A los hoteles miembros de “Green” Hotels Association® se les motiva a implementar medidas de ahorro de agua, técnicas de ahorro de energía y reducción de desechos sólidos. En lugar de poner en efecto todas esas medidas “a puerta cerrada”, GHA exhorta a todos los establecimientos de alojamiento a motivar la participación de los huéspedes y los clientes. Los hoteles pueden ofrecer opciones de cambio de toallas y sábanas, despachadores de jabón y shampoo, cestos para reciclado en las habitaciones y reducción de desechos relacionados con los alimentos. Casi todos los huéspedes entienden que necesitamos ayudar a proteger nuestros destinos favoritos. Esos huéspedes están más que dispuestos a participar en el programa ecológico de un hotel. Visite el sitio Web de GHA en www.greenhotels.com para ver una lista de los hoteles participantes.

Los siguientes consejos pueden ayudarle a asegurarse de que el hotel donde se hospeda es “verde”:

- Participe en programas de ropa blanca del hotel o hágale saber al hotel que no es necesario que cambien las sábanas y las toallas todos los días.
- Para saber qué toalla es de cada miembro de la familia, lleve consigo un puñado de impermeables y cuentas de colores. Coloque un impermeable con una cuenta en cada toalla, con un color designado para cada miembro de la familia. Quite los impermeables antes de irse del hotel.
- Reduzca la cantidad de agua que usa para bañarse o ducharse.
- Cuando salga de la habitación, apague el aire acondicionado/calefacción, las luces, la TV y el radio. Cierre las cortinas.
- Participe en programas de reciclado del hotel colocando la basura reciclable en los basureros correspondientes.
- Lleve consigo una bolsa de la tintorería o de las compras para llevar a casa la ropa sucia.
- Deje los productos de cortesía que no usó en la habitación.
- Empaque un marcador permanente y escriba el nombre de cada persona en los vasos del baño. También es útil para escribir los nombres en botellas de agua y muchas otras cosas.
- Lleve estuches para jabón y llévese a casa los jabones usados.
- En lugar de dejar las luces (y ventiladores) del baño encendidas toda la noche, es recomendable llevar luces de noche.
- Si el hotel da periódicos de cortesía, páselos a otra persona o déjelos en el lobby para que los lea alguien más. Pregunte en el hotel si los reciclan.
- Asegúrese de apagar el equipo para hacer ejercicio, sauna, hidromasaje, Jacuzzi o luces de la cancha de tenis cuando termine.
- Registre su salida del hotel por medio del programa electrónico disponible en el televisor de algunos hoteles. Puede ver su cuenta, aprobarla y ayudar a reducir el papeleo.
- Puede haber programas o eventos a favor del medio ambiente en la sección de “cosas para hacer en el área” de la programación de televisión del hotel.



(Continued)

Equipo para casos de desastre

¿Su familia está preparada para una emergencia? El clima invernal puede hacer problemático conseguir suministros y servicios necesarios, por lo que es importante estar preparado. En esta o cualquier época del año, debe contar con un equipo para casos de desastre con los siguientes artículos en la casa, la oficina, la escuela y/o en un vehículo:

- Agua: tres galones para cada persona que podría usar el equipo y cuatro galones adicionales por persona o mascota para usar si está confinado a su casa
- Alimentos: abastecimiento para tres días en el equipo y por lo menos para cuatro días más por persona o mascota para usar en casa
- Quizá desee considerar almacenar alimentos y agua para dos semanas en su casa.
- Artículos para bebés: inclusive fórmula, pañales, botellas, chupones, leche en polvo y medicamentos que no requieran refrigeración
- Artículos para ancianos, personas discapacitadas o con alergias graves: inclusive alimentos especiales, productos para la dentadura, anteojos extra, baterías para aparatos de audición, medicamentos de receta y genéricos de uso normal, inhaladores y otro equipo esencial.
- Accesorios de cocina: un abrelatas manual; utensilios portátiles o vasos, platos y utensilios desechables; cuchillo multiusos; azúcar y sal; papel aluminio y plástico para envolver; bolsas de plástico re-sellables
- Un radio o televisión portátil de baterías y baterías adicionales nuevas
- Varias linternas y baterías adicionales nuevas
- Un botiquín de primeros auxilios
- Un cambio de ropa completo y calzado para cada persona: inclusive zapatos o botas de trabajo resistentes, ropa para lluvia y otros artículos adecuados para la estación, como

sombreros y guantes, ropa interior térmica, lentes de sol, mascarillas para el polvo

- Cobijas o una bolsa de dormir para cada persona
- Artículos de aseo e higiene personal: shampoo, desodorante, pasta de dientes, cepillos de dientes, peine y cepillo, bálsamo para los labios, filtro solar, lentes de contacto y suministros, cualquier medicamentos de uso cotidiano, papel higiénico, pañuelos desechables, jabón, desinfectante de manos, detergente líquido, productos de higiene femenina, bolsas de plástico para la basura (resistentes) y cierres (para desechar productos de higiene personal), cubo de plástico mediano con tapa ajustada, desinfectante, lej para uso doméstico
- Otros artículos esenciales: papel, lápiz, agujas, hilo, extinguidor de incendios pequeño tipo A-B-C, gotero para medicinas, silbato, manual para preparación en caso de emergencias
- Entretenimiento: inclusive juegos y libros, muñecas y animales de felpa favoritos para los niños pequeños
- Un mapa del área con marcas de los lugares a donde pueden ir y sus números telefónicos
- Un juego de llaves e identificaciones extra: inclusive llaves de autos y de todos los bienes, y copias de licencias de conducir, pasaportes y gafetes de identificación del trabajo
- Efectivo y monedas, y copias de las tarjetas de crédito
- Copias de recetas médicas



Empaque los artículos en contenedores fáciles de cargar, identifique claramente los contenedores y guárdelos en un lugar accesible. Los maletines, mochilas y basureros con tapa son buenos para guardar contenedores. En una situación de desastre podría ser necesario que tenga acceso rápido a su equipo de suministros, ya sea que se refugie en casa o sea evacuado. Después de un desastre, los suministros correctos pueden ayudarle a su familia a resistir el confinamiento en casa o la evacuación.

Asegúrese de tomar en cuenta las necesidades de todos los que usarán el equipo, incluidos bebés, ancianos y mascotas. Es buena idea que todos los que usarán el equipo, incluidos los niños, participen en reunirlos.



Espacio para **vivir**

Recurso y Referencia

Para ayuda cuando lo necesite, cuente con su servicio de EAP para apoyo gratis y confidencial a cualquier tiempo, cualquier hora. Comuníquese con consultantes por teléfono, o conectase al sitio Web. Recursos y referencias están disponibles para asuntos de trabajo, familia, relaciones, cuidadores, salud, o cualquier apoyo para su bien estar—para ayudar a hacer espacio para lo que más importa!

Para asistencia a cualquier hora, llame 800-873-7138, o visite www.minesandassociates.com.

**MINES
& ASSOCIATES**

*A National
Business Psychology Firm*