

Checklist: Wat moet u regelen voor uw pensioen bij een scheiding?

Bij een scheiding komt er veel op u af. Er moet veel geregeld worden. Ook voor uw pensioen.

Deze checklist helpt u stap voor stap door het proces van pensioenverdeling bij scheiden. Hierdoor ziet u niets over het hoofd en kunnen u en uw ex-partner alles goed afhandelen.

TIP: Neem deze checklist mee naar uw mediator of advocaat.

Stap 1 > Informatie verzamelen

- Ga na waar u pensioen heeft opgebouwd. Op mijnpensioenoverzicht.nl vindt u een totaaloverzicht.
- Ga na of het pensioen dat u tijdens uw huwelijk heeft opgebouwd hoog genoeg is om te verdelen. Voor uw pensioen bij PFZW kunt u dit controleren op MijnPFZW. U gaat naar pfzw.nl/scheidingverdelen en logt in met uw DigiD. Daar vindt u de rekenhulp. U doorloopt de stappen en ziet direct de uitkomst van de (verschillende manieren van) pensioenverdeling.
- Kijk ook of uw ex-partner pensioen krijgt als u overlijdt (bijzonder partnerpensioen).
- Laat uw ex-partner ook uitzoeken waar hij/zij pensioen heeft opgebouwd en of dit met u verdeeld moet worden.

TIP: Vul of wijzig op MijnPFZW meteen uw e-mailadres. Hier kunt u ook aangeven dat u uw post digitaal wilt ontvangen.

Stap 2 > Afspraken maken met uw ex-partner

- Bespreek met uw ex-partner óf en hoe u uw pensioen wilt verdelen.
- In het volgende overzicht ziet u de verschillende manieren van verdelen. Op pfzw.nl/scheiden leest u hier meer over.
- Laat u informeren over de (financiële) gevolgen van de verschillende mogelijkheden van pensioenverdeling.
- Via MijnPFZW kunt u dit snel en eenvoudig zelf berekenen. U gaat naar pfzw.nl/scheidingverdelen en logt in met uw DigiD. Daar vindt u de rekenhulp. U doorloopt de stappen en ziet direct de uitkomst van de pensioenverdeling.

Stap 3 > Afspraken vastleggen

- Leg de afspraken die u met uw ex-partner over de pensioenverdeling maakt vast in een scheidingsconvenant.
- Doet uw ex-partner afstand van het pensioen dat hij/zij krijgt bij uw overlijden? Leg dan vast dat hij/zij afstand doet van het bijzonder partnerpensioen.
- Zorg ervoor dat er op uw scheidingsconvenant een handtekening of stempel van de advocaat, de notaris of de rechtbank staat.

Stap 4 > Afspraken doorgeven

- Geef de afspraken over pensioenverdeling zo snel mogelijk aan ons door.
- Op pfzw.nl/formulieren vindt u formulieren voor het doorgeven van de verschillende manieren van pensioenverdeling. U kunt deze formulieren gebruiken in plaats van het 'Mededelingsformulier in verband met verdeling van ouderdomspensioen bij scheiding'.
- Vul het formulier volledig in. Kijk goed of uw ex-partner ook moet ondertekenen. En stuur alle gevraagde documenten mee. Hierdoor kunnen wij uw aanvraag zo snel mogelijk afhandelen.
- Doet uw ex-partner afstand van het bijzonder partnerpensioen? En staat deze afspraak niet in uw scheidingsconvenant? Gebruik dan de overeenkomst afstand bijzonder partnerpensioen. U vindt dit formulier op pfzw.nl/formulieren.

LET OP: Wilt u na uw scheiding niet meer worden aangeschreven met de naam van uw ex-partner? Wijzig dan uw tenaamstelling bij uw gemeente.

Stap 5 > Controleren afspraken vastgelegd

- Houd in de gaten dat u een bevestiging ontvangt dat uw afspraken zijn verwerkt.
- U ontvangt altijd een bevestiging van ons. Als u op MijnPFZW heeft aangegeven dat u uw post het liefst digitaal ontvangt, ontvangt u van ons een e-mail. Anders ontvangt u een brief per post.

De afspraken die u bij scheiding kunt maken over uw pensioen

	Standaardverdeling	Afwijkende verdeling	Niet verdelen	Conversie
Over welke periode verdeelt u uw pensioen?	De periode van uw huwelijk of geregistreerd partnerschap	Een periode die u zelf kiest. Deze periode is tot maximaal de scheidingsdatum	Niet van toepassing	Een periode die u zelf kiest. Deze periode is tot maximaal de scheidingsdatum
Hoe verdeelt u uw pensioen?	50% voor u en 50% voor uw ex-partner	Meer of minder voor u of uw ex-partner. Bijvoorbeeld 60% voor u en 40% voor uw ex-partner. Of andersom. Het deel voor uw ex-partner mag door de andere verdeling niet lager zijn dan € 613,52 (2025)	100% voor uzelf	Meer of minder voor u of uw ex-partner. Bijvoorbeeld 60% voor u en 40% voor uw ex-partner. Of andersom. Het deel voor uw ex-partner mag door de andere verdeling niet lager zijn dan € 613,52 (2025)
Wanneer ontvangt uw ex-partner het deel van uw pensioen?	Als uw pensioen ingaat	Als uw pensioen ingaat	Niet van toepassing	Als het pensioen van uw ex-partner ingaat
Wanneer ontvangt u het deel van het pensioen van uw ex-partner?	Als het pensioen van uw ex-partner ingaat	Als het pensioen van uw ex-partner ingaat	Niet van toepassing	Als uw pensioen ingaat
Krijgt u het pensioen terug als uw ex-partner overlijdt?	Ja	Ja	Niet van toepassing	Nee
Wat krijgt uw ex-partner als u overlijdt?	Een bijzonder partnerpensioen. Ontvangt uw ex-partner al een deel van uw pensioen? Dan stopt de betaling hiervan	Een bijzonder partnerpensioen. Ontvangt uw ex-partner al een deel van uw pensioen? Dan stopt de betaling hiervan	Een bijzonder partnerpensioen	Geen bijzonder partnerpensioen. Het pensioen voor uw ex-partner blijft bestaan omdat dat nu een eigen pensioen voor uw ex-partner is
Kan uw ex-partner afstand doen van het bijzonder partnerpensioen?	Ja	Ja	Ja	Nee. Het bijzonder partnerpensioen is samen met het verdeeld pensioen omgezet in een eigen pensioen voor uw ex-partner