

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 bij de verdeling van uw pensioenvermogen. 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 pensioenvermogen heeft opgebouwd. Op mijnpensioenoverzicht.nl vindt u een totaaloverzicht.
- Ga na of het pensioenvermogen dat u tijdens uw huwelijk heeft opgebouwd hoog genoeg is om te verdelen. Voor uw pensioenvermogen bij ons 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) verdelen.
- Kijk ook of uw ex-partner een uitkering krijgt als u overlijdt (bijzonder partnerpensioen).
- Laat uw ex-partner ook uitzoeken waar hij/zij pensioenvermogen heeft opgebouwd en of dit met u verdeeld moet worden.

TIP: Vul in 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 pensioenvermogen 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 verdelen.
- 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 verdeling.

Stap 3 > Afspraken vastleggen

- Leg de afspraken die u met uw ex-partner over de verdeling maakt vast in een scheidingsconvenant.
- Doet uw ex-partner afstand van de uitkering die hij/zij krijgt bij uw overlijden? Leg dan vast dat hij/zij afstand hiervan doet.
- 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 uw verdeling zo snel mogelijk aan ons door.
- Op pfzw.nl/formulieren vindt u formulieren voor het doorgeven van de verschillende manieren van verdeling. 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 de uitkering die hij of zij krijgt als u overlijdt? En staat deze afspraak niet in uw scheidingsconvenant? Gebruik dan de overeenkomst 'Geen uitkering na overlijden ex-partner'. 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 > Afspraken controleren

- 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 pensioenvermogen

	Standaardverdeling	Afwijkende verdeling	Niet verdelen	Conversie
Over welke periode verdeelt u uw pensioenvermogen?	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 € 632,63 (2026)	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 € 632,63 (2026)
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 uitkering (bijzonder partnerpensioen). Ontvangt uw ex-partner al een deel van uw pensioen? Dan stopt de betaling hiervan	Een uitkering (bijzonder partnerpensioen). Ontvangt uw ex-partner al een deel van uw pensioen? Dan stopt de betaling hiervan	Een uitkering (bijzonder partnerpensioen).	Geen uitkering (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 de uitkering bij overlijden (bijzonder partnerpensioen)?	Ja	Ja	Ja	Nee. De uitkering (bijzonder partnerpensioen) is samen met het verdeelde pensioenvermogen omgezet in een eigen pensioenvermogen voor uw ex-partner