

## Hoe flexibel is jouw pensioen?

Het pensioen dat je via jouw werkgever opbouwt (werknemerspensioen) is vaak flexibel. Je hebt verschillende keuzes. Bijvoorbeeld over de ingangsdatum van je pensioen en over de verdeling van de uitkeringen. Op deze pagina lees je meer over de keuzes rondom je pensioen. Laat je adviseren door een specialist voordat je een keuze maakt.

### Op deze pagina

- Je pensioen eerder ontvangen
- Je pensioen uitstellen
- Ouderdompensioen ruilen voor nabestaandenpensioen
- Nabestaandenpensioen ruilen voor ouderdompensioen
- Tijdelijk een hoger pensioen
- Tijdelijk een lager pensioen

### Je pensioen eerder ontvangen

In je pensioenregeling staat een pensioenleeftijd. Dit is de leeftijd waarop jouw pensioen ingaat als jij niets verandert. Vaak is dat 68 jaar. Je kunt ervoor kiezen om je pensioen eerder te laten ingaan. Hierdoor wordt je pensioenuitkering wel lager. Je bouwt namelijk minder lang pensioen op. En de uitkeringen uit je pensioenvermogen worden verdeeld over een langere periode.

Eerder stoppen met werken betekent dus meestal een lager maandelijks inkomen. Vraag daarom advies voordat je een keuze maakt.

Let op: stop je al voor je AOW-leeftijd met werken? Houd er dan rekening mee dat je nog geen AOW ontvangt. Bereken goed of je dan voldoende inkomen hebt om van

rond te komen.

Er zijn verschillende mogelijkheden om je pensioen al eerder te ontvangen:

- Je stopt gedeeltelijk met werken en laat je pensioen alvast ingaan om je loon aan te vullen. In je pensioenregeling staat vanaf wanneer dat mag. Vaak is dat 5 jaar voor de AOW-leeftijd.
- Je stopt helemaal met werken en laat je pensioen ingaan. In veel pensioenregelingen mag dat tot 10 jaar voor je AOW-leeftijd.
- Je kiest voor vervroegde uittreding omdat je een zwaar beroep hebt. Een hiervoor bedoelde RVU-regeling is opgenomen in de cao's van bepaalde beroepsgroepen. Voor die beroepsgroepen is het in de periode 2021-2025 mogelijk om maximaal 3 jaar eerder te stoppen.



### Eerder met pensioen

Link naar de website van de FNV

<https://www.fnv.nl/werk-inkomen/pensioen/eerder-met-pensioen#/>



### Duurzame inzetbaarheid en eerder stoppen met werken

Link naar de website van de FNV

<https://www.fnv.nl/werk-inkomen/duurzame-inzetbaarheid-eerder-stoppen-met-werken>



### Alles over de RVU-regeling

Link naar de website van de CNV

<https://www.cnv.nl/themas/pensioen-en-aow/regeling-vervroegd-uittrreden/>

## Je pensioen uitstellen

Je kunt je werknemerspensioen ook later laten ingaan. Dit kan tot maximaal 5 jaar na je AOW-datum. Handig als je langer door blijft werken. Door het uitstellen van je pensioendatum is je maandelijkse uitkering straks hoger.

Werk je door na het bereiken van je AOW-leeftijd? Dan ben je niet meer verzekerd voor werkloosheid of arbeidsongeschiktheid. Ook verandert je recht op toeslagen en je belastingaangifte.

Als je langer doorwerkt dan kun je jouw pensioen ook gedeeltelijk laten ingaan. Je ontvangt dan naast je loon en AOW ook een stukje pensioen.



### **Doorwerken na je pensioen**

Link naar de website van de CNV

<https://www.cnv.nl/themas/pensioen-en-aow/doorwerken-na-je-pensioen/>



### **AOW en een betaalde baan**

Link naar een brochure van de FNV

<https://www.fnv.nl/getmedia/d8a2de96-c390-41fe-a73f-eec1b822fcf0/FNV-brochure-AOW-en-een-betaalde-baan.pdf>



### **Ik wil blijven werken na de AOW-leeftijd**

Link naar de website van de Belastingdienst

<https://www.belastingdienst.nl/wps/wcm/connect/nl/aow/content/ik-wil-blijven-werken-na-mijn-aowleeftijd>

## **Ouderdomspensioen ruilen voor nabestaandenpensioen**

Op Mijnpensioenoverzicht.nl zie je hoeveel nabestaandenpensioen je partner en/of kinderen ontvangen als jij overlijdt. Is dit niet genoeg? Dan kun je misschien een stukje van je ouderdomspensioen ruilen voor een hoger nabestaandenpensioen. Dat kan op twee momenten: op je pensioendatum of als je stopt met werken bij je huidige werkgever. Ruilen van ouderdomspensioen in nabestaandenpensioen is vaak zinvol als het nabestaandenpensioen op risicobasis is. Check hiervoor de voorwaarden van je pensioenuitvoerder.



### **Nabestaandenpensioen op risicobasis**

Bij veel pensioenregelingen is het nabestaandenpensioen op risicobasis verzekerd. Overstappen naar het nieuwe pensioenstelsel betekent dat het nabestaandenpensioen altijd op risicobasis is verzekerd bij overlijden voor de pensioendatum. Je nabestaanden krijgen dan alleen een uitkering als je overlijdt terwijl je verzekerd bent. Dus als jij nog in dienst bent.

## Nabestaandenpensioen ruilen voor ouderdompensioen

Bij een nabestaandenpensioen op opbouwbasis kun je jouw nabestaandenpensioen (deels) ruilen voor een hoger ouderdompensioen. Bij een nabestaandenpensioen op risicobasis kun je jouw ouderdompensioen soms wel ruilen voor een partnerpensioen, maar niet andersom.

Er gelden allerlei regels voor het ruilen van nabestaandenpensioen in ouderdompensioen. Zo moet je partner akkoord gaan met het ruilen. Neem voor deze en andere regels contact op met je pensioenuitvoerder of een financieel adviseur.

## Tijdelijk een hoger pensioen

Je kunt ervoor kiezen om eerst een aantal jaar een hoger werknemerspensioen te ontvangen en daarna een lager pensioen tot aan je overlijden. Dat kan bijvoorbeeld handig zijn als je hypotheek nog niet is afgelost, of als je eerder stopt met werken. Je ontvangt dan nog geen AOW en hebt tijdelijk meer pensioeninkomen nodig. Het lage pensioen moet minimaal 75% van het hoge pensioen bedragen. Je moet dit uiterlijk op de pensioendatum aangeven.

Houd er rekening mee dat dit gevolgen heeft voor jouw belastingaangifte en toeslagen. Vraag je altijd af of het lage pensioendeel voldoende is om van rond te komen, ook als je zorgkosten stijgen.

## Tijdelijk een lager pensioen

Je kunt er ook voor kiezen om eerst een laag pensioen te ontvangen en later een hoog pensioen. Bijvoorbeeld omdat je partner nu nog werkt en je van dat inkomen kunt rondkomen. De regels voor dit pensioen zijn hetzelfde als de regels voor een hoog-laagpensioen.

### Overige onderwerpen

- Alles over pensioen op een rij

- Overlijden
- Hoe werkt partneralimentatie?

## Actueel

- Dit verandert er in 2025 voor zzp'ers en ondernemers
- Veranderingen in 2025 als je kinderen hebt of krijgt
- Dit verandert er in 2025 op het gebied van wonen