



Pensioen Financiën



Voorwoord

Beste lezer,

Met pensioen gaan is een belangrijke mijlpaal. Het is een moment van loslaten, maar ook van vooruitkijken. Of je nu droomt van reizen, vrijwilligerswerk, meer tijd met familie of gewoon rust: financiële zekerheid is de basis om deze nieuwe levensfase ontspannen en met vertrouwen tegemoet te gaan.

In Nederland zijn er vijf pensioenpijlers waarop jouw inkomen na pensionering is gebaseerd:

- **AOW** – de basisuitkering van de overheid
- **Pensioen via de werkgever** – opgebouwd tijdens je loopbaan
- **Lijfrente** – je eigen extra pensioenpot
- **Vermogen** – spaargeld, beleggingen of andere bezittingen
- **Eigen woning** – inclusief mogelijke overwaarde

In deze hand-out neem ik je mee in wat er financieel allemaal komt kijken bij deze nieuwe levensfase. Met **concrete uitleg, voorbeelden en keuzes** die jij zelf kunt maken. Afsluitend met een **checklist** om ervoor te zorgen dat je niks vergeet. Als je vragen of opmerkingen hebt over de inhoud kun je mij die altijd stellen via thijn@beyondretire.nl.

Je leest waar je op moet letten, welke opties je hebt, en wat je vandaag al kunt regelen. Het doel is niet alleen overzicht, maar ook rust en regie over je eigen situatie.

Deze hand-out is tot stand gekomen in samenwerking met Theo van Uem van Hypotheek Consultancy Gelderland en Iwan Jolink CFP® van Buro Philip van den Hurk. Hun expertise op het gebied van vermogensplanning en woningfinanciering heeft bijgedragen aan de inhoud en kwaliteit van dit document. Dank voor jullie hulp.

Ik hoop dat je deze hand-out als waardevol ervaart. Neem je tijd, markeer wat voor jou relevant is, en bespreek het met je partner, kinderen of adviseur. Deel het document ook gerust met iedereen die er baat bij kan hebben.

Ik wens je veel leesplezier én financiële helderheid toe.

Met vriendelijke groet,

Thijn Rutten
Beyond Retire



Inhoudsopgave financiële hand-out

ALGEMENE OUDERDOMSWET (AOW)	4
AOW-UITKERING 2025	4
WAT MOET JE ZELF REGELEN?	5
IN HET BUITENLAND GEWOOND?	5
EMIGREREN NA JE PENSIOEN?	5
LOONHEFFING	6
DRIE SCENARIO'S – WELKE PAST BIJ JOU?	6
NABESTAANDENPENSIOEN	7
PARTNER AANMELDEN BIJ HET PENSIOENFONDS	7
NABESTAANDENPENSIOENVERZEKERING	8
BELASTINGVRIJ SCHENKEN	9
JAARLIJKS VRIJSTELLING	9
EENMALIGE VERHOOGDE VRIJSTELLING	9
UITZONDERING: SCHENKEN VOOR EEN DURE STUDIE	9
WAAROM SCHENKEN BIJ LEVEN?	10
LEVENSTESTAMENT	11
IS HET VERPLICHT OM EEN LEVENSTESTAMENT TE HEBBEN?	11
VERSCHIL TUSSEN EEN 'GEWOON' TESTAMENT EN EEN LEVENSTESTAMENT?	11
WAT ZIJN DE KOSTEN VAN EEN LEVENSTESTAMENT?	12
LIJFRENT. JE EIGEN PENSIOENPOT	13
WAT IS EEN LIJFRENT?	13
BELASTINGVOORDEEL: HOE WERKT HET?	13
BELASTINGTARIEVEN 2025 AOW-GERECHTIGDE	14
WAAR REGEL JE EEN LIJFRENT?	15
OVERWAARDE. GELD UIT JE HUIS HALEN	16
WAAR MOET JE OP LETTEN?	17
IS OVERWAARDE OPNEMEN VERSTANDIG?	17
CHECKLIST	18
<i>Inkomsten en AOW</i>	18
<i>Partner & Nabestaanden</i>	18
<i>Documenten & Toeslagen</i>	18
<i>Vermogen & Belastingen</i>	18
<i>Persoonlijke keuzes</i>	19
BRONNENLIJST	20



Algemene Ouderdomswet (AOW)

De AOW is het basispensioen van de overheid. Iedereen die in Nederland woont of werkt, bouwt automatisch AOW op. Vanaf je AOW-leeftijd ontvang je deze uitkering maandelijks van de **Sociale Verzekeringsbank**, hierna **SVB** genoemd.

AOW-uitkering 2025

Alleenstaande

Bruto AOW	€1.580,92
Met Loonheffing	€1.497,77
Zonder Loonheffing	€1.214,77
Vakantiegeld (Bruto)*	€102,46 per maand

**Het vakantiegeld wordt in mei uitgekeerd door de SVB.*

Gehuwde/Samenwonende

Bruto AOW per persoon	€1.081,50 p.p.
Met Loonheffing	€1.024,62 p.p.
Zonder Loonheffing	€831,12 p.p.
Vakantiegeld (Bruto)*	€73,18 p.p.



Wat moet je zelf regelen?

Je moet je AOW zelf aanvragen.

Gelukkig word je automatisch benaderd: ongeveer 4 à 5 maanden voor je AOW-leeftijd ontvang je bericht van de SVB met instructies. Toch goed om in je agenda te zetten: "**AOW aanvragen controleren**".

In het buitenland gewoond?

Als je niet 50 jaar in Nederland hebt gewoond, krijg je **minder AOW**.

- Voor elk jaar dat je niet in Nederland woonde of werkte, krijg je 2% minder AOW.
- Je hoeft niet gewerkt te hebben; wonen in Nederland is voldoende.
- Er zijn uitzonderingen, zoals studeren in het buitenland of werken voor een Nederlandse werkgever.

Pensioen terugkopen kan!

Als je in het buitenland hebt gewoond, kun je dat AOW-recht vrijwillig terugkopen. Voorwaarden:

- Binnen 1 jaar na vertrek uit Nederland aanvragen bij de SVB
- Maximaal 10 jaar terug te kopen
- Je betaalt hiervoor premie (zonder bijdrage van een werkgever)

Emigreren na je pensioen?

Wil je na je AOW-leeftijd emigreren? Dat kan. Nederland heeft afspraken met veel landen, vooral in de Europese Unie (EU), Europese Economische Ruimte (EER) en Zwitserland. In deze landen kun je je AOW gewoon blijven ontvangen.

👉 *Check altijd vooraf of jouw gewenste emigratieland onder een verdrag valt.*



Loonheffing

Waar moet je op letten?

Loonheffing is de belasting die wordt ingehouden op je inkomen. Denk aan je AOW, pensioen of bijvoorbeeld inkomen uit (deeltijd)werk.

De **loonheffingskorting** is een korting op die belasting. Deze korting zorgt ervoor dat je netto meer overhoudt.

Let op! Je mag deze korting op maar één inkomstenbron toepassen. Of dat nu je AOW is, je pensioen, of een (bij)baan: je moet kiezen waar je de korting toepast.

Het is gebruikelijk dat de SVB voor de zekerheid de loonheffingskorting uitzet bij de AOW-uitkering, maar ga dit goed na. Als je meer pensioen dan AOW ontvangt is het toepassen op de korting op het pensioen in de meeste gevallen de beste keuze.

Drie scenario's – welke past bij jou?

Scenario 1: Op alle inkomsten de korting aanzetten

Niet doen.

Je betaalt te weinig belasting. Bij de aangifte krijg je een onaangename verrassing: terugbetalen, soms met rente of boete.

Scenario 2: Op geen enkele inkomstenbron toepassen

Je betaalt dan te veel belasting.

- Voordeel: bij je jaarlijkse aangifte krijg je geld terug.
- Dit voelt voor sommigen als een "spaarpotje" – bijvoorbeeld voor vakantie of extra uitgaven in het voorjaar.

Scenario 3: Toepassen op je hoogste inkomen

Aanrader

Dit levert maandelijks het hoogste netto bedrag op.

Je houdt dus nu meer geld over, wat je kunt gebruiken of wegzetten (bijv. sparen, beleggen).



Nabestaandenpensioen

Wat regel je voor je partner?

Stel dat je komt te overlijden – wat blijft er dan financieel over voor je partner of kinderen? Het nabestaandenpensioen is bedoeld om ze wat inkomenszekerheid te geven na jouw overlijden.

Wat je precies krijgt (of je partner dus), hangt af van meerdere factoren. Het is daarom belangrijk om nu te controleren wat er geregeld is – en wat niet.

Partner aanmelden bij het pensioenfonds

- Heb je er aan gedacht om je partner aan te melden voor jouw nabestaandenpensioen? Als je getrouwd bent, of een geregistreerd partnerschap hebt, is dit vaak geregeld. Bij ongehuwd samenwonen moet je jouw partner zelf aanmelden bij het pensioenfonds. Controleer dit even voor de zekerheid bij je pensioenfonds.

Er zijn 3 pijlers:

- **Algemene nabestaandenwet (ANW)**
Hier mag een kind gebruik van maken onder de 18 jaar of als de nabestaande voor minimaal 45% arbeidsongeschikt is en voldoet aan overige voorwaarden, zoals een inkomenstoets.
- **Nabestaandenpensioen via de pensioenregeling van de werkgever**
Dit is niet verplicht, maar wel gebruikelijk. Anw-hiaatverzekering kan onderdeel zijn van de pensioenregeling. Deze verzekering dekt een deel van het inkomensverlies, ook als er geen aanspraken is voor de basis ANW. Hoeveel dit is, is afhankelijk van de regeling van de werkgever (partnerpensioen). Testcase te bekijken op www.mijnpensioenoverzicht.nl. Het Nibud heeft ook tools ontwikkeld.
- **Aanvullende privé voorzieningen**
Met overlijdensrisico verzekering, lijfrente, beleggen of (bank)sparen kun je zelf iets regelen.



Nabestaandenpensioenverzekering

Let op als je eerder stopt met werken

Wil je **eerder met pensioen**? Dan kan dat gevolgen hebben voor het nabestaandenpensioen:

- In sommige regelingen vervalt (een deel van) de dekking als je stopt met werken vóór je officiële pensioenleeftijd
- **Tip:** laat dan een klein deel van je pensioen toch eerder ingaan, zodat de verzekering in stand blijft

Laat je hierin goed adviseren.



Belastingvrij Schenken

Schenken kan een mooie manier zijn om je kinderen, kleinkinderen of anderen financieel te helpen. Door hier slim mee om te gaan, kun je belasting besparen en tegelijkertijd bijdragen aan hun toekomst.

Jaarlijks vrijstelling

- Ouders mogen hun kinderen jaarlijks tot **€6.713** belastingvrij schenken.
- Voor andere, zoals grootouders, ooms of tantes, geldt een vrijstelling van **€2.690** per jaar

Eenmalige verhoogde vrijstelling

- Ouders mogen hun kind tussen de 18 en 40 jaar één keer een verhoogde schenking doen van **€32.195 inclusief de jaarlijkse schenking**.
- Sinds 1 januari 2024 is de eenmalige schenking voor een woning (jubelton) afgeschaft.

Uitzondering: schenken voor een dure studie

- Als een kind tussen de 18 en 40 jaar een studie volgt die minstens €20.000 per jaar kost, mogen ouders eenmalig een schenking doen van **€67.064**.
- De ontvanger moet kunnen aantonen dat het geld daadwerkelijk voor de studie wordt gebruikt.

Administratief

- Houd de administratie bij (datum, bedrag, naam ontvanger)
- Schenk via bankoverschrijvingen met duidelijke omschrijving, zoals "schenking kind Max 2025"
- Schrijf evt. voorwaarden op bij grotere bedragen (bijv. uitsluiten dat het bij scheiding verdeeld wordt)



Waarom schenken bij leven?

Misschien denk je er niet direct over na, maar schenken bij leven heeft voordelen. Niet alleen kun je jouw kinderen of kleinkinderen nu al helpen, je ziet ook zelf hoe ze er plezier van hebben. Een schenking kan nét dat duwtje in de rug zijn voor het huren van een kamer, het volgen van een studie of het starten van een eigen onderneming.

Daarnaast kan slim schenken erfbelasting besparen. Door nu al te schenken binnen de vrijstellingen, verklein je de nalatenschap en daarmee de belasting die erfgenamen later moeten betalen.

Wil je over dit gehele onderwerp meer over weten? Ga naar [deze](#) site.

Samenvattend

- ✓ Bepaal of je jaarlijks of eenmalig wilt schenken
- ✓ Controleer of de ontvanger tussen 18 en 40 jaar is bij een verhoogde schenking
- ✓ Schrijf bij grotere schenkingen altijd iets op papier



Levenstestament

Wie regelt jouw zaken als jij het niet meer kunt?

Een **levenstestament** is een document waarin je vastlegt **wie jouw zaken regelt** als je dat zelf niet meer kunt. Denk aan situaties waarin je door ziekte, een ongeluk of dementie niet meer in staat bent om zelf beslissingen te nemen.

Je bepaalt hierin zelf:

- Wie je vertrouwt met je financiën, medische keuzes en persoonlijke wensen
- Wat die persoon wel en niet mag regelen namens jou

Is het verplicht om een levenstestament te hebben?

Nee, het is niet verplicht om een levenstestament te hebben, maar het kan wel veel problemen voorkomen. Zonder een levenstestament hebben familieleden of een bewindvoerder toestemming van de rechter nodig om uw belangen te behartigen, wat veel tijd en geld kan kosten.

Verschil tussen een 'gewoon' testament en een levenstestament?

Aspect	Levenstestament	Gewoon testament
Geldigheid	Tijdens je leven	Na je overlijden
Regelt	Medische, financiële en persoonlijke zaken	Verdeling van je nalatenschap
Voorkomt	Juridische blokkades bij wilsonbekwaamheid	Legt erfgenamen, legaten en executeur vast



Wat zijn de kosten van een Levenstestament?

De kosten verschillen. Vaak krijg je korting als je een levenstestament en gewoon testament in één keer bij de notaris afneemt. Bij de [Thuisnotaris](#) (heb ik geen verbinding mee) kost een levenstestament €299,- een combinatie van 2 aktes is €550,-

Mocht er ineens iets gebeuren waardoor je niet meer je eigen beslissingen kan maken, is het wel erg fijn om een levenstestament afgesloten te hebben. Dus wacht er niet te lang mee!

Samenvattend

- ✓ Overweeg een levenstestament als je regie wilt houden bij ziekte en/of ouderdom
- ✓ Leg vast wie namens jou beslissingen mag nemen
- ✓ Vergelijk notarissen op prijs en inhoud
- ✓ Overweeg om dit te combineren met een gewoon testament – scheelt vaak kosten



Lijfrente. Je eigen pensioenpot

Naast AOW en eventueel pensioen via een werkgever kun je ook **zelf geld opzijzetten voor later**. Dat doe je bijvoorbeeld via een **lijfrente**. Dit is een fiscaal aantrekkelijke manier om een extra pensioenpotje op te bouwen. Ook als je al bijna met pensioen gaat kan dit aantrekkelijk zijn.

Wat is een lijfrente?

Een lijfrente is een financieel product waarbij je geld stort bij een verzekeraar of bank. Dat geld mag je **afrekken van de belasting** – zolang je binnen de fiscale grenzen blijft. Later keert de lijfrente periodiek geld aan je uit, bijvoorbeeld zodra je met pensioen gaat.

Belastingvoordeel: hoe werkt het?

Als je nu geld stort in een lijfrente, mag je dat bedrag aftrekken van je inkomen in box 1. Dat levert belastingteruggave op.

Later – als je gepensioneerd bent – betaal je over de uitkeringen juist **minder belasting**, omdat je dan vaak in een lagere belastingschijf zit.



Belastingtarieven 2025 AOW-gerechtigde

Inkomen tot €38.441	17,92%
Inkomen van €38.441 tot €76.817	37,48%
Boven €76.817	49,5%

Het grote verschil zit tussen de eerste schijf. Bij werkende leeftijd betaal je 36,82% belasting tot €38.441. **Dit is een verschil van 18,9%.**

Je kan niet maximaal inleggen in een lijfrente, dit heeft te maken met:

- **Premiegrondslag** = je bruto inkomen min de AOW-franchise (€18.475 in 2025)
- **Maximale jaarruimte** = 30% van de premiegrondslag
- **Reserveringsruimte** = gemiste jaarruimte uit de afgelopen 10 jaar

Rekenvoorbeeld

Jan verdient €50.000 **bruto** per jaar.

1. **Premiegrondslag:** €50.000 - €18.475 = €31.525
2. **Maximale jaarruimte:** 30% X €31.525 = €9.457,50

Het is dus mogelijk om maximaal €9.457,50 in te leggen.

Stel Jan legt €5.000 in:

Belastingteruggave: $37,48\% \times € 5.000 = \text{€1.874}$

Dus je krijgt én €1,874 terug én je hebt €5.000 ingelegd voor later én als je met pensioen bent betaal je minder belasting over dat geld.

Inhalen van eerdere jaren

Heb je in eerdere jaren geen gebruik gemaakt van je jaarruimte? Dan mag je dat alsnog inhalen via de **reserveringsruimte**, teruggaand tot 2015. Dat maakt het mogelijk om een flinke inhaalslag te maken, zeker rond je pensioenleeftijd.



Waar regel je een lijfrente?

Een lijfrente kun je afsluiten via:

- Een **bank** (bijvoorbeeld Rabobank, ING, ABN Amro, SNS)
- Een **verzekeraar** (zoals Aegon, Nationale-Nederlanden, ASR)
- Een **online aanbieder** of beleggingsplatform (zoals Brand New Day, BrightPensioen, DeGiro)

Samenvattend

- ✓ Lijfrente is een fiscaal voordelige manier om extra pensioen op te bouwen
- ✓ Je mag de inleg aftrekken en later tegen een lagere belasting laten uitkeren
- ✓ Bepaal je jaarruimte via bovenstaande formule, online tools of met een adviseur
- ✓ Kijk ook naar je reserveringsruimte om gemiste jaren in te halen
- ✓ Let op de voorwaarden van banken en verzekeraars over uitkeringstermijnen
- ✓ Stort je inleg vóór 31 december om het fiscale voordeel in hetzelfde jaar te krijgen
- ✓ Nog interessant ook al heb je bijna je pensioengerechtigde leeftijd bereikt



Overwaarde. Geld uit je huis halen.

Heb je je hypotheek (grotendeels) afgelost of is je huis in waarde gestegen? Dan heb je waarschijnlijk **overwaarde**. Dat is het verschil tussen de marktwaaarde van je woning en wat je nog aan hypotheekschuld hebt.

Overwaarde zit in je stenen – maar het is mogelijk om dat geld weer beschikbaar te maken.

Dit kan op verschillende manieren, dit zijn de meest gangbare vormen:

1. Tweede hypotheek afsluiten

- Je sluit een nieuwe lening af op je woning
- Je krijgt eenmalig geld uitgekeerd of een doorlopend krediet

2. Hypotheek verhogen

- Je vergroot je bestaande hypotheek
- Vaak iets goedkoper dan een tweede hypotheek

3. Opeethypotheek / verzilverhypotheek

- Je leent geld uit de overwaarde zonder maandelijkse aflossing
- Bedrag wordt verrekend met de verkoop van het huis bij overlijden of verhuizing
- Voorwaarden verschillen sterk per aanbieder



Waar moet je op letten?

- Je maandlasten gaan omhoog
- Je huis moet voldoende waarde hebben én je moet nog voldoende inkomen tonen
- Overwaarde opnemen heeft invloed op je erfenis – bespreek dit tijdig met je erfgenamen
- Niet elke bank biedt alle opties – laat je goed adviseren

Hiervoor moet er wel een taxatie gedaan worden en je zal naar de notaris moeten. Dit zal al zo rond de €5.000 uitkomen.

Is overwaarde opnemen verstandig?

Dat hangt sterk af van je situatie

Wel interessant als:

- Je weinig spaargeld hebt maar veel overwaarde
- Je liever nu wat ruimer leeft of iets wilt schenken
- Je bereid bent iets van je toekomstige nalatenschap in te leveren

Minder geschikt als:

- Je maandlasten al aan de hoge kant zijn
- Je woning moeilijk verkoopbaar is (lage marktwaarde)
- Je het geld niet echt nodig hebt of geen plan hebt voor de besteding

Vuistregel

“Gebruik de overwaarde alleen als je er een duidelijk doel of voordeel mee bereikt.”



Checklist

De overgang naar pensioen is meer dan alleen “stoppen met werken”. Het is het moment waarop je financieel overzicht en zekerheid wilt. Deze checklist helpt je om niets te vergeten en zelf de regie te houden.

Een pensionado gaf laatst het mooie advies:

“Stel niks uit. Als je een reis wilt maken die je eigenlijk te duur vindt – maak die reis dan wel. Je leeft nu.”

Inkomsten en AOW

- ☐ Heb je je **AOW aangevraagd** via de SVB?
- ☐ Weet je hoeveel **AOW en aanvullend pensioen** je krijgt per maand?
- ☐ Heb je je **loonheffingskorting goed toegepast** (op slechts één bron)?

Partner & Nabestaanden

- ☐ Staat je **partner geregistreerd bij het pensioenfonds** (voor nabestaandenpensioen)?
- ☐ Weet je of je partner recht heeft op een **partnerpensioen** als jij overlijdt?
- ☐ Heb je nagedacht over een **aanvullende verzekering** of voorziening?

Documenten & Toeslagen

- ☐ Heb je een **levenstestament** laten opstellen?
- ☐ Heb je een **gewoon testament** geregeld?
- ☐ Heb je bekeken of je **zorgtoeslag** of **huurtoeslag** kunt krijgen vanaf je AOW-leeftijd?

Vermogen & Belastingen

- ☐ Weet je hoeveel je per maand nodig hebt om comfortabel te leven?
- ☐ Heb je nagedacht over het **gebruik van overwaarde** (ja/nee, en waarom)?



- ☐ Heb je bekeken of je geld wilt inleggen in een **lijfrente** voor belastingvoordeel?
- ☐ Heb je plannen om (belastingvrij) te **schenken aan je kinderen of kleinkinderen**?

Persoonlijke keuzes

- ☐ Heb je voor jezelf helder wat je **eerste pensioenjaar** zou willen doen?
- ☐ Staat er een droomreis, hobby of wens op de planning – en heb je daar budget voor?
- ☐ Heb je besproken met je partner hoe jullie omgaan met **gezamenlijke financiën** na pensionering?

Afsluiting

Bedankt voor je interesse, hopelijk is het waardevol voor je geweest!

Deel deze hand-out gerust met anderen die er baat bij kunnen hebben, zoals familieleden, collega's of vrienden die zich op hun pensioen voorbereiden.

Prettige dag gewenst!



Bronnenlijst

[Vernieuwd pensioenstelsel: wat betekent dit voor u? | ABP](#)

[Pensioenfonds voor overheid en onderwijs | ABP](#)

[Contact opnemen met ABP](#)

[Log in op MijnABP - Alles over uw pensioen op 1 plek](#)

[Welkom op Mijnpensioenoverzicht.nl](#)

[Pensioen – Nibud](#)

[Geldplan Bijna pensioen – Nibud](#)

[Hoeveel pensioen krijg ik later? | Pensioenchecker](#)

[Pagina ABP op HI](#)

[https://www.bnnvara.nl/kassa/artikelen/minder-aow-omdat-je-in-het-buitenland-hebt-gewoon d-hoe-zit-dat](https://www.bnnvara.nl/kassa/artikelen/minder-aow-omdat-je-in-het-buitenland-hebt-gewoon-d-hoe-zit-dat)

Nationale Nederlanden [<https://www.nn.nl/Inspiratie/Schenking-ontvangen.htm>]