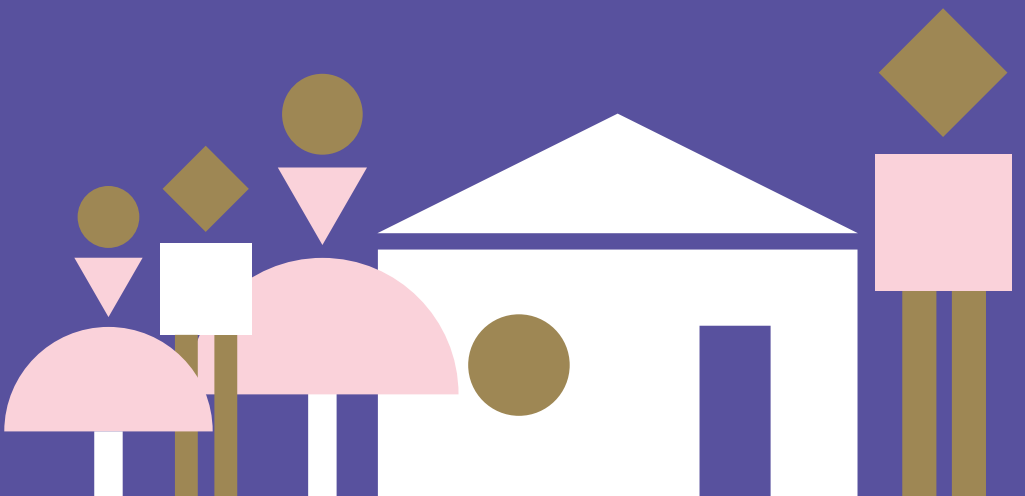


Stappenplan bij scheiding

Wat moet je allemaal regelen?



Als jij en je partner uit elkaar gaan, komt daar veel bij kijken. Het is belangrijk om goed op een rij te zetten wat er voor jullie én voor de kinderen geregeld moet worden. Daarom hebben we dit stappenplan gemaakt. We hopen jou, je ex-partner en de kinderen hiermee te helpen.



Waar moet je rekening mee houden?

Alles over de vier belangrijkste onderwerpen als je uit elkaar gaat.

Je partner, kinderen en omgeving vertellen dat je uit elkaar wilt

Een scheiding is een heftige gebeurtenis. Daarom is het belangrijk om tijd voor het gesprek te nemen. Dit geldt voor zowel het gesprek met je (ex-)partner, de kinderen en de omgeving. Geef hen ook alle ruimte om vragen te stellen. Kinderen kunnen zich bijvoorbeeld afvragen waar zij gaan wonen en of zij nog naar hun eigen school kunnen. Familie en vrienden kunnen rondlopen met de vraag of zij nu partij voor één van de ex-partners moeten kiezen.

Aandacht voor de kinderen

Het is belangrijk dat de kinderen zo snel mogelijk weten wat er gaat gebeuren. Dan kunnen zij dit verwerken en hun weg zoeken in de nieuwe situatie. Eerlijkheid is hierin ontzettend belangrijk. Naast dit emotionele gedeelte, moeten er ook praktische zaken geregeld worden. Zo leg je afspraken met de andere ouder vast in een ouderschapsplan.

Geld en wonen

Om ruzie te voorkomen of te beperken, zijn goede afspraken rondom geld en wonen essentieel. Denk hierbij aan de verdeling van het gezamenlijke vermogen, de spullen en wie waar gaat wonen. Deze afspraken leg je vast in het echtscheidingsconvenant. Het is verstandig om hier deskundige hulp bij te vragen, van bijvoorbeeld een advocaat of een mediator.

Scheiden en de wet

De wet schrijft voor dat je bij een scheiding een aantal zaken moet regelen. Je hebt bijvoorbeeld een advocaat nodig om de scheiding bij de rechtbank en de gemeente in orde te maken. Deze advocaat kan je ook helpen bij andere wettelijke zaken die afgewikkeld moeten worden.

Hoe vertel je je partner dat je uit elkaar wil?

Deze tips kunnen je helpen.

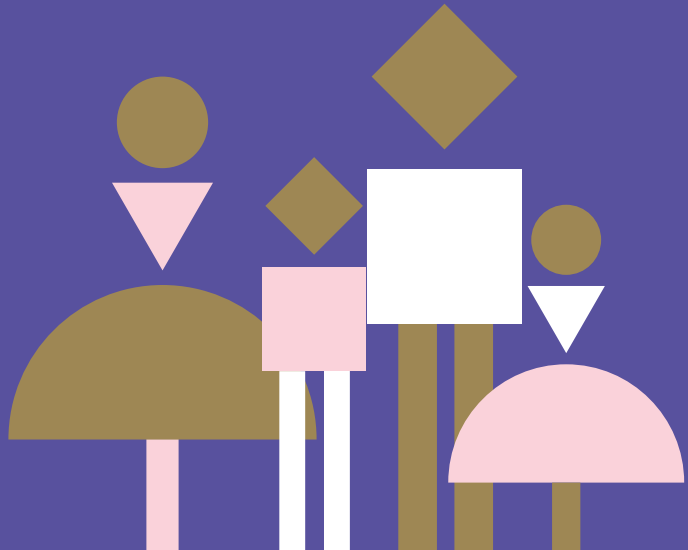
Als je besluit dat je niet verder wilt met jouw partner, wat doe je dan? Hoe bespreek je dit met elkaar?

- Tip 1** Schrijf op wat je precies wilt vertellen. Als dit moeilijk voor je is, kun je iemand zoeken die je vertrouwt, bijvoorbeeld een vriend of vriendin. Met hem of haar kun je een invulling bedenken.
- Tip 2** Kies een rustig moment en een rustige plek uit, waar je niet door bijvoorbeeld de kinderen gestoord kan worden. Breng de boodschap persoonlijk zodat je partner de kans krijgt om te reageren.
- Tip 3** Vertel eerlijk wat je voelt en geef je partner de ruimte om ook iets te zeggen. Blijf weg van beschuldigingen en zorg dat je naar elkaar luistert. Verwacht niet direct begrip of een snelle oplossing. Jouw partner kan geschokt zijn en tijd nodig hebben om het nieuws te verwerken. Als het gesprek niet lekker loopt, neem dan een pauze en maak een afspraak voor een later moment.
- Tip 4** Bespreek wat jullie volgende stap wordt. Als jullie relatie misschien nog te redden is, denk dan eens aan het inschakelen van hulp, bijvoorbeeld van een relatietherapeut. Die helpt jullie met elkaar te praten en kan bouwen aan jullie wederzijds begrip. Twijfel je of dit zin heeft, denk dan aan pre-meditation. Dit is een gesprek waarin je samen met iemand die onafhankelijk is de

gevolgen van een scheiding bespreekt. Hierbij breng je ook de gevolgen voor jullie gezin in kaart.

Wil je toch direct scheiden? Zoek dan naar een mediator of een advocaat. Die helpt bij het zoeken naar oplossingen en het maken van afspraken. Een advocaat kan ook ondersteunen als jullie scheiding eventueel voor de rechter komt.

Tip 5 Heb je last van emoties zoals verdriet, pijn of boosheid? Denk dan aan een scheidingscoach. Deze kan jullie apart helpen om aandacht te geven aan de verwerking van de scheiding. Bovendien helpt deze coach bij de manier waarop jij en je partner met elkaar praten, zodat de scheiding niet nog vervelender wordt.



Hoe vertel je de kinderen dat jullie uit elkaar gaan?

Deze tips kunnen je helpen.

Als jullie hebben besloten dat jullie uit elkaar gaan, hoe vertel je dit dan op de best mogelijke manier aan de kinderen?

- Tip 1** Oefen samen het gesprek dat jullie met de kinderen hebben. Door dit te oefenen en de woorden uit te spreken, maak je het voor jezelf makkelijker. Het helpt je ook om jezelf onder controle te houden tijdens het gesprek met de kinderen.
- Tip 2** Houd het gesprek op een plek die veilig voelt voor de kinderen. Op die manier kunnen zij vrijuit praten.
- Tip 3** Zorg dat jullie het eens zijn over de reden van de scheiding voordat jullie het de kinderen vertellen. Dan kunnen jullie dat ook goed overbrengen zonder onnodige onduidelijkheden.
- Tip 4** Je mag best je emoties laten zien. Dat helpt de kinderen ook bij het tonen van hun emoties. Voel je tranen opkomen, dan kun je zeggen: ik vind het moeilijk en ik ben verdrietig. Laat je kind ook weten dat hij of zij jou niet hoeft te troosten of voor je hoeft te zorgen.
- Tip 5** Geef elkaar als ouders niet de schuld en maak ook duidelijk dat de scheiding niet de schuld van de kinderen is. Het is belangrijk dat zij letterlijk horen dat zij niet de aanleiding zijn.

- Tip 6** Het kan gebeuren dat de kinderen bang worden dat zij ook verlaten zullen worden. Vertel hen daarom dat dat absoluut niet gaat gebeuren en dat jullie allebei voor hen blijven zorgen.
- Tip 7** Bespreek wat er verandert na de scheiding, maar bespreek ook wat hetzelfde blijft. Dit geeft kinderen steun. Laat bijvoorbeeld zien hoe een week kan verlopen. Nog geen idee? Zeg dit dan eerlijk.
- Tip 8** Laat er ruimte zijn voor reacties en moties. Dat is moeilijk, maar wel belangrijk. Laat de kinderen weten dat het normaal is dat ze zich boos of verdrietig voelen.
- Tip 9** Probeer heftige emoties, zoals boosheid, onder controle te houden. Bewaar deze tot na het gesprek met je kinderen, voor een moment met je partner. Het gesprek draait namelijk om de kinderen, niet om jullie.
- Tip 10** Kinderen hebben tijd, aandacht en gesprekken nodig om alles te verwerken. Vind je het moeilijk om hen daarbij te helpen? Dan kun je een opa, oma, juf, buurvrouw of andere bekende inschakelen.

Verder...

Kunnen boekjes helpend zijn. Door boekjes over het onderwerp scheiden voor te lezen of een kind dit zelf te laten zien, kan een kind ervaren dat bepaalde gevoelens normaal zijn als je ouders uit elkaar gaan. Je kunt een lijst van boeken opvragen door te mailen naar info@adviespuntsko.nl.

Tot slot is hulp in de vorm van groepstraining of een buddy mogelijk. Bij het Adviespunt SKO werken we samen met Villa Pinedo. Als je ondersteuning nodig hebt bij het zoeken naar de juiste en beschikbare hulp voor jullie kinderen, kun je een e-mail sturen naar info@adviespuntsko.nl.

Hoe vertellen jullie de omgeving dat jullie uit elkaar gaan?

Deze tips kunnen je helpen.

Als jullie hebben besloten dat jullie uit elkaar gaan, hoe vertel je dit dan aan familie, vrienden en overige mensen uit jullie omgeving?

- Tip 1** Familie en vrienden vragen zich bij een scheiding vaak af of zij partij moeten kiezen. Toch kan het helpend zijn om deze mensen te vragen dit niet te doen. Vraag ze ook om jouw ex-partner niet de schuld te geven van de scheiding.
- Tip 2** Vertel familie en vrienden niet via de telefoon, een e-mail of WhatsApp dat jullie uit elkaar gaan. Breng de boodschap persoonlijk. Dit geeft hen de kans te reageren en het te begrijpen.
- Tip 3** Probeer het nieuws samen te vertellen. Zo voorkom je dat het verhaal van één kant wordt verteld. Ook kun je op die manier voorkomen dat je omgeving denkt dat zij een keuze tussen jullie moet maken. Leg bovendien goed uit dat jullie geen ruzie willen, maar dat jullie het samen willen oplossen. Dit helpt de omgeving ook bij het verwerken van het nieuws.
- Tip 4** Wacht niet te lang met het vertellen over de scheiding. Maak de afspraak om het familie en vrienden te vertellen niet te lang van tevoren. Dit kan namelijk voor veel extra spanning zorgen.

Aandacht voor de kinderen

Co-ouderschap, het ouderschapsplan en meer.

Als je gaat scheiden, is het belangrijk dat je kinderen zo snel mogelijk weten wat er gaat gebeuren. Dan kunnen zij ook verder met hun eigen leven. Bespreek met de kinderen wat je (in praktische zin) van plan bent en vraag hen wat zij ervan vinden. Bekijk ook wat de verandering voor de kinderen gaat betekenen. Bij het maken van afspraken over de kinderen, is het ouderschapsplan een goede hulp

Verplicht ouderschapsplan

Een ouderschapsplan is voor de wet verplicht als een huwelijk of geregistreerd partnerschap eindigt. Ook als je samenwonende ouders bent met gezamenlijk gezag over de kinderen is een ouderschapsplan voor de wet verplicht als je uit elkaar gaat. In andere gevallen is het overigens ook verstandig om een ouderschapsplan op te stellen.

Wat staat er in het ouderschapsplan?

In het ouderschapsplan staan alle afspraken omtrent de kinderen opgenomen. Denk hierbij onder andere aan hoe jullie:

- de kinderen hebben betrokken bij het opstellen van het ouderschapsplan.
- de zorg, opvoeding en omgang met de kinderen regelen.
- elkaar spreken over jullie kinderen en hoe vaak jullie dit doen.
- samen beslissingen nemen over belangrijke onderwerpen, zoals de schoolkeuze.
- afspreken hoe jullie de kosten van de verzorging en opvoeding regelen.

Co-ouderschap

Als jullie de zorg en aandacht gelijk willen verdelen, dan spreek je over co-ouderschap. Ook in dit geval is het belangrijk om in het ouderschaps-

ouderschapsplan vast te leggen hoe en hoe vaak jullie de kinderen zien. Ook de verdeling (van dagen en/of weken) leg je vast.

Hulp nodig?

Daarnaast kunnen jullie ook andere afspraken opnemen in het ouderschapsplan, bijvoorbeeld over wat jullie belangrijk vinden in de opvoeding zoals bedtijd, huiswerk of straffen. Ook kun je denken aan het contact van de kinderen met de familie van jou en de familie van je ex-partner.

Is het moeilijk om er samen uit te komen? Zoek dan hulp bij een mediator of advocaat. Voor een overzicht van mediators en advocaten in de regio of voor een voorbeeld van een ouderschapsplan kun je een e-mail sturen naar info@adviespuntsko.nl.

Geregistreerd partnerschap

Dit is een bij de burgerlijke stand geregistreerd contract tussen twee partners die samenleven.

Gezamenlijk gezag

Als beide ouders het gezag over een kind hebben, dragen zij gezamenlijk de verantwoordelijkheid voor de verzorging en opvoeding van het kind en mogen zij gezamenlijk belangrijke beslissingen nemen.

Een mediator

Een mediator is iemand die jullie helpt om samen afspraken te maken. Zij streven naar een goede samenwerking tussen jou en je ex-partner.

Scheiden en geld

Wat zijn de gevolgen van een scheiding voor jullie financiën?

Een belangrijk onderdeel van de scheiding is het verdelen van jullie gezamenlijke vermogen en overige spullen. Hierbij moet je denken aan:

- Het verdelen van de rekeningen die jullie samen hebben.
- Het verdelen van materiaal, zoals de auto.
- Verzekeringen
- Hypotheek en leningen
- Jullie woning
- Eigen bedrijf
- Pensioen
- Toeslagen en belastingen
- Alimentatie

De mediator, advocaat of notaris kan jullie helpen bij het maken van afspraken over geldzaken. Ook kun je meer informatie vinden op de website van het Nibud (www.nibud.nl). Je kunt het boekje van Nibud over 'Geldwijzer Scheiden' tevens aanvragen via info@adviespuntsko.nl.

Kinderalimentatie

De kinderalimentatie is bedoeld voor de kosten voor verblijf van de kinderen. Afspraken hierover leg je vast in een ouderschapsplan. De hoogte van de kinderalimentatie kun je laten berekenen aan de hand van de echte kosten of met de trema normen. Deze berekening kan een advocaat, notaris of mediator voor je maken. Als je via de rechtbank scheidt of als jij en je ex-partner het niet met elkaar eens zijn, stelt de rechter de kinderalimentatie vast. Bij co-ouderschap kun je ook denken aan de verdeling van de kosten

via een gezamenlijke rekening voor de kinderen. Ouders zijn op het gebied van geld verantwoordelijk voor de kinderen tot zij 21 jaar oud zijn.

Partneralimentatie

Partneralimentatie is geld voor de kosten van het levensonderhoud van de partner. De berekening van de hoogte van deze alimentatie gebeurt meestal met hulp van een mediator, advocaat of notaris. Ook de rechter kan zich hiermee bemoeien. De wet bepaalt de tijd dat alimentatie betaald moet worden. Deze tijd is de helft van de duur van het huwelijk, als een huwelijk korter dan tien jaar geduurd heeft. Alimentatie hoeft nooit langer dan vijf jaar te worden betaald. Er zijn wel wat uitzonderingen, bijvoorbeeld als er jonge kinderen zijn. Soms hoeft er geen partneralimentatie betaald te worden. Bijvoorbeeld als degene die alimentatie krijgt opnieuw trouwt of gaat samenwonen.

Belasting

Na de scheiding wijzigt ook de manier waarop je aangifte doet bij de belastingdienst. Dit moeten jullie nu ieder afzonderlijk doen.

Hulp nodig?

Het is mogelijk dat er na een scheiding schulden ontstaan. Als je zelf geen oplossing weet, vraag dan snel om hulp. Het is belangrijk dat deze schulden snel onder controle zijn. Je kunt hiervoor contact opnemen met het Adviespunt SKO via info@adviespuntsko.nl. Wij verwijzen je dan door naar de juiste instantie.

Scheiden en wonen

Wat zijn de gevolgen van een scheiding voor jullie woning?

De meeste mensen gaan na een scheiding apart wonen. Wat moet je dan regelen? Hoe zit het met een eigen woning? En hoe vind je nieuwe woonruimte?

Huurwoning

Of je in je eigen woning kunt blijven, ligt aan het huurcontract. Staat het huurcontract op allebei jullie namen? Hebben jullie afgesproken wie er in de woning blijft? Degene die vertrekt moet het huurcontract opzeggen. Jullie moeten vervolgens samen de verhuurder vragen het huurcontract op naam van een van jullie te zetten. Staat het huurcontract op naam van je ex-partner, dan ben je automatisch medehuurder geworden. Heb je met je ex-partner afgesproken dat jij de woning blijft. Dan moet jouw ex-partner het huurcontract opzeggen. Jij wordt dan automatisch huurder. De afspraken die in het huurcontract stonden, blijven geldig. Je moet dit wel schriftelijk laten weten aan de verhuurder. Staat de huurovereenkomst op jouw naam en hebben jullie afgesproken dat jij in de woning blijft? Dan hoef je niets te regelen. Jouw ex-partner kan dit schriftelijk laten weten aan de verhuurder. Bij verhuizen heb je misschien recht op een bijdrage in geld voor de huur.

Koopwoning

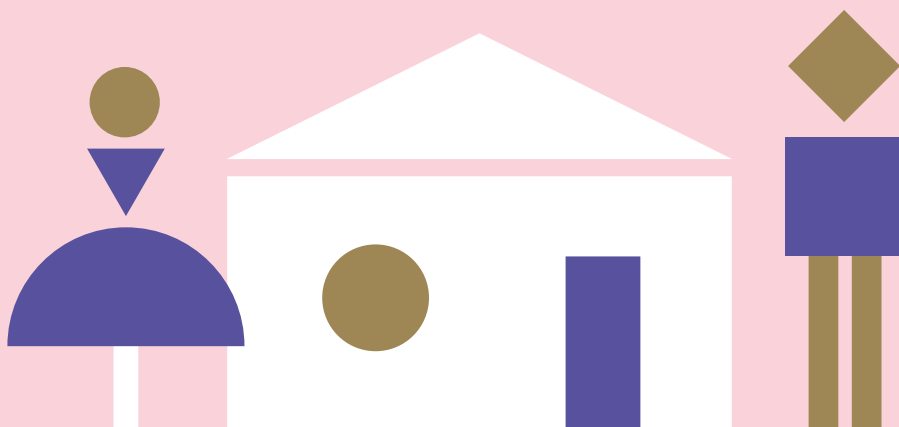
Hebben jullie samen een koopwoning, dan hebben jullie beiden evenveel recht om daar te wonen. Je beslist samen of en wie blijft. De partner die in de woning blijft, betaalt meestal een bedrag aan de ander om hem of haar uit te kopen. Daarna is deze partner de enige eigenaar. De eigenaar moet uiteraard wel de hypotheek kunnen betalen. Als een van jullie verhuist

en geen bedrag aan de ander betaalt, dan moeten jullie samen de kosten voor de hypotheek betalen. Maak hier duidelijke afspraken over. Willen jullie beiden niet meer in de woning blijven, dan kunnen jullie de woning verkopen. De opbrengst of de schulden worden verdeeld.

Een nieuwe woning

Het vinden van een nieuwe woning kan een flinke uitdaging zijn. Om te beginnen zou je eens in jouw vrienden- en kennissenkring kunnen rondvragen of zij (tijdelijke) woonruimte weten. Als dit niks oplevert, is het belangrijk dat je bij de woningbouwvereniging of de makelaar zo snel mogelijk laat weten dat je een woning zoekt.

Zoek je een huurwoning? Schrijf je dan in bij de regio waar je wil wonen. In de regio Drechtsteden kun je terecht bij Woonkeus (www.woonkeus.nl). Zorg je voor kinderen die jonger zijn dan achttien jaar en heb je snel een woning nodig? Dan kun je voorrang vragen. Voor meer informatie kun je contact opnemen met het Adviespunt SKO via info@adviespuntsko.nl.



Scheiden en de wet

Van de rechtbank tot de burgerlijke stand

Als je getrouwd bent of een geregistreerd partnerschap hebt, vindt de scheiding plaats via de rechtbank. Bij andere vormen van verbondenheid, gelden andere regels.

Scheiden na huwelijk of geregistreerd partnerschap

Om het eens te worden over de afspraken, kun je een mediator of een gezamenlijke advocaat inschakelen. Als jullie het echt niet samen eens worden, neem je beiden een eigen advocaat. Vervolgens is het belangrijk dat jullie bespreken wat er allemaal geregeld moet worden. Denk hierbij aan het eerder besproken ouderschapsplan, maar ook aan het echtscheidingsconvenant. In dit convenant leggen jullie de afspraken over de verdeling van geld en spullen af. Als zowel het ouderschapsplan als het echtscheidingsconvenant afgerond zijn, kan de advocaat de rechtbank om een scheiding vragen.

Kosten

De kosten van de scheiding (voor onder andere mediation of een advocaat) hangen af van hoe ingewikkeld de scheiding is. Dit hangt weer af van de tijd die jullie nodig hebben om het met elkaar eens te worden. Misschien heb je recht op een bijdrage in de kosten. Dit kun je vragen aan de Raad voor de Rechtsbijstand via www.rvr.org.

Scheiden bij een samenlevingscontract

Als je samenwoont met jouw partner en je hebt een contract over jullie samenleving, dan kun je dit in principe schriftelijk opzeggen. Als het samenlevingscontract een andere wijze van ontbinding voorschrijft, bijvoorbeeld via een notaris, zal deze gevolgd moeten worden. Als jullie samen voor de kinderen zorgen, moet je volgens de wet afspraken vastleggen in een

ouderschapsplan. De verdeling van de woning en geld kunnen jullie samen afspreken. Kom je er niet uit, schakel dan een mediator of advocaat in.

Uit elkaar onder wettelijke verbondenheid

Het kan ook zijn dat jullie samenwonen en kinderen hebben, maar niet wettelijk aan elkaar verbonden zijn. Dan kunnen jullie samen de verdeling van geld en zorg voor de kinderen afspreken. Indien nodig kun je hierbij ook een mediator of advocaat inschakelen.

Inschrijving bij de burgerlijke stand

Een echtscheiding is pas definitief als dit geregeld is in de burgerlijke stand van de gemeente waar jullie getrouwd zijn. Meestal zorgt een advocaat ervoor dat de stukken die nodig zijn worden verstuurd naar de juiste gemeente. De datum waarop de ambtenaar van de burgerlijke stand de echtscheiding vastlegt, is de datum waarop je gescheiden bent. Dit komt ook te staan op de huwelijksakte. Je kunt deze huwelijksakte met aantekening van echtscheiding altijd opvragen bij de gemeente

Het Adviespunt Scheiden, Kind en Ouderschap.

Wij zijn het adviespunt Scheiden, Kind en Ouderschap. Vanuit de gemeenten Dordrecht, Papendrecht en Zwijndrecht is het Adviespunt SKO gestart om ouders, professionals en kinderen te ondersteunen bij alle fases van een scheiding. Dit doen we door het organiseren van spreekuren, door het bieden van een luisterend oor en door het geven van advies (zonder oordeel!). Ons team bestaat uit experts die dagelijks met deze ouders en kinderen werken.



**Meer informatie over het Adviespunt
Scheiden, Kind en Ouderschap?**

Scan de QR-code en bekijk de website!

