

Jaarpublicatie Werk&Mantelzorg 2021-2022

MANTELZORG WERKT!



“Het is niet altijd even makkelijk, maar als je er samen over gaat praten kom je er echt uit”



Samen is de oplossing

Het is de combinatie van werkgever én werknemer. Het vraagt wat van beiden, en ook van sociale partners, gemeenten en ondersteuningssystemen. Je moet met elkaar oplossingen verzinnen. Samen is de oplossing. Dat is het motto van Liesbeth Hoogendijk en Martijn de Wildt, bestuursleden van Werk&Mantelzorg.

Martijn: 'Als we terugkijken: in 2008 stond de combinatie werk en mantelzorg nog amper op de agenda. Het ligt nu veel meer op tafel.' Toch bespreekt bijna de helft van de mantelzorgende werknemers het niet met de leidinggevende. Liesbeth: 'Veel mensen zien zichzelf niet als mantelzorger. Je doet het gewoon: je ouders worden ouder; je krijgt een kind met een beperking. Je begint gewoon met zorgen. Er is niet een natuurlijk gevoelsmoment dat iemand denkt: "Vanaf vandaag ben ik mantelzorger."' Martijn: 'Er rust nog steeds een taboe op, je praat makkelijker over zorg voor kinderen dan over mantelzorg'.

Ga het gewoon doen

Liesbeth: 'Bied ruimte, dat is de beste manier om uitval te voorkomen. Het vraagt om basisvertrouwen. Sturen op output en niet op aanwezigheid.' Werk&Mantelzorg heeft veel tools en instrumenten ontwikkeld voor werkgevers. Martijn: 'Maak hier gebruik van, doe onderzoek, agendeer, praat met mantelzorgers. Ga het gewoon doen!'

Help medewerkers op weg

Martijn: 'Wat ik zie, zit in de twee woorden van Werk&Mantelzorg. Je kunt oplossingen vinden in het werk, maar je kunt ook wijzen op mogelijkheden in de zorg. Liesbeth: 'Daar haak ik op aan, ik denk ook heel pragmatisch. Van onze steunpunten mantelzorg weet ik dat zij altijd bereid zijn om een presentatie te geven en praktische hulp te bieden. Medewerkers worden dan al een beetje op weg geholpen. Dit is relatief laaghangend fruit dat veel effect kan hebben.'

Meer mogelijk dan je denkt

Liesbeth: 'Als je kijkt naar de demografische ontwikkeling komt er een enorme druk op werkende mantelzorgers. Het is echt belangrijk dat werkgevers daar oog voor hebben.' Niet in alle branches wordt ruimte gevoeld. Martijn: 'Veel werkgevers zitten nog vast in: "Zo is het werk georganiseerd. We doen het al jaren op deze manier." Vaak is er meer mogelijk dan je denkt.'

Samen

Martijn: 'Van de pioniersfase zijn we nu in de fase van verbreding gekomen, zo kunnen we een versnelling gaan maken. Liesbeth: 'Helemaal eens en we staan open voor nog meer samenwerking met andere partijen. Alleen samen realiseren we in heel Nederland een arbeidsvriendelijk werkklimaat.'

Liesbeth Hoogendijk en Martijn de Wildt

Waar staan we nu?

Ruim 1 op de 4 werkenden in Nederland combineert het werk met mantelzorgtaken.¹⁾ Door de veranderingen in de zorg, het langer thuis wonen van ouderen, de toenemende vergrijzing en het opschuiven van de pensioenleeftijd, zal het aantal mensen dat werk met mantelzorg combineert de komende jaren verder toenemen.

Bovendien neemt het gemiddeld aantal mantelzorgers per zorgbehoevende flink af. In **2040** zijn dat er gemiddeld nog maar drie in plaats van de huidige vijf. Dit betekent nog meer mantelzorgtaken per persoon²⁾.

Corona

Corona heeft veel impact gehad op mantelzorgers. En dat is nog niet voorbij, ook als we corona onder controle krijgen. Door het wegvallen van dagbesteding, angst om zelf besmet te worden of om kwetsbare familie te besmetten en het op slot gaan van verpleeghuizen en instellingen, kwam er meer druk op werkende mantelzorgers dan ooit. Voor de coronacrisis gaf **16%** aan werk en mantelzorg slecht tot heel slecht te kunnen combineren, tijdens de lockdown was dat **22%**.

Aan de andere kant gaf corona ook inzicht in kansen. Waar bijvoorbeeld voor de coronacrisis thuiswerken onbespreekbaar was, bleek dit nu dé manier om het werk door te laten gaan. Bovendien werd veel meer gekeken of de klus geklaard werd in plaats van of een medewerker precies acht uur op een dag gewerkt had.

“Flexibel zijn als er echt wat aan de hand is. Je moet het met elkaar doen en met elkaar samenwerken.” Jessica Hobo

Erkende werkgevers

Werk&Mantelzorg faciliteert werkgevers bij mantelzorgvriendelijk werken met praktische tips en tools. Werkgevers kunnen hiermee zelfstandig aan de slag of samen met een adviseur van Werk&Mantelzorg. We zijn trots dat bijna **400** organisaties de Erkenning ‘Wij werken mantelzorgvriendelijk’ hebben behaald. Steeds vaker kiezen we per sector voor een gerichte en op maat ontwikkelde aanpak. Dit doen we inmiddels met branches, gemeenten en provincies.

Steeds meer werkgevers zijn zich bewust van het belang om aandacht aan mantelzorg te geven als onderdeel van goed werkgeverschap. En mantelzorg is in toenemende mate een onderwerp in cao-afspraken.

Erkende organisaties



¹⁾ [Werk en mantelzorg, SCP 2019](#)

²⁾ [Toekomstverkenning mantelzorg, SCP 2019](#)

Dé mantelzorger bestaat niet

Mantelzorg is niet aan leeftijd, geslacht, opleiding of afkomst gebonden. Het kan iedereen overkomen. Iemand in de directe omgeving heeft ineens zorg nodig. Vaak begint het met iets kleins en wordt het steeds meer. De zorg die verleend wordt loopt uiteen: van boodschappen doen, helpen met douchen en aankleden tot administratieve klussen. Daarnaast verschilt de emotionele belasting per situatie.

Werknemers met mantelzorgtaken willen juist graag blijven werken: het geeft afleiding en energie. Het is dus van belang dat zij werk en zorg goed kunnen combineren. Lukt dat niet, dan raken zij eerder overbelast.



Hans Mertens, Bosch


Profiel werkende mantelzorger




Leeftijd

	jonger dan 35 jaar	8%
	36-45 jaar	17%
	46-55 jaar	42%
	ouder dan 56 jaar	33%

Zorgvrager

	(schoon)ouder	66%
	kind	19%
	partner	14%
	broer of zus	7%
	overige familie, vriend of buur	14%


Mantelzorg per week

	1-7 uur	62%
	8-20 uur	29%
	meer dan 20 uur	9%

Duur

	minder dan een jaar	15%
	1-5 jaar	41%
	meer dan 5 jaar	43%

Taken

	emotionele steun	71%
	regeltaken	70%
	praktische begeleiding	70%
	huishoudelijke hulp	33%
	persoonlijke verzorging	16%



Wouter Hijzen en Patrick Brand,
De Haan Verhuizingen

Maak mantelzorg bespreekbaar

Als leidinggevende kun je veel problemen voor zijn als je weet wat er thuis speelt. Mantelzorgers wachten vaak met het bespreekbaar maken totdat het echt niet meer gaat. Ze zien mantelzorg als privé, lossen het liever zelf op en willen anderen er niet mee belasten. Het helpt als leidinggevendenden het initiatief nemen om mantelzorg bespreekbaar te maken en begrip tonen. Dit betekent geen eenrichtingsverkeer, ook medewerkers moeten nadenken hoe zij zorgtaken met hun werk kunnen combineren en dit met hun leidinggevende bespreken.

Er is nog een wereld te winnen

Hoewel praten over mantelzorg steeds minder een taboe is, zien we dat **44%** van de leidinggevendenden en **27%** van de collega's niet op de hoogte zijn van de mantelzorgsituatie. En dat terwijl **93%** van de leidinggevendenden en **80%** van de collega's bereid zijn om mee te denken over oplossingen.

“Praat erover. Een stukje openheid is zo belangrijk, zodat ze weten wat er speelt. Als een werkgever niets van jou weet, kun je ook niet verwachten dat je werkgever iets gaat doen”

Verder zien we dat wanneer de leidinggevende op de hoogte is, slechts **1 op de 5** medewerkers samen met de leidinggevende zoekt naar een oplossing om de combinatie mogelijk te maken. Dat is een gemiste kans! Als medewerkers samen met hun leidinggevende (maatwerk)afspraken maken, leidt dat bij **84%** tot een goede oplossing.

Mantelzorgvriendelijk werkgeverschap loont

Het is niet ingewikkeld om een mantelzorgvriendelijke werkgever te zijn. Bovendien hoeft aandacht voor mantelzorg niet veel tijd of geld te kosten. Alleen al het ervaren van steun door de leidinggevende en collega's helpt.

Werkgevers die laten merken en uitdragen dat zij oog hebben voor de privésituatie van hun medewerkers, krijgen dit ruimschoots terug. Aandacht en begrip voor mantelzorg verlaagt de drempel voor werknemers om over de thuissituatie te praten en daardoor wordt dreigende overbelasting in een vroeg stadium gesignaleerd.

Als werknemers hun werk goed kunnen combineren met hun mantelzorgtaken, zorgt dit voor meer motivatie, loyaliteit, tevredenheid en productiviteit. Ook geeft dit minder gezondheidsklachten en worden verzuim en een burn-out voorkomen.

Mantelzorgvriendelijk werken levert voor werkgevers én werknemers een win-winsituatie op. Het past in de trend dat werkgevers meer maatschappelijke verantwoordelijkheid willen nemen. Bovendien worden ze daardoor een aantrekkelijke werkgever. Een belangrijk punt in tijden van krapte op de arbeidsmarkt.

Kosten van burn-out

Een medewerker die uitvalt door een burn-out is gemiddeld **300** dagen afwezig. Dit kost ongeveer **€ 250** per dag en dus **€ 75.000** in totaal. Uitval geeft verlies aan productiviteit en continuïteit. Én zorgt bovendien voor extra werkdruk bij collega's.



Prof. Dr. Nick H.M. van Dam,
Nyenrode Business Universiteit

“Organisaties die in tijden van economische crisis juist extra aandacht besteden aan hun mensen, worden absoluut terugbetaald op lange termijn”

Leidinggevend en maken het verschil

Uit onderzoek van Werk&Mantelzorg blijkt dat werkgevers en met name leidinggevend en veel invloed hebben op de werk-mantelzorgbalans van hun werknemers.

Zonder begrip van hun leidinggevende geeft **39%** van de werkende mantelzorgers aan een slechte balans tussen werk en mantelzorg te ervaren. Dit is ruim **2x** zo laag als wél begrip ervaren wordt. Dan ervaart **15%** een slechte balans.

Dé oplossing bestaat niet

Wat voor de één werkt hoeft niet voor de ander te werken. Geen mantelzorgsituatie is hetzelfde en dat geldt ook voor de oplossing, dit vraagt maatwerk. Als leidinggevende en mantelzorgers met elkaar in gesprek gaan, komt boven tafel waar het knelpunt zit en kunnen zij samen tot een werkbare oplossing komen. En betrek ook de directe collega's, zij kunnen meedenken en ideeën aandragen. Er is vaak meer mogelijk dan je denkt.

Top 3 behoeften op het werk

1. Flexibiliteit in tijd, taak en plaats
2. Aandacht en begrip leidinggevende
3. Meedenken in (maatwerk)oplossingen

Niet altijd ligt de oplossing in afspraken op het werk. Soms helpt het om de zorg anders te organiseren, meer hulp in te schakelen of juist een coach te regelen voor de medewerker. Er is buiten het werk veel ondersteuning beschikbaar, maar dit is niet altijd bekend bij mantelzorgers. Werkgevers kunnen hun medewerkers hierop wijzen.

Ondersteuning mantelzorgers

- [M-Power](#), een platform voor werkende mantelzorgers met tools om zelf aan de slag te gaan.
- [MantelzorgNL](#) voor informatie en advies over ondersteuning.
- Gemeenten voor het inschakelen van zorg.
- Mantelzorgmakelaar om regeltaken over te nemen.
- Mantelzorgcoach om werknemer te ondersteunen en hulp te bieden bij het bewaken van grenzen.



Tips voor een goede combinatie werk en mantelzorg

Voor werkgevers

- Zorg dat beleid en regelingen bekend zijn.
- Maak mantelzorg tot een vast bespreekpunt tussen leidinggevende en medewerkers.
- Maak bekend waar men buiten de organisatie terecht kan voor ondersteuning.

Voor leidinggevenden

- Maak het bespreekbaar. Vraag actief naar de combinatie werk en mantelzorg.
- Geef aandacht en begrip, denk mee over oplossingen, op korte en lange termijn.
- Denk niet in kosten, maar in baten op de lange termijn: inzetbaarheid, gezondheid en loyaliteit.
- Leg afspraken vast, evalueer regelmatig, pas aan wanneer nodig.

Voor collega's

- Geef aandacht en begrip.
- Denk mee over oplossingen.

Voor mantelzorgers

- Maak het op tijd bespreekbaar.
- Denk zelf na over wat jou kan helpen, zowel op je werk als bij je zorgtaken.
- Leg afspraken vast en evalueer regelmatig.

Meer informatie, tips en tools

www.werkenmantelzorg.nl



“We hebben de zakelijke kant, maar ook de menskant”

Corine Koops, ACV

Over werk&Mantelzorg

Werk&Mantelzorg zet Nederland in beweging naar een mantelzorgvriendelijk arbeidsklimaat. Om dit te bereiken werken we nauw samen met overheid, gemeenten, werkgeversorganisaties, vakbonden, lokale organisaties, verzekeraars, A&O fondsen en brancheorganisaties.

Coverbeeld: Anita Dalmolen en Ralph Wildeboer, GroeNoord

Werk & Mantelzorg