

# Maak *impact* met mantelzorg- ondersteuning

September 2025

fello

Samen voor *elkaar*



Hein Wittgen

fello



Er even inkomen



fello



Samen voor *elkaar*

# Hoeveel mantelzorgers zijn er in Nederland?

500.000

2 miljoen

5 miljoen

# Hoeveel mantelzorgers zijn er in Nederland?

500.000

2 miljoen

5 miljoen

# Hoeveel werkenden hebben mantelzorgtaken thuis?

1 op de 8 medewerkers is mantelzorger

1 op de 4 medewerkers is mantelzorger

1 op de 3 medewerkers is mantelzorger

# Hoeveel werkenden in de zorg hebben óók mantelzorgtaken?

1 op de 8 medewerkers is mantelzorger

1 op de 4 medewerkers is mantelzorger

1 op de 3 medewerkers is mantelzorger

# Hoeveel tijd besteedt een werkende mantelzorgers gemiddeld aan mantelzorgtaken thuis?

13 uur

17 uur

21 uur

# Hoeveel tijd besteedt een werkende mantelzorger gemiddeld aan mantelzorgtaken thuis?

13 uur

17 uur

21 uur

# Hoeveel procent van de mantelzorgers is man?

25%

35%

45%

# Hoeveel procent van de mantelzorgers is man?

25%

35%

45%

# Voor welke groep wordt het meest gezorgd door werkende mantelzorgers?

(Schoon)ouders

Partners

Kinderen

# Voor welke groep wordt het meest gezorgd door werkende mantelzorgers?

(Schoon)ouders

Partners

Kinderen

# Hoeveel werkende mantelzorgers maken hun mantelzorgtaken bespreekbaar binnen het bedrijf?

45%

50%

75%

# Hoeveel werkende mantelzorgers maken hun mantelzorgtaken bespreekbaar binnen het bedrijf?

45%

50%

75%

# Waar hebben werkende mantelzorgers over het algemeen het meeste behoefte aan?

Aandacht, begrip, meedenken met oplossingen

Overnemen van de zorg door professionele hulpverleners

Advies en coaching

# Waar hebben werkende mantelzorgers over het algemeen het meeste behoefte aan?

Aandacht, begrip, meedenken met oplossingen

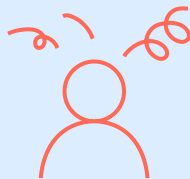
Overnemen van de zorg door professionele hulpverleners

Advies en coaching

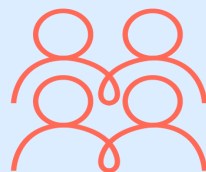
# Beïnvloedt de thuissituatie prestaties op het werk?



**5.000.000**  
**mantelzorgers**  
in Nederland



**460.000 overbelaste**  
**mantelzorgers**  
in Nederland



**1 op de 4 (25%)**  
medewerker combineert zijn  
of haar baan met mantelzorg

**18%**

**Aandeel ziekteverzuim**  
dat wordt veroorzaakt door  
mantelzorg

Dus **JA**, de thuissituatie beïnvloedt  
prestaties op het werk

# Indicatie op jullie organisatie

## Voorbeeld - schatting

- 🔍 1400 medewerkers
- 🔍 (1 op de 3 medewerkers)  
466 medewerkers met mantelzorgdruk
- 🔍 28 medewerkers met ernstige mantelzorgdruk
- 🔍 18% van het verzuim is mantelzorg gerelateerd



## Kans op mantelzorger



**Geslacht**  
64% vrouw  
35% man  
1% anders



**Leeftijd**  
31% > 55 jaar  
33% 46 - 55 jaar  
20% 36 - 45 jaar  
16% < 36 jaar



**Contract**  
44% > 35 uur  
27% 25 - 35 uur  
16% 17 - 24 uur  
12% < 17 uur

## Oplossing:



Inzetten op mantelzorgbeleid geeft invulling aan goedwerkgeverschap

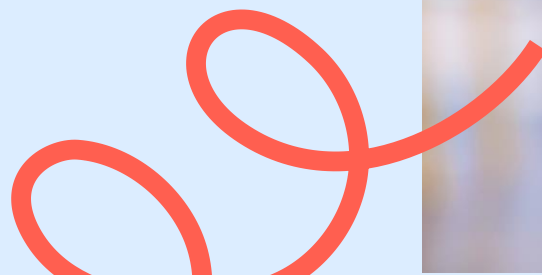


Fello coaches helpen medewerkers in hun rol als mantelzorger

# Carin Willems

Fello mantelzorgcoach en -expert

fello



Samen voor *elkaar*

# En wat speelt er bij de werkende mantelzorg?

- Belast werkgever/collega's niet of (teveel) met privé
- Wil loyaal zijn naar werk **en** privé : lukt niet altijd
- Maakt mantelzorg niet bespreekbaar met leidinggevende
- Zoekt evenwicht tussen werk en zorgtaken
- Functioneert minder – bezwaard naar collega's
- Kent ondersteuningsaanbod en de mogelijkheden om werk en zorg te combineren niet.
- Raakt overbelast, ervaart stress, meldt zich ziek

# Mantelzorgtaken combineren met werk. Werk combineren met mantelzorgtaken

Onderliggend dezelfde belangen!

# De werkende mantelzorgververtelt: Pieter



## Situatie

- Enig kind, vader overleden, moeizame band met moeder
- Moeder: slechtziend, rollator, belt hem dagelijks
- Pieter gaat 3x per week langs + 1 dag per weekend

## Problemen & impact

- Vermoeid, gespannen, minder focus op werk
- Vertelt weinig op werk → wil niemand belasten
- Vraagt zich af: hoe houd ik dit vol?

## Aanpak & resultaat

- Gesprek met leidinggevende → erkenning rouw + mantelzorg
- Kortdurend zorgverlof, thuiswerk, HR checkt regelingen
- WMO inzet: huishoudelijke hulp, tafeltje-dekje, sociaal maatje
- Pieter volgt rouwverwerking bij POH
- 8 weken later: energiever, weer fulltime aan het werk, meer balans

# De werkende mantelzorgert vertelt - Wilma



## Situatie

- Partner Erik (62) met dementie, gestopt met werken
- Wilma maakt zich zorgen om toekomst en veiligheid
- Op werk constant alert: appt/telefoontjes WMO & casemanager

## Problemen & impact

- Overbelast, ziekmelding, weinig energie
- Frustratie en faalgevoelens
- Collega's tonen minder begrip na verloop van tijd
- Twijfel: kan ik nog werken als Erik alleen thuis is?

## Aanpak & resultaat

- Gesprek met leidinggevende → steun en begrip
- Aangepaste werktijden, kortdurend zorgverlof
- Casemanager regelt dagbesteding WMO
- Praktische tips mantelzorgconsulent toegepast
- 6 weken later: 3 dagen aan het werk, Erik naar dagopvang, Wilma neemt tijd voor zichzelf
- Balans blijft zoeken, maar steun werkgever helpt

# De werkende mantelzorgververtelt - Erik



## Situatie

- Alleenstaande vader, IT'er
- Dochter (22): ADHD, autisme, trauma's, transgender
- Geen opleiding/werk/netwerk, minimale begeleiding
- Woont bij hem in verbouwde schuur

## Problemen & impact

- Erik regelt alles: huishouden, financiën, verzorging
- Kan fulltime werken niet combineren → ziekmelding, 50% werken
- Zat vast in patronen, geen grip, zorgen over toekomst dochter
- Geen ruimte meer voor eigen leven, pensioen in zicht

## Aanpak & resultaat

- Gesprek met leidinggevende → ruimte benutten via ziekmelding
- Coaching om grenzen te leren stellen
- Driegesprek met ambulant begeleider → zorgplan aangepast
- Begeleid wonen aangevraagd
- 3 maanden later: dochter woont begeleid, Erik hervindt balans
- Werkt weer met plezier, voelt grip op eigen leven

# Wat levert mantelzorgbeleid de werkgever op? Nu en in de toekomst? Aan welke knoppen kun je wél draaien?

What's in it  
for me?

- **Aandacht en begrip** voor mantelzorg verlaagt de drempel om over de thuissituatie te praten
  - ➔ dreigende overbelasting wordt in **vroeg stadium** gesignaleerd;
- Je hebt **geen invloed** op de situatie van de zorgvrager thuis
  - ➔ maar **wél invloed** op de draagkracht van jouw medewerker;
- **Samen** zoeken naar oplossingen om werk en mantelzorg te **combineren**
  - ➔ verzuim en verloop nemen af (aantoonbaar)
  - ➔ vitaliteit, loyaliteit en tevredenheid nemen toe !
- Het bevordert in veel gevallen:
  - ➔ het **teamgevoel**
  - ➔ en bereidheid elkaar (praktisch) te **helpen.**

# Ten slotte

## Wat neem je mee?

- Mantelzorg speelt bij meer medewerkers dan je denkt of ziet
- Iedereen wordt mantelzorger tgv maatschappelijke ontwikkelingen
- Een steeds groter wordend probleem waarmee elke werkgever te maken krijgt
- Mantelzorgbeleid staat niet op zichzelf, maar is een onderdeel van een groter geheel (Risico Inventarisatie en Evaluatie)
- Mantelzorgbeleid levert een **win-win** situatie op

# Vragen?

fello

Samen voor *elkaar*

