



# PERSBERICHT

## Een op de drie Nederlanders geeft informele hulp

Den Haag, 16 december 2015

- Ruim vier miljoen mensen (33% van de volwassen Nederlanders) gaf in 2014 mantelzorg en bijna een miljoen mensen deed vrijwilligerswerk in de zorg. Hierbij zijn ruime definities gehanteerd.
- Informele helpers vormen een gemêleerde groep; twee derde vrijwilligers in de zorg verricht dit werk via een organisatie.
- 11% van de werkende mantelzorgers die op werkdagen helpt, moet dagelijks of wekelijks het werk onderbreken vanwege de mantelzorgtaak.
- Mantelzorgers van mensen met psychische of psychosociale problemen delen de hulp minder vaak met andere mantelzorgers.
- Circa een vijfde van mantelzorgers gebruikt respijtzorg zoals dagopvang.
- Een op de drie mantelzorgers verliest wel eens geduld. Dit komt vaker voor als zij zich door het helpen belast voelen.

Dit zijn de voornaamste bevindingen van de SCP-publicatie *Informele hulp: wie doet er wat? Omvang, aard en kenmerken van mantelzorg en vrijwilligerswerk in de zorg en ondersteuning in 2014* die op 15 december 2015 verschijnt. In het rapport beschrijven de onderzoekers Mirjam de Klerk, Alice de Boer, Inger Plaisier, Peggy Schyns en Sjoerd Kooiker de omvang en aard van de informele hulp en de ervaringen van helpers. Dit onderzoek is gebaseerd op ruim 7000 enquêtes met mantelzorgers, vrijwilligers in de zorg en welzijn en 'niet-actieven' die eind 2014 werden afgenomen. De rapportage is geschreven op verzoek van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

### Veel mensen geven informele hulp

In 2014 gaven ruim vier miljoen mensen mantelzorg (33% van de volwassen Nederlanders). Dat wil zeggen dat ze een bekende hebben geholpen, zoals een partner, familie, vriend of buur, die hulp nodig heeft vanwege lichamelijke, psychische of verstandelijke beperkingen of vanwege ouderdom. De informele hulp bestond bijvoorbeeld uit helpen bij het huishouden, wassen en aankleden, vervoer, klusjes of gezelschap bieden. 10% biedt alleen emotionele ondersteuning of gezelschap. Naar schatting 610.000 mensen hielpen langer dan drie maanden en meer dan acht uur per week. Hierbij is de gebruikelijke hulp die huisgenoten elkaar geven buiten beschouwing gelaten.

Bijna 8% van de Nederlanders is in een jaar tijd actief geweest als vrijwilliger in de zorg (bijna 1 miljoen mensen). Hierbij is ook incidentele hulp en hulp die niet via een organisatie is geboden, meegenomen. Van hen zijn er 630.000 geregeld actief. Voorbeelden van hulp zijn gezelschap houden, vervoer, huishouden doen, klusjes of helpen bij dagactiviteiten. In totaal is 36% van de Nederlanders in een jaar tijd actief geweest als mantelzorger of vrijwilliger in de zorg.

### **Informele helpers gemêleerde groep**

Vrouwen geven vaker informele hulp dan mannen (58% van de mantelzorgers en 65% van de vrijwilligers in de zorg is vrouw), maar er zijn ook veel mannen die helpen. Er zijn weinig verschillen tussen mannelijke en vrouwelijke mantelzorgers. Zo geven zij gemiddeld evenveel uur hulp. Wel helpen mannen relatief vaak hun partner en helpen vrouwen een bredere groep hulpbehoevenden. 45-64-jarigen geven relatief veel mantelzorg en 55-plussers (en vooral de 65-74-jarigen) doen veel aan vrijwilligerswerk in de zorg. Twee derde van de vrijwilligers op het terrein van zorg en ondersteuning doet het vrijwilligerswerk via een organisatie en twee derde doet het structureel. Bijna de helft helpt structureel via een organisatie.

### **Werk en mantelzorg komen vaak samen voor**

Van de 18-64-jarige mantelzorgers heeft vijf op de zes betaald werk. Bijna driekwart van de mannelijke mantelzorgers en ruim een kwart van de vrouwelijke mantelzorgers combineert dit met een baan van 32 uur of meer. Twee op de vijf van de werkende mantelzorgers helpt vaak of altijd op dagen dat ze werken (en 35% soms). 11% van degenen die ook op werkdagen helpen, moet dagelijks of wekelijks het werk onderbreken vanwege de mantelzorgtaak. Vooral mantelzorgers van mensen met een terminale ziekte of degenen die hun partner verzorgen, ondervinden regelmatig dergelijke interrupties op het werk. Veel taakcombineerders kunnen onverwacht een dag vrij nemen, maar 20% kan dit niet. Dit geldt ook voor de mogelijkheid om zelf werktijden te bepalen; 38% heeft die optie bij hun werkgever niet. Velen bespreken hun mantelzorgtaak op het werk: de helft heeft de leidinggevende op de hoogte gesteld van hun zorgtaak. Veertien procent maakt afspraken met de leidinggevende. Minder werken of stoppen met werken komt het minst vaak voor en wordt alleen ingezet als laatste redmiddel. Werkende mantelzorgers leveren vooral eigen vrije tijd in, ze nemen een dag vrij als dat nodig is.

### **Mantelzorgers van mensen met psychische of psychosociale problemen**

Van alle mantelzorgers ervaren zij die zorgen voor iemand met psychische of psychosociale problemen het vaakst drempels bij het vragen van hulp aan anderen. Bijna een op de drie (t.o.v. een op de vijf in de totale groep) zegt dat de hulpbehoevende niet door iemand anders geholpen wil worden. Van alle mantelzorgers geeft een kwart aan geen andere personen te kennen die zouden kunnen helpen, maar bij mantelzorgers van iemand met een psychisch of psychosociaal probleem is dit 40%. En als deze mantelzorgers met anderen samenwerken, verschillen zij vaker van mening met andere mantelzorgers (36%) en zijn ze vaker ontevreden over de samenwerking met professionals uit de thuiszorg (49%). Bij mantelzorgers van mensen met (alleen) langdurige lichamelijke problemen gaat het om respectievelijk 23% en 32%. Overigens ervaren ook mantelzorgers die zorgen voor iemand met een verstandelijke beperking of dementie relatief hoge vraagdrempels (ruim 40% in beide groepen).

en 25% in de totale groep). Over de samenwerking en afstemming met andere mantelzorgers en thuiszorg zijn zij echter niet minder tevreden dan anderen.

### **Ongeveer een vijfde van de mantelzorgers gebruikt respijtzorg**

Mantelzorgers kunnen ondersteuning krijgen, zoals respijtzorg (waarbij de hulp tijdelijk wordt overgenomen), informatie, advies of een financiële ondersteuning. Ongeveer een vijfde van de mantelzorgers maakt gebruik van respijtzorg. Vooral van dagopvang maakt men veel gebruik. Deze wordt ook genoemd als voorziening waaraan men meer behoefte heeft. Gebruik van en behoefte aan ondersteuning hangen vooral samen met de aard van de beperking van de hulpvrager. Zo wordt respijtzorg veel ingezet en gewenst wanneer de hulpvrager een terminale ziekte, dementie, een psychisch/psychosociaal probleem of een verstandelijke beperking heeft.

### **Een op de drie mantelzorgers verliest wel eens geduld.**

Een op de drie mantelzorgers geeft toe weleens zijn of haar geduld te verliezen bij het verzorgen van de hulpbehoevende en 9% geeft toe dat dit kan leiden tot schreeuwen of ruwe behandeling van de hulpbehoevende. Geduld verliezen komt vaker voor als de mantelzorger ernstig belast is, veel taken doet of als de hulpbehoevende zich agressief kan gedragen of niet laat merken dat hij de hulp waardeert. Het komt ook vaker voor als de mantelzorger het gevoel heeft dat voor de zorg niemand anders beschikbaar is.

### **De bereidheid om informele hulp te verlenen**

Over het onderling helpen wordt verschillend gedacht. Voor het idee dat familieleden elkaar moeten helpen is meer steun (63%) dan voor het idee dat vrienden (53%) of buren (23%) elkaar moeten helpen.

Onder mensen die nog niet actief zijn als mantelzorger of vrijwilliger is de bereidheid (en mogelijkheid) om voor een ouder te zorgen hoog (ruim 60%). Voor het doen van vrijwilligerswerk in de zorg, door iemand voor langere tijd gedurende twee uur per week te helpen, is de bereidheid beduidend lager. Veel mensen zeggen hier dat het van de situatie afhangt of ze dit willen doen: of er bijvoorbeeld een klik met de hulpvrager is en om welke taken het gaat.

In totaal zegt 35% van de mensen die geen informele hulp geven dat ze dat wel zouden kunnen of willen doen. Of ze dat ook echt doen en in welke mate zal van de omstandigheden afhangen.

---

SCP-publicatie 2015/35, *Informele hulp: wie doet er wat? Omvang, aard en kenmerken van mantelzorg en vrijwilligerswerk in de zorg en ondersteuning in 2014*, Den Haag, Sociaal en Cultureel Planbureau, ISBN 978 90 377 0769 4, prijs € 36,50.

De publicatie is verkrijgbaar bij de (internet-)boekhandel te bestellen of gratis te downloaden via de website: [www.scp.nl](http://www.scp.nl)

Voor meer informatie: Mirjam de klerk, tel. 070 – 340 7831, e-mail: [m.de.klerk@scp.nl](mailto:m.de.klerk@scp.nl)

Algemene vragen: SCP voorlichter: Irma Schenk, tel. 070 – 340 5605, e-mail: [i.schenk@scp.nl](mailto:i.schenk@scp.nl)