



Position paper

# Meer integrale visie op mantelzorg nodig

Input voor rondetafelgesprek Tweede Kamer over  
mantelzorg op 28 september 2023

Alice de Boer  
Mirjam de Klerk  
Edith Josten  
Simone de Roos

## Inleiding

Nederland heeft te maken met grote maatschappelijke ontwikkelingen, zoals de vergrijzing, globalisering en technologisering. Als reactie hierop vragen beleid en politiek aan burgers om op meerdere terreinen meer te doen. Zo wordt een beroep op burgers gedaan om meer mantelzorg te bieden om de zorgkosten behapbaar te houden en tegemoet te komen aan de toenemende zorgbehoefte van de vergrijzende bevolking. Daarnaast wil de overheid ook dat meer mensen werken, parttimers meer uren werken en ouderen langer doorwerken, omdat dit personeelstekorten kan verkleinen en beter is voor de overheidsfinanciën. Ook moeten volwassenen meer aan scholing doen en jongeren minimaal een mbo-2-opleiding afronden om zo beter in te kunnen spelen op toekomstige veranderingen in de werkgelegenheid.

De vraag is in hoeverre deze beleidsdoelen verenigbaar zijn met elkaar; ze doen immers allemaal een beroep op de tijd van burgers. Mensen lijken een beperkt aantal uren mantelzorg vaak wel te kunnen inpassen naast betaald werk en de eventuele zorg voor hun kinderen. Het geven van intensievere mantelzorg kan echter ten koste gaan van (meer) deelname aan betaald werk en andersom (De Boer et al. 2019; Josten en De Boer 2015; Josten et al. 2022; Van Soest en Ciccarelli 2016).

Beleid op het terrein van arbeid, onderwijs, langdurige zorg en mantelzorg wordt onafhankelijk van elkaar vormgegeven. Deze gebieden komen in het leven van burgers echter bij elkaar, en kunnen bij hen voor spanningen zorgen. Daarom is een integrale, domeinoverstijgende benadering gewenst, met oog voor de mogelijke uitruilen tussen verschillende domeinen en mantelzorg. Dit betekent dat er een antwoord nodig is op de vragen: wat kunnen we aan mantelzorg vragen van individuen en welke zorg en ondersteuning willen we collectief, via de overheid bieden? Hoe kan de overheid – samen met werkgevers en onderwijsinstellingen – ervoor zorgen dat iedereen die dat nodig heeft, zowel zorgvragers als mantelzorgers, een minimum aan zorg en ondersteuning krijgt?

De aanbeveling op basis van onderzoek van het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) is dat de overheid zou moeten komen tot een meer integraal (mantelzorg)beleid. Voor een integrale afweging zijn twee vraagstukken van belang: sociale ongelijkheid en solidariteit. Bij het eerste gaat het om een evenwichtige verdeling van werk en zorgtaken tussen mannen en vrouwen. Bij het tweede gaat het om de verantwoordelijkheidsverdeling tussen burgers en overheid.

Dit position paper is geschreven op verzoek van de commissie voor Sociale Zaken en Werkgelegenheid van de Tweede Kamer ten behoeve van het rondetafelgesprek over mantelzorg in september 2023.

---

## Kader Wat is mantelzorg en hoeveel mantelzorgers zijn er?

Het SCP definieert mantelzorg als alle hulp van mensen aan iemand met gezondheidsproblemen uit hun sociale netwerk die niet wordt gegeven in het kader van een beroep (De Klerk et al. 2017). Mantelzorgers geven hulp aan gezinsleden, familie, vrienden en buren met uiteenlopende gezondheidsklachten. De hulp die zij bieden varieert van gezelschap en emotionele steun, huishoudelijke hulp, administratie en vervoer tot verzorgende en verpleegkundige handelingen. Het gaat om hulp die verdergaat dan de gebruikelijke steun van huisgenoten aan elkaar. Ook de zorg voor een naaste in een woonzorginstelling telt mee. Particulier betaalde hulp en vrijwilligershulp kunnen eveneens belangrijk zijn voor hulpbehoevenden, maar deze hulp wordt niet tot de mantelzorg gerekend.

De schatting van het aantal mantelzorgers in Nederland hangt af van de criteria voor mantelzorg. Volgens de (ruime) SCP-afbakening geeft ongeveer een op de drie 16-plussers mantelzorg (ca. 5 miljoen mensen), van wie 830.000 personen dat zowel lang (meer dan 3 maanden) als intensief doen (meer dan 8 uur per week) (De Boer et al. 2020).<sup>1</sup> Het CBS rekent met een smallere omschrijving van mantelzorg en komt uit op 12% (VZinfo.nl 2023).<sup>2</sup> 70% van de 16-plussers heeft ooit in hun leven mantelzorg gegeven (Verbakel 2021).<sup>3</sup> Mantelzorgers spelen een belangrijke rol in de langdurige zorg en ondersteuning: ongeveer driekwart van de uren hulp wordt gegeven door mantelzorgers (Putman et al. 2017).

---

## Druk op mantelzorg neemt toe onder ouderen en werkenden

Onder 65-plussers stijgt in de komende jaren de vraag naar mantelzorg met 70% (Vos et al. 2021). Dit komt onder andere doordat het aantal ouderen toeneemt. Zo is in 2050 het aantal 80-plussers twee à drie keer zo hoog als nu (NIDI en CBS 2021). Het aantal mensen met dementie door de vergrijzing verdubbelt mogelijk tussen 2015 en 2040 (Francke et al. 2018). De druk op de mantelzorg neemt ook toe door ontwikkelingen in het beleid – denk aan het beleid om ouderen langer thuis te laten wonen<sup>4</sup> – en door de krapte op de arbeidsmarkt in de zorg. Tegelijkertijd neemt het zorgpotentieel per oudere af, doordat het aantal 50-74-jarigen daalt, een groep die relatief vaak hulp geeft (Kooiker et al. 2019). Dit betekent dat er minder mensen beschikbaar zijn om de zorg mee te delen, en mantelzorgers dus wellicht vaker dan nu intensief moeten helpen.

De samenstelling van de groep mantelzorgers zal wijzigen. Het aantal oude ouderen (75-plus) neemt toe. Daardoor wordt mantelzorg in de toekomst vaker dan nu geboden door oude ouderen (Kooiker et al. 2019).

Daarnaast neemt het aantal mensen dat werk en mantelzorg combineert toe: van 1,8 miljoen in 2020 naar 2,1 miljoen in 2040. De stijgende arbeidsparticipatie en -duur van vrouwen zal ertoe leiden dat meer vrouwen werk en mantelzorg combineren. De verhoging van de pensioenleeftijd zorgt ervoor dat het aantal werkende 65-74-jarigen met zorgtaken sterk toeneemt (Vos et al. 2021).

---

<sup>1</sup> De vraag in de enquête luidt als volgt: 'De volgende vragen gaan over het geven van hulp aan bekenden met gezondheidsproblemen. Denk aan uw partner, familie, vriend of buur die hulp nodig heeft vanwege lichamelijke, psychische, verstandelijke beperkingen of ouderdom. Voorbeelden zijn huishouden doen, wassen en aankleden, gezelschap houden, vervoer of klusjes. Hulp in het kader van uw beroep of vrijwilligerswerk telt niet mee. Hebt u in de afgelopen 12 maanden dit soort hulp gegeven?'

<sup>2</sup> Mantelzorg wordt door het CBS opgevat als de zorg die iemand geeft aan een bekende uit zijn of haar omgeving als deze persoon voor langere tijd ziek, hulpbehoevend of gehandicapt is. De mantelzorg moet daarbij minimaal 3 maanden duren, of het moet gaan om minimaal 8 uur zorg per week.

<sup>3</sup> De beschrijving van mantelzorg van Verbakel sluit aan bij de SCP-definitie.

<sup>4</sup> Programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen (WOZO) (VWS 2022) en Programma Langer Thuis (Rijksoverheid 2018).

## Overbelasting door intensieve mantelzorg

Met de meerderheid van de mantelzorgers gaat het goed. Maar bijna een op de tien mantelzorgers is ernstig belast door de hulp die zij geven (De Boer et al. 2020). Zij zeggen bijvoorbeeld dat de situatie van de persoon voor wie ze zorgen hen nooit loslaat, dat de hulp te veel op hun schouders neerkomt, of dat hun gezondheid door het helpen achteruit is gegaan.

Voorals mensen die intensief helpen, hebben te maken met overbelasting. Het gaat dan bijvoorbeeld om verzorgers van partners of (veelal volwassen) kinderen (De Klerk et al. 2017). Ook mantelzorgers van personen met dementie of geheugenproblemen ondervinden een hoge belasting. De hulp is vaak intensief, de hulpbehoevende vraagt veel aandacht en de mantelzorger krijgt weinig van diegene terug. Bij mensen die zorgen voor iemand met psychische problemen loopt de belasting vaak ook hoog op, onder andere doordat er weinig anderen zijn die de hulp kunnen overnemen (De Boer et al. 2020).

## Effect van mantelzorg op werk of onderwijs

Een op de vier 16-69-jarigen combineert een baan van 12 uur of meer per week met een zorgtaak (De Boer et al. 2019). Van deze groep geeft een op de vijf intensieve mantelzorg. Vooral intensieve helpers kampen met overbelasting, hogere tijdsdruk, langdurig verzuim en een slechtere ervaren gezondheid. Zij korten vaker dan niet-mantelzorgers hun werkweek in (De Boer et al. 2019; Josten et al. 2022; Van Soest en Ciccarelli 2016). Bijna de helft van de werkende 60-plussers biedt mantelzorg (Henkens en Van Solinge 2017). Bij hen bestaat een behoefte aan deeltijdpensioen dan wel eerder kunnen stoppen met werken.

Een op de vijf scholieren groeit op met een langdurig ziek gezinslid (De Roos et al. 2020). Van deze groep heeft driekwart thuis (zorg)taken of verantwoordelijkheden.<sup>5</sup> Deze scholieren rapporteren anderhalf keer zo vaak extra taakuren thuis en een slechtere fysieke en mentale gezondheid als leeftijdsgenoten zonder zorgsituatie. Ze spijbelen niet vaker, maar wel gemiddeld meer uren dan leeftijdsgenoten (Van Tienen et al. 2020; Van der Werf et al. 2022). Een kwart van de 16-24-jarige mantelzorgers geeft aan regelmatig onvoldoende tijd te hebben voor hun opleiding door de zorgtaak (De Boer en De Roos 2022). Studerende jonge mantelzorgers rapporteren lagere studieprestaties en een lager studietempo dan studenten zonder zorgtaken (Van Tienen et al. 2018). Deze gevolgen van mantelzorg op de gezondheid en het onderwijs kunnen tot onderbenutting van talent leiden en tot zorgkosten op latere leeftijd (Havinga 2020; Van der Werf et al. 2022).

## Ongelijkheid in mantelzorg

Vrouwen verrichten vaker (intensieve) mantelzorg dan mannen en voelen zich vaker belast (De Klerk et al. 2017; Van Tienen et al. 2020). Dat vrouwen meer mantelzorg geven, komt doordat we in zijn algemeenheid voor zorgtaken vaak naar vrouwen kijken en zij vaker dan mannen bereid zijn die hulp te geven. Dat laatste hangt slechts ten dele samen met hun grotere beschikbaarheid.<sup>6</sup>

Er zijn ook genderverschillen in de manier waarop mannen en vrouwen omgaan met de combinatie van mantelzorg en betaald werk. Als door mantelzorgtaken de belasting hoog oploopt, gaan vrouwen

---

<sup>5</sup> De vraag is in de enquête als volgt gesteld: 'Heb jij taken of verantwoordelijkheden bij jou thuis (het huis of het gezin waar je het meest bent), zoals het huis schoonmaken, een broertje of zusje helpen met huiswerk of persoonlijke verzorging van een ziek gezinslid?'

<sup>6</sup> Ook voltijds werkende vrouwen zijn vergeleken met voltijds werkende mannen vaker bereid mantelzorg te geven (Perez en Portegijs 2018).

vaker structureel minder uren werken. Mannen nemen in zo'n situatie vaker een dag vrij of maken afspraken met hun leidinggevende (bv. over thuiswerken, andere werktijden of werkinhoud) (Plaisier et al. 2017). Het is niet uitgesloten dat hier genderspecifieke rolverwachtingen een rol spelen (Josten et al. 2022), waarbij in de zorg voor naasten aan vrouwen wordt gedacht en bij de kost verdienen aan mannen. Het kan zijn dat mannen hierdoor minder geneigd zijn om hun werk te verminderen, en vrouwen meer. (Toekomstige) mantelzorgtaken kunnen voor vrouwen bovendien een aanleiding zijn om hun arbeidsduur niet of nauwelijks uit te breiden als hun kinderen groot zijn (Portegijs 2022; Van den Brakel en Te Riele 2022). Mantelzorg kan het overheidsstreven om de arbeidsduur van parttimers – wat veelal vrouwen zijn – te vergroten, dus in de weg zitten.

Mensen met een migratieachtergrond bieden minder vaak mantelzorg dan mensen zonder migratieachtergrond. Een van de redenen is dat hun oude ouders vaak nog in het herkomstland wonen (Huijnk en Andriessen 2016). Maar als mensen met een migratieachtergrond wel mantelzorg verlenen, zijn zij relatief vaak ernstig belast. Dat komt doordat ze vaak langdurig en intensief helpen (De Boer et al. 2021). Ze delen de hulp minder vaak met professionals dan mantelzorgers zonder migratieachtergrond. Ze helpen meestal met andere mantelzorgers of staan er alleen voor. Personen met een migratieachtergrond combineren mantelzorg nogal eens met de zorg voor jonge kinderen en minder vaak met een betaalde baan.

## Geld en mantelzorg

Mantelzorg is in principe onbetaalde hulp: slechts een klein percentage (3%) van de mantelzorgers ontvangt een vergoeding uit het persoonsgebonden budget van de hulpbehoevende. Met enige regelmaat komt de vraag op of we mantelzorgers zouden moeten betalen. Het argument daarvoor is dat we niet zonder mantelzorgers kunnen en het tekort aan arbeidskrachten in zorg en welzijn snel oploopt (ABF Research 2022; Peters et al. 2022). Zo stelde de Raad voor Volksgezondheid en Samenleving recent voor om mantelzorgers die professionele helpers vervangen een basisvergoeding te geven (RVS 2022). In eerder SCP-onderzoek is aan burgers gevraagd wat de overheid zou kunnen doen om informele hulp uit te breiden (De Klerk et al. 2015).<sup>7</sup> Mensen vonden dat financiële maatregelen de beste manier zijn om vanuit de overheid informele hulp te stimuleren. Onduidelijk is nog wat de effecten van een financiële vergoeding zullen zijn op de motieven van mantelzorgers,<sup>8</sup> de kans op misbruik van zo'n vergoeding<sup>9</sup> en de beschikbaarheid van mensen voor de arbeidsmarkt.

## Burgers zien in de zorg een belangrijke taak voor de overheid

Ons land staat voor de belangrijke uitdaging hoe tegemoet te komen aan de groeiende vraag naar zorg. Dat is een urgente vraag, zeker nu ouderen steeds langer thuis wonen en professionele zorg beperkt beschikbaar zal zijn (WRR 2021; De Klerk et al. 2019). De overheid benadrukt al enige tijd een grotere rol voor mantelzorg. Het is de vraag hoe realistisch dat is (Kromhout et al. 2020). Ongeveer twee derde van de Nederlanders vindt de zorg voor hulpbehoevende ouders vooral een taak voor de overheid (De Boer et al. 2020). Recent onderzoek bevestigt dit en laat zien dat burgers bij het verlenen van hulp aan naasten meer van de landelijke overheid, gemeenten, bedrijven en maatschappelijke organisaties verwachten (Wagemans en Peters 2023). Dit roept de vraag op wat de

---

<sup>7</sup> De vraag is als volgt geïntroduceerd: 'De overheid wil graag dat mensen meer voor elkaar gaan zorgen om zo de zorg betaalbaar te houden; die zorg wordt "informele hulp" genoemd.'

<sup>8</sup> In de wetenschappelijke literatuur wordt dit wel *motivational crowding out* genoemd; dat wil zeggen dat altruïstische motivatie afneemt als je mensen betaalt voor hun activiteiten.

<sup>9</sup> In de zorg werd eerder misbruik geconstateerd met persoonsgebonden budgetten (De Boer en Kooiker 2010).

verantwoordelijkheid is van de landelijke en lokale overheid: welke zorg en ondersteuning zouden zij hulpbehoevenden minimaal moeten bieden, en wat valt onder de verantwoordelijkheid van mantelzorgers en hulpbehoevenden zelf? De facto gaat het om een nieuw sociaal contract (Putters 2022). Hierin zouden niet alleen rolverwachtingen van de overheid over burgers moeten worden opgenomen, maar ook verwachtingen van burgers in de richting van de overheid. Kort gezegd: wat vraagt de overheid van naasten als het gaat om mantelzorg, en wat krijgen mantelzorgers hiervoor terug.

### Mantelzorgondersteuning door gemeenten

Er zijn allerlei vormen van ondersteuning beschikbaar voor mantelzorgers. De ondersteuning kan gericht zijn op verminderen van de draaglast, bijvoorbeeld met respijtzorg of financiële ondersteuning. Ook kan de ondersteuning zijn gericht op het versterken van de draagkracht, zoals door het vergroten van kennis en vaardigheden of met lotgenotencontact. Het gebruik van deze beschikbare ondersteuning is relatief gering. De toegankelijkheid kan worden verbeterd door meer informatie te verstrekken, minder ingewikkelde procedures en meer capaciteit bij bijvoorbeeld respijtzorg. Ook kunnen gespreksvoerders van de gemeente meer kijken naar de belastbaarheid van de mantelzorger als deze ondersteuning aanvraagt voor de hulpbehoevende.<sup>10</sup> Een stap in de goede richting is dat mantelzorgers zich in de loop der jaren meer bewust zijn geworden waar ze mantelzorgondersteuning kunnen vinden (De Boer et al. 2020).

Een deel van de mantelzorgers heeft een verhoogd risico op overbelasting, bijvoorbeeld mensen die intensief helpen. Zorgprofessionals, zoals thuiszorgmedewerkers, praktijkondersteuners van huisartsen of Wmo-consulenten, kunnen deze mensen vaker wijzen op de mogelijkheden van mantelzorgondersteuning. Over de effectiviteit van mantelzorgondersteuning is echter nog maar weinig bekend (Spit et al. 2023). Daardoor is er voor professionals maar een beperkte set bewezen werkzame interventies beschikbaar. Voor verzorgenden, verpleegkundigen en verpleegkundig specialisten bestaat er sinds 2021 een richtlijn Mantelzorg ter vermindering of voorkoming van overbelasting van mantelzorgers (V&VN 2021). Het is echter onbekend of dit het gewenste effect heeft.

Gemeenten hebben de verplichting om in hun verordening op te nemen hoe mantelzorgers jaarlijks een blijk van waardering ontvangen. Eerder werd dit gedaan in de vorm van mantelzorgcompliment, maar dit is steeds minder vaak het geval (Stam 2022). Gemeenten besteden nu hun mantelzorggelden bijvoorbeeld aan een bijeenkomst voor mantelzorgers, respijtzorg of uitbreiding van het aantal mantelzorgconsulenten. Ongeveer een op de zes mantelzorgers zou meer waardering willen krijgen voor hun hulp, intensieve helpers vaker dan anderen (De Boer et al. 2020). Die waardering hoeft overigens dan niet per se van de gemeente te komen.

### Mantelzorgondersteuning door werkgevers en onderwijsinstellingen

Veel werkgevers en onderwijsinstellingen hebben te maken met mantelzorgers in hun organisaties. Werkende mantelzorgers nemen meestal vakantiedagen op om te helpen. De helft heeft flexibele werktijden en kan daardoor vaak onverwachts een dag vrij nemen als dat nodig is (De Boer et al. 2019). Verlofregelingen kunnen mantelzorgers helpen om hun mantelzorgtaak uit te voeren, maar zijn niet

---

<sup>10</sup> Uit onderzoek uit 2016 blijkt dat ruim de helft van de mantelzorgers ervaart dat er tijdens de aanvraagprocedure van ondersteuning voor de hulpbehoevende helemaal geen aandacht is voor de mantelzorger. Als die aandacht er wel was, werd vaak niet gekeken of de mantelzorger ondersteuning nodig had (Feijten et al. 2017).

volledig betaald (kortdurend zorgverlof) of onbetaald (langdurend zorgverlof). De meeste mantelzorgers die geen zorgverlof opnamen, hadden daar ook geen behoefte aan. Een op de tien geeft aan geen verlof te hebben opgenomen, terwijl daar wel behoefte aan was. De redenen hiervoor variëren; een veelgenoemde reden is dat het werk dit niet toeliet (De Boer et al. 2019).

Mantelzorgers geven aan dat werkgevers en onderwijsinstellingen hen kunnen helpen bij het combineren van werk- en zorgtaken. Bijvoorbeeld door oog te hebben voor hun welzijn, door begrip te tonen, flexibiliteit te bieden en hen de weg te wijzen naar ondersteuning. Een deel van de werkgevers is al actief op dat vlak.<sup>11</sup> Ook in de onderwijswereld worden allerlei initiatieven ontplooid voor jonge mantelzorgers,<sup>12</sup> maar hierover zijn geen landelijke cijfers beschikbaar.

### Mantelzorg gaat over ongelijkheid en solidariteit

In een integrale afweging over mantelzorg zijn twee vraagstukken van belang: een over ongelijkheid en een over solidariteit. De overheid spreekt burgers aan op hun zorgzaamheid en op hun arbeidspotentieel; vooral vrouwen bieden mantelzorg en zij worden geacht ook meer te gaan werken. De bevindingen van SCP-onderzoek laten zien dat werkende vrouwen een extra taak er niet even 'bij' doen. Voor het verlenen van mantelzorg korten zij nu al hun werkweek vaker in dan mannen. Dat heeft een prijs; zo verkleint het de kans op promotie op het werk en pensioenopbouw. Als we vinden dat de taken tussen mannen en vrouwen beter moeten worden verdeeld,<sup>13</sup> vraagt dat daarom niet alleen om voorzieningen zoals verlof, flexibele werktijden of gemeentelijke ondersteuning. Er is een breder scala nodig, waar zowel vrouwen als mannen gebruik van kunnen maken. Daarbij kan worden gedacht aan kinderopvang, hulp bij herintreding op de arbeidsmarkt, flexibele pensioenregelingen en ondersteuning bij studievertraging. Daarnaast zijn ook culturele veranderingen in gendernormen en -verwachtingen noodzakelijk in gezinnen, bij zorgprofessionals, werkgevers en de overheid.

Mantelzorg is een niet weg te denken onderdeel van het Nederlandse zorglandschap. We hebben in dit paper laten zien dat de komende jaren het beroep op deze hulp toeneemt. Dat vraagt om een integrale afweging op basis van realistische verwachtingen van wat we aan hulpbehoevenden vragen zelf te regelen – in de vorm van mantelzorg door naasten of het zelf inkopen van hulp – en welke zorg we als samenleving bieden, dus op basis van collectief georganiseerde solidariteit. Hier hoort ook meer duidelijkheid bij over hoeveel solidariteit we van burgers onderling mogen verwachten (Hoefman et al. 2023). Een week telt 168 uur en mensen hebben ook tijd nodig voor rust, ontspanning en andere verantwoordelijkheden, zoals school of betaald werk.

Alleen met adequate ondersteuning kunnen burgers, ongeacht hun gender, op een verantwoorde en duurzame wijze de zorg voor naasten combineren met bijvoorbeeld betaald werk of onderwijs. Een gebrek aan ondersteuning maakt dat het combineren van werk en zorg zwaarder wordt. Daardoor gaat het beleidsdoel 'meer mantelzorg' het beleidsdoel 'meer werken' in de weg zitten.

---

<sup>11</sup> Er zijn op het moment van schrijven 426 organisaties als mantelzorgvriendelijk bestempeld. Het is geen keurmerk of certificaat, maar een blijk van waardering dat deze organisaties aandacht hebben voor het combineren van werk en mantelzorg.

<sup>12</sup> Zo is een toolkit ontwikkeld voor decanen en studentbegeleiders uit het mbo, hbo en universiteit voor het tijdig herkennen, erkennen en ondersteunen van studenten met mantelzorgtaken (ECIO 2020). Verder is in 2022 in het primair, voortgezet en middelbaar beroepsonderwijs de pilot 'JMZ Vriendelijke School' gestart, waarin scholen aan de slag kunnen gaan met het thema jonge mantelzorg (Strategische Alliantie Jonge Mantelzorg 2022).

<sup>13</sup> Daar staat Europees beleid ook voor, zie Europese Commissie (z.d.).

## Literatuur

- ABF Research (2022). *Nieuwe arbeidsmarktprognose 2022* (nieuwsbericht, 21 januari 2022). Geraadpleegd 14 september 2023 via [abfresearch.nl/2022/01/24/nieuwe-arbeidsmarktprognose-zorg-en-welzijn](https://abfresearch.nl/2022/01/24/nieuwe-arbeidsmarktprognose-zorg-en-welzijn).
- Boer, Alice de en Sjoerd Kooiker (2010). Zorg. In: Vic Veldheer, Jedid-Jah Jonker, Lonneke van Noije en Cok Vrooman (red.), *Een beroep op de burger. Minder verzorgingsstaat, meer eigen verantwoordelijkheid? Sociaal en Cultureel Rapport 2012* (p. 140-160). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boer, Alice de en Simone de Roos (2022). *Kerncijfers jonge mantelzorgers in Nederland (16-24 jaar)*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boer, Alice de, Inger Plaisier en Mirjam de Klerk (2019). *Werk en mantelzorg. Kwaliteit van leven en het gebruik van ondersteuning op het werk*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boer, Alice de, Mirjam de Klerk, Debbie Verbeek-Oudijk en Inger Plaisier (2020). *Blijvende bron van zorg. Ontwikkelingen in het geven van informele hulp 2014-2019*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boer, Alice de, Mirjam de Klerk en Inger Plaisier (2021). Mantelzorgers van ouders met een niet-westerse migratieachtergrond. In: *Geron*, jg. 23, nr. 3, 15 oktober 2021.
- Brakel, Marion van den en Saskia te Riele (red.) (2022). *Emancipatiemonitor 2022*. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek. Geraadpleegd 14 september 2023 via [longreads.cbs.nl/emancipatiemonitor-2022/werken-en-zorgen](https://longreads.cbs.nl/emancipatiemonitor-2022/werken-en-zorgen).
- ECIO (2020). *Toolkit voor het ondersteunen van studenten met mantelzorgtaken*. Den Bosch: Expertisecentrum inclusief onderwijs. Geraadpleegd 14 september 2023 via [ecio.nl/publicaties/handreiking-toolkit-voor-het-ondersteunen-van-studenten-met-mantelzorgtaken](https://ecio.nl/publicaties/handreiking-toolkit-voor-het-ondersteunen-van-studenten-met-mantelzorgtaken).
- Europese Commissie (z.d.). *Work-Life Balance*. Brussel: Directoraat-Generaal Werkgelegenheid, Sociale Zaken en Inclusie. Geraadpleegd 14 september 2023 via [ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1311&langId=en](https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1311&langId=en).
- Feijten, Peteke, Roelof Schellingerhout, Mirjam de Klerk, Anja Steenbekkers, Peggy Schyns, Frieke Vonk, Anna Maria Marangos, Alice de Boer en Liesbeth Heering (2017). *Zicht op de Wmo 2015. Ervaringen van melders, mantelzorgers en gespreksvoerders*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Francke, Anneke, Iris van der Heide, Simone de Bruin, Ronald Gijsen, René Poos, Marjolein Veerbeek, Trees Wiegiers en Bernadette Willemse (2018). *Een samenhangend beeld van dementie en dementiezorg. Kerncijfers, behoeften, zorgaanbod en impact Themarapportage van de Staat van Volksgezondheid en Zorg*. Utrecht: NIVEL.
- Havinga, Petra (2020). *Breaking the cycle? intergenerational transmission of depression/anxiety and opportunities for intervention* (proefschrift). Groningen: Rijksuniversiteit Groningen ([doi.org/10.33612/diss.112725525](https://doi.org/10.33612/diss.112725525)).
- Henkens, K. en H. van Solinge (2017). Oudere werknemer met komt mantelzorg in het gedrag. In: *Demos: bulletin over bevolking en samenleving*, jg. 33, nr. 10, p 4-6.
- Hoefman, Renske, Maja Djundeva, Marcel Coenders, Sander Kunst en Lex Thijssen (2023). *Solidariteit over landsgrenzen heen tijdens de coronapandemie*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Huijnk, Willem en Iris Andriessen (red.) (2016). *Integratie in zicht. De integratie van migranten in Nederland op acht terreinen nader bekeken*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Josten, Edith en Alice de Boer (2015). *Concurrentie tussen mantelzorg en betaald werk*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Josten, Edith, Ellen Verbakel en Alice de Boer (2022). A longitudinal study on the consequences of the take-up of informal care on work hours, labour market exit and workplace absenteeism due to illness. In: *Ageing & Society*, p. 1-24 ([doi.org/10.1017/S0144686X22000204](https://doi.org/10.1017/S0144686X22000204)).
- Klerk, Mirjam de, Alice de Boer, Inger Plaisier, Peggy Schyns en Sjoerd Kooiker (2015). *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.
- Klerk, Mirjam de, Alice de Boer, Inger Plaisier en Peggy Schyns (2017). *Voor elkaar? Stand van de informele hulp in 2016*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Klerk, Mirjam de, Debbie Verbeek-Oudijk, Inger Plaisier en Maaïke den Draak (2019). *Zorgen voor thuiswonende ouderen. Kennissynthese over de zorg voor zelfstandig wonende 75-plussers, knelpunten en toekomstige ontwikkelingen*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.



- Kooiker, Sjoerd, Andries de Jong, Debbie Verbeek-Oudijk en Alice de Boer (2019). *Toekomstverkenning voor mantelzorg aan ouderen in 2040*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Kromhout, Mariska, Patricia van Echtelt en Peteke Feijten (2020). *Sociaal domein op koers? Verwachtingen en resultaten van vijf jaar decentraal beleid*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- NIDI/CBS (2021). *Eindrapport Verkenning Bevolking 2050. Bevolking 2050 in beeld: opleiding, arbeid, zorg en wonen*. Den Haag: Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut/Centraal Bureau voor de Statistiek.
- Perez, Sebastian Alejandro en Wil Portegijs (2018). Wie zorgt er voor de zieke naaste? In: Wil Portegijs en Marion van den Brakel (red.), *Emancipatiemonitor 2018*. Den Haag: Centraal Planbureau/Sociaal en Cultureel Planbureau. Geraadpleegd 14 september 2023 via [digitaal.scp.nl/emancipatiemonitor2018/wie-zorgt-er-voor-de-zieke-naaste](https://digitaal.scp.nl/emancipatiemonitor2018/wie-zorgt-er-voor-de-zieke-naaste).
- Peters, Anita, Hans Alderliesten, Liesbeth Hoogendijk, Tara Knegt en Henk Nies (2022). Is betaling van mantelzorgers de oplossing? In: *Sociale Vraagstukken*, 26 mei 2022. Geraadpleegd 14 september 2023 via [www.socialevraagstukken.nl/rubrieken/beschouwing/is-betaling-van-mantelzorgers-de-oplossing](https://www.socialevraagstukken.nl/rubrieken/beschouwing/is-betaling-van-mantelzorgers-de-oplossing).
- Plaisier, Inger, Alice de Boer en Mirjam de Klerk (2017). Genderverschillen in gebruik van strategieën op het werk door mantelzorgers. In: *Tijdschrift voor Genderstudies*, jg. 20, nr. 2, p. 147-163.
- Portegijs, Wil (2022). *Eens deeltijd, altijd deeltijd. Waarom vrouwen in deeltijd blijven werken als ze 'uit' de kleine kinderen zijn*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Putman, Lisa, Debbie Verbeek-Oudijk en Mirjam de Klerk (2017). *Zorg en ondersteuning in Nederland: kerncijfers 2016*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Putters, Kim (2022). *De menselijke staat. Burgerperspectief als voorwaarde voor een toekomstbestendig sociaal contract*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Roos, Simone de, Ingrid van Tienen en Alice de Boer (2020). *Bezorgd naar school. Kwaliteit van leven van scholieren met een langdurig ziek gezinslid*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- RVS (2022). *Anders leven en zorgen. Naar een gelijkwaardig samenspel tussen naasten, vrijwilligers en beroepskrachten*. Den Haag: Raad voor Volksgezondheid en Samenleving.
- Rijksoverheid (2018). *Programma Langer Thuis (2018)*. Geraadpleegd 10 september 2023 via <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2018/06/15/programma-langer-thuis>
- Soest, Arthur van en Nicola Ciccarelli (2016). *Mantelzorg, arbeidsparticipatie en gezondheid. Onderzoek uitgevoerd in opdracht van het Ministerie van SZW*. Tilburg: Tilburg University.
- Spit, Wim, Casper Horlings, Annejet Kerckhaert, Daniek Korver en Griet de Lombaerde (2023). *Onderzoek naar de effectiviteit van mantelzorgondersteuning. Eindrapport*. Rotterdam: Ecorys.
- Stam, Carolien (2022). Meer mantelzorgers, minder waardering van gemeenten. In: *Zorg+Welzijn*, 21 maart 2022. Geraadpleegd 14 september 2023 via [www.zorgwelzijn.nl/meer-mantelzorgers-minder-waardering-van-gemeenten](https://www.zorgwelzijn.nl/meer-mantelzorgers-minder-waardering-van-gemeenten).
- Strategische Alliantie Jonge Mantelzorg (2022). *JMZ Vriendelijke School pilot (webpagina)*. Geraadpleegd 14 september 2023 via [www.strategischealliantiejongemantelzorg.nl/jmz-vriendelijke-school](https://www.strategischealliantiejongemantelzorg.nl/jmz-vriendelijke-school).
- Tienen, Ingrid van, Alice de Boer, Simone de Roos, Claudia van der Heijde en Peter Vonk (2018). *Gezondheids- en studieuitkomsten bij mantelzorgende studenten*. Amsterdam/Den Haag: Vrije Universiteit/Universiteit van Amsterdam/Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Tienen, Ingrid van, Simone de Roos en Alice de Boer (2020). Spijbelen onder scholieren: de rol van een zorgsituatie thuis. In: *TSG – Tijdschrift voor Gezondheidswetenschappen*, jg. 98, p. 9-17 ([doi.org/10.1007/s12508-020-00253-z](https://doi.org/10.1007/s12508-020-00253-z)).
- Verbakel, Ellen (2021). *Een sociologisch perspectief op mantelzorgen (oratie)*. Nijmegen: Radboud Universiteit.
- Vos, Eline, Karin Proper, Henk Hilderink, Allard van der Beek en Simone de Bruin (2021). *Werkende mantelzorgers van ouderen; verkenning van hun toekomst en hun ondersteuningsbehoeften*. Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu.
- V&VN (2021). *Richtlijn Mantelzorg*. Utrecht: Verpleegkundigen & Verzorgenden Nederland. Geraadpleegd 14 september 2023 via [www.venvn.nl/richtlijnen/alle-richtlijnen/richtlijn-mantelzorg](https://www.venvn.nl/richtlijnen/alle-richtlijnen/richtlijn-mantelzorg).
- VWS (2022). *Programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen (WOZO)*. Den Haag: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

- VZinfo.nl (2023). *Participatie | Mantelzorg*. Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Geraadpleegd 14 september 2023 via [www.vzinfo.nl/participatie/mantelzorg](http://www.vzinfo.nl/participatie/mantelzorg).
- Wagemans, Fieke en Sabine Peters (2023). *Roep om een overheid die verantwoordelijkheid neemt. Burgers over de verdeling van verantwoordelijkheden bij grote maatschappelijke opgaven*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Werf, Hinke van der, Marie Louise Luttik, Alice de Boer, Petrie Roodbol en Wolter Paans (2022). Growing up with a Chronically Ill Family Member – The Impact on and Support Needs of Young Adult Carers: A Scoping Review. In: *International Journal of Environmental Research and Public Health*, jg. 19, nr. 2, art. 855 ([doi.org/10.3390/ijerph19020855](https://doi.org/10.3390/ijerph19020855)).
- WRR (2021). *Kiezen voor houdbare zorg. Mensen, middelen en maatschappelijk draagvlak*. Den Haag: Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid.