

A photograph of a woman with brown hair in a bun, wearing a light grey sweater and blue jeans, walking and supporting an elderly woman with white hair and glasses. The elderly woman is wearing a light beige jacket and using a black four-wheeled walker. They are walking on a cobblestone street in a city, with brick buildings in the background. In the distance, another person is riding a bicycle with a child in a sidecar. The scene is lit with the warm, golden light of sunset.

MANTELZORG ALS DRAGENDE KRACHT

Een essay over zorg, samenleving en de verruimde horizon

Abstract

Mantelzorg is overal. Aan de keukentafel, in de straat, tussen werk en gezin, op school en in de stille zorg die vaak niemand ziet. Dit essay laat zien waarom mantelzorg sinds 2000 steeds belangrijker is geworden, welke druk dat met zich meebrengt en wat er nodig is om zorgzaamheid niet uit te putten maar te dragen. In de geest van een verruimde horizon kijkt deze publicatie niet alleen naar beleid en systemen, maar vooral naar mensen, relaties en de samenleving die wij met elkaar willen zijn.

Peter Paul J. Doodkorte i.s.m. De Overkant & Verruim de Horizon

Info@doodkorte.nl



Mantelzorg als dragende kracht

Een essay over zorg, samenleving en de verruimde horizon

Mantelzorg is geen randverschijnsel van het zorgstelsel, maar een dragende kracht van het dagelijks leven. Wie goed kijkt, ziet dat een groot deel van de zorg in Nederland niet begint in een instelling of spreekkamer, maar aan de keukentafel, in de slaapkamer, op het schoolplein, onderweg naar een ziekenhuis of in de stille uren van de nacht. Juist daarom verdient mantelzorg een benadering die verder kijkt dan regels, voorzieningen en incidentele waardering: een benadering die de mens, zijn relaties en zijn leefwereld centraal stelt.

Dat is ook de kern van een verruimde horizon. In die visie wordt zorg niet alleen gezien als een formele taak van professionals of overheid, maar als een gedeelde maatschappelijke praktijk, ingebed in relaties, wederkerigheid en menselijke waardigheid. Mantelzorg is in dat perspectief niet slechts een oplossing voor personeelstekorten of stijgende zorgkosten, maar een uitdrukking van verbondenheid en verantwoordelijkheid tussen mensen. Tegelijk maakt juist die verbondenheid zichtbaar hoe kwetsbaar mantelzorg kan worden wanneer de samenleving te veel verwacht en te weinig ondersteunt.

Manifest

Mantelzorg verdient een nieuwe maatschappelijke afspraak. Niet de afspraak dat familie, buren en kinderen het gat in de zorg wel zullen dichten, maar de afspraak dat een zorgzame samenleving de last van zorg eerlijk verdeelt en de kracht van zorgzame relaties beschermt. Dat vraagt om een duidelijke koers.

Die koers kan in vijf punten worden samengevat:

- Mantelzorgers zijn geen gratis verlengstuk van professionele zorg, maar volwaardige partners met eigen grenzen en rechten.

- Goede zorg begint in relaties, maar mag daar niet volledig op worden afgewenteld.
- Ondersteuning van mantelzorg is geen extraatje, maar een voorwaarde voor houdbare zorg, arbeidsparticipatie en sociale samenhang.
- Kinderen en jongeren die zorgen verdienen erkenning, bescherming en ruimte om ook gewoon kind te kunnen zijn.
- Overheid, werkgevers, scholen, zorgorganisaties en verzekeraars dragen gezamenlijk verantwoordelijkheid voor een mantelzorgvriendelijke samenleving.

Vanuit dit manifest wordt mantelzorg zichtbaar als morele en maatschappelijke infrastructuur: iets dat het samenleven mogelijk maakt, maar alleen blijft bestaan als het wordt gekoesterd, ondersteund en rechtvaardig georganiseerd.

Ontwikkelingen sinds 2000

Sinds 2000 is de betekenis van mantelzorg in Nederland sterk gegroeid. In de eerste jaren van deze eeuw kreeg mantelzorg meer beleidsmatige aandacht, maar vooral vanaf de hervormingen in de langdurige zorg en de invoering van de Wmo werd mantelzorg steeds nadrukkelijker verbonden met begrippen als eigen kracht, participatie en langer zelfstandig wonen. Vooral sinds de decentralisaties in 2015 is het uitgangspunt geworden dat mensen zo veel mogelijk thuis blijven wonen en dat hun sociale netwerk daarin een belangrijke rol speelt.

Die beleidsontwikkeling heeft grote gevolgen gehad. Het beroep op mantelzorg is niet alleen zichtbaarder geworden, maar ook zwaarder en langduriger. Volgens recente SCP-cijfers verleende in 2024 ongeveer 39 procent van de volwassenen mantelzorg, wat neerkomt op ruim 5,5 miljoen mensen. Steeds vaker gaat het daarbij om werkenden, oudere mantelzorgers en mannen, terwijl ook het aandeel zwaarbelaste mantelzorgers toeneemt. Wat ooit vooral werd gezien als iets voor echtgenoten of dochters van hulpbehoevende ouders, is inmiddels een veel bredere maatschappelijke werkelijkheid geworden.

Tegelijk veranderde ook het beleidstaalgebruik. Mantelzorg werd steeds vaker verbonden aan termen als "participatiesamenleving", "sociale basis" en "zorgzame samenleving". Dat heeft positieve kanten: het erkent dat zorg niet alleen institutioneel is, maar ook sociaal en relationeel. Maar het brengt ook risico's mee, want achter warme woorden kan een koude werkelijkheid schuilgaan als ondersteuning achterblijft en zorg vooral wordt doorgeschoven naar gezinnen en netwerken.

Het belang van mantelzorg

Het belang van mantelzorg is moeilijk te overschatten. Voor degene die zorg ontvangt betekent mantelzorg vaak dat hulp komt van iemand die de gewoonten, de geschiedenis, de angsten en de kleine signalen van die persoon kent. Dat maakt de zorg menselijker en vaak ook passender dan wanneer alle zorg alleen professioneel georganiseerd zou zijn.

Voor de samenleving is mantelzorg een onmisbare pijler onder het zorgsysteem. Zonder mantelzorg zouden veel meer mensen sneller in beeld komen voor duurdere professionele of intramurale zorg, terwijl de formele zorg nu al onder druk staat door vergrijzing, personeelstekorten en complexere zorgvragen. Mantelzorg houdt dus niet alleen mensen op de been, maar ook delen van het zorgstelsel.

Ook economisch is mantelzorg van groot gewicht. Werkgevers hebben te maken met verzuim, concentratieverlies en personeelsverloop als mantelzorgers vastlopen, terwijl goede ondersteuning

juist kan leiden tot meer duurzame inzetbaarheid. Op maatschappelijk niveau voorkomt mantelzorg kosten, maar produceert zij ook verborgen lasten in de vorm van gezondheidsproblemen, inkomensverlies en pensioenschade bij mantelzorgers zelf. Juist daarom is het misleidend om mantelzorg alleen te zien als goedkope zorg; mantelzorg heeft grote waarde, maar vraagt ook om eerlijke investering.

De betekenis van mantelzorg in een zorgzame samenleving

Een zorgzame samenleving is niet simpelweg een samenleving waarin mensen aardig voor elkaar zijn. Het is een samenleving waarin instituties, beleid en dagelijkse structuren zo zijn ingericht dat zorgzaamheid mogelijk blijft zonder dat zij mensen uitput. Mantelzorg is daarin geen aanvulling achteraf, maar een wezenlijk onderdeel van hoe zorg, wonen, werken en samenleven op elkaar moeten aansluiten.

In zo'n samenleving zijn professionals en mantelzorgers geen concurrenten, maar bondgenoten. Professionele zorg kan mantelzorg niet vervangen, maar evenmin kan mantelzorg professionele zorg vervangen. Waar die balans zoekraakt, ontstaat overbelasting, frustratie of zelfs ontsporing van zorgrelaties.

De idee van de verruimde horizon helpt om deze betekenis scherp te maken. Die horizon verbreedt het perspectief van individuele hulpvragen naar de bredere context van leven, relaties, buurt, werk en gemeenschap. Mantelzorg wordt dan zichtbaar als een vorm van maatschappelijk weefsel: kwetsbaar, waardevol en alleen duurzaam wanneer ook de omgeving zorgzaam is.

Praktijksituatie 1: de dochter tussen werk, kinderen en moeder

Een 49-jarige beleidsmedewerker zorgt drie dagen per week voor haar moeder met beginnende dementie. Naast haar werk en haar eigen gezin regelt zij ziekenhuisbezoeken, administratie, boodschappen en emotionele steun. Formeel lijkt er ondersteuning aanwezig, maar in de praktijk kost het haar veel tijd om uit te zoeken welke regeling bij welke instantie hoort en wanneer zij recht heeft op respijtzorg.

Deze situatie laat zien hoe mantelzorg vaak onzichtbaar verweven raakt met de rest van het leven. Het probleem is niet alleen de hoeveelheid zorgtaken, maar ook de voortdurende mentale belasting: altijd bereikbaar zijn, vooruitdenken, plannen, afstemmen en tegelijk het gevoel hebben dat je tekortschiet op alle fronten. Precies daar wordt duidelijk waarom mantelzorgondersteuning geen bijzaak is, maar een basisvoorwaarde voor menselijke en houdbare zorg.



Uitdagingen: waar mantelzorg onder druk komt te staan

De grootste uitdaging van mantelzorg is overbelasting. Het SCP laat zien dat het aantal ernstig belaste mantelzorgers stijgt, vooral bij mensen die langdurig en intensief zorgen of die verschillende rollen tegelijk vervullen, zoals werkenden, partners en ouders van kinderen met een beperking. Overbelasting uit zich niet alleen in vermoeidheid, maar ook in stress, somberheid, lichamelijke klachten, financiële zorgen en sociale terugtrekking.

Daar komt bij dat mantelzorg sociaal ongelijk verdeeld is. Mensen met een klein netwerk, een laag inkomen of weinig regelruimte op hun werk hebben minder mogelijkheden om zorg te delen of ondersteuning te organiseren. Daardoor drukt mantelzorg het zwaarst op mensen die vaak al minder buffers hebben.

Een andere uitdaging is bureaucratie. Veel mantelzorgers lopen vast in versnipperde regels tussen Wmo, zorgverzekering, Wlz, gemeente, werkgever en school. Juist op momenten waarop mensen al onder druk staan, vraagt het systeem vaak extra uitzoekwerk, bewijsstukken en doorzettingsvermogen.

Ook de spanning tussen arbeid en zorg is een structureel knelpunt. De SER onderstreept dat mantelzorg en betaald werk steeds vaker samengaan, maar dat dit zonder aangepast personeelsbeleid leidt tot uitval of het terugschroeven van werk. Daarmee verplaatst een deel van de maatschappelijke kosten van zorg zich naar werknemers en werkgevers, terwijl de samenleving als geheel profiteert van de informele zorg die zij leveren.

Kansen: wat mantelzorg kan openen

Naast druk en uitputting laat mantelzorg ook iets anders zien: de kracht van menselijke nabijheid. In veel situaties maakt mantelzorg het mogelijk dat mensen langer thuis blijven wonen, zich minder eenzaam voelen en zorg ontvangen die beter aansluit bij hun gewoonten en wensen. Mantelzorg brengt bovendien vaak netwerken in beweging, bijvoorbeeld familieleden, buren, vrijwilligers en professionals die samen een kring van steun vormen.

Daarin liggen belangrijke kansen. Gemeenten en organisaties kunnen mantelzorg niet alleen ondersteunen, maar ook benutten als bron van sociale innovatie: met buurtgerichte steunpunten, maatjesprojecten, trainingen, mantelzorgcafés, logeerszorg en slimme combinatie-arrangementen tussen formele en informele zorg. Wanneer mantelzorgers tijdig steun krijgen, groeit niet alleen hun draagkracht, maar vaak ook hun vertrouwen dat zij het niet alleen hoeven te doen.

Een tweede kans ligt in betere samenwerking tussen domeinen. De discussie over IZA, GALA en AZWA laat zien dat mantelzorg een verbindend thema kan zijn tussen zorg, welzijn, preventie, arbeid en onderwijs. Juist omdat mantelzorg over al die domeinen heen loopt, kan goed mantelzorgbeleid helpen om een meer samenhangende en mensgerichte verzorgingspraktijk te ontwikkelen.

Praktijksituatie 2: de buurvrouw als stille spil

In een portiekflat helpt een oudere buurvrouw dagelijks een alleenstaande man met beperkte mobiliteit. Zij doet niet alles zelf, maar is degene die merkt wanneer hij stiller wordt, medicatie vergeet of geen eten meer in huis heeft. Samen met twee andere burens heeft zij een informeel rooster gemaakt, terwijl de wijkverpleging en het wijkteam op de achtergrond meebewegen.

Deze situatie laat zien dat mantelzorg niet altijd alleen in gezinnen plaatsvindt. In buurten en gemeenschappen ontstaan vaak vormen van nabije zorg die nergens volledig geregistreerd staan, maar wel van groot belang zijn voor veiligheid, welzijn en vroegsignalering. Dat vraagt van gemeenten dat zij mantelzorg niet te smal definiëren, maar ook kijken naar informele netwerken en gemeenschapskracht.



Mantelzorg door kinderen en jongeren

Een bijzonder en vaak onderbelicht deel van mantelzorg wordt verleend door kinderen en jongeren. Jonge mantelzorgers groeien op in een gezin waar een ouder, broer, zus of andere naaste langdurig ziek is, een beperking heeft, psychische problemen kent of verslaafd is. Hun zorg kan praktisch zijn, zoals helpen met boodschappen of oppassen op broertjes en zusjes, maar ook emotioneel: alert zijn op spanningen, meedenken, troosten of de sfeer thuis bewaken.

Het bijzondere aan jonge mantelzorgers is dat zorg zich vermengt met ontwikkeling. Waar volwassenen vaak al een eigen identiteit, netwerk en handelingsruimte hebben, bevinden kinderen en jongeren zich juist midden in hun groei naar zelfstandigheid. Als zij langdurig veel zorg dragen, kan dat botsen met school, vriendschappen, sport, ontspanning en hun gevoel van vrijheid.

Onderzoek en praktijkervaring laten zien dat jonge mantelzorgers vaker te maken hebben met vermoeidheid, concentratieproblemen, schaamte, schuldgevoel en een gevoel anders te zijn dan leeftijdgenoten. Vaak blijven zij onzichtbaar omdat zij hun situatie normaal vinden, loyaal zijn aan hun gezin of niet goed onder woorden kunnen

brengen wat de zorg thuis van hen vraagt. Juist daarom is herkenning door scholen, huisartsen, jeugdteams en gemeenten van groot belang.



Praktijksituatie 3: de jongen die altijd half op school is

Een 15-jarige scholier woont met zijn moeder en jongere zusje. Zijn moeder heeft terugkerende psychische klachten. Op goede dagen lijkt er weinig aan de hand, maar op slechte dagen maakt hij ontbijt, brengt zijn zusje naar school en blijft in zijn hoofd de hele dag thuis. In de klas is hij stil, vaak moe en geregeld te laat. Leraren zien vooral een onregelmatige leerling, maar niet de jonge mantelzorger die voortdurend tussen kind-zijn en zorgen in leeft.

Dit voorbeeld maakt duidelijk hoe jonge mantelzorg vaak aan het zicht ontsnapt. De uitdaging is niet alleen ondersteuning organiseren, maar vooral eerder herkennen, bespreekbaar maken en voorkomen dat kinderen structureel verantwoordelijkheden dragen die hun ontwikkeling onder druk zetten. Dat vraagt om een brede pedagogische en maatschappelijke blik, niet alleen om individuele hulpverlening.

Gemeenten en het verschil dat lokaal beleid maakt

Gemeenten spelen een sleutelrol in mantelzorgondersteuning via de Wmo en via hun bredere verantwoordelijkheid voor welzijn, preventie en sociale basis. Zij moeten mantelzorgers ondersteunen, maar hebben veel vrijheid in hoe zij dat doen. Daardoor bestaan er aanzienlijke verschillen tussen gemeenten in

toegankelijkheid, respijtzorg, mantelzorgwaardering, informatievoorziening en maatwerk.

In kleine gemeenten zijn de lijnen vaak korter en persoonlijker, maar is het gespecialiseerde aanbod beperkter. Middelgrote gemeenten combineren meestal algemene voorzieningen met enig maatwerk, terwijl grote gemeenten vaker beschikken over gespecialiseerde programma's voor bijvoorbeeld jonge mantelzorgers, ggz-mantelzorgers of werkende mantelzorgers. Die variatie kan positief zijn wanneer zij aansluit bij lokale context, maar problematisch wanneer ondersteuning te afhankelijk wordt van postcode en toevallige lokale prioriteiten.

Goede gemeenten beperken zich daarom niet tot waardering achteraf, maar investeren preventief in bereik, herkenning, respijtzorg, lotgenotencontact, mantelzorgmakelaars en duidelijke toegang. Preventie betekent in dit verband: mantelzorgers eerder in beeld brengen, hen helpen vóórdat overbelasting optreedt en ondersteuning organiseren als onderdeel van een sterke sociale basis.

Werk, economie en de waarde van mantelzorgvriendelijk beleid

Mantelzorg raakt niet alleen de zorg, maar ook de economie. Veel mantelzorgers combineren zorg met betaald werk, en juist daar ontstaan spanningen die zowel werknemers als werkgevers raken. Verzuim, presentie en verloop zijn reële economische effecten van onvoldoende mantelzorgvriendelijk beleid.

Tegelijk laat onderzoek zien dat organisaties die rekening houden met mantelzorgers beter in staat zijn medewerkers duurzaam inzetbaar te houden. Flexibele werktijden, thuiswerkmogelijkheden, mantelzorgverlof, begripvol leiderschap en ruimte voor maatwerk verlagen uitval en verhogen loyaliteit. Daarmee is mantelzorgvriendelijk werkgeverschap geen sympathieke extra, maar goed sociaal en economisch beleid.

Op macroniveau geldt hetzelfde principe. De samenleving profiteert van de inzet van mantelzorgers, maar de kosten worden nu te vaak afgewenteld op individuele huishoudens. Een rechtvaardige zorgzame samenleving vraagt dus om herverdeling van die lasten via beleid, werk, lokale ondersteuning en preventie.

Zorgverzekeraars, IZA en GALA

Ook zorgverzekeraars hebben een rol in het versterken van mantelzorg, zeker als het gaat om preventie. Nu bieden zij vooral ondersteuning via aanvullende verzekeringen, bijvoorbeeld voor vervangende mantelzorg, mantelzorgmakelaars of trainingen. Dat is waardevol, maar nog te versnipperd en vaak afhankelijk van polis, inkomen en bekendheid met de regeling. Juist daarom zijn IZA (integraal Zorg Akkoord) en GALA (Gezond en Actief Leven Akkoord) belangrijk. In IZA kan mantelzorg stevig worden verankerd als voorwaarde voor passende zorg, substitutie en regionale zorgtransformatie. In GALA kan mantelzorg juist worden verbonden met preventie, mentale gezondheid en een sterke sociale basis.

Wanneer gemeenten, zorgverzekeraars, welzijnsorganisaties en zorgaanbieders mantelzorg samen oppakken, ontstaat de mogelijkheid van een regionale preventie-infrastructuur waarin respijtzorg, signalering, ondersteuning en monitoring op elkaar aansluiten. Dan wordt mantelzorg niet langer gezien als restcategorie tussen stelsels, maar als een gezamenlijke publieke opgave.

Hoe effect wordt gemeten

Wie mantelzorg serieus neemt, moet ook serieus meten wat ondersteuning oplevert. Gemeenten doen dat nu vaak nog beperkt en versnipperd, meestal via cliëntervaringsonderzoek, registraties en incidentele evaluaties. Daardoor is goed zichtbaar hoeveel activiteiten zijn georganiseerd, maar veel minder goed of mantelzorgers zich werkelijk minder belast voelen of beter in staat zijn zorg vol te houden.

Een goed meetkader kijkt daarom niet alleen naar bereik en tevredenheid, maar ook naar belasting, gebruik van respijtzorg, continuïteit van zorg, arbeidsparticipatie en bereik van specifieke groepen zoals jonge mantelzorgers. Kleine gemeenten hebben daarbij behoefte aan eenvoudige, lichte indicatoren; grote gemeenten kunnen meer thematisch en wijkgericht monitoren. Wat overal geldt, is dat meten pas zinvol is wanneer cijfers worden verbonden met verhalen van mantelzorgers zelf.

Kritische succesfactoren voor integrale mantelzorgondersteuning



Onderzoek en praktijk laten zien dat integrale mantelzorgondersteuning niet vanzelf ontstaat. Een aantal voorwaarden keert steeds terug.

De eerste succesfactor is een gedeelde visie. Gemeenten, zorgaanbieders, scholen, werkgevers en verzekeraars moeten dezelfde basis erkennen: mantelzorgers zijn partners in zorg, maar hebben ook recht op bescherming en ondersteuning.

De tweede succesfactor is vroegsignalering. Mantelzorgers moeten niet pas in beeld komen als zij omvallen, maar al eerder via huisartsen, scholen, wijkteams, werkgevers en sociale basis partners.

De derde succesfactor is samenhangend aanbod. Informatie alleen is niet genoeg; het gaat om combinaties van praktische hulp, emotionele steun, respijtzorg, maatwerk en duidelijke toegang.

De vierde succesfactor is structurele verankering. Projecten helpen, maar zonder meerjarige financiering, bestuurlijke aandacht en vaste plek in beleid blijft mantelzorgondersteuning kwetsbaar.

Een laatste succesfactor is participatie van mantelzorgers zelf. Goed beleid ontstaat niet alleen over mantelzorgers, maar met mantelzorgers.

Aanbevelingen

Een essay over mantelzorg kan niet eindigen zonder richting te geven. De vraag is niet of mantelzorg belangrijk is; de vraag is hoe een samenleving met die betekenis omgaat. Daarom volgen hier concrete aanbevelingen voor de belangrijkste betrokkenen.

Voor Rijk en landelijke politiek

- Leg landelijke minimumnormen vast voor mantelzorgondersteuning, zodat basisvoorzieningen niet afhankelijk zijn van woonplaats.
- Veranker mantelzorg explicieter in de samenhang tussen Wmo, Jeugdwet, participatiebeleid en arbeidsmarktbeleid.
- Stimuleer structurele investeringen in respijtzorg, jonge mantelzorgers en preventie, in plaats van kortlopende projectfinanciering.

Voor gemeenten

- Maak preventie van overbelasting tot expliciet doel van mantelzorgbeleid, met meetbare indicatoren en jaarlijkse rapportage.
- Zorg voor één duidelijk loket en eenvoudige toegang tot informatie, ondersteuning en waardering.
- Investeer in maatwerk voor specifieke groepen, zoals jonge mantelzorgers, werkende mantelzorgers en mantelzorgers in kwetsbare buurten.

- Zie mantelzorg als onderdeel van de sociale basis en verbind het actief met GALA, welzijn, preventie en wijkgericht werken.

Voor zorg- en welzijnsorganisaties

- Werk systematisch samen met mantelzorgers en bespreek hun belasting als vast onderdeel van ieder zorgtraject.
- Organiseer toegankelijke respijtzorg en lotgenotencontact, ook voor mensen die zichzelf niet snel als mantelzorger benoemen.
- Train professionals in samenwerking met naasten, vroegsignalering van overbelasting en ondersteuning van jonge mantelzorgers.

Voor werkgevers

- Ontwikkel mantelzorgvriendelijk personeelsbeleid met flexibiliteit, open gesprek en ruimte voor tijdelijke aanpassingen.
- Maak mantelzorg bespreekbaar in HR, leidinggeven en duurzame inzetbaarheid.
- Zie ondersteuning van mantelzorgers als investering in behoud van mensen, niet als kostenpost.

Voor scholen en jeugdhulp

- Maak jonge mantelzorg bespreekbaar en zorg dat mentoren en zorgcoördinatoren signalen leren herkennen.
- Bied maatwerk in planning, deadlines en begeleiding wanneer de thuissituatie dat vraagt.
- Werk samen met ouders, wijkteams en hulpverlening vanuit de hele gezinssituatie.

Voor zorgverzekeraars en regio's

- Breid preventieve ondersteuning voor mantelzorgers uit en maak vergoedingen toegankelijker en duidelijker.
- Veranker mantelzorg in regionale IZA-plannen en in GALA-uitvoeringsagenda's als apart thema met doelen, middelen en monitoring.
- Ontwikkel samen met gemeenten regionale respijtzorgketens en gedeelde preventieprogramma's.

Slot

Mantelzorg is misschien wel de meest alledaagse en tegelijk meest onderschatte vorm van zorg in Nederland. Zij laat zien dat mensen bereid zijn veel voor elkaar te betekenen, maar ook dat die bereidheid grenzen kent en bescherming nodig heeft. Wie werkelijk werk wil maken van een zorgzame samenleving, moet daarom niet alleen spreken over zelfredzaamheid en samenredzaamheid, maar vooral investeren in de voorwaarden waaronder mensen kunnen blijven zorgen zonder zichzelf te verliezen.

Dat is uiteindelijk de kern van de verruimde horizon: niet smaller rekenen, maar breder kijken; niet zorg reduceren tot systemen, maar haar begrijpen als een menselijke praktijk die alleen bloeit wanneer samenleving, beleid en instituties haar dragen. Mantelzorg vraagt daarom niet om applaus alleen, maar om erkenning, bescherming, samenwerking en moedige keuzes.



Mantelzorg is geen bijzaak

Mantelzorg als dragende kracht

Mantelzorg is een van de grootste, meest wezenlijke en tegelijk meest onderschatte krachten in de Nederlandse samenleving. Miljoenen mensen zorgen voor een partner, ouder, kind, broer, zus, buur of vriend, vaak langdurig, vaak intensief en meestal naast werk, gezin en andere verplichtingen. Zonder mantelzorg zou een groot deel van het dagelijks leven, en ook een belangrijk deel van de zorg, eenvoudigweg vastlopen.

Toch is mantelzorg geen vanzelfsprekende voorraad zorg waar onbeperkt op kan worden geleund. Achter de bereidheid om voor een ander te zorgen schuilen ook vermoeidheid, financiële druk, bureaucratie, loyaliteitsconflicten en soms stille overbelasting. Dat geldt in het bijzonder voor jonge mantelzorgers: kinderen en jongeren die opgroeien met zorg thuis en daardoor vaak meer dragen dan hun omgeving beseft.

In “Mantelzorg als dragende kracht” wordt de ontwikkeling van mantelzorg sinds 2000 in kaart gebracht, tegen de achtergrond van decentralisatie, langer thuis wonen, de participatiesamenleving en de zoektocht naar een zorgzame samenleving. Het essay laat zien waarom mantelzorg van grote menselijke, maatschappelijke en economische betekenis is, maar ook waarom ondersteuning, preventie en eerlijke verdeling van verantwoordelijkheden dringend nodig zijn.

Aan de hand van herkenbare praktijksituaties, inzichten uit onderzoek en een brede blik op gemeenten, werkgevers, zorgverzekeraars, IZA en GALA, pleit dit essay voor een andere manier van kijken. Niet smaller rekenen, maar breder zien. Niet mantelzorg beschouwen als goedkope oplossing, maar als relationele kracht die alleen duurzaam blijft wanneer zij wordt erkend, ondersteund en beschermd.

Dit is een essay voor beleidsmakers, professionals, bestuurders, onderwijsmensen, werkgevers en iedereen die wil begrijpen wat mantelzorg werkelijk betekent in een samenleving die zorgzaam wil zijn.