

Mantelzorg en werk:

Wat kun jij vanuit je organisatie doen?



1 op de 4 werknemers combineert werk met mantelzorg. Dit kan zorgen voor extra druk en soms zelfs verzuim. Als werkgever of leidinggevende kun je veel betekenen door het bespreekbaar te maken en samen naar oplossingen te zoeken.



SBCM
A&O-fonds SW

Wat is mantelzorg?

Mantelzorg is de zorg die je langdurig en onbetaald biedt aan een naaste, zoals een partner, ouder, kind, vriend of buurman/-vrouw die chronisch ziek, gehandicapt of hulpbehoevend is. Mantelzorg kan invloed hebben op het werk en het welzijn van de werknemer.

Waarom is aandacht voor mantelzorg belangrijk?

Mantelzorg vraagt veel energie en tijd. Zonder goede balans tussen werk en zorg kan een werknemer overbelast raken. Dit kan leiden tot:

- Vermoeidheid en stress
- Verminderde concentratie en productiviteit
- Langdurig ziekteverzuim

Wat kun jij doen?

- **Maak mantelzorg bespreekbaar:**
Vraag werknemers hoe ze werk en zorg combineren en toon begrip.

Een goed beleid rondom mantelzorg draagt bij aan de duurzame inzetbaarheid van werknemers en een positieve werkcultuur.

- **Bied flexibiliteit:**

Denk aan flexibele werktijden of mogelijkheden tot thuiswerken.

- **Informeer werknemers:**

Maak beleid en regelingen rondom mantelzorg goed vindbaar en bespreekbaar.

- **Betrek het team:**

Collega's kunnen helpen en ondersteunen wanneer ze weten wat er speelt.

Meer weten?

Bekijk de BRAVO + toolbox
www.sbcm.nl/bravo

