



**Miles**  
Research

**PGGM**  
**&CO**

**RAPPORTAGE**

# Onderzoek naar Fitheid & Balans onder professionals in zorg en welzijn

# Inhoudsopgave

1. Introductie & Onderzoeksopzet
2. Conclusies & Aanbevelingen
3. Resultaten
4. Verdiepende analyses
5. Bijlage: overzicht achtergrondkenmerken



A young woman with voluminous, curly, light-brown hair is smiling warmly at the camera. She is wearing a dark blue V-neck lab coat over a matching top. She is holding a white clipboard with a silver clip at the bottom. The background is a blurred indoor setting, possibly a hospital or office, with large windows and modern architecture.

1

# Introductie & Onderzoeksopzet



**Miles**  
Research

**PGGM**  
**&CO**

# Introductie

De druk op medewerkers in zorg en welzijn is groot. Dat werd door COVID-19 nog eens extra bevestigd. Wat betekent dit voor onze leden? En hoe worden en blijven zij fit in deze tijd? Deze vragen waren vorig jaar de aanleiding voor ons eerste onderzoek naar fitheid en balans onder medewerkers in zorg en welzijn. Dit onderzoek is een vervolg op vorig jaar. In samenwerking met Miles Research doen we voortaan ieder kwartaal onderzoek.

PGGM&CO zet zich in voor fitte medewerkers in zorg en welzijn. Op fysiek, mentaal en financieel gebied. Daarom zijn we benieuwd hoe het er nu voorstaat. Zo weten we hoe fit professionals in zorg en welzijn zich voelen en wat hen bezighoudt. En hoe wij onze 765.000 leden het beste kunnen helpen. In de maanden juni en juli 2021 is dit onderzoek uitgevoerd. De uitkomst ligt nu voor je.

De resultaten van dit onderzoek zijn voor PGGM&CO de basis voor nieuwe thema's en producten die leden helpen bij een fit leven in zorg en welzijn.



# Onderzoeksopzet



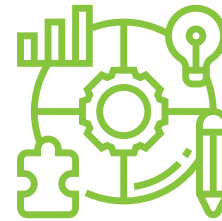
## Doelstelling

- Inzicht krijgen in de fysieke, mentale en financiële fitheid van leden en de balans hierin.
- Ontdekken waar leden behoefte aan hebben op het gebied van ondersteuning.
- Deze inzichten vertaalt PGGM&CO naar acties om de diensten en producten voor leden te verbeteren.



## Doelgroep

- Leden van PGGM&CO.
- Mensen werkzaam in zorg en welzijn.



## Methode

- Online vragenlijst gemiddelde invultijd ongeveer 13,5 minuut (volledig ingevuld).
- Uitgenodigd door PGGM&CO.
- 1 algemene url op social media.



## Tijdlijn

- Kwartaalmeting 30 juni tot en met 20 juli (Q2).
- Reminder na een week.



## Bruto en netto respons

- N=50.000 (unieke links) onder leden.
- N=1266 (volledig ingevuld).



2

## Conclusies & Aanbevelingen

# Belangrijkste conclusies op een rij

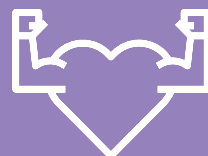
## Hoofdconclusie

1. Balans blijft een aandachtspunt.  
Gezien de verwachte toenemende werkdruk, is er een risico op uitval en uitstroom.

## Onderliggende conclusies



2. Mentale fitheid gedaald



3. Fysieke fitheid opnieuw het meest onder druk



4. Financiële fitheid net als in 2020 hoogste rapportcijfer

## Ondersteunende conclusies

5. Balans, mentale en fysieke fitheid hangen onderling sterk samen

6. Het verband tussen financiële fitheid, balans en de andere vormen van fitheid wordt beperkt ervaren

7. Positieve privésituatie en hoge werkdruk hebben meeste invloed op balans

8. Grootste uitdagingen fysiek fit blijven: voldoende slaap, bewegen en goede werk-privé balans

9. Grootste uitdagingen mentale fitheid: nee zeggen, balans bewaken en relativeren

10. Behoeft aan minder registratielast en meer regelvrijheid

# Toelichting conclusies

## 1. Balans blijft een aandachtspunt

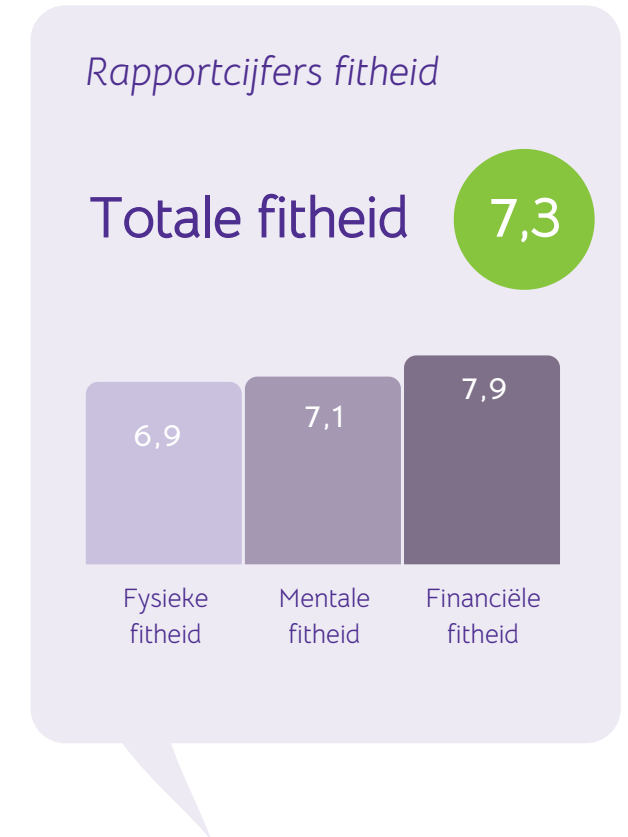
- De eigen balans wordt met een 6.7 beoordeeld. Dit betekent dat er nog ruimte voor verbetering is (vooral onder de groep 35-49 jaar: 6.3). Ook voor mentale en fysieke fitheid is die ruimte er. En door de verwachte toename in werkdruk is er een risico op uitval en uitstroom aanwezig.
- Bijna de helft van de respondenten verwacht dat de werkdruk komend jaar sterk toeneemt. Vooral de professionals in primaire functies (verzorgenden, specialisten) geven dit aan.\*
- Aangezien een hoge werkdruk volgens respondenten een negatieve invloed heeft op de balans, is dit een belangrijk aandachtspunt.

## 2. Mentale fitheid gedaald

- Gemiddeld rapportcijfer 7.1
- Dit is 0.2 lager dan de vorige meting.
- Laagste cijfers in gehandicaptenzorg en onder mantelzorgers, en onder respondenten in Flevoland.

## 3. Fysieke fitheid opnieuw het meest onder druk

- Gemiddeld rapportcijfer 6.9.
- Dit is gelijk aan de meting in 2020.
- De fysieke fitheid is het laagst beoordeeld door leden werkzaam in de gehandicaptenzorg. En door mantelzorgers.
- Opvallend zijn weer de lage scores in Flevoland. Deze scores kunnen we nu niet verder verklaren.





# Toelichting conclusies

## 4. Financiële fitheid net als in 2020 hoogste rapportcijfer

- Met een gemiddelde van 7.9 voelen leden zich financieel fit. Tegelijkertijd zien we dat de financiële fitheid van mensen in Nederland onder druk staat bij een deel van de bevolking, 1 op de 5 Nederlandse huishoudens heeft geldzorgen of problemen (Nibud). Kortom de perceptie van leden is positief wat betreft hun geldzaken. Als ledenorganisatie voelen en nemen wij de verantwoordelijkheid om actief te blijven op het onderwerp van financiële fitheid.
- Het merendeel van de respondenten voelt zich financieel fit (66% geeft een 8 of hoger).
- Grootste aandachtspunt onder een relatief grote groep is de behoefte aan meer inzicht en financiële vaardigheid.

## 5. Balans, mentale en fysieke fitheid hangen sterk samen

- Balans hangt vooral samen met mentale fitheid en fysieke fitheid.
- Gezien deze samenhang zullen verbeteringen aan de mentale en fysieke fitheid de meeste impact hebben op de balans.
- Beide aspecten scoren iets hoger dan balans op zichzelf, maar met name fysieke fitheid laat te wensen over. Welke dit zijn wordt beschreven in de ondersteunende conclusies hierna.
- Mentaal fitte respondenten zijn vaak ook fysiek fitter.
- Het bevorderen van de fysieke fitheid kan positief bijdragen aan de mentale conditie. Bijvoorbeeld door even uit te waaien of een bewust voedingspatroon te volgen.
- Maar dit werkt ook andersom. Door bijvoorbeeld vaker nee te zeggen, meer te relativiseren en grenzen te bewaken kunnen fysieke klachten verminderen, en wordt fysieke energie bespaard.

## 6. Het verband tussen financiële fitheid en de mentale en fysieke fitheid wordt minder sterk ervaren door leden

- Dit is te zien aan de lage correlatie met beide.

# Toelichting per ondersteunende conclusie

## 7. Positieve privésituatie en hoge werkdruk meeste invloed op balans

- Stabiele en goede relaties (positieve privésituatie) helpen volgens de meeste respondenten bij een goede balans.
- Ook een bewuste leefstijl en steun vanuit eigen netwerk dragen volgens veel leden bij.
- Versturende factor is vooral de hoge werkdruk.
- Ook onvoldoende rust nemen en geen grenzen bewaken werken negatief door.
- Opvallend is dat de gemiddelde scores voor de mate van invloed, hoger zijn bij de positieve factoren dan bij de negatieve factoren. Dit kan betekenen dat positieve factoren sterker dan negatieve factoren bijdragen aan de balans voor de leden.

## 8. Grootste uitdagingen fysiek fit blijven: voldoende slaap, bewegen en goede werk-privé balans.

- Balans is steeds het kernwoord.
- Dagelijks bewegen en voldoende rust nemen zijn nodig om de hoge werkdruk te compenseren.
- Dit zijn ook de grootste uitdagingen om fysiek in goede conditie te blijven.
- Voldoende slaap is opvallend vaak genoemd als uitdaging door werkenden in een ziekenhuis.
- Vooral onder de groep met een primaire functie speelt de hoge werkdruk een rol; deze groep verwacht ook relatief sterker een toename van de werkdruk komend jaar.
- In deze groep, maar ook onder de mantelzorgers wordt de werk-privébalans relatief vaak genoemd als grootste uitdaging om fysiek fit te blijven.



# Toelichting per ondersteunende conclusie

## 9. Grootste uitdagingen mentale fitheid: 'nee' zeggen, balans bewaken en relativeren

- Vanuit passie voor het werk die zo typerend is voor werkenden in de zorg, is het lastig om grenzen te bewaken, ('nee' te kunnen zeggen) en te relativeren. Dit zijn de grootste uitdagingen voor de leden.
- Relativeren is vooral onder werkenden in de GGZ de grootste uitdaging.
- Grenzen bewaken wordt vooral genoemd door werkenden in primaire functies en door mantelzorgers.

## 10. Behoefte aan minder registratielast en meer regelvrijheid

- Registratiedruk verlagen staat met stip op nummer 1.
- Ongeveer een derde van de respondenten wil meer inspraak, meer regelvrijheid en een betere roostering. Deze behoefte is vooral onder werkenden in de gehandicaptenzorg en de GGZ te zien. En onder respondenten met een primaire functie.
- Deze maatregelen op de werkvloer dragen bij aan een gezondere werkomgeving en daarmee aan de fitheid van de medewerkers. En wellicht ook aan een hogere eNPS (gemiddelde in dit onderzoek -19).

# Aanbevelingen

## Focus op versterken en herstellen van balans

- Balans blijft een aandachtspunt. Voor velen is dit een van de grootste uitdagingen om te realiseren.
- Concreet wordt daarbij ook het 'nee' kunnen zeggen en de juiste werk-privé balans als uitdaging genoemd.
- Met het oog op een verwachte toename van de werkdruk, is het risico op uitstroom en uitval groot.
- Balans houdt vooral verband met mentale en fysieke fitheid. Door deze te verbeteren, verbetert ook de balans, de tevredenheid van de medewerkers en wordt het risico op uitval verlaagd.
- Hiernaast staan enkele zaken waarmee werknemers, werkgevers en PGGM&CO aan de slag kunnen om de balans te verbeteren. Deze komen voort uit het onderzoek.



## Fysiek fit

- Hoewel de zorgprofessional hier zelf de meeste invloed op kan uitoefenen, kan de werkgever hierin op verschillende manieren ondersteuning bieden, bijvoorbeeld door faciliteiten ter beschikking te stellen



## Mentaal fit

- Juist hier liggen meer mogelijkheden voor werkgevers. Veel heeft te maken met het bieden van meer ruimte aan de medewerkers zelf. De volgende zaken hebben daarbij de meeste impact:
  - > Verlagen registratiedruk
  - > Meer regelvrijheid
  - > Betere roostering

- Daarnaast zijn er enkele aspecten die werkgever en werknemer samen op kunnen pakken:
  - > Reduceren van spanning & stress,
  - > Meer regelvrijheid
  - > In kaart brengen van energiegevers en -vreters,
  - > Versterken mentale weerbaarheid, bijvoorbeeld door coaching of training,
  - > Geef ruimte om 'nee' te zeggen met daarbij positieve impact op de werk / privé balans.

3

# Resultaten

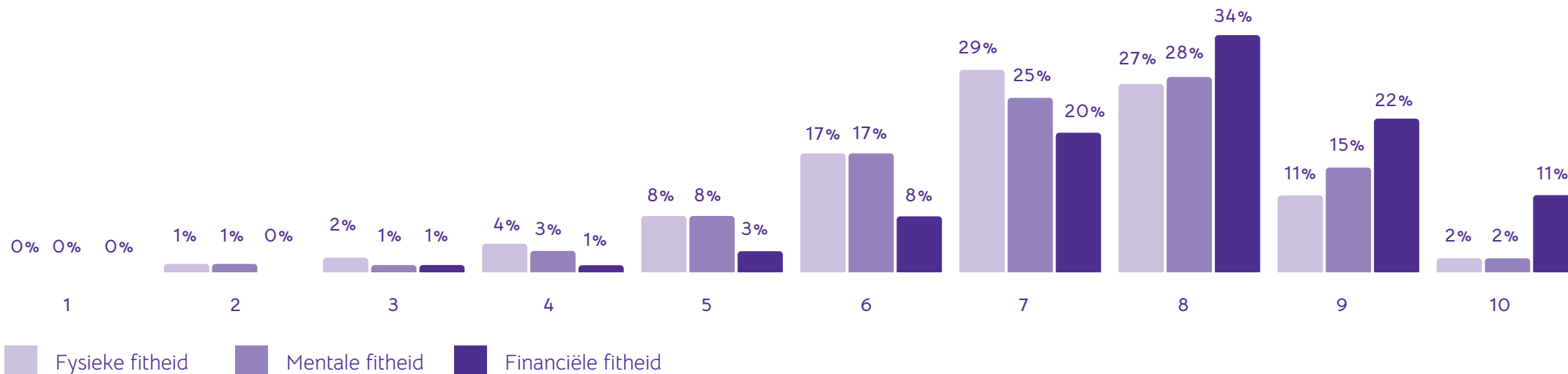
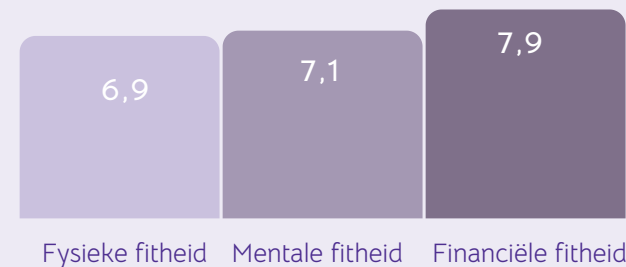


# Totale fitheid

- Fysieke fitheid scoort het laagst met een 6.9, gelijk aan de meting van 2020. Opnieuw staat de fysieke fitheid dus het meest onder druk.
- Financiële fitheid wordt met een 7.9 het meest positief van de drie vormen beoordeeld. Dit is gelijk aan de meting van 2020.
- Het gemiddelde rapportcijfer voor mentale fitheid (7.1) is iets lager dan het rapportcijfer in de meting van mei 2020 (gemiddelde 7.3).

Hoe beoordeel jij je eigen fitheid?\*

Totale fitheid **7,3**



\* Schaal van 1 (voel mij helemaal niet fit) tot 10 (voel mij heel erg fit)

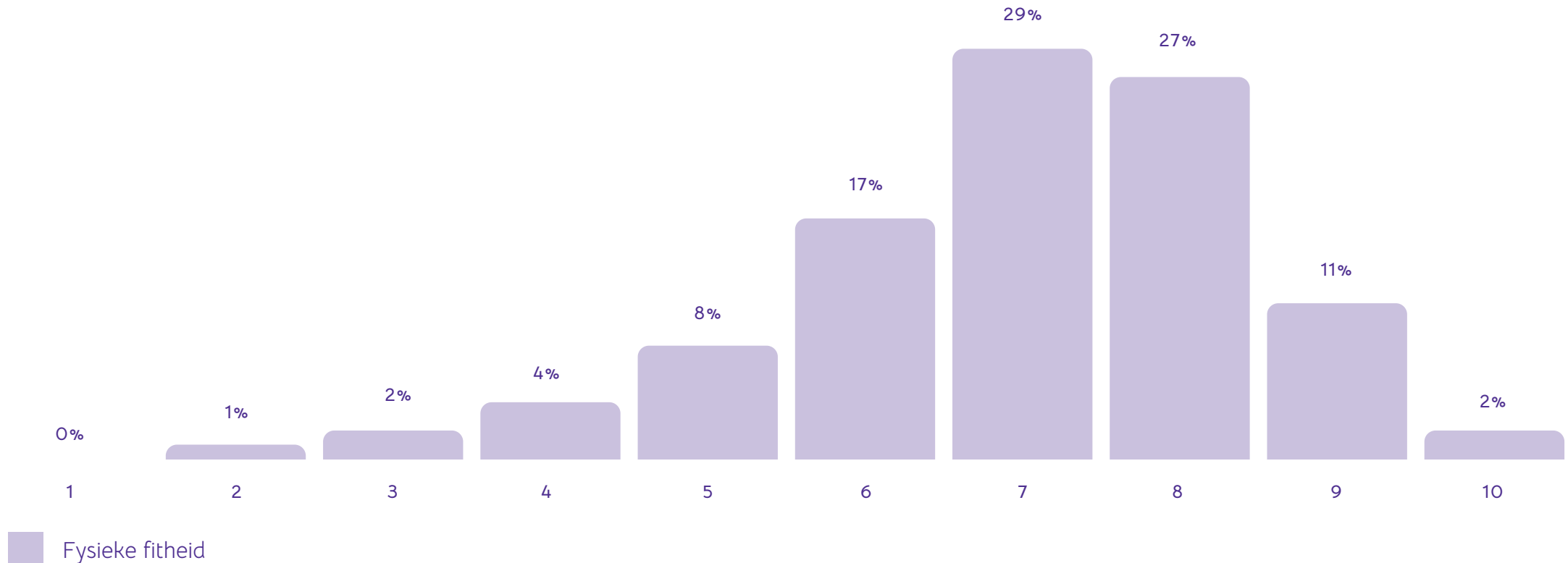


# Fysieke fitheid

- 32% van de respondenten beoordeelt de eigen fysieke fitheid met een 6 of lager.
- 39% beoordeelt dit met een 8 of hoger.

Hoe beoordeel jij je eigen fitheid?\*

Fysieke fitheid **6,9**



\* Schaal van 1 (voel mij helemaal niet fit) tot 10 (voel mij heel erg fit)

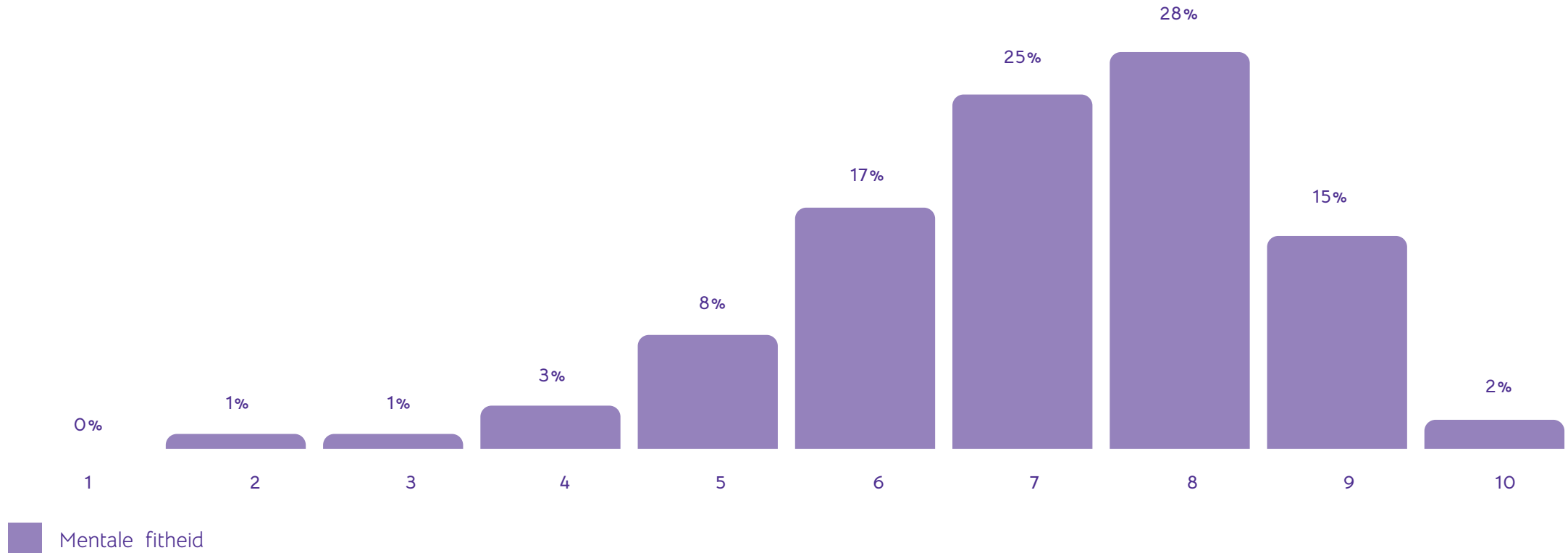


# Mentale fitheid

- 30% van de respondenten beoordeelt eigen mentale fitheid met een 6 of lager
- 45% beoordeelt dit met een 8 of hoger.

Hoe beoordeel jij je eigen fitheid?\*

Mentale fitheid **7,1**



\* Schaal van 1 (voel mij helemaal niet fit) tot 10 (voel mij heel erg fit)



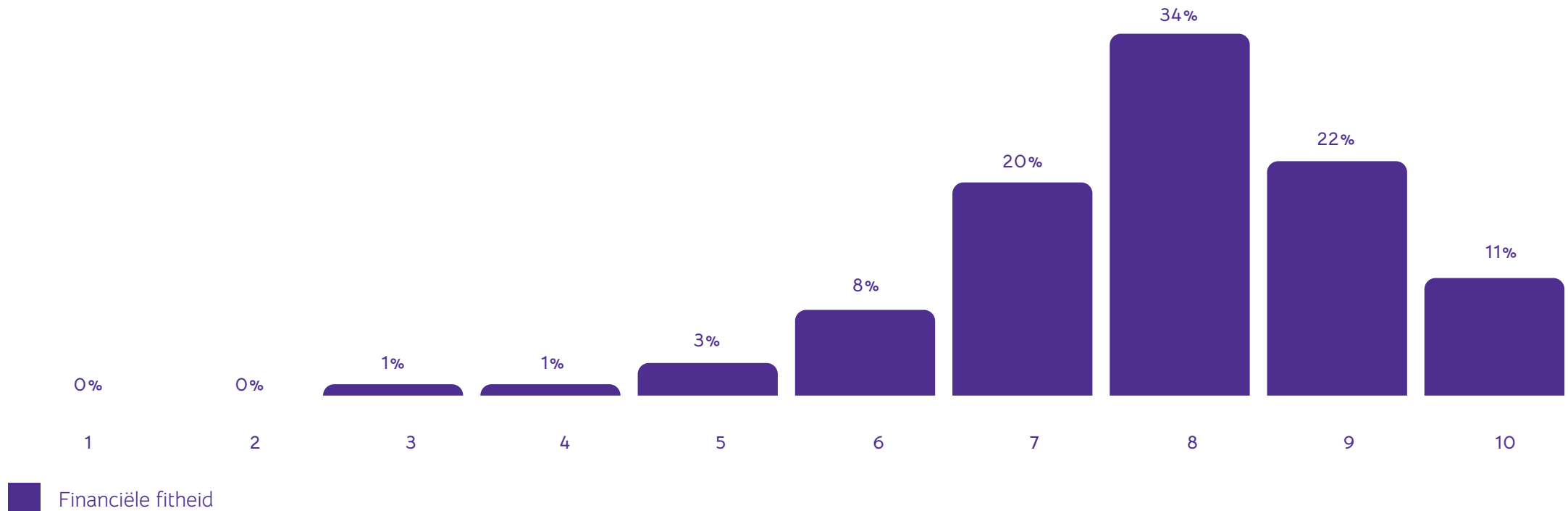


# Financiële fitheid

- 13% van de respondenten beoordeelt eigen financiële fitheid met een 6 of lager.
- 66% beoordeelt dit met een 8 of hoger.

Hoe beoordeel jij je eigen fitheid?\*

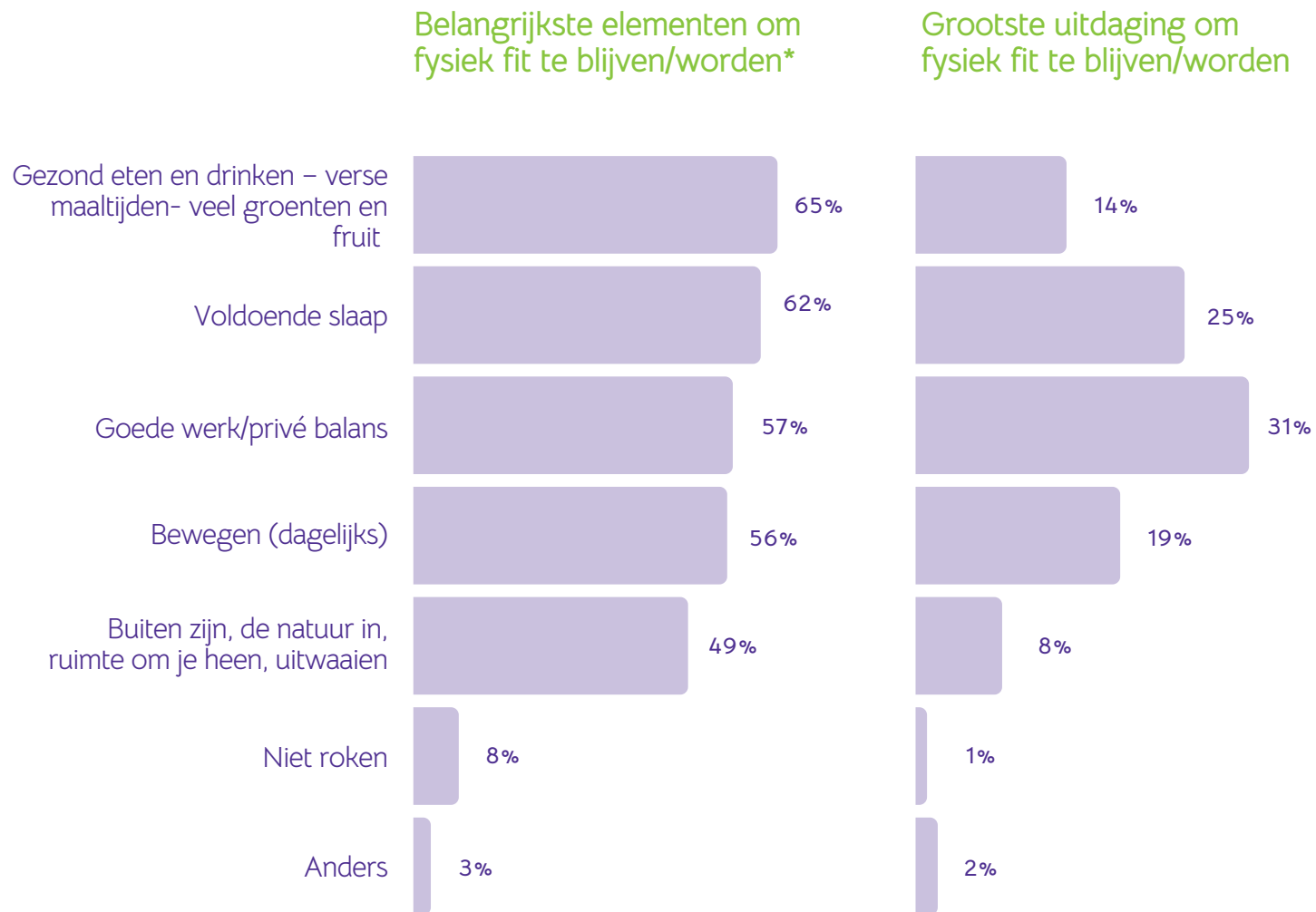
Financiële fitheid **7,9**



\* Schaal van 1 (voel mij helemaal niet fit) tot 10 (voel mij heel erg fit)

# Werk-privébalans en voldoende slaap grootste uitdaging fysieke fitheid

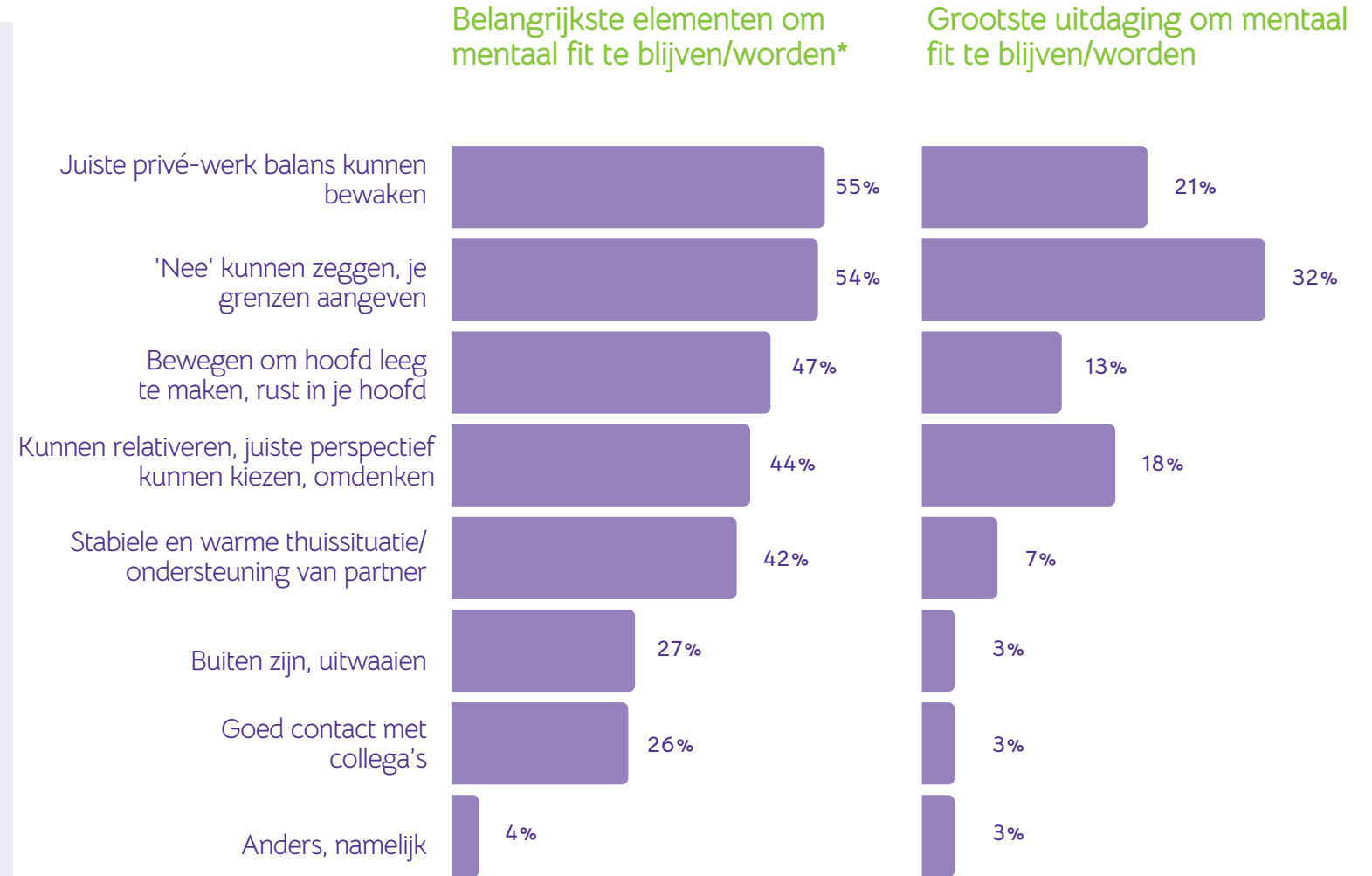
- Gezonde voeding, slaap, werk-privé balans en beweging zijn voor meer dan de helft van de respondenten de belangrijkste elementen om fysiek fit te blijven.
- De elementen die zij noemen zijn sterk vergelijkbaar met de vorige meting in 2020.
- Wat betreft de grootste uitdagingen komen wederom voldoende slaap (25%) en werk-privébalans (31%) naar voren; beweging werd in 2020 genoemd, maar is nu voor een relatief kleine groep (19%) de grootste uitdaging.



\* Respondenten konden 3 antwoordopties aanvinken

# “Nee” kunnen zeggen grootste uitdaging mentale fitheid

- De juiste balans, grenzen aangeven en bewegen om je hoofd leeg te maken zijn voor (ruim) de helft van de respondenten de belangrijkste elementen om mentaal fit te blijven.
- De grootste uitdaging ligt in het aangeven van grenzen ('nee' kunnen zeggen) en het bewaken van de balans (21%).
- Dit kwam ook in de vorige meting (mei 2020) naar voren, waarin rust in het hoofd en balans het sterkst geassocieerd werden met mentale fitheid.



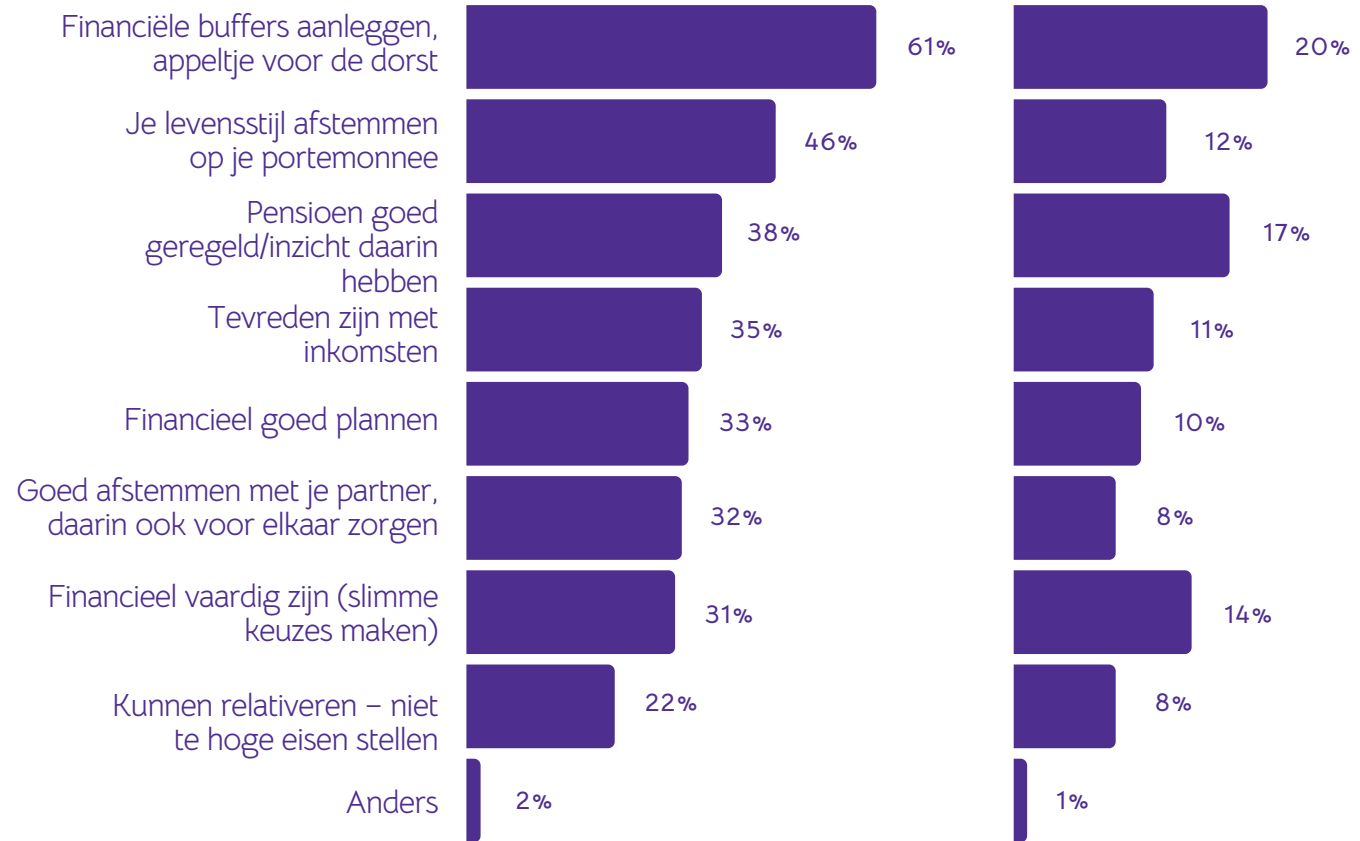
\* Respondenten konden 3 antwoordopties aanvinken

# Financiële buffer aanleggen belangrijkste én grootste uitdaging financiële fitheid

- Voor de meerderheid (61%) is het belangrijkste om financiële buffers te hebben.
- Hierin ligt ook de grootste uitdaging voor 20% van de leden.
- Iets minder dan helft vindt het belangrijk om de levensstijl af te stemmen op de eigen portemonnee. Maar dit is voor slechts een kleine groep de grootste uitdaging (12%).
- In tegenstelling tot de andere vormen van fitheid, laat de financiële fitheid een enigszins ander beeld zien ten aanzien van de vorige meting wat betreft de uitdagingen. Lag toen het accent op financieel goed plannen, nu is dat het hebben van financiële buffers. Het hebben van inzicht is – vergelijkbaar met 2020 – opnieuw een grote uitdaging (17%).

Belangrijkste elementen om mentaal fit te blijven/worden\*

Grootste uitdaging om mentaal fit te blijven/worden



\* Respondenten konden 3 antwoordopties aanvinken

# Zorgprofessionals aan het woord over hun eigen fitheid

## Financiële fitheid

"Alles wordt duurder, je salaris niet meer. Het blijft een uitdaging om rond te kunnen komen met een mbo baan."

## Fysieke fitheid

"Als er vanuit mijn werk meer tijd van mij wordt gevraagd, kan ik moeilijk 'nee' zeggen. Ik ben hier na een bijna-burnout wel heel alert op."

## Fysieke fitheid

"Door drukke werkdagen, kun je 's avonds na je werk (23:00) vaak niet meteen slapen en 's morgens (6:00) moeilijk op staan."

## Mentale fitheid

"Dit vind ik moeilijk omdat er dan toch een dienst opgelost moet worden. En ik mij daar voor verantwoordelijk voel. Ben er toe bereid als iemand het anders niet doet om mijn afspraak die ik heb te verzetten."

## Financiële fitheid

"Ik heb niet genoeg kennis om te weten hoe ik mijn geld het beste kan inzetten: beleggen, hypotheek versneld aflossen, investeren in iets?"

## Mentale fitheid

"Doordat je met mensen werkt en hun situaties is het soms lastig in je vrije tijd niet met werk bezig te zijn."

## Financiële fitheid

"Het loopt vaak anders dan je plant, dit blijft een uitdaging."

## Fysieke fitheid

"Op tijd mijn eigen rust pakken. Je hebt zo makkelijk de neiging om voor je collega's klaar te staan. Waardoor je extra gaat werken bij drukte."

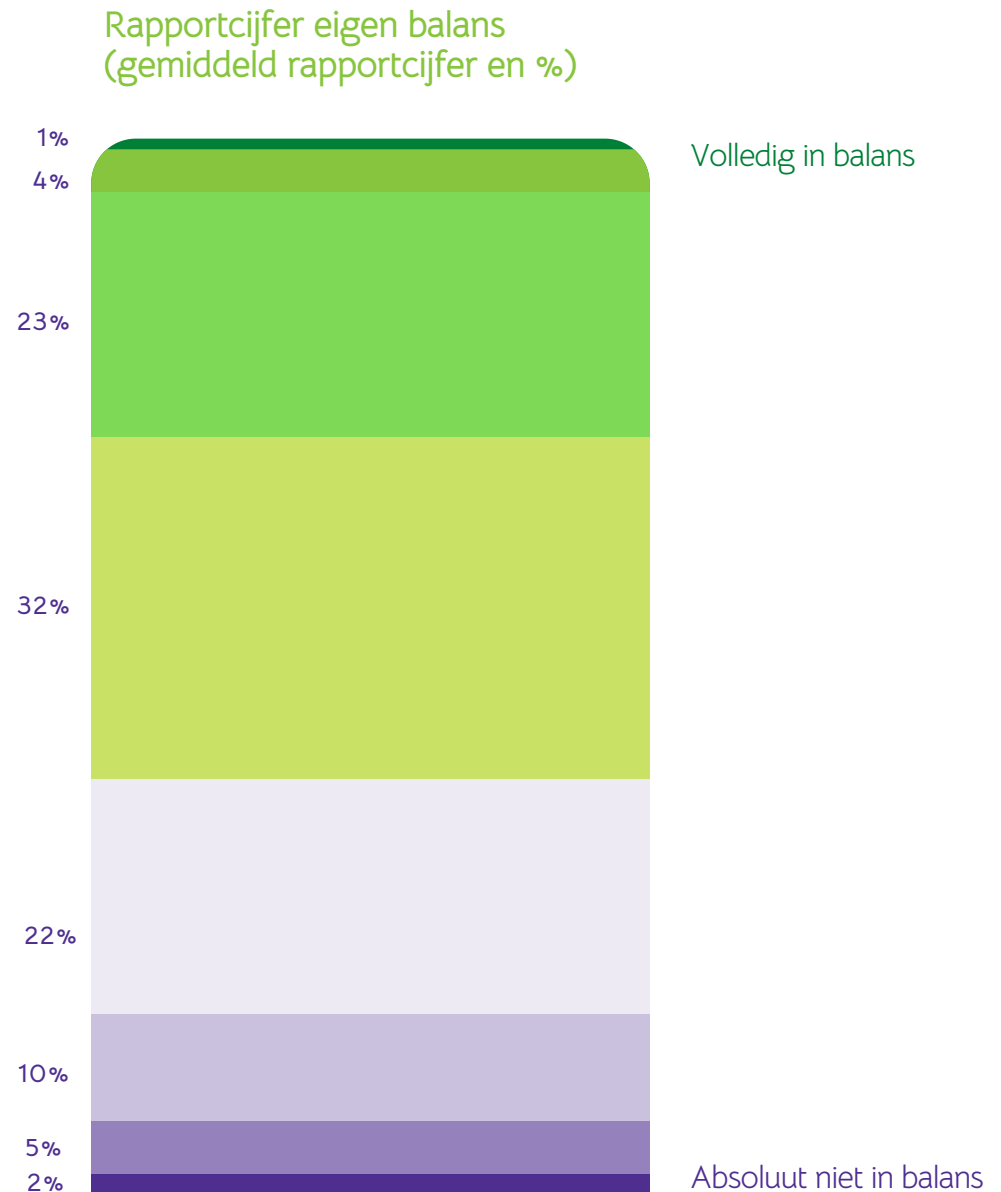
## Mentale fitheid

"Veel vrije tijd nodig voor mijn studie. Verplichte opleiding van mijn werk die grotendeels thuis gedaan moet worden. Ik heb niet meer het idee van part-time werken."

# Balans blijft een aandachtspunt

- 40% van de respondenten beoordeelt de eigen balans met een 6 of lager.
- De meerderheid daarvan geeft een 5 of 6 (32%).
- De eigen balans wordt gemiddeld met een 6.7 gewaardeerd.
- Slechts 5% geeft aan (bijna) volledig in balans te zijn (score 9 en 10).

6,7

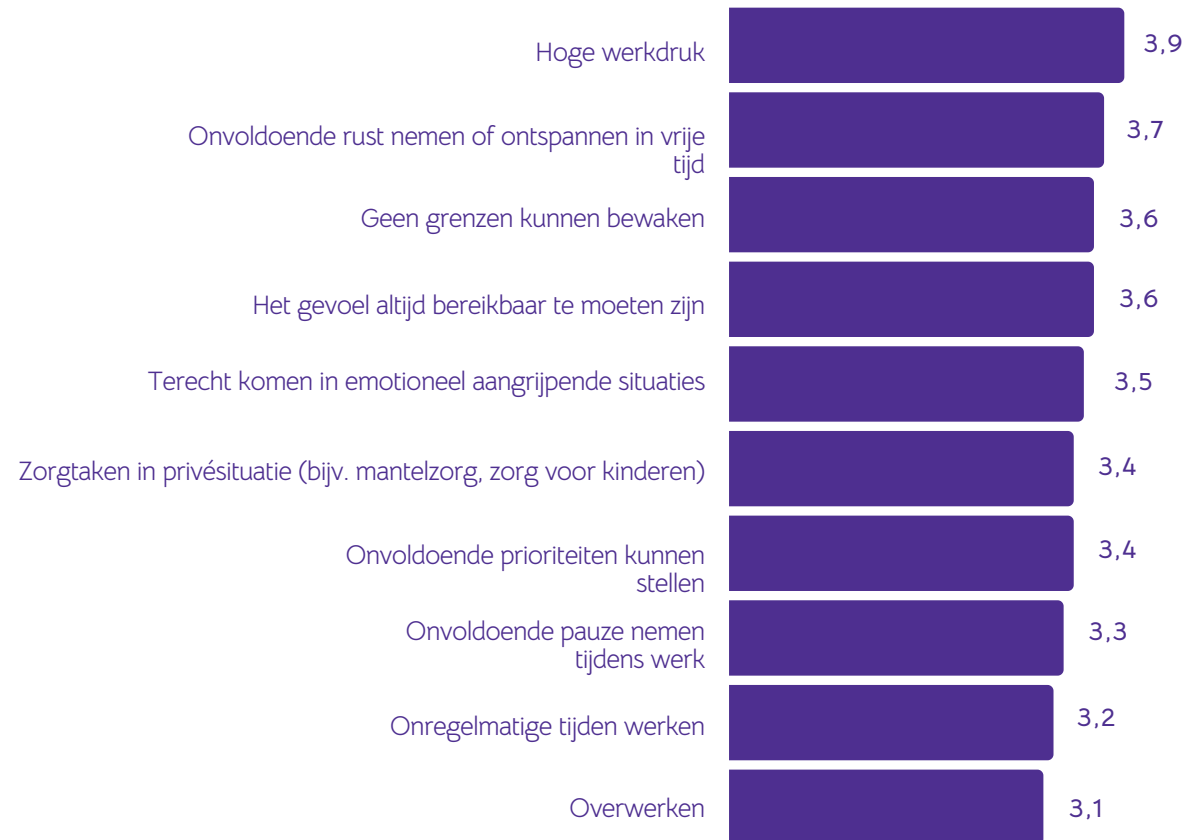


# Privésituatie meest positieve invloed; hoge werkdruk meest negatieve invloed

Factoren met een positieve invloed op balans\*



Factoren met een negatieve invloed op balans\*\*

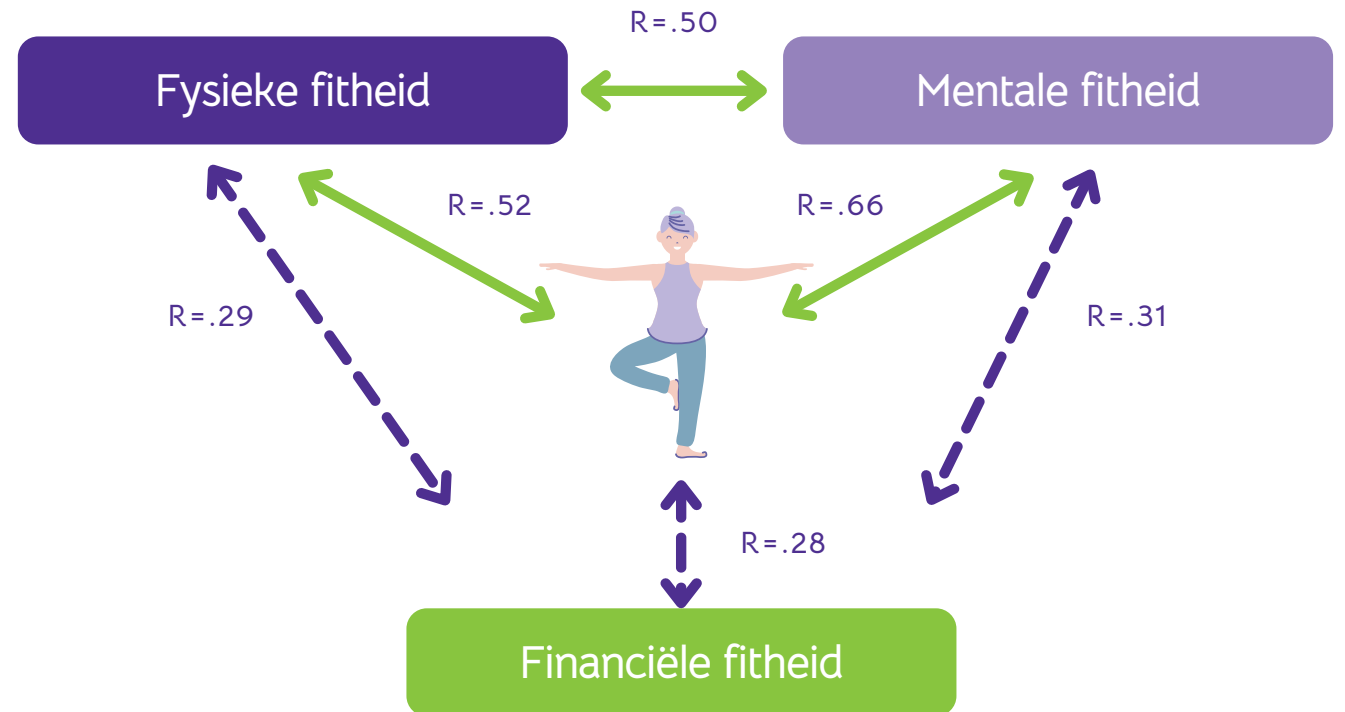


\* Schaal 1 = geen positieve invloed tot 5 = zeer positieve invloed: hoe hoger de score, hoe sterker de invloed

\*\* Schaal 1 = geen negatieve invloed tot 5 = zeer negatieve invloed: hoe hoger de score, hoe sterker de invloed

# Fitheid & balans hangen nauw samen met elkaar

- Hoe sterker de balans, hoe mentaal fitter.
- Mentale fitheid en de eigen balans hangen het sterkste met elkaar samen.
- Ook fysieke fitheid (weliswaar iets minder) laat een sterk positief verband zien tussen mentale fitheid en balans.



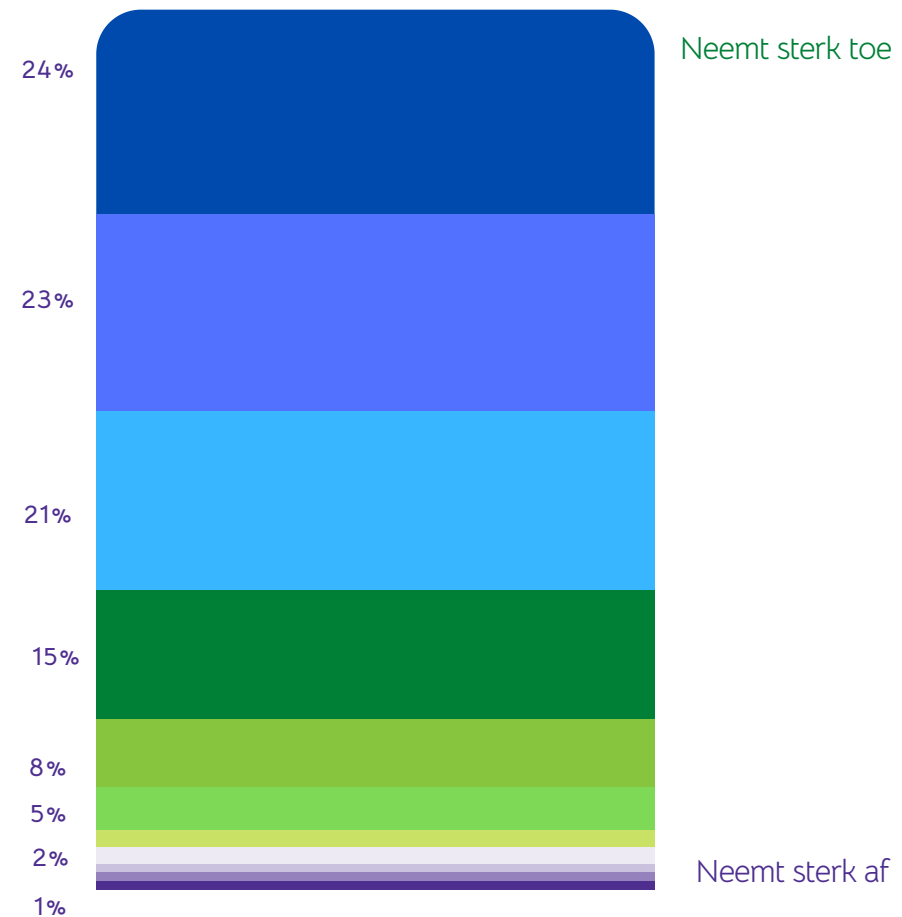
\* Er is een correlatie-analyse uitgevoerd om de sterkte en richting van het verband tussen de drie fitheidsscores en balans te berekenen. De waarden kunnen lopen van  $r=0.00$  tot en met  $r=1.00$ , waarbij geldt hoe hoger de waarde, hoe sterker het verband. De waarden vermeld in de figuur zijn allen significant met een  $p < .001$



# Verwachting toename werkdruk

- 91% van de respondenten verwacht dat de werkdruk toeneemt.
- Ongeveer een kwart (24%) verwacht dat de werkdruk sterk toeneemt.
- Slechts 4% denkt dat de werkdruk (sterk) afneemt.
- 5% verwacht dat de werkdruk gelijk blijft.

Verwachte ontwikkeling werkdruk (%)  
(-5: neemt sterk af; +5: neemt sterk toe)



# Waarde van werk door pandemie meer voelbaar

- Door de Coronapandemie hebben leden meer dan ooit de waarde van hun werk gevoeld (gemiddeld 3.5 op een schaal van 1-5).
- De pandemie heeft bij een grote groep ook tot bezinning geleid en nieuwe inzichten.
- Negatieve gevolgen liggen met name in de gezondheid, en dan vooral van hun naasten (gemiddeld 3.4).

## Door de Coronapandemie... (positieve gevolgen)\*

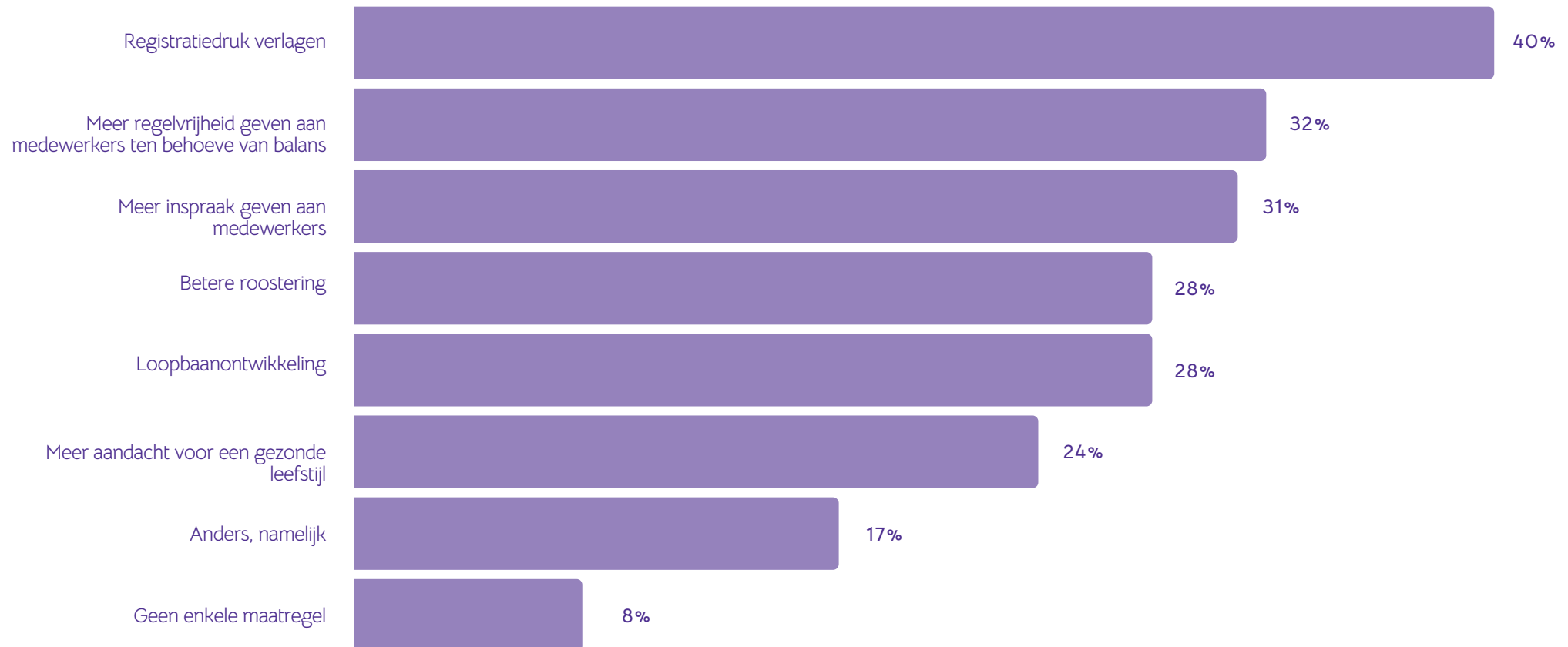


## Door de Coronapandemie... (negatieve gevolgen)\*



# Met name registratiedruk moet verlaagd worden om in de organisatie gezonder te werken

## Maatregelen om in het werk en de organisatie gezonder te werken



4

# Verdiepende analyses



# Enthousiasme over werkgever: eNPS -19

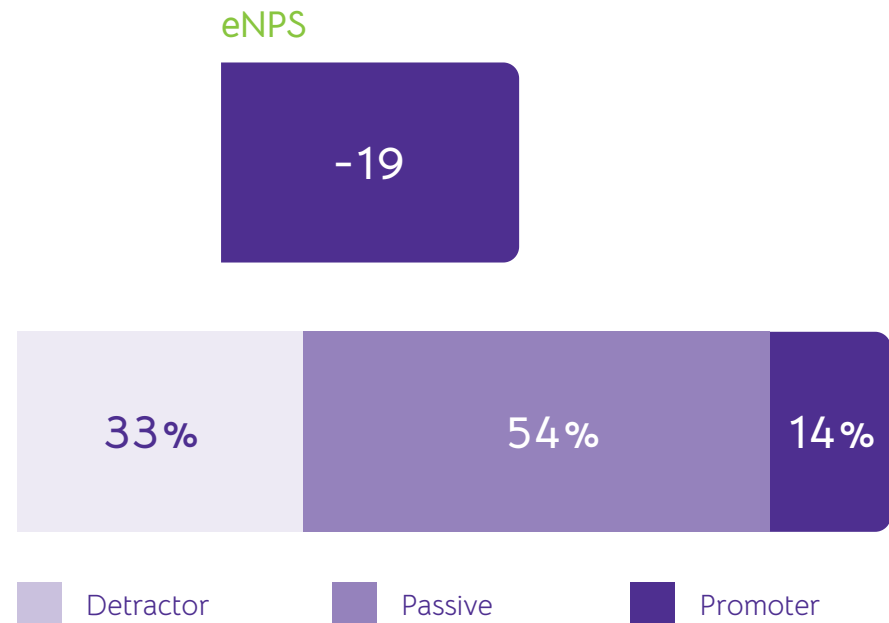
De eNPS is een meetvariabele die inzicht geeft in hoe enthousiast medewerkers zijn over hun eigen organisatie. Op een schaal van 0 tot 10 meet de eNPS de mate waarin werknemers hun werkgever zouden aanraden bij anderen.

Werknemers worden vervolgens aan de hand van hun beoordeling ingedeeld in drie categorieën:

- Promoters, Score 9 – 10: dit zijn de ambassadeurs van de organisatie. Ze zijn bevlogen (het enthousiasme spat van hen af) en betrokken (ze lopen net wat harder dan de rest). Deze mensen zijn vaak erg productief en proactief. Met trots vertellen zij de buitenwereld over hun werk. Ze introduceren ook vaak nieuwe talenten aan de organisatie. Kortom ze zorgen voor aanstekelijke energie en groei!
- Passieven, Score 7 – 8: deze medewerkers zijn tevreden, maar niet erg bevlogen of betrokken. Ze zullen in hun persoonlijke omgeving nauwelijks of niet enthousiast vertellen over hun huidige werk. De passieven omvatten vaak een grote groep in organisaties.
- Detractors, Score 0 – 6: deze medewerkers zijn weinig geïnteresseerd en vaak niet gelukkig of loyaal. Vanuit hun perspectief zijn er geen positieve verhalen te delen over de organisatie. Ze zorgen zelfs voor negatieve reclame of raden het bedrijf af als werkgever. Wie wil er nou bij een bedrijf werken waar er (volgens detractors) 'onduidelijkheid en onzekerheid heerst', 'slechte voorwaarden zijn', of een 'ongezellige bureaucratische werksfeer' bestaat.

De eNPS wordt berekend door het percentage detractors af te trekken van het percentage promoters. Dit levert een cijfer tussen -100 en +100. In dit onderzoek is de eNPS = 14% - 33% = -19%. Alhoewel de eNPS een internationaal gevalideerde meetvariabele is, is het advies om terughoudend te zijn met externe benchmarking. Elke organisatie en (sub)branche is uniek. Een interne benchmark is een beter referentiepunt. Zie de interne benchmarks op de verschillende achtergrondkenmerken (zoals subsector) in hoofdstuk 4 van dit rapport.

De gemiddelde score op de schaal 0-10 is 6.9. In mei 2020 werd op een schaal van 1-10 naar de tevredenheid over de werkgever gevraagd. Het gemiddelde cijfer was een 7,3.



# Verschillen naar sector (n=1207)

- Fysieke en mentale fitheid laagste in gehandicaptenzorg (de eigen balans is hier ook het laagst met een 6.6); ziekenhuizen financieel fitst.
- Voldoende slaap voor werkenden in ziekenhuis relatief vaker grootste uitdaging (29%); in GGZ vooral relativeren (21%).
- Registratiedruk belangrijkste maatregel gehandicaptenzorg (47%) en GGZ (57%). Zij laten ook de laagste eNPS zien.
- Werkenden in ziekenhuis laagste en thuiszorg hoogste NPS voor PGGM&CO.

# Verschillen naar (primaire en ondersteunende) functie\* (n=854)

- Geen (substantiële) verschillen in fitheid en in balans. In primaire functies is de fysieke en mentale fitheid 0.1 lager.
- Goede werk-privé balans als grootste uitdaging speelt vooral bij de werkenden in de primaire zorgfuncties (35% tegenover 22% in de ondersteunende functies)
- Hoge werkdruk als grootste negatieve invloed op de balans geldt vooral voor de primaire zorgfuncties (4.0 tegenover 3.6 in ondersteunende functies).
- eNPS is beduidend lager onder de werkenden in de primaire zorgfuncties (-18 tegenover -5). Ook valt op dat een veel grotere groep in deze functiecategorie aangeeft betere roostering, meer regelvrijheid, meer inspraak en minder registratiedruk te willen.
- Tot slot verwacht de primaire zorgfunctiegroep ook sterker een toename in de werkdruk dan de ondersteunende functiegroep (3.3 tegenover 2.7).

*\* Met primaire functies worden in dit onderzoek de functies bedoeld in het primaire proces (verzorgenden, specialisten, maatschappelijk werkers e.d.; De andere categorie betreft de ondersteunende functies, waaronder P&O, communicatie, financieel e.d.)*

# Verschillen naar mantelzorgers en niet-mantelzorgers (n=1253)

- De niet-mantelzorgers laten een iets hogere score zien op mentale fitheid (7.2) dan mantelzorgers (7.0). Ook geven zij een hoger rapportcijfer voor hun financiële fitheid (7.9 tegenover 7.7).
- Het bewaken van de werk-privébalans is voor mantelzorgers een grotere uitdaging (35%) dan voor de niet-mantelzorgers (29%). Dat geldt ook voor het bewaken van de grenzen (resp. 37% en 28%).
- Mantelzorgers geven een hogere NPS aan PGGM&CO (-16) dan niet-mantelzorgers (-23).



# Verschillen naar werksituatie (n=1198 fulltime en parttime) en wel/geen thuiswonende kinderen (n=1247)

- Geen substantiële verschillen in fitheid en in balans.
- Parttimers bevelen werkgever minder aan dan fulltimers (resp. eNPS -20, -11). Dit geldt ook voor het aanbevelen van PGGM&CO.
- Vooral parttimers vinden betere roostering belangrijk (30% tegenover 25% fulltimers).
- Werkenden zonder thuiswonende kinderen geven een lagere eNPS (-24) dan werkenden met thuiswonende kinderen (-13).

# Verschillen naar provincie (n=957)

- Flevoland laat zowel de laagste fysieke (6.2) als laagste mentale fitheid (6.4) zien.
- Het gemiddelde rapportcijfer voor hun eigen balans is ook het laagste met een 5.9. In Friesland is het rapportcijfer relatief het hoogst (6.9).
- Gelderland en Overijssel hebben gemiddeld het hoogste rapportcijfer voor hun financiële fitheid (8.2).
- Er zijn geen substantiële verschillen naar regio te zien in de verwachte ontwikkeling van de werkdruk.
- Drenthe heeft het laagste eNPS cijfer (-40); Overijssel met -3 het hoogste; Overijssel laat ook de hoogste NPS voor PGGM&CO zien; in Groningen is die het laagst met -30.

# Verschillen naar leeftijd (n=1148)

- Jongeren zijn opvallend negatiever over hun werkgever (eNPS -30) dan de middengroep (-14) en oudere werknemers (-21).
- 50-plussers zijn mentaal fitter (7.2) dan 35 tot 49-jarigen (6.8).
- Voldoende slaap en gezond eten zijn voor alle groepen, maar vooral onder jongeren, de belangrijkste activiteiten om fysiek fit te blijven. Ook hechten zij opvallend sterk aan het bewaken van de werk-privébalans.
- De groep 35 tot 49 jaar ervaart een aanzienlijk minder goede balans (6.3) dan 50-plussers (6.8).
- Veel jongeren onder de 35 jaar zien op het gebied van persoonlijke ontwikkeling een duidelijke rol voor PGGM&CO (30% ziet hier een rol tegenover 12% en 5% onder de oudere groepen). Vormen die de jongeren relatief het meest aanspreken zijn workshops & trainingen en tips & adviezen.
- Met name de groep 35-49 jaar ervaart meer dan ooit de waarde van het werk door de Coronapandemie.

# Verschillen naar geslacht (n=1179)

- Het verschil in de NPS scores tussen mannen en vrouwen is beperkt.
- Er is geen groot verschil in fitheid tussen mannen en vrouwen. Ook de ervaren balans is hetzelfde onder mannen en vrouwen.
- Mannen geven 'niet roken' vaker aan als belangrijkste activiteit om fysiek fit te blijven dan vrouwen.
- Contact met collega's, waardering van de leidinggevende, bewuste leefstijl en bewust pauzes nemen worden sterker onder vrouwen als belangrijke factoren gezien die bijdragen aan hun balans.
- Mannen vinden vaker dan vrouwen dat er op het werk meer aandacht mag zijn voor een gezonde leefstijl.
- Ook vinden zij vaker dat PGGM&CO een rol kan vervullen op het gebied van huis & hypotheek en het maken van gezonde financiële keuzes.
- Door Corona ervaren vooral de vrouwelijke zorgprofessionals meer waardering (samenleving en leidinggevende) en maken zij zich meer zorgen dan mannen over hun eigen gezondheid en die van hun naasten.

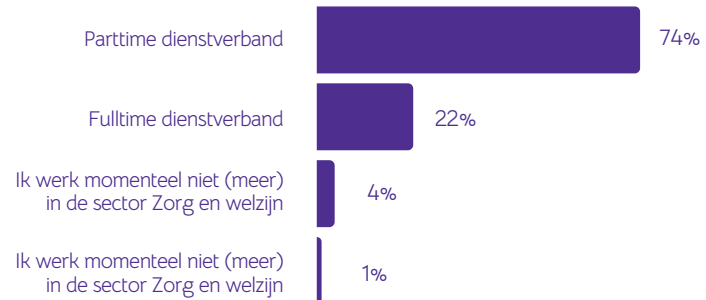


5

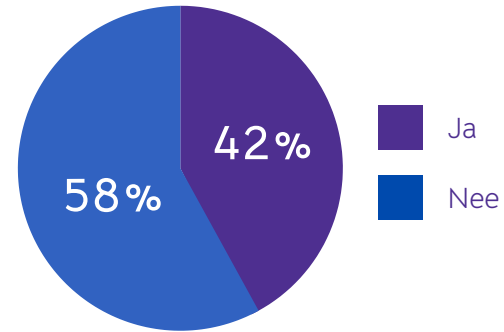
## Bijlage: overzicht achtergrondkenmerken

# Veel parttimers in grote organisaties

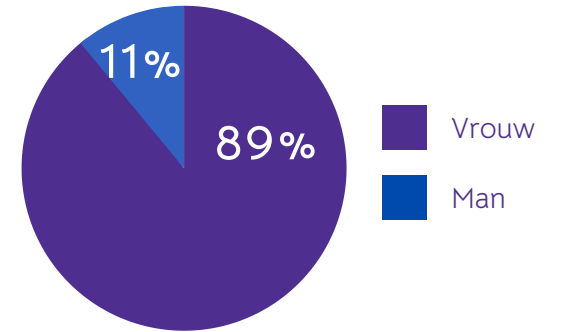
## Welke werksituatie is op jou van toepassing? (n=1253)



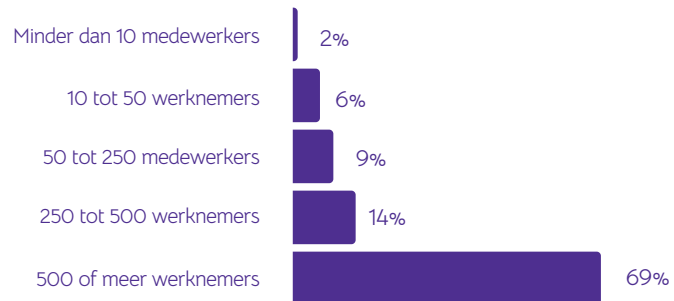
## Ben je op dit moment mantelzorger voor een of meerdere mensen? (n=1253)



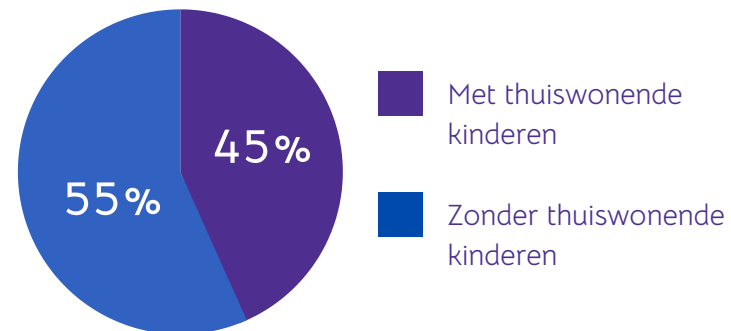
## Geslacht



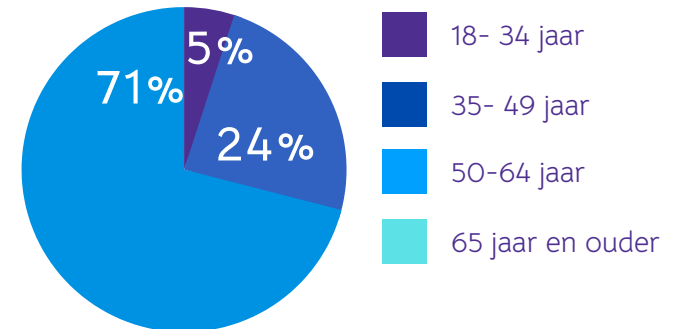
## Hoe groot is de organisatie waarvoor je werkt? (n=1195)



## Welke gezinssituatie is op jou van toepassing? (n=1247)

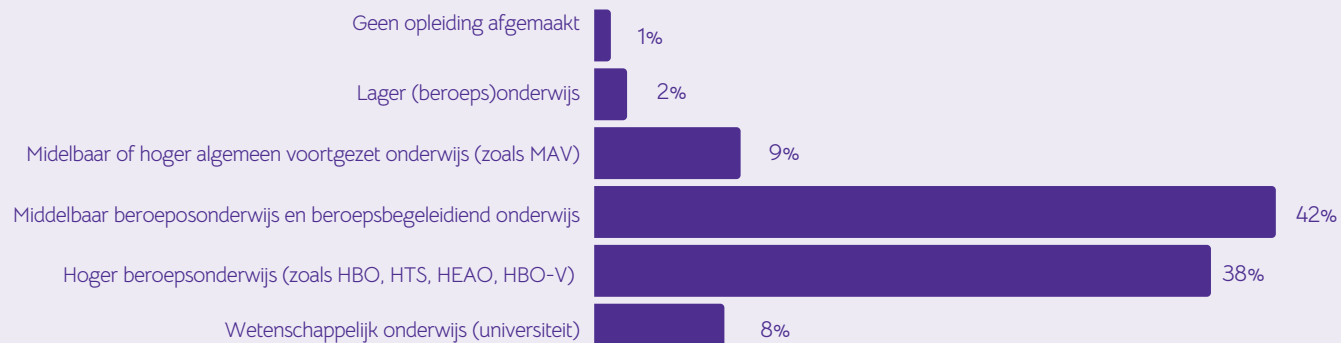


## Leeftijd

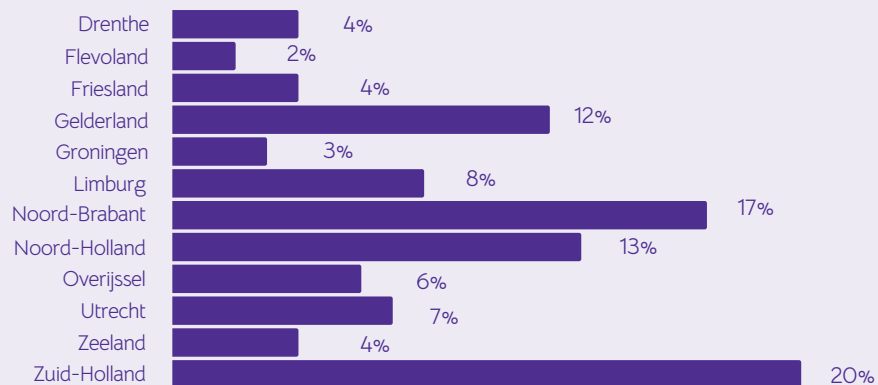


# Meesten MBO/HBO opgeleid; grootste deel Zuid-Holland en Noord-Brabant

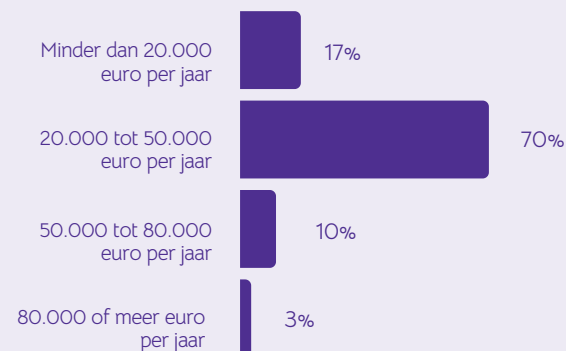
## Welke werksituatie is op jou van toepassing? (n=1253)



## Hoe groot is de organisatie waarvoor je werkt? (n=1195)

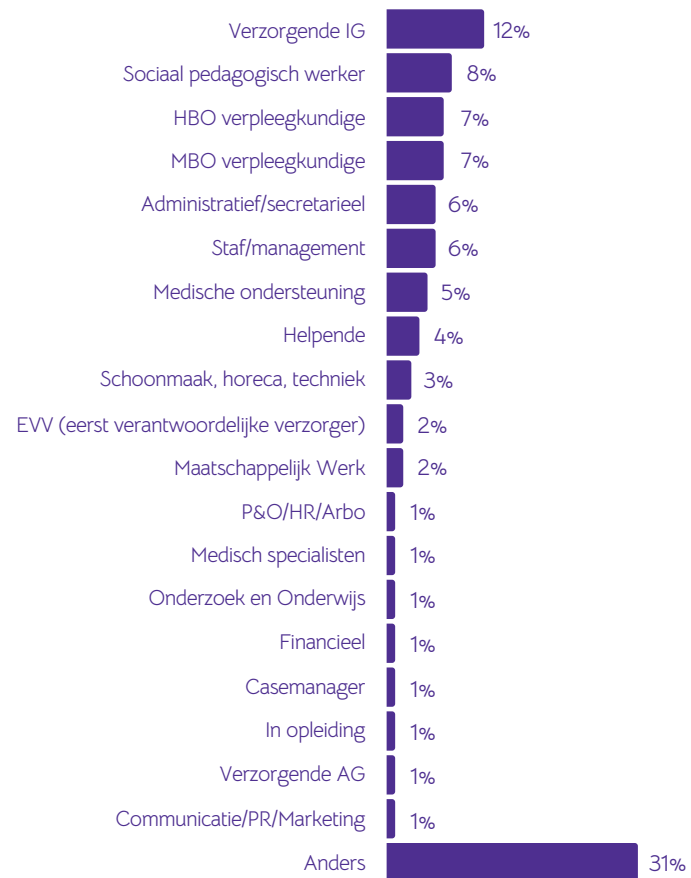


## Welke gezinssituatie is op jou van toepassing? (n=1247)



# Ziekenhuis, verpleeg- en gehandicaptenzorg meest genoemde subsectoren

## Wat is je functie? (n=1237)



## In welke subsector ben je werkzaam? Meerdere antwoorden mogelijk (n=1207 respondenten; n=1247 antwoorden)

