

# De toekomst is niet zwart, niet wit, maar **verschillende tinten grijs**

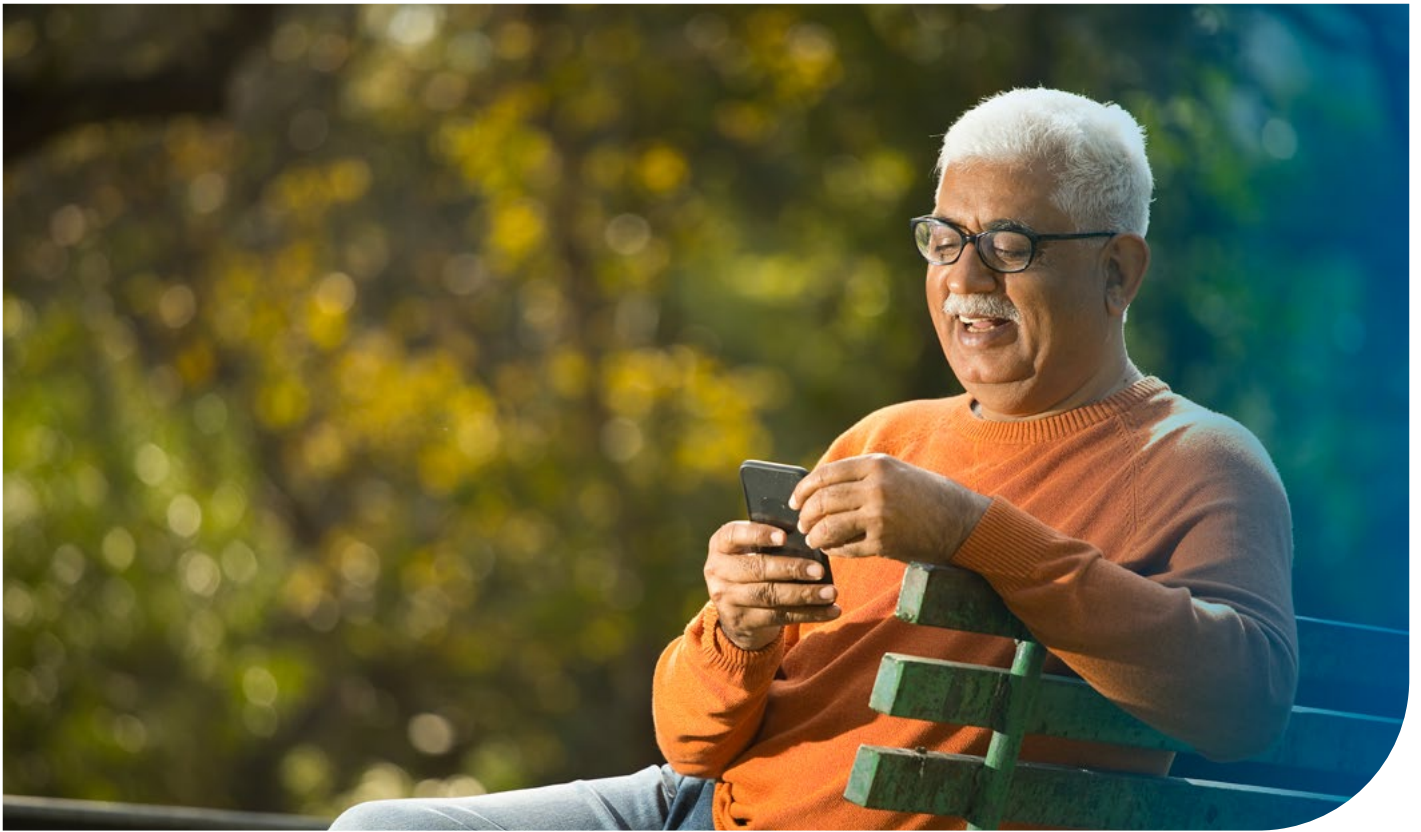
Het andere verhaal  
over onze ouder  
wordende samenleving

September 2024

© Vereniging Reable Nederland 2024



**reable**  
nederland



Steeds meer Nederlanders bereiken een hoge leeftijd en eenmaal oud worden zij steeds ouder. Het algemene idee is dat deze 'dubbele vergrijzing' onze verzorgingsstaat danig op de proef stelt. Veel te weinig wordt onderkend dat mensen in Nederland niet alleen ouder worden, maar dat de leeftijd waarop lichamelijke beperkingen zich openbaren ook toeneemt. Dit betekent dat er niet alleen ouderen met een hulpvraag bijkomen. Er komen ook ouderen bij die kunnen zorgen voor anderen en die langer doorwerken. De impact van de vergrijzing op het mantelzorgpotentieel en de arbeidsmarkt is daarmee niet zo ingrijpend als algemeen wordt aangenomen.



## Probleemschets

Mensen in Nederland worden steeds ouder én de gezonde levensverwachting blijft toenemen. Die combinatie is voor velen verrassend en ongeloofwaardig. De Zweedse arts en hoogleraar Internationale Gezondheid Hans Rosling legt in zijn boek *Feitenkennis* uit waarom mensen geneigd zijn om zoiets niet te geloven. Rosling geeft tien redenen waarom wij vaak een verkeerd beeld van de wereld hebben en waarom het veelal beter gaat dan wij denken.<sup>1</sup> Zo laat hij aan de hand van cijfers zien dat hongersnood wereldwijd al jaren afneemt, terwijl het merendeel van de mensen overtuigd is van het tegenovergestelde. Dit heeft te maken met de manier waarop onze hersenen werken, waarbij emoties onze oordelen voeden. Omgekeerd kunnen we ons eigen vaak gedramatiseerd wereldbeeld vervangen door een genuanceerd wereldbeeld gebaseerd op feiten. Voor degenen die bereid zijn hun instinctieve reacties te vervangen door kritisch redeneren, is *Feitenkennis* een aanrader.

In dit paper – dat gaat over onze ouder wordende samenleving – gaan wij in op het huidige, gedramatiseerde beeld van de ‘vergrijzing’ dat nu de boventoon voert. ‘Het aantal 65-plussers neemt sterk toe’, is voor velen synoniem aan ‘Er komen heel veel hulpbehoevenden bij’. De gitzwarte scenario’s over een tekort aan mantelzorgers en een dreigend zorginfarct zijn alomtegenwoordig. De feiten zijn anders: er zijn verschillende tinten grijs. Het is een misvatting dat ouder worden in Nederland is zoals het was en in de toekomst niet anders zal zijn dan nu.

Er is een wenkend perspectief, onderbouwd met getallen en passende interpretaties, dat een ander licht werpt over ouder worden in Nederland. Eerst laten we zien waarom de gemiddelde levensverwachting én de levensverwachting in goede gezondheid toenemen. Daarna tonen we het potentieel van de toegenomen gezonde levensverwachting om aan de behoefte naar mantelzorg te voldoen. Tenslotte komt de betekenis van de toegenomen gezonde levensverwachting op het werkzame leven aan bod.

Genoeg mensen werkzaam in de zorg ervaren dagelijks druk door het aantal mensen met een hulpvraag en door openstaande vacatures. Reable Nederland pretendeert daarom ook niet dat we in onze comfortzone kunnen blijven zitten, achterover kunnen leunen en ervan uit kunnen gaan dat het allemaal wel goedkomt. Waar we wél voor pleiten is het corrigeren van misvattingen en het uitbannen van doem-scenario’s. Deze werken contraproductief wanneer wij als maatschappij zoeken naar oplossingen voor opgaven in het hier en nu. Een ouder wordende bevolking is een heuse uitdaging, maar we kunnen ons gelukkig prijzen dat mensen in Nederland langer kunnen leven zonder ernstige lichamelijke beperkingen dan vroeger. Alles wijst erop dat deze gunstige ontwikkeling blijft doorzetten.

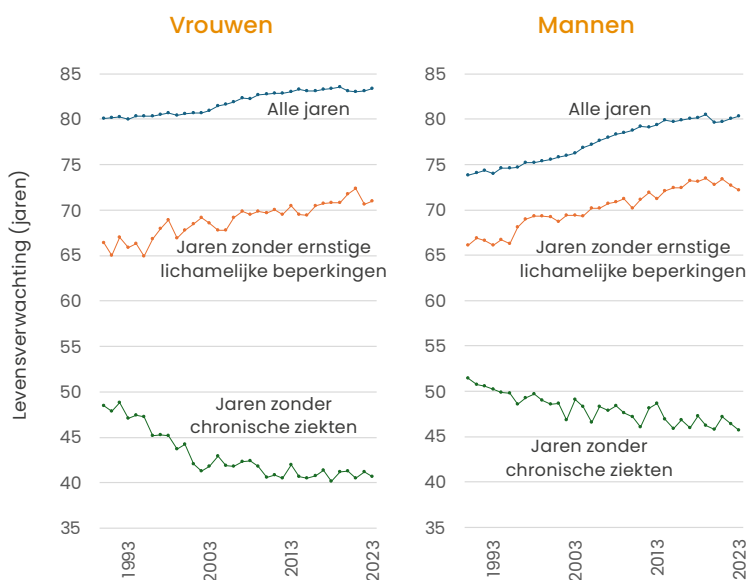
## We leven langer in goede gezondheid

Niet enkel het aantal ouderen, maar ook hun gemiddelde levensverwachting stijgt.<sup>2</sup> Dit fenomeen wordt de ‘dubbele vergrijzing’ genoemd. De impact hiervan op de oudere zelf en onze samenleving als geheel hangt sterk af van hoé wij ouder worden. De centrale vraag is: betekent de toegenomen levensverwachting dat we enkel dagen aan het leven hebben toegevoegd, of hebben we ook gezondheid toegevoegd aan die extra dagen?

Anno 2000 was circa 14% van de Nederlandse bevolking 65-plus.<sup>3</sup> In 2023 is dit percentage gestegen naar ongeveer 20%, en tegen 2040 op de piek van de vergrijzing, zal dit naar verwachting circa 25% zijn.<sup>4</sup> Dit is een verdubbeling in twee generaties tijd. Maar de 65-jarige van nu verschilt wezenlijk van de 65-jarige uit een vorige generatie. Uit de cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) blijkt dat het aantal jaren dat we tegemoet kunnen zien zonder matige of ernstige lichamelijke beperkingen toeneemt.<sup>2</sup> Dankzij de toegenomen welvaart en de moderne geneeskunde zijn er hoogwaardige jaren aan het leven toegevoegd.<sup>5</sup> Het gaat ons in de regel gewoonweg beter af dan onze ouders of grootouders.

## We blijven tot op hogere leeftijd gezond, terwijl het aantal afhankelijke jaren gelijk blijft.

Figuur 1 laat de paradox zien: Nederlandse vrouwen en mannen kunnen steeds minder jaren zonder ziekte tegemoetzien én zij leven langer zonder ernstige lichamelijke beperkingen. Mensen in Nederland worden door de dokter op steeds jeugdiger leeftijd 'ziek' verklaard, maar genieten mede door de vroege diagnose juist langer van een leven zonder ernstige lichamelijke beperkingen. De geneeskunde is steeds beter om gezondheidswinst te boeken door preventie, vroeg ingrijpen, voorkomen van blijvende schade en toenemende mogelijkheden tot blijvend herstel.<sup>6</sup>



Figuur 1: Gemiddelde (gezonde) levensverwachting voor vrouwen en mannen, 1990-2023 (vanaf de geboorte).

De gemiddelde levensverwachting én de levensverwachting zonder ernstige lichamelijke beperkingen nemen toe. Het is belangrijk op te merken dat deze toename niet vanzelf komt. Het is een getalsmatig effect van onze inspanningen om gezondheid na te streven en de mogelijkheden om ziekte te bestrijden. Onvoorziene gebeurtenissen, zoals een coronapandemie, kunnen deze trends tijdelijk verstoren. Om deze positieve ontwikkelingen te behouden en voort te zetten, zijn blijvende investeringen in de geneeskunde noodzakelijk. Als de trends in gezondheid en latere sterfte voortzetten – en dat ligt in de lijn der verwachting – zullen ouderen in 2040 niet alleen langer leven,

maar ook meer jaren in goede gezondheid doorbrengen dan nu.<sup>7</sup>

Nu wordt duidelijk waarom er een neiging is om de vergrijzing te dramatiseren en doemscenario's te schetsen: omdat mensen eerder ziek worden verklaard durven zij niet te geloven dat de gezonde levensverwachting toeneemt. De feiten laten het tegenovergestelde zien: we blijven tot op hogere leeftijd gezond, terwijl het aantal afhankelijke jaren gelijk blijft. Vanzelfsprekend komt deze 'rafelrand' van het leven bij de een eerder dan bij de ander met alle gevolgen van dien, maar gemiddeld genomen begint zij op steeds hogere leeftijd. Deze positieve ontwikkeling heeft een impact op de beschikbaarheid van mantelzorg en ook op de arbeidsmarkt.

### We kunnen langer voor elkaar zorgen

Met de dubbele vergrijzing in gedachten zijn er grote zorgen over de toekomst van mantelzorg in Nederland.<sup>8,9</sup> "Mantelzorg is zorg die wordt gegeven aan een hulpbehoevende door iemand uit diens directe sociale omgeving, waarbij het kan gaan om zowel heel langdurige of intensieve zorg als kortdurende en minder intensieve zorg."<sup>10</sup> Uitgaande van deze definitie zijn er in Nederland circa 5 miljoen mensen die mantelzorg geven. Dat is één op de drie 16-plussers.<sup>11</sup> Het is goed om te realiseren dat er mantelzorgers zijn in alle lagen van de bevolking en in alle leeftijds-categorieën, zo blijkt uit cijfers van het CBS.<sup>12</sup>



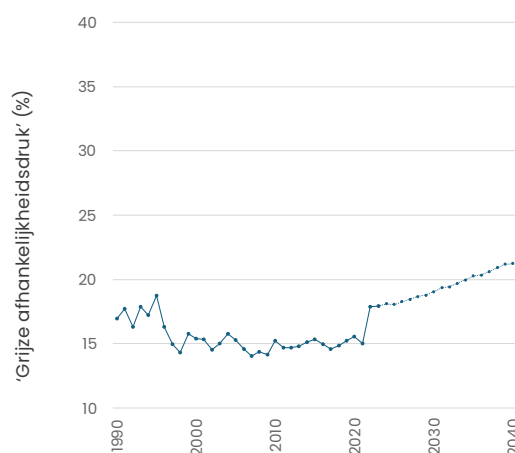
In de media wordt vaak benadrukt dat de huidige mantelzorg in de toekomst onhoudbaar is.<sup>8,9</sup> Helaas is er een wijdverbreide misvatting dat door de dubbele vergrijzing de behoefte aan mantelzorg sterk toeneemt en potentieel aan mantelzorgers sterk afneemt. In 2018 presenteerde het Planbureau voor de Leefomgeving (PBL) een scenario waarin 50- tot 75-jarigen als de potentiële mantelzorgers voor de hulpbehoevende 85-plussers worden gezien. In die rederatie waren in 2015 voor iedere hulpbehoevende vijftien potentiële mantelzorgers. Naar verwachting zou in 2040 de ratio zijn gedaald naar één op zes, een ruime halvering in 25 jaar.<sup>13</sup>

Deze getalsmatige benadering roept een aantal vragen op. Door mantelzorgers op de kalenderleeftijd 50 tot 75 jaar te definiëren, gaat men ervan uit dat mantelzorgers jonger dan 50 of ouder dan 75 jaar niet bestaan. Dat is een flagrante ontkenning van de werkelijkheid. Daarnaast worden per definitie alle 85-plussers als hulpbehoevend gepresenteerd. De realiteit is dat de overgrote meerderheid van de huidige 85-plussers zelfstandig thuis woont, alleen of samen met een (hulpbehoevende) levenspartner.<sup>14</sup>

Tussen 2003 tot 2023 is de gemiddelde levensverwachting zonder ernstige lichamelijke beperkingen voor mannen en vrouwen gemiddeld met circa 2,6 jaar toegenomen.<sup>2</sup> Daarmee nemen per persoon de 'onafhankelijke jaren' toe. Als deze trend doorzet, zal men in 2040 gemiddeld 73,8 jaar in goede gezondheid leven. De 'afhankelijke jaren' waarin we hulpbehoevend zijn door matige of ernstige lichamelijke beperkingen nemen niet toe maar beginnen op een gemiddeld steeds latere leeftijd. Dit heeft positieve invloed op de 'grijze afhankelijkheidsdruk': de verhouding tussen ouderen met beperkingen

die afhankelijk zijn van hen die mantelzorg kunnen verlenen.

Figuur 2 toont de ontwikkeling van de 'grijze afhankelijkheidsdruk' door de tijd. Hoewel er in de toekomst ontegenzeggelijk ouderen met een hulpvraag bijkomen, komen er ook meer mensen zonder lichamelijke beperkingen die zorg kunnen verlenen aan een ander. Door de stijgende gezonde levensverwachting is de 'grijze afhankelijkheidsdruk' tot nu toe nauwelijks gestegen. De prognose is dat deze naar 2040 licht stijgt van circa 18 naar 21%.



*Figuur 2: De 'grijze afhankelijkheidsdruk' op basis van gezonde levensjaren in de periode 1990-2023 en een prognose voor de jaren die daarop volgen.*

Naast de 'grijze afhankelijkheidsdruk' – veroorzaakt door hulpbehoevende ouderen – is er ook een 'groene afhankelijkheidsdruk', die betrekking heeft op zorg voor jeugdigen. De 'groene afhankelijkheidsdruk' neemt af door de dalende vruchtbaarheidscijfers én de stijgende gezonde levensverwachting.<sup>15</sup> Daardoor zal de 'totale afhankelijkheidsdruk' in Nederland naar 2040 niet of nauwelijks oplopen.

*De realiteit is dat de overgrote meerderheid van de huidige 85-plussers zelfstandig thuis woont, alleen of samen met een (hulpbehoevende) levenspartner.*

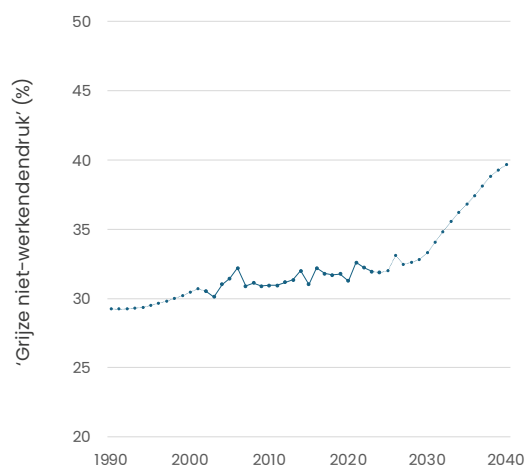
De feiten liegen er niet om. De zorgbehoefte en het mantelzorgpotentieel moet worden afgeschat op basis van lichamelijke beperkingen in plaats van een kunstmatige leeftijdsverdeling. De toenemende gezonde levensverwachting zorgt ervoor dat het mantelzorgpotentieel minder snel daalt dan vaak wordt gevreesd. De ratio in 2023 is één hulpbehoevende op zes potentiële mantelzorgers en de prognose voor 2040 is één op vijf. Er is dus geen grondslag voor een ‘schreeuwend tekort’ aan mantelzorgers.

### We werken langer door

Eind juni 2024 verscheen een CBS-rapport, waarin zeven varianten van de bevolkingsprognose voor 2050 worden gepresenteerd. De centrale focus in het rapport ligt op de demografische druk: de verhouding tussen werkenden enerzijds en niet-werkende jongeren en ouderen anderzijds. Wanneer het aantal werkenden relatief afneemt, stijgt de zogenaamde ‘groene’ en ‘grijze druk’ en wordt het moeilijker om de verzorgingsstaat op het huidige niveau te handhaven.<sup>16</sup> Dit roept de vraag op welke rol de toegenomen (gezonde) levensverwachting speelt op ons werkzame leven.

In de berekeningen van de ‘grijze druk’ gaat het CBS uit van 65 jaar als gemiddelde pensioenleeftijd in het verleden, het heden en in de toekomst. Uitgaande van een vaste gemiddelde pensioenleeftijd van 65 jaar is er een ruime verdubbeling van de ‘grijze druk’ in 40 jaar tijd: van circa 22% in het jaar 2000 naar een verwachte 45% in 2040, aldus het CBS.<sup>17</sup>

De vraag is *waarom* het CBS een vaste pensioenleeftijd van 65 jaar hanteert, wanneer men de ‘grijze druk’ op de werkende bevolking inzichtelijk wil maken. Die leeftijd correspondeert niet met wat er in de maatschappij is gebeurd. De effectieve pensioenleeftijd is de afgelopen twee decennia gestaag toegenomen van 61 jaar in 2003 tot circa 66 jaar in 2023.<sup>18</sup> De factoren die hebben bijgedragen aan de toename van de gemiddelde pensioenleeftijd zijn onder meer de afschaffing van de vervroegde uittreding (VUT) en de verhoging van de AOW-leeftijd.<sup>19</sup> Opmerkelijk wordt de toenemende gezonde levensverwachting niet of nauwelijks benoemd.



*Figuur 3: De ‘grijze niet-werkendendruk’ op basis van een aangenomen pensioenleeftijd in de periode 1990–2002, de effectieve pensioenleeftijd in de periode 2002–2023 en een prognose voor de jaren die daarop volgen.*

Wij berekenen de ‘grijze niet-werkendendruk’ op basis van de effectieve pensioenleeftijd, zie Figuur 3. Anno 2000 bestond de gemiddelde werkende bevolking uit mensen van 20 tot circa 61 jaar. Dit resulteerde in een ‘grijze niet-werkendendruk’ van circa 29%, beduidend hoger dan de 22% wanneer wordt gerekend met een pensioenleeftijd van 65 jaar. De effectieve pensioenleeftijd van 66 jaar in 2023 gaf een ‘grijze niet-werkendendruk’ van circa 32% in plaats van 34%. Hoewel de effectieve pensioenleeftijd voor 2040 niet met zekerheid is te voorspellen, zal deze op geleide van de toenemende levensverwachting naar waarschijnlijkheid doorstijgen naar tenminste 67 jaar, met inachtneming van de verwachte AOW-leeftijd van 68 jaar.<sup>20</sup> De ‘grijze niet-werkendendruk’ is dan naar schatting circa 40% in plaats van 45% wanneer met een pensioenleeftijd van 65 jaar wordt gerekend.

De veranderende pensioenleeftijd heeft ook invloed op de ‘groene niet-werkendendruk’: het percentage niet-werkende jongeren ten opzichte van de werkende bevolking. Deze ‘groene niet-werkendendruk’ is tussen 2000 en 2023 gedaald en zal in 2040 naar verwachting – met inachtneming van de effectieve pensioenleeftijd – nog verder zijn afgenomen.<sup>21</sup> Daarmee blijft de ‘totale niet-werkendendruk’ over de periode 2000–2040 min of meer constant.

Kortom, steeds meer Nederlanders bereiken een hoge leeftijd en eenmaal oud worden zij steeds ouder. Het algemene idee is dat deze 'dubbele vergrijzing' onze verzorgingsstaat danig op de proef stelt. Veel te weinig wordt onderkend dat mensen in Nederland niet alleen ouder worden, maar dat de leeftijd waarop lichamelijke beperkingen zich openbaren ook toeneemt. Dit betekent dat er niet alleen ouderen met een hulpvraag bijkomen. Er komen ook ouderen bij die kunnen zorgen voor anderen en die langer doorwerken. De impact van de vergrijzing op het mantelzorgpotentieel en de arbeidsmarkt is daarmee niet zo ingrijpend als algemeen wordt aangenomen.

### **Verantwoording**

Dit onderzoek is uitgevoerd op basis van een literatuurstudie (noten) en een analyse van kwantitatieve gegevens (bronnen) afkomstig van het CBS. De keuze voor deze benadering is gemaakt om een gedetailleerd en betrouwbaar beeld te verkrijgen van de huidige situatie en de verwachte toekomstige ontwikkelingen met betrekking tot de levensverwachtingen met en zonder matige of ernstige lichamelijke beperkingen, de demografische druk op het mantelzorgpotentieel en de demografische druk op de werkende bevolking.

Hans Rosling benadrukt in zijn boek dat statistieken vaak op een misleidende manier worden ingezet voor politieke doeleinden. Hoewel er altijd mensen zullen zijn die heel gezond of heel ongezond zijn, deze uitersten bieden weinig inzicht in de volksgezondheid. Onze aandacht gaat vaak uit naar deze extreme gevallen, simpelweg omdat ze opvallen en makkelijk te

onthouden zijn. De meeste mensen bevinden zich in het midden van het spectrum en deze vertellen ons een veel completer en realistischer verhaal.

Om de prognose voor de gezonde levensjaren te berekenen moet een aanname worden gedaan. In 2003 werden mannen en vrouwen gemiddeld 69 jaar in goede gezondheid, in 2023 werden zij gemiddeld 71,6 jaar. Dit betekent een gemiddelde toename van 0,13 jaar per jaar; een conservatieve schatting. De 'grijze afhankelijkheidsdruk' is voor alle leeftijdscategorieën apart berekend als het aandeel van mensen die afhankelijk zijn ten opzichte van hen die onafhankelijk zijn.

Voor de prognose van de effectieve gemiddelde pensioenleeftijd is de ontwikkeling over de afgelopen vijf jaar als uitgangspunt genomen. Deze steeg met gemiddeld met 0,16 jaar per jaar. Ook dit is een conservatieve schatting. De 'grijze niet-werkendendruk' is berekend als het aandeel mensen dat niet meer werkt ten opzichte van zij die werken.

De gebruikte data per figuur zijn terug te vinden onder 'bronnen'. Een kanttekening is de verdeling van het aantal mensen per kalenderjaar. Er is gerekend onder de aanname dat de verdeling over de maanden een lineair verband heeft.

*Bernice Franssen & Rudi Westendorp*

*Veel te weinig wordt onderkend dat mensen in Nederland niet alleen ouder worden, maar dat de leeftijd waarop lichamelijke beperkingen zich openbaren ook toeneemt.*

## Noten

- <sup>1</sup> H. Rosling, *Feitenkennis: 10 redenen waarom we een verkeerd beeld van de wereld hebben en waarom het beter gaat dan je denkt* (2018).
- <sup>2</sup> Centraal Bureau voor de Statistiek, 'Gezonde levensverwachting; vanaf 1981', <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/71950ned/table?dl=937BF> (14 juni 2024).
- <sup>3</sup> CBS, 'Bevolking; geslacht, leeftijd en burgerlijke staat, 1 januari', <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/7461BEV/table?fromstatweb> (7 juni 2024).
- <sup>4</sup> CBS, 'Prognose bevolking: kerncijfers, 2023-2070', <https://opendata.cbs.nl/#/CBS/nl/dataset/85742NED/table> (15 december 2023).
- <sup>5</sup> E. Heinsman, 'Worden we binnenkort allemaal 100?', *NPO Kennis*, <https://npokennis.nl/longread/7844/worden-we-binnenkort-allemaal-100> (10 juli 2018).
- <sup>6</sup> K. van 't Land, J. Mierau & B. Wouterse, 'Preventie levert veel meer op dan gedacht', *Medisch Contact*, <https://www.medischcontact.nl/actueel/laatste-nieuws/artikel/preventie-levert-veel-meer-op-dan-gedacht> (7 juli 2022).
- <sup>7</sup> CBS, 'Steeds langer leven zonder beperkingen', <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2018/12/steeds-langer-leven-zonder-beperkingen> (19 maart 2018).
- <sup>8</sup> M. van der Geest, 'De ouderenzorg is niet lang meer te negeren: de grootste problemen in drie grafieken', *Volkskrant* (18 oktober 2023).
- <sup>9</sup> J. Julen, 'Er blijft geen mantelzorger meer over', *Trouw* (9 januari 2019).
- <sup>10</sup> Sociaal Cultureel Planbureau, 'Toekomstverkenning mantelzorg aan ouderen in 2040', (november 2019).
- <sup>11</sup> SCP, 'Blijvende bron van zorg', (december 2020).
- <sup>12</sup> Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, 'Participatie | Mantelzorg | Leeftijd en geslacht', <https://www.vzinfo.nl/participatie/mantelzorg> (18 juli 2024).
- <sup>13</sup> A. de Jong & S. Kooiker, 'Regionale ontwikkelingen in het aantal potentiële helpers van oudere ouderen tussen 1975-2040', *Planbureau voor de Leefomgeving* (29 maart 2018).
- <sup>14</sup> ABF Research, 'Monitor Ouderenhuisvesting 2020', <https://open.overheid.nl/documenten/ronl-lab15ce4-f214-447a-b3b4-a3840143662d/pdf> (januari 2021).
- <sup>15</sup> 'Bevolking | geboorte', <https://www.vzinfo.nl/bevolking/geboorte#trend-vruchtbaarheid> (16 oktober 2023).
- <sup>16</sup> P. Feijten, C. van Duin & L. Stoeldraijer, 'Verkenning Bevolking 2050 – editie 2024. Zeven varianten van de demografische samenstelling van Nederland in 2050', CBS (28 juni 2024).
- <sup>17</sup> W. Jonkers, 'De invloed van de toename van het aantal gewerkte uren op de productiviteit', <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/de-nederlandse-economie/2019/de-invloed-van-de-toename-van-het-aantal-gewerkte-uren-op-de-productiviteit/3-demografische-ontwikkelingen> (20 december 2019).
- <sup>18</sup> CBS, 'Pensioenleeftijd werknemers nadert 66 jaar', <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2024/18/pensioenleeftijd-werknemers-nadert-66-jaar> (29 april 2024).
- <sup>19</sup> Movisie, 'Feiten en cijfers over de ouder wordende samenleving', <https://www.movisie.nl/feiten-cijfers-over-ouder-wordende-samenleving> (geraadpleegd op 1 augustus 2024).
- <sup>20</sup> Rijksinstituut voor Volksgezondheid en milieu, 'Gezondheid en arbeidsparticipatie rond de AOW-leeftijd: verwachte ontwikkelingen tot 2040', <https://www.rivm.nl/publicaties/gezondheid-en-arbeidsparticipatie-rond-aow-leeftijd-verwachte-ontwikkelingen-tot-2040> (21 april 2020).
- <sup>21</sup> CBS, 'Groene druk', <https://www.cbs.nl/nl-nl/onze-diensten/methoden/begrippen/groene-druk> (geraadpleegd op 8 augustus 2024).

## Bronnen

### Figuur 1:

CBS, 'Gezonde levensverwachting; vanaf 1981', <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/71950ned/table?dl=937BF> (14 juni 2024).

### Figuur 2:

Bevolking; geslacht, leeftijd en burgerlijke staat, 1 januari'; CBS, 'Bevolkingspiramide', <https://www.cbs.nl/nl-nl/visualisaties/dashboard-bevolking/bevolkingspiramide> (geraadpleegd op 27 augustus 2024); 'Gezonde levensverwachting; vanaf 1981'.

CBS, 'Bevolking; geslacht, leeftijd en burgerlijke staat, 1 januari', <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/7461BEV/table?fromstatweb> (7 juni 2024).

CBS, 'Gezonde levensverwachting; vanaf 1981', <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/71950ned/table?dl=937BF> (14 juni 2024).

### Figuur 3:

CBS, 'Bevolking; geslacht, leeftijd en burgerlijke staat, 1 januari', <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/7461BEV/table?fromstatweb> (7 juni 2024).

CBS, 'Bevolkingspiramide', <https://www.cbs.nl/nl-nl/visualisaties/dashboard-bevolking/bevolkingspiramide> (geraadpleegd op 27 augustus 2024).

CBS, 'Pensioenleeftijd werknemers nadert 66 jaar', <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2024/18/pensioenleeftijd-werknemers-nadert-66-jaar> (29 april 2024).