

α.s.r.
de nederlandse
verzekerings
maatschappij
voor alle
verzekeringen

Pensioen en vitaliteit gaan hand in hand

Pensioenonderzoek α.s.r. 2022

Samenvatting

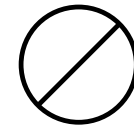
Pensioen: iedereen heeft er mee te maken. Niet alleen als het eenmaal zover is, maar ook op weg ernaartoe. We hopen allemaal dat we genoeg pensioen opbouwen om zo zorgeloos mogelijk van onze oude dag te kunnen genieten. a.s.r. onderzocht of mensen zich vandaag de dag (meer) zorgen maken over hun pensioen, wie er volgens hen verantwoordelijk voor is en wat ze zelf doen om mentaal, fysiek en financieel fit oud(er) te worden.

Hoewel de meeste mensen bij het woord 'pensioen' nog altijd eerst denken aan het bekende 'potje met geld voor later', zien we ook dat fysieke en mentale gezondheid een belangrijke plek inneemt. Om van de oude dag te kunnen genieten is niet alleen financiële fitheid belangrijk, maar een goede mentale en fysieke gezondheid net zo goed. Het is immers lastig genieten van die zalige fietsvakantie als je na 10 kilometer al bekaf bent.

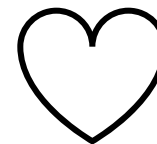
De ontwikkelingen in de wereld hebben ook impact op onze gemoeds-toestand en onze financiële fitheid. Er gebeurt veel: de klimaatcrisis, oorlog in Oekraïne, inflatie en stijgende energieprijzen, om slechts een paar verontrustende gebeurtenissen te noemen. Als het om pensioen gaat, zijn de stijgende prijzen (inflatie) een belangrijke reden tot ongerustheid: tweederde van de respondenten maakt zich zorgen over de impact van inflatie op hun opgebouwde pensioen.

Meer dan de helft van de mensen – jong en oud – betwijfelen of ze later wel genoeg geld hebben. De ongerustheid brengt de vraag met zich mee wie er eigenlijk verantwoordelijk is voor ons pensioen. Ons onderzoek laat zien dat men het als een gedeelde verantwoordelijkheid van zichzelf, de overheid, de pensioenuitvoerder en de werkgever ziet.

56% van de ondervraagden vraagt zich af of ze als ze met pensioen zijn wel genoeg geld zullen hebben



26% van de mensen wil niet met pensioen bezig zijn



Voor 38% van de respondenten is 'gezonder blijven' de belangrijkste manier om met pensioen bezig te zijn

Inhoudsopgave

1.	Pensioen is voor iedereen, maar voor iedereen anders	4
1.1.	Bewustzijn: meerderheid is bewust met pensioen bezig	4
1.2.	Vertrouwen: jong en oud maken zich zorgen over inflatie	6
1.3.	Verantwoordelijkheid: een gedeelde taak	8
1.4.	Eerder stoppen met werken: gezondheid voert de boventoon	10
1.5.	Vitaliteit: een samenspel tussen fysieke mentale en financiële fitheid	14
2.	Conclusie & aanbevelingen	18

Onderzoeksmethode

Dit onderzoek (een online vragenlijst) is uitgevoerd door a.s.r. De respondenten zijn afkomstig uit een voor Nederland representatieve steekproef van een extern marktonderzoeksbureau. Aan het onderzoek namen in totaal 315 mensen deel. Van deze deelnemers waren 183 mensen jonger dan 45 jaar, en 132 van hen waren 45 jaar of ouder. Aanvullend op het kwantitatieve onderzoek voerde a.s.r. ook een kwalitatief onderzoek (N=10) uit.



1. Pensioen is voor iedereen, maar voor iedereen anders

Pensioen: de één kan niet wachten tot het zover is en stopt liefst zo snel mogelijk met werken, terwijl de ander fluitend tot de pensioengerechtigde leeftijd – of zelfs nog langer – doorwerkt. Iedereen heeft eigen ideeën over hoe het pensioen eruit moet zien. Pensioen is voor iedereen, maar voor iedereen anders.

“Als ik de pensioenleeftijd heb bereikt, wil ik graag een lekker leven leiden. Stilzitten is niets voor mij; ik wil wel bezig blijven in de maatschappij, bijvoorbeeld door vrijwilligerswerk te doen. Daarnaast wil ik graag ontspannen en meerdere keren per jaar op reis gaan.”

Respondent, 30 jaar



1.1. Bewustzijn: meerderheid is bewust met pensioen bezig

Bij pensioen denken de meeste ondervraagden allereerst aan 'geld voor later om te kunnen genieten' en 'tijd om leuke dingen te doen'. Ook 'lekker genieten van de vrijheid' is een veelgehoorde associatie, net als 'stoppen met werken en toch voldoende geld hebben om te leven'.

Ruim de helft van de ondervraagden (58%) is enigszins of heel bewust met het pensioen bezig. Dat geldt vooral voor ouderen: 74% van de mensen ouder dan 45 jaar zijn bewust met het pensioen bezig. In de praktijk betekent dit bijvoorbeeld dat deze mensen met enige regelmaat inloggen op hun pensioenoverzicht of met behulp van een tool berekenen hoe het ervoor staat met hun pensioen. Mensen jonger dan 45 jaar doen dit minder vaak. In deze groep is 47% bewust met het pensioen bezig. Jongeren lijken echter eerst een trigger nodig te hebben voordat ze op onderzoek uitgaan, bijvoorbeeld doordat iemand in hun omgeving met pensioen gaat of als ze zelf van baan veranderen.



“Ik zou wel willen stoppen met werken vanaf 50! Of eigenlijk stoppen met het gevoel dat ik moet werken. De vrijheid voelen om de dingen te doen die je écht zou willen doen.”

Respondent, 34 jaar

1.2 Vertrouwen: jong en oud maken zich zorgen over inflatie

Naast een sterk pensioenbewustzijn, is ook sprake van ongerustheid. Ouderen (51%) en jongeren (59%) vragen zich af of ze later wel genoeg geld zullen hebben. Bij beide groepen is de inflatie een grote reden voor ongerustheid: 63% van de jongeren maakt zich zorgen over de impact van de inflatie op hun pensioen, tegenover 73% van de ouderen. Ondanks het feit dat ze zich zorgen maken, zijn de respondenten over het algemeen (42%) van mening dat hun pensioen bij hun pensioenaanbieder in goede handen is. Een ruime meerderheid (59%) denkt dat de overheid de AOW, het basispensioen van de overheid, in stand zal houden.

Het grootste deel van de ondervraagden (76%) bouwt voornamelijk pensioen op via de werkgever. Dit getal staat gelijk aan het percentage van de respondenten dat in loondienst werkt. Iets minder dan de helft (49%) zegt pensioen op te bouwen via de AOW. Dat is opvallend, aangezien bijna iedereen die in Nederland woont of werkt AOW opbouwt. Het lijkt er dus op dat veel mensen niet weten dat ze ook via de overheid pensioen opbouwen. Ruim eenderde (39%) vult het pensioen aan door te sparen of te beleggen, gevolgd door 22% die hun koophuis als onderdeel van de pensioenopbouw ziet.

De hamvraag: is het genoeg? Daarover verschillen de meningen. Terwijl 45% van de ouderen denkt dat ze via de werkgever genoeg pensioen opbouwen, zijn jongeren daar duidelijk minder gerust op. Van hen heeft slechts 29% het idee dat hun werkgeverspensioen later voldoende zal zijn.

Extra vermogen opbouwen naast je pensioen?

“Als je extra vermogen wilt opbouwen, is het verstandig om eerst inzicht te krijgen in je financiële situatie. Dat kan tegenwoordig heel makkelijk met online tools zoals die van ‘Ik denk vooruit’ van a.s.r. Wat komt erin en hoeveel gaat eruit? Vervolgens is het goed om je doel scherp te stellen.

Wil je een goed pensioen, eerder stoppen met werken, minder werken of sparen voor een wereldreis of de studie van de kinderen? Als je dat scherp hebt én weet wanneer je het geld nodig hebt, kun je onderzoeken hoe je dat vermogen het beste kunt opbouwen. Dat kan bijvoorbeeld door te sparen, je geld in een huis te stoppen, een aanvullende pensioenregeling af te sluiten of door te beleggen. Ik raad mensen aan om niet op één paard te wedden.”

Heidi Huurdeman, productmanager beleggen en pensioen bij a.s.r., in NRC (juli 2022).

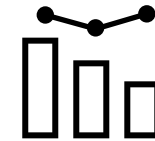


"Als het mogelijk zou zijn dat ik 100 of 200 euro in de maand zou kunnen bijstorten om iets voor de toekomst mogelijk te maken, dan zou ik daar wel voor open staan."

Respondent, 55 jaar



42% vindt dat het pensioen bij de pensioenuitvoerder in goede handen is



73% van de ouderen maakt zich zorgen over welke over welke impact de inflatie op hun pensioen zal hebben

23% van de ondervraagden ziet haar/zijn woonhuis als een manier om pensioen op te bouwen

1.3 Verantwoordelijkheid: een gedeelde taak

Bij wie ligt de meeste verantwoordelijkheid voor jouw pensioen? Zet de onderdelen op volgorde van meeste naar minste verantwoordelijkheid.

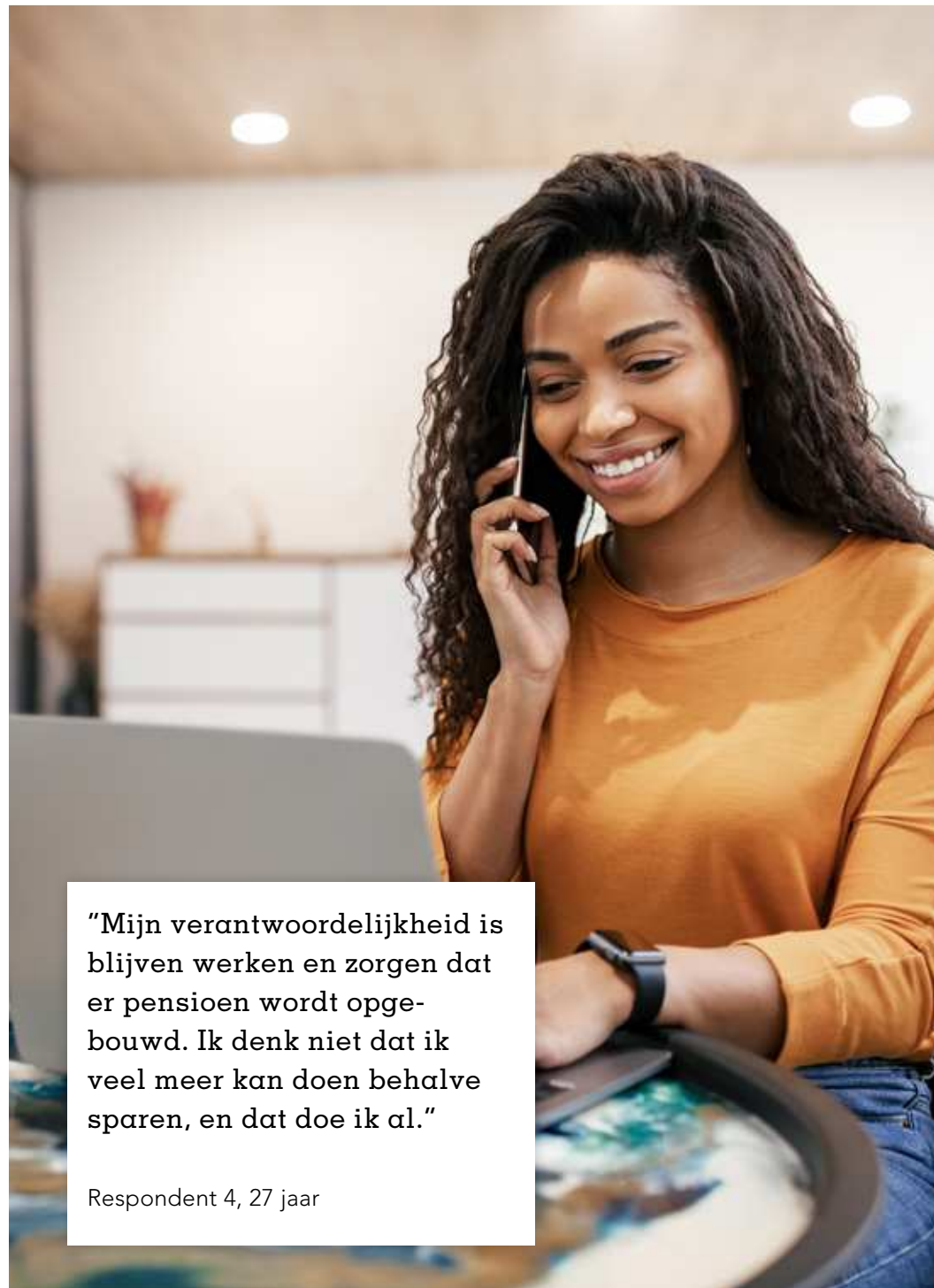
Ranking		totaal		tot 45 jaar		45 jaar en ouder
1.	Ikzelf	2.52	Pensioenuitvoerder	2.48	Ikzelf	2.54
2.	Overheid	2.65	Ikzelf	2.55	Overheid	2.57
3.	Pensioenuitvoerder	2.66	Werkgever	2.74	Werkgever	2.59
4.	Werkgever	2.74	Overheid	2.85	Overheid	2.78
5.	Mijn partner	4.10	Mijn partner	4.08	Mijn partner	4.12

Totstandkoming van de ranking: Aan de respondenten is gevraagd om de onderdelen op volgorde te zetten van meeste naar minste verantwoordelijkheid. Een onderdeel dat op de eerste plek werd gezet kreeg waarde 1, plek 2 waarde 2, enzovoorts.

Wie is verantwoordelijk voor het pensioen? 'De mensen zelf', vindt het merendeel van de ondervraagden. Vrijwel direct daarna noemen ze de overheid, pensioenuitvoerder en de werkgever die volgens hen medeverantwoordelijk zijn. Vrijwel niemand – jong en oud – wil voor het pensioen afhankelijk zijn van de partner.

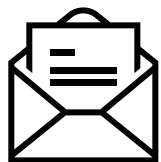
"Mijn verantwoordelijkheid is blijven werken en zorgen dat er pensioen wordt opgebouwd. Ik denk niet dat ik veel meer kan doen behalve sparen, en dat doe ik al."

Respondent 4, 27 jaar



"Mijn pensioenaanbieder stuurt me proactief berichten om me aan te sporen om naar mijn persoonlijke situatie te kijken. Ik vind dat heel goed. Niet iedereen houdt dit zelf bij. Ik vind het heel geruststellend en het geeft me vertrouwen."

Respondent, 55 jaar

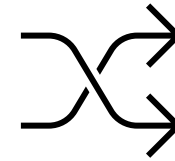


1.4 Eerder stoppen met werken: gezondheid voert de boventoon

Wie bewust met pensioen bezig is, denkt ook na over eerder stoppen met werken, zo blijkt uit het onderzoek. Iets meer dan de helft van de ondervraagden (54%) wil dat. Hoeveel eerder dat precies zal zijn, weet men vaak nog niet. Eenvijfde (19%) denkt erover één of twee jaar eerder te stoppen met werken; eenzelfde percentage ziet het graag drie of vier jaar eerder gebeuren. Ruim eenderde (38%) wil tot de pensioenleeftijd blijven werken, terwijl een klein percentage (7%) ook na die tijd wil doorwerken.

Mensen die graag eerder stoppen met werken, willen dit vooral omwille van hun gezondheid. Voor meer dan de helft (56%) is dit de belangrijkste reden. Natuurlijk spelen ook andere factoren een rol. Werkgeluk is eveneens belangrijk: mensen die niet gelukkig zijn met hun werk zouden liever eerder met pensioen gaan. Ook noemen mensen het omhoog gaan van de pensioenleeftijd als reden om eerder te stoppen. Tegelijkertijd zijn er ook mensen voor wie hun gezondheid juist een reden is om door te willen werken. Dat geldt ook voor werkgeluk: mensen die met plezier naar hun werk gaan, stellen hun pensioen graag nog even uit.

Bijna de helft van de ondervraagden (47%) is niet bekend met de mogelijkheden die de pensioenregeling van hun werkgever ze biedt. Eenderde (35%) kent er een paar, tegenover een bescheiden groep (17%) die van alle opties op de hoogte is.



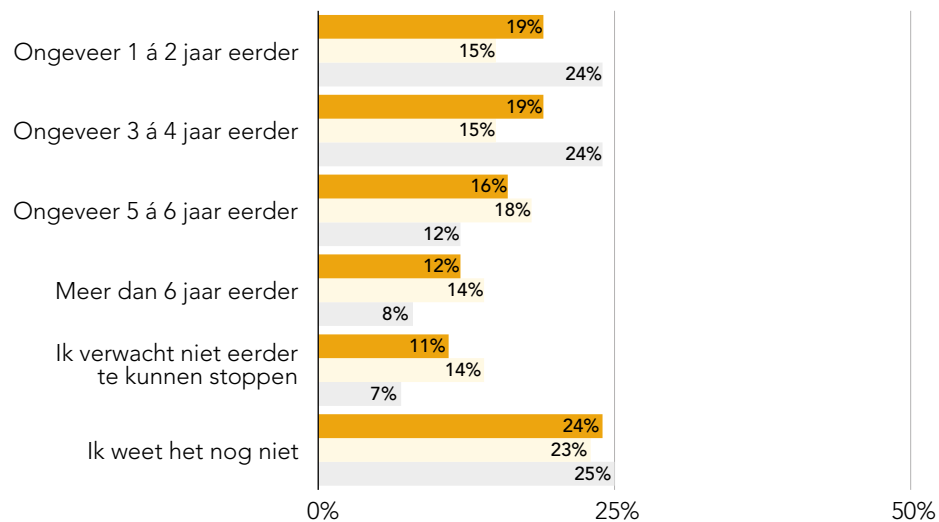
47% van de ondervraagden is niet bekend met de mogelijkheden die hun pensioenregeling biedt

Koos blijft graag fit

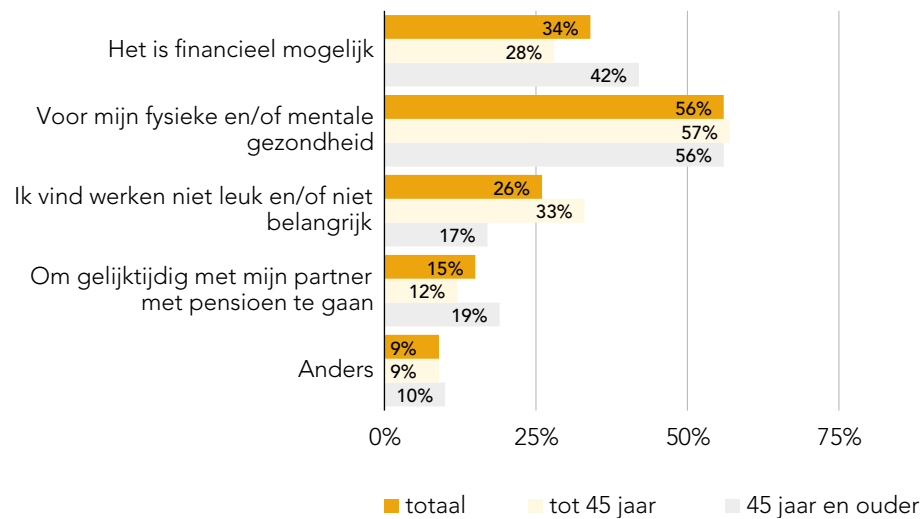
“Ik wil graag fit blijven en leg daarom regelmatig de 15 kilometer naar kantoor op de fiets af. Daarnaast maak ik af en toe een wandeling tijdens mijn pauze en één keer per week ga ik met een groep vrienden borstcrawl. Ik heb ook ervaren wat er gebeurt als je niet beweegt. Toen tijdens corona het zwembad dicht was, kreeg ik al na vijf weken last van mijn schouders. Volgens de fysio kwam dat omdat ik niet meer zwom. Ik schrok ervan hoe snel je lichaam daarop reageert en vraag me af wat het met je lijf doet als je nooit beweegt. Ik ben in ieder geval het belang van bewegen nog meer gaan inzien en heb me voorgenomen zo gezond en fit mogelijk mijn pensioen te halen.”

Koos de Kiewit (47 jaar), 25 jaar werkzaam bij een technische groothandel, in NRC.

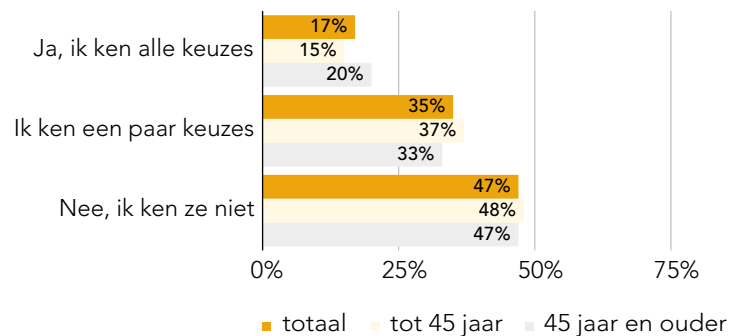
“Hoeveel eerder verwacht je te kunnen stoppen met werken?”



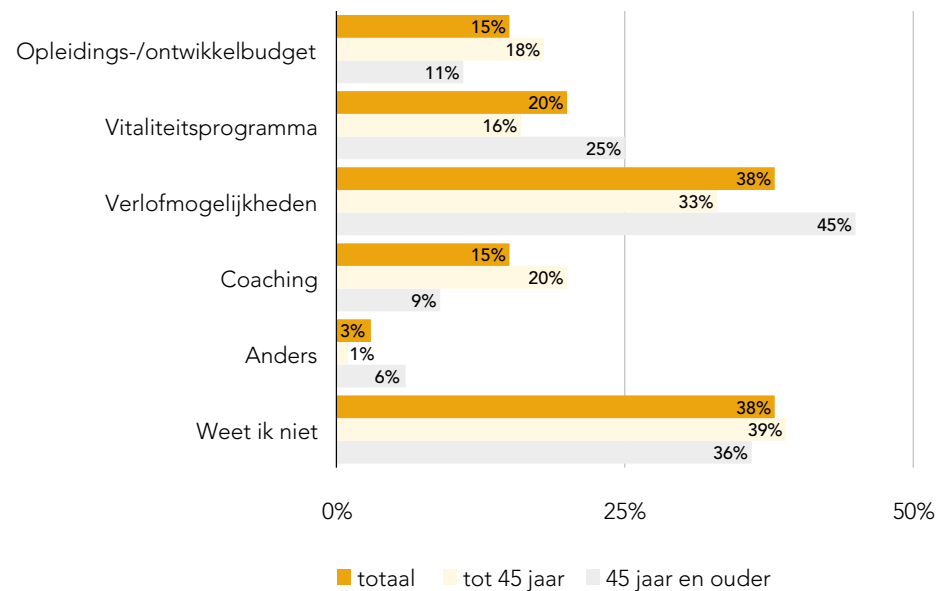
“Waarom wil je eerder stoppen met werken?”



“Weet jij welke pensioenkeuzes je hebt binnen de pensioenregeling via je werkgever (zoals extra inleggen, beleggingskeuzes en vervroegd pensioen)?”



“Welke aanvullende arbeidsvoorwaarden vanuit je werkgever zouden jou helpen om op een prettige manier je pensioendatum te bereiken?”



"Ik zou graag met een adviseur over mijn pensioen praten. Ook wil ik me verdiepen in beleggen. Weten dat het goed geregeld is zou mij rust geven. Ik zou me absoluut zekerder voelen over de toekomst."

Respondent , 32 jaar





“Mijn enige zorg is dat ik natuurlijk niet weet hoe oud ik word. Ik hoop dat ik mijn pensioenleeftijd haal en ervan kan genieten door gezond te blijven.”

Respondent, 62 jaar

1.5 Vitaliteit: een samenspel tussen fysieke, mentale en financiële fitheid

Bezig zijn met je pensioen gaat niet alleen over weten wanneer het zover is en hoeveel geld je tegen die tijd te besteden hebt. Inzicht hebben in de financiën is weliswaar de meest genoemde manier (43%) om met het pensioen bezig te zijn, maar wordt op de voet gevolgd door zorgen voor een goede gezondheid (38%). Dit hangt samen met de eerdere constatering dat vitaliteit de belangrijkste reden is om eerder of juist later te stoppen met werken. Verschillende (aanvullende) arbeidsvoorwaarden kunnen daarin het verschil maken. De respondenten hebben vooral behoefte aan verlof-mogelijkheden (38%), vitaliteitsprogramma's (20%), opleidings- en ontwikkelbudget (15%) en coaching (15%).

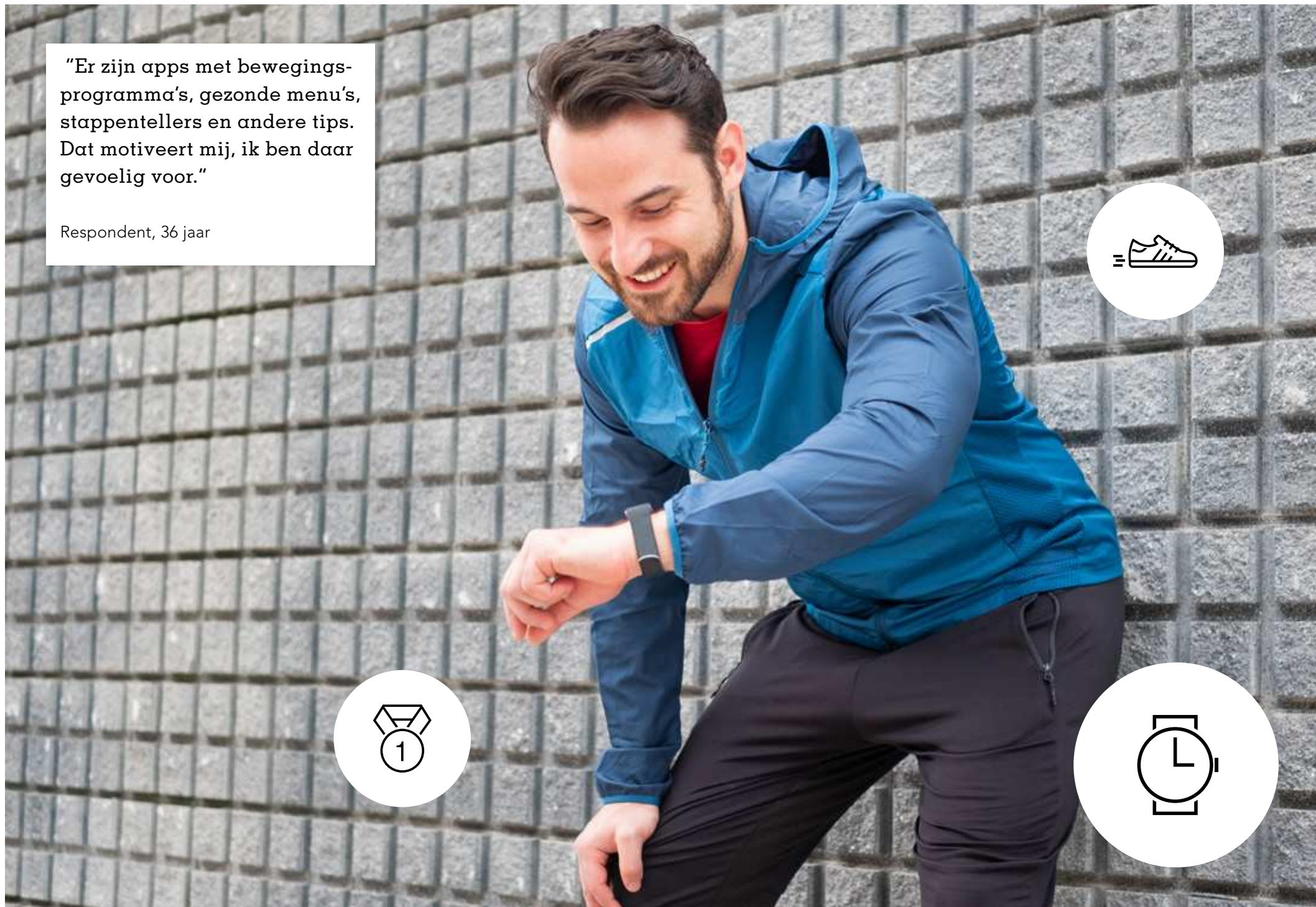
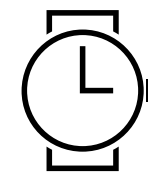
Vitaliteit, wat is dat eigenlijk?

“Onder vitaliteit verstaan we levenslust, energie, motivatie en doorzettingsvermogen. Zowel fysiek als mentaal. Vitaliteit is één van de pijlers van duurzame inzetbaarheid naast werkvermogen en employability. Uit onderzoek blijkt dat een aantal onderdelen essentieel is om mensen zo lang mogelijk vitaal te houden; goed contact met collega's, een ondersteunende leidinggevende, autonomie, ontwikkelingsmogelijkheden, financiële zekerheid en afwisseling en uitdaging in het werk.”

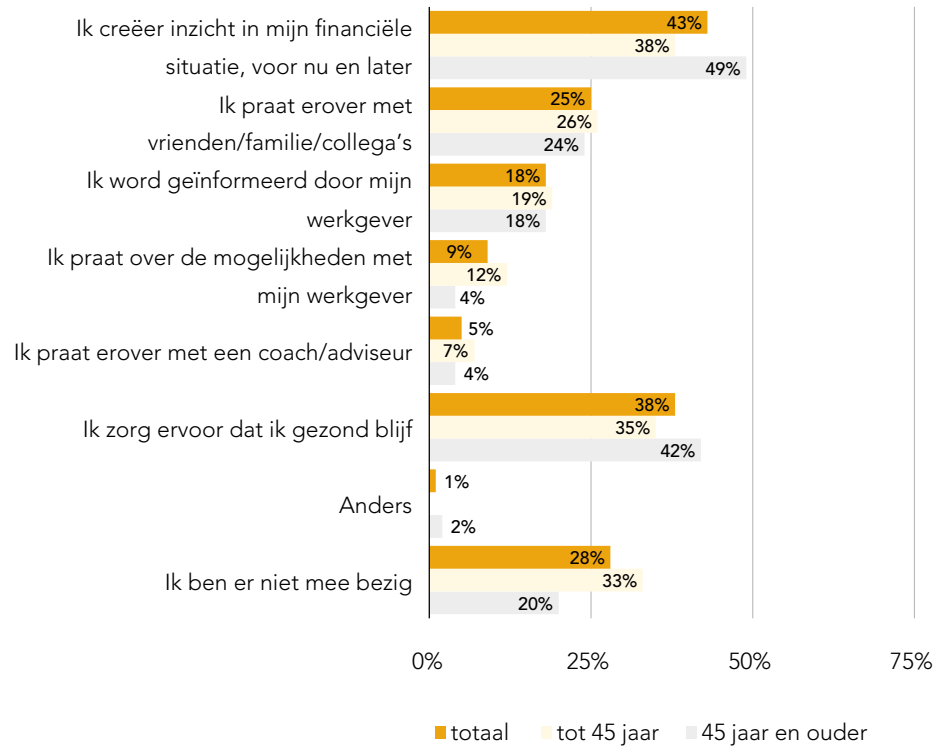
Tinka van Vuuren, bijzonder hoogleraar Vitaliteitsmanagement aan de Open Universiteit Nederland en senior consultant bij Loyalis, in NRC.

"Er zijn apps met bewegingsprogramma's, gezonde menu's, stappentellers en andere tips. Dat motiveert mij, ik ben daar gevoelig voor."

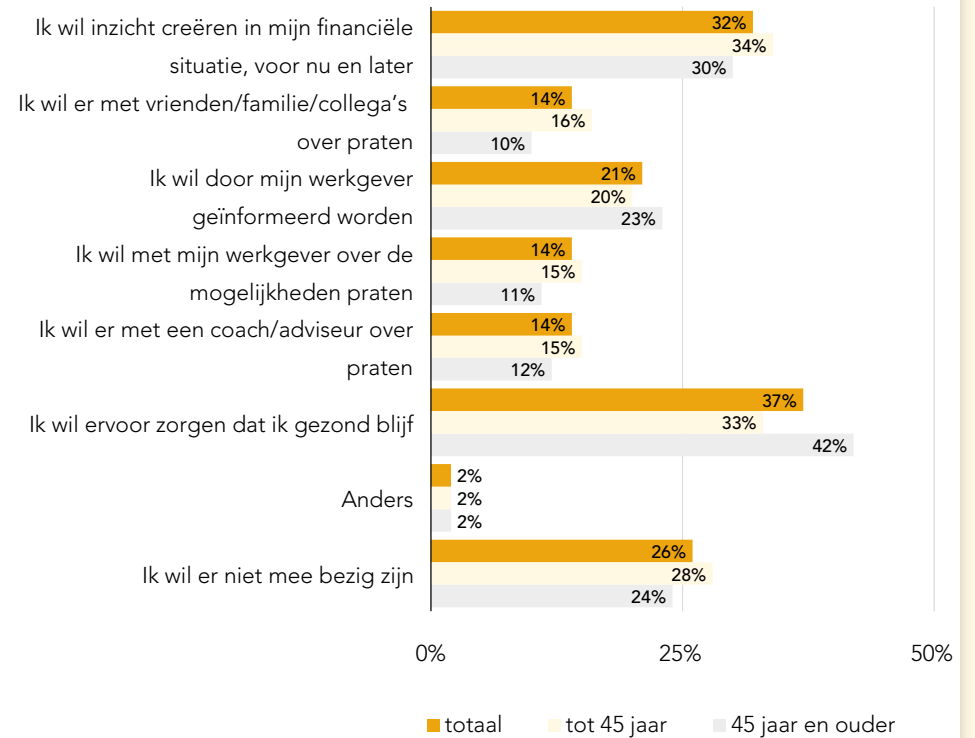
Respondent, 36 jaar




Op welke manieren ben jij naast jouw pensioenopbouw nog meer bezig met jouw pensioen?



Op welke manieren zou jij naast jouw pensioenopbouw nog meer bezig willen zijn met jouw pensioen?



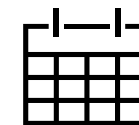


“Arbeidsvoorwaarden zijn heel belangrijk voor mijn werkgeluk. Zo biedt mijn werkgever me een opleidingsbudget en een vitaliteitsprogramma. Ook geeft mijn werkgever me heel veel flexibiliteit en vertrouwen.”

Respondent, 32 jaar



38% weet niet welke aanvullende arbeidsvoorwaarden zouden helpen om op een prettige manier de pensioendatum te bereiken



45% van de ouderen hebben behoefte aan verlofmogelijkheden



20% van de mensen zou willen dat hun werkgever een vitaliteitsprogramma aanbiedt

2. Conclusie & aanbevelingen

Anno 2022 maken mensen zich zorgen over hun pensioen. Ze betwijfelen of het 'later' genoeg zal zijn en of vragen zich af geld tegen die tijd nog wel dezelfde waarde heeft. Veranderingen en gebeurtenissen in de wereld hebben grote impact op ons vertrouwen in het pensioen.

Gezondheid is vandaag de dag een belangrijk onderwerp. We willen nu gezond(er) leven, zodat we later – tijdens ons pensioen – gezond zijn en blijven. Want alleen dan kun je echt genieten van al die dingen die we associëren met onze oude dag: leuke dingen doen, tijd doorbrengen met (klein)kinderen, reizen en simpelweg genieten van de vrije tijd. Mentale, fysieke en financiële fitheid zijn essentiële ingrediënten voor een ontspannen pensioen.

Hier ligt een duidelijke rol voor werkgevers. Zij zouden pensioen vanuit een breder blikveld kunnen zien en het arbeidsvoorwaardenpakket veel holistischer bekijken. De verantwoordelijkheid van werkgevers houdt niet op bij het financiële deel; ze doen er verstandig aan ook een impactvolle bijdrage te leveren aan de fysieke en mentale gezondheid van werknemers. Door opleidings- en ontwikkeltrajecten aan te bieden, evenals verlofmogelijkheden en vitaliteitsprogramma's, maar ook door in gesprek te gaan met medewerkers en ze duidelijk te vertellen over de mogelijkheden binnen hun pensioenregeling. Pensioenadviseurs kunnen in dit proces een belangrijke rol spelen. Met alle veranderingen die het pensioenakkoord met zich meebrengt, is dit voor werkgevers een uitgelezen moment om hiermee aan de slag te gaan.

Omgekeerd geldt dat werknemers zelf ook actief aan hun financiële fitheid en vitaliteit moeten werken. Anno 2022 moet vitaliteit voor werkgevers én werknemers bovenaan de agenda staan.

'Ik denk vooruit'

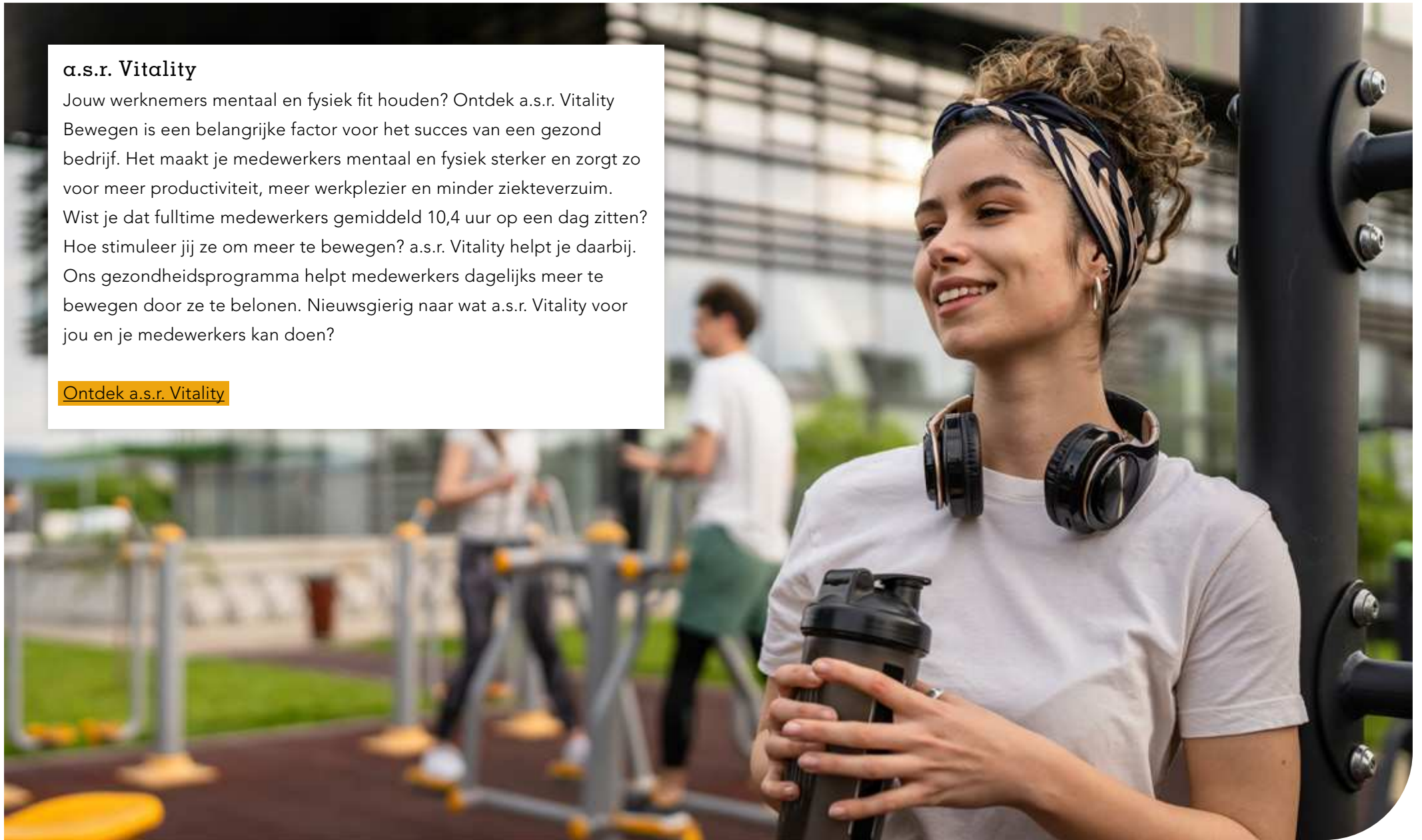
Jouw werknemers financieel fit houden? Ontdek 'Ik denk vooruit' Als je medewerkers financieel fit zijn, hebben ze minder stress, gaan ze ontspannen aan het werk, zijn ze minder vaak ziek en hebben ze een hogere waardering voor hun werkgever. Daarom bied je vanuit goed werkgeverschap niet alleen een passend salaris en een goed pensioen, maar ga je verder dan dat. Je helpt je medewerkers financieel vooruit met inzicht in hoe ze er financieel voorstaan, nu én later. Dat kan met het platform 'Ik denk vooruit' van a.s.r. In slechts 10 minuten krijgen medewerkers inzicht in hun financiële situatie en ontdekken ze mogelijkheden om specifieke doelen te bereiken, bijvoorbeeld eerder kunnen stoppen met werken.

[Ontdek 'Ik denk vooruit'](#)

α.s.r. Vitality

Jouw werknemers mentaal en fysiek fit houden? Ontdek a.s.r. Vitality. Bewegen is een belangrijke factor voor het succes van een gezond bedrijf. Het maakt je medewerkers mentaal en fysiek sterker en zorgt zo voor meer productiviteit, meer werkplezier en minder ziekteverzuim. Wist je dat fulltime medewerkers gemiddeld 10,4 uur op een dag zitten? Hoe stimuleer jij ze om meer te bewegen? a.s.r. Vitality helpt je daarbij. Ons gezondheidsprogramma helpt medewerkers dagelijks meer te bewegen door ze te belonen. Nieuwsgierig naar wat a.s.r. Vitality voor jou en je medewerkers kan doen?

[Ontdek a.s.r. Vitality](#)



α.s.r.

Archimedeslaan 10
3584 BA Utrecht
www.asr.nl

ASR Vooruit B.V., K.v.K. Utrecht 80993664

ASR Vitaliteit & Preventieve Diensten B.V., K.v.K. Utrecht 51064960

ASR Nederland N.V., K.v.K. Utrecht 30070695

ASR Levensverzekering N.V., K.v.K. Utrecht 30000847

58093_0622