

Dossier: Equal Care Day

am 1. März 2026

Equal Care Day: Unsichtbare Arbeit sichtbar machen

Der „Equal Care Day“ macht am 1. März 2026 auf die mangelnde Wertschätzung von Fürsorgearbeit aufmerksam. Er erinnert an den geringen Stellenwert, den Care-Arbeit insgesamt, die Bildung und Erziehung von Kindern, das Pflegen von Kranken, Alten, Menschen mit Behinderung in unserer Gesellschaft hat. Wer pflegt, versorgt, kocht, putzt, räumt auf, wäscht und kümmert sich – und zu welchem Preis?

Bezahlte Erwerbsarbeit: Frauen arbeiten im Vergleich zu Männern weniger Stunden pro Woche im Beruf, denn sie leisten den Großteil der unbezahlten Sorgearbeit. Ihre durchschnittliche Erwerbsarbeitszeit ist seit über zehn Jahren konstant, die von Männern kontinuierlich gesunken. Die durchschnittliche Wochenarbeitszeit nimmt zwar ab, aber nicht, weil Menschen weniger arbeiten, sondern weil Deutschland eine sehr hohe Teilzeitquote hat. Denn die Erwerbstätigenquote von Frauen ist in den letzten Jahrzehnten deutlich gestiegen und liegt nur noch knapp 7 Prozentpunkte unter derjenigen der Männer. Im EU-Vergleich ist sie überdurchschnittlich hoch. Allerdings arbeiten die Hälfte der erwerbstätigen Frauen und zwei Drittel der Mütter in Teilzeit.

Unbezahlte Sorgearbeit: Die Zeit, die Männer mit Sorge- und Hausarbeit verbringen, ist in den letzten Jahren gestiegen. Trotzdem leisten Frauen im Durchschnitt rund neun Stunden – einen sogenannten Normalarbeitstag – mehr unbezahlte Arbeit pro Woche als Männer. Bei Eltern ist die Sorgelücke noch ausgeprägter: Mütter leisten 14 Stunden und 20 Minuten mehr unbezahlte Arbeit als Väter und 15 Stunden mehr als Frauen ohne Kinder.

2023 wurden etwa zwei Drittel der knapp fünf Millionen zu Hause versorgten Pflegebedürftigen überwiegend von Angehörigen gepflegt. In den nächsten Jahren wird die Zahl der Menschen, die Angehörige unterstützen und pflegen, angesichts des Mangels an beruflich Pflegenden weiter ansteigen. Die Mehrzahl der pflegenden Angehörigen ist weiblich. In Deutschland liegt der Gender Care Gap in der Pflege bei 133 Prozent – Frauen pflegen also mehr als doppelt so häufig Angehörige wie Männer. In Ländern wie Schweden oder der Schweiz, die stärker in formelle Pflege investieren, sind die Geschlechterungleichheiten in der häuslichen Pflege geringer¹.

Der SoVD setzt sich dafür ein, die Erwerbs- und Sorgearbeit zwischen Männern und Frauen gleichberechtigt zu verteilen. Dazu gehört auch, bessere Bedingungen für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu schaffen und Pflege als gesamtgesellschaftliche Aufgabe zu betrachten. Gemeinsam mit dem SoVD setzen sich weitere 31 Organisationen für die geschlechtergerechte Verteilung von Erwerbs- und Sorgearbeit von Anfang an und die Schließung des Gender Care Gap im zivilgesellschaftlichen Bündnis „Sorgearbeit fair teilen“ ein.

Der Gender Care Gap (Sorgelücke) ist eng verbunden mit dem Gender Pay Gap (Lohnlücke): Je mehr Sorgearbeit Frauen übernehmen, desto weniger Zeit bleibt ihnen, ein auskömmliches eigenes Einkommen zu erwirtschaften.

Darüber hinaus führt die Kombination aus Voll- oder Teilzeitarbeit und Care-Arbeit bei vielen Frauen zu Überbelastung.

Es entsteht ein dauerhaft erhöhter seelischer Druck, die Last der Verantwortung, also die Koordinationsleistung, Wissen und Überblick, was gerade ansteht und getan werden muss, damit das Paar- und Familienleben funktioniert. Diese Prozesse mitzudenken, liegt oftmals in der Verantwortung von Frauen und sind Teil der Care-Arbeit.

¹ Siehe Factsheet: Arbeit im Blick, Zeit für Erwerbs- und Sorgearbeit vom Bündnis Sorgearbeit fair teilen, 2025. <https://www.sorgearbeit-fair-teilen.de/2025/11/12/factsheet-arbeit-im-blick-zeit-fuer-erwerbs-und-sorgearbeit-ist-verfuegbar/>.

Damit beide Geschlechter in allen Lebenslagen Erwerbs- und Sorgearbeit verbinden können, müssen Rahmenbedingungen geschaffen werden, die ermöglichen, Erwerbs- und Sorgearbeit partnerschaftlich über den Lebensverlauf hinweg zu teilen.

Folgende Maßnahmen sind drängend:

Entgeltersatzleistung für Pflegende: Infolge tradierter Rollenzuschreibungen und geringerer Erwerbseinkommen pflegen häufiger Frauen als Männer ihre Angehörigen, wenn diese Unterstützung benötigen. Dafür geben Frauen oftmals ihre Berufstätigkeit ganz oder teilweise auf – mit negativen Konsequenzen für ihre berufliche Entwicklung und eigenständige Existenzsicherung bis ins Alter. Sowohl Männer als auch Frauen müssen die Möglichkeit haben, Verantwortung für pflegebedürftige Angehörige zu übernehmen, ohne dafür beruflich Nachteile zu erleiden.

Der SoVD fordert die Einführung einer Entgeltersatzleistung für Pflegezeiten, damit pflegende Frauen besser abgesichert sind und Männer ermutigt werden, ihre Angehörigen zu pflegen.

Zuschüsse für haushaltsnahe Dienstleistungen: Frauen übernehmen mehr Arbeit im Haushalt als Männer. Gleichzeitig wird ihre Erwerbstätigkeit politisch erwartet und eingefordert. Der SoVD setzt sich für staatliche Zuschüsse zu legalen, sozial abgesicherten, hochwertigen sowie bedarfsgerechten haushaltsnahen Dienstleistungen ein. Eine solche Subvention erleichtert die Vereinbarkeit von Familie, Beruf und Haushalt – bei entsprechend ausgestalteten Zuschüssen auch für Menschen mit geringen Einkommen. Die Förderung haushaltsnaher Dienstleistungen drängt prekäre und illegale Arbeitsverhältnisse zurück. Mehr sozialversicherungspflichtige Beschäftigung in Privathaushalten stärkt eine frauendominierte Branche. Dazu werden die sozialen Sicherungssysteme wie Renten- oder Arbeitslosenversicherung stabilisiert. Wird Sorgearbeit in Haushalten besser entlohnt, wertet das diese vermeintlich „weibliche“ und daher meist unterschätzte Tätigkeit auf.

Warum sind haushaltsnahe Dienstleistungen auch für die Situation von Pflegenden sowie Pflegebedürftigen notwendig?

Deutschland steht vor einer doppelten demografischen Herausforderung: Unsere Gesellschaft wird älter – und gleichzeitig nimmt die Zahl der Menschen ab, die Pflege, Betreuung und familiäre Sorgearbeit leisten können. Schon heute stemmen Millionen Angehörige Pflegeaufgaben zusätzlich zu Beruf und Familie. Dieses System ist am Limit.

Haushaltsnahe Dienstleistungen sind kein Luxus, sondern ein zentrales sozialpolitisches Instrument, um dieses System zu stabilisieren.

Erstens: Entlastung im Alltag schafft Teilhabe.

Wer pflegt – ob professionell oder privat – ist oft rund um die Uhr gefordert. Putzen, Waschen, Einkaufen oder Kochen sind keine Nebensächlichkeiten, sondern tägliche Belastungen. Wenn der Staat haushaltsnahe Dienstleistungen fördert, schafft er Zeit: Zeit für Pflege, für Erholung, für Erwerbsarbeit. Das verhindert Überlastung, Burnout und frühzeitige Berufsausstiege – besonders bei Frauen. Wenn Reinigung, Wäsche, Einkäufe oder einfache Alltagsorganisation übernommen werden, bleibt pflegenden Angehörigen mehr Energie für das, was sie nicht delegieren können: menschliche Zuwendung und Pflege.

Zweitens: Prävention ist günstiger als Reha.

Überforderte pflegende Angehörige werden selbst krank. Die Folge sind höhere Kosten im Gesundheitswesen, frühere Heimunterbringungen und mehr Sozialausgaben. Haushaltsnahe Dienstleistungen wirken präventiv: Sie stabilisieren häusliche Pflegearrangements und ermöglichen es Pflegebedürftigen, länger selbstbestimmt zu Hause zu leben. Das ist menschlich sinnvoll – und volkswirtschaftlich klug.

Vaterschaftsfreistellung rund um die Geburt eines Kindes: Für die Betreuung und Erziehung von Kindern übernehmen nach wie vor in erster Linie Frauen die Verantwortung. Um das zu ändern, fordert der SoVD eine bezahlte Freistellung für Väter und Co-Mütter rund um die Geburt eines Kindes (auch Familienstartzeit genannt) Je früher Väter Verantwortung in der Kinderbetreuung übernehmen, desto eher werden sie auf Dauer zu aktiven Vätern. Das tut nicht nur den Kindern gut, sondern fördert auch eine gleichberechtigte Arbeitsteilung in

Paarhaushalten. Das wiederum stärkt Frauen in ihrer Erwerbstätigkeit. Engagieren sich mehr Väter von Anfang an in der Familie, ist auch Arbeitgeber*innen bewusst: Nach der Geburt eines Kindes sind auch die Väter zunächst nicht verfügbar.

Der SoVD fordert, dass Väter und Co-Mütter mindestens zwei Wochen innerhalb der ersten 30 Tage nach der Geburt bezahlt der Arbeit fernbleiben können.

Lassen Sie uns gemeinsam an den Themen dranbleiben, denn ohne fair geteilte Sorge- und Erwerbsarbeit kann die Gleichstellung der Geschlechter nicht erreicht werden!

Berlin, 20. Februar 2026

Abteilung Sozialpolitik
SoVD-Bundesverband