nieuws

94 procent zelfstandigen lijdt onder stress

nieuws

De overgrote meerderheid van de zelfstandigen, 94 procent, kampt met stress. Niet zomaar een opstootje van nervositeit, maar een aanhoudende spanning.

18 JANUARI 2010 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:10

Lees meer over:
zelfstandigen

De overgrote meerderheid van de zelfstandigen, 94 procent, kampt met stress. Niet zomaar een opstootje van nervositeit, maar een aanhoudende spanning die leidt tot lichamelijke of mentale klachten. Dat blijkt uit een onderzoek van het Neutraal Syndicaat voor Zelfstandigen (NSZ), waarbij 904 - vooral kleine - ondernemers uit diverse sectoren ondervraagd werden.

De spanning uit zich vooral in slapeloosheid (52 pct), stemmingswisselingen (36 pct), spierpijn (33 pct) en hartklachten (21 pct). Met stip op één als oorzaak van de stress staat de administratieve rompslomp, gevolgd door het spectaculair toegenomen aantal onbetaalde facturen en de economische crisis.

"De administratieve vereenvoudiging kan nog veel beter", zegt voorzitter Christine Mattheeuws van het NSZ. "De overheid heeft reeds heel wat gedigitaliseerd. Dat lijkt een verbetering, maar de formulieren elektronisch invoeren vergt evenveel tijd als ze op papier binnensturen". Een ander fenomeen zijn de onbetaalde facturen. Heel wat schuldenaars speculeren erop dat de eisers geen energie stoppen in tijdrovende procedures voor de rechtbank om een factuur betaald te krijgen.

De enquête van het NSZ bevestigt het stereotype beeld van de hardwerkende zelfstandige. Op de vraag hoe ze de crisis te lijf gaan, antwoordt ruim één op de drie met "nog harder werken". Zelfs als ze ziek zijn, blijft 91 procent de zaak runnen. Gemiddeld nemen ze per jaar 18,3 dagen vrij, net onder het wettelijk minimum voor bedienden. Dat bedraagt twintig dagen.

Bron: Het Laatste Nieuws

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada