nieuws

Arbeidsdruk: van fysiek naar mentaal

nieuws

In het vakblad Veeteelt wordt het thema ‘arbeidsdruk’ onder de loep genomen. Bij de generatie melkveehouders die hun bedrijf zagen groeien doorheen de jaren - met meer koeien en minder arbeidsuren door automatisering en mechanisatie – ziet arbeidsdeskundige Marlies Kamps de arbeidsdruk steeds meer verschuiven van fysiek naar mentaal. “Ze hebben te maken met fysieke problemen door overbelasting van het harde werken, maar ook met een toename van mentale druk door meer regels, meer maatschappelijke druk en meer digitalisering.” Zij zijn makkelijker vatbaar voor een onevenwicht tussen werk en privé.

7 AUGUSTUS 2019 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:51

Lees meer over:
landbouw algemeen
onderzoek
gezondheid



In het vakblad Veeteelt wordt het thema ‘arbeidsdruk’ onder de loep genomen. Bij de generatie melkveehouders die hun bedrijf zagen groeien doorheen de jaren - met meer koeien en minder arbeidsuren door automatisering en mechanisatie – ziet arbeidsdeskundige Marlies Kamps de arbeidsdruk steeds meer verschuiven van fysiek naar mentaal. “Ze hebben te maken met fysieke problemen door overbelasting van het harde werken, maar ook met een toename van mentale druk door meer regels, meer maatschappelijke druk en meer digitalisering.” Zij zijn makkelijker vatbaar voor een onevenwicht tussen werk en privé.

Eigenlijk zou iedereen zich op een goed moment de vraag moeten stellen: hoe word ik met mijn werk zo gezond mogelijk oud ? Ook melkveehouders. “Het antwoord zal – even generaliserend – per generatie verschillen”, vertelt Marlies Kamps, arbeids- en organisatiedeskundige en zelf ook boerendochter in het vakblad Veeteelt. Volgens haar zijn het vooral de middencategorie veehouders, tussen de veertig en zestig jaar, waar we ons het meest zorgen over moeten maken. “Zij hebben alles wat ze doen in het teken van het bedrijf gezet en zijn vergeten aan zichzelf te denken. Ze laten zich er ook moeilijk op aanspreken. Ze merken het pas als ze te ver zijn gegaan.”

De generatie boven hen, kan volgens Marlies Kamps beter grenzen stellen. Deze melkveehouders, geboren net na de Tweede Wereldoorlog, boerden in de naoorlogse opbouw. “Ze moesten de wereld voeden en dat heeft geresulteerd in heel goede tijden. Mee in het bedrijf stappen, was vaak een logische stap, net zoals het feit dan hun vrouw boerin werd. De hele boerenstand was een begrip en daar halen deze melkveehouders ook hun ‘buffer’ en ruimte voor herstel uit. Want hard werken was het zeker, fysiek was het zwaar en ze maakten lange dagen, maar die generatie maakt ook ruimte voor herstel en nam op tijd rust.”

En de jonge generatie, hoe zit het daarmee? “Ze werken net zo hard, ze hebben echt ook een grote inzet in het werk, maar ze stellen wel randvoorwaarden”, aldus Marlies Kamps. “Ze zien dat vrienden een veertigurige werkweek maken, met een prima salaris thuiskomen en tijd hebben voor gezin en vakantie. Zij willen dat in toenemende mate ook.” De overmaat aan informatie, de mentale druk door toenemende regels en negatieve maatschappelijke beeldvorming zijn voor de jonge veehouders echter risicofactoren. “Het vraagt een andere manier van ondernemen. Als opvolger wil je koeien melken en aan de slag met nieuwe dingen, maar vraag jezelf ook af of je de grote technische en financiële gegevensstroom kunt handelen.”
Het laatste welzijnsrapport ‘Hoe gaat het met u? Welzijn in de land- en tuinbouwsector’ (2018) staaft de uitspraken van Marlies Kamp. Uit die cijfers blijkt dat één op de vijf Vlaamse landbouwers kampt met hoge tot zeer hoge stress. Vooral het inkomen is een belangrijke kopzorg. “Gemiddeld stijgt stress bij bedrijfsleiders tot 50 jaar en neemt dan weer af”, legt Jonathan Platteau van het Departement Landbouw en Visserij, uit. “Stress is voornamelijk gerelateerd aan een gebrek aan een kalm en ontspannen gevoel, een gebrek aan een vrolijk en goedgeluimd gevoel en zorgen over het inkomen.” Bedrijfsleiders die jonger zijn dan 41 jaar zijn het meest tevreden met hun leven, maar het minst tevreden met hun inkomen.
“Mijn advies luidt: tijd vrijmaken”, besluit Marlies Kamps. “Voor je relatie en voor je gezin, sociale contacten en activiteiten buiten het bedrijf waar je energie van krijgt. Wees je bewust van je veiligheid en gezondheid, je hebt maar één leven.”

Bron: Veeteelt / eigen verslaggeving

Beeld: Colruyt

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