nieuws

# Belgische werknemers zijn weinig vitaal

nieuws

De Belgische werknemers zijn met een score van 6 op 10 weinig vitaal. Onder meer de levensstijl, met inbegrip van de eetgewoonten, laat te wensen over.

3 JUNI 2009 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:08

Lees meer over:
consument
gezondheid

De Belgische werknemers zijn met een score van 6 op 10 weinig vitaal. Uit een onderzoek van de sociale dienstengroep Securex blijkt dat ze lijden aan stress, ze hebben een ondermaatse mentale en fysieke gezondheid en bovendien houden ze er een slechte levensstijl op na. Zo kunnen de eetgewoonten een pak beter.
De werknemers in ons land bewegen te weinig en bijna de helft van de respondenten zegt zich onvoldoende te ontspannen. Meer dan een op de vier werknemers ontbijt niet iedere ochtend, bijna de helft eet geen twee stukken fruit per dag en een op de drie rookt. De onderzoekers benadrukken dat een goede levensstijl van de werknemers belangrijk is voor een bedrijf. Ze raden de werkgevers dan ook aan om initiatieven daarvoor op te zetten.
Daarbij wordt onder meer gedacht aan het organiseren van sportactiviteiten en het voorzien van fruit op het werk. Geen overbodige luxe, want 11 procent van de werknemers zegt in een slechte algemene gezondheid te verkeren. Bijna een op de vier meldt dat zijn lichamelijke toestand hem hindert bij het uitoefenen van zijn job.
De studie van Securex werd uitgevoerd op basis van een representatieve steekproef bij 1.822 werknemers in loondienst.

**Bron:** Belga

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