



Vaarwel vakantie, hallo overvolle inbox

De zomervakantie zou hét moment moeten zijn om te ontspannen en opgeladen terug te keren naar het werk. Toch ervaart bijna de helft van de Belgische werknemers stress of angst bij hun terugkeer. De boosdoeners? Een overvolle mailbox en *fear of missing out*. Sommigen hebben ook schuldgevoelens over het opnemen van verlof. “De oorzaak ligt vaak bij een probleem in de bedrijfscultuur.”



Uit Europees onderzoek van recruitment specialist Robert Walters bij onder meer 400 Belgische professionals blijkt dat 47% van hen zich gestrest of zenuwachtig voelt bij de gedachte aan terugkeren naar het werk na een zomervakantie. 15% geeft zelfs aan zich hierover ‘zeer angstig’ te voelen.

België staat niet alleen. In Zwitserland voelt 53% zich gestrest bij de terugkeer, in Frankrijk en Spanje zelfs meer dan 60% die zich zenuwachtig voelt na vakantie, en in het Verenigd Koninkrijk loopt dat cijfer op tot 78%.

E-MAILEN OF NIET?

De grootste oorzaak van terugkeerstress bij Belgische werknemers? De overvolle mailbox. 45% noemt dit de belangrijkste stressfactor. Andere triggers zijn het missen van belangrijke updates (23%) en problemen met overdracht of achterstallig werk (18%). Twee werknemers op de drie blijven hun berichten checken tijdens vakantie.

ken tijdens vakantie. “Constante connectiviteit zorgt ervoor dat veel professionals tijdens hun vakantie druk voelen om regelmatig hun werk op te volgen”, stelt Özlem Simsek, managing director bij Robert Walters.

Al verschilt dit wel van persoon tot persoon. “Korte check-ins tijdens hun vakantie verminderen voor sommigen de stress over wat er na het verlof op hen wacht”, oppert Wim Van der Linden, woordvoerder van Tempo-Team, dat onlangs eveneens een onderzoek deed rond vakantie en werk. “Waar de één vakantie ziet als een recht op volledige rust, beschouwt de ander het als een moment van zelfgekozen flexibiliteit.”

KWESTIE VAN BEDRIJFSCULTUUR

Naast inboxstress speelt ook schuldgevoel een rol. 56% van de Belgische professionals uit de rondvraag van Robert Walters stelt hun vakantie vaak of gere-

geld uit. Dit door werkdruk of omdat ze zich schuldig voelen om afwezig te zijn.

Dat wijst op dieperliggende oorzaken, vindt Özlem Simsek. Want wanneer medewerkers zich schuldig voelen over het nemen van verlof, kan dat wijzen op een cultuurprobleem. “Belangrijk is namelijk het creëren van een werkcultuur waarin loskoppelen écht wordt aangemoedigd.”

Concreet betekent dat, volgens haar, heldere overdracht vóór vertrek, respect voor out-of-officeberichten en realistische afspraken rond bereikbaarheid. “Volledige mentale loskoppeling kan helpen om stress af te bouwen en creativiteit en motivatie op te laden”, voegt Wim Van der Linden van Tempo-Team toe. “Maar werknemers moeten er dan wel op kunnen vertrouwen dat de boel blijft draaien tijdens hun verlof.”

Tekst: William Visterin



Bij Stad Lommel bouwen we aan een warme, duurzame en bruisende stad. Heb jij ambitie om de stad van morgen mee vorm te geven? Momenteel hebben we 2 vacatures in ons team.

Sectormanager Ruimte

Je coördineert de sector Ruimte die bestaat uit de teams Stadswerken, Mobiliteit & Openbare Werken, Stadsontwikkeling en Economie. Je maakt deel uit van het managementteam.

Wij zoeken ... Masterdiploma of gelijkwaardig. / 4+ jaar ervaring. / Strategische blik. / Kennis proces- en projectmanagement.

Wij bieden ... Voltijds contract onbepaalde duur. / Bruto maandloon loonschaal A5a-A5b.

Teamcoach Management en Bestuursondersteuning

Je leidt en coacht een team van 19 medewerkers die werken rond bestuursondersteuning, juridische thema's en handhaving bij Stad Lommel.

Wij zoeken ... Masterdiploma of gelijkwaardig. / Ervaring met juridische contexten. / Een mensgerichte leider met organisatietalent.

Wij bieden ... Voltijds contract onbepaalde duur. / Bruto maandloon loonschaal A1a-A3a.

Interesse? Solliciteer voor maandag 08-09-2025 om 9u via www.motmansenpartners.be/vacatures

Meer info? Neem gerust contact op met Silke Vanheusden, Senior Consultant bij Motmans & Partners via silke.vanheusden@motmansenpartners.be – 011 36 10 14.



Bonheiden is een dynamisch lokaal bestuur dat streeft naar duurzame ontwikkeling en klantgerichte dienstverlening voor haar inwoners. Om onze ambitieuze beleidsdoelen waar te maken, zijn wij momenteel op zoek naar een strategische leider met visie:

DEPARTEMENTSHOOFD RUIMTE (statutair – voltijds – niveau A5a-A5b)

Als departementshoofd Ruimte ben jij de eindverantwoordelijke voor ruimtelijke planning, vergunningen, openbaar domein en patrimonium. Je stuurt vijf diensthoofden aan en coördineert een team van zo'n 55 medewerkers. Samen realiseren jullie een klantgerichte, efficiënte en innovatieve dienstverlening.

PROFIEL

We zoeken een verbindende leider met minstens 5 jaar ervaring in complexe projecten of leidinggevende rollen. Je hebt een masterdiploma of slaagt voor een online masterniveau-test.

WAT BIEDEN WE?

Een voltijdse, vaste benoeming, aantrekkelijk loon (vanaf €5.553,35), ruime verlofregeling, thuiswerk, fietsvergoeding, maaltijd- en ecocheques, hospitalisatieverzekering en sterke opleidingskansen.

INTERESSE?

Solliciteer tot 22/09/2025, 9u via www.motmansenpartners.be/vacatures. Vragen? Contacteer Silke Vanheusden via silke.vanheusden@motmansenpartners.be of 011/36.10.14.