

Protime onderzoek:

6 op de 10 Vlamingen was al ooit ziek tijdens zijn vakantie

“Vakantie dient om los te koppelen van het werk, niet om ziek te zijn”

Mechelen, 21 mei 2024 – Bijna zes Vlamingen op tien (59%) waren al ooit ziek tijdens hun vakantie. Tot voor enkele maanden had je dan brute pech; je verlof was verpest én de vakantiedagen was je kwijt. Sinds dit jaar kwam daar verandering in en kan je die ziektedagen later als verlofdagen recupereren. Een prima maatregel volgens meer dan vier op de vijf Vlamingen (81%), zo blijkt uit een onderzoek van [Protime](#). De marktleider in onder meer tijdregistratie liet hiervoor 1.000 Vlaamse bedienden bevragen.

“Ik juich dit ‘recht op vakantie toe’! We hebben vakantie nodig om tot rust te komen en tijd te spenderen met familie en vrienden. Zo kunnen we daarna uitgerust en vol energie terug aan de slag gaan. Als je door ziekte niet kon deconnecteren tijdens je verlof, dan heeft dat een negatieve impact op jouw mentale gezondheid,” zegt Gille Sebrechts, CEO van Protime.

Wie tijdens zijn vakantie ziek wordt, kan die dagen vanaf dit jaar in ziekteverlof laten omzetten om ze dan later op te nemen. Er hangen wel een aantal voorwaarden aan vast. Zo moet je dit binnen de twee dagen na jouw doktersbezoek laten weten aan je werkgever. Ook moet je een ziektebriefje afgeven op je werk én melden dat je die vakantiedagen later wil opnemen.

Deze wet is een goede zaak volgens meer dan vier op de vijf Vlamingen (81%). Niet verwonderlijk, want 59% was al ooit ziek tijdens hun congé. Vorig jaar alleen al waren dit één op de zes Vlamingen (16,5%). Meer vrouwen (20%) dan mannen (13%) gaven aan dat ze vorig jaar één of meerdere dagen ziek waren tijdens hun vakantie.

Lode Godderis, professor arbeidsgeneeskunde aan de KU Leuven, verklaart dit verschil als volgt: *“Vrouwen oefenen vaker zorg- en contactberoepen uit dan mannen. Dit zijn jobs met andere beroepsrisico’s. Daarnaast hebben ze meer verantwoordelijkheden in het privéleven, zoals de opvang van de kinderen, én nemen ze nog steeds meer huishoudelijke taken op zich in vergelijking met mannen. Ondanks verbeteringen in gendergelijkheid en de positie van België in de wereldwijde top 10 landen op het gebied van het sluiten van de genderkloof, blijven deze verschillen bestaan.”*

Hoe jonger, hoe vaker we ziek waren tijdens een vakantie

Nog opvallender is de rol die onze leeftijd speelt: terwijl nog 20% van de Gen Z’ers ziek viel tijdens hun congé, loopt dit terug tot 18% van de millennials, 15% van de Gen X’ers en ‘slechts’ 7% van de babyboomers.

Verschillen per generatie; ziek tijdens de vakantie

- Generatie Z (geboren na 1997): 20%
- Millennials of Generatie Y (geboren tussen 1981 en 1996): 18%
- Generatie X (geboren tussen 1965 en 1980): 15%
- Babyboomers (geboren tussen 1946 en 1964): 7%

PERSBERICHT

“Dit komt omdat jongere werknemers frequenter kort ziek dan oudere werknemers. Als deze laatsten zich ziek melden, zijn ze langer afwezig. Hier spelen verschillende factoren een rol: jongere werknemers besteden vaak wat minder aandacht aan hun gezondheid, waardoor ze gemakkelijker een verkoudheid, griep of andere infectieziekte oplopen (redenen voor kort verzuim). Daarnaast is de werk-privébalans van jongere werknemers minder in evenwicht dan die van oudere werknemers. Jongeren hebben nog niet de stabiliteit van een oudere werknemer,” zegt Lode Godderis.

Terwijl 15% van hen zich na één à twee dagen terug beter voelde, verloren de ‘vakantiezieken’ in 2023 gemiddeld vijf vakantiedagen. In veruit de meeste gevallen waren ze die vakantiedagen kwijt, toch mocht 14% ze nog op een later moment opnemen van hun baas, ook al was die daar toen nog niet wettelijk toe verplicht.

Omgekeerd Kortjakje

Eindelijk vakantie, en dan val je ziek. Het komt meer voor dan je zou denken en dat heeft een verklaring.

“We worden makkelijker ziek als we rust nemen,” zegt Lode Godderis. *“Als we werken, dan staat ons lichaam onder stress wat ervoor zorgt dat het alert is. Ook ons immuunsysteem is dan aangewakkerd. Als we vakantie nemen, zijn we in rust en komen aandoeningen sneller naar boven. Dit heet het Omgekeerd Kortjakje-syndroom of de vrijetijdsziekte.”*

Methodologie

Het online onderzoek werd uitgevoerd door onderzoeksbureau iVOX in opdracht van Protime tussen 4 maart 2024 en 18 maart 2023 bij 1.000 Vlaamse bedienden. Het onderzoek is representatief op geslacht, leeftijd en diploma. De maximale foutenmarge bij 1.000 Vlamingen bedraagt 3,02%.

Over Protime

Protime werd opgericht in 1995 en is marktleider op het gebied van tijdregistratie, personeelsplanning en toegangscontrole. Dankzij een voortdurende focus op innovatie, levert het bedrijf vandaag workforce management oplossingen in een brede waaier van klanten en sectoren. Zo telt Protime ruim 5.000 tijdregistratie-installaties in Europa, bij bijna evenveel klanten verspreid over Europa. Protime werd 10 jaar op rij verkozen Great Place to Work en streeft er naar om een “Once in a lifetime employer” te zijn. De organisatie telt zo’n 500 ‘Protimers’ en draaide in 2023 een omzet van 56 miljoen euro.

Voor meer informatie (niet voor publicatie, enkel voor de pers):

Wavemakers PR – Emanuel Sys, emanuel@wavemakers.eu, 0486 17 52 65