



# SOFIAnieuws

de nieuwsbrief voor ondernemende vrouwen

nr. 27 • Juni 2010

1

## Introductie



### Welkom!

Welkom op de zevenentwintigste SOFIA-nieuwsbrief boordevol weetjes en interessante artikels over vrouw en management.

Deze nieuwsbrief wordt verstuurd naar al onze netwerkleden, deelnemers van onze programma's en geïnteresseerden die zich hebben ingeschreven. Voor opmerkingen, reacties en bijdragen kan je terecht via [sara.declerck@uhasselt.be](mailto:sara.declerck@uhasselt.be). Meer info en het SOFIA-nieuws archief vind je op: [www.uhasselt.be/sein/sofia](http://www.uhasselt.be/sein/sofia)

2

## Vrouw en werk

**Vermijd multitasking.** Uit een studie van de Stanford University blijkt dat multitaskers middelmatig tot slecht presteren in bijna alle taken die ze uitvoeren. Ze concentreren zich niet in dezelfde mate als niet-multitaskers; ze zijn makkelijk verstrooid en hebben het moeilijker om van een taak naar een andere te switchen.

**Telefoneer.** We zijn zo gewend geraakt aan de digitale communicatie dat we voor alles en nog wat mailen, chatten, tekstberichten typen. Een eenvoudige telefoontje is vaak veel handiger dan een lange e-mail.

**Zeg bij het begin van een meeting - telefonisch of fysiek - wanneer die afgelopen moet zijn.** Je zet een tijdlimiet en dat is even voordelig voor jezelf als voor je bezoeker.

**Begrens de tijd waarop je online beschikbaar bent.** Wees beschikbaar voor telefoontjes, Skype, gedurende 'n aantal vastgestelde uren per dag en niet de ganse dag.

**Maak goed gebruik van je reistijd.** Reis je per openbaar vervoer, dan lees je; rij jezelf, luister dan naar audio-opnames over zaken die je interesseren, leer een taal of spreek zelf je ideeën in een dictafon in.

**Doet zaken die je niet wil doen.... eerst.**

**Zuiver je e-mail inbox.** Zeg nieuwsbrieven die je niet langer leest op. Blokkeer spammers via de daarvoor ontwikkelde functie. Probeer je inbox voor te behouden voor prioritaire communicatie

### 12 tips om tijd te stelen

Iedereen is druk, druk, druk.... Elke dag opnieuw kijken we tegen deadlines aan, trachten we vooruitgang te boeken en hebben we ook naast ons werk nog een hoop sociale- en gezinsverplichtingen. Omdat er maar 24 uur in een dag zijn, volgen hier 12 tips om wat meer tijd voor jezelf te creëren.

**Hou je ego onder controle** en laat je niet opsorpen door de populariteitswedstrijd die sociale media heet. Wie focust op het afleveren van kwalitatief werk, zal Facebook, Twitter en konsoorten snel minder belangrijk vinden.

**Kijk geen televisie.** Je informatie haal je van de radio terwijl je in de wagen zit of online. Zo beschik je elke dag over een hoop minuten (uren) die anderen niet hebben. Steve Jobs staat ervoor bekend: hij kijkt nooit naar TV.

**Las elke morgen een 'niet storen'-tijd voor jezelf in.** Spendeer je eerste 2 uur op kantoor aan zaken die je focus vereisen. Email, telefoongesprekken hebben de natuurlijke neiging uit te lopen. Bewaar ze voor later op de dag.

**Spendeer elke dag 15 minuten aan iets waardoor je gepassioneerd bent.** Op weekbasis heb je dan al snel meer dan een uur voor jezelf.

**Doet aan sport.** Uit een studie van het Amerikaanse ruimte-agentschap NASA blijkt dat wie aan sport doet na 7 uur werken 100% efficiënt blijft en wie niet aan sport doet amper 50%. Dat betekent dat deze laatste categorie er tweemaal langer over doet om hetzelfde te bereiken. Verder optimaliseert sporten je verstandelijke vermogens, je creativiteit en je productiviteit.

Bron: Express, 30/04/10 ([www.express.be](http://www.express.be))



### Affichecampagne Instituut voor de gelijkheid van mannen en vrouwen

Op maandag 7 juni heeft het Instituut voor de gelijkheid van vrouwen en mannen een persconferentie gegeven als startschot van zijn affichecampagne.

De drietalige affichecampagne van het Instituut draait rond vier thema's: partnergeweld, de loonkloof, de discriminatie van zwangere vrouwen op het werk en seksistische stereotypen in de reclame. Een groot aantal cijfers, situaties en feiten tonen aan dat de gelijkheid van vrouwen en mannen nog geen evidente realiteit is.

- Elke dag dienen 52 personen klacht in wegens partnergeweld.
- Een vrouw verdient gemiddeld 11% minder per uur dan een man. Op jaarbasis loopt dit cijfer op tot 24%.
- Ontslag, gemiste promoties, negatieve reacties van (mannelijke) collega's. In 2009 ging het bij 20% van alle klachtendossiers die door de juridische cel van het Instituut ontvangen werden om discriminaties die verband houden met zwangerschap op het werk.
- De aanwezigheid van seksistische stereotypen in de reclame is niet zonder gevolg: vaak leiden ze tot valse beloften en kunnen ze bijdragen tot een traditioneel rollenpatroon.

Het Instituut speelt een belangrijke rol in de strijd tegen deze vormen van discriminatie door slachtoffers bij te staan en de bevolking te sensibiliseren.



Bron: Instituut voor de gelijkheid van mannen en vrouwen, 10/06/10  
(<http://iqvm-iefh.belgium.be>)

### 1 op 5 vrouwen zwangere vrouwen of kersverse moeder ondervindt professionele problemen

In 2008 heeft het Instituut voor de gelijkheid van mannen en vrouwen een onderzoeksproject opgestart naar de problematiek van zwangerschapsdiscriminatie op de werkvloer. De studie werd uitgevoerd door het onderzoeksinstituut SEIN van de Universiteit van Hasselt. Het eerste deel van de studie is gebaseerd op een enquête bij 610 jonge moeders (uit beide landsdelen) en twee discussiegroepen met in totaal 15 vrouwen. Het tweede deel buigt zich over het beleid aangaande zwangerschap in ondernemingen.

De studie onderstreept dat een groot aantal werkneemsters geconfronteerd wordt met zwangerschapsgelateerde discriminaties, zowel tijdens hun zwangerschap en hun moederschapsverlof als na hun terugkeer naar het werk:

- In totaal werd 76,6% van de vrouwen geconfronteerd met ten minste één vorm van zwangerschapsgelateerde discriminatie.
- 5,1% zou ontslagen zijn wegens hun zwangerschap of gaven hun ontslag als gevolg van de wijze waarop ze tijdens de zwangerschap behandeld werden.
- Ongeveer 62% van de werkneemsters verklaart dat geen enkele risicoanalyse werd uitgevoerd. 18% moest in onaangepaste omstandigheden werken.
- 17,8% werd gediscrimineerd op het gebied van loon en carrière (voorbeeld: niet krijgen van een promotie).
- Meer dan één werkneemster op tien kende spanningen met collega's in het kader van hun zwangerschap.
- Bijna één werkneemster op vijf ondervond problemen met betrekking tot het moederschapsverlof (zoals het uitvoeren van taken thuis).

De resultaten tonen aan dat een groot aantal zwangere werkneemsters het slachtoffer is van discriminatie op het werk. Dit fenomeen wordt gebanaliseerd. Een ander probleem is dat zwangere werkneemsters, werkgevers en collega's onvoldoende geïnformeerd zijn over de wetgeving en het administratief beheer van de arbeidsrelatie in geval van zwangerschap.



Bron: Eigen berichtgeving (07/06/10)

**België op de 25<sup>ste</sup> plaats**

België bekleedt de 25<sup>ste</sup> plaats in de ranglijst van 36 ondervraagde landen. Allemaal worstelen ze met een tekort aan arbeidskrachten, zij het in verschillende gradaties. De oorzaak van het tekort varieert naargelang de lokale situatie, in functie van de economische groei, het specifieke economische weefsel, het opleidingsniveau of de demografie.

De landen die het gemakkelijkst gekwalificeerd personeel vinden zijn Ierland, het Verenigd Koninkrijk, Noorwegen, de Verenigde Staten, Spanje en India. Bovenaan de lijst prijken Japan, Brazilië, Argentinië, Singapore, Polen, Australië en China.

In de strijd om het talent zal de mobiliteit op de arbeidsmarkt een nog grotere rol spelen in de toekomst. Bedrijven willen hun ontwikkeling consolideren en zullen daarom de geschikte kandidaten zoeken waar ze te vinden zijn, of zich zelfs op die plaatsen vestigen. Volgens Manpower zullen kwaliteit en beschikbaarheid van de arbeid een doorslaggevende rol spelen in het vermogen om investeringen aan te trekken.

**Hoge werkloosheid en toch tekort aan talent**

Manpower heeft een enquête uitgevoerd naar het tekort aan talent. Hiervoor werden meer dan 35.000 werkgevers in 36 landen en gebieden (750 in België) ondervraagd.

Philippe Lacroix, Managing Director van Manpower Belgium: "De crisis heeft het tekort aan arbeidskrachten overschaduwd. Ondanks de hoge werkloosheidsgraad klagen de werkgevers dat ze geen geschikte kandidaten vinden. De arbeidsmarkt wordt nog altijd verstoord door een ernstig onevenwicht tussen het aanbod en de vraag naar talent. Te weinig kandidaten met het geschikte profiel zijn bereid te werken op de juiste plaats, op het juiste moment. Om die trend om te buigen, moet de arbeidsmarkt flexibeler worden en is er nood aan meer kneedbare vaardigheden."

Volgens Manpower zal de negatieve situatie nog versterkt worden door de demografische evolutie enerzijds en de toenemende complexiteit van de eisen die de bedrijven stellen anderzijds.

**Ranglijst van knelpuntberoepen wijzigt nauwelijks**

Zoals verwacht voeren de geschoolde arbeiders (lassers, elektriciens, metselaars, ...) ook in 2010 de ranglijst aan van moeilijk in te vullen vacatures. De top 10 die Manpower samenstelde wordt gedomineerd door andere technische functies (onderhoud), productieoperatoren of mecaniciens. Boekhouders en financiële profielen maken hun terugkeer in de lijst, net zoals secretaresses en administratief personeel, respectievelijk op de tweede en derde plaats.

Bron: Manpower, Mei 2010 ([www.manpower.com](http://www.manpower.com))



Een onderneming met honderd computers kan gemakkelijk tot duizenden euro's per jaar besparen, volgens de bedenkers van de Green Button. Brink en mede-oprichtsters Lianne Kweekel (19) en Mary-Alice Arlaud (21) begonnen het project eerder dit studiejaar met nog vijf andere studenten. Deze vijf haakten echter af bij de eerste enorme order die toekwam.

**Drie jonge meiden lanceren 'green button'**

*Het begon allemaal als een schoolopdracht, maar de mini-onderneming die drie jonge studentes voor de Hogeschool Tio in Utrecht moesten opzetten is inmiddels uitgegroeid tot een serieuze business.*

'De "Green Button" is een energiebesparende knop voor computer of laptop, die via een USB-aansluiting aan de computer kan worden bevestigd', vertelt ondernemster Nathalie Brink (20). Wanneer men even pauze neemt, naar het toilet gaat of een kopje koffie haalt, kan met één druk op de knop aanzienlijk veel energie bespaard worden. 'De Green Button draagt bij aan een schoon milieu en een lagere energierekening', aldus Brink.

Na afloop van het project kregen de meisjes opeens een enorme order binnen van het Platform Zelfstandig Ondernemers. Nadien volgden na een aantal orders en ondertussen zijn ook onderhandelingen met nog meer geïnteresseerde bedrijven opgestart. De meisjes willen het bedrijf zeker voortzetten als ze na de zomer zijn afgestudeerd.

Bron: Zibb, 31/05/2010 ([www.zibb.nl](http://www.zibb.nl))

### Kleinschaligheid hoeft geen obstakel te zijn

In de enquête wordt eveneens aangetoond dat zelfs kleinere bedrijven interne risico-beoordelingen kunnen uitvoeren, maar steun nodig hebben in de vorm van deskundigheid, begeleiding en hulpmiddelen om hun risicobeheerprocessen effectief te beheren en om succesvolle voorzorgsmaatregelen vast te stellen en uit te voeren.

Door middel van een campagne en informatiediensten werkt EU-OSHA aan de bewustwording van gevaren op de werkplek en aan het bevorderen van een veelomvattend en geïntegreerd risicobeheer. EU-OSHA stelt een aantal producten beschikbaar om dit proces te vergemakkelijken, met name voor kleine en middelgrote ondernemingen.

In een nieuwe 'database voor risicobeoordelingsmiddelen' worden controlelijsten, handboeken, brochures, vragenlijsten en interactieve hulpmiddelen samengebracht uit heel Europa, en deze is gratis beschikbaar via de website. Op dit moment wordt een 'Online interactief hulpmiddel voor risicobeoordeling' ontwikkeld en dit zou duizenden Europese bedrijven in alle sectoren moeten stimuleren en helpen om risicobeoordelingen uit te voeren.

In de context van de Communautaire strategie voor de gezondheid en veiligheid op het werk (2007-2012) is het belangrijk om te weten hoe met succes kan worden omgegaan met risico's op de werkplek, en wat de obstakels kunnen zijn om dit te bereiken.

## Managersstress niet erkend

*Van alle Europese managers krijgt 79% te maken met werkgerelateerde stress, maar in amper 1/3 van de bedrijven zijn procedures vastgesteld om hiermee om te gaan.*

4 van de 5 Europese managers zijn bezorgd over werkgerelateerde stress, zo blijkt uit de 'Europese bedrijvenenquête over nieuwe en opkomende risico's' (ESENER), waardoor stress op het werk net zo belangrijk wordt voor bedrijven als ongevallen op de werkplek (79%). Werkgerelateerde stress is in zeer ernstige mate aanwezig in gezondheids- en sociaal werk (91% van de bedrijven beschouwt het als enigszins of behoorlijk zorgwekkend) en in het onderwijs (84%).

"Met de financiële crisis in volle gang, geeft 79% van de Europese managers blijk van hun bezorgdheid over stress op het werk, die wordt erkend als belangrijke belasting voor de Europese productiviteit", aldus directeur Jukka Takala van EU-OSHA tijdens de conferentie in Barcelona. "Maar wat pas echt verontrustend is, is dat, ondanks de hoge zorgniveaus, slechts 26% van de EU-organisaties procedures hebben vastgesteld om met stress om te gaan.

In de ESENER-enquête wordt onderstreept hoe belangrijk het is om bedrijven effectieve steun te bieden om de stress aan te pakken, wat essentieel zal zijn om te waarborgen dat we de gezonde en productieve arbeidsbevolking hebben die nodig is om de Europese economische prestaties en het concurrentievermogen te verbeteren".

Uit het onderzoek blijkt ook dat 42% van de management-vertegenwoordigers het moeilijker vindt om psychosociale risico's aan te pakken dan andere veiligheids- en gezondheidskwesties. De gevoeligheid van de kwestie (53%) en het gebrek aan bewustzijn (50%) zijn volgens de resultaten van de enquête de belangrijkste obstakels voor het effectief omgaan met psychosociale kwesties.

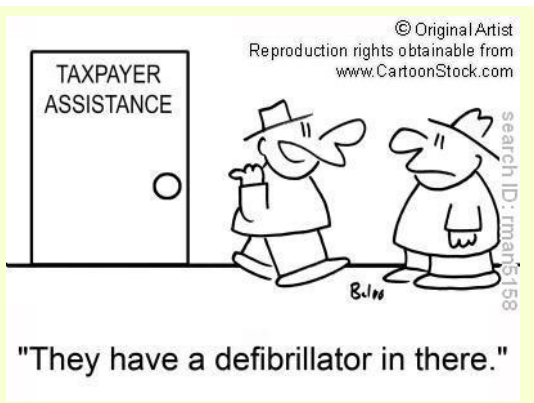
*Bron: Europees Agentschap voor veiligheid en gezondheid op het werk, 11/06/2010 ([www.esener.eu](http://www.esener.eu))*

## Belgisch werknemer is Europees vice-kampioen belastingen betalen

Een alleenstaande werknemer zonder kinderen werkt in ons land 214 dagen per jaar om zijn belastingen en taksen te betalen.

De 'Tax Freedom Day' valt voor een vrijgezel-werknemer dit jaar dus op 3 augustus, schrijven de kranten van de groep Sud Presse op basis van berekeningen van het Molinari Instituut. Dat betekent dat zo'n werknemer maar 151 dagen per jaar voor eigen rekening werkt, wat ons land op een 26<sup>e</sup> plaats rangschikt op de 27 landen van de Europese Unie. Enkel Hongarije doet slechter. Het Molinari Instituut baseert zijn berekeningen op gegevens van Ernst & Young en Eurostat. De berekeningen houden rekening met de sociale patronale bijdragen.

*Bron: Monster, 16/03/10 ([www.monster.be](http://www.monster.be))*



**Essence van 10 leidinggevende vrouwen**

Maak kennis met tien ondernemende vrouwen. Waarom startten zij een bedrijf op? Wat is er zo uitdagend aan het ondernemerschap? Hoe volharden ze tijdens moeilijke periodes? Hoe overleven ze als vrouw in een harde mannenwereld?

Een techniek van geuren en foto's roept bij elke vrouw herinneringen op aan haar jeugd. Ze ondernemen de zoektocht naar hun oorspronkelijke emotie, de kern of pit van hun ondernemerschap. Elke bedrijfsleidster leidt naar de volgende. Een vriendin, kennis of zakenrelatie gekozen uit haar netwerk. Je ontmoet opmerkelijke vrouwen uit verschillende bedrijfssectoren. Elk met haar eigen achtergrond en visie. Haar eigen essence.

Het enthousiaste verhaal van deze vrouwen zet aan tot meer ondernemerschap. Wie nog niet overtuigd is, wie nog net dat ene duwtje nodig heeft, wordt over de streep gehaald. Dit is een boek voor starters die willen leren uit het voorbeeld van anderen. Voor andere bedrijfsleiders is de gedrevenheid van deze vrouwen een stimulans om vol te houden.

Een artistiek boek met een intrigerend samenspel tussen tekst en fotografie, gerealiseerd door ondernemers.

Pittig detail: 2 van de 10 geïnterviewde vrouwelijke ondernemers zijn geen onbekenden. **SOFIA-dames Lucienne Saesen** (Aankoopconsultancy) en **Annick Annaert** (Bedrijfstheater Acbeth) brengen in dit boek beiden een boeiend verhaal, door geuren geïnspireerd.

*Bron: Eigen berichtgeving*



**ESSENCE**  
van tien ondernemende vrouwen

Mieke Vandromme  
Met foto's van Dagmar Blommaert

Op de cover: **MIEKE VANDROMME** houdt een micro klaar voor het interview. **REBECCA DESPEGHEL** legt de laatste hand aan haar outfit. **DAGMAR BLOMMAERT** hanteert de afstandsbediening van de camera. **LUC VANDROMME** houdt op de achtergrond het concept in het oog.

**Laat het ons weten !..**

Wanneer je een studiedag, workshop of andere interessante activiteit organiseert, wanneer je op zoek bent naar iets of iemand: [sara.declerck@uhasselt.be](mailto:sara.declerck@uhasselt.be)



Dit project wordt uitgevoerd met steun van de Vlaamse Overheid.



SOFIA nieuws is een publicatie van  
SOFIA/SEIN  
Universiteit Hasselt  
Agoralaan Gebouw D  
B-3590 Diepenbeek

Tel : 0032-11-268674  
Fax : 0032-11-268731

Redactie :  
Sara De Clerck  
[sara.declerck@uhasselt.be](mailto:sara.declerck@uhasselt.be)

© Fontana identity & design