



© PATRICK DIELEMAN

## HET LEVEN OP DE BOERDERIJ

Chris Coenegrachts is eerste ondervoorzitter van Boerenbond. Hij woont met zijn gezin in Vroenhoven (Riemst) en baat er een gemengd bedrijf uit met akkerbouw en varkens. Chris is wat men noemt een druk bezet man. Hoe bewaart hij het evenwicht tussen gezin, bedrijf en zijn engagement in Boerenbond? – *Luc Van Dijck*

**E**r zijn veel elementen die druk leggen op de landbouwer en tuinder en op zijn gezin. Hard werken alleen is niet genoeg. Iedere landbouwer moet efficiënt zijn, zijn administratie en financiën op orde houden, een goede manager zijn. Maar zelfs als alles op dit vlak goed zit, heeft hij nog geen garanties. Want het economisch klimaat is onzeker, het weer kan tegenzitten ...

### Tijd voor positief denken

“Dat is allemaal waar”, zegt Chris Coenegrachts, eerste ondervoorzitter van Boerenbond, “maar wat kan je daar als boer tegen doen? In ons werk zit er veel gedrevenheid. Je moet positief denken. Eerlijk, op een bepaald moment kan je toch ‘alleen maar je best doen’. Van iedere teelt of kweek verwacht je toch het beste. Je plant toch geen bieten met de idee dat de teelt zou kunnen mislukken? Je poot toch geen aardappelen in de

veronderstelling dat de prijzen slecht zullen zijn. Je werkt toch niet iedere dag een paar uren in de varkensstal met de verwachting dat je de vleesvarkens met verlies zal moeten verkopen? Integendeel, je hoopt dat de gewassen goed zullen bloeien en groeien. Je doet er al je werk en kosten aan en je hoopt op een resultaat waar je trots op kan zijn. Trots op jezelf ook. Niet om ermee uit te pakken bij je collega’s, dat ligt niet in de aard van Zuid-Limburgers.

Natuurlijk spelen het weer en de economische toestand een doorslaggevende rol. We zijn daar aan overgeleverd. We hebben er zelf geen vat op. De economische situatie zit vandaag niet echt mee.

.....  
**Uren aan een stuk door ploegen is niet erg als je het graag doet.**  
.....

En toch moeten we iedere keer opnieuw hopen dat alles wel zal meevallen. Bieten, tarwe of maïs uit de grond zien komen, de eerste aardappelstruiken die door de rug breken, de teelten verzorgen tegen ziekten en onkruid, dan zie je wat je doet. Dat motiveert ons om verder te doen.”

### Tijd om te werken

Chris heeft een bedrijf met 1300 vleesvarkensplaatsen en met 50 ha akkerbouw. Hij teelt suikerbieten, aardappelen, granen en korrelmaïs. “Ik werk veel samen met mijn neef die ook varkenshouder en akkerbouwer is. In het drukke voorjaar bekijken we elke zondag samen de planning voor de volgende week. Wat moet er allemaal gebeuren? Wie doet wat? Met al mijn engagementen als ondervoorzitter en andere bestuursmandaten is het niet gemakkelijk. Mijn neef heeft daar veel begrip voor. Hij weet wat het is om bestuursverantwoordelijkheid

te dragen, want hij heeft ook een belangrijk engagement. Ik weet dat ik op hem kan rekenen. We hebben altijd goed kunnen samenwerken en hopelijk blijft dat zo.

Tijdmanagement is belangrijk. Niet alles is even belangrijk en niet alles moet meteen gedaan worden. Veel zagezegd dringende zaken behoren tot de normale werkzaamheden en kan je zorgvuldig plannen. Als het nodig is doen wij ook een beroep op extra krachten en ook op agrolbedrijfshulp. De regeling die Boerenbond getroffen heeft voor zijn bestuurders is een goede aanvulling. In het 'hoogseizoen' maken we vaak lange dagen. Maar ik doe dat graag, uren aan een stuk met de tractor rijden, bemesten, ploegen, de grond klaarleggen, zaaïen, bespuitingen ... Ook handwerk kan rust geven aan de geest. Als we tussen de bieten staan te schoffelen, dan praten we over van alles en nog wat."

#### Tijd voor stielkennis

"Stielkennis is belangrijk. Daar kunnen landbouwers aan werken. Er staat een hele batterij voorlichters voor hen klaar. Ik denk dat we ook meer moeten kijken naar het proces van bedrijfsovername. Een bedrijf overnemen mag geen automatisatie zijn. Is het bedrijf wel geschikt om overgenomen te worden? Wat is de motivatie van de overnemer en beschikt hij over de capaciteiten om te kunnen slagen? Ik verwacht in dit verband veel van het Kenniscentrum bedrijfsoverdracht dat vorig jaar binnen Boerenbond opgericht werd.

Maar zelfs als de kaarten gunstig lagen, kan het nog tegenslaan. Er is veel ondersteuning voor wie de stap naar zelfstandige zet. Moeten we niet meer begeleiding voorzien voor zelfstandigen die de stap terugzetten? In geval van financiële problemen is de stap naar de bank de eerste en belangrijkste stap. Voor psychologische bijstand zijn er ook goede begeleidingsdiensten maar het is niet gemakkelijk de stap daar naar toe te zetten. De vraag blijft of we niet meer kunnen doen voor leden die in de problemen geraakt zijn?"

#### Tijd voor gezin

Chris is getrouwd met Edith. Zij is onderwijzeres. Het echtpaar heeft 3 dochters; alleen de jongste studeert nog. "Er is nog tijd voor het gezinsleven. Vrijdagavond probeer ik vrij te houden. Zaterdag is



© BOERENBOND

## CHRIS COENEGRACHTS

Leeftijd: 51 jaar

Gemeente: Vroenhoven (Riemst)

Specialisatie: Varkenshouder (1300 vleesvarkens) en akkerbouwer.

In ons werk zit veel gedrevenheid.

Je moet positief denken.

vaak nog een 'werkdag'. Zondag is de rustdag bij uitstek. Ik vind het fijn dat Edith in het weekend soms meegaat naar een of andere Boerenbondactiviteit. Voor mij is dat ook een blijk dat ze mijn inzet apprecieert. Ik ga ook graag mee naar activiteiten van haar school. Wat mij echt ontspant, is eens uit eten gaan. Dat is een gelegenheid voor Edith en mijzelf om echt de gedachten te verzetten, over andere zaken te praten. We komen dan

vaak zaken te weten waarvan we dachten dat we die toch allang aan elkaar verteld hadden ... Zo een avondje uit is veel meer waard dan een avond tv-kijken, waar je tegen mekaar alleen maar wat commentaar geeft over het programma. Wat mij ook ontspant, is klusjes opknappen. Een van mijn dochters is aan het verbouwen; dus daar kan ik mij wel uitleven. In de winter heb ik daar wat meer tijd voor." ■

## FIT IN JE HOOFD

Dit dossier 'Fit in je hoofd' gaat over geestelijke gezondheid. Het gaat over de vele opdrachten en verantwoordelijkheden van landbouwers en tuinders, op het bedrijf en in het gezin. Over de vele keuzes die zij moeten maken. Over de druk en de stress die daarmee gepaard gaan. Maar dit dossier gaat vooral over hoe met die druk en stress kunnen omgaan, over tijd voor werk en tijd voor vrije tijd, tijd voor jezelf, tijd voor het gezin, tijd om tot rust te komen. De nadruk ligt dus op preventie. Dit dossier is geïnspireerd door het project 'Fit in je hoofd, goed in je vel'. Dit project is reeds in 2009 uitgewerkt door het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie (VIGeZ) van de administratie Gezondheid en Zorg. Het project biedt 10 inspirerende tips aan om 'fit in je hoofd' te blijven.

Je vindt er alle informatie over via de website [www.fitinjehoofd.be](http://www.fitinjehoofd.be).



## IK ZIE HET EVEN NIET MEER ZITTEN

Iedereen heeft wel eens een moment dat hij zich niet goed in zijn vel voelt. Landbouwers lopen misschien nog meer risico dan anderen om de trappers te verliezen. Dat komt door de complexiteit van de land- en tuinbouw. – *Luc Van Dijk*

**E**r zijn veel factoren waar je als landbouwer geen vat op hebt. Er wordt veel van je verwacht. Je moet altijd maar nieuwe zaken kennen, nieuwe regels volgen ... Je gezinsleven en je werk lopen door elkaar. De economische toestand is niet rooskleurig. Als het eens allemaal te veel wordt, dan zit je vaak alleen te werken en is er niemand om mee te praten, niemand die luistert ... En het werk wacht niet, je moet doorgaan. Er is bovendien het taboe om over 'psychische' problemen te praten. We spraken met Leen Ballieu die als eerstelijnspsychologe werkt in het Soci-



*De gedrevenheid in de landbouw is groot. Maar soms wegen de lasten te zwaar door en kan het allemaal te veel worden.*

aal Huis in Poperinge. Leen Ballieu: "Hier komen mensen langs met beginnende psychische problemen zoals stress, angst, depressie en relatieproblemen. De cliënten komen meestal na een doorverwijzing van de huisarts, maar ze kunnen ook zelf de stap naar hier zetten. De mensen moeten nog voldoende kracht hebben om aan een oplossing te werken. Ik probeer hen daarbij te helpen. De begeleiding is enkel hulp van korte duur. De voordelen van onze dienst zijn de betaalbaarheid, het gegeven dat iedereen hier in alle anonimiteit kan binnenspringen en de samenwerking met de andere



partners. Als er bijvoorbeeld een bedrijfs-economisch probleem is, dan verwijst ik door, bijvoorbeeld naar Boeren op een Kruispunt. Als de situatie langdurige begeleiding vraagt, dan verwijst ik mensen door naar de best passende hulpverlening."

### Draagkracht

Leen Ballieu: "De ene persoon is kwetsbaarder dan de andere voor het ontwikkelen van psychische problemen. De ene kan meer tegenslagen verwerken dan de andere. Hoe komt dat? Je eigen draagkracht kan je voorstellen als een balk. In iedere balk zitten 'noten', die stellen je kwetsbaarheid voor. Die is genetisch – biologisch – bepaald en is voor iedere persoon verschillend. Wat je in je leven meemaakt en wat van jou wordt verwacht, dat zijn je draaglasten. Die komen op je draagbalk terecht. Dit zijn bijvoorbeeld je bedrijf en je gezin. Op een landbouwbedrijf wegen de 'lasten van het bedrijf' alleen al zwaar door.

De sterkte van je draagbalk bepaalt hoeveel je kan 'verdragen'. Je kan niet altijd maar meer en meer lasten dragen (bijvoorbeeld extra werk op het bedrijf of in het gezin, een pijnlijke gebeurtenis, een overlijden, ziekte, tegenslag ...). Wanneer je balk overbelast wordt, dan ontstaan er barsten of kan hij breken. Een gebarsten of gebroken balk moet gelijmd en gestut worden. De volgende stap is het op zoek gaan naar wat voor jou de lijm (= eerste hulp) is, wat de steunpilaren zijn en hoe de druk verminderd kan worden. Dat kan bijvoorbeeld zijn: vrienden waarop je kan rekenen, huishoudhulp, medicatie of een gesprek bij de psycholoog."

### Stress

"Stress is niet per se negatief. Positieve stress zet het mechanisme in je lichaam in gang om aan een nieuwe taak te beginnen: je hartslag versnelt, je ademhaling wordt sneller en dieper, je spieren spannen zich. Je bent alert en functioneert optimaal. Voor een korte periode heeft dit geen nadelige effecten. Je krijgt genoeg energie om aan de slag te gaan. Belangrijk is dat je na de inspanning een moment van rust vindt. Rust en recuperatie zijn essentieel. Je moet in je binnenste tot rust komen. Soms lukt dat niet. Bijvoorbeeld als er iets tegenslaat, als een machine plots stukgaat, als de prijzen laag blijven, als er inspectie komt, als er thuis problemen zijn ... Je 'draag-

balk' dreigt te breken onder alle lasten. Je blijft maar piekeren. Als deze situatie blijft duren dan geraak je uitgeput, zowel fysiek als psychisch. Je voelt je gewoon slecht, je brengt schade toe aan je lichaam. Dan spreken we van negatieve stress."

### Signalen zien

"Mensen gaan vaak eerst naar de huisarts met deze stressklachten. Ze slapen slecht, ze kunnen niet meer eten en hebben vaak hoofdpijn. Om de onderliggende problemen aan te pakken, kan de huisarts mensen doorverwijzen. Ik zie nogal wat mensen uit de land- en tuinbouw. Het gaat veelal om mannen en vrouwen die te kampen hebben met stress of depressiviteit, maar ook met relatieproblemen, problemen die te maken hebben met eenzaamheid en met problematisch alcoholgebruik. Problemen die beetje bij beetje groeien. Mensen

### Rust en recuperatie zijn essentieel in dit verhaal.

zien bij zichzelf dat ze prikkelbaar zijn. Of dat ze geen zin meer hebben om buiten te komen. Het gaat soms van kwaad naar erger, mensen beginnen aan zichzelf te twijfelen, zodat ze uiteindelijk in bed blijven liggen en geen zin meer hebben om nog op te staan. Een loontrekkende kan thuis blijven wegens ziekte, maar een zelfstandige landbouwer komt in zo een geval serieus in de problemen. Wie dergelijke symptomen bij zichzelf ziet, mag daar niet blind voor zijn of daar licht overgaan. Hij moet iets aan zijn situatie doen, eventueel hulp vragen. Vaak zien familie en vrienden sneller dat er iets scheelt. Zij moeten klaarstaan om te helpen, ook al krijgen zij te horen 'dat er helemaal niets aan de hand is.'"

### De stap naar de psycholoog

Leen Ballieu: "Mijn aanpak is in het algemeen gericht op 3 punten: het probleem zien, de knelpunten zoeken en naar een oplossing toewerken. De eerste stap is dat de persoon erkent dat er een probleem is en dat hij iets aan de situatie wil doen. Dan onderzoeken we waar de problemen liggen, we brengen de draaglasten in kaart. Wij staan stil bij de vol-

gende vragen. Wat moet ik allemaal doen op de boerderij en in het gezin? Wat doe ik wanneer? Wanneer kom ik onder tijdsdruk? Het kan zijn dat het werk dat vroeger lukte, nu niet meer gaat. Maar als het bedrijf groter is geworden of als je ondertussen 3 opgroeiende kinderen hebt, dan is dat toch niet meer dan normaal.

Dan zoeken we naar de lijm en de steunpilaren. Wat moet er gebeuren opdat je je opnieuw beter zult voelen en je stress onder controle krijgt? Kan je taken anders invullen of door anderen laten doen? Het komt vaak hier op neer: je moet het evenwicht vinden en bewaren tussen werken en rusten. Wat moet je veranderen om te kunnen recupereren en je batterijen op te laden? Op wie kan je hiervoor rekenen?

Rusten is niet noodzakelijk 'in de zetel zitten'. Rust of recuperatie in deze context kan van alles zijn: rusten, of ontspan-



*Rustgevende momenten moet je bewust inbouwen, anders komt daar niet veel van in huis.*

ning, fietsen, wandelen, met de motor rijden, een warm bad nemen, een kop koffie drinken, een telefoontje, ergens naartoe gaan ... En precies dergelijke rustgevende momenten moet je bewust inbouwen. Anders komt daar niet veel van in huis, want het werk op de boerderij is nooit gedaan ..." ■

Wie zich in deze problematiek herkent, kan terecht bij zijn huisarts, bij een Centrum voor Algemeen Welzijnswerk (CAW) en bij een Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg.

## MATHIAS HELPT SISKANOG STEEDS VOORUIT

Vorige zomer verloor Siska Morlion-Vanpeteghem uit Beveren-aan-de-IJzer haar man Mathias in een ongeval op het bedrijf. Ondanks het onbeschrijflijke verdriet en gemis, blijft Mathias haar inspireren en voortstuwen. Dat sterkt haar om over haar verwerkingsproces te getuigen voor groepen, maar ook om mee te werken aan deze reportage over hoe ze opnieuw zin probeert te geven aan haar leven.

– Patrick Dieleman

**D**e campagne 'Fit in de hoofd, goed in je vel' (zie p. 15) kent Siska heel goed. Tot vorig jaar werkte ze voor Logo, het lokaal gezondheidsoverleg, dat deze actie mee ondersteunt. Ze is daar gestopt om het varkens- en akkerbouwbedrijf, dat de passie was van Mathias, verder te zetten. "Ik wil niet dat Mathias' levenswerk verloren gaat", vertelt Siska. "Net als andere boeren heb ik geen

garantie dat ik hierin zal slagen, maar ik heb beslist om het een kans te geven en om er alles voor te doen."

### Het ging te goed

"We zaten vorig jaar in een ongelooflijke flow", vertelt Siska: "In mei 2012 zijn we getrouwd, in december 2013 is Irene geboren. In maart zijn we verhuisd naar onze nieuwe woning en in juni hebben we

de B&B geopend. In augustus is het ongeval gebeurd. Het ging voordien allemaal zo goed, dat we schrik kregen dat er plots iets zou gebeuren. Ik ben van nature eerder negatief ingesteld, en Mathias was de positivist. Hij sprak me altijd moed in en stimuleerde me om positief vooruit te gaan. Hij gaf wel toe dat hij daar ook schrik voor had, maar zei dan ook dat ze de positieve dingen die we meemaakten ons niet meer kunnen afnemen."

### Op zoek naar troost

Mathias helpt Siska nog steeds vooruit, vertelt ze. "Kort na zijn overlijden ging ik op zoek naar troost. Eerst ging ik naar mensen die Mathias ook gekend hebben. Iedereen deed al wat hij kon om me te troosten, maar toch knaagde het dat zij niet dezelfde band deelden met Mathias, niet beter of slechter, maar anders. Ik stelde vast dat ik op zoek was naar iemand met hetzelfde verdriet." Daarom ging Siska op zoek naar lotgenoten, maar die hadden Mathias niet gekend. "Uiteindelijk merkte ik dat ik nog het meeste steun vond bij Mathias zelf. Ik begon me te realiseren dat onze liefde niet over was. Geen van beiden heeft gezegd dat hij niet meer in onze relatie geloofde. Die liefde is er nog steeds, sterker dan ooit. Ik steunde heel sterk op Mathias. Hij kan het niet meer zeggen, maar ik voel dat hij nog steeds in mij gelooft en achter mij staat. Onze gesprekken over onze angst voor een tegenslag helpen me nu vooruit. Mathias zei steeds dat we er elke dag alles moeten uithalen wat er uit te halen is. Mijn grootste troost is dat ik weet dat



### SISKA MORLION-VANPETEGHEM

Leeftijd: Siska (26), Irene (1)  
Gemeente: Beveren aan de IJzer  
Specialistie: Varkens, akkerbouw, Bed&Breakfast (dyzerpasse-  
relle.com)

Ondanks het onbeschrijflijke verdriet en gemis, blijft Mathias haar inspireren en voortstuwen.

Mathias dat gedaan heeft. Hij vond dat je van elk moment een mooi moment moet maken, en dat deed hij echt. Als hij aan 't werk was, dan deed hij dat met hart en ziel. Maar wanneer hij uitging, kreeg ik hem niet mee naar huis. Er zijn veel mensen die zeggen dat hij veel gerealiseerd heeft, verwijzend naar het bedrijf dat hij opbouwde. Maar hij heeft ook veel gerealiseerd door andere mensen te inspireren. Het is alsof hij beseftte dat hij niet veel tijd had en dat hij de tijd die hij kreeg zo goed mogelijk moest benutten."

### Verder gaan

Siska kwam voor een keuze te staan: "Ofwel zou ik de rest van mijn leven triestig zijn voor wat er niet meer was, ofwel zou ik dankbaar zijn dat ik zo dicht bij Mathias heb mogen leven en zijn vrouw mocht worden. Wellicht zijn er veel mensen die nooit een dergelijk intense liefde gekend hebben. Het is veel te kort geweest, maar we hebben het wel gehad. Mathias zei continu dat je content moet zijn met wat je hebt, en niet moet kijken naar wat er niet is."

Haar motivatie om te getuigen over hoe ze omgaat met haar verlies put Siska uit het verschil in instelling tussen Mathias en haar. "Ik heb het gevoel dat wat Mathias me vroeger leerde nu een stuk van

### Maak van elk moment een mooi moment.

mezelf is geworden. Mijn speelsheid en onbezonnenheid is voor een deel mee met Mathias en er is een groot stuk Mathias bij mij gebleven. Stel dat het mij was overkomen, dan zou ik willen dat Mathias wat van mij zou meegeven aan Irene. Daarom wil ik dat Irene haar papa zo goed mogelijk leert kennen. Ik kan haar vertellen dat haar papa positief ingesteld was, maar het is veel sterker als ik haar dat ook kan tonen."

### Getuigen

Siska ging al spreken over hoe ze omgaat met haar verlies voor de Werkgroep K van KLJ en voor de vrouwen van Groene Kring. "Veel mensen zeggen dat mijn verhaal hen met de voeten op de grond zet. Ik beperk de harde kant van het verhaal. Je kan toch niet uitleggen hoe-



## VIJF AANKNOPINGSPUNTEN

Het verhaal dat Siska brengt is verweven met de levensvisie van Mathias. Die hielp hem om heel bewust te leven en helpt Siska nu nog elke seconde van de dag om door te gaan ...

1. **'Ook voor moeilijke zaken is er een oplossing.'** "Mathias was heel gedreven en rechtlijnig. Problemen waren er eenvoudigweg om opgelost te worden. Achteraf zou je kunnen zeggen dat dit ook de oorzaak van het ongeluk is, maar zijn gedrevenheid maakte van Mathias ook de mens die hij was, en waarom we hem zo graag zien."
2. **'Wat je geeft krijg je terug.'** "Het is niet daarom dat we geven, maar uiteindelijk merken we dat dit wel zo is. Wanneer ik ga spreken vraagt dat veel energie van mezelf, maar als je dan reacties hoort, krijg je zo veel energie terug."
3. **'Maak van elk moment een mooi moment.'** "Als je aan 't werken bent, probeer je daar dan in te amuseren. Als je aan het uitgaan bent, denk dan niet aan je werk, maar geniet van je uitgaan. Beleef wat je doet bewust en doe het met een glimlach."
4. **'Denk aan de schone dingen, en doe daarmee verder.'** "Wanneer ik ergens zorgen over had was de reactie van Mathias dat er alle dagen dingen zijn om je zorgen over te maken, maar dat er ook alle dagen mooie dingen zijn. Daar moet je aan denken en je moet daarmee verder doen."
5. **'De goeie dingen die je meemaakte, kunnen ze je niet meer afnemen.'** "Ik ben eerder iemand die vooraf twijfelt of het wel zal lukken en daar dan over loop te piekeren. Mathias zei dat hij altijd alles gaf wat hij kon, en dat hij dan nergens moest mee inzitten. En dat is ook zo. Je kan dat ook betrekken op de slechte prijzen in de landbouw, als je alles doet wat je kan heb je jezelf niets te verwijten."

veel pijn het doet. Dat brengt ook niets op. Ik begin met een sprookje en vertel dat het voor mij nog steeds een sprookje is. Vertellen over Mathias doet me nog steeds openbloeden, ook al doet het immens veel pijn. Ik ben blij dat hij in mijn leven is, niet zo dicht en zo fysiek als

ik zou willen, maar hij is er wel. Veel lezers zullen reageren dat je dit verhaal geen sprookje kan noemen, maar het doet zo veel pijn net omdat het zo mooi is geweest. Wat me ook sterkt, is dat je in je leven niet kiest wat er op je pad komt, maar je

kan wel kiezen hoe je ermee omgaat. Wanneer ik een goede vriendin bel op momenten dat het wat minder gaat, zegt ze steeds heel beslist: 'Siska, je kiest je gedachten zelf!' Ik denk dat Mathias me zou zeggen dat ik mag wenen, maar dat ik nadien moed moet vinden en opnieuw moet kunnen lachen. Ik ondervind het als een constante training om uit alles wat je meemaakt toch steeds opnieuw het meest positieve te halen. Bij mij is het slechtste wat ik in mijn leven kon meemaken gebeurd, door Mathias te verliezen. Nu probeer ik daar toch iets positiefs uit te halen door andere mensen te inspireren."

### Positieve dingen

Siska begon brieven te schrijven aan Mathias, om te kunnen ventileren wat haar overkwam. "Omdat ik verwachtte dat het een klaagzang zou worden en me realiseerde dat hij dan weer mijn gezeur zou moeten aanhoren, heb ik hem beloofd om elke avond ook 3 positieve dingen op te schrijven. Door erop te letten, stel ik tot mijn verbazing vast dat er elke avond wel 3 kleine dingen te vertellen zijn." Siska vertelt dat op een dag een neef van Mathias langskwam. Hij had de speelgoedtractor van Mathias gerepareerd en zei dat dit leuk zou zijn voor Irene. Een andere keer kwam een collega-boerin aan de deur, die ze niet echt goed kende. Die had wat eten gemaakt, omdat ze niet goed wist wat ze voor haar kon doen. "Dergelijke gebeurtenissen sterken me in de overtuiging dat er nog mooie dingen zijn, als ik ze maar wil zien. Ik geloof echt dat we onze hersenen kunnen trainen om de dingen positiever te zien. Door me te realiseren dat ik me overbodige zorgen maak, leer ik ook om daar afstand van te nemen. Nu vind ik het een gemiste kans dat ik me nog niet zo positief opstelde toen Mathias nog leefde. Het lukt me zeker niet altijd om te kiezen voor het positieve, maar ik doe wel m'n best hiervoor ..." ■



## MAAK TIJD VOOR EEN GOED GESPREK

"We moeten over onze problemen kunnen praten. En ons verzetten tegen de idee dat het ieder voor zich is. Collega's hebben vaak dezelfde problemen moeten oplossen. We kunnen van hen leren. Want op de keper beschouwd zijn we allemaal even kwetsbaar." – Luc Van Dijck

**D**uidelijke taal van de coördinator van Boeren op een Kruispunt (BOEK), Riccy Focke. Hij heeft recht van spreken. Sedert de oprichting van BOEK voerde hij honderden gesprekken met land- en tuinbouwers over hun problemen.

### Rustoord

"Werken is gezond voor geest en lichaam. Werken is nodig, want het zorgt voor een inkomen. Tot enkele decennia geleden was boeren een zware fysieke arbeid. Toen stonden de familieleden naast elkaar op het veld, om te zaaien, om te wieden, om te oogsten. Ze maakten lange dagen en het was lastig werken. Maar 's avonds konden ze goed slapen, doodop van

het harde fysieke werk. Op zondag wisselde het gezin het werkpak voor zondagse kleren en ging men naar de misviering voor hun zondagsplicht. Het was het moment om een uur te rusten, te luisteren, te dromen ... kortom een moment om helemaal tot rust te komen. Daarna kwamen de meeste mannen samen in het dorpscafé. Daar konden ze hun ervaringen van de week doorvertellen. Vandaag zijn er veel minder boeren overgebleven. Het is een voorrecht om nog boer te kunnen zijn. Maar de boerenstiel is ingewikkeld geworden. De arbeid is complexer: naast de fysieke arbeid, moet je nu ook manager zijn, je administratie op orde houden en zorgen dat alles betaald



geraakt. Je moet 's avonds nog veel denkwerk verrichten. Dat is minstens zo belastend als fysiek werk. Je hebt ook veel aan je hoofd, veel zaken waar je je zorgen over kan maken en waar je 's nachts van wakker ligt. Boeren werken bijna dubbel zoveel uren als een werknemer of een ambtenaar. Omdat ze meestal werken waar ze wonen, wordt de scheiding tussen privé en werk moeilijk. Er is altijd werk. 'Ik heb geen tijd om te rusten.' Doorgaan is de boodschap. Als ondernemer ben je positief ingesteld en dat is goed. Wie onderneemt, neemt een risico maar heeft het vaste vertrouwen dat het wel zal lukken. Maar je moet ook goed de risico's inschatten en een goede verzekering nemen waar dat kan."

### Doordraaien is doldraaien

"Ondernemen is een beroepsactiviteit en privé moet er tijd zijn voor gezinsactiviteiten met je partner en je kinderen. Veel landbouwers geraken op zondag niet meer aan hun rust, komen niet meer in het dorpscafé en draaien maar door. Nochtans: de boog kan niet altijd gespannen staan. Want ook lichamelijk ga je er dan onderdoor. En het gaat van kwaad naar erger. Er zijn misschien 'beren' van boeren, die kunnen blijven doorwerken, maar de meesten hebben nood aan rust. En, hoe ouder een mens wordt, hoe duidelijker dit wordt. Niet voor niets spreken we van de zondagsrust. Vandaag moet je in Vlaanderen al ver rijden om nog een dorpscafé te vinden. En als je er dan een vindt, dan zal je er al niet veel boeren treffen, want daarvoor zijn er nog te weinig boeren per gemeente overgebleven. En toch is het nodig dat boeren de kans hebben om met elkaar te praten, om te vertellen hoe het met hen en met hun bedrijf en met de familie gaat. Om te kunnen vertellen wat ze meegemaakt hebben. Om over hun problemen te vertellen. Elk moment van ontmoeting is een gelegenheid om ervaringen uit te wisselen. Wie bereid is om te vertellen over zijn problemen van de week, verneemt dikwijls dat de collega's dit ook al meemaakten en hoe ze het in het verleden hebben opgelost. Kenniscoöperatie avant la lettre. Dat is toch hoe we het graag zien."

### Concurrenten

"Er is iets dat me dwarszit. De boeren zeggen mij dat er op dergelijke bijeenkomsten niet meer gepraat wordt over

problemen. Hoe komt het dat boeren nog maar moeilijk met elkaar over hun problemen kunnen praten? Ik denk dat ze elkaar te veel zien als concurrenten. Wie is hier de beste? Wie heeft de beste keuzes gemaakt? Wie is het meest succesvol? In dat plaatje past het niet om toe te geven dat er iets tegenging op het bedrijf of in het gezin. Het past niet meer in het plaatje om (in het dorpscafé) te vertellen over 'normale' dagelijkse problemen. Hierdoor verdwijnt de openheid en de collegialiteit. Wat tegelijk ook wegvalt is dat je van een collega kan leren, dat je hoort welke oplossingen hij heeft gegeven aan gelijkaardige problemen. We moeten goed beseffen dat iedereen kwetsbaar is. De ene is niet beter dan

.....  
Het is de kwetsbaarheid die ons bindt.  
.....



Riccy Focke, directeur Boeren op een Kruispunt: "Er zit me iets dwars. Hoe komt het dat boeren nog maar moeilijk met elkaar over hun problemen kunnen praten? Is het omdat ze elkaar te veel zien als concurrenten?"

de andere. Een tegenslag kan iedereen overkomen. Het is de kwetsbaarheid die ons bindt."

### Solidariteit

"Op tijd rusten, tijd maken voor je gezin en je vrienden is een van de meest beschermende factoren voor geluk. Praten, eens een keer zwanzen en daarna ook

serieus luisteren naar mekaar is inspirerend en motiverend.

Boeren op een Kruispunt ontmoet veel eenzame mensen. Eenzaam als persoon, eenzaam in hun relatie, eenzaam tussen collega's, eenzaam in de maatschappij. Deze eenzaamheid kan voorkomen worden, door bewuster te kijken hoe je in het leven staat. Wat vind je belangrijk? Kom naar buiten. Ga naar de bijeenkomsten van je favoriete vereniging. Misschien wil je ook wel actief meewerken aan de activiteiten. Steek vrienden en collega's een handje toe. Ondertussen is er altijd tijd voor een goede babbel. Beseff dat je sociaal netwerk je grootste verzekering is. Solidariteit is de bereidheid om collega's en vrienden te helpen, zonder vergoeding, maar wel met het geloof en vertrouwen dat iemand anders het voor je zal opnemen wanneer je zelf in de problemen zit. Solidariteit begint bij jezelf. Er bestaan ook organisaties die je kunnen helpen, bijvoorbeeld





## BETER COMMUNICEREN OM LANGZAAM TE GROEIEN

De familie David baat in het West-Vlaamse Beselare een bedrijf uit met chrysanten en aardbeiplanten. Onlangs voerde het Innovatiesteunpunt er een ondernemersscan uit. De familie is tevreden met de huidige bedrijfsschaal en wil de werking optimaliseren door een betere organisatie en planning. – Jan Van Bavel

Johan en Karolien David-Tanghe komen uit een 'landbouwnest'. Johans ouders hadden in Wevelgem een tuinbouwbedrijf met tomaten, sla en chrysanten; Karoliens ouders een melkveebedrijf. In 1988 richtte het koppel Dataflor, een verwijzing naar de familienamen DAVId-TANGhe, in Beselare op. Johan en Karolien hebben 3 kinderen: Wouter (24), Katelijn (20) en Maarten (17). "Ik leerde de chrysantenteelt op het ouderlijk bedrijf kennen; het was ook een teelt die we goed konden commercialiseren", vertelt Johan. "We zijn gestart met 2 ha, veredelden al snel diverse soorten en breidden ons bedrijf gestaag uit tot de huidige 11 ha. In 2005 namen we de rassen van de firma Segers uit Roeselare, een pioniersbedrijf in vermeerdering van jonge planten, over. Dankzij allerlei kruisingen beschikken we over een assortiment van een 35-tal eigen commerciële rassen. Daarnaast testen we

.....  
**De interne communicatie en planning op het bedrijf is een werkpunt.**  
.....

zo'n 200 andere rassen op ziekteresistentie. Het is een voortdurende zoektocht naar nieuwe rassen. De stekken zetten we af bij telers in heel Europa. De grote potchrysanten worden via de veiling in Aalsmeer (Nederland), export naar Frankrijk en tuincentra in België vermarkt. We willen ons assortiment nog verbeteren en verbreden."

### Witte aardbeien

Het bedrijfsareaal bestaat uit 7000 m<sup>2</sup> aardbeien, 7000 m<sup>2</sup> chrysantenstekken en 10.300 m<sup>2</sup> potchrysanten. Het aardbeienassortiment bevat 20 rode en 5 speciale

variëteiten, zoals *bubbleberries* (met kauwgomsmak en -geur) en gele aardbeien. "In 1980 kwamen we in contact met een Nederlandse aardbeienveredelaar en konden we starten met de exclusieve verkoop van *pineberry*, een witte aardbei met rode zaadjes en een frisse, zoete ananassmaak", zegt Johan (zie foto boven). Deze variëteit komt in Chili gewoon in de natuur voor. Het seizoen loopt van begin februari tot eind mei, met een piek rond maart-april. "We proberen nu het volledige seizoen te overbruggen. We vermarkten dit nicheproduct al 3 jaar, vooral via tuincentra in België en Nederland, en de verkoop stijgt nog steeds. Maar we weten dat dit een trend is die geen eeuwigheid zal duren. We proberen elk jaar een nieuwe variëteit of een nieuw concept te lanceren. Maar kwaliteit primeert", pikt Wouter hierop in. "Als ondernemer moet je al aan een alternatief denken als je product een verkoop-

spiek bereikt”, aldus Johan. “Dat hebben we ook gedaan door chrysanten te gaan veredelen. Door het feit dat we chrysantenstekken leveren aan kwekers in België en de buurlanden hebben we een goed zicht op de markt.”

### Tevreden met bedrijfssituatie

Door het verschil in teeltperiode is de combinatie chrysanten-aardbeien bijna ideaal voor de familie. Terwijl Johan de algemene leiding van het bedrijf heeft en zich toelegt op de opkweek van chrysanten, houdt Karolien zich bezig met de personeelsopvolging en de stekproductie. Sinds een jaar is zoon Wouter actief op het bedrijf; hij focust vooral op de commercialisatie van de aardbeiplanten en de techniek. Al heeft iedereen zijn takenpakket, toch loopt het soms wat door elkaar. De familie is tevreden met de huidige bedrijfsgrootte. “11 ha is niet niks. Onze verkoop, zowel van chrysanten als aardbeien, stijgt gestaag. En in de chrysantenstekken zit er nog groei”, aldus Johan. “Teeltkennis is de grootste sterkte van ons bedrijf. Een werkpunt is de sterk gestegen personeelskost en de kostenpost 61 (diensten en diverse goederen). Zo moesten we voor onze Poolse seizoensarbeiders huisvesting voorzien. Handig daarbij is dat Karolien een mondje Pools spreekt. We trachten het kostenaspect goed te bewaken door een jaarlijkse kostprijsberekening en overleg met de bank.”

### Ondernemersscan

Begin maart voerde het Innovatiesteunpunt een ondernemersscan uit op het bedrijf. “In het algemene gedeelte van de starterscursus die ik volgde, kwam die scan kort ter sprake”, zegt Wouter. “Het hele bedrijf werd doorgelicht. We moesten aangeven hoe het in elkaar zit, hoe de taken verdeeld zijn, welke problemen er in de sector en op het bedrijf zijn en hoe we die aanpakken ... We kregen meteen advies, andere aspecten kwamen in een onderbouwd verslag nadien aan bod. Daar zat veel waarheid in. We leerden dat de interne communicatie op het bedrijf nog veel beter kan. Ik heb een stevige planning nodig, omdat ik veel ideeën heb die vaak niet kunnen worden gereali-

seerd. Ik noteer nu elke dag hoeveel tijd ik aan mijn activiteiten besteed, in de hoop daar op termijn een planning uit te kunnen distilleren.” Johan knikt. “Wouter schat de piekmomenten soms nog verkeerd in. Hij moet prioriteiten leren leggen en ‘nee’ durven zeggen als iets niet past in de planning. We moeten meer structuur brengen in de organisatie van ons bedrijf. Dat kan door het inbouwen van een wekelijks overleg op het einde van de werkweek, als het iets rustiger is. We werken met een weekplanning, maar moeten vaak flexibel zijn in de leveringen, wat heel wat stress met zich meebrengt. Als klanten bellen, verwachten ze soms

weekplanning kunnen we misschien vermijden om op zondag nog te moeten werken.”

### Sociaal aspect

Johan was een tijdje actief binnen de plaatselijke landelijke gilde. “Nu ben ik met enkele andere telers vooral actief in het technisch comité van het Proefcentrum voor Sierteelt (PCS). Karolien ontspant zich door kooklessen te volgen, Wouter en ik door af en toe te lopen. Op termijn wil Wouter het bedrijf overnemen. De komende jaren zullen we vooral focussen op een verbetering van het inputproces, het verder automatiseren



**FAMILIE DAVID-TANGHE**

Leeftijd: Johan (52), Karolien (52) en Wouter (24)  
 Gemeente: Beselare (Zonnebeke)  
 Specialisatie: chrysanten en aardbeiplanten

Zoon Wouter wil de aardbeientak op het bedrijf verder uitbouwen.

binnen het kwartier een antwoord ... We werken vaak nog op zaterdag. Dan worden we niet gestoord door telefoons en moeten we onze seizoenarbeiders niet aansturen. Op zondag probeer ik de boekhouding op orde te brengen, vakbladen te lezen en de watergift in de serre te controleren. Water geven en sproeien kan niet op dezelfde dag, dus moeten we dat spreiden in de week. Met een betere

van watergeefsystemen en ledverlichting. We zullen ook de nodige tijd steken in registratie en orderverwerking en het bedrijf klaarmaken voor de volgende generatie”, besluit Johan. ■

Meer info over het aanmelden voor een ondernemersscan en het project ‘Uitzicht door inzicht’ vind je op [www.uitzichtdoorinzicht.be](http://www.uitzichtdoorinzicht.be).





## VERANDERING POSITIEF AANGEPAKT

Als je om welke reden dan ook de droom van een eigen bedrijf moet opbergen, is het leven niet voorbij. Het verhaal van Filip en Gina Van Buynder illustreert dat het erop aankomt om kansen te benutten en misschien ook af te dwingen. Vorig jaar verhaagelde hun aardbeienbedrijf volledig tijdens de pinksterstorm. Ondertussen staat hun leven weer op de sporen, zij het dat ze iets totaal anders doen. – *Patrick Dieleman*

Vorig jaar in april kwam minister Schauvliege op bezoek bij Filip en Gina Van Buynder in Belsele. Ik mocht er toen een reportage maken voor *Boer&Tuinder*. Hier terugkomen doet vreemd aan. De serres zijn verdwenen en vervangen door een grasveld, het centrale betonpad ligt er nog. Aan weerszijden zijn jonge bomen aangeplant. Filip neemt me mee naar een knusse tuinkamer, waarin hij graag zit te werken. Hij vertelt me dat op deze plek de stookinstallatie stond, naast de koelcel. Niets laat vermoeden dat hier in de nacht van 8 op 9 juni 2014 de hel losbarstte.

### Verhaageld

Filip en Gina waren de avond van Pinksteren pas laat thuisgekomen. Samen met

enkele jeugd vrienden van Vrije Radio Belsele organiseert Filip ieder jaar een kermisweekend. Hij lag nog maar een goed uur in bed, toen de hel losbrak. Eerst dacht hij aan een gewone storm, maar dat het menens was bleek toen in huis de Velux-ramen kapot sprongen. Na de storm stond heel de buurt in rep en roer. Iedereen had wel ergens schade. "Ik wist direct dat we alles zouden moeten afbreken", vertelt Filip. "De eerste dagen wordt je geleeft en moet je van alles regelen. De dagen nadien kwam het besef dat we slechts 2 keuzes hadden: heropbouwen of stoppen. Tijdens de opruiming hebben Gina en ik veel gepraat over onze toekomst. Willen we dit ooit nog meemaken? Het was de tweede keer in 5 jaar dat zich hier in de

streek zulke zware hagelschade voerde. In 2009 was dat op enkele km van ons bedrijf. Voor hetzelfde geld waren we toen ook getroffen, hadden we heropgebouwd en deelden we nu opnieuw in de klappen. Nieuw glas bouwen zagen we eigenlijk niet zo goed zitten. Onze serre dateerde uit 1990, toen we gestart zijn. We waren goed verzekerd, maar met dat geld bouw je geen nieuwe moderne serre voor de teelt van aardbeien. We moesten ook plannen op langere termijn. We zouden moeten uitbreiden in oppervlakte om de volgende 20 jaar mee te kunnen. Het kon een jaar duren voor een nieuwe bouwvergunning en wellicht hadden we dan nu in het voorjaar nog geen teelt gehad en zaten we een volledig jaar zonder inkomsten."



## Beslissen

Filip en Gina hebben het beslissingsproces rationeel aangepakt. "Op een wit blad schreven we de voor- en nadelen van doorgaan en stoppen. Een viertal weken na de storm, wanneer al het glas opgegruimd was, zijn we voor een weekend naar de zee getrokken om eens uit te waaien. Tegen dat we terug thuis waren zouden we een beslissing nemen over onze toekomst. Voor ons vertrek, waren we al zowat 90% zeker dat we zouden stoppen. Zondagavond waren we niet van gedacht veranderd. Ons besluit stond vast en we

.....  
Filip en Gina schreven  
de voor- en nadelen van  
verdergaan en stoppen  
op een wit blad.  
.....



Filip in de vroegere stook- en frigruiimte, die nu ingericht is als tuinkamer.

zijn daar ook nooit meer op teruggekomen." Na deze beslissing gunden Filip en Gina zich nog wat tijd, er was trouwens nog opruimwerk genoeg. Doordat ze altijd een najaarsteelt doorteelden tot in het voorjaar, waren ze gewoon om tijdens de winter geen inkomsten te hebben. "We hadden voor onszelf uitgemaakt dat we tegen februari-maart beiden een goede job wilden hebben."

## Aanbiedingen

Filip vertelt dat het snel rondging, dat ze zouden stoppen. Sommige collega's probeerden hen op andere gedachten te brengen. "Dat was positief bedoeld. Ik

denk dat we bij veel mensen bekendstonden omdat we kwaliteit wilden telen. Ik speelde ook tussenpersoon tussen de telers van de aanvoerlocatie Vrasene en de directie van Veiling Hoogstraten, waar ik in de productadviescommissie en de werkgroep Promotie zat. Andere collega's zeiden dat ze in ons geval wellicht hetzelfde zouden doen. We zijn onze eigen weg gevolgd, zonder rekening te houden met de uiteenlopende reacties van anderen."

Er kwamen al snel jobaanbiedingen binnen, de meeste waren nauw verwant met de sector. "Ik wilde toch graag in de kleinfruitsector aan de slag. We hebben opnieuw op een wit papier de voor- en nadelen afgewogen van de verschillende aanbiedingen. Guido Verbeeck van substraatleverancier BVB, die hier al 10 jaar over de vloer kwam, vernam ook dat ik zou stoppen. Hij is ons direct komen opzoeken om te zeggen dat ze een

vertegenwoordiger voor België zochten en dat ik zeker eens met de directie van BVB moest spreken. Wij werkten op ons bedrijf uitsluitend met substraat van BVB. Wanneer een andere verkoper op het bedrijf kwam, vertelde ik altijd onmiddellijk dat ik een goede band had met Guido en tevreden was met de geleverde kwaliteit. Ik kon ook elders als voorlichter beginnen en ben toen met beide bedrijven gaan praten. BVB sprak me wel meest aan, ook wat bedrijfsvoering betreft. Het is een open bedrijf, dat voor kwaliteit staat zoals wij het altijd wilden en ik kan er mijn opdracht zelfstandig invullen."

## De baan op

Levert een achtergrond als teler voordelen voor het invullen van die functie? Ongetwijfeld wel volgens Filip. "Ze moesten me niet wegwijzen maken in de sector. Ik ken overal mijn weg: bij veilingen, telers, proeftuinen, adviesbureaus ... Ik draag ook mijn achtergrond als teler mee. Wat mijn meerwaarde is? Adviseren wil bij BVB zeggen dat we de telers zo goed mogelijk op weg willen zetten. We doen heel veel research. We hebben daarvoor 2 en binnenkort zelfs 3 laboratoria en we proberen goede contacten te onderhouden met de proeftuinen. We werken in 6 segmenten. Ik werk met 3 collega's in de sectie Soft fruits (aardbeien en houtig kleinfruit). Elke maand hebben we een segmentvergadering en we informeren mekaar ook continu. Zo kreeg een aantal aardbeitelers het voorbij najaar te maken met boorvergiftiging, ten gevolge van het gebruik van verkeerd bitterzout. Omdat een van onze klanten niet wist of een doorteelt mogelijk was met die planten, hebben we er enkele microscopisch laten onderzoeken. Toen bleek dat er genoeg bloembotten in zaten. Ook de bladsanalyses wezen in de goede richting. Hij heeft nu een prachtige doorteelt staan."

BVB vroeg Filip om al in oktober te starten, maar hij moest eerst nog een en ander afwerken op het bedrijf. En ook de heropening van Beans&Dreams, de winkel van Gina, kwam eraan. "Hier op het dorp is een winkel van streekproducten, doopsuiker en dergelijke, waar Gina geregeld kwam", vertelt Filip. "Zij had er al wel eens laten vallen dat ze daar graag zou werken, indien ze iemand zouden zoeken. Toen in augustus een van de compagnons besliste om uit de zaak te stappen, kon Gina als zelfstandige mee in de zaak stappen. De winkel werd heringericht en ze hebben ook gesleuteld aan het concept. Je kan er terecht voor 'originele geschenken en zalige zoetigheden': het gros van de streekproducten, pralines en snoepgoed. Gina is daar met veel goesting gestart. Begin november ging de zaak opnieuw open. Ik moet zeggen dat we het tot nu toe beiden altijd al heel druk hadden. Op dat gebied is er niet veel verschil met vroeger, maar we denken wel dat het na de overgangperiode iets rustiger zal worden. Vorige week zijn we trouwens voor het eerst sinds lang voor 4 dagen weg geweest." ■





## JE MOET TIJD MAKEN OM OP VAKANTIE TE GAAN

Vakantie nemen als boer wordt nog dikwijls als ongewoon en zelfs onmogelijk beschouwd. Je zinnen eens verzetten - liefst buiten de sector - kan nochtans helpen om de dag nadien met een verfrissend blik je bedrijfsvoering te hervatten. Voor Raf Seldeslachts is het alvast een must. – Anne Vandenbosch

**H**et melkveebedrijf van Raf Seldeslachts ligt aan de rand van de drukke Leuvense agglomeratie. Hij nam in 1993 het landbouwbedrijf van zijn vader over in Lovenjoel, een deelgemeente van Bierbeek. "Het telde toen 35 stuks melkvee en 25 ha akkerland. Ik bouwde onmiddellijk na de overname een nieuwe melkveestal voor 60 dieren en kocht het bijbehorende melkquotum. In 2007 kwam er een nieuwe potstal voor de drachtige koeien. Vandaag telt de stapel 95 melkkoeien met bijbehorend jongvee. Ik beschik in totaal over ongeveer 70 ha land, gelukkig zowat volledig in Bierbeek. Het merendeel ervan is gericht naar de voederwinning voor de koeien: 19 ha weiden en gras en ongeveer 24 ha maïs. In het teeltplan heb ik dit jaar ook 1 ha

luzerne opgenomen, 9 ha suikerbieten, 8 ha gerst en 4 ha tarwe. De erosiestroken met gras benemen intussen 2,5 ha."

### Meer dan één arbeidskracht

Raf is gehuwd met Krista Muls. Ze hebben 3 kinderen: Lore (15) en de tweeling Tom en Stijn (13). "De grootte van dit bedrijf vergt eigenlijk anderhalve volwaardige arbeidskracht (VAK), maar Krista werkt buitenshuis. Daarom besteed ik het werk in de akkerbouwvak gedeeltelijk uit in loonwerk. De activiteiten bij de koeien probeer ik grotendeels zelf te doen. Toch laat ik een- tot tweemaal per week het melken over aan een bedrijfsverzorger van agrolbedrijfshulp." Raf maakt hiermee een bewuste keuze. "Het melktijdstip valt immers op een

moment dat er ook heel wat activiteiten in huis gebeuren. Al sinds mijn huwelijk met Krista vind ik dat de andere gezinsleden hun aandeel van de aandacht mogen krijgen. Ik koos voor het bedrijf, de rest van het gezin eigenlijk niet. Mijn beroep is 'toevallig' landbouwer en we wonen met zijn allen op het bedrijf."

### Tijd maken voor vakantie

"We maakten indertijd met ons tweetjes enkele verre reizen, zoals naar Thailand en Ecuador, maar sinds de kinderen er zijn, blijven we ook niet thuis. Het is een jaarlijkse traditie om met het hele gezin ongeveer 2 weken op vakantie te gaan. We gaan meestal met CM naar Zuid-Frankrijk of naar Disneyland Parijs, volgend jaar misschien eens naar de VS.

Ik ga namelijk zelf ook graag eens op reis. Ik heb het zelfs echt nodig om af en toe eens de (bedrijfs)deuren achter me toe te trekken. Ik wil niet de hele tijd tussen 4 muren zitten, ik wil buiten de dorpsgrenzen komen, andere culturen opsnuiven."

Ook tijdens die vakanties zet Raf een bedrijfsverzorger in, maar hij houdt weliswaar dagelijks contact met het thuisfront. "Ik bel met mijn zus die hier-naast woont. Zij kent het bedrijf goed en houdt een oogje in het zeil. Indien nodig kan ik dan wel de noodzakelijke beslissingen nemen. Die telefoontjes doe ik niet zomaar overdag, maar op een rustig moment 's avonds. Ik volg ook niets online, dan blijf je immers beter thuis." Normaal gezien vertrekt het gezin Selde-slachts begin juli op vakantie. "In oktober houd ik hiermee al rekening bij de planning van de inseminaties. Zo beperk ik

.....  
**In deze regio zijn verschillende hulpboeren actief, ervaren zonen van melkveehouders.**  
.....

het aantal kalvingen tijdens mijn afwezigheid. Ook in het teeltplan houd ik hiermee rekening. Begin juli is het meestal vrij rustig op het land. Ik zaaide dit jaar voor het eerst sinds 15 jaar nog eens gerst. Daarvan kan de oogstperiode immers al eens te vroeg vallen. Maar zelfs indien dit het geval is, hoef je bij het oogsten van graan niet echt naast de loonwerker te staan. Die weet wel wat hij moet doen! De bedrijfsverzorger is bijna steeds dezelfde. In deze regio zijn verschillende hulpboeren actief, het zijn ervaren zonen van melkveehouders. Aangezien ik in een continu systeem zit, met wekelijkse inzet van een hulp bij het melken, komt er ook geen onbekende tijdens de vakanties. Dat stelt mij natuurlijk gerust. Toch bereid ik elke keer ons vertrek goed voor. De verzorger komt de dag voordien al meedraaien op het bedrijf zodat hij op de hoogte is van bijvoorbeeld de dieren die speciale zorg nodig hebben. Tijdens onze afwezigheid sluit ik bovendien de melkautomaat waar consumenten verse melk kunnen komen kopen. Zo ontlast ik de thuisblijvers van die extra taak.

Die bedrijfsverzorgers zijn trouwens goed opgeleid. Er is een verzekering aan gekoppeld voor als er toch iets zou mislopen. Natuurlijk hangt er ook een financieel plaatje aan deze beslissing. Het is alsof er een extra persoon mee op vakantie gaat, maar dat is het me waard. Krista en de kinderen appreciëren dit wel." "Ter plaatse laten we hem die eerste dagen vooral wat rust nemen", verklappen Krista en Lore, "maar nadien kan hij goed de knop omzetten. Wanneer het einde van de vakantie nadert, wordt hij wel terug wat nerveuzer."

absoluut nog moest melken ... Op een landbouwbedrijf kan je trouwens altijd wel redenen bedenken om niet op vakantie te vertrekken of naar een feestje te gaan. Dat ervaar ik bij heel wat collega's die moeilijker hun bedrijf kunnen loslaten. Velen van hen zeggen trouwens dat ze wel zullen reizen als ze met pensioen zijn. Maar dan moet je je pensioen wel halen natuurlijk én in goede gezondheid blijven om te kunnen reizen. Ik wil niet wachten tot dan, ik zag in mijn nabije omgeving immers al voldoende ongunstige voorbeelden ..."



**RAF SELDES-LACHTS**

Leeftijd: 43 jaar  
Gemeente: Lovenjoel  
Specialisatie: melkveebedrijf met 95 melkkoeien en 70 ha weiden en akkerland

Raf wil niet de hele tijd tussen 4 muren zitten.  
Hij gaat graag andere culturen opsnuiven.

### Betrokkenheid

Raf kent de werking en mogelijkheden van agrolbedrijfshulp goed ... "In 2013 was ik 6 maanden buiten strijd na een ongeval. Ook toen had ik erg goede ervaringen met de bedrijfsverzorgers. Naast de aangehaalde voorbeelden zal ik trouwens ook op hun diensten beroep doen wanneer ik eens een filmpje wil meepikken met mijn gezin of wanneer we ergens uitgenodigd worden ofzo. Wij zullen er niet te laat aankomen omdat ik

Raf zit sinds enkele maanden in de raad van beheer van de agroldiensten. "Hoe-wel ik niet zo graag met de cijfertjes bezig ben, wilde ik me hiertoe wel engageren. Ik heb enorm veel waardering voor hun werk en het vergt me een vijftal dagen per jaar. Daarnaast vertegenwoordig en verdedig ik vanop deze stoel de specifieke noden van de collega's en de sector." ■