

Dubbelcheck: de work-life balance van Filip (39) en Debby (38) Vacature.com



© Griet Dekoninck

Hij

Naam: Filip De Pooter

Leeftijd: 39

Functie: area manager Kempen & Limburg bij Adecco

“Zorgen los ik op op de fiets”

“Sinds Debby een jaar geleden **directrice** werd bij een [rusthuis](#), moet ik vaker inspringen bij de opvang van de kinderen. Maar daar hebben we op voorhand grondig over gesproken. De taken zijn goed verdeeld.”

“Ik werk bijna elke dag vanuit een ander kantoor en heb zelfs **geen eigen bureau**: ik ga gewoon zitten waar er plaats is. Onze kantoren gaan open om half negen en dan ben ik graag al aanwezig. Op dat moment heb ik al een drukke ochtend achter de rug. Ik sta op om zeven uur en zorg dat de [kinderen schoolklaar](#) zijn. Ik breng regelmatig mijn twee zonen naar school en rij dan onmiddellijk door naar het werk. [Ontbijten](#) doe ik pas op het werk.”

“Debby en ik brengen **afwisselend de kinderen naar school**. Als ik een verre verplaatsing moet doen, brengt zij hen 's morgens. Voor de oppik 's avonds kunnen we rekenen op twee oma's en opa's, die in de buurt wonen. We beseffen dat we daar veel geluk mee hebben. Ook op woensdagnamiddag gaan Dries en Stan naar hun grootouders. 's Avonds eten we samen met het gezin en gaat alle aandacht naar de kinderen. Om negen uur gaan ze in bed. Dan gaan Debby en ik terug aan het werk, gezellig samen aan dezelfde tafel.”

“Het is **druk met twee voltijdse jobs**, maar ik maak altijd tijd voor mijn grootste passie: [fietsen](#). Minstens eenmaal tijdens de week spring ik op mijn **racefiets**. In het weekend maak ik zelfs twee keer een tocht van 70 tot 80 kilometer. Fietsen is heilig voor mij: de weinige zorgen die ik heb, los ik gegarandeerd op terwijl ik achter het fietsstuur zit.”

Checklist	
Werkuren	55 uur/week
Avond- en weekendwerk	“Elke weekavond, op zondagavond voorbereiding van de week die komt”
Overuren	"Ja"
Woon-werktraject	“Ik woon in Geel, centraal gelegen in mijn werkgebied. Enkele keren per maand naar het hoofdkantoor in Groot-Bijgaarden.”
Thuiswerk	“Eerder uitzonderlijk”
Minder werken?	“Nee, het evenwicht zit goed.”
Zen-factor	8/10

Zij

<p>Naam: Debby Vanderlinden Leeftijd: 38 Functie: directrice bij woonzorgcentrum Hemelrijck Armonea in Mol</p>

“Het huishouden is het laatste van mijn zorgen”

“Een jaar geleden veranderde ik van job. Daarvoor heb ik moeten inboeten aan tijd met de kinderen. Maar dat wist ik op voorhand: **ik wilde deze kans niet laten liggen**. Er is een tijd voor alles. Na de geboorte van de kinderen nam ik mijn ouderschapsverlof en werkte ik deeltijds. Ik nam heel bewust de tijd voor hen. Nu werk ik voltijds en ging ik professioneel een uitdaging aan. Maar daar was ik aan toe.”

“Soms prikt het wel eens, bijvoorbeeld wanneer de jongens op school een sportwedstrijd hebben en ik niet kan gaan supporteren. Het is nu eenmaal **moeilijk om last minute zaken te verplaatsen** in mijn agenda. Als compensatie gaat al mijn vrije tijd naar de kinderen. Persoonlijke hobby's of interesses? Dat is zolang geleden dat ik me niet meer herinner wat ik in mijn vrije tijd deed (lacht). Een avondje naar de cinema of afspreken met vriendinnen moet ik **weken op voorhand inplannen**. In het weekend rij ik van hot naar her voor Dries en Stan, die beiden voetbal spelen.

“Ik volg ook nog een opleiding, ‘**leiderschap in de zorg**’. De lessen zijn op donderdagavond en zaterdagvoormiddag. In combinatie met de nieuwe job is dat zwaar. Langs de andere kant is die opleiding heel **verrijkend**.”

“De taken in het **huishouden** hebben Filip en ik evenredig verdeeld. We hebben een **poetsvrouw** met dienstencheques. Eerlijk gezegd wordt het huishouden momenteel wat verwaarloosd. Maar dat is het laatste van mijn zorgen. **Het hoeft niet altijd perfect in orde te zijn**: in ons huis mag geleefd worden.”

Checklist	
Werkuren	gemiddeld 55 uur/week
Avond- en weekendwerk	“Ik moet me nog inwerken en ben dus thuis elke avond aan het werk, het weekend wil ik vrijhouden.”
Overuren	"Ja"
Woon-werktraject	"Van Geel naar Mol, tien minuten rijden met de auto"
Thuiswerk	“Neen, ik werk altijd op kantoor.”
Minder werken?	“Nee, die tijd heb ik achter de rug.”
Zen-factor	7,5/10