

Persbericht

9 april 2025

Geert Meyfroidt en Sociaal Incapabele Michiel roepen op om altijd een fietshelm te dragen

Vandaag wordt de tweede 'Dag van de Fietshelm' georganiseerd door de Hersenletsel Liga

Vandaag organiseert de Hersenletsel Liga in samenwerking met verschillende partners de tweede editie van de 'Dag van de Fietshelm'. In aanwezigheid van ambassadeur Geert Meyfroidt werd de aftrap gegeven van een nieuwe campagne waarbij mensen aangemoedigd worden om altijd een fietshelm te dragen. Een ludiek filmpje van Sociaal Incapabele Michiel met een fietser die na een val een hersenletsel opliep, ondersteunt de campagne. Elk jaar worden 550 fietsers in ons land in het ziekenhuis opgenomen met een ernstig hoofdletsel. Uit de laatste gedragsmeting van Vias blijkt dat in België ongeveer 30% van de fietsers een helm draagt.

Uit een studie van Vias institute op basis van ziekenhuiscijfers uit heel België blijkt dat 42% van de zwaargewonde fietsers in het ziekenhuis een ernstig hoofdletsel opliep. Elk jaar belanden zo gemiddeld 546 fietsers na een ongeval in het ziekenhuis met een ernstig letsel aan het hoofd. Ernstige hoofdletsels hebben vaak onomkeerbare gevolgen zoals hersenletsels. De zichtbare en vaak onzichtbare gevolgen draag je voor de rest van je leven.

Om fietsen veiliger te maken is het dus belangrijk dat we inzetten op maatregelen om zowel het aantal ongevallen te verminderen als op het gebruik van beschermingsmiddelen om de ernst van de ongevallen te laten dalen. De fietshelm is een relatief goedkoop en effectief middel om je hoofd beter te beschermen en helpt zo de ernst van een letsel verminderen. Het is wel belangrijk dat je een helm met de juiste maat draagt en die ook op een goede manier vastmaakt: niet te strak en niet te los. Wanneer een helm niet goed op je hoofd zit, vermindert het gewenste effect.

Hoe goed beschermt een helm?

Helmen die in ons land verkocht worden, moeten voldoen aan een Europese norm EN 1078 (voor volwassenen) of EN 1080 (voor kinderen). Uit labotesten blijkt dat bij een val gehomologeerde helmen in staat zijn om de kracht die tijdens een botsing op het hoofd wordt overgebracht meer dan te halveren omdat de helm de schok absorbeert. Het dragen van de fietshelm in een ongeval reduceert zo de kans op het oplopen van een ernstig hoofdletsel met maar liefst 60%.

Ongeveer 1 op de 6 fietsers in Vlaanderen draagt een fietshelm

Uit de laatste gedragsmeting van Vias bleek dat 29% van de fietsers in ons land op het moment van de waarneming een fietshelm droeg. In Vlaanderen (17%) wordt de fietshelm minder vaak gedragen dan in Wallonië (46%) en Brussel (54%). De helmdracht ligt sowieso wel hoger bij wielertoeristen en gebruikers van bakfietsen.

'Dag van de Fietshelm' met ambassadeur Geert Meyfroidt

Met de campagne 'Breek er je hoofd niet over, draag een fietshelm' wil de Hersenletsel Liga, samen met vele partners, fietsers aanzetten om tijdens deze tweede 'Dag van de Fietshelm' een fietshelm te dragen en zo het aantal zware hoofdletsels te helpen verminderen. Uiteraard is het de bedoeling dat het dragen van de fietshelm een goede gewoonte wordt en blijft.

Geert Meyfroidt is Diensthoofd Intensieve zorgen van het UZ Leuven en ambassadeur van de campagne. Hij weet als geen ander wat de impact kan zijn van een ernstig hoofdletsel:

"Toen de Hersenletsel Liga me contacteerde om ambassadeur te worden van de Dag van de Fietshelm heb ik niet getwijfeld. Op onze afdeling intensieve geneeskunde zien wij jaarlijks veel slachtoffers van hersentrauma door een verkeersongeval of valpartij, vaak met ernstige gevolgen, tot zelfs overlijden en blijvende invaliditeit, ook bij jonge mensen. Met wetenschappelijk onderzoek proberen we te zorgen voor betere overlevingskansen en uitkomsten voor dergelijk ernstig traumatisch hersenletsel, maar voorkomen is beter dan genezen. Het dragen van je helm bij het fietsen maakt een enorm verschil, en het is zo belangrijk dat iedereen zich daar bewust van is. We hebben echt een cultuuromslag nodig, en hopelijk draagt deze campagne daar toe bij. Eén klap kan je leven veranderen!"

Campagnevideo met Sociaal Incapabele Michiel

Blikvanger van de campagne is een video waarin een slachtoffer van een fietsongeval (en lid van de Hersenletsel Liga) figureert in een ludiek filmpje met Sociaal Incapabele Michiel. Al grappend maken ze duidelijk wat de gevolgen kunnen zijn van het niet-dragen van de fietshelm. Deze spot zal via sociale media verspreid worden.



(klik op de foto om de video te starten)

Op de site www.dagvandefietshelm.be staat een overzicht van alle andere acties die in het kader van deze dag georganiseerd worden. Aan de hand van getuigenissen van fietsers die een ongeval hadden wordt het verschil duidelijk tussen degenen die wel een helm droegen en zij die geen helm droegen op het moment van het ongeval.

De campagne wordt daarnaast uitgedragen via meer dan 5000 affiches. In tal van ziekenhuizen, overheidsgebouwen en bedrijven is de digitale affiche te zien op tv-schermen.

Dag van de Fietshelm: werk van vele partners

Deze 2^{de} editie van de Dag van de Fietshelm is een initiatief van de Hersenletsel Liga en wordt gesteund door Vias institute en de Belgische verenigingen van Neurochirurgen (BSN), Neurologen (BVN-SBN), Spoedartsen (BECEP), Kinderartsen (BPA) en Revalidatieartsen (KBVFG- SRBMPR). De campagne kwam tot stand met financiële steun van het Departement Mobiliteit en Openbare Werken van de Vlaamse overheid.

Annick De Ridder, Vlaams minister van Mobiliteit, Openbare Werken, Havens en Sport: *"In mijn beleidsplannen, en meer bepaald het Masterplan Fiets dat ik dit jaar nog zal voorstellen, willen we meer mensen overtuigen om vaker de fiets te nemen. We willen meer mensen verleiden naar de fiets. Ik ben absoluut van overtuigd dat het dragen van een fietshelm (zware) hoofdletsels kan vermijden. Daarom zetten we ook sterk in op sensibilisering. Zo subsidiëren we dit jaar de Dag van Fietshelm die door de Hersenletsel Liga wordt georganiseerd. We betrekken daarbij lokale besturen om een actieve rol te spelen bij de sensibilisering rond het dragen van een fietshelm. Die sensibilisering zal ook deel uitmaken van het Masterplan Fiets. Een helmplicht vind ik een stap te ver, omdat zo'n verplichting ook mensen ertoe kan aanzetten om niet voor de fiets te kiezen."*

200 000 Vlamingen hebben een Niet-Aangeboren Hersenletsel

De **Hersenletsel Liga vzw** (<https://hersenletselliga.be/>) is een patiëntenorganisatie die streeft naar een betere levenskwaliteit van personen met een niet-aangeboren hersenletsel (NAH) en hun omgeving.

In Vlaanderen hebben naar schatting **200.000 mensen een Niet-Aangeboren Hersenletsel (NAH)**. Een Niet-Aangeboren Hersenletsel is schade aan de hersenen die ontstaat in de loop van het leven door een beroerte, ongeval, zuurstofgebrek, infectie, hersentumor, enz. Er zijn zowel **zichtbare gevolgen** zoals verlamming, bewegingsproblemen of spraak-, zicht- en slikstoornissen als **onzichtbare gevolgen** zoals overprikkeling, vermoeidheid, moeilijkheden met plannen en uitvoeren van taken, gedragsveranderingen, concentratiestoornissen, veranderde persoonlijkheid,...

Download de campagnefilm en getuigenissen via

[Dag van de fietshelm](#)

Contactpersonen :

Stef Willems: woordvoerder Vias institute: 0473 85 59 44

Carolien De Prycker, Coördinator & Communicatieverantwoordelijke Hersenletsel Liga, +32 477 28 70 90,
carolien.deprycker@hersenletselliga.be