25 jun 2026 -09:07

Gezondheidsdiensten waarschuwen voor gezondheidsrisico’s op evenementen dit weekend

Gezamenlijk persbericht FOD Volksgezondheid, AVIQ, Vivalis, ONE, en Departement Zorg en Ostbelgien - Dit weekend vinden overal in België grote en kleine sociale, culturele en sportevenementen plaats, van school- en familiefeesten tot sportwedstrijden tot optredens. Met het uitzonderlijke warme weer en de hoge ozonconcentraties de komende dagen, is het zowel voor de deelnemers aan deze evenementen als voor de organisatoren heel belangrijk om de risico’s zorgvuldig af te wegen en de nodige voorzorgsmaatregelen te nemen. De federale en regionale diensten volksgezondheid roepen daarom nog eens extra op tot verscherpte aandacht voor alle evenementen, zeker voor personen die kwetsbaar zijn voor hitte zoals jonge kinderen, ouderen, zwangere vrouwen en personen met gezondheidsproblemen.

Gezondheidsadviezen voor deelnemers aan sociale, culturele en sportevenementen

Dr. Gerlant Van Berlaer, Chief Medical Office FOD Volksgezondheid: “De hitteperiode vrijdag en dit weekend is uitzonderlijk. Daarom roepen we het publiek op om zich bewust te zijn van de risico’s en enkel goed voorbereid aan activiteiten deel te nemen. Zeker personen die kwetsbaar zijn voor hitte wil ik nog eens extra bewust maken dat deze hitteperiode risico’s voor hen inhoudt en dat ze zich daar goed op moeten voorbereiden. Beter een activiteit overslaan dan in deze hitte onnodige risico’s te nemen.”

Bij alle activiteiten zijn deze voorzorgen aan te bevelen:

- Drink zeer regelmatig kleine hoeveelheden water. Neem altijd zelf voldoende water mee naar de activiteit.
- Zorg dat je jezelf kan beschermen tegen de zon: zoek actief schaduw op, draag lichte, lichtgekleurde kleding en draag een pet of beter, een hoed met brede randen. Gebruik zonnecrème met een hoge beschermingsfactor.
- Wees uiterst voorzichtig met alcoholgebruik. Je lichaam verliest sneller vocht als je alcohol drinkt. Elk druggebruik is uiterst gevaarlijk.
- Luister naar je lichaam. Begin je je benauwd te voelen, zoek meteen een koelere plek op. Verlaat het evenement als je die koele plek daar niet kan vinden.
- Met deze hitte en ozonconcentraties zijn alle sportactiviteiten af te raden, ook voor jonge of geoefende sporters. Wil je absoluut sporten, doe het dan ’s morgens vroeg of ’s avonds laat.
- Wees aandachtig voor je naasten, familie, vrienden, alleenstaanden, … let op elkaars gezondheid met goede raad en daad.

- Oudere personen, jonge kinderen, zwangere vrouwen en mensen met gezondheidsproblemen zoals hart- of longklachten zijn meer kwetsbaar voor hitte en lopen meer gezondheidsrisico. Het wordt aanbevolen dat deze kwetsbare personen bijzonder aandachtig zijn voor hun persoonlijke situatie. Zij doen er goed aan zorgvuldig na te denken voordat zij deelnemen aan een evenement. Beoordeel of er voldoende verkoelingsmogelijkheden en drinkwaterpunten beschikbaar zullen zijn en overweeg je plannen te annuleren als je hierover twijfels hebt.

De gezondheidsdiensten wijzen er ook op om niet te zwemmen in gebieden waar zwemmen verboden is, zoals in kanalen of steengroeven.

Adviezen voor organisatoren aan sociale, culturele en sportevenementen

Ook wie een sociale, culturele of sportactiviteit organiseert, moet zich ervan bewust zijn dat het om een uitzonderlijke hitteperiode gaat. Kan een organisator onvoldoende maatregelen nemen om zijn evenement veilig te laten doorgaan, dan is het beter om het af te lassen.

Een veilige organisatie houdt in:

- Garanderen dat er een eenvoudige toegang tot (drink)water is
- Wanneer mogelijk de timing verplaatsen naar de minder hete momenten van de dag (‘s morgen en ’’s avonds laat)
- Garanderen dat er eenvoudige toegang tot schaduw is. Creëer extra schaduwplekken.
- Ruimtes met verkoeling aanbieden
- Voedselveiligheid kunnen garanderen in hoge temperaturen. Zie hiervoor de richtlijnen van het federale voedselagentschap.Federaal Agentschap voor de Veiligheid van de Voedselketen (FAVV).
- Sociale controle stimuleren, zeker voor kwetsbare deelnemers
- Opletten met vernevelingsinstallaties. Water vernevelen over publiek kan juist een opwarmend effect hebben wanneer het publiek dicht op elkaar staat. Gebruik vernevelaars op plaatsen waar veel ruimte is tussen personen.

Ga bewust en verstandig om met deze uitzonderlijke hitteperiode.

FOD Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu
Galileelaan 5 bus 2
1210 Brussel
België
+32 2 524 97 97
http://www.health.belgium.be

Annelies Wynant
Woordvoerster (NL)
+32 2 524 97 38
+32 485 73 44 05
annelies.wynant@health.fgov.be

Justine Cerise
Woordvoerster (FR)
+32 (0)499 27 40 30
+32 (0)2 524 99 13
justine.cerise@health.fgov.be

Vinciane Charlier
Woordvoerster (FR)
+32 (0)2 524 99 21
+32 (0)475 93 92 71
vinciane.charlier@health.fgov.be

© 2026 - news.belgium.be