

## **Version FR**

Communiqué de presse commun – SPF Santé publique, AVIQ, Vivalis, ONE, Departement Zorg et Ostbelgien

### **Les autorités sanitaires mettent en garde concernant les risques pour la santé lors des événements de ce week-end**

Ce week-end, de nombreux événements sociaux, culturels et sportifs, petits et grands, auront lieu partout en Belgique, allant des fêtes scolaires et familiales aux compétitions sportives et aux spectacles. Compte tenu des températures exceptionnellement élevées et des pics d'ozone attendus dans les prochains jours, il est très important, tant pour les participants que pour les organisateurs, d'évaluer soigneusement les risques et de prendre les mesures préventives nécessaires. Les autorités sanitaires fédérales et régionales appellent donc à une vigilance accrue pour tous les événements, en particulier pour les personnes vulnérables à la chaleur telles que les jeunes enfants, les personnes âgées, les femmes enceintes et les personnes souffrant de problèmes de santé.

### **Conseils de santé pour les participants aux événements sociaux, culturels et sportifs**

Dr Gerlant Van Berlaer, Chief Medical Officer du SPF Santé publique : « La vague de chaleur attendue ce vendredi et ce week-end est exceptionnelle. Nous appelons donc la population à être consciente des risques et à ne participer aux activités qu'en étant bien préparée. Je souhaite également sensibiliser davantage les personnes vulnérables à la chaleur aux risques que cette période représente pour elles, et à l'importance de bien s'y préparer. Avec cette météo, mieux vaut renoncer à une activité que prendre des risques inutiles. »

Lors de toutes les activités, les précautions suivantes sont recommandées :

- Buvez régulièrement de petites quantités d'eau ou de tisane. Emportez toujours une quantité suffisante avec vous.
- Protégez-vous du soleil : recherchez activement les zones fraîches ou ombragées, portez des vêtements légers et de couleur claire, ainsi qu'une casquette ou mieux un chapeau à large bord. Utilisez une crème solaire avec un indice de protection élevé.
- Soyez extrêmement prudent avec la consommation d'alcool. Votre corps se déshydrate plus rapidement lorsque vous consommez de l'alcool. Toute consommation de drogues est également extrêmement dangereuse.
- Écoutez votre corps. Si vous commencez à vous sentir mal ou oppressé, cherchez immédiatement un endroit plus frais. Quittez l'événement si vous ne pouvez pas y trouver de zone fraîche.
- En raison de la chaleur et des concentrations d'ozone, toutes les activités sportives sont déconseillées, même pour les personnes jeunes ou entraînées. Si vous souhaitez absolument pratiquer du sport, privilégiez le matin tôt ou le soir tard.

- Soyez attentif à votre entourage (famille, amis, personnes isolées, etc.) et veillez les uns sur les autres.
- Les personnes âgées, les jeunes enfants, les femmes enceintes et les personnes souffrant de problèmes de santé (notamment cardiaques ou pulmonaires) sont plus vulnérables à la chaleur et présentent davantage de risques. Il leur est recommandé d'évaluer attentivement leur situation avant de participer à un événement. Vérifiez si des zones de fraîcheur et des points d'eau sont disponibles, et envisagez d'annuler vos plans en cas de doute.

Les autorités sanitaires rappellent également qu'il est dangereux de se baigner dans des zones où la baignade n'est pas autorisée, comme les canaux ou les carrières.

---

### **Conseils aux organisateurs d'événements sociaux, culturels et sportifs**

Tout organisateur d'événements sociaux, culturels ou sportifs doit être consciente qu'il s'agit d'une période de chaleur exceptionnelle. S'il ne peut pas prendre suffisamment de mesures pour garantir le bon déroulement de son événement en toute sécurité, il est préférable de l'annuler.

Une organisation sûre implique :

- Garantir un accès facile à l'eau (potable)
- Adapter, si possible, les horaires aux moments les moins chauds de la journée (le matin et tard le soir)
- Garantir un accès facile à des zones ombragées et si possible en créer davantage
- Mettre à disposition des espaces frais
- Garantir la sécurité alimentaire (voir les [recommandations de l'Agence fédérale pour la sécurité de la chaîne alimentaire](#))
- Encourager la vigilance collective, en particulier pour les participants vulnérables
- Faire preuve de prudence avec les dispositifs de brumisation : pulvériser de l'eau sur un public dense peut entraîner un effet de réchauffement. Utiliser les brumisateurs uniquement dans des zones suffisamment espacées.

---

**Adoptez un comportement responsable et vigilant face à cette période de chaleur exceptionnelle.**

Communiqué de presse commun – SPF Santé publique, AVIQ, Vivalis, ONE, Departement Zorg et Ostbelgien

**NL VERSIE**

## Gezondheidsdiensten waarschuwen voor gezondheidsrisico's op evenementen dit weekend

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 of kruidenthee. 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 uw plannen te annuleren als u 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.

Gezamenlijk persbericht FOD Volksgezondheid, AVIQ, Vivalis, [ONE](#), ~~en~~ Departement  
Zorg [en Ostbelgien](#)