

# Terroristje



Beerse Wieler Toeristen

**Jaargang 32**  
**Augustus 2018**  
**Nummer 3**





## Hoe effectief is een fietshelm?

Er heerst nogal wat onzekerheid over de precieze effecten van een fietshelm en een eventuele fietshelmverplichting. In het debat rond deze onderwerpen is het niet altijd duidelijk of de opgeworpen argumenten voortkomen uit overtuiging dan wel uit wetenschappelijk bewijs. In dit artikel schetst Vias institute een overzicht van de meest recente wetenschappelijke inzichten rond de effecten van een fietshelm en een eventuele fietshelmverplichting.

### Effecten van fietshelmen op letselernst

Uit de resultaten van een recente meta-analyse naar de effecten van helmdracht en helmplicht blijkt dat het dragen van de fietshelm in een ongeval de kans op het oplopen van een ernstig hoofdletsel met maar liefst 60% reduceert. In deze meta-analyse werden de resultaten van 53 betrouwbare studies wereldwijd naar fietshelmdracht en fietshelmplicht uit de periode 1989-2017 samengevoegd.

Uit autopsies van overleden fietsslachtoffers blijkt dat 37% van de dodelijke slachtoffers die géén fietshelm droeg het ongeval had kunnen overleven indien de slachtoffers wél een fietshelm hadden gedragen. Een argument dat soms wordt aangehaald is dat het dragen van een fietshelm bij ongevallen zou kunnen leiden tot een toename in het aantal nekletsels. Maar de meta-analyse vindt echter geen significante toename van het aantal ernstige nekletsels door het dragen van een fietshelm.

### Effecten van fietshelmen op verschillende soorten ongevallen

De fietshelm helpt weliswaar niet bij alle type ongevallen om de ernst te verminderen. Als een fietser langs achteren wordt aangereden door een voertuig, blijkt de helm minder doeltref-

fend dan bij zijdelingse of frontale aanrijdingen. Bij 'hoogenergetische' ongevallen (aanrijdingen aan zeer hoge snelheid of door zware voertuigen), helpt de fietshelm vaak weinig of niet. Voor andere types ongevallen is de fietshelm dan weer uiterst doeltreffend. Zo blijkt bijvoorbeeld dat fietshelmen de ernst van enkelzijdige ongevallen sterk kunnen verminderen. Dat zijn ongevallen die plaatsvinden zonder een andere betrokken weggebruiker, zoals een valpartij of een botsing tegen een voorwerp. Het belang van enkelzijdige fietsongevallen in de problematiek van fietsveiligheid mag trouwens niet onderschat worden. Uit internationale schattingen blijkt dat 60 tot 95% van de fietsers die opgenomen wordt in een ziekenhuis of behandeld wordt op de spoedafdeling de verwondingen opliep bij een enkelzijdig ongeval. 5 tot 30% van de dodelijke fietsongevallen valt bij een enkelzijdig fietsongeval.

### Effecten van fietshelmen op betrokkenheid in een ongeval

Een andere relevante vraag is of het dragen van een fietshelm ook een effect heeft op de kans om betrokken te geraken in een ongeval. De meta-analyse onderzocht daarom of het dragen van een fietshelm een effect heeft op andere gedragingen. Meer



bepaald werd onderzocht of het dragen van een fietshelm leidt tot 'compensatiegedrag' waarbij de fietsers zich onveiliger gedragen wanneer ze een fietshelm dragen.

De meta-analyse bestudeerde het effect van fietshelmdracht op meerdere vormen van risicovol gedrag (bv. fietssnelheid, fietsen onder invloed, ...), maar vond geen bewijs dat fietsers die een helm dragen zich onveiliger zouden gedragen.

## Effecten van fietshelmen op andere weggebruikers

Er zijn weinig studies die onderzochten of de andere weggebruikers zich anders gedragen ten opzichte van fietsers met fietshelm versus fietsers zonder fietshelm, waardoor de meta-analyse hierover geen uitspraak kon doen. Eén studie vond dat bestuurders fietsers die een fietshelm dragen, inhalen met een kleinere laterale afstand dan fietsers zonder fietshelm. Het effect was beperkt in grootte, maar wel statistisch significant. Een latere studie die deze data heranalyseerde nuanceerde echter dat het dragen van een fietshelm niet leidt tot meer gevaarlijke inhaalbewegingen (met een laterale afstand kleiner dan 1,0 m), en dat het eerder gevonden effect dus enkel optrad bij inhaalsituaties waarbij de laterale afstand sowieso al voldoende groot was.

## Effecten van de helmplicht

Uit de resultaten van de meta-analyse blijkt duidelijk dat het invoeren van een helmplicht leidt tot meer helmdracht. Het gevolg hiervan is dat het aantal hoofdwonden bij fietsers met in totaal 20% daalt, met over het algemeen een groter effect op ernstige hoofdwonden. Vaak wordt gevreesd dat het invoeren van een helmplicht kan leiden tot een afname in het aantal fietsers. Daarnaast is er ook een bewezen 'safety in numbers'-effect wat betekent dat naarmate meer mensen fietsen, het ongevalsrisico voor iedere fietser afneemt. Hierdoor wordt fietsen dus in feite veiliger naarmate er meer mensen fietsen.

## Helmplicht bij kinderen

Niet alle landen voeren een helmplicht voor alle type fietsers in. In sommige landen geldt enkel een fietshelmplicht voor kinderen tot een bepaalde leeftijd. Zowel een helmplicht voor alle fietsers als een helmplicht enkel voor kinderen blijken een positief effect te hebben op de verkeersveiligheid. Een helmplicht die enkel geldt voor kinderen, blijkt wel alleen gunstige effecten te hebben op de veiligheid van de fietsende kinderen zelf. Er is geen 'spillover'-effect op volwassenen. Omgekeerd blijkt echter wél dat een helmplicht voor alle fietsers leidt tot een nog groter veiligheidseffect voor fietsende kinderen dan een helmplicht die enkel geldt voor kinderen. Wanneer dus ook volwassenen verplicht worden een helm te dragen, is het veiligheidseffect voor de kinderen groter. Wellicht is dat omdat volwassenen op die manier een positief rolmodel zijn voor de kinderen en er mogelijk ook strenger op toezien dat hun kinderen een fietshelm dragen.

## Wetenschappelijk bewijs helmplicht

Het wetenschappelijke bewijs rond de effecten van een helmplicht op het fietsgebruik is echter zeer uiteenlopend. Er bestaan zowel studies die inderdaad een daling vonden van het

aantal fietsers na invoering van een fietshelmplicht als studies die geen effect vonden op fietsgebruik, en zelfs studies die een toename in fietsgebruik vonden na de invoering van een helmplicht. Ook is het vaak moeilijk om aan te tonen of een verandering in fietsgebruik wel echt terug te leiden is tot de helmgeving. Uit onderzoek blijkt namelijk dat mensen een eventuele helmplicht veel minder doorslaggevend vinden bij hun keuze voor de fiets dan andere factoren die fietsgebruik kunnen aan- of ontmoedigen. De aanwezigheid van goede en veilige fietsinfrastructuur speelt bijvoorbeeld een veel grotere rol.

### Kerncijfers voor België

- In 2016 overleden 71 fietsers bij verkeersongevallen en raakten er 9.604 fietsers gewond. Fietsers representeren 19% van het totale aantal verkeersslachtoffers in België. Zij zijn de grootste groep verkeersslachtoffers na auto-inzittenden.
- België telt 7,4 fietsdoden per miljoen inwoners. Dat is het hoogste cijfer van West-Europa, en dus ook méér dan Nederland en Denemarken, de landen waar het meest gefietst wordt in Europa.
- Bij 26% van de gehospitaliseerde fietsers is een schedel- of hersenletsel de belangrijkste verwonding; en bij nog eens 9% is dat een hals-, gezichts- of ander hoofdletsel.
- 85% van de fietsers die opgenomen worden in het ziekenhuis liepen hun verwondingen op in een enkelzijdig ongeval.

### Het standpunt van Vias institute

Op basis van het beschikbare wetenschappelijke bewijs, ziet Vias institute geen redenen waarom het dragen van een fietshelm niet actief gepromoot zou moeten worden. Aan het vrijwillig dragen van een fietshelm lijken geen nadelen verbonden te zijn. Vias institute is tevens voorstander om op korte termijn een fietshelmplicht voor kinderen tot en met 14 jaar in te voeren. Hiermee geven we in eerste instantie prioriteit aan het beschermen van de meest kwetsbare fietsers. Hoewel de fietshelm een bewezen meerwaarde biedt bij het reduceren van de letselernst van een ongeval, moet er benadrukt worden dat er prioriteit gegeven moet worden aan het verminderen van het aantal fietsongevallen. Het stimuleren dan wel verplichten van een fietshelm dient te kaderen in een en-verhaal, waarbij de fietshelm een aanvulling is op (en geen alternatief voor) andere maatregelen zoals het aanleggen van veilige fietsinfrastructuur.

*Over de auteur  
Tim De Ceunynck,  
onderzoeker bij Vias institute*



## Spek en eieren rit

6 Oktober 2018

Na die vele kilometers die we dit jaar al afgemaald hebben is het weer tijd om het seizoen af te sluiten met een stevige maaltijd.

Om 10u komen we bijeen op het kerkplein, er fietst een groep met een snelheid van B-groep via Wildert naar Wortel .

Na ongeveer 53km komen we aan bij Jos en Carine waar we onze pan spek en eieren kunnen opeten.

Daarna fietsen we via de Bolksedijk terug naar ons clublokaal .

Voor de C-groep is de afstand tot onze stop ongeveer 42km .

In Casterle bij Jos en Carine gaan we onze pan spek met eieren verorberen. Nadien fietsen we via de Bolksedijk terug naar ons clublokaal .

Andere personen die geen fut meer in de benen hebben kunnen met de auto naar onze spek en eierenplaats rijden , vervoer dient dan zelf geregeld te worden. Vertrek hiervoor is 11u30 op het kerkplein.

Bij slecht weer zal er waarschijnlijk door de meeste personen wel voor deze laatste optie gekozen worden.

Voorinschrijving: 10Euro/persoon inclusief spek en eieren met brood en koffie + enkele drankjes.

Inschrijven kan bij 1 van de bestuursleden tot 23 september .

Voor verdere inlichtingen of afspraken met vervoer laat het weten aan een bestuurslid

.....

Naam:.....schrijft met .....personen in voor de spek en eierenrit op zaterdag 6 Oktober 2018 en betaald hiervoor .....x 10euro. Inschrijven voor 23 september aan een bestuurslid of via onze website.

# 21-10-2018

## Mountainbike tocht

### Beerse



Inschrijven van 8u00 tot 10u30  
Afstanden: 15km , 25km , 35km en 45km  
Vertrek aan kantine KFC LENTEZON  
Stadionlaan 1 (Hemelrijk) te Beerse  
Info: 0484/36 61 28  
Gratis soep, energiedrank en snack tijdens de rit  
Gelegenheid tot douchen en afspuiten fietsen.  
Inschrijving : leden 3€ niet leden 5€



Vlaamse Wielrijdersbond

Beerse  
Wielertoeristen



# Eindejaarsfeest



2018

BWT

BUON APPETITO!  
**guten appetit!**  
BUEN PROVECHO!  
smakelijk!  
ENJOY IT!  
*Bon Appétit!*

## Vrijdag 30 nov 2018 om 19h

in de zaal van het hemelrijk ( aan overkant van lentezon)

Net zoals vorig jaar is er geen DJ voorzien en zal er muziek gespeeld worden door de mensen achter den toog

Zoals altijd zal er genoeg drank zijn. Het eten moet nog worden beslist. Wel werken we met dezelfde traiteur als de vorige jaren.

Indien u (met of zonder partner) wenst mee te feesten gelieve dan onderstaand inschrijfformulier ingevuld aan 1 van de bestuursleden te bezorgen. **Voor 11 nov 2018**  
Gelieve ook het verschuldigde bedrag over te maken op de rekening van BWT



Naam:.....

Schrijft in met .....personen aan 20eur/pers

En zal .....euro overmaken op rek **BE47 9730 4053 1280**

**Zaterdag 28 juli – 9u**

C- groep

rit tussen 50km en 70km

**Zondag 29 juli - 8u**

A- groep 85km GPS A11

Beerse- vier Winden-Salphen-Zoersel-Halle Zoersel-Oelegem-Schilde-'s Gravenwezel-Brecht-Sint-Lenaarts-Rijkevorsel-Beerse.

B- groep - 79km - (gps31)

Vosselaar - Turnhout - Schoonbroek - Witgoor - Atoom - Ten Aard - Zeggemolen - IJsboerke - Sportvelden

**Zaterdag 4 Augustus – 9u**

C- groep

rit tussen 50km en 70km

**Zondag 5 Augustus - 8u**

A- groep 85km GPS A178

Beerse - Hapert - Beerse

B- groep - 85 km – (gps33)

Rijkevorsel - Wuustwezel - Nieuwmoer - Kalmthoutse heide

**Zaterdag 11 Augustus**

C- groep

rit tussen 50km en 70km

**Zondag 12 Augustus**

A- groep 90km GPS A67

Beerse-Rijkevorsel-Achtel-Terbeek-Braken-Nieuwmoer-Wildert-Kalmthoutse Heide-Achterbroek-Westdoorn-Wuustwezel-Loenhout-St.Lenaarts-Rijkevorsel-Beerse

B- groep - 78km - (gps32)

Oostmalle - Zoerse - Pulderbos - Viersel - Lier - Bouwel - Grobbendonk - Wechelderzande

**Woensdag 15 Augustus - 8u !!!!**

A- groep 135km GPS A 192

Beerse-Markiezaatsmeer Bergen op Zoom-Beerse

B-en C- groep 76km (gps52)

Koekhoven - Zondereigen - Baarle-Hertog - Alphen - Chaam - Ulicoten - Zondereigen - Kolonie-Merksplas



**Zaterdag 18 Augustus – 12u30 !!!!!**

C- groep Opgelet 12u30 op kerkplein om naar vertrek in Vlimmeren te fietsen

Worstenrit van 70km

**Zondag 19 Augustus - 8u**

A- groep 85km GPS A57

Beerse-Den Abt-Vlimmeren-Wechel-Pulderbos-Zandhoven-Halle-St.Antonius-Brecht-Loenhout-Hoogstraten-Rijkevorsel-Beerse

B- groep - 80 km - (gps14)

Boskant - Zevendonk - Kasterlee - Millegem - Geel - Olen - Lichtaart - Sportvelden

**Zaterdag 25 Augustus – 9u**

C- groep

rit tussen 50km en 70km

**Zondag 26 Augustus - 8u**

A- groep 85km GPS A44

Beerse-Gierle-Lichtaart-Larum-Geel Bel-Kievermont-Geel Ten Aard-Lichtaart-Poederlee-Vorselaar-Wechel-Vlimmeren-Beerse

B- groep - 83 km - (gps7)

Tielen - Sus Pad - Grobbendonk - Zandhoven - Halle - Zoersel - Wechelderzande - Gierle

**Zaterdag 1 September - 9u**

C- groep

rit tussen 50km en 70km

**Zondag 2 September – 8u**

A- groep 85km GPS A116

Beerse-Nieuwmoer-Beerse

B- groep - 79 km - (gps11)

Baarle-Hertog - Chaamdijk - Ulvenhout - Zundert - Meer - Rijkevorsel

**Zaterdag 8 September – 9u**

C- groep

rit tussen 50km en 70km

**Zondag 9 September – 9u**

A- groep 80 km - GPS A16

Beerse-Reusel-Beerse

B- groep - 72 km – (gps35)

Den Abt - Oostmalle - Zoersel - St.Antonius - Schilde - Schoten - St.Job - Brecht - St.Lenaar

**Zaterdag 15 September - 9u**

C- groep

rit tussen 50km en 70km

**Zondag 16 September – 9u**

A- groep 70 km GPS A103

Beerse-Vosselaar-Zevendonk-Groot Rees-Kasterlee-Retie-Dessel-Achterbos-Millegem-Reivinnen-Tenaard-Zegge-Lichtaart-Tielen-Gierle-Beerse

B- groep - 70 km – (gps4)

Merksplas - Baarle-Hertog - Chaam - Meersel-Dreef - Meer - Hoogstraten - Rijkevorsel

**Zaterdag 22 September - 9u**

C- groep

rit tussen 50km en 70km

**Zondag 23 september - 9u**

A- groep 70 km GPS A3

Beerse-DenAbt-Melhoven-Brug 8-Kanaal Dessel-Schoten-Houtstraat-St-Lenaarts-Loenhout-Hoogstraten-Wortel-Merksplas-Beerse

B- groep - 60 km – (gps3)

Rijkevorsel - Brecht - Maria-Ter-Heide - Miksebaan - Westmalle - Oostmalle

**Zaterdag 29 September - 9u**

C- groep

rit tussen 50km en 70km

**Zondag 30 september - 9u**

A- groep 70 km GPS A151

Beerse - vliegeld Brasschaat - Beerse

B- groep - 58 km – (gps37)

GP Frans Wuyts:Vlimmeren - Blommerschot - Zoersel - Malle - Rijkevorsel - Wortel-kolonie - Merksplas

**Zaterdag 6 oktober - 13u**

Leste rit voor alle 3 groepen. Info in Terroristje

**Zondag 7 oktober - 9u**

Mtb groep - 45km

Verkenning toertocht

Koersfiets groep - 60km

Beerse - Vorselaar - Beerse

**Zaterdag 13 oktober - 13u**

Mtb groep - 45km

Verkenning toertocht

**Zondag 14 oktober - 9u**

Mtb groep - 45km

Verkenning toertocht

Koersfiets groep - 60km

Beerse - Vorselaar - Beerse

**Zaterdag 20 en Zondag 21 oktober**

A - B - en C - groep

Helpers op post voor onze veldtoertocht . info volgt nog



21-10-2018

# Mountainbike tocht

## Beerse



## Bart Maris

KINESITHERAPIE  
MANUELE THERAPIE  
REVALIDATIE



GSM: 0486 89 17 97