

Foto door Frankie De Clerck © 2026

Ik een helm?
Jij een helm!



V.U.L.: Hersenletsel Liga vzw p/a Inhendaalstraat 1, 1602 Vezembeeke

Initiatief van de Hersenletsel Liga



dagvandefietshelm.be



DAG van de FIETSHELM

woensdag 22 april 2026



DAG van de FIETSHELM

woensdag 22 april 2026

Een val duurt één seconde. De gevolgen kunnen levenslang zijn.

In België leven 431.000 mensen met een niet-aangeboren hersenletsel. Velen moeten verder met levenslange gevolgen.

Twijfel je of een helm echt nodig is? De cijfers spreken voor zich: 1 op 2 zwaargewonde verkeersslachtoffers op spoed is een fietser en 42% van hen heeft een hoofdletsel. Een fietshelm vermindert de kans op ernstig hoofdletsel met meer dan 60%. Het risico op dodelijk hersenletsel daalt zelfs met 70%.

Het verschil maken is eenvoudig. Gewoon helm op en gaan! Voor elke leeftijd, voor elke fiets, voor elke afstand, altijd! **#helmop**



Initiatief van de Hersenletsel Liga

Met dank aan onze sponsors

UNIT 1 **STROMER**

Lokko. **wowow**[®] *Swivle*[®] **JØULE**
REFLECTIVE WEAR

bobike[®]
bicycle safety gear

Lucien[®]

vostravel
ACTIVE REISPLEZIER

ANDERS REIZEN

H⁺PLUS
MOBILITY

KBC
Autolease