

## Interpellatie van de h. CLUMECK : Veiligheid en preventie tijdens de 10 km van Ukkel.

**De h. Clumeck** zegt dat sport een geweldige manier is om de volksgezondheid te bevorderen en dat de 10 km van Ukkel een mooie traditie is die sinds 2018 elk jaar vele deelnemers samenbrengt in een geest van gezelligheid en van jezelf overtreffen. Hij heeft zelf het genoegen gehad om verschillende keren deel te nemen, waarbij de prestaties varieerden afhankelijk van zijn vorm, gewicht en fysieke conditie.

De gemeente heeft echter een verantwoordelijkheid op het gebied van preventie en veiligheid van de deelnemers.

Hij wil graag zijn waardering uitspreken voor de inspanningen die de organisatoren van de 10 km al hebben geleverd. De officiële racewebsite bood een schat aan trainings- en voorbereidingsadvies over voeding, hydratatie, rekoefeningen en voetverzorging en vormde zo een waardevolle bron van informatie voor de deelnemers. Dit advies is echter vooral gebaseerd op praktische en sportieve voorbereiding.

Wat betreft cardiovasculaire preventie adviseert de site een medisch onderzoek zonder zich specifiek te richten op een risicogroep.

Een aantal wetenschappelijke onderzoeken heeft aangetoond dat intensieve lichamelijke activiteit, zoals 10 km hardlopen, gevaarlijk kan zijn voor bepaalde mensen met cardiovasculaire risicofactoren, vooral als ze niet voldoende getraind zijn of niet de juiste medische begeleiding krijgen.

In deze situaties kan aanhoudende inspanning leiden tot ernstige cardiovasculaire gebeurtenissen, zelfs plotselinge dood. Dit risico werd onlangs benadrukt door de dood van een Brusselse verkozenen van in de vijftig na het joggen.

Zou het college het niet gepast vinden om de reikwijdte en de zichtbaarheid van een medische boodschap op het gebied van preventie te versterken, vooral voor hardlopers die risico lopen op cardiovasculaire problemen?

Dit kan bijvoorbeeld worden vertaald als:

- een duidelijker medisch bericht op de inschrijvingspagina;
- het onderscheid en de waarschuwing dat risicogroepen (ouder dan 50 jaar, hartproblemen, roken, obesitas enz.) een medisch onderzoek bij een cardioloog moeten ondergaan;
- een link naar een zelfbeoordelingsvragenlijst over gezondheid (zoals PAR-Q+) of informatie over cardiovasculaire risico's, of een link naar een plaatselijk medisch referentiecentrum.

Deze eenvoudige maatregelen zouden het mogelijk maken om de preventie te intensiveren zonder de deelname te verzwaken, en tegelijkertijd de verantwoordelijke inzet van de gemeente te benadrukken.

We kunnen het advies inwinnen van een cardioloog, zoals professor Antoine Bondue, die iets meer dan twee jaar geleden een briljante lezing gaf over hart- en vaatziekten als onderdeel van een reeks gezondheidslezingen in Ukkel.

Om het evenement meer inclusief en toegankelijk te maken bieden verschillende gemeente (waaronder Anderlecht, Oudergem, Sint-Lambrechts-Woluwe en Elsene) verschillende afstanden aan (5 km, 10 km, 12 km, 17 km).

Zou het college willen overwegen om de opzet van de race uit te breiden en naast de 10 km ook een kortere afstand (bijv. 5 km) aan te bieden, die openstaat voor jongeren of gelegenhedslopers, om het participatieve en intergenerationele karakter van het evenement te versterken?

De hulpdiensten ter plaatse zullen ongetwijfeld gegevens hebben over ziekten, verwondingen of medische incidenten die zich tijdens vorige edities van het evenement hebben voorgedaan.

Beschikt de gemeente over deze gegevens? Als dit het geval is, is het dan mogelijk om een samenvattend verslag te maken zodat risico's beter kunnen worden ingeschat en preventie- en noodhulpdiensten kunnen worden aangepast?

Een dergelijke beoordeling zou nuttige lessen opleveren voor het verbeteren van de veiligheid en het voorbereiden op toekomstige edities.

Aangezien de race begin april om 15 uur plaatsvindt, kunnen de middagtemperaturen al hoog oplopen: afgelopen april registreerde het station van Ukkel temperaturen tot 25°C midden op de dag.

Zou het college willen overwegen om de start te verplaatsen naar 10 uur, zoals veel organisatoren doen, om te zorgen voor veiligere en comfortabelere omstandigheden voor alle deelnemers?

**Schepen Wyngaard** antwoordt dat dit sportevenement al vele jaren wordt georganiseerd in samenwerking met Ukkelse hulpverleners. Ze hebben statistieken die de schepen graag per e-mail wil toesturen. Gelukkig hebben de organisatoren van de 10 km de afgelopen jaren niet te maken gehad met ernstige gevallen, maar de gemeentelijke diensten zullen aandachtig luisteren naar de suggesties van de h. Clumeck, die schepen Wyngaard bedankt voor zijn aanbod. Met dit in gedachten zou de bijdrage van professor Bondue bijzonder welkom zijn bij het opstellen van de tekst die online zou worden geplaatst en de brief die naar de lopers met hun startnummer zou worden gestuurd.

Het college is helemaal niet tegen het idee om races over meerdere afstanden aan te bieden als onderdeel van dit evenement maar een dergelijke verandering zou mogelijk pas kunnen plaatsvinden voor edities na 2026.

Schepen Wyngaard is echter zo vrij om erop te wijzen dat sinds het einde van de covidcrisis de belangstelling voor de Ukkel 10 km is gegroeid, omdat inschrijvingen moesten worden geweigerd toen de drempel van 4.000 deelnemers werd bereikt. Aan de andere kant daalde het aantal deelnemers in de jaren voorafgaand aan de covidcrisis, wat er misschien toe leidde dat er kortere afstanden werden voorgesteld om het evenement weer aantrekkelijk te maken.

In elk geval zijn er al wijzigingen gepland voor de editie van 19 april 2026. Er zijn plannen om een "box"-systeem op te zetten, waarbij het vertrek wordt uitgesteld en getimed op basis van de snelheid van de deelnemers. In dit scenario zouden de lopers die inschatten dat ze de afstand in 30 tot 40 minuten kunnen afleggen als eerste starten, gevolgd door de deelnemers die inschatten dat ze de afstand in 40 tot 50 minuten kunnen afleggen. Dit zou het mogelijk maken om tot 5.000 lopers toe te laten zonder mensen af te wijzen.

Het idee om een race voor kinderen te organiseren is ook geopperd voor edities na 2026.

Er zijn in het verleden al discussies geweest over de starttijd, aangezien er tijdens een vorige editie met een start om 15 uur in mei zeer hoge temperaturen waren. Maar aangezien de laatste twee edities en die van volgend jaar naar april zijn verplaatst, kunnen we dragelijkere temperaturen verwachten, zelfs om 15 uur.

**De h. Clumeck** voelt zich als arts gehoord en dankt schepen Wyngaard voor het feit dat hij de 10 km van Ukkel heeft laten evolueren in de richting van het beter rekening houden met preventie.