

ARTIKEL

**Afzender:** Logo Brugge-Oostende vzw

**Ideale publicatiemaand:** september 2019

Week van de Mobiliteit:

4 veel gestelde vragen over luchtvervuiling en gezondheid!

Regelmatig verschijnen er berichten over ‘ongezonde lucht in Vlaanderen’. Het auto- en vrachtverkeer is daar op veel plaatsen in grote mate voor verantwoordelijk. De week van de mobiliteit is een mooi moment om eens na te denken hoe we dit zelf soms wel kunnen mee helpen aanpakken. Zo kan je jezelf en je omgeving grote gezondheidswinst cadeau doen door autoritjes eens meer te vervangen door te voet of met de fiets te gaan.

Om je te helpen hiermee aan de slag te gaan, geven we je graag 4 veel gestelde vragen over luchtvervuiling en gezondheid!

1. *“Er wordt veel gezegd en geschreven over de slechte luchtkwaliteit in Vlaanderen, maar kan ik ergens te weten komen hoeveel van dat ongezonde ‘fijn stof’ en ander ‘spul’ er in de lucht zit in mijn buurt?”*

Ja: op www.ircel.be vind je kaarten voor heel Vlaanderen waarop je zowel de huidige luchtkwaliteit als voorspellingen voor de komende dagen vindt. Een beetje zoals het weerbericht, maar dan voor de luchtkwaliteit dus!

Op www.vmm.be/data/luchtkwaliteit-in-je-eigen-omgeving vind je kaarten van de berekende luchtkwaliteit tot in jouw straat.

1. *“Ik fiets wel regelmatig, maar is dat wel nog gezond als ik dat doe langs een drukke weg?”*

De winst gezondheidswinst van bewegen is groter dan de mogelijke gezondheidsrisico’s door het inademen van vervuilde lucht. Je kan dus beter fietsen dan met de auto gaan. Maar het is logisch en belangrijk om tijdens het fietsen luchtvervuiling te vermijden. En natuurlijk speelt ook de verkeersveiligheid een rol: als fietser ben je kwetsbaar, dus kies voor veilige wegen en zorg dat je goed zichtbaar bent.

Het is dus logisch dat je kiest voor plaatsen met weinig of minder verkeer. Kies bijvoorbeeld een parallelle weg in plaats van de drukke weg. Je kan ook wat afstand nemen van het verkeer door op andere momenten te bewegen. Vertrek dan misschien eerder buiten de drukkere spitsmomenten.

Kijk ook eens rond in je omgeving en zoek waar mogelijk parken, bossen of trage wegen op. Deze kan je bijvoorbeeld vinden via www.tragewegen.be/in-mijn-buurt/trage-wegen. Via die wegen kom je niet alleen meer tot rust, de lucht is er ook gezonder!

1. “Ik wil wel minder vervuiling in de lucht brengen, maar ik ga niet meteen een nieuwe auto kopen. Kan ik dan nog iets anders doen?”

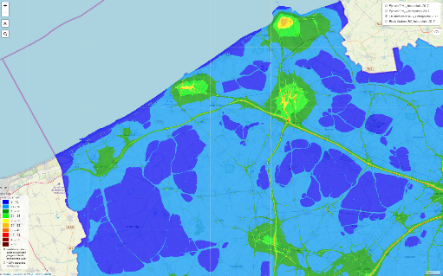
Ja, niet alleen je auto zelf, maar ook de manier waarop je je wagen onderhoudt en hoe je met je wagen rijdt, bepalen hoeveel luchtverontreiniging je in de lucht brengt. Als vuistregel kan je zeggen dat zuinig rijden, wat meteen direct financieel voordeel voor jezelf oplevert, ook minder vervuiling in de lucht brengt. Zo zorg je best voor de juiste bandenspanning (zie je gebruiksaanwijzing): is die te laag, dan is je verbruik, en dus ook de luchtverontreiniging, aanzienlijk groter. Meer tips over energiezuinig rijden vind je op [www.lne.be/tips-om-milieuvriendelijk-te-rijden](http://www.lne.be/tips-om-milieuvriendelijk-te-rijden).

1. “Ik zie op die kaarten dat de luchtkwaliteit niet zo goed is. Moet ik dan best mijn ramen dicht houden?”

Nee, de lucht in huis is meestal van slechtere kwaliteit dan de lucht buitenshuis omdat er binnen ook verschillende bronnen zijn van verontreiniging. Dit komt dan bovenop de verontreiniging die al in de (buiten)lucht aanwezig was. Daarom zorg je door ventileren best voor voortdurende afvoer van vuile lucht en aanvoer van verse lucht. Dit vul je aan met af en toe goed verluchten. Dit is dan het kort, maar veel verversen, van de lucht door bijvoorbeeld je ramen wijd open te zetten. Als het kan in jouw woning, ventileer en verlucht dan best aan de zijde van je woning waar weinig of minder verkeer langskomt. Kan dit niet, laat dan vooral voor en na de spitsuren de frisse lucht binnen.

Extra info:

* Bronnen:
  + [www.ircel.be](http://www.ircel.be)
  + [www.vmm.be/data/luchtkwaliteit-in-je-eigen-omgeving](http://www.vmm.be/data/luchtkwaliteit-in-je-eigen-omgeving)
  + [www.tragewegen.be/in-mijn-buurt/trage-wegen](http://www.tragewegen.be/in-mijn-buurt/trage-wegen)
* Mogelijke afbeelding vind je hieronder



(bronvermelding bij het warmtekaatje: [www.vmm.be/data/luchtkwaliteit-in-je-eigen-omgeving](http://www.vmm.be/data/luchtkwaliteit-in-je-eigen-omgeving), 2019)

