



PERSDOSSIER

# Stappen staat centraal

Week van de Mobiliteit

2021

Week van de mobiliteit : 16 > 22/09

Autoloze Zondag : 19/09

[weekvandemobiliteit.brussels](http://weekvandemobiliteit.brussels)



BRUSSEL MOBILITEIT

GEWESTELIJKE OVERHEIDSDIENST BRUSSEL

## INLEIDING

De Europese Week van de Mobiliteit loopt van donderdag 16 tot en met woensdag 22 september, met als orgelpunt de Autoloze Zondag op 19 september. Het centrale thema van deze week is stappen, de belangrijkste manier om je te verplaatsen in Brussel!

## VISIE

Brussel Mobiliteit zet zich vastberaden in voor de promotie van het stappen als volwaardige manier om je te verplaatsen in de stad, eventueel gecombineerd met andere vervoersmiddelen.

Stappen staat centraal in het stadsproject, ontwikkeld in het Gewestelijk Plan voor Duurzame Ontwikkeling (2018) en van het Gewestelijk mobiliteitsplan Good Move (2020). Het is een van de hoekstenen van deze proximity-city die Brussel gaat worden: “de stad van 15 minuutjes”, op mensenmaat, waar iedereen de nodige diensten en winkels in zijn onmiddellijke omgeving kan vinden. Stappen scoort uiteraard goed op alle vlakken van het Good Move plan: zo maken we van Brussel een stad die *green, social, pleasant, healthy, performant, efficient en safe* is.

**Het stappen verder blijven promoten, nieuwe wandelfans aantrekken, de complementariteit van stappen met multimodaliteit bevestigen... dat zijn de voornaamste uitdagingen van het Brusselse mobiliteitsbeleid.**

*'Geen betere mobiliteit dan nabijheid. En geen gezonder vervoersmiddel dan stappen. Vandaag gebeurt 37 % van alle verplaatsingen binnen Brussel al te voet, tegen 2030 moet dat 50 % zijn. In een veilige, groene, toegankelijke stad heb je genoeg aan jezelf om onderweg te zijn*

Elke Van den Brandt, Brussels minister van Mobiliteit, Openbare Werken en Verkeersveiligheid



## AMBITIE

Meer stappen om minder (gemotoriseerd) te rijden. Stappen is ideaal voor kleine afstanden van 1 tot 2 km. Net als fietsen is stappen zonder enige twijfel een gezonde, duurzame en aangename manier om je te verplaatsen!

Vandaag **gebeurt 37 %<sup>1</sup> van de verplaatsingen in Brussel te voet**. Het Good Move plan en het Gewestelijk Plan voor Duurzame Ontwikkeling voorzien dat **tegen 2030 meer dan 50 % van de verplaatsingen te voet of met de fiets gebeuren**. De vooruitgangsmarge is belangrijk.

Het wandel-aandeel vergroten, alleen of gecombineerd, in alle Brusselse verplaatsingen, zowel voor het aantal verplaatsingen als voor de afstanden, houdt dus ook in: het aantal verplaatsingen met de wagen verminderen en intermodaliteit aanmoedigen. Deze verschuiving naar het stappen brengt heel wat individuele en collectieve voordelen met zich mee.

### Door stappen te promoten, sluit Brussel aan bij een brede beweging, aangemoedigd door Europa en de WHO

Ook op internationale schaal krijgt het stappen steeds meer voorrang, bijvoorbeeld in het Transport, Health and Environment Pan-European Programme (PEP), opgesteld in 2002 door de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) en de UNO.

In alle grote Europese steden wordt stappen meer en meer trendy en zien fans en beginnende wandelaars de vanzelfsprekende voordelen ervan in, zowel individueel als collectief. Stappen wordt steeds meer aangezien als een volwaardige, dagelijkse manier om je te verplaatsen, als een alternatief voor de wagen en als ideale combinatie met het openbaar vervoer. Mobiliteitsapps en online kaarten hebben het stappen geïntegreerd als verplaatsingsmiddel op zich en pakken al uit met aangepaste routes en timings.

De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) adviseert volwassenen van 18 tot 64 om minstens 150 minuten gemiddeld intense activiteit (zoals een fikse wandeling) te doen per week <sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Uitgedrukt in aantal verplaatsingen en niet in afstand

<sup>2</sup> <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

# EEN AANGEPASTE INFRASTRUCTUUR OM BETER EN MEER TE STAPPEN

Om het stappen te promoten, werkt het Brussels Hoofdstedelijk Gewest momenteel aan een “**voetgangers-roadmap**”. Dat wil een concrete invulling geven aan de Good Move-acties, die samengaan met stappen en die de stad voor wandelaars aangenamer maken.

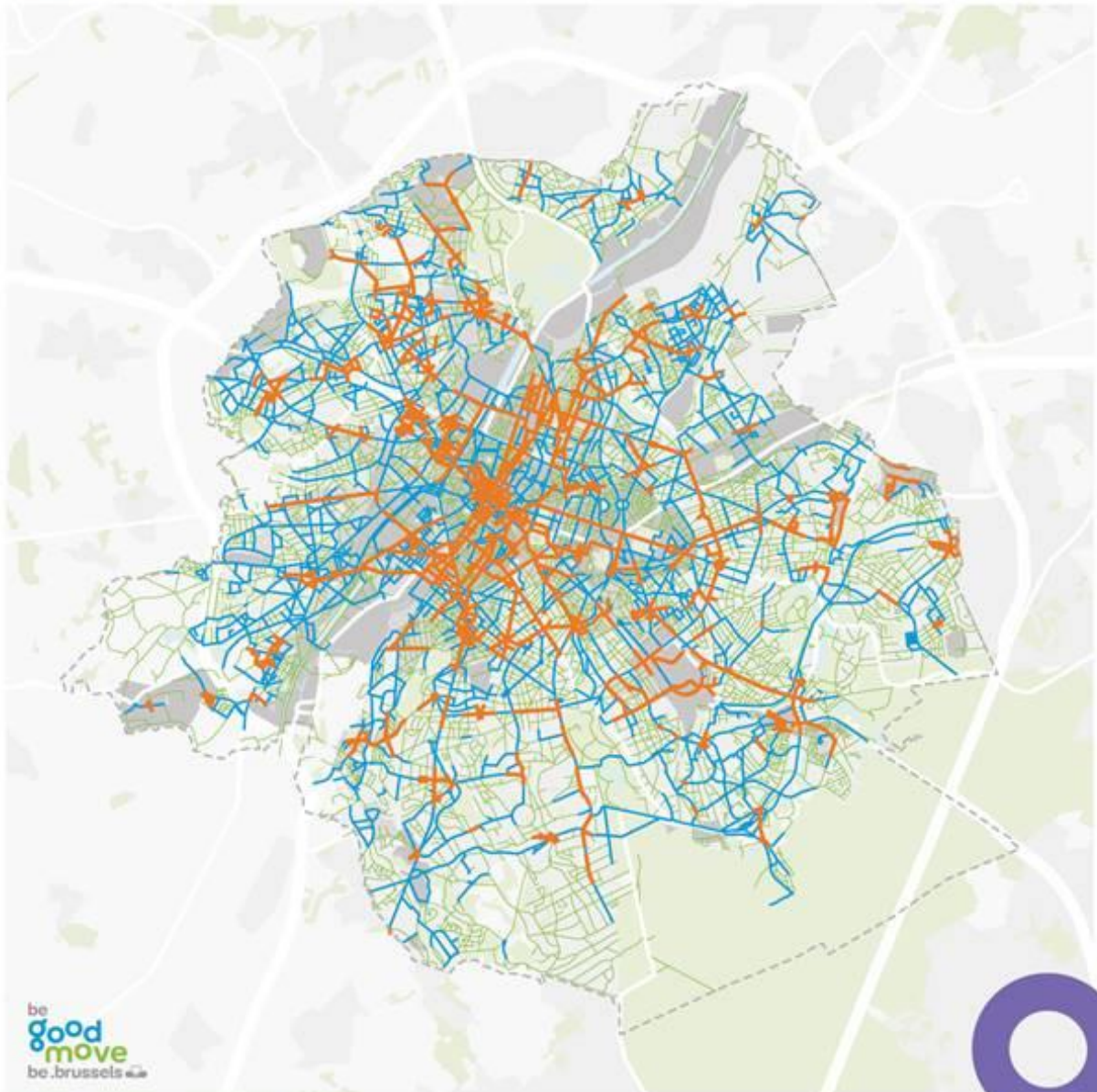
*“Onze aanpak voor de voetgangers is allesomvattend, want mensen met beperkte mobiliteit maken zowat 30 % van de bevolking uit. Het gaat hierbij om mensen in een rolstoel of mensen die een wandelstok of krukken nodig hebben, maar ook over ouders met een kinderwagen, zwangere vrouwen, mensen met een tijdelijke of permanente handicap... De aanpassingen aan de openbare ruimte worden vandaag systematisch uitgevoerd met de voetgangers in gedachten,” vertellen Benoit Dupriez en Mathias De Meyer, experts bij Brussel Mobiliteit. “Intussen bestaan er technische gidsen om projectleiders te helpen optimale aanpassingen uit te werken, met de best mogelijke gebruikskwaliteit voor voetgangers, vooral voor zij die beperkt mobiel zijn.”*

Good Move voorziet de realisatie van Voetgangersboulevards op 30 % van alle wegen, wat neerkomt op ongeveer 11,4 km (zonder de openbare ruimtes), en dat tegen 2030. De Voetgangersboulevards zijn gebaseerd op 3 principes:

- Voorrang aan het stappen ten opzichte van andere transportmiddelen
- Verbinding met openbaar vervoer
- Makkelijker oversteken en betere toegankelijkheid

Vandaag haalt 1,6 km van de wegen deze standaarden. Ongeveer 4,2 km zijn ingeschreven in een meerjarig investeringsplan.

Naast deze aanpassingen is er ook nog het onderhoud van de voetpaden. In 2020 analyseerde Brussel Mobiliteit de staat van de voetpaden van het PLUS-voetpadennetwerk. Op deze basis startte Brussel Mobiliteit een proactief meerjarenplan voor het onderhoud van de voetpaden, met een budget van 6 miljoen euro in 2021. Een volledige diagnose van het COMFORT-voetpadennetwerk is ook in de maak.



be  
good  
move  
be.brussels

Réseau Piéton / Voetgangersnet

- PLUS
- CONFORT / COMFORT
- QUARTIER / WIJK

- Zone Urbaine / Verstedelijkt gebied
- Zone de Revitalisation Urbaine (ZRU) 2020 / Zone voor Stedelijke Herwaardering (ZSH) 2020
- Grandes ressources foncières / Grote grondreserves
- Limite de la Région de Bruxelles-Capitale / Grens van het Brussels Hoofdstedelijk Gewest
- Espace vert / Groene ruimte
- Eau / Water

## HOE MAAKT STAPPEN ONS LEVEN BETER?

Zich te voet verplaatsen is een eenvoudige manier om wat fysieke activiteit toe te voegen aan je dagelijkse routine. Stappen is een van de dagelijkse fysieke inspanningen die het meest positieve effecten heeft, zowel op je mentale als op je fysieke gezondheid.

### Lichamelijke gezondheid

Stappen is goed om de gewrichten flexibel en soepel te houden, het ontwikkelt de spierkracht, het verbetert de gezondheid van je hart en is ook een doeltreffende manier om je gewicht te verlagen of op peil te houden. Dit geldt allemaal als je het regelmatig doet. Als extra motivatie geven we je nog mee dat een kilometer stappen ongeveer 67 calorieën verbrandt.

### Geestelijke gezondheid

Op mentaal vlak zorgt stappen voor een betere opname van zuurstof in je hersenen, waardoor de activiteit en het reactievermogen van je brein verbetert. Tegelijk bevordert stappen de productie van endorfine, het zogenaamde gelukshormoon. Stappen helpt tegen depressies en angstgevoelens, het verhoogt je zelfvertrouwen. En tot slot: je wordt er moe van, waardoor je beter en rustiger slaapt.

### Concentratie en inspiratie

Als je wandelt, kan je observeren en nadenken. Kinderen en studenten die het traject van huis naar school of de universiteit te voet afleggen, komen veel meer ontspannen en gefocust aan. Ook op professioneel niveau bevestigen getuigenissen dit: wie minstens 30 minuten per dag wandelt, is creatiever en beter geïnspireerd, dankzij deze momenten van verse zuurstof en meditatie. Het is zelfs zo dat tijdens de lockdown heel wat mensen een wandeling nodig hadden aan het begin of het einde van de dag om zich te herbronnen.

# HOE MAAKT STAPPEN DE STAD BETER?

## Op milieuvlak

Als heel veel mensen meer gaan stappen, zal de druk van de auto op het milieu verminderen. Er is ook meteen minder lawaai en minder vervuiling in de stad. Hoe meer mensen zich te voet verplaatsen, hoe beter de luchtkwaliteit wordt; en dat is een onmiddellijk merkbaar effect.

## Op sociaal vlak

Stappen heeft ook een gemeenschappelijke en sociale dimensie, voor alle leeftijden. Jongeren die zich te voet verplaatsen, zijn minder afhankelijk van hun taxi-ouders om naar school of naar de jeugdbeweging te gaan. En ze ontwikkelen hun oriëntatievermogen beter.

Stappen maakt de openbare ruimte ook aangenamer en gezelliger. Voetgangers spelen een grote rol bij de animatie van de stedelijke ruimte. Hoe meer van die stedelijke ruimte ingenomen en geanimeerd wordt door voetgangers, hoe veiliger en hoe beter de gebruikers zich voelen, en hoe minder ongepast gedrag er opduikt.

Een stad die voorzien is van kwaliteitsvolle infrastructuur voor voetgangers en die het stappen aangenamer en makkelijker maakt, draagt bij tot meer sociale rechtvaardigheid. De diensten, jobs, vrijetijdsbestedingen en medische zorgen worden voor iedereen bereikbaarder, ook voor wie geen wagen heeft. Levensomstandigheden die beter afgestemd zijn op het stappen, breken het isolement en versterken de ontwikkeling van het samenhangingsgevoel in de wijk of in de stad.

## Op economisch vlak

Vanuit een individueel standpunt is stappen de enige manier van verplaatsen die volledig gratis is. Vanuit gezamenlijk standpunt is stappen de verplaatsingsmethode die het minst ruimte vergt om te circuleren. Je hoeft bovendien ook nergens te parkeren, waardoor je geen ruimte in beslag neemt. Stappen en actieve mobiliteit zijn ook gunstig voor de aankopen in de buurtwinkels<sup>3</sup>.

Tot slot zorgt een samenleving van gezonde mensen voor minder uitgaven voor sociale zekerheid en minder afwezigheden op het werk.

De infrastructuur die stappen vergt, kost ook heel wat minder dan die voor andere vormen van verplaatsingen.

---

<sup>3</sup> <https://www.faravelo.com/actualite/moins-de-voitures-plus-de-clients/>

# HOE DRAAGT STAPPEN BIJ IN DE STRIJD TEGEN DE KLIMAATOPWARMING?

In 2018 was gemotoriseerd transport verantwoordelijk voor 28 % van de CO<sub>2</sub>-uitstoot in het Brussels Gewest<sup>4</sup>. Personenvervoer is dus een domein waar het potentieel om de productie van CO<sub>2</sub> te verlagen zeer aanzienlijk is.

Gemotoriseerd transport is ook verantwoordelijk voor tal van andere vervuilende soorten uitstoot in de atmosfeer van het Brussels Gewest: 61 % van de stikstofdioxide (Nox), 13 % van de niet-methaangassen, en 26 % van de fijne stofdeeltjes PM<sub>2.5</sub> <sup>5</sup>

Stappen is niet vervuilend. Noch op lokaal niveau, noch op globaal niveau.

Zelfs al is het aandeel in verhouding tot gemotoriseerde verplaatsingen laag, toch draagt stappen bij tot een verlaging van broeikas- en vervuilende gassen. Het overmatig gebruik van gemotoriseerde voertuigen voor korte afstanden, en dan bovendien met een koude motor, veroorzaakt aanzienlijk veel plaatselijke vervuiling. Wie ervoor kiest zich te voet te verplaatsen, of met andere actieve vervoersmiddelen, heeft een rechtstreekse impact op de luchtkwaliteit en op de CO<sub>2</sub>-uitstoot.<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup><https://leefmilieu.brussels/het-leefmilieu-een-stand-van-zaken/volledige-versie/klimaat/emissies-van-broeikasgassen>

<sup>5</sup><https://leefmilieu.brussels/themas/lucht-klimaat/luchtkwaliteit/de-uitstoot-van-verontreinigende-stoffen-die-de-luchtkwaliteit>

<sup>6</sup><https://leefmilieu.brussels/themas/gebouwen-en-energie/energiebalans-en-acties-van-het-gewest/energie-klimaatplan-nekp>



# WALK.BRUSSELS, EEN VERENIGING EN EEN NIEUW PLATFORM OM HET STAPPEN IN BRUSSEL AAN TE MOEDIGEN

In 2020 bundelden verschillende stakeholders de krachten om een voetgangersdynamiek op gang te trekken in het Brussels Gewest. Zij tekenden een langetermijnvisie uit die bestaande initiatieven samenbracht, die de uitdagingen voor en de rechten van de voetgangers onder de aandacht bracht. Hun centraal doel: het te voet gaan met al zijn voordelen promoten.

Zo ontstond **walk** in 2021, met de steun van Brussel Mobiliteit, een platform dat organisaties, collectieven en comités van Brusselse wijken verenigt die ijveren voor een stad waar zich te voet verplaatsen de norm wordt.

De missie van **walk** is een organisatienetwerk uitbouwen en experts in het stappen verenigen om zo een contactpunt, een informatiecentrum en een uitwisselingsplek te vormen voor vragen en initiatieven die te maken hebben met stappen en voetgangers in het Brussels Gewest.

De website [walk.brussels](http://walk.brussels) biedt tools en bronnen die helpen om beter en meer te stappen in Brussel: kaarten en parcours, mogelijkheden om samen te werken, uitgestippelde wandelingen, technische vademecums rond aanpassingen voor voetgangers.

# WIL JE GRAAG OP STAP? MAAK ER EEN OPTIMALE BELEVENIS VAN MET DE JUISTE TOOLS.

Hier is een greep uit de vele mogelijke informatiebronnen en tools voor al wie graag op stap wil gaan in het Brussels Gewest:

1. De pagina “Brussel te voet” op de website van Brussel Mobiliteit pakt uit met heel wat info over stappen in Brussel, aangevuld met nuttige links: thematische wandelingen, routes, groene wandelingen ...

<https://mobilite-mobiliteit.brussels/nl/zich-verplaatsen/te-voet>

2. **Google Maps Live View**

In de Google Maps app kan je de functie LiveView activeren voor een traject dat je te voet wil afleggen. De app heeft ook een augmented reality interface die bijzonder handig is om je weg te vinden op onbekend terrein.

<https://www.google.be/maps>

3. **CityMapper**

In de app CityMapper duidt een cirkel automatisch aan wat zich binnen een afstand van een kwartiertje stappen bevindt.

<https://citymapper.com/brussels>

4. **WeWard**

Deze app moedigt zoveel mogelijk stappen aan en schenkt kortingsbonnen in winkels, afgestemd op de gewandelde tijd of de afgelegde afstand.

<https://en.weward.fr/>

5. De pagina “Reiswegberekening” op de website van Brussel Mobiliteit heeft de belangrijkste multimodale routeplanners verzameld. Zo kan je een traject berekenen door bijvoorbeeld stappen te combineren met het openbaar vervoer.

<https://mobilite-mobiliteit.brussels/nl/zich-verplaatsen/reiswegberekening>

6. **Walk**

De website van het platform walk is een contactpunt, een infocentrum en een uitwisselingsplek waar je terecht kan met alle vragen, bezorgdheden en initiatieven rond te voet gaan in het Brussels Hoofdstedelijk Gewest.

<https://www.walk.brussels/outils>

# CONCRETE ACTIES OM HET STAPPEN TE PROMOTEN TIJDENS DE WEEK VAN DE MOBILITEIT 2021

Om burgers, ouders, kinderen en werknemers aan te moedigen meer te stappen voor een aangenamer leven, niet alleen tijdens de Week van de Mobiliteit, maar ook op een duurzame manier daarna, organiseert Brussel Mobiliteit tal van sensibiliserings- en belevingsactiviteiten met stappen als feel good- en als verplaatsingsmiddel.

Het volledige programma van de Week van de Mobiliteit vind je op [weekvandemobiliteit.brussels](http://weekvandemobiliteit.brussels). Hier vind je enkele uitschieters.

## 1. Walk this week, met elke dag 10.000 stappen

Om ons allemaal aan te moedigen vaker onze voeten te gebruiken voor onze dagelijkse Om ons allemaal aan te moedigen vaker onze voeten te gebruiken voor onze dagelijkse verplaatsingen, lanceert Brussel Mobiliteit een uitdaging om samen aan te gaan, met de website Walk this Week gelinkt aan een stappenteller, en tal van prijzen als beloning.

Met Je Voeten verplaats je je gratis en makkelijk overal in Brussel. En het is bovendien goed voor je gezondheid. Maar er is meer: tijdens de Week van de Mobiliteit kan je met Je Voeten ook mooie prijzen winnen.

### Hoe win je met Je Voeten?

*Je Voeten zijn zo efficiënt omdat ze met twee zijn. Vorm dus ook jouw mooiste team, van 2 tot 10 personen, en ga de uitdaging aan: de hele Week van de Mobiliteit lang 10.000 stappen per dag zetten. Net als in een echt team kan je elkaar helpen. Als je bijvoorbeeld op een dag maar 7.000 stappen zet en je vriend zet er 13.000, zit je goed, want samen zet je er dan 20.000. Aan het eind van de week moet je dus 70.000 stappen per persoon halen om aan de wedstrijd te kunnen meedoen en mooie prijzen te winnen.*

### **Schrijf je in en je hebt een voetje voor!**

*Wacht dus niet langer en zet de stap: **schrijf je meteen in met je team**. En vooral: blijf Je Voeten gebruiken, want voor korte afstanden is stappen veel efficiënter.*

<https://walkthisweek.weekvandemobiliteit.brussels>

## 2. Challenge “Naar het werk zonder mijn auto”

Om bedrijven en hun medewerkers een andere vorm van mobiliteit te laten testen, organiseert Brussel Mobiliteit de challenge “Naar het werk zonder mijn auto”. De doelstelling: automobilisten van de deelnemende bedrijven laten proeven van een andere vorm van mobiliteit en ze uitnodigen om duurzame transportmiddelen te gebruiken.

Brussel Mobiliteit biedt hiervoor tickets voor het openbaar vervoer aan, maar ook (elektrische) fietsen, elektrische steps en cargobikes. Brussel Mobiliteit heeft ook een aantal partnerschappen opgericht: een fietsenherstelplaats, opleiding voor fietsers, een platform voor autodelen ...

**Nieuwe challenge in 2021: we nodigen deelnemers uit om mobiliteitsuitdagingen aan te gaan.**

Zo zullen ze nieuwe vormen van mobiliteit testen en uitproberen, voornamelijk voor het woon-werkverkeer. Verder kunnen ze deelnemen aan individuele of groepsopleidingen rond diverse onderwerpen, zoals fietsen, micromobiliteit of multimodaliteit. Telkens ze een uitdaging afgewerkt hebben, scoren ze punten. Het klassement per persoon en per bedrijf zal hen aanmoedigen een tandje bij te steken en hun collega's aan te moedigen. De beste deelnemers winnen een prijs er waarde van +/- 2 000 €.

Meer info via: <https://en.toworkwithoutmycar.be/>

## 3. Actie “Naar school zonder mijn auto”

Brussel Mobiliteit steunt de scholen van het Brussels Hoofdstedelijk Gewest om na te denken over hun mobiliteit en moedigt ze aan tot actie voor een betere mobiliteit en meer veiligheid op de weg voor iedereen via het Schoolvervoerplan.

Dit jaar nemen 71 scholen deel aan de actie “Naar school zonder mijn auto”: een record! Brussel Mobiliteit beloont de 4 scholen die het best deelgenomen hebben aan de actie (3 lagere en 1 middelbare school): op 24 september komt een ijsjeskar langs om ijsjes uit te delen aan alle leerlingen en leerkrachten.

Maar liefst 248 Brusselse scholen hebben hun Schoolvervoerplan opgemaakt. Het doel is om dit cijfer naar 300 op te trekken tegen 2025. Vandaag verplaatst 62 % van de leerlingen in de lagere school en 84 % van de leerlingen in de middelbare school zich anders dan met de wagen, en dat minstens 1 dag op 2 voor het traject tussen huis en de school. Het is de ambitie van Brussel Mobiliteit om deze percentages op te drijven tot 70 % en 90 %. Dat zal gebeuren via sensibiliseringsacties en de voetgangers-roadmap.

## PERSCONTACT

### **Brussel Mobiliteit**

Camille Thiry  
Tel. 0499 58 81 99

### **Kabinet Elke Van den Brandt,**

Marie Thibaut de Maisières  
Tel. 0477 25 19 51

### **VO Agency**

François Gehot  
press@voice.be  
Tel. 0475 85 91 16

**Meer info op:** <https://weekvandemobiliteit.brussels>

