

# Nieuwsbrief 28

uitgave: dinsdag 30 juni 2020

Elke vrijdagmorgen vanaf 10.00 uur, gemiddeld 5,0 of 6,5 km vanuit de huiskamer van Het Kristal, Distelvlinderlaan 200, 7323 XB Apeldoorn.

Samen wandelen, goed voor je gezondheid, en om sociaal actief te blijven!

Park Zuidbroek • Vellertheuvel • Mheenpark • Kanaal Noord • Drostendal • GGNet • Osseveld • Laag Buurlo

Kristal

↑ walking + talking ↑

wandelgroep

Het Kristal

Apeldoorn 2014  
2020

## Nieuwe regels vanaf 3 juli 2020!

**Vanaf vrijdag 10 juli is er na afloop weer gelegenheid om koffie/thee te drinken in de huiskamer!**

De eerste twee vrijdagen zitten er al weer op. Na een aarzelend begin op 12 juni met 16 wandelaars incl. begeleiding, waren er een week later al 22 wandelaars incl. begeleiding. We kunnen wel stellen dat het

een goede beslissing was om weer te beginnen. Op vrijdag 26 juni zal er nog volgens deze regels worden gewandeld. Samen sterk, ook na de corona-crisis.

### Waarom deze maatregelen?

Een enkeling heeft ons gevraagd waarom deze regels en waarom niet gewoon als groep gewandeld? De maatregelen rond het coronavirus zijn ook voor ons van kracht. Daarom mocht er alleen in kleine groepjes worden gewandeld. We probeerden dit zo gunstig mogelijk in te vullen door de groepen niet te groot te laten worden en een beetje op het zelfde tempo te laten wandelen. Als een groep klein is, wil je die ook niet uit elkaar laten gaan. Een bijkomende reden is dat ook wij controle kunnen krijgen. Wij moeten dan kunnen aantonen dat ieder zich heeft aangemeld en bij onze groep hoort. De groepen mogen na 1 juli weer groter zijn. Maar andere beperkingen blijven.

### Nieuw(s) op de website

Op onze website verschijnen geregeld nieuwe [berichten](#). De pagina *Om deze dagen doorte komen* onder het menu *Nieuws en meer* is verwijderd. Toegevoegd is een pagina *De Veluwe dichterbij*; te vinden onder *Nieuws en meer* en dan *Meer weten over...* of klik op deze [link](#). Met elke maand een tip naar een interessante video van Apeldoorn en omgeving. Mooie video's die meer aandacht verdienen.

### Koffie of thee in de huiskamer

Gelukkig kunnen we vanaf 10 juli weer samen na de wandeling gezellig 'nazitten' en samen koffie of thee te drinken. Ook weer makkelijker om dingen door te geven aan de deelnemers.

### Maatregelen groepswandelen vanaf 3 juli en geldend voor 2 maanden

- **Start** vanaf **10.00 uur** en wandelt gemiddeld **5 of 6 km**.
- **Op 3 juli vanaf de huiskamer van Het Kristal, geen gelegenheid te blijven na afloop.**
- **Vanaf 10 juli vanaf de huiskamer, na afloop koffie/thee door wandelgroep geregeld.**
- **Vooraf opgeven blijft nog nodig** Vol is vol! *Opgeven bij John de Jager*, het liefst per e-mail ([info@wandelgroepHetKristal.nl](mailto:info@wandelgroepHetKristal.nl)), met WhatsApp of telefoon mag ook. Aanmelden vanaf de **woensdag voorafgaand tot uiterlijk donderdag 18.00 uur**. De wandelaar krijgt bericht of hij/zij kan meewandelen. Deze regeling heeft te maken met de 1,5 meter regel in de huiskamer. Na de wandeling kunnen we maximaal 30 personen een plaats bieden om koffie/thee te blijven drinken.
- **Elke week opnieuw aanmelden.** De corona-regels van de gemeente Apeldoorn, de Veiligheidsregio N-O-Gelderland en de RIVM-maatregelen zijn voor ons altijd leidend.
- Na een aantal weken nemen we wel een beslissing of aanmelden nog nodig en zinvol is.
- Wie zich niet lekker voelt, koorts heeft of ziek is, wandelt niet mee. Geen risico's nemen. Meld wel even als je door ziekte niet mee kan wandelen. Dit is voor ons ook belangrijk.
- Deelnemers dienen, indien zij dit wensen, zelf te zorgen voor extra water, eventueel mondkapje en/of desinfectiegel. De begeleiders hebben dit ook altijd bij zich.
- Afstand van 1,5 meter blijft de regel. Ook als we tijdens de wandeling even stilstaan.
- Deelnemers die zich, ondanks waarschuwen van de begeleiding, niet aan de regels houden, kunnen voor de volgende weken worden uitgesloten.
- Al deze maatregelen geven ook de begeleiders extra verantwoordelijkheid. Maar de wandelaar is altijd zelf verantwoordelijk voor deelname aan activiteiten.

Vanaf 10 juli wordt dit geheel in eigen beheer geregeld. De voorbereidingen daarvoor zijn in volle gang en vragen nog de nodige aandacht. De inhoud van onze Lief&Leed-pot is beperkt. Dit is ook de reden dat dit niet vanaf 3 juli ingevoerd kan worden. We gaan niet meer uit kartonnen of plastic bekertjes drinken, maar gewoon met (horeca)kopjes en lepeltjes die in

Het Kristal aanwezig zijn. Al het andere dienen we zelf te regelen. De prijs voor een kopje koffie of thee blijft voor dit jaar gewoon 1 euro per consumptie. Als er deelnemers zijn die bij toerbeurt Hilde hiermee willen helpen dan graag. Naast onze vaste begeleiders en Clara vragen we extra mensen zijn die dit willen ondersteunen en dan weten hoe alles is geregeld.

### Meer informatie?

[www.wandelgroepHetKristal.nl](http://www.wandelgroepHetKristal.nl)

Deze nieuwsbrief is ook te vinden op onze website!

Deelname aan wandelingen is gratis! Nog steeds aangepaste regels om mee te wandelen. Wel even aanmelden, vol is vol!

Coördinatie: John de Jager 055 7850 747 / **06 2096 5716**  
Begeleiding: Joop Voerman 06 2975 3802;  
Adrie Stael, Truus Stael, John Verbeten en Hilde de Jager  
Contact: [info@wandelgroepHetKristal.nl](mailto:info@wandelgroepHetKristal.nl)



## 1,5 meter afstand is altijd de norm

Heb je klachten?



**Blijf thuis.**



**Laat je testen.**

Ben je benauwd en/of heb je koorts? Dan moeten alle huisgenoten thuisblijven.



Werk zoveel mogelijk thuis.



Houd 1,5 meter afstand.



Vermijd te drukke plekken.



Was vaak je handen.

Per 1 juli gelden de volgende maatregelen:

### Binnen én buiten:



Is er doorstroming van mensen met beperkt onderling contact?

**Aantal mensen onbeperkt.**



Is er sprake van een vaste zitplaats, reservering en gezondheidscheck?

**Aantal mensen onbeperkt.**



Spreekkoren, hard meezingen of schreeuwen in groepsverband is niet toegestaan.



Discotheken en nachtclubs blijven gesloten.



### Binnen:



Geen reservering en gezondheidscheck?

**Maximaal 100 mensen met vaste zitplaats.**



### Buiten:



Geen vaste zitplaats, reservering en gezondheidscheck?

**Maximaal 250 mensen.**



In de horeca is een vaste zitplaats altijd verplicht.

### In vervoer:



Alle zitplaatsen zijn beschikbaar.



In het openbaar vervoer:



Het dragen van een niet-medisch mondkapje is verplicht.



Vermijd de spits.



In personenvervoer zoals touringcars, taxi's en busjes:



Gezondheidscheck, niet-medisch mondkapje en reservering zijn verplicht.



In privévervoer:



Niet-medisch mondkapje geadviseerd bij passagiers uit verschillende huishoudens.

De 1,5 meter afstand is niet verplicht voor:



Kinderen tot 18 jaar



Sporters, acteurs en dansers



Huishoudens



Contact-beroepen



Hulp-behoevenden



Terras met kuchscherms

Versoepelen van maatregelen kan alleen als het coronavirus onder controle blijft.

**alleen samen krijgen we corona onder controle**

Voorwaarden en meer informatie:  
[rijksoverheid.nl/coronavirus](https://rijksoverheid.nl/coronavirus)  
 of bel 0800-1351