



Vandringar i Coronatider

Allmänt

Styrelsen anser att våra vandringar kan fortsätta trots riskerna med Corona.

Vår psykiska motståndskraft får hjälp av att åtminstone någon social aktivitet fortsätter. Den här isoleringen kommer fortsätta ett bra tag och vi måste rusta oss även mentalt för att stå ut.

Varje vandringsledare beslutar själv, om han/hon vill genomföra en vandring eller ställa in den. Vandringsledaren kan ställa in en vandring med kort varsel.

Lite råd och rekommendationer

- Håll dig informerad om läget via nyheter i media (radio, TV och internet) och följ de officiella regler, råd och rekommendationer som regeringen och ansvariga myndigheter meddelar.
- Se upp för felaktig och missledande information från icke-auktoriserade källor.
- Om du inte är fullt frisk eller har nedsatt immunförsvar, stanna hemma.
- När du åker med SL (buss, tunnelbana, pendeltåg) håll avstånd till andra personer. Håll även avstånd till andra personer på annan allmän plats som hållplatser, stationer, gångtunnlar, m.m.
- Håll avstånd till varandra också under vandringen.
- Tänk på att ytor som du berör som räcken, stolpar, m.m. kan förmedla smitta. Efter att ha berört sådana ytor, rör inte vid ansiktet. Tvätta händerna och/eller använd handsprit då du får möjlighet till det.
- De vandringar som publiceras på webben kan ställas in med kort varsel. Om så sker uppdateras informationen snarast möjligt på webben. Kolla därför på webben om ändringar skett, precis innan du åker hemifrån till vandringen.

/ Styrelsen

genom Carl-Erik Strandberg, webbredaktör