

EXTRA EDITIE

Wie wint, moet trakteren

Beste lezers,

We gaan weer wandelen. En we mogen u trakteren op een gratis wandeling. Wij hebben afgelopen maart - mede dankzij uw stem -, de 1^e prijs in de ING sponsoractie gewonnen. Daarom vinden we het extra leuk om u een beetje mee te laten delen in de vorm van een aantal gratis wandelingen. Maar i.v.m. het Corona protocol, mogen er niet meer dan 10 personen deelnemen en Vol=Vol.

Voor augustus.

Op woensdag 19 augustus a.s. gaan wij de wijkwandeling "De Leyens" doen. We verzamelen ons, vanaf 9.45 uur, bij restaurant De Sniep aan de Broekwegschouw 209. De wandeling begint om 10.00 uur en duurt ongeveer twee uur. Er zijn geen kosten verbonden aan deze wandeling. U kunt zich aanmelden via de coördinator van de Stadsgidsen: stuur hiervoor een email aan co_stadsgidsen@gildezoetermeer.nl. Het maximale aantal deelnemers is 10 personen. U krijgt van de coördinator per omgaande bericht of u wel/niet kunt deelnemen aan de tocht.

De route door De Leyens gaat langs de groene omgeving, vervolgens door het buitengebied (rand Meerpolder) en tot slot door de mooie wijk De Leyens.

Voor september

Op woensdag 16 september doen we de Twee Parken wandeling. De wandeling begint vanaf 't Nieuwe Huis in de Dorpsstraat 132, met een korte uitleg. Verzamelen vanaf 9.45 uur, vertrek om 10.00 uur. De wandeling gaat van het Wilhelminapark (het oudste park van Zoetermeer) naar het Prinses Arianeparkje (het jongste park). Ter sprake komt de Landscheiding en de Reguliersdam daarin. Dit is een wandeling uitsluitend in de groene openbare ruimte. De tocht duurt ca. twee uur. U kunt zich aanmelden via de coördinator van de Stadsgidsen: stuur hiervoor een email aan co_stadsgidsen@gildezoetermeer.nl. Het maximale aantal deelnemers is 10 personen. U krijgt van de coördinator per omgaande bericht of u wel/niet kunt deelnemen aan de tocht.

Wij hopen u graag op één van deze wandelingen weer te mogen begroeten.

Checklist

voor de wandelaar

Blijven bewegen is essentieel voor een gezond lichaam en een gezonde geest.

- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur één van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
 - Blijf ook thuis als iemand binnen jouw huishouden één van bovenstaande symptomen heeft.
 - Meld je op tijd aan voor de wandeling; 10-15 minuten voor de start.
 - Ga voordat je naar de locatie gaat, thuis naar het toilet.
 - Was voor de wandeling thuis je handen.
 - Neem je eigen spullen mee (bijvoorbeeld bidon, zakdoekjes).
 - Volg de aanwijzingen van de Stadsgids op (signalen, tips). Vooral belangrijk bij verplaatsingen zoals: oversteken of het lopen op smalle paden.
 - Houd 1.5m afstand van elkaar (twee armlengtes), ook van de Stadsgids!
 - Schud geen handen met de andere wandelaars.
 - Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
 - Vermijd iedere vorm van lichamenlijk contact (knuffels, hand five).
 - Kijk tijdens de wandeling goed om je heen om lichamenlijk contact te voorkomen.
 - Tijdens de wandeling het liefst niet aan de mond/neus zitten.
 - Was je handen na de wandeling.
-