

## WANDERN IN ZEITEN VON COVID-19

### VERHALTENSTIPPS FÜR WANDERENDE

Draussen zu sein, sich frei zu fühlen, die Natur zu erleben, lassen einen für den Moment vielleicht vergessen, dass wir uns in einer ausserordentlichen Lage befinden. Danke, dass Sie sich auch als Wanderin und Wanderer verantwortungsbewusst und solidarisch verhalten. Beachten Sie unsere Tipps für eine sichere Wanderung.

#### PLANUNG DER WANDERUNG

- Entdecken Sie unbekannte Flecken in Ihrer Wohnregion. Bei 65 000 Kilometern Wanderwege finden Sie sicher einen in Ihrer Nähe, ohne dass Sie den öffentlichen Verkehr benutzen müssen.
- Öffnen Sie die Karte auf [map.geo.admin.ch](http://map.geo.admin.ch) und klicken Sie auf die Standort-Lokalisierung oben rechts, um den nächsten Wanderweg anzuzeigen.
- Meiden Sie bekannte Wander-Hotspots, um den Kontakt zu anderen Wanderinnen und Wanderern zu minimieren.
- Wandern Sie auf abgelegenen Wegen und bleiben Sie auf den markierten Wegen.
- Sollten Sie der Risikogruppe angehören, erwägen Sie, momentan nicht zu wandern. Vor allem sollten Sie den ÖV vorübergehend nicht benutzen.
- Bergbahnen sind noch nicht in Betrieb.
- Restaurants können ab dem 11. Mai wieder öffnen. Bitte informieren Sie sich vorgängig.
- Berghütten können ab dem 11. Mai wieder öffnen. Bitte informieren Sie sich vorgängig.
- Informieren Sie sich anhand von Karten und Wanderliteratur über Schwierigkeitsgrad, Distanzen, Höhendifferenzen und Gehzeiten. Kalkulieren Sie genügend Zeitreserven ein.
- Informieren Sie sich über eine allfällige besondere Lage in Ihrem Wanderkanton, bevor Sie loswandern.
- Wenn Sie sich krank fühlen, bleiben Sie zu Hause.

#### DAS GEHÖRT IN DEN RUCKSACK

- Das Übliche: Regenschutz, Sonnenschutz, Ersatzwäsche, topografische Wanderkarte, Mobiltelefon mit Notfallnummern, Taschenmesser, Verpflegung und Getränke, Taschenapotheke, persönliche Medikamente
- Gesichtsmaske
- Desinfektionsmittel (Händewaschen ist unterwegs nicht immer möglich)

### **ANREISE UND ABREISE**

- Halten Sie im ÖV zwei Meter Abstand ein. Ist dies nicht möglich, wird empfohlen, eine Gesichtsmaske zu tragen.
- Wenn Sie mit dem PW anreisen, können Sie bei unseren Wandervorschlägen im Filter «Rundwanderung» auswählen, damit Start- und Zielort übereinstimmen.

### **SICHER UNTERWEGS**

- Schütteln Sie die Hände Ihres Wanderkollegen/in nicht.
- Gruppen von mehr als fünf Personen sind nach wie vor verboten.
- Der Abstand von zwei Metern muss auch beim Wandern eingehalten werden. Können Sie dies nicht gewährleisten, wird empfohlen, eine Maske zu tragen. Beim Kreuzen auf schmalen Wegen brauchen Sie keine Maske aufzusetzen, da der Kontakt in dieser Situation sehr kurz ist.
- Niesen und Husten Sie in Ihre Armbeuge.
- Waschen Sie nach Möglichkeit Ihre Hände. Bitte waschen Sie die Hände nicht in natürlichen Wasserläufen nicht mit Seife und benutzen Sie dazu nicht Kuhtränken!
- Können Sie Ihre Hände nicht waschen, benutzen Sie als Alternative ein Desinfektionsmittel.
- Weidegatter müssen nach dem Öffnen und Passieren wieder geschlossen werden. Benutzen Sie dafür Ihre Ärmel oder ein Taschentuch.

### **WANDERPAUSEN**

- Der empfohlene Abstand von zwei Metern muss auch in den Wanderpausen eingehalten werden. Können Sie dies nicht gewährleisten, wird empfohlen, eine Maske zu tragen.
- Sitzen Sie nicht zusammen auf eine Bank.
- Teilen Sie Ihr Essen und Getränke nicht mit anderen.
- Was im normalen Alltag gilt, gilt jetzt erst recht: nehmen Sie Ihre Abfälle, vor allem Papiertaschentücher, in einem verschlossenen Behälter wieder mit und lassen Sie diese nicht liegen. Dies gilt natürlich auch, wenn Sie sich während der Wanderung erleichtern. Waschen Sie und/oder desinfizieren Sie nach Gebrauch Ihre Hände.

### **ENDE DER WANDERUNG**

- Waschen Sie nach Möglichkeit Ihre Hände. Können Sie Ihre Hände nicht waschen, benutzen Sie als Alternative ein Desinfektionsmittel.