



Weekboek Corona: thuisblijven of anderhalve meter afstand?

Posted on 28 maart 2020 by Paul Hekkens

Over gedragsmaatregelen om verspreiding van het coronavirus te voorkomen bestaat op zaterdagavond 21 maart nog de nodige onduidelijkheid. [Nieuwsuur](#) toont die avond een reportage met daarin twee jonge vrouwen die ziek zijn van het coronavirus. Opgevoerd als ervaringsdeskundigen manen zij de bevolking om zich zoveel mogelijk aan de gedragsregels te houden. Onduidelijk bleef echter welk gedrag door hen nu precies wordt afgekeurd. Is het dat mensen niet thuisblijven? Is het dat mensen drukke plaatsen bezoeken? Is het dat mensen de anderhalve meter afstand niet respecteren?

Ook de besmette dames zelf is niet duidelijk welk gedrag ze nu eigenlijk afkeuren. Ze krijgen weliswaar via een laptop wat beelden voorgeschoteld, maar hoe die beelden te interpreteren? Ze komen immers niet meer buiten, en weten dus niet uit eigen ervaring hoe mensen zich momenteel gedragen. Bovendien blijft het de kijker onduidelijk welk specifiek gedrag bij de dames tot besmetting heeft geleid.

Hebben ze après-ski-feestjes bezocht? Hebben ze een zieke vriendin bezocht? Zijn

ze een middagje gaan shoppen? Als kijker krijg je het niet te horen, en de kans is groot dat ze zelf ook niet goed kunnen achterhalen, hoe ze besmet zijn geraakt. De reportage wil waarschuwen, maar schept eigenlijk alleen verwarring. Je wordt gewaarschuwd, maar je weet niet waarvoor precies.

Mensen doen hetzelfde

Bij [OP1](#) was het diezelfde avond van hetzelfde laken en pak. Aan minister Carola Schouten wordt een tweetal foto's getoond waarop in de verte respectievelijk een mensenmassa aan het strand en mensenmassa in het bos te zien zijn. Beide foto's laten zo 'n honderd à tweehonderd mensen zien. Omdat de foto's van afstand genomen zijn, is evenwel moeilijk in te schatten hoeveel ruimte er feitelijk tussen de mensen bestaat. Dat zou eigenlijk wel eens de gewenste 1,5 meter kunnen zijn.

Opnamen met een drone hadden uitsluitsel kunnen geven. Op filmfragmenten die moeten aantonen hoezeer het mis kan gaan, zie ik vooral mensen die enige afstand van elkaar bewaren. Misschien niet de volle 1, 5 meter. Toch is aan de filmfragmenten af zien dat de meeste mensen van goede wil zijn. Maar goed, druk was het wel op die beelden. Daar zijn die beelden ook op geselecteerd.

Overigens is het niet zo dat al die mensen elkaar opzoeken. Zo komen niet af op een evenement. Er waren gewoon teveel Amsterdammers die besloten om te gaan wandelen in het Amsterdamse Bos, en teveel Hagenaren die gingen uitwaaien aan het strand in Scheveningen.

Ik heb zelf in Middelburg gewoond en in die tijd de nodige strandervaring opgedaan. Zelfs op de allerwarmste dagen, dat op het journaal wordt gemeld dat het overal hutjemutje vol is, dat er nauwelijks nog plek is om ergens je handdoek uit te spreiden, dan nog weet ik stukken strand te vinden die nagenoeg leeg zijn. Wat helpt is als je vanaf een ongetwijfeld drukke strandovergang één kant uitloopt. Dan kom je al snel op een minder druk bezocht stuk strand.

Het is zeker niet zo het dat afgelopen zondag op het strand van Den Helder tot Vlissingen overal overvol was. Ook is er in de ruimere omgeving van Amsterdam beslist natuur te vinden, waar het heerlijk rustig is. Over het algemeen kun je zeggen dat er op het platteland altijd meer plekken zijn waar het niet druk is dan waar het wel druk is. Van Kooten en De Bie hebben daar nog eens een grap gemaakt. Vanuit een vliegtuig kijkend over louter groene weilanden, wisten ze te melden dat Nederland nog lang niet vol was. Het probleem is dat mensen die niet

gewoon zijn te gaan wandelen, geneigd zijn de meest voor de hand liggende keuze te maken. Het zijn dié plekken die dan overvol geraken.

Een kabinet dat reageert op 'beelden'

Opmerkelijk is dat ook het kabinet louter reageert op basis van 'de beelden'. De reactie is: waarom blijven die mensen niet thuis. Als Dionne de Graaf zegt dat zij, buiten haar werkzaamheden om, vooral thuisblijft, reageert minister van Landbouw Carola Schouten met dat dit misschien niet heel gemakkelijk is maar ook niet heel moeilijk is: 'Oké het is even balen.' Maar naar buiten gaan: 'Doe het gewoon niet'.

Zondagavond bij [EenVandaag](#) wordt minister Ferdinand Grapperhaus voorgelegd wat hij nou vindt van die beelden met volle standen, bossen parken, en ook bouwmarkten. Op schoolmeestertoon antwoordt hij: 'Dit is helemaal verkeerd.' Zijn dringende raad is: 'Ga zo min mogelijk je huis uit.' Hij noemt drie redenen waarom je wel nog het huis uit mag: (1) voor je werk als je niet kunt thuiswerken, (2) voor dringende boodschappen zoals levensmiddelen, en (3) als je een frisse neus moet halen.

Op [de persconferentie](#) op maandagavond 23 maart reageert ook Rutte op de beelden: 'Mijn verstand staat werkelijk stil als je de beelden ziet van de overvolle stranden, mensen die op parkeerplaatsen half tegen elkaar opbotsen, als ze uit de auto komen. Er zijn zelfs schijt-aan corona-feestjes. Het is gewoon asociaal. Dat moet dus stoppen'.

Ook Grapperhaus reageert tijdens de persconferentie wederom op de beelden en spreekt, net als Rutte, van asociaal gedrag: 'Afgelopen weekend, u hebt het zelf kunnen zien, moest de politie op sommige plaatsen er toch aan te pas komen, om mensen weg te sturen. Omdat ze met veel te veel te dicht op elkaar buitenshuis waren. En dat is, ik zeg het keihard, een slordige, laconieke, en daarmee asociale manier van omgaan met de maatregelen. Het kost mensenlevens, onnodig.'

Hoe ver is een ommetje?

Maar hoe moet ik begrijpen als Rutte het heeft over een ommetje maken, en Grapperhaus over een frisse neus halen? In mijn ogen is een ommetje nogal een rekkelijk begrip. Mag ik één keer, twee keer, of drie keer daags een ommetje maken? In Groot-Brittannië heeft premier Boris Johnson afgekondigd dat Britten nog

maar één keer per dag ter recreatie naar buiten mogen.

En hoever mag dat ommetje zijn? President Emmanuel Macron heeft verordonneerd dat Fransen om te recreëren binnen een straal van één kilometer van hun huis moeten blijven. Marc van Ranst (de Jaap van Dissel van België) zegt dat er meningsverschil bestaat over hoe streng je de *lockdown*-maatregelen moet maken: 'Binnen blijven, versus: je mag toch gaan wandelen.' Hij zegt: 'Gaan wandelen, dat is een nulrisico. Zolang je afstand houdt, is dat zelfs gezond. In de maatregelen staat zelfs niet: wandelen is toegelaten, nee: wandelen is aanbevolen.' Wel is het zo dat Belgen geacht worden niet de auto te nemen alvorens een wandeling te maken, maar om vanuit huis te gaan wandelen.

Afgelopen dagen was het weer zeer zonnig, zeer droog, en enigszins koel. Ik zie het als de lentevariant van droog, zonnig en ijskoud winterweer. Mijn lekenverstand zegt mij dat dit gezond weer is. Het is beslist geen snotterweer. Van mijn huisarts weet ik dat buitenshuis de kans op een infectie een stuk kleiner is dan binnenshuis. Vooral warme, bedompte ruimtes met veel mensen op elkaar zijn geven een grote kans op besmetting.

Daarom heb ik er afgelopen week voor gekozen om regelmatig de buitenlucht op te zoeken. Winkels en binnenstad mijd ik waar mogelijk. Ik kies ervoor de auto te pakken om in de omgeving een rustige natuurwandeling te maken. Vervoer per auto lijkt mij veilig, omdat ik me dan immers in een afgesloten ruimte voortbeweeg.

De parkeergelegenheden die ik verkies zijn allesbehalve overvol. Er staan slechts enkele auto's. Als het even kan parkeer ik zo, dat ik alle ruimte om uit te stappen heb. Ik bots dus tegen niemand aan. Het aantal mederecreanten op mijn wandelroute is beperkt.

Per dag loop ik meer dan 10.000 stappen. Dat is een aardige inspanning, maar zeker geen uitputtingsslag. De reden dat ik de natuur opzoek, is dat ik daar van geniet, maar ook omdat het me veiliger lijkt dan in de binnenstad van Maastricht te gaan wandelen. In mijn ogen ben ik verantwoord bezig. Toch voldoe ik met mijn wandelgedrag niet aan de Belgische norm, want ik pak de auto. Ik voldoe ook niet aan de Franse norm, want ik recreër buiten een straal van één kilometer van waar ik woon. Ook voldoe ik niet aan de Britse norm, want naast deze stevige wandeling, maak ik 's ochtends en 's avonds ook nog een ommetje.

Strikt genomen voldoe ik aan de Nederlandse regelgeving, maar ik leg die wel ruim

uit. Maar ik probeer me strikt de 1,5 meternorm te handhaven, en ik zoek geen andere mensen op. Vraag is of ik me met mijn wandelgedrag in de ogen van het kabinet asociaal gedraag of niet.

‘Geen onnodig contact’

Waar ik me in kan vinden, is de opvatting zoals viroloog Marion Koopmans die op maandagavond in [OP1](#) uit: ‘Wat nodig is? Er moet geen onnodig contact zijn. Dat is uiteindelijk hoe het virus wordt overgedragen.’ Vervolgens wordt haar gevraagd waarom niet het uiterste doen. Waarom niet gewoonweg eisen dat iedereen thuisblijft? Koopmans antwoordt: ‘Misschien wel omdat we het nog een tijd moeten volhouden. Dit zijn in feite de maatregelen die je nodig hebt. Als je daar nu bij betrekt, dat je er ook op kan handhaven, dat je de mensen kunt aanspreken die het niet doen, dan denk ik: dat zou moeten werken.’ Haar uitspraken doen me denken aan [Zondag met Lubach](#) van 22 maart, met daarin een sketch waarin op allerlei vragen over hoe dan in deze of gene omstandigheden om te gaan, steeds hetzelfde antwoord volgt: 1,5 meter afstand houden. Zo sta ik er ook in. Als iedereen zonder symptomen zich nu maar aan die simpele regel houdt, dan biedt dat heel veel vrijheid. Ik zie het niet als een heel grote beknotting van mijn vrijheid om even uit te wijken voor een tegemoetkomende wandelaar. Mocht ik overigens toch onverhoopt ziekteverschijnselen gaan vertonen die mogelijkerwijs wijzen op coronabesmetting, dan zou ik wél thuisblijven. Dan gelden andere regels.

In de [Volkskrant](#) tref ik het artikel *Asocialen in park en bouwmarkt? Nee, de adviezen waren te vaag aan*. Daarin pleiten communicatiedeskundigen op de eerste plaats voor een heldere boodschap, en op de tweede plaats voor uitleg waarom. Zij komen echter uiteindelijk tot de conclusie dat om samenscholingsgedrag te voorkomen, de hoofdregel zou moeten zijn: blijf thuis. Er wordt dus niet gekozen voor: houdt 1,5 meter afstand. Maar, denk ik dan, je kunt toch ook zeggen: mijdt drukke gelegenheden, omdat het onmogelijk is daar de gewenste 1,5 meter afstand te handhaven.

Van Dissel weer in de Tweede Kamer

In de [Update Coronavirus](#) in de Tweede Kamer op woensdagochtend 25 maart gaat directeur van het RIVM Jaap van Dissel in op de drie factoren die de mate van overdracht (aantal nieuwe besmettingen per reeds besmet persoon) beïnvloeden. Dat zijn de (1) waarschijnlijkheid van overdracht per contact, (2) het aantal

contacten per eenheid tijd, en (3) de duur van de besmettelijkheidsgraad. Sociale afstand is relevant voor de eerste twee factoren.

Mijn stelling nu is dat voorlichting zich behalve op handhygiëne, en hoe te gedragen bij symptomen, ook zou moeten richten op hoe 1,5 meter afstand te bewaren. Dat begint bij het besef welke afstand 1,5 meter eigenlijk is. Zelf heb ik thuis een tegelvloer met tegels van dertig centimeter. 1,5 meter is dus vijf tegels. Die afstand is groter dan dat ik zonder meting spontaan had inschat. Dan bleef ik steken op 4 tegels, ofwel 1,2 meter. Ook op televisie kun je demonstreren hoe een afstand van 1,5 meter eruit ziet. Dat kan door te filmen dat mensen daadwerkelijk 1,5 meter van elkaar te aan staan, zodanig dat de uiteinden op 1,5 meter van elkaar zijn. Dan blijkt dat die afstand best groot is. Wat niet helpt is tekeningen van twee mensen die vlak naast elkaar staan met daartussen de tekst 1,5 meter. Dan gaan mensen denken dat je met 0,5 meter afstand de 1,5 meter al bereikt hebt. Laat de afbeelding conform de boodschap zijn.

Als wandelaar in coronatijden, heb ik er van meet af aan ervoor gekozen om mijn mond open te trekken. Ik wacht niet lijdzaam af of de ander ook bereid is de 1,5 meter afstand in acht te nemen. In geval van twijfel maak ik de nieuwe gedragsregel bespreekbaar. In enkele gevallen leidt dat tot gemopper, waarbij ik dan een tweetal keren te horen heb gekregen: blijf dan thuis.

Die reactie doet me denken aan de tijden vóór het rookverbod, waarbij rokers zich midden in het café nestelden om daar flink te gaan kwamen. Wie er dan wat van zei, kreeg je steevast te horen: Je kunt ook thuis gaan zitten. Met het rookverbod zijn de rollen omgekeerd. Dat zou ook moeten gelden voor communicatie over de 1,5 meter afstand. De boodschap moet zijn: wie zich er niet aan wenst te houden, die heeft nog altijd de keuze om dan maar thuis te blijven. Overigens is het wenselijk als zoveel mogelijk mensen er wat van zeggen als iemand de 1,5 meter regel niet respecteert. Als zo iemand één keer wordt aangesproken en dan brutaal antwoordt, dan denkt deze ook nog stoer geweest te zijn. Krijgt zo iemand echter herhaaldelijk opmerkingen, dan zal hij (of zij) toch willen voorkomen steeds op vertoond gedrag te worden aangesproken.

Je kunt 1,5 meter afstand houden zien als een nieuw verkeersregel voor wandelaars. Net als in het wegverkeer, zijn veel wandelaars geneigd bij tegenliggers rechts te houden. Problemen doen zich voornamelijk voor tussen 'verkeer' met verschillende snelheden. Dat geldt al als mensen joggen tussen wandelaars. Veel joggers zijn dan niet geneigd om ruim om de wandelaars heen te

lopen. Iets soortgelijks gebeurt als fietsers zich op dezelfde paden als wandelaars begeven. Als zo'n fietser dan van achteren komt en je rakelings passeert, dan heb je daar als voetganger geen erg in totdat het gebeurt. Dan kun je slechts als evaluatie achteraf reageren: dat was geen 1,5 meter.

Weer een ander probleem is gezinnen met jonge kinderen. Dit omdat de kinderen er geen erg in hebben. Als je dan vraagt voor 1,5 meter afstand, dan nemen de meeste ouders hun kind bij de hand. Ik ben echter ook een moeder tegengekomen die dat vertikte. Zij vond dat ik maar thuis moest blijven. Gezelschappen zonder kinderen die ik aansprak, hebben altijd plaats gemaakt, hoewel dat dan vaak een beetje morrend of lacherig gebeurt. Ik bespeur dan enige recalcitrantie.

Een filmpje, misschien?

Ik kan me trouwens voorstellen dat de overheid of de publieke omroep instructiefilmpjes maakt, die tonen hoe elkaar te passeren op smalle paden. Als je bijvoorbeeld uitgaat van een pad van 2 meter breed, dan is het zaak dat de tegenmoet komende wandelaars allebei naar één kant uitwijken, en dat stellen die naast elkaar lopen, even achter elkaar gaan lopen. Anders haal je die 1,5 meter niet. Ook is het zaak dat mensen al gaan uitwijken als men nog op zo'n 10 meter van elkaar is. Het is dan nog voor ieder vijf meter lopen voordat je elkaar passeert. Als de ander op 10 meter afstand reageert, dan weet je op tijd dat je niet op het laatste moment scherp hoeft uit te wijken. Die 10 meter is dan ook het moment dat ik vraag voor 1,5 meter afstand. In het normale wegverkeer is dergelijk anticiperend gedrag overigens vanzelfsprekend.

Woensdagavond worden bij [Nieuwsuur](#) cijfers gepresenteerd van een onderzoeksbureau Ipsos. Ondanks de blunders rond [groepsimmunititeit](#) vindt de 81% van de geënquêteerden dat Rutte het goed doet, en maar liefst 88% dat het RIVM het goed doet. In schril contrast daarmee denkt slechts 40% van de mensen dat het beleid van het kabinet en RIVM, *social distancing*, helpt.

Dat het belang van *social distancing* nog onvoldoende is doorgedrongen, is in mijn ogen geen reden om de 1,5 meter maatregel dan maar minder te propageren. In tegendeel: leg uit en laat zien hoe de regel in verschillende situaties, waaronder wandelpaden, toe te passen. Laat tevens zien hoe je de regel op een mogelijkst vriendelijke en toch gedecideerde manier bespreekbaar kunt maken. Wie de regel niet handhaaft, tast de integriteit van de ander aan. Daar mag je toch wat van

zeggen!

Hoe ver mag een Belg fietsen?

In [België](#) is de discussie opgelaaid of fietstochten of wandelingen van tientallen kilometers nog mogen. Vanuit de politie is gevraagd om duidelijkheid. Als de minister van binnenlandse zaken Pieter de Crem gevraagd wordt of fietstochten van 50 kilometer nog mogelijk zijn, antwoordt hij: 'Dat kan helaas niet, en dat kan helaas niet meer.' Ook zegt hij: 'Een wandeltocht van 100 kilometer, een fietstocht van 70 kilometer, dat is geen essentiële verplaatsing.'

De minister van volksgezondheid en voormalig huisarts Maggie De Block denkt daar anders over: 'Maar ik vind dat gaan stappen en fietsen gezond is voor de mens.' De Block wil de regels ook leefbaar houden, viroloog Marc van Ranst valt haar in [De Afspraak](#) van donderdag 26 bij: 'We moeten in deze crisis de ware virologische leer volgen. Dan moeten we toch kijken: wat kan er niet? Dat zijn dingen waar mensen gevaar lopen dat ze dicht bij elkaar komen, en het virus overdragen op elkaar. En het aantal kilometers dat u fietst, maakt dat nu echt verschil? Ik denk van niet.'

Ook De Crem keert zich overigens tegen de 1 kilometer-regel zoals die in Frankrijk geldt. Stel dat mensen die wonen in een grote stad of een agglomeratie moeten bewegen binnen een straal van 1 kilometer rond hun woning, dan hebben we een tegengesteld effect, want mensen gaan zich dan dicht op elkaar begeven.

Van mijn vriendin hoor ik dat haar buurvrouw waarschijnlijk gaat genezen van haar corona-infectie. Als ze ontslagen wordt uit het ziekenhuis wil ze liever thuis dan in een zorghotel herstellen. Uit een documentaire van [Pano](#) heb ik begrepen dat corona-geïnfekteerden nog enkele weken nadat ze het ziekenhuis verlaten besmettelijk blijven. Wellicht dat de genezen buurvrouw van mijn vriendin voor mij meer risico oplevert, dan al die wandeltochten afgelopen week bij elkaar.