

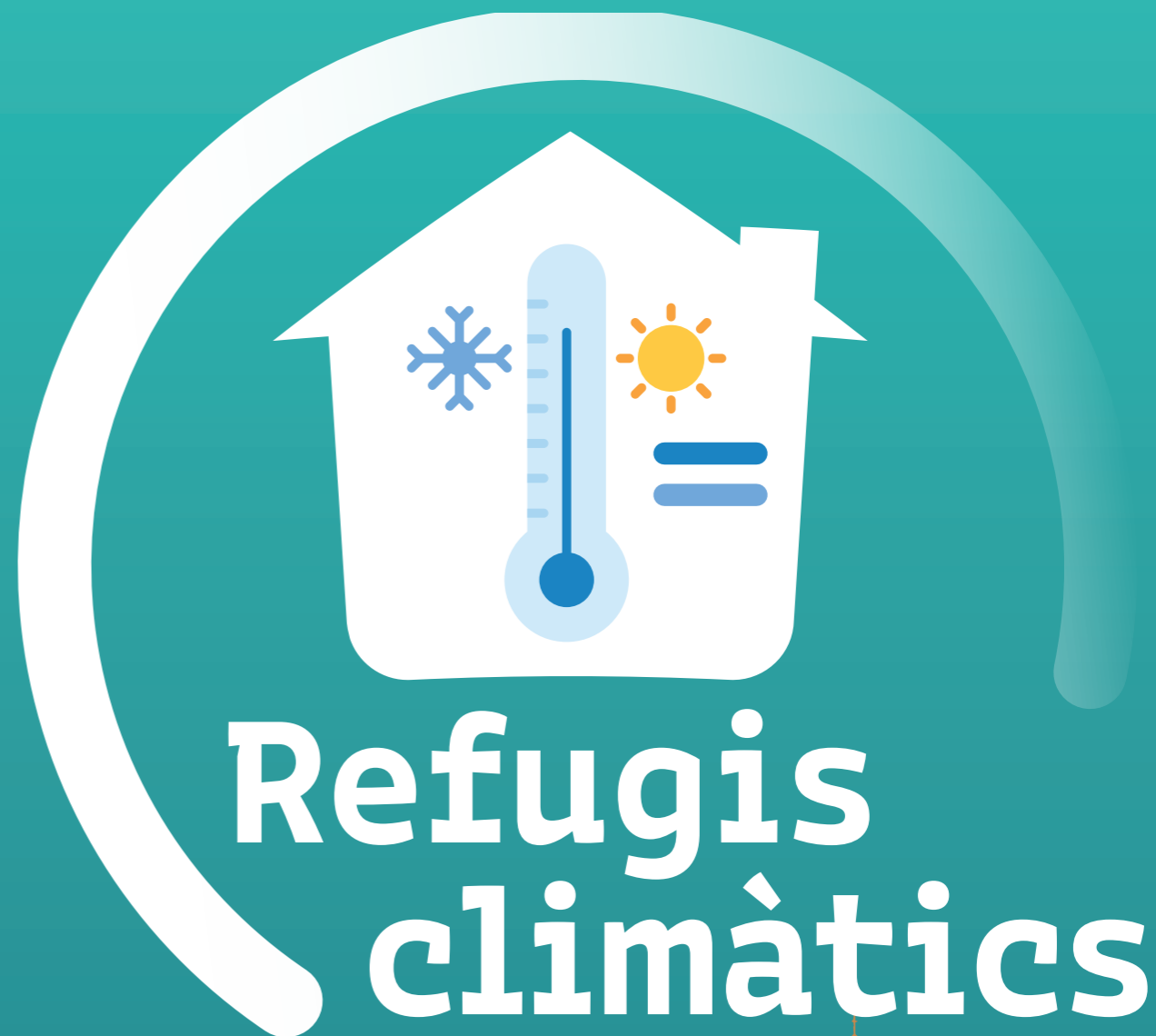
QUÈ SÓN ELS REFUGIS CLIMÀTICS?

Són equipaments o zones públiques obertes a la ciutadania que, en episodis meteorològics extrems com les onades de calor, ofereixen un espai fresc a aquelles persones que no puguin aconseguir confort climàtic a casa.

La calor excessiva i sostinguda comporta un augment de la morbiditat i de la mortalitat, especialment en la gent gran, nadons i les persones que tenen patologies cròniques o amb pocs recursos. La crisi climàtica provoca que cada vegada hi hagi més onades de calor i de més intensitat.

Per mitigar-ne els efectes, aquest estiu **l'Ajuntament adequa equipaments que oferiran un espai fresc on refugiar-se.**

La ciutat compta amb **espais exteriors** i **zones verdes amb ombra** que poden ser també zones on **refrescar-se.**



CONSELLS PER FER FRONT A LA CALOR



Beu **aigua fresca** de manera regular encara que no tinguis set. Fes **àpats lleugers** i pren **aliments rics en aigua.**



Estigues en llocs climatitzats quan faci més calor, si no tens ventilador ni aire condicionat.



Durant el dia, **tanca les persianes de les finestres on toca el sol.** Estigues a les habitacions més fresques. A la nit, obre les finestres de casa per refrescar-la.



Si tens animals de companyia, **procura que no s'estiguin al sol i hidrata'ls.**



Evita el sol directe, porta gorra o un barret. Utilitza roba lleugera (preferentment de cotó), de colors clars i que no sigui ajustada.



Visita un cop al dia la gent gran o malalta que viu sola.



Evita sortir a les hores de més calor i fer activitats físiques intenses.



No deixis persones vulnerables dins del **vehicle tancat.**



Passeja el gos, fes running o ves al mercat **a les hores de menys sol.**



Ajuntament de Valls



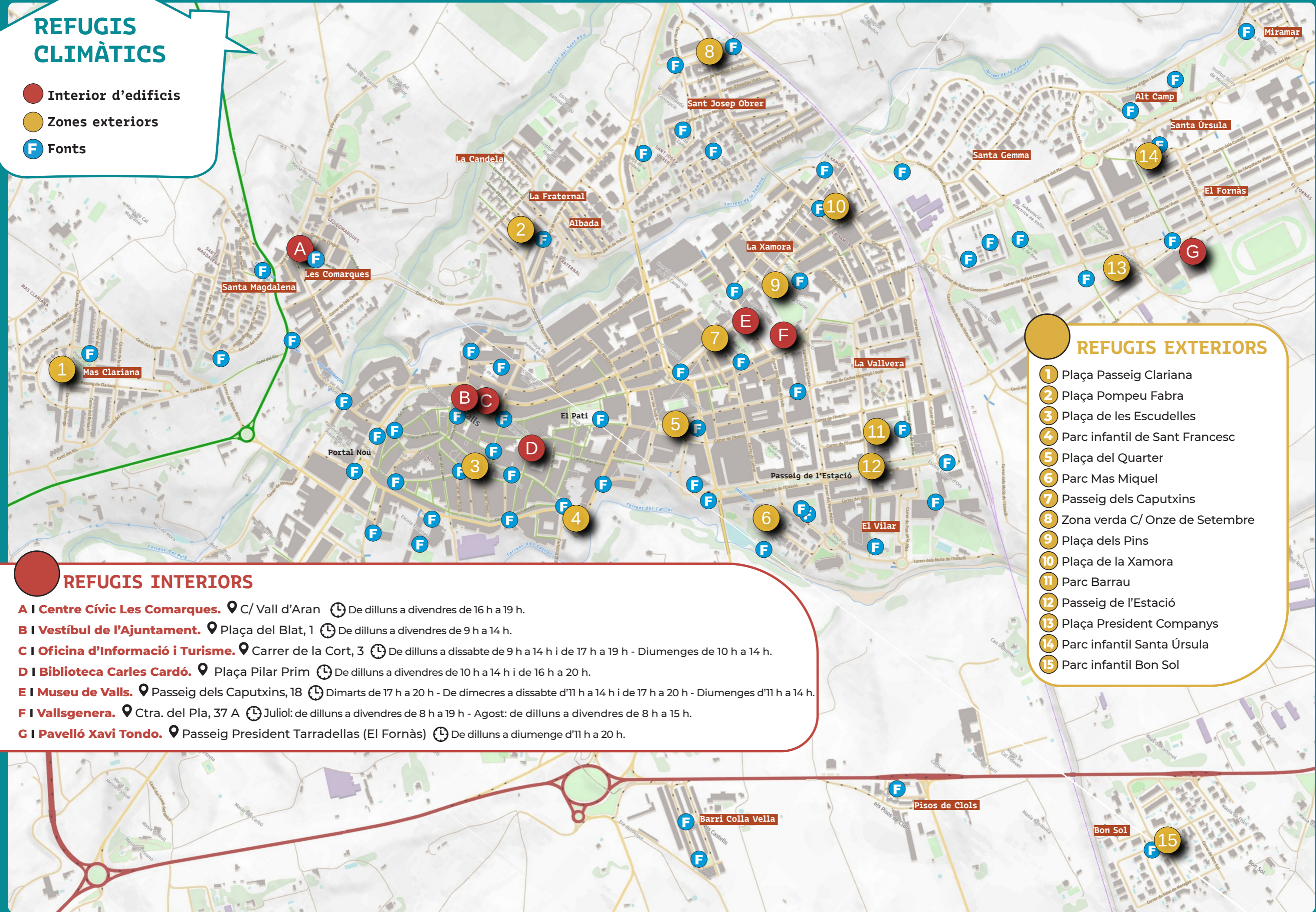
Consulta els **refugis climàtics**
www.valls.cat



Ajuntament de Valls

REFUGIS CLIMÀTICS

- Interior d'edificis
- Zones exteriors
- F Fonts



- ### REFUGIS EXTERIORS
- 1 Plaça Passeig Clariana
 - 2 Plaça Pompeu Fabra
 - 3 Plaça de les Escudelles
 - 4 Parc infantil de Sant Francesc
 - 5 Plaça del Quarter
 - 6 Parc Mas Miquel
 - 7 Passeig dels Caputxins
 - 8 Zona verda C/ Onze de Setembre
 - 9 Plaça dels Pins
 - 10 Plaça de la Xamora
 - 11 Parc Barrau
 - 12 Passeig de l'Estació
 - 13 Plaça President Companys
 - 14 Parc infantil Santa Úrsula
 - 15 Parc infantil Bon Sol

REFUGIS INTERIORS

- A | Centre Cívic Les Comarques.** 📍 C/ Vall d'Aran 🕒 De dilluns a divendres de 16 h a 19 h.
- B | Vestíbul de l'Ajuntament.** 📍 Plaça del Blat, 1 🕒 De dilluns a divendres de 9 h a 14 h.
- C | Oficina d'Informació i Turisme.** 📍 Carrer de la Cort, 3 🕒 De dilluns a dissabte de 9 h a 14 h i de 17 h a 19 h - Diumenges de 10 h a 14 h.
- D | Biblioteca Carles Cardó.** 📍 Plaça Pilar Prim 🕒 De dilluns a divendres de 10 h a 14 h i de 16 h a 20 h.
- E | Museu de Valls.** 📍 Passeig dels Caputxins, 18 🕒 Dimarts de 17 h a 20 h - De dimecres a dissabte d'11 h a 14 h i de 17 h a 20 h - Diumenges d'11 h a 14 h.
- F | Vallengenera.** 📍 Ctra. del Pla, 37 A 🕒 Juliol: de dilluns a divendres de 8 h a 19 h - Agost: de dilluns a divendres de 8 h a 15 h.
- G | Pavelló Xavi Tondo.** 📍 Passeig President Tarradellas (El Fornàs) 🕒 De dilluns a diumenge d'11 h a 20 h.