

- 1 Font de la Cadenera
- 2 Plaça de Gràcia
- 3 Parc del Benet
- 4 Pistes esportives
- 5 Parc de l'Av. de Roma - Cementiri
- 6 Plaça Àngela Roca
- 7 Camí del molinot
- 8 Can Puget - Sala d'exposicions
De dj. a dg. de 18h a 20h.
- 9 Edifici ASVAT - Llar de jubilats
De dill. a diss. de 8h a 13h i de 15h a 19h.
Tancat del 15 al 23 d'agost.
- 10 Passeig del Ter
- 11 Pati de l'Escola Puig Agut
- 12 Mercat Municipal
- 13 Fonts de la Plaça
de 10 a 13 h i de 17 a 22 h.
- 14 Parc del Serrallo
- 15 Embarcador del Ter
- 16 La Devesa
- 17 Parc de L'Esquirol
- 18 L'Arboretum
- 19 Biblioteca Municipal BBVA
De dill. a dv. de 15:30h a 20h. Dt. de 10h a 13:30h. Tancat del 3 al 21 d'agost.
- 20 Piscina d'estiu
- 21 Museu del Ter
- 22 Els rentants
- Refugi interior
- Refugi exterior
- Fonts
- Rutes fresques

HIDRATA'T

Beu aigua fresca
de manera regular

Fes àpats lleugers i pren
aliments rics en aigua

A LES HORES DE MÉS CALOR

Evita sortir al carrer

Redueix l'activitat física

A CASA

Tanca les persianes
durant el dia

Obre finestres
durant la nit



Què fer en cas de cop de calor?

En cas de patir símptomes com temperatura molt alta, mal de cap, nàusees, set intensa, convulsions, somnolència o pèrdua del coneixement, traslladeu la persona a un lloc més fresc, doneu-li aigua, mulleu-la, venteu-la i aviseu urgentment els serveis **emergències (112)**.

