

# REFUGIS CLIMÀTICS



Espais per cuidar-nos  
quan fa molta calor



Ajuntament de  
**Tàrraga**

## Què són els refugis climàtics?

Els refugis climàtics són espais frescos i confortables on protegir-nos de la calor i fer una pausa.

Tàrrrega disposa d'una xarxa d'espais per fer front a l'emergència climàtica i tenir cura de la salut de tota la ciutadania.



### Quan fa molta calor, protegeix-te:



Hidrata't sovint



Evita les hores de més calor



Protegeix-te del sol



Cuida't i cuida els altres

## Com puc saber que algú pateix un cop de calor?

Els símptomes més freqüents d'un cop de calor inclouen, entre d'altres, un augment de la temperatura corporal superior a 40°C, mal de cap, nàusees i vòmits, pell envermellida, calenta i no suada, respiració i freqüència cardíaca accelerades, alteracions de l'estat mental o el comportament (com ara confusió, irritabilitat o deliri), i alteracions de la consciència (desmai).

## Què he de fer si algú pateix un cop de calor?

- Truqueu immediatament al 061 Salut Respon, el cop de calor és una emergència mèdica.
- Allunyeu la persona de la font de calor, traslladeu-la a una zona d'ombra.
- No li doneu de beure cap líquid.
- Abaixeu la temperatura de l'entorn: obriu les finestres o engegueu un ventilador, traieu-li l'excés de roba i mulleu la persona amb aigua.
- Si la persona perd la consciència, col·loqueu-la en posició lateral de seguretat (PLS).
- Si deixa de respirar, comenceu les maniobres de reanimació cardiopulmonar (RCP).

## Què volen dir les emoticones?



L'espai disposa de climatització



L'espai disposa d'aigua potable



L'espai disposa de lavabos



L'espai és accessible per a persones amb mobilitat reduïda



L'espai disposa d'espais de descans



Per accedir a l'espai cal pagar una entrada



L'accés és gratuït

## REFUGIS PÚBLICS

Equipaments i espais públics frescos, accessibles i confortables:

- Espais climatitzats o amb ombra i ventilació natural
- Aigua potable
- Espais de descans i lectura
- Accessibles per a tothom



	<b>Emplaçament</b>	<b>Adreça</b>	<b>Horaris</b>
1	Biblioteca Pública Germanes Güell  	Pl. Sant Antoni, 3	Horari d'estiu (del 23 de juny al 16 de setembre): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dilluns, dimecres i divendres, de 9 a 14 h</li> <li>• Dimarts, de 15.30 a 20 h</li> <li>• Dijous, de 9 a 14 h i de 15.30 a 20 h</li> <li>• Dissabtes, diumenges i festius, tancat</li> </ul>
2	Piscines municipals 	Pg. del Parc Esportiu	De dilluns a diumenge de 10 a 20 h
3	Casal Cívic i Comunitari  	C. de Salvador Espriu, 9	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De dilluns a divendres de 9 a 21 h.</li> <li>• Diumenges de 10 a 13.30 h i de 15.30 a 21 h</li> </ul> AGOST TANCAT
4	Ajuntament, planta baixa  	Pl. Major, 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dilluns i dijous de 8 a 20 h</li> <li>• Dimarts, dimecres i divendres de 8 a 15 h</li> </ul> Horari d'estiu (de l'1 de juliol al 31 d'agost): De dilluns a divendres 8 a 15 h
5	Museu Comarcal, planta baixa  	C. Major, 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dilluns, dimarts i dimecres de 10 a 14 h</li> <li>• Dijous, divendres i dissabte, de 10 a 14 h i de 17 a 20h</li> <li>• Diumenge d'11 a 14 h</li> </ul>
6	Casa de Cultura, planta baixa  	C. les Piques, 1	De dilluns a divendres de 8 a 15 h
7	Oficina d'Acció Social, Habitatge, Salut i Feminismes  	C. Sant Pelegrí, 74	De dilluns a divendres de 8 a 15 h



Biblioteca Pública Germanes Güell



Casal Cívic i Comunitari



Piscines Municipals



Planta baixa Ajuntament



Planta baixa Museu Tàrrrega Urgell



Planta baixa Casa de Cultura



Oficina d'Acció Social, Habitatge, Salut i Feminismes



## REFUGIS ALS MUNICIPIS AGREGATS I ALTRES

Espais públics als municipis agregats que també et poden protegir de la calor:

- Espais frescos i amb ombra.
- Aigua potable.
- Accessibles.



	<b>Emplaçament</b>	<b>Adreça</b>	<b>Horaris</b>
8	Mas de Colom (Borges International Group Tàrrrega)  ❄️ ♿ 🚰 🪑 🗑️ 🚰	Carrer del Mas d'en Colom, 143	De dilluns a dijous, de 10 a 14 h i de 15 a 17 h. Divendres, cap de setmana i festius, de 10 a 18 h. Durant el mes d'agost, l'horari de dilluns a diumenge serà de 10 a 14 h.
9	El Talladell (EMD) ❄️ ♿ 🚰 🪑 🗑️ 🚰	Local social C. de Sant Pere, 5	Sota demanda al telèfon 626 982 329
10	Altet ❄️ ♿ 🚰 🪑 🗑️ €	Piscines municipals Pl. Major, s/n	De dilluns a diumenge d'11 a 20 h
11	Claravalls ❄️ ♿ 🚰 🪑 🗑️ €	Piscines municipals Partida nova, s/n	De dilluns a diumenge d'11 a 20 h
12	Claravalls ❄️ ♿ 🚰 🪑 🗑️ 🚰	Local social C. de les Escoles, s/n	Sota demanda al correu <a href="mailto:junta.claravalls@outlook.es">junta.claravalls@outlook.es</a>
13	La Figuerosa ❄️ 🚰 🪑 🗑️ 🚰	Local social Pl. de la Bassa, s/n	Sota demanda al correu <a href="mailto:anna@figarock.com">anna@figarock.com</a>
14	Santa Maria de Montmagastrell ❄️ ♿ 🚰 🪑 🗑️ 🚰	Local social, Passeig de Catalunya, s/n	Sota demanda al correu <a href="mailto:santamariamontmagastrell@gmail.com">santamariamontmagastrell@gmail.com</a>

**REFUGIS ALS  
MUNICIPIS AGREGATS  
I ALTRES**



Mas de Colom



Local social  
EMD del Talladell



Piscines municipals  
Altet



Piscines municipals  
Claravalls



Local social  
Claravalls



Local social  
La Figuerosa



Local social  
Santa Maria de Montmagastrell



## REFUGIS EN COMERÇOS DE FOMENT TÀRREGA

Comerços i establiments que formen part de la xarxa per oferir un espai de descans i benestar en horari comercial:

- Pots entrar a refrescar-te i hidratar-te
- Tracte amable i espai segur
- Busca el cartell a l'entrada



	<b>Emplaçament</b>	<b>Adreça</b>
15	Farmàcia l'Estació	C. d'Alonso Martínez, 35
16	Comercial Sans	Av. Catalunya, 16
17	Mateu Roca electrodomèstics	Av. Catalunya, 36
18	Fotografia Gatus	C. de Sant Joan, 15
19	La Botigueta	C. de Santa Maria, 9
20	La Moneria	C. de Santa Maria, 8
21	R. Codina, joier	C. de Santa Anna, 12
22	Centre d'estètica Maite Ramon	C. de Santa Anna, 5
23	3catorze	C. del Carme, 9
24	Culinàrium	C. del Carme, 5
25	Llibreria Sauret	C. del Carme, 14
26	El Vint	C. del Carme, 20
27	Farmàcia Biosca	C. del Carme, 30
28	Confeccions Alba	C. Agoders, 23
29	Centre de psicologia i psicopedagogia PLENAMENT	Pl. del Carme, 16, entresòl A
30	Estel Tàrrega	C. Comabruna, 21
31	Clínica Dental Urgell Entü	C. del Carme, 31, baixos
32	Cal Francesc	C. de Sant Pelegrí, 2
33	EKT Perruqueria Estètica	C. de Sant Pelegrí, 29
34	Domènec Seguí ferreters	C. de Sant Pelegrí, 65
35		Av. de Cervera, 16
36	Fem Cadena	Av. de Barcelona, 12
37	Bici 3.0	C. Canal d'Urgell, 6
38	Escola de Dansa Tàrrega	C. del Governador Padules, 10

## REFUGIS EN COMERÇOS DE FOMENT TARGARÍ



Farmàcia de l'Estació



Comercial Sans



Mateu Roca electrodomèstics



Fotografia Gatius



La Botigueta



La Moneria



R. Codina, joier



Centre d'estètica Maite Ramon



3catorze



Culinàrium



Llibreria Sauret



ElVint



# REFUGIS EN COMERÇOS DE FOMENT TARGARÍ



Farmàcia Biosca



Confeccions Alba



Centre psicologia i psicopedagogia PLENAMENT



Estel Tàrrega



Clínica Dental Urgell Entü



Domènec Seguí ferreters



Cal Francesc



EKT Perruqueria Estètica



Domènec Seguí ferreters



Fem Cadena



Estudi de Dansa



Bici 3.0





# Tàrrrega



Direcció Lleida

Direcció Sant Martí de Maldà

Direcció Tarragona



Direcció Barcelona

**Refugis públics**

1. Biblioteca Germanes Güell
2. Piscines municipals d'estiu
3. Casal Cívic i Comunitari
4. Ajuntament, planta baixa
5. Museu Comarcal, planta baixa
6. Casa de Cultura, planta baixa
7. Oficina d'Acció Social, Habitatge, Salut i Feminismes

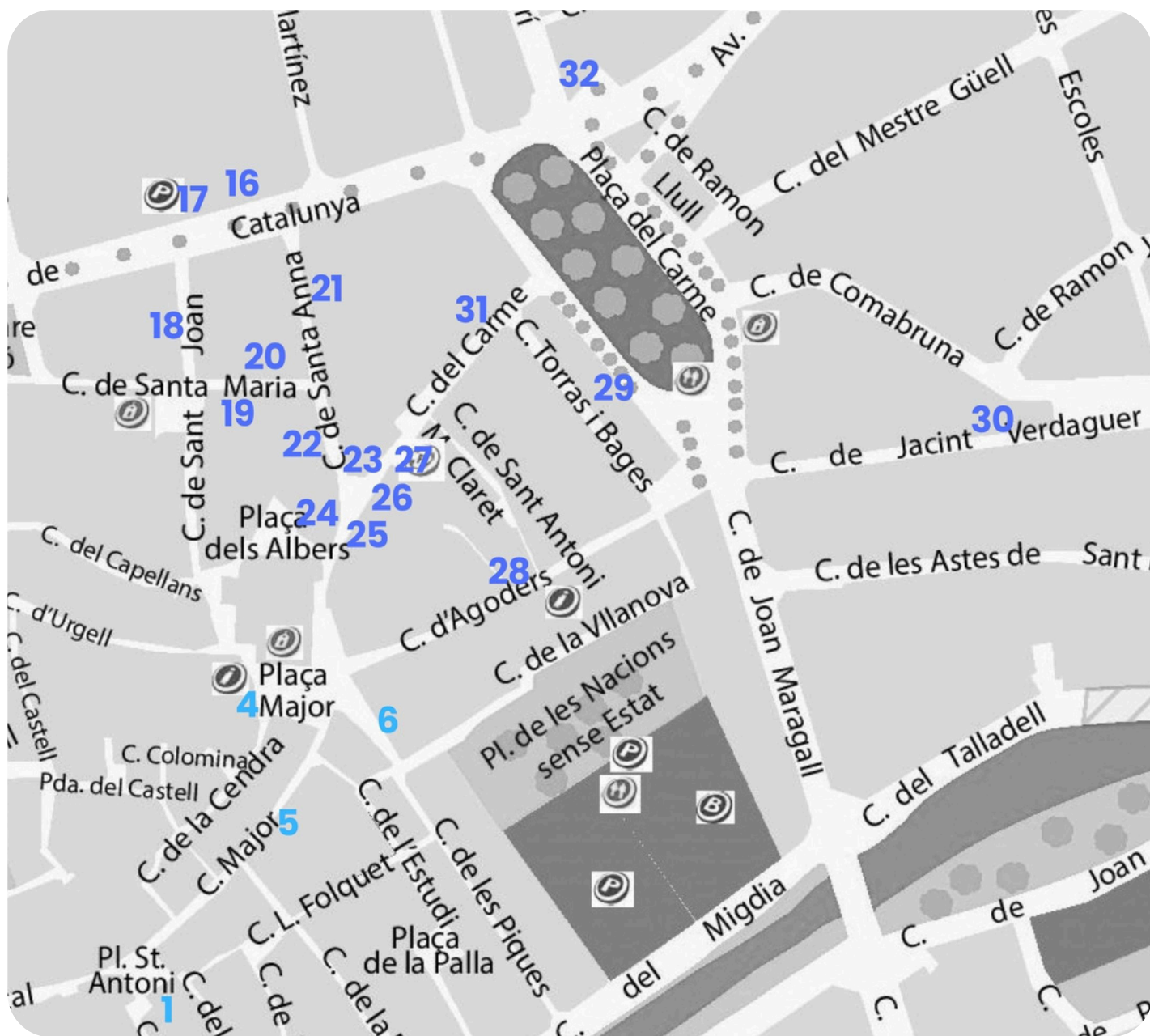
**Refugis climàtics als municipis agregats i altres**

8. Mas Colom
9. El Talladell (EMD), local social
10. Altet, piscines municipals
11. Claravalls, piscines municipals
12. Claravalls, local social
13. La Figuerosa, local social
14. Santa Maria de Montmagastrell, local social

**Refugis climàtics Foment Tàrraga**

15. Farmàcia l'Estació
16. Comercial Sans
17. Mateu Roca Electrodomèstics
18. Fotografia Gatus
19. La Botigueta
20. La Moneria
21. R. Codina, joier
22. Centre d'estètica Maite Ramon
23. 3catorze
24. Culinàrium
25. Llibreria Sauret
26. El Vint
27. Farmàcia Biosca
28. Confeccions Alba
29. Centre de psicologia i psicopedagogia PLENAMENT
30. Estel Tàrraga
31. Clínica Dental Urgel Entü
32. Cal Francesc
33. EKT Perruqueria Estètica
34. Domènec Seguí ferreters
35. Domènec Seguí ferreters
36. Fem Cadena
37. Bici 3.0
38. Escola de Dansa Tàrraga

# Refugis del centre de Tàrrrega



## CUIDEM TÀRREGA, CUIDEM LES PERSONES

Utilitza els refugis climàtics, sigues responsable i ajuda'ns a fer un municipi més saludable, sostenible i solidari.



SALUT



SOSTENIBILITAT



COMUNITAT



RESILIÈNCIA



FOMENT TÀRREGA



EMD del Talladell



Ajuntament de Tàrrrega

Amb la col·laboració de:

Biblioteca Germanes Güell, juntes de veïns d'Altet, Claravalls, La Figuerosa i Santa Maria de Montmagastrell, EMD del Talladell, Foment Tàrrrega i PIMEC, Mas de Colom, Museu Comarcal de l'Urgell,