

Recomanacions per gaudir de la natura amb seny

Abans de sortir:



CONSULTAU LA PREVISIÓ DEL TEMPS ABANS DE SORTIR



EQUIPAMENT I CALÇAT ADEQUAT



AIGUA I ALIMENTS ENERGÈTICS SUFICIENTS



NO ANEU TOT SOLS I PLANIFICAU L'ACTIVITAT



TELÈFON MÒBIL AMB CONNEXIÓ I BATERIA



DEIXAU DIT ON ANAU I QUAN TENIU PREVIST TORNAR

Durant l'activitat:



NO SORTIU DEL CAMÍ I SEGUIU LES SENYALS OFICIALS



NO ANEU A LLOCS PERILLOSOS



NO DEIXAR A NINGÜ ENRERE



NO ENCENDRE FOC



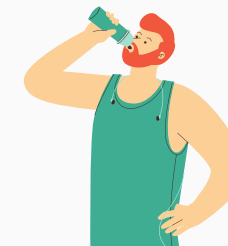
RESERVAU FORCES PER TORNAR



RESPECTAU L'ENTORN I NO MOLESTEU ELS ANIMALS



ALERTA AMB LES ROSSEGUERES I DESPRENDIMENTS



HIDRATEU-VOS SOVINT



MENJAU ALIMENTS ENERGÈTICS

En cas d'emergència



**TELEFONAU AL 112
AMB SERENITAT I DE
MANERA CLARA**



**INFORMAU DEL LLOC
DE L'ACCIDENT I
COORDENADES**



**TIPUS D'EMERGÈNCIA
I ESTAT DE LES
PERSONES
INVOLUCRADES**



**CONDICIONS
METEREOLÒGIQUES I
D'ACCÈS A LA ZONA**

