

Telèfons d'interès

CAP Cubelles

Tel. 93.895.00.81
C/ Joan XXIII, 30

Hospital Sant Antoni Abad

Tel. 93.893.16.16

Hospital Sant Camil

Tel. 93.896.25.00

Ambulàncies

Tel. 061

Polícia Local

Tel. 93.895.01.32
C/ Dr. Darius Huguet, s/n

Guàrdia Civil

Tel. 93.893.00.01 / 062



Ajuntament de Cubelles

Regidoria d'Acció Social i Sanitat
Pg. Narcís Bardají, 12
Tel. 93.895.24.57

Quina calor!!



Ajuntament de Cubelles
Regidoria d'Acció Social



Zuè cal fer davant d'una onada de calor?

- Portar roba còmode i de fibres naturals.
- No sortir al carrer les hores de màxima incidència solar.
- Beure molta aigua.
- Portar barrets o gorres per evitar la radiació solar directa al cap.
- Posar-se cremes protectores solars abans de sortir al carrer.
- No abusar dels aires condicionats, per no patir el canvi sobtat de temperatura.
- Vigilar l'alimentació i fer ús d'aliments frescos (amanides, fruits...).



Nens

Cal anar molt protegits del sol amb gorres i cremes i evitar, en la mesura del possible, les activitats d'esforç físic (esportives...) en hores de molta radiació solar.

Gent Gran

- La Gent Gran cal que, en períodes de molta calor, es controli la tensió més!!
- Cal beure molta aigua.
- Si no és necessari, no sortir al carrer a les hores que fa més calor.
- Cal tenir sempre a mà els telèfons d'urgències.

