

recomanacions

Recomanacions per preservar la natura

Sigui quina sigui l'activitat que penseu fer quan us plantegeu sortides a la muntanya, recordeu sempre que cal respectar la muntanya i tot el patrimoni natural, els espais protegits i les zones sotmeses a alguna restricció.

Per millorar la vostra seguretat, és necessari que tingueu consciència de la utilitat d'aplicar certes prevencions:

- Abans de començar una sortida a la muntanya, **informeu-vos de les característiques de la zona**. Si no teniu gaire experiència, procureu anar-hi amb alguna persona experimentada i mesureu molt bé el perill i els riscos implícits en la pràctica de determinades activitats.
- Abans de planificar la sortida, **informeu-vos de la previsió meteorològica** i desistiu de sortir si es preveu mal temps.
- Quan iniciu la sortida, **deixeu informació sempre del recorregut que penseu fer** i del temps aproximat que creieu que durarà.
- Aneu sempre **equipats amb la roba i el calçat adequats** a l'activitat que voleu fer.
- Emporteu-vos sempre **menjar, beguda i roba de recanvi**.
- És molt convenient **portar telèfon mòbil** per si us trobeu implicats en algun accident o en presència cap.
- Si no heu previst lloc per pernoctar, **torneu abans no es faci fosc**.
- Si us perdeu, o patiu un accident, **poseu-vos en contacte amb els serveis d'emergència**. Localitzeu punts de referència fixos i comuniquen la vostra posició. No us mogueu del lloc fins que el personal de recerca us hagi trobat.

Acampada

- **No acampeu** en terrenys **sense l'autorització corresponent** i eviteu fer-ho en zones inundables. Només podeu acampar un màxim de quatre dies.

Incendis

- Recordeu que **està prohibit encendre foc sense l'autorització** corresponent en els períodes establerts, així com llençar objectes encesos.
- En els períodes i llocs permesos podeu fer foc d'esbarjo **a més de 10 metres** de la vegetació en dies sense vent i no podeu abandonar el lloc fins a la total extinció del foc.

Accés motoritzat

- Circuleu per les **pistes forestals habilitades** per a la circulació de vehicles de motor.
- Respecteu les senyalitzacions i limitacions de velocitat.

Recordi aquests telèfons:

Recuerde estos teléfonos:
Rappelez-vous des numéros de téléphone suivants:
Remember the following telephone numbers:



**Policia de la Generalitat
Mossos d'Esquadra**

Bombers de la Generalitat

Bomberos de la Generalitat
Pompiers de la Generalitat
Regional Fire Service



Per sol·licitar qualsevol servei d'emergències (ambulàncies, bombers i policies)

Para solicitar cualquier servicio de emergencias
(ambulancias, bomberos y policías)
Pour solliciter tout type de service d'urgence
(ambulances, pompiers et police)
For any kind of emergency service
(ambulance, firemen and police)



Podeu consultar la informació relativa als períodes i autoritzacions per fer foc a la pàgina web o truqueu al telèfon d'informació:

Pueden consultar la información relativa a los períodos y autorizaciones para encender fuego en la página web o llamando al teléfono de información:

Si vous souhaitez vous renseigner sur les périodes et autorisations pour faire du feu visitez la page web suivante ou par téléphone au numéro des renseignements:

You can find information on the periods and official permission for lighting fires at the following website or by telephoning the citizen information line:

**[www.gencat.net/mediamb/incendis/
permisos.htm](http://www.gencat.net/mediamb/incendis/permisos.htm)**



Cost de la trucada: 0,55€/3 min.



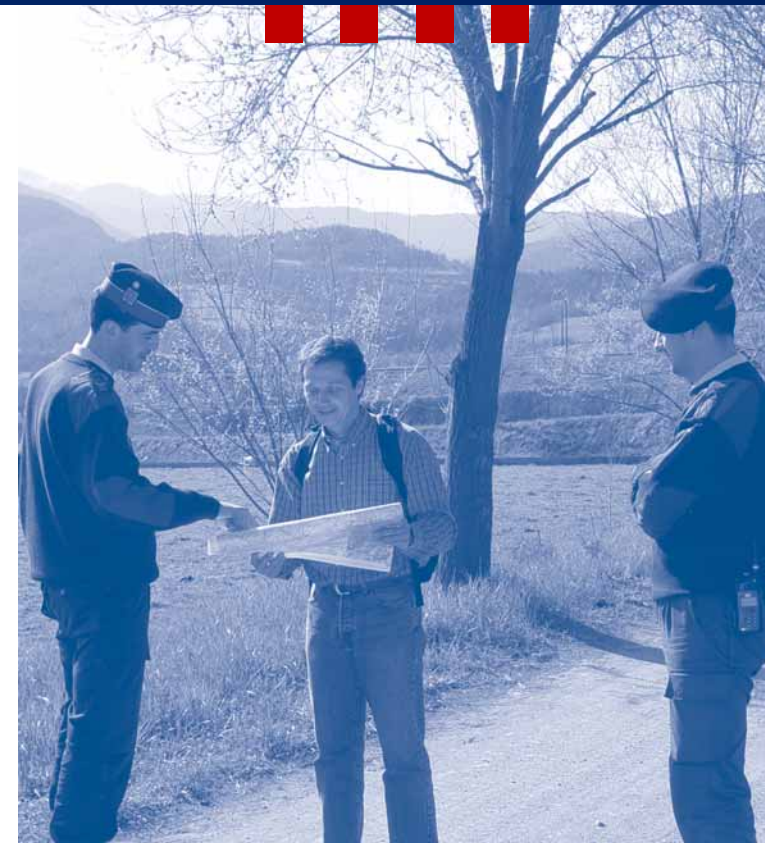
Generalitat de Catalunya

www.gencat.net



Generalitat de Catalunya

www.gencat.net



conservació de la natura

conservación de la naturaleza
conservation de la nature
countryside conservation

recomendaciones

Recomendaciones para preservar la naturaleza

Sea cual sea la actividad que piense hacer cuando se plantee salidas a la montaña, recuerde siempre que hay que respetar la montaña y todo el patrimonio natural, los espacios protegidos y las zonas sometidas a alguna restricción.

Para mejorar su seguridad, es necesario que tenga conciencia de la utilidad de aplicar ciertas prevenciones:

- Antes de empezar una salida a la montaña, **infórmese de las características de la zona**. Si no tiene mucha experiencia, procure ir con alguna persona experimentada y mida muy bien el peligro y los riesgos implícitos en la práctica de determinadas actividades.
- Antes de planificar la salida, **infórmese de la previsión meteorológica** y desista de salir si se prevé mal tiempo.
- Cuando inicie la salida, **deje información siempre del recorrido que piensa hacer** y del tiempo aproximado que cree que durará.
- Vaya siempre **equipado con la ropa y el calzado adecuados** a la actividad que quiera hacer.
- Llévese siempre **comida, bebida y ropa de recambio**.
- Es muy conveniente **llevar teléfono móvil** por si se encuentra implicado en algún accidente o presencia alguno.
- Si no ha previsto sitio para pernoctar, **regrese antes de que oscurezca**.
- Si se pierde, o sufre un accidente, **póngase en contacto con los servicios de emergencia**. Localice puntos de referencia fijos y comuníquese su posición. No se mueva del sitio hasta que el personal de búsqueda le haya encontrado.

Acampada

- **No acampe** en terrenos **sin la correspondiente autorización** y evite hacerlo en zonas inundables. Sólo puede acampar por un máximo de cuatro días.

Incendios

- Recuerde que **está prohibido encender fuego sin la autorización** correspondiente en los períodos establecidos, así como tirar objetos encendidos.
- En los períodos y lugares permitidos puede encender fuego de campo **a más de 10 metros** de la vegetación en días sin viento y no puede abandonar el lugar hasta la total extinción del fuego.

Acceso motorizado

- Circule por las **pistas forestales habilitadas** para la circulación de vehículos a motor.
- Respete las señalizaciones y limitaciones de velocidad.

recommandations

Conseils pour préserver la nature

Quelle que soit l'activité que vous pensez faire lorsque vous décidez de sortir à la montagne, rappelez-vous qu'il faut toujours respecter la montagne et tout le patrimoine naturel, les espaces protégés et les zones soumises à une quelconque restriction.

Pour votre sécurité, il est nécessaire que vous ayez conscience de l'utilité d'observer certaines précautions:

- Avant de commencer une sortie à la montagne, **informez-vous des caractéristiques de la zone**. Si vous n'avez aucune expérience, essayez de vous faire accompagner par une personne expérimentée et mesurez bien les dangers et les risques que suppose la pratique de certaines activités.
- Avant de planifier une sortie, **informez-vous des prévisions météorologiques** et annulez la sortie si du mauvais temps s'annonce.
- Avant de partir en sortie, **laissez toujours une information concernant le parcours que vous pensez faire** et le temps approximatif que cela prendra.
- Portez toujours les **habits et les chaussures adéquats** à l'activité que vous souhaitez faire.
- Emportez toujours à **manger, à boire et des vêtements de rechange** avec vous.
- Il est nécessaire **d'avoir un téléphone portable** avec vous en cas où vous assistiez à un accident ou s'il vous en arrivait un.
- Si vous n'avez pas prévu d'endroit où dormir, **retenez avant qu'il fasse nuit**.
- Si vous vous perdez ou s'il vous arrive un accident, **contactez les services d'urgence**. Repérez des points de référence fixes et communiquez votre position. Ne bougez pas du lieu avant que le personnel de recherche vous ait trouvé.

Camping

- **Ne campez jamais** dans des terrains **sans l'autorisation correspondante** et évitez les zones inondables. Vous pouvez camper au maximum quatre jours.

Incendies

- Souvenez-vous qu'il **est interdit de faire du feu sans l'autorisation** correspondante pendant les périodes établies ainsi que de jeter des objets allumés.
- Durant les périodes et dans le lieu permis, il est possible de faire des feux de camp **à plus de 10 mètres** de la végétation et s'il n'y a pas de vent. On ne peut abandonner les lieux avant l'extinction totale du feu.

Accès motorisé

- Veuillez circuler sur les **chemins forestiers aménagés** pour la circulation de véhicules à moteur.
- Respectez les panneaux de signalisation et la limitation de vitesse.

recommendations

Advice on protecting the countryside

No matter the activity you wish to do, when you think of going to the mountain, always remember to respect the mountain and the environment: protected spaces and areas with special restrictions.

In order to improve your safety, you must bear in mind the benefits of being cautious:

- Before going to the mountain, **get some information about the characteristics of the area**. If you do not have much experience, try to go with an experienced person, and evaluate the risks of practicing certain activities.
- Before planning your trip, **get the latest information about the weather forecast**, and do not leave if the forecast is not good.
- Always **leave information about the route you want to take**, and about the approximate time you think this will last.
- Always **wear the adequate clothing and shoes** for the activity you wish to do.
- Always take some **food, drinks and extra clothing** with you.
- It is useful to **carry a mobile phone**, in case you have or see an accident.
- If you do not have a place to spend the night, **go back home before the night falls**.
- If you get lost or have an accident, **contact the emergency services**. Find some fixed reference points, and communicate your position. Do not move from the place where you are until the emergency staff finds you.

Camping

- **Do not camp** on any land **without the necessary permission**, and avoid camping in areas liable to flooding. You may camp for a maximum of four days.

Fires

- Remember that **it is forbidden to light fires without the necessary permission** during certain periods, and also to throw burning materials.
- At the times and in the places permitted, campfires may be lit **more than 10 metres** from vegetation on non-windy days. You must not leave the site unattended until the fire is completely extinguished.

Access by motor vehicle

- Use **woodland tracks prepared** for motorised traffic.
- Respect signs and speed limits.