

# Ajuntament dels Infants

Lloret de Mar

**Resum de la Sessió 5**  
**8 de maig de 2024**



Ajuntament de  
Lloret de Mar



L'Ajuntament dels Infants es reuneix el **dimecres 8 de maig de 2024** a la **Casa de la Cultura**. La trobada comença amb un joc.



## **Posem en comú les recomanacions que faríem davant una onada de calor. Aquestes son les recomanacions que fa l'Ajuntament dels Infants:**

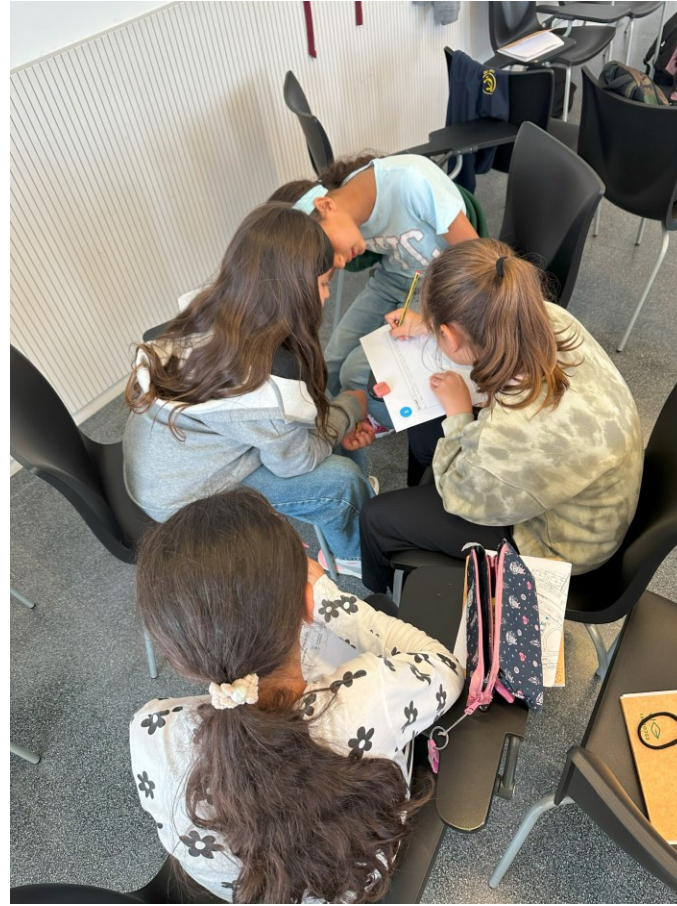
- No sortir de casa ni fer esport a les hores punta de calor
- Si estem al carrer, buscar llocs amb ombra
- Utilitzar els refugis climàtics interiors (amb aire condicionat) i exteriors (boscos, parcs, jardins,...)
- Anar a la biblioteca a llegir
- Refrescar-se a la piscina municipal o a la platja
- A casa: tenir ventiladors o aire condicionat, baixar les persianes, ventilar a les nits
- Protegir-se del sol amb una gorra, barret o paraigües
- Utilitzar ventalls
- Posar-se protecció solar
- Hidratar-se sovint, encara que no es tingui set
- Vestir-se amb roba de colors clars i teixits fins i frescos
- Menjar coses poc fredes
- Dutxar-se amb aigua tèbia
- Mantenir el contacte amb veïns i familiars grans
- Escoltar-nos el cos per saber com estem (si estem marejats, cal refrescar-se i descansar o anar al metge)





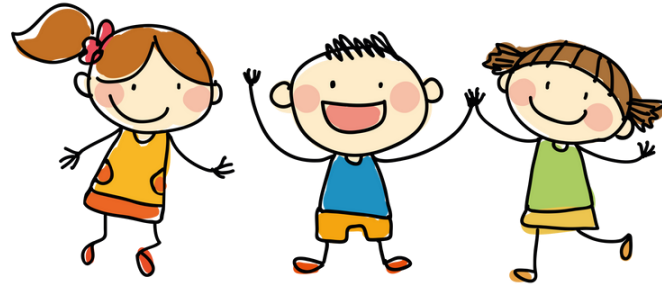


Ens separem en tres grups per **preparar el Plenari de l'Ajuntament dels Infants**. Cada grup té unes preguntes i les actes de les reunions que s'han fet. Al final, es demana als i les representants que contestin una **enquesta de valoració de l'activitat**.









# Ajuntament dels Infants

Lloret de Mar

**Resum de la Sessió 5**  
**8 de maig de 2024**



Ajuntament de  
Lloret de Mar

