

Més informació:

Punt d'Informació Municipal del Masnou (PIMM)
Situat davant del baixador d'Ocata
www.elmasnou.cat/espaisaludable (Espai Saludable)
salutcomunitaria@elmasnou.cat

Regidoria de Salut Pública i Consum
C/ de Roger de Flor, 23
Telèfon: 93 557 18 00

Altres telèfons d'interès: Policia Local (93 555 22 44) o 112



Amb el suport de:



ESPAI SALUDABLE



ESPAI LLIURE DE FUM PLATJA D'OCATA



NORMES D'ÚS



No es permet fumar.



Eviteu beure begudes d'alta graduació.



Eviteu la música alta.



Prohibit pescar.



Eviteu provocar molèsties a la resta de persones.



En cas d'accident, aviseu el servei de socorrisme.



Mantingueu la distància física obligatòria de dos metres a la sorra i dins l'aigua.



Extremeu les mesures d'higiene personal.

RECOMANACIONS

- Utilitzeu protecció solar adient.
- Protegiu-vos del sol.
- Refresqueu-vos sovint.
- Tingueu cura de la vostra alimentació.
- Realitzeu exercici físic amb moderació.
- En cas de picades de medusa, dirigiu-vos al servei de socorrisme.
- Preveniu els cops de calor.
- Fixeu-vos en les banderes.

Iniciem una nova temporada de l'Espai Saludable incorporant-hi activitats relacionades amb la cura de la salut i del benestar

Activitats de l'Espai Saludable 2021

20 de juliol, de 20 a 21 h

Aprendre a cuidar-se, sessió de txikung

Organitzat per: Esquima / Lloc: Zona d'ombra de la platja d'Ocata (davant el baixador)

22 de juliol, de 10.30 a 11.30 h

5 d'agost, de 17 a 18.30 h

19 d'agost, de 17 a 18.30 h

Taller de primers auxilis i consells saludables per a la platja

Organitzat per: Pro-activa / Lloc: Zona d'ombra de la platja d'Ocata (davant el baixador)

9 de setembre, de 9.30 a 10.30 h

Taller de txikung

Organitzat per: Afibromare / Lloc: Zona d'ombra de la platja d'Ocata (davant el baixador)



Delimitació de l'Espai Saludable de la platja d'Ocata
Juliol i agost

Entre tots i totes, fem de la platja un espai més saludable