



cat La problemàtica de les restes fecals

- Excaveu un petit forat per enterrar els vostres excrements allunyat dels senders. Podeu utilitzar una pala!
- No enterreu tampons, compreses ni tovalloletes, ja que no es degraden, i empreu el mínim paper higiènic. Endueu-vos-ho!

esp La problemática de los desechos fecales

- ✓ Excavar un pequeño hoyo para enterrar los excrementos alejado de los senderos. ☐ Se puede utilizar una pala!
- ✓ No enterrar tampones, compresas ni toallitas, puesto que no se degradan, y emplear el mínimo papel higiénico. ☐ Levárselo!

eng The poop problem

- ◆ Dig a small hole away from the paths and bury it. You can use a trowel!
- ◆ Don't bury tampons or sanitary pads; they're not biodegradable. Use as little toilet paper as you can. Don't leave it there, take it with you!

cat Zones de pernoctació

- Aquestes zones no són càmpings ni hi ha cap servei. No ocupeu tot el terreny i causeu-hi el mínim impacte possible! Tothom us ho agrairà!

esp Zonas de pernoctación

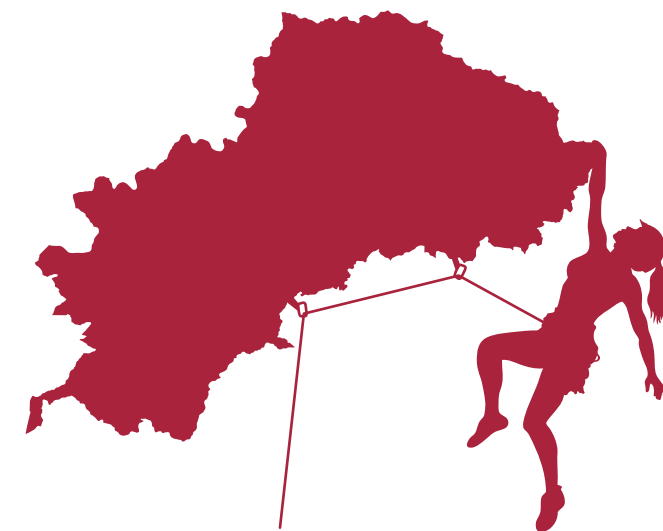
- ✓ Estas zonas no son campings y no hay ningún servicio. ☐ No ocupar todo el terreno, y causar el mínimo impacto posible! ☐ Todo el mundo lo agradecerá!

eng Bivouacking areas

- ◆ These are not campsites and there are no services. Don't take up all the room and keep your impact as low as possible! We'll all thank you for it!

Vine, escala i cuida Montsant!

Consells i bones pràctiques per a l'escalada al Parc Natural de Montsant



esp VIEN, ESCALA Y CUIDA MONT SANT!
Consejos y buenas prácticas para la escalada en el Parque Natural de Montsant

eng COME, CLIMB AND CARE FOR MONT SANT!
Tips and good practices for climbing in Montsant Natural Park

cat SOU AL PARC NATURAL DE MONTSANT

- Aparqueu en indrets habilitats i no enmig de pistes forestals ni de camps de conreu.
- Recordeu que és prohibit de fer foc fora dels llocs i calendari autoritzats.
- L'ús de sabons no biodegradables és perjudicial per al medi.
- Porteu els animals de companyia lligats i recolliu-ne els excrements.
- Cuideu la vegetació i la fauna del vostre entorn.
- Respecteu la propietat privada. Recordeu que la conservació del patrimoni natural i cultural és responsabilitat de tothom.
- Endueu-vos les deixalles, que ningú no s'adoni que hi heu passat!
- La circulació motoritzada està regulada; respecte la senyalització i els tancaments.
- Respecteu el silenci, tothom us ho agrairà.

esp ESTÁN EN EL PARQUE NATURAL DE MONTSANT

- ✓ *Aparcar en lugares habilitados y no en mitad de pistas forestales ni de campos de cultivo.*
- ✓ *Recordar que está prohibido encender fuego fuera de los lugares y el calendario autorizados.*
- ✓ *El uso de jabones no biodegradables es perjudicial para el medio.*
- ✓ *Llevar los animales de compañía sujetos y recoger sus excrementos.*
- ✓ *Cuidar la vegetación y la fauna de su entorno.*
- ✓ *Respetar la propiedad privada. Recordar que la conservación del patrimonio natural y cultural es responsabilidad de todos/as.*
- ✓ *Llevarse los desechos, que nadie se dé cuenta de que allí ha estado alguien!*
- ✓ *La circulación motorizada está regulada; respetar la señalización y las vallas.*
- ✓ *Respectar el silencio, todo el mundo lo agradecerá.*

eng WHILE YOU'RE IN MONTSANT NATURAL PARK

- ◆ Park in the parking areas and not on the dirt tracks or in fields.
- ◆ Remember that lighting fires is permitted only at certain times of the year and in designated areas.
- ◆ Use of non-biodegradable soaps is harmful to the environment.
- ◆ Keep pets on a lead and collect their excrements.
- ◆ Respect the vegetation and fauna around you.
- ◆ Respect private property. Remember that we are all responsible for preserving our natural and cultural environment.
- ◆ Take your rubbish with you; nobody should realise you've been here!
- ◆ Motor vehicle traffic is regulated; observe the signs and barriers.
- ◆ Preserve the peace and quiet of the area; everyone will thank you for it.

cat LES ZONES D'ESCALADA

L'escalada al Parc Natural de Montsant està regulada. Hi ha zones lliures, condicionades i prohibides; consulteu el mapa (<http://bit.ly/19QZewk>).

- Si equipeu una via, comuniqueu-ho al parc i així ens ajudeu en la gestió (<http://bit.ly/17oRED9>).
- Utilitzeu els senders ja existents per arribar a les vies.
- L'acampada lliure és prohibida. Consulteu les zones de pernoctació i acampada.
- No deixeu material indefinidament a les vies, ja que es deteriora i el seu ús pot ser perillós.
- Sigueu responsables i eviteu riscos. Avalueu l'estat dels materials i les instal·lacions.

esp LAS ZONAS DE ESCALADA

La escalada en el Parque Natural de Montsant está regulada. Existen zonas libres, condicionadas y prohibidas; consultar el mapa (<http://bit.ly/19QZewk>).

- ✓ *Si equipan una vía, se debe comunicar al Parque, y así nos ayudan en su gestión (<http://bit.ly/17oRED9>).*
- ✓ *Utilizar los senderos ya existentes para llegar a las vías de escalada.*
- ✓ *La acampada libre está prohibida. Consultar las zonas de pernoctación y acampada.*
- ✓ *No dejar material indefinidamente en las vías, puesto que se deteriora y su uso puede ser peligroso.*
- ✓ *Ser responsables y evitar riesgos. Evaluar el estado de los materiales y de las instalaciones.*

eng CLIMBING AREA

Climbing in Montsant Natural Park is regulated. There are unrestricted, restricted and prohibited areas. For further information, see the map, (<http://bit.ly/19QZewk>).

- ◆ If you bolt a route, report it to the Park. This will help us manage it in the future (<http://bit.ly/17oRED9>).
- ◆ Please use existing paths to reach the climbing routes.
- ◆ Wild camping is prohibited. Find out where you can bivouac or camp.
- ◆ Do not leave gear indefinitely on the routes; with time, it deteriorates and may become dangerous to use.
- ◆ Be responsible and avoid risks. You must evaluate the state of equipment and facilities.

ZONES D'ACAMPADA A I PERNOCTACIÓ P ZONAS DE ACAMPADA A Y PERNOCTACIÓN P BIVOUACKING P AND CAMPING AREAS A



- **A Cabacés.** Àrea de lleure de la Foia. Demanar permís a l'ajuntament: 977 839 109 / aj.cabaces@altanet.org
- **P La Bisbal de Falset.** Cova de Santa Llúcia. Demanar permís a l'ajuntament: 977 819 012 / aj.bisbalfalset@altanet.org
- **A La Figuera.** Ermita de Sant Pau. Informar a l'ajuntament: 977 825 201 / aj.figuera@altanet.org
- **P La Morera de Montsant.** Àrea de lleure de la Font. Informar a l'ajuntament: 977 827 112 / aj.morera@altanet.org
- **P La Vilella Baixa.** Àrea de lleure. Demanar permís a l'ajuntament: 646 480 193 / aj.vilellabaixa@altanet.org
- **A Margalef.** Pantà i espai d'acollida. Informar a l'ajuntament: 977 819 167 / aj.margalef@altanet.org
- **A Uldemolins.** Contacte de l'ajuntament: 977 561 577
 - Ermita de Sant Antoni (zona d'acampada i refugi). Diego: 669 959 977 / www.refugisantantoni.com
 - Ermita de Santa Magdalena (campament juvenil i zona d'acampada). Loreto: 626 292 979

REFUGIS REFUGIOS MOUNTAIN HUTS



- **Albarca.** Refugi Montsant: 660 660 721.
- **Cornudella de Montsant.** Lo Refugi: 977 821 313 www.montsantratura.cat
- **La Figuera.** Leandre Lerín: 977 291 500.
- **Margalef.** Alberg El Racó de la Finestra: 977 819 008 c/e:refumargalef@yahoo.es
- **Siurana.** Ciriac Bonet: 977 561 409 / 676 883 752

CÀMPINGS CAMPINGS CAMPSITES



- **Poboleda.** Càmping Poboleda: 977 827 197 www.campingpoboleda.net
- **Siurana.** Càmping Siurana: 977 821 383 www.campingsiurana.com
- **Uldemolins.** Càmping Montsant Park: 977 561 708 www.campingmontsantpark.com

En cas d'accident, truqueu:

112
emergències



Parc Natural de la Serra de Montsant

Tel.: 977 827 310
Plaça de la Bassa, 1
43361 La Morera de Montsant
pnmontsant@gencat.cat
www.gencat.cat/parcs/serra_montsant
www.facebook.com/PNMontsant

