



Costa Barcelona

Français

L'Alt Penedès, El Baix Llobregat, El Garraf, El Maresme, El Vallès Occidental et El Vallès Oriental, sont les six régions qui font partie de la marque touristique Costa Barcelona, un territoire fortement marqué par la présence de la mer, mais qui sait également tirer parti de la terre, des plaines, des montagnes et de la végétation méditerranéenne

Mer et montagne, villes et culture

www.barcelonaesmoltmes.cat

Bien que la région soit plutôt peuplée, avec de grandes villes ainsi que d'importants axes routiers, la nature n'en demeure pas moins présente, ainsi que les vignes et d'autres cultures. La région a également su préserver son patrimoine civil et religieux, ce qui nous permet de découvrir sa longue et riche histoire.

La proximité de **Barcelone** laisse et a indubitablement laissé une forte empreinte dans les six régions. Cela n'empêche cependant pas chacune d'elles d'avoir ses propres particularités, son mode vie et ses habitudes, ses espaces de travail et de loisir, ses centres commerciaux, ses fêtes locales, une gastronomie riche en recettes locales et des produits de terroir savoureux. Un territoire qui attire de nombreux baigneurs en été mais qui sait attirer des visiteurs tout au long de l'année pour des visites et des séjours plus ou moins longs : Modernisme pour tous les goûts, estival, résidentiel ou industriel ; œnotourisme dans L'Alt Penedès et El Maresme (DO Alella) ; El Garraf nous parle des « indiens » partis faire fortune en Amérique et des artistes qui s'y retrouvaient il y a un peu plus d'un siècle ; des villes où se détendre ou prendre soin de sa santé grâce à leurs eaux thermales ; des musées thématiques très variés et des festivals de musique de premier plan ; fêtes, marchés, journées... Le tout accompagné d'excellents services touristiques, pour le logement, la restauration, les multiples activités aquatiques ou sur la terre ferme.

Une destination idéale à découvrir en famille tout au long de l'année. Si vous souhaitez passer quelques jours dans la région, vous pourrez faire votre choix parmi une multitude d'hébergements de tous types et catégories. Le territoire compte de nombreux campings, établissements de tourisme rural, appartements et hôtels. Ces derniers sont prêts à accueillir des voyageurs du monde entier. Ils proposent une offre gastronomique variée et leur personnel maîtrise plusieurs langues.

Costa Barcelona est très bien desservie et accessible par la route ou le train, grâce à des gares situées dans la plupart des villes, avec des horaires de passage fréquents, qu'il s'agisse des lignes de chemin de fer Ferrocarrils de la Generalitat de Catalunya (FGC) ou de Rodalies de Catalunya (Renfe). Si vous venez de loin et que vous arrivez par avion, l'aéroport d'El Prat (Barcelone) se trouve à proximité de n'importe quel point d'arrivée. Vous avez également la possibilité d'atterrir un peu plus au nord, à l'aéroport de Gérone.



Sommaire

11

**Cent kilomètres
face à la mer**

19

**De la grande ville
au petit village**

31

**Du bleu
au vert**

41

**Tourisme
sportif**

49

**Tourisme
en famille**

55

**Tourisme
culturel**

71

œNogastronomie

83

**Santé et
bien-être**

86

Carte

88

**Adresses
utiles**







Cent kilomètres face à la mer

Turisme Costa del Maresme

www.costadebarcelonamaresme.cat

Turisme Baix Llobregat

www.turisme.elbaixllobregat.cat

Turisme Garraf - www.garrafour.com

Trois des régions de Costa Barcelona, El Garraf, El Baix Llobregat et El Maresme, du sud au nord, sont **baignées par la Méditerranée**. Elles recouvrent cent kilomètres de littoral, avec une douzaine de plages, la plupart de sable fin, moyen et épais, qui chaque année reçoivent le label **Pavillon Bleu**, reconnu internationalement et qui récompense l'excellente qualité de l'eau, ainsi que la gestion environnementale et la sécurité, les installations et la qualité des services, de l'information et de l'éducation environnementale.

Ce sont des plages en majorité de typologie urbaine, bien desservies, faciles d'accès et profitant de **nombreux services**, tant en matière de sécurité et d'hygiène qu'en termes de loisirs et de gastronomie. La plupart sont adaptées et **accessibles** aux personnes à mobilité réduite. Il n'y a pas beaucoup de criques isolées sur la Costa Barcelona, mais vous pourrez en trouver quelques-unes qui se cachent dans El Garraf (criques d'Els Gegants, Xixa, d'Els Colls...) ; les grandes étendues de plages sont



plus typiques de la région, certaines recouvrant plusieurs centaines de mètres de sable sans barrière physique, comme celles de Calella de la Costa, Santa Susanna, Ocata (El Masnou), de la Conca (Malgrat de Mar) ou Castelldefels, pour n'en citer que cinq exemples. À l'opposé, en termes de longueur, l'on peut citer les plages de Les Casetes de Garraf, Can Tano, Les Barques à Montgat, celle de Sant Andreu de Llavaneres ou encore celle de Ponent à Mataró. Les amateurs de nudisme trouveront également une plage où étendre leur serviette sur le littoral de Costa Barcelona : la plage de Roca Grossa, entre Calella et Sant Pol de Mar, celle de la Musclera à Arenys de Mar, celle de la Murtra à Viladecans, ou encore les criques Morisca et de l'Home Mort à Sitges, sont quelques-unes des plages naturistes historiques.

Si, outre la baignade et le bronzage, vous recherchez des activités de plage, le littoral de Barcelone ne manquera pas de vous surprendre : la plupart des plages sont équipées de cages de football, de filets de beach-volley, de parcs de jeux pour enfants, d'agences de location de vélos pour parcourir le front de mer, de location de skis nautiques, de canoës, d'entreprises organisant des promenades en mer ou une initiation à la plongée... Les clubs nautiques présents tout au long de la côte offrent habituellement des activités ou des cours de voile, planche à voile, surf, parachute ascensionnel... En vous adressant aux ports de plaisance et stations nautiques, vous trouverez une offre très importante d'activités ; nous consacrerons un chapitre spécifique à ce type de tourisme sportif.

Vous trouverez également de nombreuses guinguettes où prendre un rafraîchissement, une glace ou un apéritif sur les plages de Costa Barcelona. Pendant les mois d'été, la plupart des plages proposent une multitude d'activités nocturnes, telles que des concerts, des séances de cinéma en plein air, des spectacles en solo, de cirque ou de magie, des DJ... Vous trouverez également des restaurants près de la plage et des hôtels situés sur le front de mer, de différentes catégories, proposant des offres spéciales pour les familles et pour profiter du soleil et de l'eau. Les clubs de plage sont de plus en plus nombreux : situés sur le sable, ils sont une solution idéale pour dîner (vous trouverez une offre gastronomique variée sur toute la côte) et prendre un rafraîchissement à la tombée de la nuit. La musique, habituellement de type *chill-out*, accompagne les discussions d'été.





← Malgrat de Mar

↑ Garraf

Vilassar de Mar ↓



De Sitges à Vilanova i la Geltrú en suivant la côte

Informations

www.barcelonaesmoltmes.cat/web/territori/rutes-i-itineraris



Parcours nature

À pied

Itinéraire : parcours au bord de la mer qui suit le GR 92 et qui passe par les criques et les plages d'El Garraf. L'itinéraire étant situé au bord de la voie de chemin de fer, il convient d'être prudent si l'on est accompagné d'enfants. La gare de Sitges est un bon point de départ. Il suffit ensuite de descendre les rues Illa de Cuba, Jesús et Sant Pau et de suivre ensuite la côte.

Difficulté : faible. Dénivelés cumulés :
+ 20 m / - 30 m. 9 km, 2 h 10 min

Accès : en voiture, depuis le nord, prendre les sorties 31, 30 ou 29 de l'autoroute C-32 ; cette voie rapide traverse les tunnels d'El Garraf et comporte un péage. On peut également y accéder par la sortie « Castelldefels platja » en suivant la route C-31 ou la route côtière en direction de Sitges jusqu'à l'entrée de la ville par le quartier d'Aiguadolç. Depuis le sud, prendre les sorties 29 ou 30 de l'autoroute C-32. En train, descendre à la gare de Sitges en prenant la ligne R2 de Rodalies de Catalunya (Renfe). Il y a également des lignes de bus assurant la liaison entre Sitges et les localités voisines ou Barcelone.





De la grande ville au petit village

Sabadell Turisme - www.sabadell.cat/turisme

Terrassa Turisme - www.visitaterrassa.cat

Granollers Turisme - www.visitgranollers.com

Mataró Turisme - www.mataro.cat/portal/ca/turisme

Sitges Turisme - www.visitsitges.com

Vilanova Turisme - www.vilanovaturisme.cat

Vilafranca Turisme - www.turismevilafranca.com

Sant Feliu de Llobregat Turisme - turisme.elbaixllobregat.cat

Costa Barcelona compte 152 villes, parmi lesquelles l'on trouve quelques-unes des villes les plus peuplées de Catalogne, comme Terrassa, Sabadell et Mataró. Le territoire compte également des villes beaucoup plus petites, en nombre d'habitants et en superficie. Dans ce chapitre, nous vous proposons une promenade parmi les villes et villages de Costa Barcelona, tout en précisant que ceux qui ne sont pas cités valent également le détour.

Il convient de mettre en avant les capitales de région, qui ne sont pas au nombre de six, mais de sept, puisque **Sabadell** et **Terrassa** sont toutes deux capitales d'El Vallès Occidental. Toutes deux ont été d'importants moteurs industriels, avec de très grandes usines essentiellement dans le secteur textile. Les cheminées qui pointent encore dans le ciel nous rappellent l'époque où les machines fonctionnaient à la vapeur. Certaines usines sont encore en bon état et ont été reconverties en d'autres équipements ; l'exemple le plus édifiant est celui du **Musée de la science et de la technique de Catalogne** (mNACTEC), qui occupe le Vapor Aymerich, Amat i Jover à Terrassa, et qui est le seul musée catalan national situé en dehors de Barcelone.

La plupart des usines ont été construites pendant la période du **Modernisme**. Ces bâtiments ont d'ailleurs adopté les formes et les structures propres à ce mouvement artistique. C'est également le cas des maisons bourgeoises ; l'une des meilleures illustrations en est la **Masia Freixa**, ancienne usine que l'architecte **Lluís Muncunill** a transformée en résidence familiale de Josep Freixa, et qui est aujourd'hui l'un des bâtiments les plus emblématiques de Terrassa.



↑ Sabadell. Plaça del Dr. Robert

Granollers. Plaça de la Porxada ↓



Dans l'ancienne **Ègara**, l'on peut trouver des traces d'histoire ancienne de la ville. Nous vous conseillons de découvrir le **siège d'Ègara**, ensemble monumental unique en Europe, composé de trois églises (Sant Pere, Santa Maria et Sant Miquel) d'origine romane, et qui montre également le passage sur ces terres des Romains, des Wisigoths et de l'art de la Renaissance, du baroque et du gothique. À l'extérieur, vous pourrez découvrir le magnifique parc de Vallparadís, ainsi que le **château cartoucherie de Vallparadís**, édifié au ^{xii}^e siècle, qui mérite le détour.

Le joyau des musées de la ville de Sabadell est le **Musée de l'Institut catalan de paléontologie Miquel Crusafont**, situé dans le bâtiment moderniste de l'ancienne Escola Industrial. La **Torre de l'Aigua**, datant de 1918, est l'un des éléments les plus emblématiques de la ville. En 2012, le **Musée du gaz** a été inauguré qui présente des expositions temporaires et une exposition permanente autour de l'histoire gazière. Le marché central, le Musée d'histoire de Sabadell, le Vapor Buxeda Vell, ou l'ancien siège de Caixa Sabadell sont quelques-uns des autres lieux incontournables de la co-capitale d'El Vallès parsemée d'élégants espaces verts, tels que le Parc de Catalunya, l'un de ses lieux remarquables.

Rendons-nous dans l'autre Vallès, El Vallès Oriental, pour découvrir **Granollers**, capitale à vocation commerciale depuis l'Antiquité en raison de sa position de carrefour et dont les halles, **La Poxada**, constituent le cœur et le symbole. Édifiée entre 1586 et 1587 comme halle aux grains, ses quinze colonnes toscanes et son plafond à quatre rangées de tuiles arabes et ses arêtes émaillées attirent le regard. Cherchez la fameuse Pedra de l'Encant portée, d'après la légende, par une inondation. Sur cette même place de La Poxada, se trouvent des bâtiments qui attireront votre attention, comme l'Hôtel de ville, de style néo-gothique et datant de 1904 ou encore Can Clapés, construit en 1913. Le quartier ancien, animé par de nombreuses boutiques, est constitué de rues irrégulières et de places qui ouvrent la perspective. Vous pourrez également y voir des restes des murailles des ^{xvi}^e et ^{xvii}^e siècles. Dans la rue d'Anselm Clavé, non loin de La Poxada, se trouve la mythique **Fonda Europa**, fondée en 1771 et qui a vu passer de nombreuses personnalités illustres, telles que Santiago Rusiñol ou Josep Pla.

Au cours des dernières décennies, il fallait emprunter la sinueuse montée de Parpers pour se rendre de Granollers à **Mataró**, capitale d'El Maresme. Aujourd'hui, la voie rapide C-60 relie les deux capitales en moins d'un quart d'heure. Arrivés à Mataró, vous découvrirez qu'**Antoni Gaudí** a réalisé ses premiers travaux d'architecte dans cette ville côtière. Dans la bien-nommée **Nau Gaudí**, vous pourrez admirer les fameuses

arcades que le génie utilisera plus tard dans ses constructions les plus célèbres ; le bâtiment expose des œuvres de peintres contemporains issues de la collection du publicitaire Lluís Bassat. Mataró offre plusieurs échantillons du Modernisme ; ce n'est pas un hasard puisque la ville a vu naître **Josep Puig i Cadafalch**, l'un des grands noms de l'architecture de cette période, qui a laissé dans la capitale d'El Maresme des bâtiments d'exception tels que la **Casa Coll i Regàs** ou la boutique **La Confianza**. En remontant le fil de l'histoire, on trouve **Antoni Viladomat** qui a décoré de grandes peintures baroques, récemment restaurées, la **chapelle dels Dolors** de la basilique Santa Maria. La ville a été fondée à l'époque de l'empire romain sous le nom de **Iluro**, comme vous pourrez le voir dans la **Vil·la de Torre Llauder** ou au premier étage du **Musée de Mataró**. La ville s'est tournée vers l'industrie du tricot de la seconde moitié du **xix^e** siècle à la fin du **xx^e** siècle ; le musée située dans l'ancienne usine de **Can Marfà**, inauguré en 2015, vous racontera ce pan de l'histoire de la ville.

Vilanova i la Geltrú est l'autre capitale de Costa Barcelona, située sur le littoral, dans la région d'El Garraf. Elle réunit deux villes, Vila Nova, qui dépendait autrefois de Cubelles et la Geltrú, qui possède un quartier ancien intéressant ainsi que les ramblas les plus longues de Catalogne. Elle possède également deux musées presque voisins bien que très différents, mais tous deux dignes d'intérêt ; d'un côté, le **Musée du chemin de fer**, avec des véhicules de différentes époques et une intéressante collection de locomotives à vapeur ; et d'un autre, la **Bibliothèque musée Víctor Balaguer**, avec des peintures de **Ramon Casas**, **Santiago Rusiñol**, **Joaquim Sorolla**, **El Greco** ou **Goya**, ainsi qu'une **Salle égyptienne** avec des pièces provenant de ce pays ainsi que la momie d'un enfant.

Entourée de vignes, se trouve **Vilafranca del Penedès**. Plusieurs éléments rappellent au visiteur qu'il se trouve dans l'une des villes qui fait intensément vivre la tradition des *castells*, tours humaines, classés au patrimoine de l'humanité par l'Unesco, notamment le **Monument als Castellers** du sculpteur **Josep Cañas** situé sur la place Jaume I, ou encore dans la **Casa de la Festa Major**. Nous profiterons de nous trouver sur la place de Jaume I, l'un des lieux remarquables de la ville, pour admirer l'**église de Santa Maria**, datant du **xiii^e** siècle, l'une des premières basiliques gothiques du pays, constituée d'une nef unique et d'une crypte abritant une composition sculpturale de marbre blanc de **Josep Llimona** ; ou encore le **Palau Baltà**, datant du **xiv^e** siècle. Le Palau Reial, édifié à l'époque de Pere el Gran et de Jaume I abrite aujourd'hui **VINSEUM**, le **Musée des cultures du vin de Catalogne**.

Nous arrivons enfin dans la capitale d'El Baix Llobregat, **Sant Feliu de Llobregat**, dont le centre-ville abrite des bâtiments modernistes remarquables tels que les



↑ Vilanova i la Geltrú. Biblioteca-museu Víctor Balaguer

Terrassa. Església de Santa Maria ↓





↑ Sitges. Palau Maricel

Sant Feliu de Llobregat. Roseraie Dot i de Camprubí ↓



maisons de Joan Batllori, la maison Bonaventura Raspall ou le siège social de La Unió Coral. L'extérieur de la ville ne manque pas d'intérêt, avec le **Parc Naturel de la Serra de Collserola** que vous pourrez rejoindre depuis le centre de Sant Feliu ou encore depuis l'espace de loisirs de La Salut, grâce à des itinéraires pédestres ou à vélo.

Hormis les capitales, de nombreux autres villages de Costa Barcelona valent le détour, au moins pour y passer quelques heures. Commençons par citer la ville la plus connue, sans doute, à l'étranger : **Sitges**. En raison de ses plages, de sa richesse culturelle (**Musée et palais de Maricel**, **Cau Ferrat**, **Musée romantique...**), des différents événements organisés tout au long de l'année, traditionnels ou plus récents (**Carnaval**, **Corpus**, **Festival du Cinéma fantastique...**), Sitges accueille depuis plusieurs décennies une multitude de touristes, à la recherche du soleil d'été et de découverte des différentes facettes de ce lieu aux relents bohèmes qui a fasciné les artistes modernistes les plus brillants. **El Prat de Llobregat** est également une ville qui jouit d'une certaine renommée en dehors de nos frontières, notamment en raison de la présence du plus grand aéroport de Catalogne, à proximité immédiate de Barcelone, avec des services de transport en direction des différentes villes de Costa Barcelona grâce à sa position centrale. Mais les avions ne sont pas les seuls à voler dans le ciel d'El Prat : tout près de là, le **delta du Llobregat** est un espace naturel à grande valeur écologique où se posent et vivent des douzaines d'oiseaux et autres espèces animales. Les eaux du Llobregat servent également à irriguer le **Parc agraire**, l'une des zones agricoles les plus anciennes et fertiles du pays sur laquelle règne l'artichaut d'El Prat.

Casteldefells, **Calella**, **Pineda de Mar**, **Santa Susanna** et **Malgrat de Mar** sont des villes de tradition touristique. Par conséquent, elles disposent d'une importante offre d'hébergements, restaurants et services de loisirs, ainsi que d'immenses plages pour accueillir vos journées de détente, sable et baignade. Le secteur touristique y est ancré depuis tellement longtemps que Calella a inauguré en 2016 le **MUTUR**, un musée spécialement dédié à l'**histoire du tourisme**. Si vous vous arrêtez dans l'une des villes d'El Maresme que nous venons de vous présenter, profitez-en pour découvrir la **Maison musée de Lluís Domènech i Montaner** ainsi que les autres bâtiments portant l'empreinte de l'architecte moderniste à **Canet de Mar**, le cimetière ayant inspiré les vers de **Salvador Espriu** à **Arenys de Mar**, ainsi que le port et les maisons indiennes de la ville, ou encore le gymnase de **Palafolls**, connu sous le nom de Palauet, œuvre de l'architecte japonais **Arata Isozaki**, qui a également conçu le Palau Sant Jordi à Barcelone.

Caldes d'Estrac ou **Caldetes**, également situé dans El Maresme, est une toute petite ville, de moins d'1 km², mais qui vaut le coup d'œil, pour y visiter la **Fondation Palau i Fabre**, poète, dramaturge, essayiste et ami personnel de Pablo Picasso, pour profiter de soins à partir de ses eaux minérales, comme à **Caldes de Montbui** ou à **La Garriga**, dans El Vallès Oriental. Dans un prochain paragraphe, nous vous présenterons l'offre thermale de Costa Barcelona.

La Garriga, ainsi qu'**Argentona**, **Vilassar de Mar**, **L'Ametlla del Vallès**, **Cardedeu**, **Figaró-Montmany** ou **Cerdanyola del Vallès**, sont des villes qui offrent de nombreux exemples de ce que l'on nomme le Modernisme de villégiature, dont nous parlerons également un peu plus loin, ainsi que de nombreux autres centres d'intérêt culturels et gastronomiques. **Sant Sadurní d'Anoia**, dans L'Alt Penedès, est réputée comme la « capitale du cava » et abrite de nombreuses caves, petites et grandes, qui proposent de visiter leurs installations. Découvrez **Sant Cugat del Vallès**, ville dotée d'une histoire riche, entourée d'un magnifique environnement naturel – la moitié de la ville se trouve en plein cœur du Parc de Collserola – et commercial, tout en abritant un patrimoine riche, tel que le **Monastère royal**, le plus grand du comté de Barcelone à l'époque médiévale. À Sant Cugat, ne manquez pas le **Mercantic**, un marché permanent de meubles, objets anciens et curiosités, qui propose également de nombreuses activités parallèles, notamment en fin de semaine.

Achats. Puisque nous en sommes au thème des marchés et du tourisme de shopping, les boutiques et commerces de Costa Barcelona vous offriront tout ce que vous cherchez. Toutes les capitales de région, ainsi que beaucoup d'autres villes, possèdent des axes commerciaux dans leurs rues centrales ainsi que dans leurs quartiers périphériques, mêlant habituellement commerce traditionnel et boutiques de grandes enseignes. Vous aurez également la possibilité de découvrir les nombreux centres commerciaux et de faire votre marché de produits de proximité, issus de la terre, dont nous parlerons dans un prochain chapitre, variés et de qualité. Certaines boutiques ont des décennies d'histoire derrière elles. D'autres, centenaires, sont d'authentiques musées dans lesquels le temps semble s'être arrêté sur les étalages. Le type de commerces que vous trouverez à La Roca Village est très différent de celui que vous trouverez à la périphérie de La Roca del Vallès, où se trouvent des centaines de boutiques de mode, dont une majeure partie fait du commerce *outlet* ; un concept similaire à celui de Viladecans The Style Outlets, qui a ouvert ses portes en 2016 et qui offre de nombreuses marques sportives.



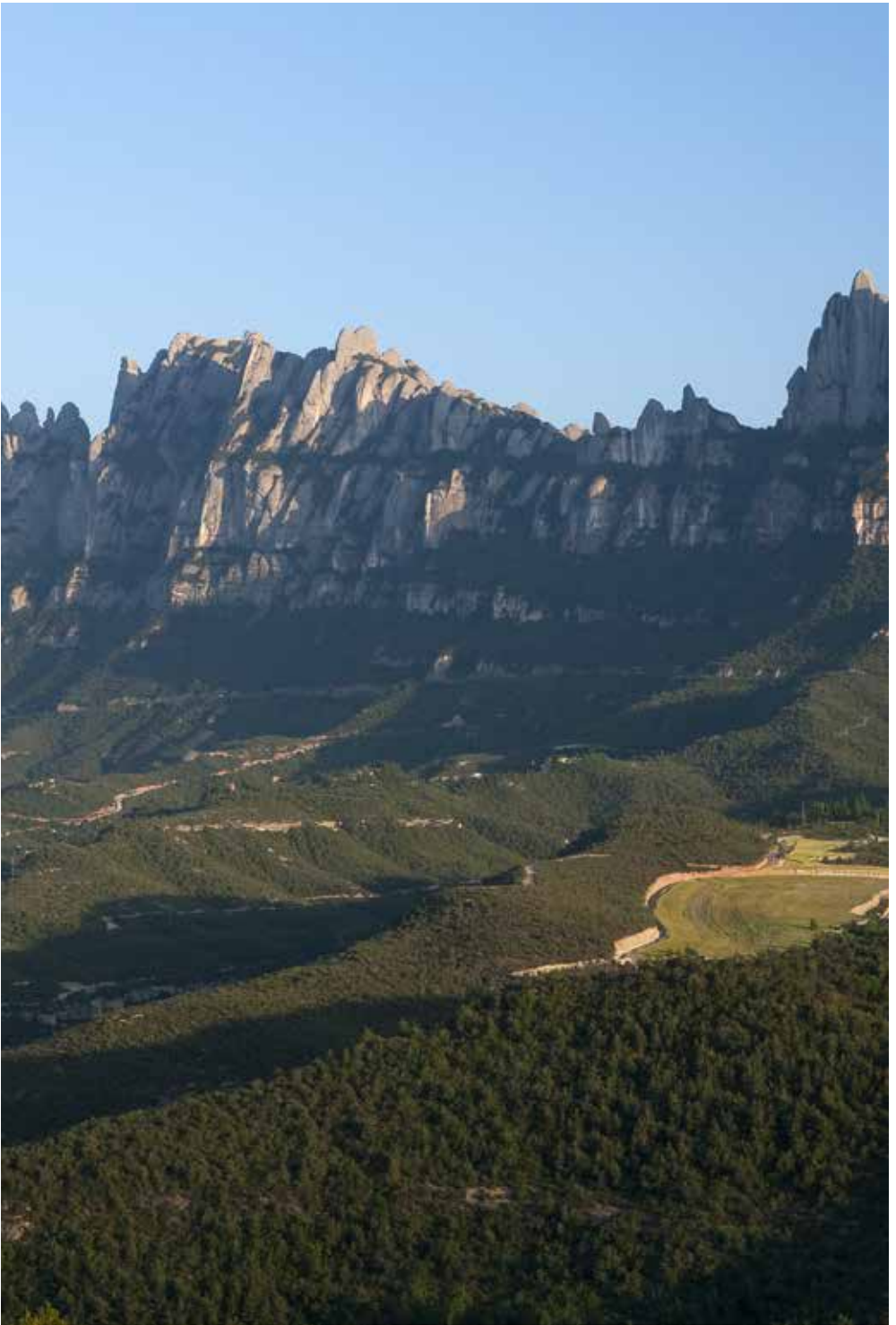


À pied

Salle d'Actes de la Mairie - maison
natale de Puig i Cadafalch - marché du
Rengle - boutique La Confianza - Maison
Parera - Maison Coll i Regàs -
La Beneficiència.

Accès : en transport public, on arrive à Mataró par la ligne R1 de Rodalies de Catalunya (Renfe) et la ligne de bus interurbain. En voiture, prendre l'autoroute C-32, la route C-60 et la N-II.





Du bleu au vert

Parcs naturels de Catalogne

parcs.diba.cat - parcsnaturals.gencat.cat

Fédération des associations de randonnée de Catalogne

www.feec.cat

L'une des particularités de Costa Barcelona est que la mer se trouve à proximité de la plupart de ses villes et qu'il est possible d'atteindre des hectares de parcs naturels depuis les plages, grâce à des itinéraires balisés, à pied, à vélo ou à cheval. Il est également possible de pratiquer des activités de plein air et d'être en contact avec la flore et la faune méditerranéennes. Des forêts et des montagnes en majorité accessibles, à taille humaine, idéales pour des sorties en famille, ainsi que des chaînes de montagne remarquables comme **Montserrat**, tout un symbole pour les catalans, ou **El Montseny**, déclaré Réserve de la Biosphère par l'Unesco. Sant Llorenç del Munt i l'Obac, le Montnegre i el Corredor, la Serralada Litoral, la Serralada de Marina, la Serra de Collserola, le Parc agraire d'El Llobregat, le Parc d'El Garraf, le Parc d'Olèrdola, le Parc d'El Foix et le delta du Llobregat viennent compléter les grands espaces naturels de Costa Barcelona, souvent partagés avec d'autres marques touristiques.



↑ Montseny

Sant Martí del Montnegre ↓



Les points d'information des parcs et la plupart des offices du tourisme des villes de Costa Barcelona vous fourniront des feuillets et guides concernant les itinéraires à suivre pour découvrir ces espaces naturels. Il y a des itinéraires pour tous les goûts et tous les âges : des itinéraires courts, longs, selon plusieurs niveaux de difficulté, des itinéraires de découverte du patrimoine ou consacrés à la richesse naturelle du lieu, avec des points de vue exceptionnels et d'autres itinéraires au fil des petits sentiers ou des pistes balisées de randonnée (GR-92, GR-5, GR-6, GR-83, GR-92, GR-96, GR-173...). Certains parcours sont accessibles aux personnes à mobilité réduite ou présentant des déficiences visuelles. Les bureaux d'accueil des parcs disposent de matériel pour la visite, tels que barres d'apprentissage, cartes tactiles, troisièmes roues ou Joëlettes. Des itinéraires théâtralisés tout compris sont régulièrement organisés à El Montseny, El Montnegre i el Corredor et à Sant Llorenç del Munt i l'Obac.

À proximité des espaces naturels, vous trouverez des entreprises de location de vélos et de chevaux qui vous accompagneront pour une aventure inoubliable à cheval. D'autres options sont également disponibles pour vous permettre de profiter de la nature, telles que les circuits d'accrobranche à Dosrius, Mataró, Sant Quintí de Mediona, Cerdanyola del Vallès, Arenys de Munt, Santa Susanna, Pineda de Mar ou Torrelles de Llobregat ; certaines entreprises disposent de parois d'escalade dans leurs installations ou proposent d'organiser un circuit sur une plateforme électrique ou en quad. À Arenys de Munt, vous pourrez opter pour une promenade à dos d'âne, animal sympathique et parfois têt. Vous pourrez également vous rendre dans un parc de Dosrius à dos d'âne pour y découvrir toutes les races d'ânes de la péninsule et y rester pour dormir. Non loin de là, dans une ferme laitière de Canyamars, vous serez invités à faire la connaissance des vaches et à nourrir les veaux au biberon.

En parlant d'animaux, **Collserola** vous offre la possibilité de découvrir le **Centre d'éducation environnementale Can Coll**, situé dans un mas datant du ^{xv}^e siècle sur le territoire municipal de Cerdanyola del Vallès, qui dispose d'une grange dans laquelle vous pourrez visionner des vidéos sur cette région, véritable poumon de verdure de l'espace métropolitain de Barcelone, et visiter l'exposition *L'Homme et l'environnement à Collserola*.

Le **Parc naturel d'El Montseny**, d'une biodiversité extraordinaire mêlant paysages méditerranéens et d'Europe centrale, vous ouvre de multiples possibilités. Faire l'ascension de ses sommets légendaires (Turó de l'Home, Matagalls, Les Agudes),

approcher le lac de Santa Fe, remonter jusqu'à la source de la rivière Tordera, découvrir les travaux audiovisuels projetés dans les points d'information ou dans les espaces de musées des villages situés au pied du massif, s'attabler dans l'un des restaurants de la région, ou tout simplement laisser vos pas vous porter par les chemins, guidés par les sons et les couleurs du paysage, ne sont que quelques-unes des suggestions à votre portée. Depuis quelques années, l'Office du Parc naturel d'El Montseny du Conseil de la Province de Barcelone se trouve dans le **mas Mariona**, sur le territoire de Mosqueroles (Fogars de Montclús), une maison construite entre 1926 et 1931, et dont le rez-de-chaussée accueille l'exposition *Univers Patxot*, consacrée à l'œuvre scientifique et de mécénat de **Rafael Patxot** (1872-1964). Au pied du massif, à Sant Esteve de Palautordera, des entreprises vous offriront une large palette d'activités de loisirs et d'aventures dans le parc. À Santa Maria de Palautordera, la ville voisine, ne manquez pas de visiter l'Arboretum, qui rassemble les quatre-vingt essences d'arbres présentes dans le parc naturel.

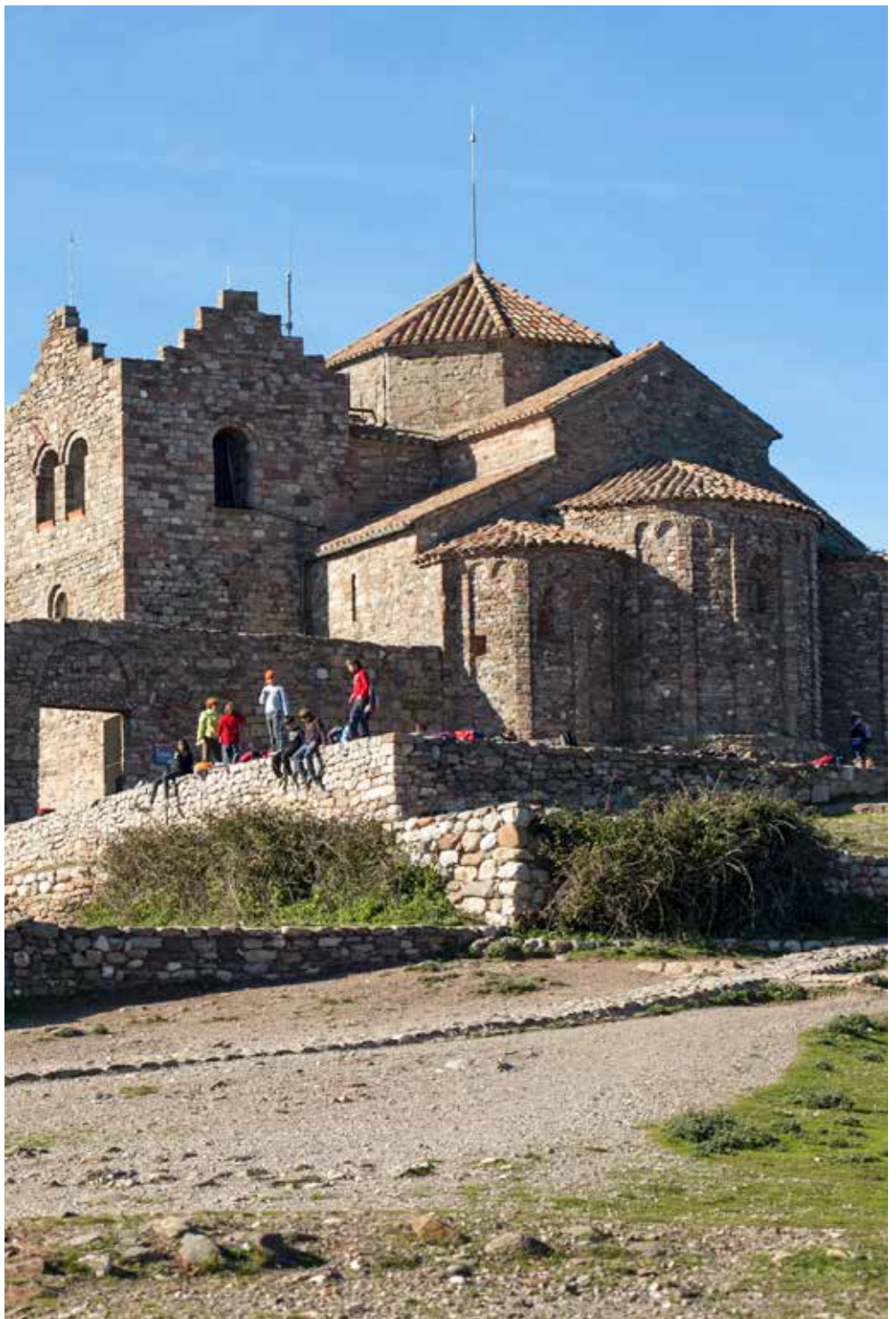
Accéder à **Montserrat** est une aventure en soi. On peut le faire depuis la route, mais si vous souhaitez vivre une expérience fascinante, nous vous conseillons d'y accéder en empruntant le funiculaire aérien ou le train à crémaillère qui vous permettront d'admirer des paysages incomparables. L'aspect dentelé de la montagne, sa visibilité depuis un grand nombre de points du territoire, la présence romane de la **Mare de Déu de Montserrat** – connue sous le nom de la *Moreneta* en raison de la couleur noire de son visage et de ses mains –, sainte patronne de la Catalogne, du monastère et du sanctuaire bénédictin, et sa longue histoire, font de ce lieu l'un des symboles du pays. C'est un lieu couru par les amateurs d'escalade pour ses parois verticales, et par les randonneurs : malgré une première impression de montagne rocheuse et ciselée, il suffit de s'aventurer un peu pour trouver des sentiers au beau milieu de la végétation et de la faune sauvage. Montserrat est un lieu idéal pour y passer une journée complète, pour une visite religieuse, pour le contact avec la nature ou pour y découvrir son patrimoine culturel ; si c'est cette dernière facette qui guide vos pas, ne manquez pas d'entrer dans le **Musée de Montserrat**, abritant d'importantes collections allant de pièces issues du monde biblique jusqu'à des toiles de peintres reconnus des ^{xix}^e et ^{xx}^e siècles. Si vous souhaitez découvrir les entrailles de la montagne, dirigez-vous vers les **grottes de Salnitre de Collbató** : un parcours fascinant parmi des paysages intérieurs évocateurs sculptés patiemment par la pierre et l'eau au fil des millénaires.



↑ Collbató. Grottes de Salnitre

Olèrdola ↓





L'aspect religieux apparaît également, mais sous un aspect différent, dans le **Parc d'El Garraf**. C'est dans ce massif impénétrable, rocailleux et recouvert d'une végétation formée essentiellement de garrigue et de palmiers que la communauté bouddhiste de Catalogne a établi son espace spirituel, au Palau Novella, une ancienne maison d'indiens ; le monastère est ouvert aux visites. Le bureau du parc se trouve à La Pleta, un mas de style moderniste dans lequel l'on peut visiter une exposition permanente et visionner une vidéo. Un parcours botanique adapté aux personnes en chaise roulante est également proposé autour du mas. Un peu plus au sud, dans le **Parc d'Olèrdola**, ne manquez pas l'**ensemble monumental**, abritant des vestiges allant de la période des ibères au Moyen-âge. Le **Parc d'El Foix**, quant à lui, offrira à votre regard des paysages composés de cours d'eau, de vignes et de châteaux ; c'est l'une des rares régions humides d'El Penedès, également dotée d'un patrimoine architectural et historique riche.

Pour partir à la découverte d'oiseaux, vous ne trouverez pas meilleure option que celle de suivre les itinéraires des **Espaces naturels du delta du Llobregat**. Des journées de découverte, d'observation et d'analyse ou des activités destinées aux enfants dans le but de les sensibiliser à la nature par des jeux, y sont également organisées. Les plus jeunes passeront un moment inoubliable au CRAM, le **Centre de récupération d'animaux marins**, situé sur la promenade de la Platja, à El Prat de Llobregat. À proximité se trouve le Parc agraire d'El Baix Llobregat, espace qui vous permettra de parcourir et de découvrir cet important patrimoine agricole.

À **Sant Llorenç del Munt i l'Obac**, vous pourrez suivre de nombreux itinéraires, mais nous vous conseillons de monter au moins une fois tout en haut de La Mola pour visiter le **monastère de Sant Llorenç del Munt**, édifié au **x^e** siècle. Vous pourrez y visiter l'église ainsi que l'exposition permanente sur l'histoire du massif.

Hébergement. Afin de profiter le mieux possible des espaces naturels de Costa Barcelona, la meilleure option est de passer la nuit dans l'un des hébergements présents dans les parcs. Vous pourrez ainsi pleinement profiter de la journée et être au contact de la nature dès les premières heures du jour jusqu'au coucher. Des hébergements pour tous les goûts et pour tous les budgets sont à votre disposition, des campings et gîtes ruraux aux hôtels de charme. Si vous recherchez un hébergement original, vous serez comblés avec les chambres du sanctuaire de Montserrat ou les cabanes dans les arbres de Dosrius.

À la Mola depuis Can Robert

Parcours nature et patrimoine

À pied

Itinéraire : C'est l'un des itinéraires qui permet d'atteindre le sommet de La Mola où se trouve le monastère de Sant Llorenç del Munt. Le chemin est balisé par des bornes et des marques blanches et vertes. Il se compose de chemins larges et de petits sentiers.

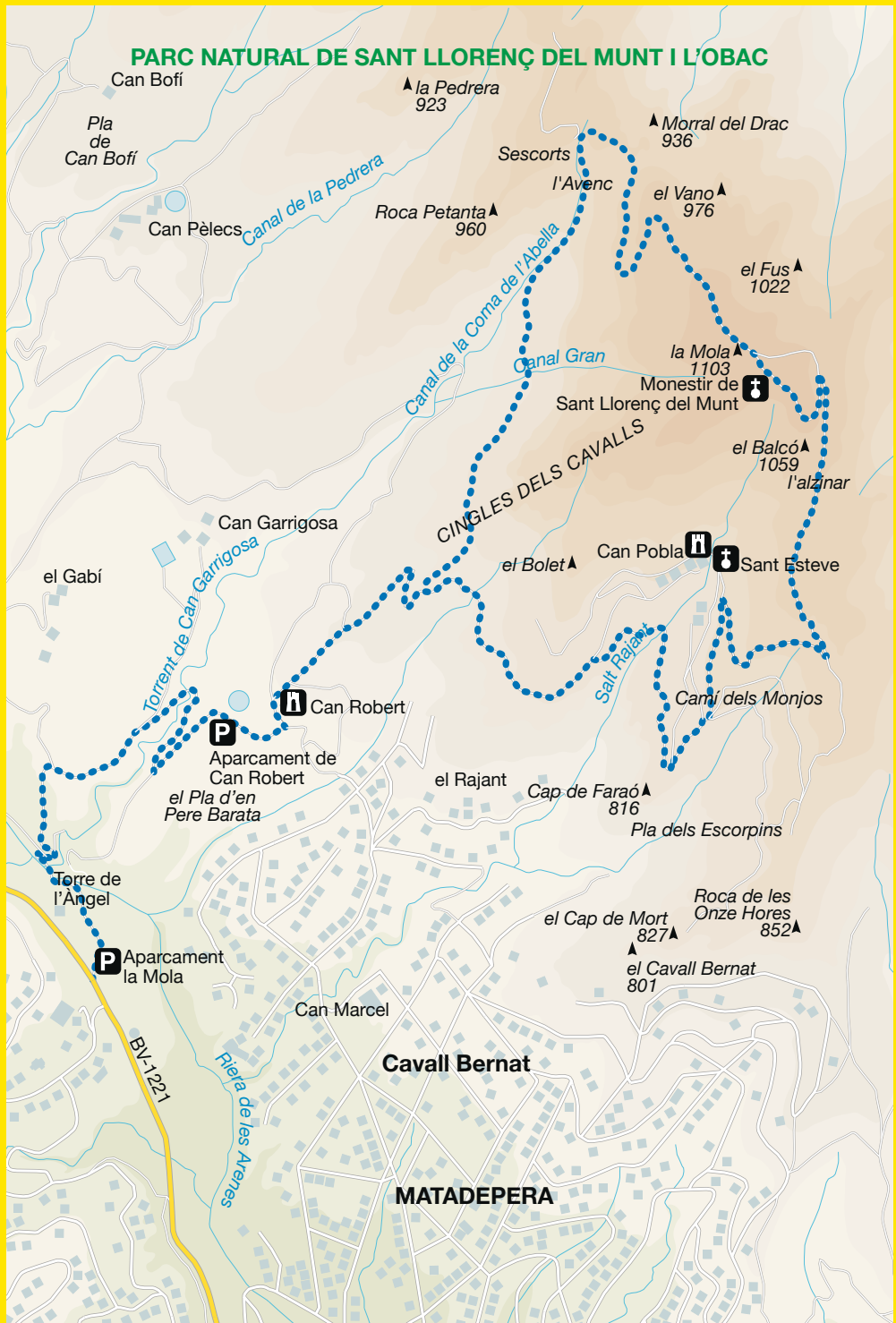
Difficulté : moyenne. **Dénivelés cumulés :** + 448 m / - 37 m, 10,2 km, 3 h

Accès : pour rejoindre le mas de Can Robert, il faut suivre la route BV-1221 (Terrassa-Talamanca). Prendre à droite au kilomètre 7,2, puis continuer à droite à la prochaine bifurcation.

Informations

www.parcs.diba.cat/web/itineraris

PARC NATURAL DE SANT LLORENÇ DEL MUNT I L'OBAC





Tourisme sportif

www.catalunya.com/que-fer/activitat

www.barcelonaesmoltmes.cat/web/descobreix/esports

Stations nautiques de Catalogne - www.encatalunya.cat

Association catalane de ports de plaisance

et touristiques - www.acpet.es

Fédération catalane de golf - www.catgolf.com

Circuit de Barcelone - Catalogne - www.circuitcat.com

Triathlon Ironman - www.ironman.com

Les caractéristiques météorologiques de Costa Barcelona permettent la pratique du sport de plein air et en contact direct avec la nature la majeure partie de l'année, près de la mer ou à l'intérieur des terres.

Lorsqu'il fait chaud, les sports aquatiques sont rois. Sur le littoral, **ports de plaisance** et **stations nautiques** disposent d'une importante offre d'activités auxquelles se consacrent plusieurs entreprises. Un assortiment d'activités pour tous les goûts et publics, s'adressant aux plus expérimentés comme aux novices qui souhaitent essayer une nouvelle activité. Peu de sports nautiques ne peuvent pas être pratiqués ou appris sur le littoral de Costa Barcelona : plongée sous-marine, voile, plongée avec tuba, planche à voile, kayak, rameur, canoë, surf, surf à voile, ski nautique, parachute ascensionnel, location de bateaux... ou tout simplement promenades et sorties en mer confortablement embarqués.

Vous trouverez des ports de plaisance, du nord au sud, à Arenys de Mar, Sant Andreu de Llavaneres, Mataró, Premià de Mar, El Masnou, El Garraf, Sitges et Vilanova i la Geltrú. Cette dernière ville et Santa Susana disposent d'une **station nautique**, ce qui signifie, qu'elles sont des destinations touristiques spécialisées dans les vacances actives autour d'activités nautiques, bénéficiant en outre d'une offre complémentaire de loisirs, hébergement, restauration et services. Santa Susana, Calella et Castelldefels bénéficient du label de **Destination touristique sportive** (DTS), délivrée par l'Agence catalane du tourisme aux villes dotées d'infrastructures et de services de haute qualité pour la pratique du sport. Castelldefels est équipé du **Canal olympique de Catalogne**, qui a accueilli les épreuves de canoë lors des jeux olympiques de 1992 ; c'est aujourd'hui une installation ouverte à tous, de 43 hectares de superficie, dont 15 correspondent à un plan d'eau sur lequel peuvent être pratiqués rameur, canoë, kayak, ski nautique ou planche à voile. Autour du plan d'eau, une route de 2 700 mètres donne la possibilité de faire du vélo, du roller ou de la voiture à pédales. Vous pourrez également vous essayer au tir à l'arc ou au pitch and putt sans bouger d'endroit. Tout le matériel peut être loué au Canal olympique.

Toutefois, les sports nautiques peuvent être pratiqués ailleurs que dans les villes déjà citées : comme nous l'avons mentionné dans un chapitre précédent, des entreprises prêtant du matériel ou organisant des activités sont présentes sur un grand nombre de plages. À Montgat, au bord de la mer, une installation permet de pratiquer le ski-surf, le ski nautique et d'autres disciplines sur planche.

Golf. Sur le plan sportif, les terrains de golfs sont l'une des activités attractives de Costa Barcelona. Équipements de dimension internationale, conçus par des professionnels reconnus, la plupart de ces terrains bénéficient de points de vue exceptionnels sur la côte ou les montagnes. De plus, ils disposent de toutes les commodités permettant de pratiquer ce sport avec toute la famille sur le green : location de matériel, terrain d'entraînement, possibilité de prendre des cours, club house... Vous pourrez jouer au golf à Terrassa, Sant Cugat del Vallès, Sitges, Sant Andreu de Llavaneres, Vallromanes, Sant Esteve Sesrovires, La Roca del Vallès, Caldes de Montbui, Matadepera, Sant Feliu de Codines, Sant Feliu de Llobregat, Sant Vicenç de Montalt et Rubí.

Le **Circuit de Barcelone-Catalogne**, sur lequel sont organisés de grands prix internationaux, se trouve à Montmeló dans El Vallès Occidental. Au-delà des circuits



↑ El Masnou

Castelldefels. Canal Olímpic ↓





Sant Andreu de Llanvaneres. Club de Golf Llanvaneres



Montmeló. Circuit de Barcelone-Catalogne

médiatiques, le circuit organise d'autres compétitions tout au long de l'année. Vous pourrez également vivre des expériences de sport à moteur à la première personne sur l'asphalte et suivre des stages de conduite de moto ou de 4 x 4, prendre le volant d'un GT ou encore faire quelques tours de piste avec votre véhicule personnel. Si vous n'êtes pas particulièrement amateur de sports à moteur et que vous vous inclinez davantage pour le vélo, sachez que le circuit est ouvert quelques jours par semaine pour permettre aux cyclistes d'aller pédaler.

Costa Barcelona offre de nombreuses possibilités aux sportifs les plus endurants et propose tout au long de l'année de participer à des courses de différentes distances, des **semi-marathons** et des **triathlons**. Là encore, la présence de la mer et de montagnes aux pentes accessibles, alliée à un bon climat, font de Costa Barcelona l'endroit idéal pour ce type de pratique sportive. En raison de leur renommée nationale et internationale, nous vous présentons l'**Ironman** et l'**Ironman 70.3**, des triathlons de longue et moyenne distance respectivement organisés, au cours des mois d'octobre et de mai, dont le départ et l'arrivée sont fixés à Calella. Des **semi-marathons** sont organisés toute l'année et dans plusieurs villes de Costa Barcelona : Sitges, Terrassa, Granollers, Gavà, Montornès, Calella, Sabadell, Castellefells, Sant Cugat del Vallès, El Prat de Llobregat, Mataró, Vilanova i la Geltrú et Vilafranca del Penedès. Les amoureux des **deux roues** disposent de nombreux itinéraires dans les parcs naturels et sur le bord de mer, ainsi que de plus en plus de pistes cyclables dans les villes et sur certaines routes ; si vous avez l'esprit de compétition, il existe de nombreuses épreuves tout au long de la saison : courses sur route, courses de VTT, descentes en VTT, cyclo-cross, trial...

Pour conclure ce paragraphe sportif, Costa Barcelona vous offre également la possibilité d'organiser des **séjours sportifs** et de préparations techniques et physiques de haut niveau, auprès de professionnels reconnus dans des installations entièrement équipées et préparées pour accueillir de grands champions internationaux. Le **Centre de haut rendement sportif** (CAR) de Sant Cugat del Vallès est probablement le plus connu, mais vous trouverez d'autres équipements répartis sur tout le territoire pour les disciplines sportives les plus variées.



↑ Calella. Ironman

Sant Cugat del Vallès. Centre d'Alt Rendiment Esportiu (CAR) ↓





Tourisme en famille

www.catalunya.com/que-fer/com-viatges/amb-nens
www.barcelonaesmoltmes.cat/web/descobreix/en-familia
mNACTEC - www.mnactec.cat

Costa Barcelona apporte un soin tout particulier aux **familles**. C'est la destination idéale pour voyager avec des enfants. Petits et grands pourront passer un séjour inoubliable grâce à une importante offre de services et d'installations conçues pour le tourisme en famille.

Les différentes activités pouvant être pratiquées avec des enfants ont été présentées dans les précédents chapitres, notamment les activités se trouvant à proximité des parcs naturels ou liées aux animaux. Une grande partie des activités sportives citées dans le dernier chapitre sont également adaptés aux plus petits. En voici quelques-unes qui amuseront les enfants à coup sûr. Costa Barcelona compte deux **parcs aquatiques**, situés dans la région d'El Maresme, Illa Fantasia et Marineland. À Torrelles de Llobregat, vous vous promènerez dans la **Catalogne en miniature**,



un espace aménagé en extérieur qui montre quelques-uns des bâtiments les plus importants du pays à travers des maquettes ; à proximité, vous trouverez le **Parc archéologique des mines de Gavà**, qui vous propose de faire un parcours à l'intérieur du plus ancien ensemble minier d'Europe. Le chapiteau du **Cirque Cric**, du célèbre clown **Tortell Poltrona**, est dressé de manière permanente à Sant Esteve de Palautordera. Cubelles propose une exposition consacrée au clown mythique **Charlie Rivel**, né dans cette ville d'El Garraf en 1896 ; vous pourrez y voir la chaise et la guitare qui l'accompagnaient partout.

L'interactivité du **Musée de la science et de la technique de Catalogne** (mNACTEC), situé à Terrassa, ainsi que la curiosité suscitée par les expositions qui y sont organisées, plaira aux enfants et leur permettra de passer un agréable moment dans cet espace scientifique et technique. Peut-être même qu'ils pourraient aimer découvrir les secrets de fabrication du vin ou du cava : plusieurs **caves d'El Penedès** organisent des visites et des ateliers pour les enfants. Mais à Sant Sadurn d'Anoia, tout ne se résume pas au cava : vous y découvrirez aussi l'**Espace du chocolat** où petits et grands s'aventureront dans le monde du chocolat à travers une expérience multisensorielle.

Pour les futurs « Galilée », des **observatoires astronomiques** ouvrent leurs portes pour découvrir des facettes de l'Univers ou regarder à travers le télescope. Ne manquez pas les observatoires de : Sabadell, Tiana et d'El Garraf, qui comptent parmi les plus actifs. Si vos enfants préfèrent la mer, plusieurs entreprises de la côte organisent des promenades en bateau ou proposent d'accompagner les pêcheurs pendant une journée de travail. Dans ce cas, il vous faudra vous lever de bonne heure ! S'ils préfèrent la terre ferme, ils aimeront le **Musée Mollfulleda de minéralogie**, situé à Arenys de Mar, et son incomparable collection de minéraux. À Vilassar de Dalt, ils découvriront le **Musée El Cau del Cargol**, qui montre une collection d'un millier de coquilles de mollusques marins, terrestres et d'eau douce provenant du monde entier. Sur la **Cim d'Àligues** à Sant Feliu de Codines, les oiseaux sont bel et bien vivants : aigles, vautours, crécerelles, faucons, chouettes ou hiboux sont quelques-uns des rapaces que vous pourrez observer de très près et qui voleront tout juste au-dessus de vos têtes.

Qui a dit que les mathématiques étaient ennuyeuses ? Le palais Mercader de Cornellà de Llobregat propose un **Musée des mathématiques** interactif et très

amusant. À Cardedeu, vous pourrez découvrir la vie d'une pharmacie d'il y a plusieurs décennies : grâce au **Musée-archives Tomàs Balvey**. Au **Musée Cusí de la pharmacie** d'El Masnou, vous pourrez découvrir une pharmacie du ^{xvi}^e siècle qui se trouvait dans l'abbaye bénédictine de Santa Maria la Real, à La Rioja, ainsi qu'une importante collection de livres anciens, objets et accessoires liés à la médecine et au monde pharmaceutique.

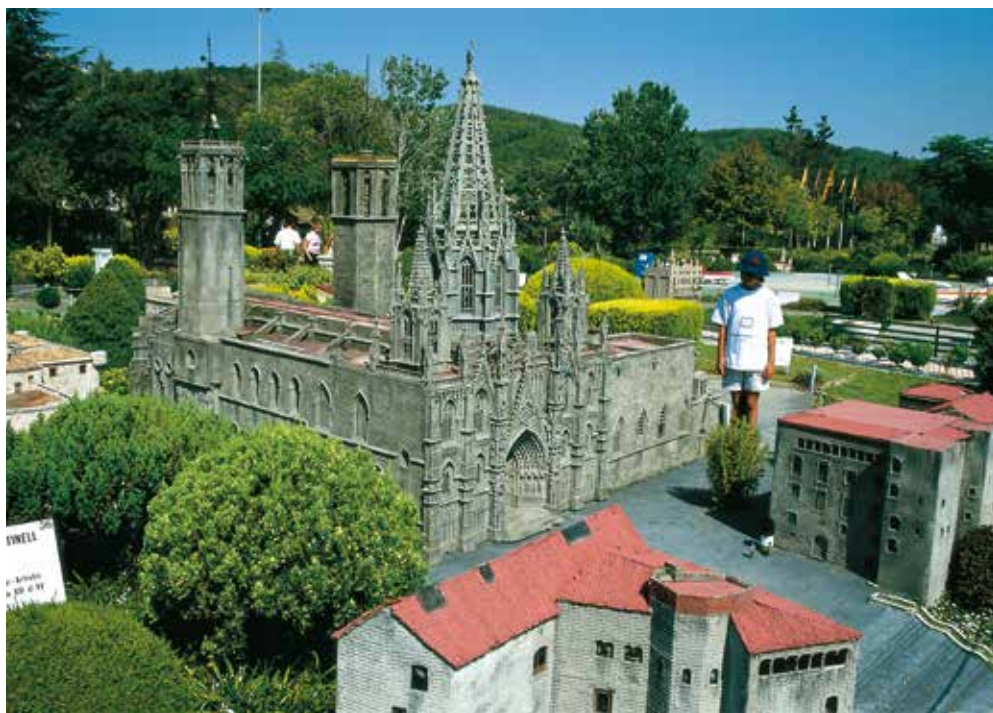
Castelldefels, Vilanova i la Geltrú, Pineda de Mar, Santa Susanna et Malgrat de Mar bénéficient du label de **Destination de tourisme familial** (DTF), délivré par l'Agence catalane du tourisme. Cela signifie que ces villes sont particulièrement sensibles à l'accueil des familles avec enfants et qu'elles offrent des équipements et des services adaptés à leurs besoins. Clubs de plage, espaces publics de récréation et de jeux, un grand nombre de restaurants offrant des menus pour enfants, une importante offre de chambres d'hôtels familiales, ou un programme de nombreuses activités pour les enfants, sont quelques-unes des constantes des villes bénéficiant du label DTF. De plus, ces villes, et quelques autres, mettent un petit train touristique à disposition pour les visiter, surtout en été. À Santa Susana, le **Musée de la paysannerie** se trouve dans un mas situé dans un environnement privilégié ; les enfants apprécieront de découvrir les origines du monde rural.

Il convient d'ajouter à tout cela les propositions organisées pour les enfants par la plupart des hébergements, ainsi que l'importante offre d'activités pour les enfants dans le cadre des fêtes patronales et autres festivités tout au long de l'année, comme Carnaval, Sant Jordi, Sant Joan, Toussaint, Noël...



↑ Terrassa. MNACTEC

Torrelles de Llobregat. Catalunya en Miniatura ↓





Tourisme culturel

Turisme Vallès Occidental - www.visitvalles.cat

Turisme Vallès Oriental - www.turismevalles.com

Route des Ibères - www.mac.cat/Rutes

Montserrat - www.montserratvisita.com

Sant Miquel del Fai - www.santmiqueldelfai.cat

Monastère de Sant Cugat

www.santcugat.cat/web/monestir

Réseau de villes indiennes

www.municipisindians.cat

Centre d'interprétation du Romantisme -

Vilanova i la Geltrú - www.masiadencabanyes.cat

Musées - app Visitmuseum

Fêtes populaires

www.festes.org - www.festacatalunya.cat

Patrimoine architectural. Les pierres nous racontent l'histoire, elles nous montrent comment ces terres ont été occupées par des hommes et des femmes depuis des milliers d'années. À Costa Barcelona, l'on peut trouver des constructions datant de la préhistoire, de l'époque romaine, du moyen-âge, des bâtiments baroques, modernistes... Nous vous proposons de nous accompagner à travers cette sélection. Nous débuterons notre visite à Vallgorguina, au **dolmen de Pedra Gentil**, monument mégalithique datant de 4 000 ans et où l'on raconte que les sorcières se réunissaient plusieurs siècles plus tard. À la même époque, nos ancêtres déplaçaient les grandes pierres qui ont donné lieu au **dolmen de Can Boquet** o **Roca d'en Toni**, à Villassar de Dalt ; de l'autre côté du Parc de la Serralada Litoral, à l'intérieur, depuis La Roca del Vallès, vous pourrez suivre, à pied ou en vélo, la Route Préhistorique de Céllecs, ou les indications du PR C-36 qui suivent le même chemin et vous conduiront vers d'autres monument mégalithiques, tels que la **galerie couverte de Can Gol**, les **dolmens de Céllecs** et de **Can Planes**, ou la **Pedra Foradada**.

Pour avoir une idée de comment étaient les villages des ibères, rendez-vous à **Ca n'Oliver**, au sommet d'une colline de la chaîne de Collserola dans la municipalité de Cerdanyola del Vallès. Le gisement compte un musée avec un demi-millier d'objets



↑ Martorell. Pont del Diable

Sant Cugat del Vallès. Monastère royal ↓



trouvés lors des fouilles archéologiques. À **Cadira del Bisbe**, dans les environs de Premià de Dalt, on estime que les laietans ont vécu jusqu'à la moitié du I^{er} siècle av. J-C, tandis que dans l'**ensemble monumental d'Olèrdola**, dans un foyer de peuplement que les ibères partageaient avec les romains et le moyen âge, vivait la tribu des cessetans.

L'empire romain fut si puissant et domina pendant si longtemps ces territoires, que la quantité d'éléments patrimoniaux qui sont arrivés jusqu'à nous est très importante et variée. Nous vous conseillons de vous rendre au sommet de **Can Tacó**, à Montmeló, une enclave romaine politico-militaire aux caractéristiques uniques qui se distingue par son mur d'enceinte flanqué de deux grandes citernes pour la collecte des eaux de pluie et pour ses ornements muraux monumentaux en bon état de conservation. En plein centre-ville de Montmeló, vous trouverez la villa romaine de **Can Massot**. À Sant Boi de Llobregat, vous découvrirez les thermes romains privés les mieux conservés de Catalogne. Les fours romains de la **Fornaca**, à Vilassar de Dalt, sont également en bon état. Tout près, à Cabrera de Mar, se trouvent plusieurs gisements de la même époque, **Ca l'Arnau**, **Can Benet** et **Can Modolell**, tandis qu'à **Can Farrerons**, à Premià de Mar, se trouve l'unique bâtiment romain à base octogonale connu en Catalogne. Nous restons encore dans El Maresme pour nous rendre à Teià où se trouve la **Cella Vinaria**, le plus grand parc archéologique ouvert aux visites consacré à la production de vin à l'époque romaine, puis à Mataró pour y découvrir la villa de Torre Llauder que nous avons déjà mentionnée dans un précédent chapitre. Pineda de Mar conserve quatre arcades d'un aqueduc qui mesurait 3,5 km de long à son époque. Les romains connaissaient déjà les vertus de certaines eaux pour la santé. En plein centre de Caldes de Montbui, vous découvrirez une partie très bien conservée des grands thermes qui y furent édifiés par les romains. À La Garriga, les bains chauds peuvent être visités dans la villa romaine de **Can Terrers**. Le **Pont del Diable** de Martorell, qui traverse la rivière Llobregat, est d'origine romaine. Il conserve de cette époque sont arc de triomphe.

Faisons un saut dans le temps et aventurons-nous à l'époque du moyen âge. Le patrimoine architectural qui nous est parvenu est également très riche, tant au niveau des bâtiments religieux que civils. Dans un chapitre précédent, nous avons déjà mentionné la Seu d'Ègara et la cartoucherie de Vallparadís de Terrassa. Dans la capitale de l'autre Vallès, Granollers, vous ne pouvez pas manquer la **tannerie d'En Ginebreda**, un bâtiment d'origine médiévale resté en fonctionnement jusqu'à la fin du XIX^e siècle ; l'édifice fait également partie du Centre d'interprétation historique de la ville, consacrée à l'époque médiévale. **Sant Miquel del Fai**, entre El Vallès Oriental

et El Moianès, est un lieu fascinant mêlant nature et patrimoine. Vous y découvrirez le monastère gothique et l'église de Sant Miquel, datant du x^e siècle, incrustés dans la roche de la montagne ; à la fin du parcours se trouve l'ermitage de Sant Martí, encore plus ancien que celui de Sant Miquel. Le monastère de Montserrat est également d'origine médiévale et conserve des éléments architecturaux de cette époque, essentiellement le portail d'accès à l'église, bien que son allure actuelle soit plutôt représentative de la Renaissance, parmi d'autres styles de travaux postérieurs. Vous trouverez également l'ensemble médiéval de la Roca, dans L'Alt Penedès, formé par deux constructions des xi^e et xii^e siècles, le château de Sant Martí Sarroca et l'église Santa Maria.

Puisqu'il est question de **châteaux**, vous en trouverez un grand nombre datant de l'époque médiévale dans tout le territoire, dans différents états de conservation. En voici quelques-uns : Penyafort, Subirats, Gelida, Mediona, Castellet (Castellet i la Gornal), Burriac (Cabrera de Mar), Vilassar, Santa Florentina (Canet de Mar), Palafrons, La Roca del Vallès, Montclús (Sant Esteve de Palautordera), Castelfelers, Cornellà, El Papiol, Canyelles, Geltrú (Vilanova i la Geltrú), Ribes (Sant Pere de Ribes), Castellciuró (Molins de Rei), Castellar del Vallès i Plegamans (Palau-solità i Plegamans).

Le **Monastère royal de Sant Cugat** est sans doute l'un des bijoux de l'époque médiévale de Costa Barcelona. La gigantesque rosace qui orne la façade donne une idée de son importance, ainsi que les murs et les tours qui, édifiées au xiv^e siècle, sont encore debout. L'abbaye bénédictine trouve ses origines au ix^e siècle. L'église est encore en très bon état, ainsi que le cloître, de style roman, dont les chapiteaux méritent une observation attentive. Ce même cloître accueille le siège du **Musée de Sant Cugat**, autour duquel se trouvent la salle capitulaire et les anciens appartements des moines. On y trouve une installation sur le monument, les monastères romans et les moines médiévaux, ainsi que des expositions temporaires d'art et de thématiques locales.

De l'époque baroque, vous ne pouvez pas manquer la chapelle dels Dolors dans la **basilique de Santa Maria de Mataró**, ainsi que le retable principal de l'**église de Santa Maria d'Arenys de Mar**, tous deux restaurés récemment, sans oublier l'**église paroissiale de Sant Celoni**, avec ses peintures murales remarquables.

Si vous vous promenez dans Sitges, Vilanova i la Geltrú et Sant Pere de Ribes, vous y sentirez un esprit romantique que vous ne trouverez que dans peu d'autres endroits. Au xix^e siècle, des centaines de personnes sont parties de ces trois villes de la région



↑ Cabrera de Mar. Château de Burriac

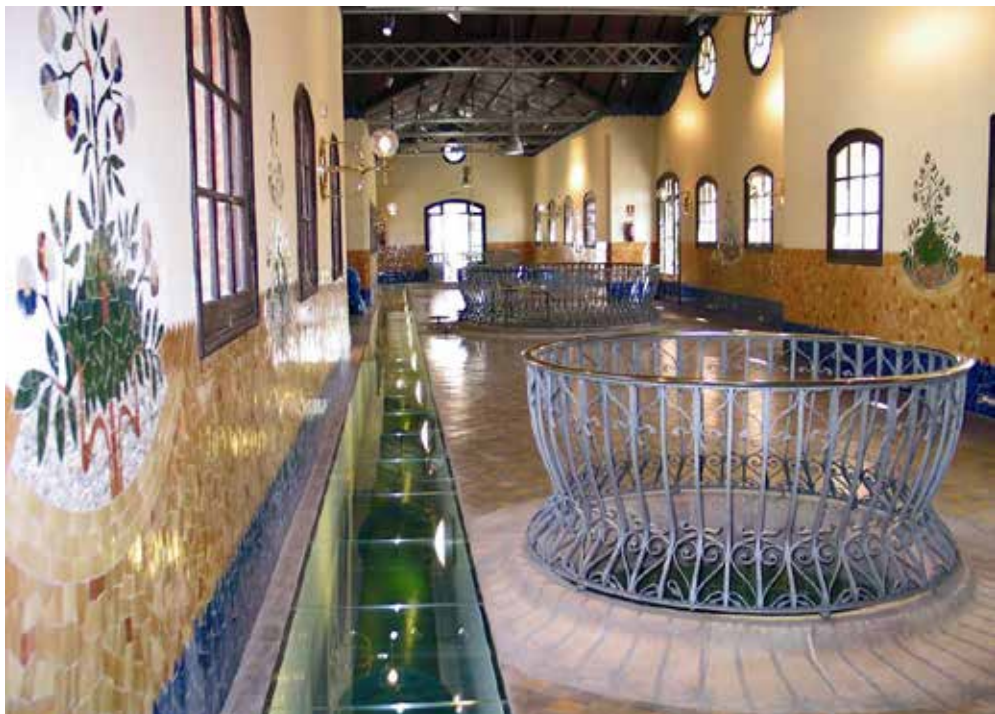
Mataró. Basilique Santa Maria ↓





↑ Cerdanyola del Vallès. Vitraux des Dames de Cerdanyola

Montcada i Reixac. Casa de les Aigües ↓



d'El Garraf à la poursuite du rêve américain et pour faire fortune de l'autre côté de l'Atlantique. La plupart des indiens ou *américains* – comme on les appelait – revenus au pays ont entraîné une importante transformation urbanistique et culturelle encore présente dans les rues, à travers leurs palais, demeures et maisons. Vous trouverez le **Centre d'interprétation du Romantisme** à l'extérieur de Vilanova, dans un mas qui fut la demeure du poète Manuel de Cabanyes. L'empreinte laissée par les indiens est également visible à Arenys de Mar et à Vilassar de Mar.

C'est pourtant le Modernisme qui est le mouvement artistique qui unifie le mieux le territoire de Costa Barcelona. Vous trouverez de brillants exemples de ce style dans toutes les régions, d'auteurs variés et à finalités différentes allant de bâtiments d'usines à des maisons de vacances, sans oublier les édifices religieux, comme la magnifique crypte créée par Antoni Gaudí pour l'église de la **Colonie Güell**, à Santa Coloma de Cervelló, déclarée Patrimoine de l'Humanité par l'Unesco.

Dans El Vallès Oriental, à la fin du ^{xix}e siècle et au début du ^{xx}e, les eaux thermales et le climat doux attirèrent un nombre important de personnes fortunées de Barcelone pour y passer leurs vacances d'été et y construire une maison. Nous pouvons voir encore aujourd'hui de magnifiques exemples de ce Modernisme de villégiature à l'Ametlla del Vallès, Figaró-Montmany, Cardedeu, Granollers ou La Garriga ; dans cette dernière ville, ne manquez pas l'**Illa Raspall**, avec ses quatre tours de l'architecte Manuel Joaquim Raspall déclarées bien culturel d'intérêt national. D'autres destinations telles qu'Argentona ou Canet de Mar furent également des lieux estivaux. Elles abritent également de magnifiques constructions. À Cerdanyola del Vallès, vous ne pouvez pas manquer les extraordinaires vitraux qui composent le triptyque **Dames de Cerdanyola** ; vous pourrez l'admirer au **Musée d'art** de cette ville d'El Vallès Occidental. À Sant Joan Despí, Josep Maria Jujol a édifié la **Tour de la Croix**, maison surnommée la Tour des Œufs. À Sant Cugat del Vallès, la **Casa Generalife** d'Eduard Maria Balcells se distingue particulièrement par ses motifs en arabesques. Le **Marquet de les Roques** est un mas seigneurial situé sur le territoire de Sant Llorenç Savall.

La **Casa de les Aigües** de Montcada i Reixac est un bon exemple de Modernisme industriel catalan, tout comme les bâtiments mentionnés aux chapitres précédents, Vapor Aymerich, Amat i Jover de Terrassa, Torre de l'Aigua de Sabadell ou Nau Gaudí de Mataró. Tandis que Josep Puig i Cadafalch a laissé l'une de ses perles à Sant Sadurní d'Anoia, les **cavas Codorníu**, Antoni Gaudí et Francesc Berenguer ont conçu la **cave Güell** à El Garraf.

Promenades et itinéraires. Bon nombre de ces éléments architecturaux, et bien d'autres encore, peuvent être découverts à travers des parcours et des itinéraires prédéfinis, soit en vous inscrivant à une visite guidée, soit en suivant les indications ou les fascicules explicatifs édités. Les offices du tourisme disposent d'audioguides ou de plus en plus fréquemment de tablettes pour certains itinéraires. Les propositions étant nombreuses, nous vous conseillons de recueillir directement des informations auprès des lieux choisis, car les horaires et les parcours des visites guidées sont susceptibles d'être modifiés. Il faut signaler que certains itinéraires parcourent une seule ville tandis que d'autres relient plusieurs villes entre elles ; c'est le cas, par exemple, de l'itinéraire du Modernisme dans El Maresme : des itinéraires guidés sont organisés dans les rues de Mataró ou de Canet de Mar, ainsi que d'autres itinéraires reliant Mataró à Argentona, ou la capitale d'El Maresme, Argentona et Canet. Il existe de nombreux autres itinéraires modernistes à travers Costa Barcelona : à Vilafranca del Penedès, à Sant Sadurn d'Anoia, à Terrassa, à Cerdanyola del Vallès, à Sabadell, à Sant Cugat del Vallès, l'itinéraire Jujol à Sant Joan Despí, la route Raspall dans El Vallès Oriental, à Sant Feliu de Llobregat, à Vilanova i la Geltrú, à Sitges...

Cette dernière ville organise une longue liste de visites tout au long de l'année. L'itinéraire le plus couru est celui des *Américains*, qui passe devant les maisons de différents styles architectoniques, construites à la fin du ^{xix}^e siècle. Dans les environs de Vilanova i la Geltrú, un itinéraire consacré aux indiens est également organisé, ainsi que beaucoup d'autres tout aussi intéressants : le long du front de mer, dans la Geltrú millénaire, dans la Vilanova du ^{xix}^e siècle...

À Arenys de Mar, vous pourrez suivre un itinéraire consacré à ceux qui partirent chercher fortune en Amérique. C'est une ville dans laquelle les amoureux des belles lettres ne pourront pas manquer l'itinéraire Salvador Espriu, ou encore le parcours littéraire « Caldes d'Estrac, perle des poètes », dans la ville voisine. Restons dans El Maresme, à Sant Pol de Mar et à Argentona pour nous promener à la découverte de leur patrimoine, ou suivre les itinéraires d'El Masnou à la découverte du littoral, de l'architecture ou encore du cimetière, véritable musée à ciel ouvert. C'est à Mataró qu'est né Miquel Biada, à l'origine du premier train ayant circulé dans la Péninsule. C'est pourquoi un itinéraire lui est consacré. Un peu plus loin dans le passé, vous pourrez également suivre un itinéraire consacré à *Iluro*, du nom de la capitale d'El Maresme lorsque celle-ci faisait partie de l'empire romain.

Vous pourrez découvrir le centre d'Esplugues de Llobregat grâce à une promenade qui démarre au **Musée de céramique La Rajoleta**, situé dans l'ancienne usine de



↑ Esplugues de Llobregat, Museu de Ceràmica La Rajoleta

Garraf, Celler Güell ↓





↑ Cornellà de Llobregat. Museu Agbar de les Aigües

Santa Coloma de Cervelló. Colònia Güell ↓



céramique Pujol i Bausis. Nous conseillons également de partir à la découverte de l'abondant passé industriel de Sabadell et de Terrassa. Le centre-ville de Granollers peut être visité selon ses différentes facettes, médiévale, moderniste, noucentiste, contemporaine, ou en suivant les traces de bombardements de la guerre civile. Dans la ville d'Esparraguera, nous vous conseillons de vous promener dans la Colonie Sedó, sur la rive droite de la rivière Llobregat, une ancienne colonie de coton qui était équipée de la plus grande turbine du pays ; aujourd'hui, la salle de la turbine accueille le **Musée Colonie Sedó**, qui vaut le détour (visites sur rendez-vous).

Expériences dans les musées. Les espaces des musées de Costa Barcelona se distinguent par leur variété. Nous ne prétendons pas vous en présenter ici une liste exhaustive, mais souhaitons vous présenter quelques-unes des activités les plus originales.

Nous commençons avec le **Musée Estampació** de Premià de Mar, qui propose différents ateliers (stage de tissage, estampage, couleur...) pour les enfants et pour les adultes. À proximité, au **Musée du pichet** d'Argentona, outre les ateliers de céramique organisés un week-end par mois, une activité familiale est également organisée, consistant à modeler un pichet fantaisie de terre, en lui donnant une forme de poire, d'orange, de poivron, de bateau, de maison... Le **Musée du tapis contemporain - Casa Aymat**, situé à Sant Cugat del Vallès, vous permet de créer votre propre tapis. Les enfants pourront jouer comme le faisaient nos ancêtres et se déguiser avec des habits d'époque à l'Olabreta, ludothèque située dans une maison du ^{xix}^e siècle, l'**Enrajolada - Maison musée Santacana** de Martorell.

Nous nous rendons à présent à Vilanova i la Geltrú pour participer à l'une des nombreuses activités organisées par le Musée du chemin de fer. Un jeu de piste vous permettra de tout savoir sur le Talgo, ce train révolutionnaire à son époque, tandis qu'une autre activité conçue pour les familles avec enfants, intitulée « El tren pixelat », vous offrira la possibilité de construire votre chemin de fer à partir de différentes pièces de couleurs sur un mur. Le **Musée de la science et de la technique de Catalogne** (mNACTEC) de Terrassa offre également de nombreuses possibilités, parmi lesquelles bon nombre s'adressent aux familles. Organisées de manière périodique autour des différents espaces d'exposition, des visites théâtralisées permettent de comprendre de manière ludique comment fonctionnait une usine textile du début du ^{xx}^e siècle. À Cornellà, chaque dimanche, le **Musée Agbar de les Aigües** met en marche les machines à vapeur de la Salle de l'électricité pour permettre aux visiteurs de voir comment fonctionnaient les valves et les pistons.

Le **Musée des sciences naturelles** de Granollers organise les « Dimanche de science », durant lesquels parents et enfants partagent leur goût pour la science de manière participative, sous l'égide d'une équipe éducative. Ne manquez pas de visiter le planétarium ; chaque été, le musée organise « La nuit des chauve-souris » dans différentes villes, afin de réconcilier les participants avec ce mammifère volant qui n'a pas toujours eu bonne réputation au cours de l'histoire. En parlant d'animaux, l'**Institut catalan de paléontologie Miquel Crusafont** de Sabadell organise des ateliers familiaux tout au long de l'année qui met les dinosaures à l'honneur.

À cette sélection d'activités, il faut ajouter que la quasi-totalité des musées de Costa Barcelona proposent des visites guidées pour découvrir leurs collections, de manière régulière ou sur rendez-vous.

Fêtes, festivals et traditions. Concluons ce chapitre consacré au tourisme culturel sur un aperçu des événements les plus importants organisés tout au long de l'année à Costa Barcelona. Visiter une ville en pleine festivités ou lors de l'organisation d'un concours reconnu est une manière différente et spéciale de la voir et de la vivre.

Les **carnavals** de Sitges et de Vilanova i la Geltrú figurent parmi les plus courus et fêtés de tout le pays. Le premier est réputé pour ses défilés de plumes et paillettes tandis que la capitale d'El Garraf est particulièrement reconnue pour ses « comparses » et ses batailles de bonbons. À la débauche de Carnaval succède le temps du Carême. Les villes d'Esparraguera et d'Olesa de Montserrat organisent deux mises en scène de la **Passion**, parmi les plus spectaculaires et qui comptent un grand nombre de participants. La **Foire Mercat del Ram** de Tordera, célébrée le week-end du dimanche des Rameaux, a fêté sa 40^e édition en 2017 ; c'est un concours multisectoriel et ouvert à quiconque souhaite montrer ses produits et services.

Terrassa est l'une des capitales de jazz du pays, notamment grâce au **Festival Jazz Terrassa**, qui apporte à la ville d'El Vallès une programmation de premier plan. La même ville organise au mois de mai la **Foire Moderniste** : grand nombre de ses habitants revêtissent les habits de cette époque pour un voyage dans le temps, le temps d'un week-end. D'autres villes organisent également des fêtes modernistes, comme Canet de Mar (septembre) et la Colonie Güell de Santa Coloma de Cervelló (octobre).

La **Foire de l'Ascension** de Granollers accueille chaque année environ 160 exposants au Parc d'exposition de la ville, pour faire connaître les nouvelles tendances



↑ Vilanova i la Geltrú. Carnaval

Olesa de Montserrat. La Passion ↓





↑ Caldes de Montbui. Escal·dàrium

La Garriga. Corpus ↓



commerciales, tandis que le même mois de mai ou de juin – selon les années – emplit les villes de Sitges et de La Garriga de tapis de fleurs ; c'est le traditionnel **Corpus**.

Entre fin juin et début juillet, Vilanova i la Geltrú célèbre la **Semaine de la Mer** ou les Fêtes de Saint Pierre, avec un grand nombre d'activités organisées autour du thème de la mer. À Argentona, le premier week-end de juillet, est organisée l'**Argillà**, Foire internationale de céramique, tandis que Caldes de Montbui organise également en juillet, l'**Escaldàrium**, une fête autour de l'eau et du feu.

L'été est la saison des **fêtes patronales**. Les plus fréquentées et qui proposent le plus grand nombre d'activités de Costa Barcelona ont lieu à Mataró (juillet), Granollers (août) et Vilafranca del Penedès (fin août et début septembre). C'est au cours de ces grandes fêtes patronales que les villes organisent quelques-unes des **journées « castelleres »** du plus haut niveau, où vous pourrez voir les plus spectaculaires tours humaines du territoire pendant plusieurs week-ends entre les mois d'avril et d'octobre.

Alella, terre de vignes et de vin, célèbre au début du mois de septembre, la **Fête des vendanges**, tandis que Sant Sadurni d'Anoia organise la **Fête du phylloxéra**, avec feu et musique, pour rappeler l'un des épisodes les plus difficiles de L'Alt Penedès, l'attaque de phylloxéra de la deuxième moitié du **xix^e** siècle qui a fait disparaître la quasi-totalité du vignoble.

La musique est très présente à Costa Barcelona. L'**Altaveu** de Sant Boi (septembre) qui accueille des styles de musique très variés et le festival de **Blues** de Cerdanyola (octobre) sont quelques-uns des festivals les plus reconnus. Cornellà de Llobregat organise tous les deux ans un **Festival international de clowns**. Il a lieu en octobre, à la même époque où Sitges organise l'un des concours de Costa Barcelona les plus renommés à l'intérieur comme à l'extérieur du pays : le **Festival international de cinéma fantastique de Catalogne**.

Avec l'arrivée de l'hiver, les événements liés aux fêtes de Noël occupent le devant de la scène. Corbera de Llobregat organise ce que l'on considère comme la plus ancienne **crèche vivante** de Catalogne, créée en 1962. Sant Pere de Ribes, en revanche, organise une **crèche vivante parlée** depuis trois décennies. La très populaire pièce de théâtre **Els Pastorets** est représentée, sous différentes versions, dans bon nombre de villages et de villes ; Mataró organise l'une des plus réussies : chaque année, des douzaines de personnes y participent et la ville a célébré le centenaire de ces représentations en 2016.



œEnogastronomie

www.gastroteca.cat

Enoturisme Penedès

www.enoturismepenedes.cat

DO Penedès - www.dopenedes.cat

DO Alella - www.doalella.com

DO Cava - www.docava.es

VINSEUM - www.vinseum.cat

CIC La Fassina - www.turismesantsadurni.com

DOP Mongeta del Ganxet

www.mongetadelganxet.cat

Itinéraire du Xató - www.rutadelxato.com

Marché de Pays - www.elcampacasa.com

œEnotourisme. Les régions de Costa Barcelona abritent l'appellation d'origine vinicole catalane la plus étendue, la **DO Penedès**, et la plus petite, la **DO Alella**, ainsi que la **DO Cava**. Si le monde du vin vous intéresse, vous trouverez de nombreuses occasions de faire de l'œnotourisme sur le territoire, en particulier dans les régions de L'Alt Penedès et d'El Maresme, mais également dans d'autres régions.

L'activité la plus répandue consiste à visiter les caves pour découvrir le processus d'élaboration de la boisson. Vous trouverez tout type de caves, des caves traditionnelles, innovantes, familiales, des caves de grands groupes, dans des bâtiments majestueux ou de plus humbles bâtisses... Un large choix de propositions, telles que des promenades dans les vignes (à pied, à vélo, en 4 x 4 ou en quad),



↑ Cava

Vilafranca del Penedès. VINSEUM



déjeuner au beau milieu des feuilles de vigne avec vue sur la mer, participer aux travaux des champs, faire une vendange à l'ancienne, découvrir des accords mets-vins, participer à des cours et des ateliers de différents types et durées... ou encore survoler les vignes en hélicoptère !

Sant Sadurn d'Anoia, capitale du cava, abrite le **Centre d'interprétation du cava La Fassina**, qui présente de parcourir son histoire depuis ses origines, de suivre le processus d'élaboration des vins mousseux, et de profiter d'un espace consacré à la Fête du phylloxera. À Vilafranca del Penedès, capitale du vin, dans une ancienne demeure-palais des rois de la couronne d'Aragon, se trouve le **Musée des cultures du vin de Catalogne (VINSEUM)**, doté d'un extraordinaire fonds de 17 000 pièces liées au breuvage et à sa production, constitué d'amphores et de porrons, d'outils et matériels anciens et modernes. Le musée propose également de nombreuses activités parallèles permettant d'approfondir ses connaissances du monde du vin et des vignes.

Mais tout ne se limite pas au vin et au cava ; ces dernières années, le nombre de producteurs de bière artisanale a augmenté sur le territoire, et certaines entreprises proposent de visiter leurs installations. À Sitges, vous pourrez visiter la **Casa Bacardí**, où vous découvrirez l'histoire et l'élaboration de l'un des rhums les plus connus.

Gastronomie. La présence de la mer, de terres fertiles, le climat... tous ces éléments s'additionnent pour conduire jusqu'à notre table une infinité d'aliments de première qualité et très variés. La liste est tellement longue que nous ne citerons que quelques-uns des produits locaux et originaux : le coq d'El Penedès, la pêche de l'Ordal, les crevettes de Vilanova, l'artichaut d'El Prat, les asperges de Gavà, l'huile d'Olesa de Montserrat, les petits pois de Llavaneres, les cerises d'en Roca d'Arenys de Munt, les fraises de la Vallalta, les calamars d'Arneys, la saucisse de Terrassa, le mató d'Ullastrell, le mató de Caldes de Montbui, les tomates d'El Vallès Oriental, les biscuits de Cardedeu, la tomate Pometa... Le haricot blanc « mongeta del ganxet » bénéficie d'une appellation d'origine contrôlée (DOP), et sa zone géographique s'étend sur toutes les municipalités d'El Vallès Oriental et Occidental, ainsi que sur quelques villes d'El Maresme et de La Selva. Dans El Vallès, vous ne pouvez pas ne pas goûter le « ventre d'ossos », une charcuterie préparée à partir de panse, de sel et de poivre, et farcie de tendron, museau, langue, rognons, oreille et d'un morceau maigre. En passant dans El Garraf ou El Penedès et si c'est la saison,

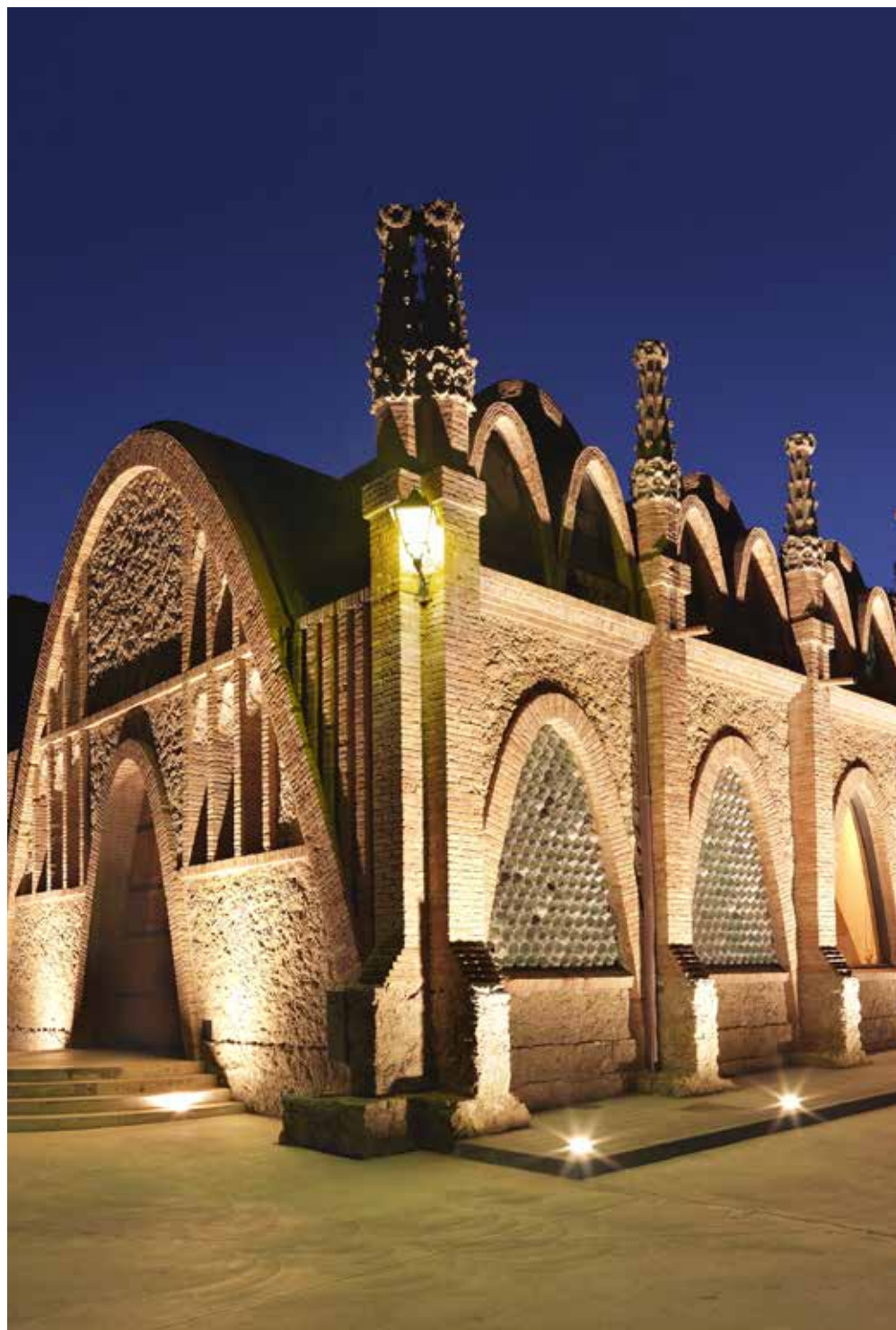


↑ Vilafranca del Penedès. Foire du coq

↓ Crevettes rouges de Vilanova i la Geltrú

Sant Sadurní d'Anoia. Caves Codorníu →





n'oubliez pas de demander du *xató*, une sauce préparée à partir d'amandes et de noix grillées, de mie de pain, de vinaigre, d'ail, d'huile et de sel ainsi que de piment « nyora » ou de poivron à romesco, sur une salade de scarole, anchois, thon et morue. Pour conclure cette sélection avec une douceur, vous pourrez vous rendre dans El Maresme pour demander une « coca » de Llanerxes, faite à partir d'une pâte feuilletée farcie à la crème et recouverte de pignons de pin et de sucre.

Journées, routes, fêtes gastronomiques et marchés. La qualité, la quantité et la variété des aliments a fatalement entraîné la prolifération de concours multiples et variés, liés à la gastronomie et répartis sur l'ensemble du territoire, suivant parfois des décennies de traditions ou de création récente. Les restaurants d'El Maresme sont particulièrement actifs pour organiser ou participer à des journées gastronomiques dans lesquelles les produits de la région sont mis à l'honneur ; des concours consacrés aux petits pois, aux fraises, aux tomates, au haricot du ganxet, aux calamars, au raisin et au vin de la DO Alella, ou à la cuisine du champignon sont organisés. Dans El Baix Llobregat, des douzaines de restaurateurs participent aux **Sabors de l'Horta**, en offrant des plats dans lesquels le produit frais du Parc agricole d'El Baix Llobregat est mis à l'honneur. Dans les **marchés paysans** d'El Prat de Llobregat, de la Colonie Güell ou de Molins de Rei, vous pourrez acheter des aliments de la région et de son Parc agricole. À Gavà, à la fin du mois d'avril, on fête la **Foire aux asperges**, salon agricole, commercial et gastronomique, organisé, malgré quelques pauses, depuis 1932.

El Penedès et El Garraf organisent la **Route du Xató**, plat qui s'accorde parfaitement avec les vins de la DO Penedès. Quelques jours avant Noël, Vilafranca accueille la **Foire du coq**, traditionnel marché aux volailles organisé depuis le moyen âge. Au mois de juillet, la ville organise le **ViJazz**, avec des vins et des cava particulièrement en accord avec la musique jazz. À Sant Sadurn d'Anoia, le mois d'octobre est synonyme de **Cavatast**, l'unique foire entièrement consacrée au cava et qui correspond à la **Semaine du cava** organisée par la Confrérie du cava locale. À Santa Margarida i els Monjos, la **Fête du moût de La Ràpita**, au mois de novembre, est une foire qui présente les boissons les plus représentatives d'El Penedès et au cours de laquelle sont organisées plusieurs dégustations et jeux de piste.

Autour du 15 mai, Vilanova i la Geltrú accueille le **Marché de Sant Isidre**, consacré aux produits de proximité, tels que les fruits, légumes, pain, fromages, charcuteries,



↑ Xató

Artichauts du Prat ↓





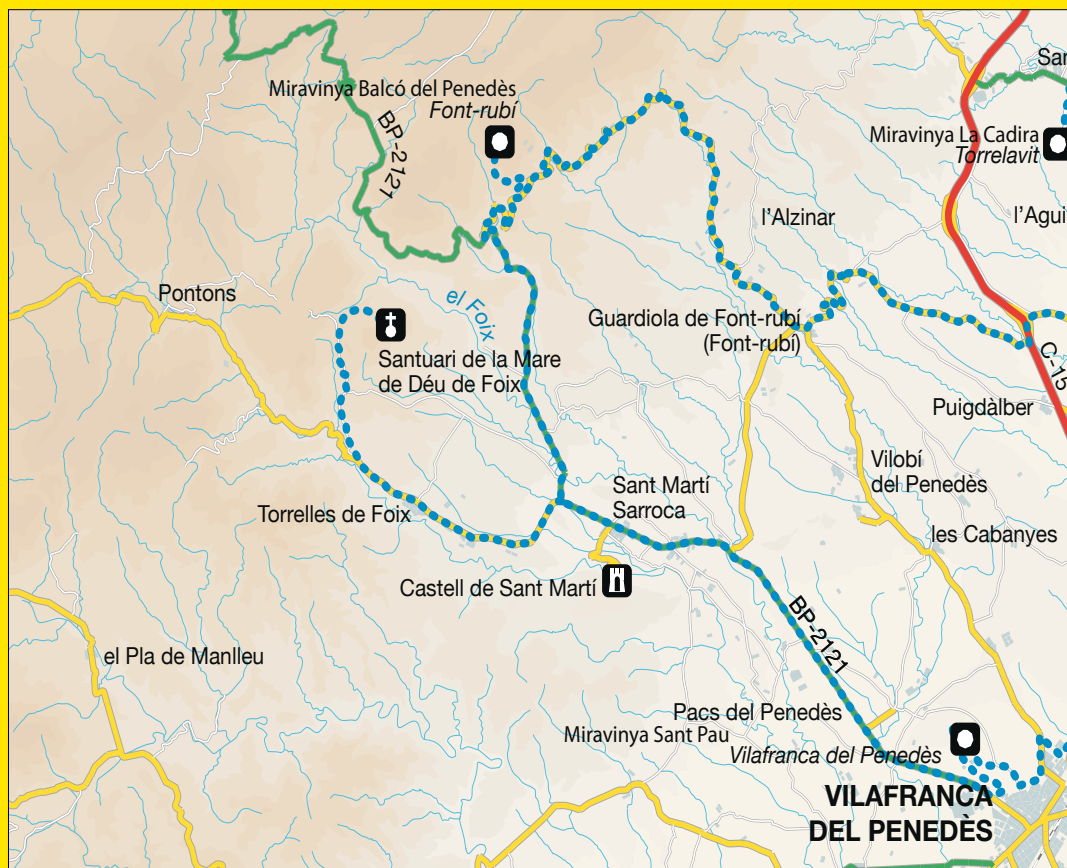
huiles et olives. Au cours du même mois, Sant Pere de Ribes organise l'**Agromercat**, un concours qui fait la promotion d'activités liées au secteur agroalimentaire et paysagiste de la région. Tous les week-ends des mois de juin, juillet et août, le **Marché de la pêche d'Ordal** s'installe sur la place de Subirats de Sant Pau d'Ordal, et permet aux visiteurs d'acheter directement aux producteurs ce fruit d'un jaune intense, charnu, doux et au léger goût acide. Le **Marché de la Terra Slow Food** de Sitges est organisé chaque premier samedi du mois sur la place de la Mairie de la ville côtière ; Les marchés de la terre offrent des produits locaux, de saison, obtenus selon des méthodes traditionnelles, dans le respect de l'environnement et du travail du producteur.

À table. Vous pourrez déguster les aliments de Costa Barcelona dans de nombreux bons restaurants. Si vous recherchez un restaurant reconnu et récompensé, nous vous informons que lors de la rédaction de ce guide, le restaurant Sant Pau de Sant Pol de Mar était récompensé de trois étoiles Michelin, et le restaurant Tresmacarrons d'El Masnou avait obtenu une étoile. Il ne fait aucun doute que ces restaurants présentent une cuisine d'un niveau culinaire très élevé, mais vous trouverez toutefois de nombreux autres restaurants qui vous serviront une cuisine exquise.

Miravinya, à la découverte du paysage du vin

Informations

www.enoturismepenedes.cat



Parcours nature et patrimoine

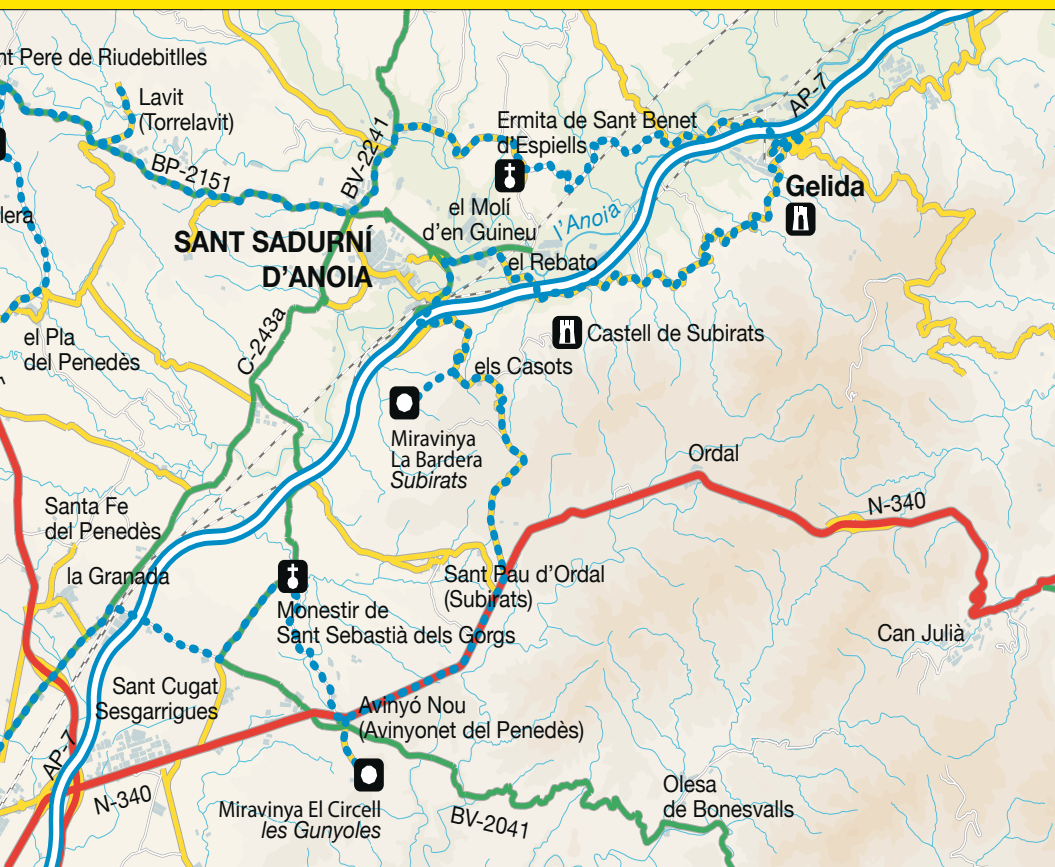
En voiture

Itinéraire : Il s'agit d'un itinéraire autour de cinq points de vue (ceux de Miravinya) qui permettent de découvrir une grande part de la géographie, de la nature, de la culture et de l'histoire d'El Penedès, région par excellence des vignes, du vin et du cava. Un audioguide est accessible sur téléphone mobile.

Miravinya La Cadira (Torrelavit) - Miravinya La Bardera (Subirats) - Miravinya El Circell (les Gunyoles-Avinyonet) - Miravinya Sant Pau (Vilafranca) - Miravinya Balcó del Penedès (Font-rubí).

Difficulté : faible. L'ensemble des visites représente un circuit de 180 km

Accès : il s'agit d'un itinéraire en boucle pouvant être démarré depuis n'importe quel endroit. Nous vous proposons de commencer à Miravinya La Cadira, dans la ville de Torrelavit, accessible par la route BP-2151 (entre Sant Pere de Riudebitlles et Sant Sadurní d'Noya) ou par la BV-2153 (depuis El Pla del Penedès).





Santé et bien-être

Caldes d'Estrac - www.caldetes.cat

Arenys de Mar - www.arenysdemar.cat

La Garriga - www.lagarriga.cat

Caldes de Montbui - visiteucaldes.cat

Les propriétés thérapeutiques des eaux de certaines localités de Costa Barcelona sont connues depuis plusieurs siècles. Lorsque l'empire romain régnait sur le pourtour méditerranéen, il construisit des thermes dans de nombreuses villes. Parmi les nombreux bénéfices thérapeutiques et de soins de l'eau thermale, on distingue l'action calmante et de relaxation musculaire, les propriétés analgésiques pour les rhumatismes et l'arthrose, une amélioration des affections de l'appareil respiratoire, des voies urinaires, des dermatoses... L'application des eaux thermales peut se faire par ingestion directe, après refroidissement de l'eau, ou en traitements et thérapies corporelles sous forme de bains généraux ou locaux, jets d'eau, douches, massages aquatiques ou vaporisations, entre autres techniques. Comme nous l'avons déjà mentionné, toutes ces techniques étaient connues des romains, mais le thermalisme a également connu d'autres périodes dorées, comme à la fin du ^{xix}^e siècle et au début

du ^{xx}^e siècle, lorsque des catégories sociales aisées se déplaçaient dans les villes thermales pour y profiter des bains et la plupart du temps pour y faire construire une résidence secondaire. C'est pourquoi, lors de vos promenades dans ces villes, vous ne manquerez pas de voir les nombreuses maisons luxueuses et tours élégantes.

De nos jours, si vous souhaitez organiser un séjour avec des traitements thermaux, pour des raisons médicales ou pour le plaisir de vous détendre, nous vous conseillons de vous rendre à Caldes d'Estrac, Caldes de Montbui, Arenys de Mar ou La Garriga. Ces villes disposent de stations balnéaires et d'hôtels bien équipés et vous pourrez y trouver les conseils et l'accompagnement d'équipes médicales professionnelles.

À **Caldes d'Estrac**, les eaux mésothérapeutiques sont à 38,8 °C, une température très proche de celle du corps humain. La station balnéaire Caldes d'Estrac, propriété municipale, se trouve dans le centre-ville. Vous pourrez y faire votre choix parmi une longue liste de traitements et services. Dans la ville voisine d'**Arenys de Mar**, la station balnéaire Titus est l'établissement d'eaux chlorurées sodiques le plus proche de la mer de tout le territoire catalan. Elle propose une ample offre de services, et dispose de jardins et de piscines extérieures.

D'El Maresme, nous nous rendons dans El Vallès Oriental, où la clientèle de plusieurs établissements hôteliers de **La Garriga** peut profiter des propriétés des eaux thermales minérales de la région. C'est le cas de l'Hôtel thermal La Garriga et du Grand Hôtel Balnéaire Blancafort Spa Thermal. Non loin de là, à **Caldes de Montbui**, vous aurez l'occasion de tester la température élevée de l'eau qui s'écoule de la source du Lion : à 76 °C ! Les thermes Victòria Hôtel Balneari, l'Hôtel Vila de Caldes et le Balneari Broquetas disposent de logements et de soins à base d'eaux minérales. Vous pourrez également profiter des bains thermaux El Safareig, inaugurés en 2015, un espace public où prendre un bain afin de découvrir les vertus thérapeutiques de l'eau de Caldes tout en admirant les jardins et l'environnement naturel du lieu.

Si vous allez à Caldes de Montbui, n'oubliez pas de visiter le **Musée Thermalia**, où vous découvrirez l'histoire de la ville à travers sa relation à l'eau ; la visite propose un circuit inspiré de l'expérience thermale du spectateur, à travers une exposition attractive et interactive. Le bâtiment retrace également la vie et l'œuvre de l'artiste noucentiste **Manolo Hugué**, qui passa les quinze dernières années de sa vie à Caldes. Il propose également un regard sur les différents courants artistiques du ^{xx}^e siècle, en insistant particulièrement sur Pablo Picasso et sa relation d'amitié avec Hugué.



↑ Caldes d'Estrac. Balnéaire

Caldes de Montbui. Thermes romains ↓







-  Ensemble monumental
-  Édifice religieux
-  Monument, bâtiment ou site remarquable
-  Château
-  Site archéologique
-  Station thermale
-  Golf
-  Port de plaisance
-  Patrimoine de l'Humanité
-  Parc ou site naturel
-  Aéroport

Adresses utiles

Departament d'Empresa i Coneixement

Direcció General de Turisme
Pg. de Gràcia, 105
08008 Barcelona
Tél. [+34] 934 849 500
empresa.gencat.cat

Agència Catalana de Turisme

Pg. de Gràcia, 105
08008 Barcelona
Tél. [+34] 934 849 900
www.catalunya.com

Diputació de Barcelona

Oficina de Promoció Turística

Trav. de les Corts, 131-159
Recinte Maternitat-Pavelló Mestral
08028 Barcelona
Tél. [+34] 934 022 960
www.diba.cat

Informations touristiques

Oficina de turisme de Catalunya a Barcelona

Pg. de Gràcia, 107 (Palau Robert)
08008 Barcelona
Tél. [+34] 932 388 091
palaurobert.gencat.cat
www.mensaxe.com/OTCBarcelona

Oficines de turisme de Catalunya a l'aeroport de Barcelona

Terminals 1 i 2
08820 El Prat de Llobregat
Tél. [+34] 934 784 704

www.catalunya.com

app **Visit Catalonia**

www.barcelonaesmoltmes.cat

Conseils cantonaux

Alt Penedès

Hermenegild Clascar, 1-3
08720 Vilafranca del Penedès
Tél. [+34] 938 900 000
www.ccapenedes.com

Baix Llobregat

Parc Torreblanca -Ctra. N-340, km 1249
08980 Sant Feliu de Llobregat
Tél. [+34] 936 852 400
www.elbaixllobregat.cat

Garraf

Pl. Beatriu de Claramunt, 5-8
08800 Vilanova i la Geltrú
Tél. [+34] 938 100 400
www.ccgarrar.cat

Maresme

Pl. Miquel Biada, 1
08301 Mataró
Tél. [+34] 937 411 616
www.ccmaresme.cat

Vallès Occidental

Ctra. N-150, km 15
08227 Terrassa
Tél. [+34] 937 273 534
www.ccvoc.cat

Vallès Occidental

Ctra. N-150, km 15
08227 Terrassa
Tél. [+34] 937 273 534
www.ccvoc.cat

Vallès Oriental

Miquel Ricomà, 46
08401 Granollers
Tél. [+34] 938 600 700
www.vallesoriental.cat

Pour en savoir plus, rendez-vous sur nos réseaux sociaux. Les utilisateurs vous feront découvrir eux-mêmes les régions de Barcelone.



BarcelonaEsmoltMes



BCNmoltmes



@bcnmoltmes

© Generalitat de Catalunya

Departament d'Empresa i Coneixement

Direcció General de Turisme

Conception : Postdata

Texte : Xavier Amat i Puig

Traduction : t&s - Traduccions i tractament de la documentació

Cartographie : Postdata

Photographies : Albert Miró, Alfons Rodríguez, Alfred Farré Batlle, Associació Amics de les Roses de Sant Feliu, Cablepress, Circuit Barcelona-Catalunya/Miquel Rovira, Club de Golf Llaveneras, Consell Comarcal del Vallès Oriental, Consorci de Turisme del Baix Llobregat, Creatibety-Saracosta, David Marfil Raurell, Francesc Guillemet, Francesc Muntada, Imagen Mas, Ironman Calella, José Luis Rodríguez, Josep Cano, Juan José Pascual, Juanma Peláez (Ajuntament de Sabadell), Manuel Cuesta, Marc Castellet, Maria Rosa Ferré, Miguel Ángel Álvarez, Nano Cañas, OhDigital, Oriol Llauradó, Sanguinetti, Servicios Editoriales Georama, Turisme Baix Llobregat, Turismo Verde, S.L..

Impression : EADOP

D.L.: B-2348-2018

Printed in EU



catalunya.com



Generalitat de Catalunya
Gouvernement catalan
Ministère de l'Entreprise et de la Connaissance



**Diputació
Barcelona**