

sortida >>

PER CATALUNYA I ANDORRA



encamp  el pas de la casa

REVISTA DE PROMOCIÓ TURÍSTICA I CULTURAL

NÚM. 25 AGOST - SETEMBRE DE 2017 **EXEMPLAR GRATUÏT** L

Situat al veïnat de Ventolà, a la Vall de Ribes, hi trobem un restaurant rústic que està obert els 365 dies de l'any i que ofereix la millor cuina tradicional catalana de muntanya.

El restaurant Ca l'Anna de Ventolà ens proposa una aventura gastronòmica amb els elements més propis de la gastronomia ripollesa en un entorn natural excepcional que permet gaudir de les millors vistes de la Vall de Ribes.

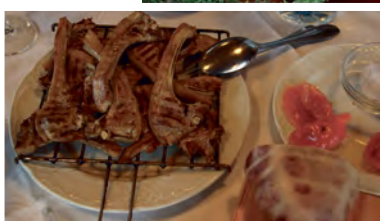
Ca l'Anna de Ventolà és un plaer en tots els sentits: el del paladar, el de la vista i el mediambiental.



Ca l'Anna de Ventolà disposa d'una àmplia carta amb plats elaborats amb productes de la terra. Especialitzat en la cuina de muntanya de la qual en destaquen la cassola d'ànec, els canelons casolans, la vedella amb bolets, les faves a la catalana, la graellada de carn, els peus de porc i els embotits de la Vall de Ribes, Planoles i del Ripollès.



ELS PLATS MÉS TRADICIONALS DE LA GASTRONOMIA CATALANA EN UN PARATGE EXCEPCIONAL I AMB LES MILLORS VISTES DE LA VALL DE RIBES



Restaurant Ca l'Anna

Plaça de la Constitució, s/n - Ventolà

17534 Ribes de Freser

Tel.: 972 72 72 60

Ens trobem en plenes activitats d'estiu i això suposa mobilitat, descoberta i poder planificar aquells moments dels quals durant l'any no en podem gaudir. En aquesta època tenim moltes possibilitats de lleure que en molts moments de l'any no podem fer. SORTIDA us convida que us mogueu per les diferents contrades de Catalunya, Andorra

i la Catalunya Nord. De vegades és sorprenent saber el que es pot fer a tan poca distància. Si us agrada gaudir de la natura, de la gastronomia, dels concerts, del teatre, de les fires i tants altres actes que hi ha a casa nostra, no deixeu d'informar-vos amb tot coneixement del que us proposem a SORTIDA.

EL PALLARS JUSSÀ MÉS REFRESCANT



P8i9

MOSTRA GASTRONÒMICA DE CABRILS P26a30



DESCOBREIX LA POBLA DE LILLET

P32i33

Índex.....	P3
Setcases i la fira del bolet	P4
El parc Animalier de les Angles.....	P5
Festival de Música de la Cerdanya.....	P6
Grandvalira.....	P7
El Pallars Jussà més refrescant	P8i9
Sta. Maria d'Arles de Tec	P10 i 11
Museu Etnogràfic de Ripoll.....	P12i13
Què fer al Pallars Sobirà.....	P14a15
L'Estiu al Pallars Sobirà.....	P16i17
Castelldefels.....	P18a21
La Paradeta	P22i23
Asador San Marino.....	P24i25
30a Mostra Gastronòmica de Cabrils.....	P26a29
Hotel Mas de Baix	P30i31
La Pobla de Lillet.....	P32i33

Funicamp	P34i35
La Vall de Boí	P36i37
De Calella a Tamariu	PP38i39
El Grito, la festa mexicana catalana.....	P40
Vedrignans	P41
Gaudeix l'estiu amb Ferrocarrils	P42i43
Museu de l'Electricitat.....	P44i45
Festival de Música dels Pirineus.....	P46
La intimitat museïtzada	P47
Les Gorges de la Fou.....	P48
Capcir, Els Pirineus Catalans.....	P49
Viè ARTBAHO	P50i51
Cures del nadó a l'estiu	P52i53
Festa de l'Estany a Puigcerdà.....	P54
Festival Transfronterer.....	P55

Difusió

A totes les comarques de Catalunya, Catalunya Nord i Principat d'Andorra.

Distribució

Més de 2000 punts de recollida repartits entre les comarques de Catalunya i Andorra.

Editors

iTram Comunicació
Colònia Santa Maria
Ctra. C-17 km 91,5
17500 Ripoll
Tel. 972 70 21 12
Fax: 972 71 41 60
info@itramcomunicacio.com

Promarts SA

Av. del Príncep Benlloch, 24
AD 200 Encamp
00376 73 11 11
00376 364 154
aferraz@cadenapirenaica.com

ETV Comunicació Grup

C/ Verge de Guadalupe, 28-30
08950 Esplugues de Llobregat
Tel. 933 729 100
cs@etv.cat
www.etv.cat

Edició

20.000 exemplars
Direcció editorial: Francesc Rubió,
Antoni Ferraz i Frederic Cano
Direcció: Francesc Rubió
Redacció: Judith Espert, Laura Segur,
Xavier Roura, Guillem Sánchez, Albert Güell, Cristina Fargas i Laura Dallerés
Correcció: Xavier Roura
Fotografia: Josep Ma Buxassas i
Eudald Teixidor
Disseny i maquetació: Eudald Tutllo
i Anna Sanz
Publicitat: Manoli Santoro, Carles Sierra i Maria Martos
Impressió: Indugraf

DIPÒSIT LEGAL: GI.1612-2013

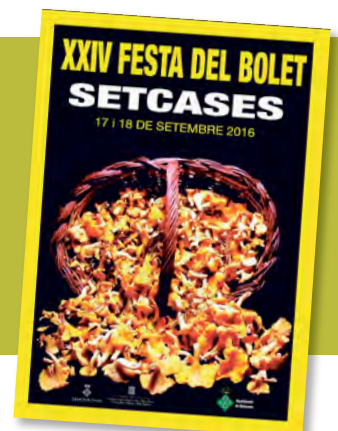
SETCASES

UN PARC NATURAL AL PIRINEU



SETCASES ÉS LA PORTA D'ENTRADA A UN DELS PARCS NATURALS D'EUROPA QUE TÉ LA PECULIARITAT D'ENAMORAR A TOTES LES ÈPOQUES DE L'ANY. EL MUNICIPI DE SETCASES ÉS UN DELS PRINCIPALS EXPONENTS TURÍSTICS DE LA COMARCA DEL RIPOLLÈS. LA SEVA SITUACIÓ PRIVILEGIADA A 1.260 METRES D'ALTITUD I AMB UN DELS MILLORS ENTORNS NATURALS QUE ES POT GAUDIR A CATALUNYA, L'HAN CONSOLIDAT COM UN DELS DESTINS PRINCIPALS AMB MÉS RENOM ARREU DEL PAÍS.

**Reserva't el 16 i el 17
de setembre per la
Fira del Bolet de Setcases**



SETCASES
EL TEU ESPAI DE QUALITAT NATURAL



Setcases
molt
per fer





ELS ANIMALS SALVATGES DELS PIRINEUS EN EL SEU ESPAI NATURAL DE MUNTANYA

*Una de les visites preferides
per als petits i els grans*

PARC ANIMALIER DES ANGLES

AL CAPCIR



HORARIS

Estiu del 10/07 al 31/08: 9 h a 18 h*

A l'hivern: 9 h a 17 h*

* Últimes entrades



**DAINA REN BISÓ CABRA
SALVATGE MARMOTA ISARD
MUFLÓ CABIROL CÈRVOL
PORC SENGLAR LLOP ÓS BRU**



Pla del Mir - 66210 LES ANGLES (France) - 0033 (0)4 68 04 17 20 - parcanimalier@aol.com

Festival de Música DE LA Cerdanya

PUIGCERDÀ LLÍVIA 2017



Els MANEL

29 juliol | 23.00 h | Sant Guillem de Llivia
GRATUÏT



GIOrquestra

6 d'agost | 22.00 h | Església de Llivia



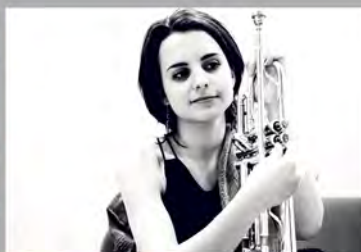
Orquestra SIMFÒNICA DEL VALLÈS

10 d'agost | 22.00 h | Església de Puigcerdà



Orquestra SIMFÒNICA DEL VALLÈS

13 d'agost | 22.00 h | Església de Llivia



ANDREA MOTIS

17 d'agost | 22.00 h | Església de Llivia



AMADEUS Chamber Orchestra de Polònia

18 d'agost | 22.00 h | Església de Llivia



Orquestra SIMFÒNICA DEL VALLÈS

19 d'agost | 22.00 h
Església de Puigcerdà



AMADEUS Chamber Orchestra de Polònia

21 d'agost | 22.00 h
Església de Puigcerdà



LA VELLA DIXIELAND

23 d'agost | 23.00 h
Pl. Cabrinetty de Puigcerdà. **GRATUÏT**



TXARANGO

24 d'agost | 23.00 h | Plaça Santa Maria de Puigcerdà. **GRATUÏT**



Cor de Cambra Diputació Girona

30 de setembre | 22.00 h
Església de Puigcerdà. **GRATUÏT**

Organitza:



Col·laboren:



#grandsummerday



www.grandvalira.com

X GRANDVALIRA
MON(T) MAGIC
FAMILY PARK CANILLO

X GRANDVALIRA
bikepark
SOLDEU

X GRANDVALIRA
golf
SOLDEU

X GRANDVALIRA
Karting
Mara Good
EL TARTER

EL PALLARS JUSSÀ MÉS REFRESCANT



Senderisme a l'estany Tort, a la Vall Fosca

Si t'agrada tant la platja com la muntanya, et presentem els senders més refrescants, on pots combinar els paisatges de muntanya amb les platges d'aigua dolça dels embassaments del Pallars Jussà.

Fent el recorregut de sud a nord, en primer lloc a l'embassament de Tarradets hi trobem un sender d'uns 3km que voreja el marge dret de l'embassament i que és molt recomanable per fer amb nens. Aquí, podreu gaudir d'unes vistes impressionants i d'espais habilitats per fer un pícnic, de miradors per observar ocells (no us perdeu la caseta d'observació d'aus de la Pineda) i algunes zones de bany.

Una mica més amunt, a la zona de la Conca Dellà, hi trobem els estanys de Basturs, uns dels pocs estanys d'origen càrstic que es poden trobar a Catalunya i que estan protegits pel Pla d'Espais d'Interès Natural. Podeu passejar pel voltant dels estanys tot recorrent un sender de baixa dificultat, ideal per famílies. Els estanys també tenen gran interès ornitològic, doncs són llar de picots i altres ocells. Ben a prop hi trobem un aflorament de travertins, on els abellerols aprofiten per excavar-hi els seus nius.

Passat Tremp (aprofiteu per aturar-vos a visitar l'Epicentre, el centre de visitants del Pallars Jussà), arribem a l'embassament de Sant Antoni, on a la zona del Piolet hi trobareu diversos espais de bany i d'activitats aquàtiques i un itinerari que recorre el marge de l'embassament tot unint Salàs del Pallars amb La Pobla de Segur. Amb un recorregut aproximat d'1h i 15 minuts a peu, també es pot fer amb bicicleta, i permet gaudir de molt bones vistes de l'embassament i de les muntanyes veïnes.

El nom de l'embassament de Sant Antoni prové de l'ermita de Sant Antoni de Susterris, la qual avui en dia es troba submergida al fons de les aigües.

A l'extrem nord de la comarca, hi trobem l'embassament de Sallente i l'estany Gento, separats per 400 metres de desnivell però units pel **telefèric de la Vall Fosca**, l'únic de la zona sud dels Pirineus. El telefèric està actiu de principis de juliol a finals de setembre, de les 8h i fins a les 19h amb viatges cada hora i sempre amb la possibilitat de viatges suplementaris a partir de 10 persones.



Epicentre
Centre de Visitants del Pallars Jussà
Passeig del Vall, 13
25620 Tremp
973 65 34 70
epicentre@pallarsjussa.cat
www.pallarsjussa.net



Activitats nàutiques a l'embassament de Sant Antoni

Des de l'estany Gento, punt d'arribada del telefèric a la cota 2.200, es poden realitzar diferents tipus de caminades, pensades per a tots els públics, com ara la **via verda del carrilet**, un camí de 5 km sense desnivells que segueix l'antiga via del carrilet que servia per connectar els estanys amb la cambra d'aigües de la central hidroelèctrica de Capdella, i

que passa per petits túnels; el GR11 que ens comunica amb Espot i amb la Vall de Boí; o diverses rutes pels 32 estanys que formen aquesta impressionant zona del Parc Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici.

Trobareu més informació sobre itineraris pel Pallars i embassaments a l'Epicentre, el centre de visitants del Pallars Jussà (obert diàriament al centre de Tremp) i al web **www.pallarsjussa.net**



ceipallarsjussà
centre d'empreses innovadores



Edifici CITA
Carretera C-13 km. 90,2
25630 Tàrragona



www.facebook.com/cei.pallarsjussa
www.xarxaceilleida.cat/centres/ceipallarsjussa
973 650 187

El Pallars Jussà disposa d'espais per a emprenedors!

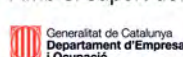
Realitzem formacions per enriquir
el teu talent empresarial



Organitza:



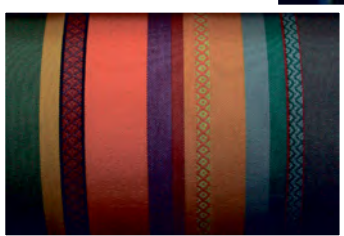
Amb el suport de:



SANTA MARIA

L'abadia benedictina de Santa Maria d'Arles sur Tech, fundada l'any 778, pot presumir de ser l'abadia carolíngia més antiga de Catalunya. Quan es va fundar, l'abadia primitiva es va establir damunt les ruïnes de les termes romanes al lloc dels actuals banys d'Arles.

Al segle IX, després de les terribles incursions normandes, buscant més seguretat, els monjos van traslladar l'abadia a l'indret actual, sota la direcció de l'abat Sunifred, membre de la família comtal rossellonesa. Sota aquesta protecció comtal, després de la dels Comtes Reis de Barcelona que el van succeir, assegurà a l'abadia privilegis, proteccions i donatius de santes relíquies.



Nombrosos donatius van permetre a Santa Maria del Vallespir una forta empenta, posant-la a les primeres files de les abadies catalanes a l'Edat Mitjana. A partir de llavors, es va procedir a noves regles de creació artística per edificar i adaptar l'abadia: l'edifici i les obres preromànics, el gòtic i el barroc en són testimonis.

LA VILA D'ARLES DE TECH

UNA PASSEJADA PER LA HISTÒRIA DEL VALLESPÍR

La seva església és un dels edificis romànics més interessants d'aquesta època i té una considerable unitat. El gruix de l'obra és del segle XI. És de planta basilical,

amb tres naus i tres absis. No té transsepte. Totes les naus tenen volta de canó, les laterals corresponen a la construcció que es va consagrar el 1.046 i la central,



lleugerament apuntada, molt possiblement cal situar-la a l'època de la segona consagració (1157).

L'església romànica compta amb un gran orgue del segle XV que va ser restaurat al segle XVIII. El Claustre gòtic dels segles XIII s'adjunta a l'església.

Davant del temple s'hi troba un Sant Sepulcre, sarcòfag del segle IV. Se situa en un indret secret, amagat, i conté les relíquies dels Sants Abdó i Sennen.

Una recomanació: no deixeu de visitar el centre històric de la nostra vila: el recorregut pels vells llocs històrics i els seus carrers antics.

Dijous 27 juliol
21h00 Abadia, Sala de la Cripta
VILALTE MUSIC FESTIVAL
Participació lliure
Més informació: www.vilaltemusicfestival.com

Qui som?
Els Capitols d'Arles: les notes, les paraules, les pedres
És un grup d'experts creat el 2012. Amb el suport de l'ajuntament d'Arles sur Tech, que té com a objectiu posar en valor el patrimoni històric de la ciutat d'Arles sur Tech, en particular tot allò inherent a l'Abadia de Sainte Marie (l'església, el claustre, la cripta, el convent) i l'església de Saint Saver, a través de concerts, teatre, recitals de poesia, conferències...

Dissabte 8 juliol
21h00 Abadia, sala de la Cripta
Tourné des Refuges
Per la cinquena edició (estiu 2017), la Tourné des Refuges canvia excepcionalment de massís i prepararà la travessa dels Pirineus, del mar a l'oceà! Participació lliure.

Diumenge 9 juliol
20h00 Le Tech
Refug de Sant Guillem
Participació lliure.

Contacte: Els Capitols d'Arles
Oficina de Turisme
Le Palau - BP27 66150 Arles-sur-Tech
Informació i reserves:
04 68 39 11 99

Els Capitols d'Arles agraeixen... El Bisbe i el Papa Elie, l'Oficina de Turisme d'Arles sur Tech, la M.A.S.A. d'Arles de Tech i totes les persones que han participat en aquest projecte.

Les Chapitres d'Arles
2017
Temporada

Divendres 21 abril
20h30 Abadia, Sala de la Cripta
Duo Cordes à Cordes
Emilie Carcy, piano - Daniel Brun, violoncel
"Au-delà du romantisme".
Tarifa: 12€ - Carnet Cultur'Arles: 8€ - Gratuït: Menors de 25 anys.

Divendres 25 agost
21h00 Abadia, Sala de la Cripta
"Connivence Flamenco"
Dansa: Paola Maureso i Sandra Diaz.
Guittarrista: Alain Diaz.
Tarifa: 12€ - Carnet Cultur'Arles: 8€ - Gratuït: Menors de 25 anys.

Dimarts 25 juliol
21h00 Abadia, Sala de la Cripta
FESTIVAL RADIO FRANCE OCCITANIE MONTPELLIER
Quatuor Vocal A'dam
Olivier Roulet, tenor
Louis-Pierre Patroty, bariton
Pierre Scodenville, bariton
Julien Guillot, baix
Negro spirituels, tubes des années 60 et chanson française...
Concert gratuit.

Divendres 1 setembre
21h00 Plaça del Convent (Abadia, sala de la Cripta en cas de pluja)
The Arles Messenger
Jazz, bossa...
Blue bossa, summer time, the girl from Ipanema...
Tarifa única: 5€ - Gratuït: Menors de 25 anys.

Dimecres 19 juliol
21h00 Església de St. Sauveur
"Quand le Quatuor Lucia rencontre le Hip Hop"
Claire Salas, flauta
Martine Flossier, opra
Cyrille Fracine, violoncel
Thomas Gautier, violí
Hamid El Kabouss, ballari de hip hop
Obres de: Vivaldi, Granados, Albiniz, Brahms, Tchaikovski.
Preu únic: 15€ - Gratuït menors de 25 anys.



Oficina de Turisme d'Arles de Tech
Le Palau
66150 Arles-sur-Tech
Tel : 33(0)4 68 39 11 99
www.tourisme-haut-vallespir.com

Viu el Museu Etnogràfic de Ripoll

Activitats per a tothom!

L'any 1929 es fundava l'Arxiu Museu Folklòric de Ripoll, que s'instal·là a les golfes de l'antiga església de Sant Pere i fou el primer de Catalunya dedicat a l'etnografia. L'any 2011 es torna a inaugurar a la nova seu, amb la mateixa filosofia i el mateix esperit de seguir mostrant el patrimoni relacionat amb pastors, la pagesia, la farga catalana, les armes de foc portàtils ripolleses.

El nou Museu Etnogràfic de Ripoll convida a fer un recorregut –interessant per a grans i petits–, que permet descobrir el passat recent i la identitat d'un territori, i també reconèixer una manera de viure i de sentir. Des del Museu, també es posa en valor el patrimoni històric i industrial de la població a partir de les visites a l'Scriptorium i a la Farga Palau de Ripoll.

Memòria i vida al Pirineu de Girona



Museu Etnogràfic de Ripoll

Plaça de l'Abat Oliba s/n 17500 Ripoll
Tel. 972 703 144



www.museuderipoll.org



EN L'ENTRADA DEL
Museu Etnogràfic de Ripoll

DURANT TOT EL
 MES D'AGOST DE
 2017



Taller "Fes un xai"



Gimcana Busca'm al Museu"



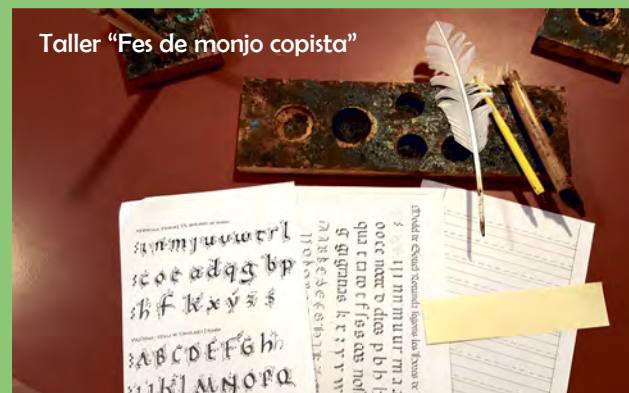
Joc de pistes "Misteri a Museu"



Visita a la Farga Palau de Ripoll



Taller "Fes de monjo copista"



Visita a l'Scriptorium de Ripoll





EL PIRINEU DE TOTS ELS RECORDS

On podreu respirar aire pur i relaxar-vos en els millors hotels familiars, cases rurals, càmpings, albergs, refugis i qualsevol altre allotjament. Podreu gaudir dels excel·lents restaurants, tastos de vins autòctons i degustar la gran diversitat de productes ecològics. La cuina pallaresa és rica, d'alta qualitat i molt creativa, gràcies a l'entusiasme i innovació dels seus cuiners i al compromís dels seus restauradors que segueixen creant i treballant amb la tradició de la cuina autèntica.

Hi trobareu el llac més gran dels Pirineus, el llac de Certascan; el pic més alt de Catalunya, la Pica d'Estats; el poble habitat més alt de Catalunya, Rubió, i finalment, la Noguera Pallaresa, el millor riu d'Europa per a la pràctica d'esports en aigües braves. Tot això dins d'un entorn natural, incomparable i ben custodiat per la xarxa de Parcs d'Interès Nacional; el Parc Natural de l'Alt Pirineu, el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, zones PEIN i la reserva de Boumort.

Fascinats per la bellesa dels seus paisatges, no deixeu de considerar la gran possibilitat de bons records als allotjaments i restaurants que us proposaran serveis i una exquisida gastronomia de magnífica i càlida acollida.

PALLARS SOBIRÀ LES VALLS DE L'ALT PIRINEU

SENDERISME

Avui dia, el Pallars Sobirà disposa d'una bona xarxa de senders que permet excursions sempre diferents a tots els racons de la comarca.

Hi trobarem una gran diversitat de senders per a tots els públics i de diferents dificultats, entre els quals destaquen les passejades i excursions amb poc nivell, els camins de llarg recorregut transfronterers, nexes entre el GR10 francès i el GR11 espanyol, el pas del GR11 que uneix l'Atlàntic i la Mediterrània pel vessant sud dels Pirineus, l'alta ruta, travessa pirinenca transfronterera sense senyalitzar i d'alt nivell, els itineraris proposats pel Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici i els itineraris del Parc Natural de l'Alt Pirineu.

A més, el Pallars Sobirà disposa d'una bona oferta de guies acreditats que permet la descoberta de la comarca en profunditat i mitjançant gran varietat de propostes. Sortides temàtiques: observació de flora, observació d'animals, tallers de fotografia, aquarel·la, astronomia, observació d'aus, seguiment de petjades i altres; el guia d'alta muntanya, el que mostra el camí, coneix la flora, les peculiaritats de la fauna, els secrets de la geologia i la vida de les valls, entre altres. D'altra banda, el Pallars Sobirà viu l'esport a la muntanya mitjançant les curses de muntanya i les marxes populars, que esdevenen una de les activitats referents dins el calendari anual de la comarca.



Per als corredors més exigents i preparats, hi ha les curses de muntanya a partir dels 2000 metres d'alçada i, per a aquells que no volen competir, hi ha l'opció més popular.

TURISME ACTIU I D'AVENTURA

El Pallars Sobirà és una comarca rural de relleu muntanyós que facilita la pràctica dels esports a l'aire lliure. El riu Noguera Pallaresa és un dels millors rius d'aigües braves d'Europa per a la pràctica dels esports en aigües braves.

Avui dia, l'oferta dels esports d'aventura es realment amplia i diversa: ràfting, hidrotrineu, descens de barrancs, pònting, excursions a cavall, BTT, quads i altres.

D'altra banda, la pesca és una activitat tradicional que encara es practica a la columna vertebral del Pallars Sobirà, el riu Noguera Pallaresa, alguns dels barrancs dels quals s'alimenta i en alguns estanys situats a les capçaleres de les valls.

ACTIVITATS A LA NEU

En menys de 30 minuts trobarem una àmplia i variada oferta esportiva a la neu dins un entorn exquisit i ple d'atractius.

El Pallars Sobirà disposa de quatre estacions per a la pràctica de l'esquí alpí, de l'snowboard i el freestyle (Espot Esquí, Port-Ainé, Tavascan i Baqueira), a més d'una cinquena estació on s'hi pot practicar l'esquí nòrdic (Bosc de Virós). L'esquí nòrdic es també possible a l'estació d'esquí de Tavascan.

La majoria de les estacions d'esquí també disposen de camins senyalitzats per caminar amb raquetes de neu. D'altra banda, en ser una comarca muntanyosa, les possibilitats per practicar les excursions amb raquetes de neu i l'esquí de muntanya són infinites: als parcs, a l'entorn natural i a les estacions d'esquí mateix. Altres: raquetes de neu, snowpark, parcs lúdics de neu, snow retrac i experiències guiades, entre altres.

Oficina comarcal de turisme del
Consell Comarcal del Pallars Sobirà

Camí Cabanera, s/n

25560 Sort

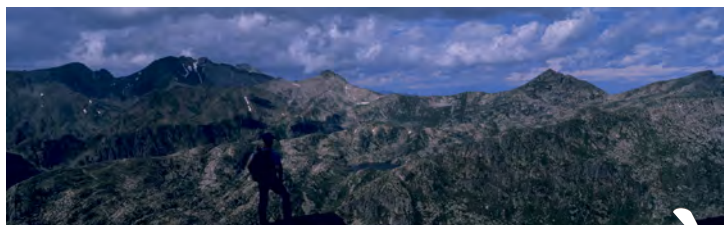
Tel: 973 621 002

turisme@pallarssobira.cat

<http://turisme.pallarssobira.cat>



QUÈ FER AL PALLARS SOBIRÀ



CULTURA I PATRIMONI QUE US DURÀ A L'AUTENTICITAT DE LA COMARCA

Pobles pintorescos i pobles amb encant, museus, exposicions, seus culturals, obradors i romànic: ermites, ponts romànics i santuaris, restes de castells, despoblats i torres de guaita.

VACANCES EN FAMÍLIA

El Pallars Sobirà és una comarca autèntica i familiar amb un gran ventall de propostes per fer en família. Algunes propostes d'activitats en família: visites a formatgeries, museus i llocs culturals, pesca en piscifactoria, caminades en família, activitats esportives (ràfting familiar, piragüisme, BTT, excursions a cavall...), parcs lúdics i parcs lúdics de neu, activitats culturals, experiències rurals com "aviem el bestiar" entre altres (sortides amb els pastors), experiències a la

natura (seguiment de petjades, flora, fauna...) i altres.

GASTRONOMIA

La cuina del Pallars Sobirà es un dels grans atractius a descobrir de la comarca.

Trobarem la cuina tradicional i de muntanya, condicionada per l'entorn geogràfic en el qual ens trobem i d'autosubsistència, i també la cuina d'autor amb influències clares de la cuina tradicional i com a base els productes locals.

A més de degustar-la, descobriex les activitats gastronòmiques que s'organitzen al Pallars Sobirà: tallers, showcookings, activitats gastronòmiques de tradició com la calderada, tasts de formatges, etc.

FESTES I TRADICIONS

El Pallars Sobirà ha estat tradicional-

ment una comarca agrícola i ramadera, la qual cosa comporta que les festes continuessin el cicle de l'activitat: aplecs, festes majors, carnaval, falles... Tota una sèrie de festivitats que responen a esdeveniments esportius, culturals i socials específics de la societat pallaresa: concurs de gossos d'atura, ral·li internacional de piragüisme en aigües braves a la Noguera Pallaresa o festes de les diferents associacions, entre altres.

PER VIURE'L

El creixement lent, amb molt de respecte pel territori, sense grans infraestructures turístiques, sense grans resorts... ens ha portat a l'autenticitat d'aquesta comarca que la diferencia d'altres destinacions turístiques més explotades.

Tot i així, hi podem trobar una àmplia i variada oferta d'allotjament (hotels, càmpings, albergs de joventut, cases rurals, apartaments i altres allotjaments), de restaurants i bars, d'empreses de turisme actiu, bars musicals i discoteques, entre altres serveis.

Una agenda comarcal ofereix una gran diversitat d'activitats variades durant tot l'any arreu de la comarca.



SENDÈRIA
Noticiari dels camins

Caminant, descobrireu
els paisatges i els pobles
dels Pirineus.

Subscripcions i més informació a:
www.sompirineu.cat/som-senderisme



IDAPA
Institut per al Desenvolupament
i la Promoció de l'Alt Pirineu i Aran
Institut entant Desenvolupament
e era Promoció del Naut Pirineu e Aran



Pallars Sobirà

propostes per a l'estiu

LLAVORSÍ- FIRA DE L'OVELLA I 31 EDICIÓ DEL CONCURS DE GOSSOS D'ATURA

Magnífic concurs internacional que reuneix els millors pastors i els millors gossos d'atura dels Països Catalans, del País Basc i del Pirineu francès. Per un dia, els pastors són els autèntics protagonistes i donen a conèixer la seva activitat i les seves habilitats amb el gos d'atura. La fira té lloc el dissabte dia 19 d'agost i està motivada amb la promoció dels productes agroalimentaris relacionats amb l'ovella i el món del pastor. Seguidament a la fira, que es realitza conjuntament amb el Concurs de Gossos d'Atura, se celebra el dia següent, diumenge dia 20 d'agost, el ja tradicional concurs als prats de la Coma de Llavorsí.

GERRI DE LA SAL NOVA GUIA DEL MUSEU DE GERRI DE LA SAL 2017

Aquest 2017 ha sortit a la llum la nova guia del Museu de Gerri realitzada conjuntament amb el Museu de la Ciència i la Tècnica de Catalunya, del qual el museu en forma part des de l'any 2006. La guia ens parla del Museu de Gerri, on està ubicat i què és el que s'hi explica, però també ens trasllada a temps remots per recordar-nos que la sal va ser el principal motor econòmic del poble de Gerri



durant molts anys. Saber com és que es pot fer sal a Gerri i les qualitats d'aquest mineral també hi són representades. Us convidem a fer una visita al Museu de Gerri de la Sal i poder descobrir l'or blanc dels Pirineus: la sal!

RIBERA DE CARDÓS FIRA AMBRUIXA'T

Es tracta de la V Fira de Màgia, Bruixes i Encantades.

Durant aquests quatre anys, la fira ha tingut una excel·lent aflluència a la vall. S'ha de tenir en compte que aquesta activitat firal es durà a terme al mes d'agost, amb l'aflluència turística que hi ha en el municipi en particular i en tot el Pallars en general.

Es vol aconseguir que sigui una fira que creixi any rere any i que es consolidi en el territori.

Es duran a terme activitats firals diverses com són: jocs tradicionals i cercaviles, contacontes, xerrades, teatre-màgia de carrer, paradistes potenciant els productes locals i de la zona i per finalitzar a la nit Ball de Bruixes, cercaviles de focs, tambors i diables.

PORT DE SALAU, PORT DE TAVASCAN I PLA DE BOET ACTES TRANSFRONTERERS DEL PARC NATURAL DE L'ALT PIRINEU

Les trobades transfrontereres al Parc Natural de l'Alt Pirineu s'han consolidat i han esdevingut una de les activitats fermes dins el calendari anual de l'agenda del Pallars Sobirà.

Durant l'any es realitzen tres trobades: la del Port de Salau, la del Port de

AGOST

1 al 3 // FIRA INTERNACIONAL DEL FORMATGE

Degustació de formatges del món, taller de munyir, parades d'artesanía i exposició d'eines formatgeres.

Escaló.

Tel. 973 626 067 || <http://guingueta.ddl.net>

6 // PUJADA AL PORT DE SALAU

Trobada popular d'agermanament occitano-català, amb música tradicional i un dinar. Alt Àneu.

Tel. 973 626 568 || www.caoc.cat

8 al 10 // FIRA DE LA CERVESA ARTESANA

Degustacions, música i espectacles per gaudir d'una jornada inoblidable.

Esterri d'Àneu.

Tel. 973 626 568 || <http://esterrianeu.cat>

9 al 12 // OBERT TURÍSTIC D'ESCACS NOCTURN

Obert turístic d'escacs nocturn que es desenvolupa a l'aire lliure, a l'avinguda Comtes del Pallars, a les 21.30.

Sort.

Tel. 973 620 010 || Web: www.sort.cat

15 // FESTES DEL SETGE D'OLP

Representació teatral per commemorar que el 15 d'agost del 1485 el poble d'Olp va resistir un terrible setge de set dies. La població i altres viles del Pallars van fer costat a Hug Roger III tot plantant cara al rei Ferran el Catòlic.

Olp.

Tel. 973 620 010 || www.sort.cat

15 // FIRA D'ARTISTES I ARTESANS DE LES VALLS D'ÀNEU

Fira en la qual els artistes de les valls exposen i venen les seves obres d'art a la plaça de Bon Consell.

Esterri d'Àneu.

Tel. 93 302 45 29 || www.laribalera.cat



19 // AMBRUIXA'T. FIRA DE BRUIXES I ENCANTADES DEL PALLARS

Celebració d'una trobada màgica on es barregen la tradició i la història documentada. Actes socials com jocs i cercaviles, música celta, contacontes; botiguers i paradistes; actes culturals com teatre i escenificacions diverses.

Vall de Cardós.

Tel. 973 623 122 || www.vallcardos.org

19 i 20 // FIRA DE L'OVELLA I CONCURS DE GOSSOS D'ATURA DEL PALLARS

Campionat internacional en què els gossos, acompanyats pels seus amos, han de demostrar al jurat la seva obediència i habilitat per guiar el ramat d'ovelles.

Llavorsí.

Tel. 973 622 008 || <http://llavorsi.ddl.net>

19 // TROBADA AL PORT DE TAVASCAN

Trobada al port de Tavascan entre veïns de la població catalana i els francesos procedents d'Ustou, amb degustació de productes locals típics de cada població i actuacions musicals.

Tavascan.

Tel. 973 622 335 || <http://alins.ddl.net>

www.gencat.cat/parcs/alt_pirineu

26 // TROBADA AL PORT DE BOET

Pujada a peu al port de Boet, a 2.500m. És una acció de col·laboració entre el Parc Natural de l'Alt Pirineu i el Parc Regional dels Pirineus Ariegeois (França) i un cop s'hagi arribat al destí, hi ha previst un intercanvi i degustació de productes locals d'ambdós parcs.

Àreu.

Tel. 973 622 335 || <http://alins.ddl.net>

www.gencat.cat/parcs/alt_pirineu

SETEMBRE

11 // HOMENTAGE AL GENERAL MORAGUES

La població de Sort dedica un homenatge al General Moragues, heroi de la guerra de Successió i defensor de la identitat del poble català.

Sort.

Tel. 973 620 010 || www.sort.cat

16 i 17 // VIII RIALP MATXICOTS

Curs de danses tradicionals catalanes. A les nits, música a la Carpa en directe i per tancar el curs. Dissabte, cercavila ballant per tot el poble i a la nit, música en directe per a tothom.

La cursa Rialp Matxicots transcorre entre els emblemàtics cims de la zona sud del Pallars Sobirà, el Montsent de Pallars i el massís de l'Orri. Quatre traçats: la combinada, la Trail, la Mirja i la modalitat popular de la Caminada de 12km.

Rialp.

Tel. 973 620 365 || www.rialpmatxicots.cat

Tavascan i la de Boet, enfortint les col·laboracions i agermanaments entre els veïns i entitats de Catalunya i l'Arieja. La primera de les trobades, el 6 d'agost, organitzada des de fa més de 20 anys pel Cercle d'Agermanament Occitano-Català, és la 30a Trobada al Port de Salau. Un aplec d'agermanament occitano-català que ha esdevingut una activitat clàssica de l'estiu pallarès. Posteriorment, també el 19 d'agost, té lloc la 3a Trobada al Port de Tavascan o Marterat, que regularment realitzen els veïns de Tavascan i rodalies i els veïns d'Ustou, al vessant francès. Els participants gaudeixen de degustacions de productes locals d'una banda i altra (formatges, embotits, vi, pa, dolços i licors). I finalment, el 26 d'agost, les trobades finalitzen amb la 5a Trobada al Port de Boet, centrada en la recuperació de la tradició d'intercanvi comercial entre els veïns de la vall Ferrera i els de la vall d'Auzat i Videssos. Complementa la trobada una degustació de productes locals (formatges, embotits, vi, pa, dolços i licors). El 2016 es va recuperar el Mercat d'Alçada, una antiga tradició que es va portar a terme fins a les primeres dècades del segle XX (segons els veïns) al Pla de lo Mercat, un planell situat al camí de pujada al Port de Boet. Enguany, però, es va adaptar la tradició amb un mercat prevenda, on els veïns catalans i els de l'Arieja podien encarregar els seus productes amb antelació i recollir-los i pagar-los durant la Trobada a dalt del Port de Boet.



Oficina comarcal de turisme del Pallars Sobirà

Camí de la Cabanera, s/n
25560 Sort

Tel. 973 621 002

turisme@pallarssobira.cat

turisme.pallarssobira.cat



Foto: c. Fermi Trullàs



Vols viure una experiència inoblidable?

CASTELL 'D'EFELS

és la teva ciutat

Passa un dia espectacular passejant per la platja, visitant el Castell, pel Parc Natural del Garraf, menjant en els nostres restaurants o prenent una copa en els nostres establiments d'oci.



 *t'esperem!*





CADA DIMECRES 05/07 - 06/09

NITS AL CASTELL

CINEMA A LA FRESCA

BAR ALS JARDINS

DJ SESSIONS

STREET FOOD

ENTRADA
GRATUÏTA

BAR + FOODTRUCKS DES DE LES 18H

SESSIÓ DJ DÈS DE LES 19H

PEL·LÍCULA 22H

NITSCASTELL.COM



Ajuntament
de Castelldefels





Ajuntament
de Castelldefels



a les **22 hores,**
a la plaça de les Palmeres

dijous 6 de juliol	Harry Potter y la piedra filosofal
dijous 20 juliol	Star Wars: el despertar de la fuerza
dijous 3 d'agost	Zootropolis
dijous 17 d'agost	El libro de la Selva
dijous 31 d'agost	Buscando a Dory



Castelldefels
Barcelona

LA PARADETA UNA MARIS

La Paradeta una marisqueria diferent a Barcelona i Sitges, el juliol del 1994 vam obrir a Barcelona, sota el nom Shellfish, la primera marisqueria self-service del grup; al barri de Sants, a prop de l'estació de trens. Aquesta marisqueria va ser l'inici de tot el que és avui el Grup La Paradeta.

Una nova aposta gastronòmica que oferia ja en aquell temps una experiència self-service única, l'agost del 2001 neix la marca La Paradeta que respecta el concepte de marisqueria self-service original i fa honor a la part central de la nostra experiència: la típica parada de peix i marisc d'un mercat.



QUERIA DIFERENT

La benvinguda als nostres restaurants és igual en tots els nostres establiments: una parada de peix i marisc perquè el client triï la seva opció preferida. Les obertures posteriors als barris del Born i Sagrada Família van consolidar la marca a la ciutat.

Al febrer del 2007 mes de Carnaval, obre les seves portes la primera Paradeta fora de la ciutat de Barcelona; a Sitges. Situada al centre de vianants de la ciutat, al carrer Sant Pere, 24, aquesta petita i acollidora marisqueria ofereix als locals i turistes una experiència única en peix i marisc; molt a prop de les seves famoses platges.



Posteriorment, aquest mateix any, es va obrir una nova localització a Barcelona, La Paradeta Meridiana.

El setembre de 2015 va ser el mes d'obertura d'una Paradeta única, més gran i més a prop d'un dels punts de pas principals de la ciutat: el Passeig de Gràcia. Situada a Consell de Cent 318, a pocs metres de la Casa Batlló, aquesta Paradeta destaca per un disseny innovador i major capacitat, amb un menjador de fins a 500m².

Finalment al juliol del 2016 s'obre als peus de Montjuïc, al Poble-sec, una nova Paradeta: La Paradeta Paral·lel. Aquest és el setè establiment del grup, situat en un dels barris emergents de la ciutat, conegut per la seva gran oferta d'oci i teatres i proper a la Rambla.

Després de tants anys molta gent va passar i passa per La Paradeta, ara només queda que gaudeixis tu.





**Visita el nostre Buffet Lliure de
dilluns a divendres al migdia per 9 €**
Excepte festius.

Divendres nit: 15 €
Dissabte nit: 18 € més ball i DJ
Diumenge migdia: 18 €

Tria entre la nostra infinitat de plats i gaudeix de les nostres riques elaboracions a la brasa, guisats, arrossos, amanides i molt més.
Més de 40 varietats de plats, inclòs safates de graellades brasa.

Composició de les graellades: Porc, vedella, galtes, xurrasco, botifarra, xoriço, pollastre, conill i pa torrat amb tomàquet.

**Els caps de setmana, degusta les
nostres carns i peixos a la brasa a la
Super Barbacoa del San Marino!**
Oferta especial graellada de carn 15 €
Botifarra de Calaf, xai, pollastre, conill, xoriço crioll,
patata al caliu, tomàquet provençal i xampinyó.

A més tens per escollir a la brasa: garrí, mitjana de carn gallega, xurrasco, besuc, rèmol i molt més...

Vine a degustar-ho!

Coneix la veritable essència de la cuina tradicional a través de les nostres exquisides elaboracions realitzades en el millor forn de llenya de tot Barcelona.

Prova el nostre deliciós garrí, la cuixa de llet, la vedella gallega o la nostra gran varietat de carns a la brasa. Al nostre Asador ens encarreguem que visquis una jornada gastronòmica inoblidable.

Gaudeix provant alguna de les nostres especialitats i també de l'autèntica gastronomia catalana.

Visita el nostre web i no et perdis cap detall de les nostres últimes elaboracions.

Vine a celebrar el teu esdeveniment amb nosaltres!

A l'Asador San Marino disposem d'un ampli equip de treballadors encarregats de fer que la teva celebració sigui el dia més especial de la teva vida.

Digues adéu a les preocupacions!

Nosaltres ens encarreguem de tot. Organitzem comunions, batejos, menjars d'empresa, aniversaris i comiats de solters amb ball inclòs! Truca'ns ara i consulta el teu pressupost sense cap compromís.

Tenim una àmplia carta de menús i begudes perfectes perquè tan tu com els teus convidats gaudiu d'una jornada inoblidable.

Contacta amb nosaltres, reserva ara el nostre ampli saló i informa't del nostre exclusiu servei de ball.

A l'Asador San Marino aconseguiràs convertir-te en el millor amfitrió.

Consulta'ns! Disposem d'una àmplia varietat de menús tancats per a esdeveniments, dissenyats per satisfer el paladar dels més exigents i una exquisida carta amb tot tipus d'elaboracions.

Ens agradaria poder comptar amb la vostra companyia!



A l'Asador San Marino pots gaudir de tres seccions diferents, segons el que et vingui de gust:

1a Secció: Buffet Lliure, amb més de 40 plats, on poder escollir (paella, pasta, amanides, guisats, postres...).

2a Secció: GRAELLADA GEGANT, on pots degustar graellades de carn, graellades de verdures i amanides variades.

3a Secció: SERVEI A LA CARTA, on pots triar entre les nostres especialitats:

- **Cochinillo** al forn.
- **Chuletón**
- **Rabo de toro**
- **Paella**
- **Arròs amb llamàntol**
- **Rèmol, besuc...**
- **Amanides i postres especials**



A l'Asador San Marino aparcar no és un problema. Cuidem i vigilem el teu cotxe. **Aparcament gratuït.**

Ens trobem en una molt bona ubicació, a un pas de l'autopista A-2 / AP-7 / B-23, al Polígon Industrial del Pla de Sant Feliu de Llobregat.

Horaris:

De dilluns a dijous: de 6 a 20 hores.

Divendres: de 6 a 2.30 h de la matinada.

Dissabtes: de 7.30 a 17 h i de 20 a 2.30 h de la matinada.

Diumenges: de 10 a 17 h.

RESTAURANT ASADOR SAN MARINO:

C. Sant Josep, 161-167
08980 Sant Feliu de Llobregat

Reserves: 93 666 00 58



Cabrils és una capsa de sorpreses. Situada entre el mar i la muntanya, és una vila plena de contrastos i tresors amagats on modernitat i tradició es complementen a la perfecció.

Avalada per la seva històrica i experta tradició hostalera i catalogada com una de les principals viles gastronòmiques de Catalunya, Cabrils celebra del 18 al 21 d'agost la 30a edició de la Mostra Gastronòmica, Comercial i d'Artesans, un esdeveniment de primer nivell que permet degustar els plats, vins i caves més representatius de la comarca.



Amb més d'una seixantena d'estands i unes xifres que superen els 15.000 visitants anuals, durant els quatre dies de la Mostra Cabrils es convertirà novament en referència de la gastronomia

al Maresme, potenciant una fusió entre aromes, sabors i música que amenitzaran les nits del 18, 19, 20 i 21 d'agost convertint-les en una experiència per a gaudir-la amb els cinc sentits.

CABRILS CELEBRA LA **30^a MOSTRA GASTRONÒMICA**



MÉS DE 60 ESTANDS I MÚSICA EN VIU

La 30a Mostra Gastronòmica, Comercial i d'Artesans de Cabriels se celebrarà els dies 18, 19, 20 i 21 d'agost de 2/4 de 8 a 2/4 de 12 h de la nit al recinte de l'escola L'Olivera de Cabriels, i comptarà amb més d'una seixantena d'estands entre els quals s'inclouen 16 de restauració i cinc de vins i caves amb DO Alella.

Les nits estaran amenitzades amb sessions de jazz en viu amb Blue Gin Jazz i en acabar la Mostra començarà el ball que s'allargarà fins a la matinada.



Ajuntament de Cabriels
C. Domènec Carles, 1
08348 Cabriels
Tel. 937 53 96 60
www.cabrils.cat



LA NOVETAT: PLATS CUINATS EN DIRECTE

La gran novetat d'aquesta edició són les sessions de showcooking, on diversos restauradors faran demostracions en directe de la seva cuina elaborant diversos plats. Enguany també s'ha apostat per usar plats, gots, coberts i tovallons biodegradables, i s'ha dissenyat una copa commemorativa del 30è aniversari de la Mostra que els visitants podran adquirir dins del mateix recinte.

SERVEI DE TRENET GRATUÏT

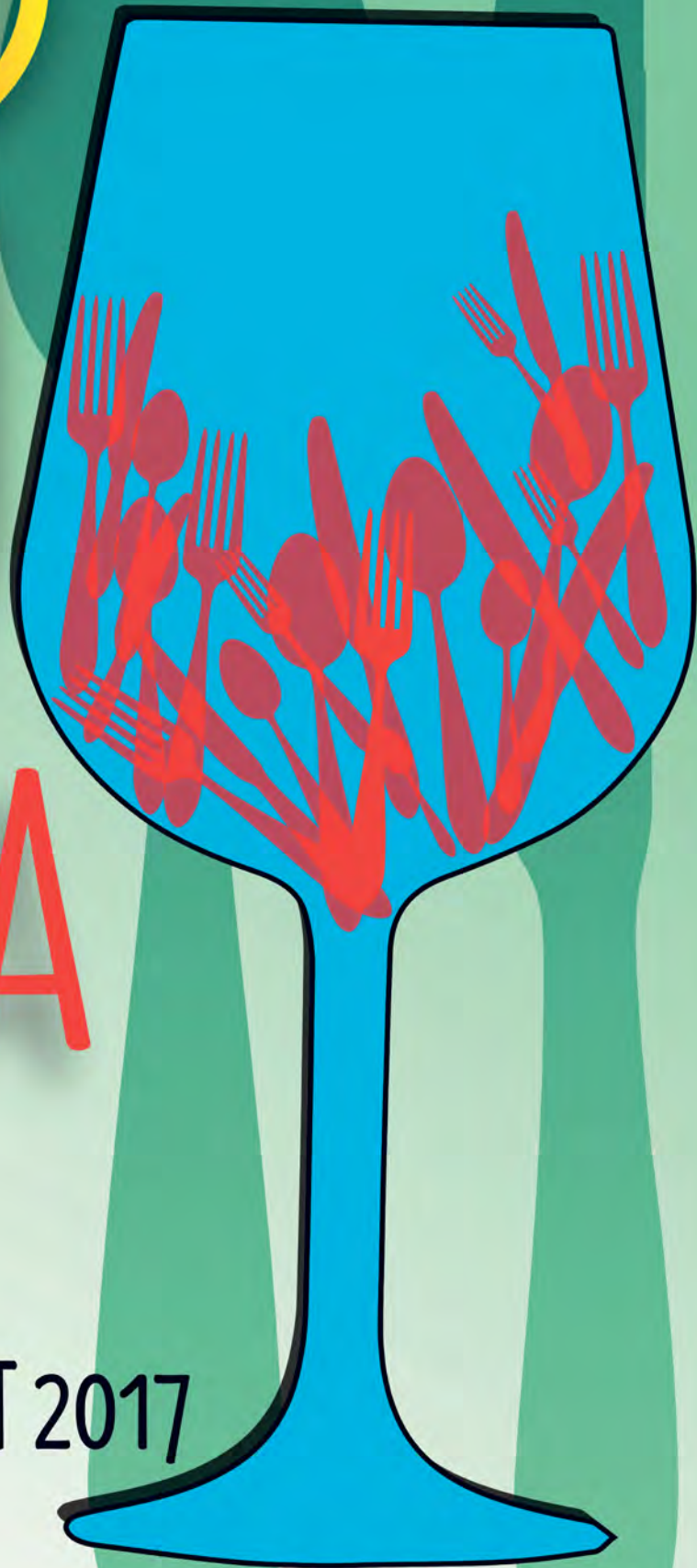
Durant els dies de la Mostra, els assistents disposaran d'un servei gratuït de trenet que funcionarà des de les 7 de la tarda fins a les 3 de la matinada i que servirà per traslladar els assistents des de diversos punts de la vila fins al recinte de la Mostra, amb un recorregut pels diversos estands. D'aquesta manera, es busca facilitar l'accés i evitar que la mobilitat i el transport privat siguin un obstacle.



FESTA MAJOR DE SANTA HELENA

La Mostra se celebra en el marc de la festa major de Santa Helena, on hi haurà diverses activitats programades per a totes les edats: concerts, jocs, tallers, música, ball, correfoc, trobada de col·leccionistes de plaques de cava i molt més.





MOSTRA CABRILS

18, 19, 20 i 21 D'AGOST 2017
A PARTIR DE LES 19:30h

Organitza:



Col·labora:



Diputació
Barcelona



Enoturisme
DO Alella

Patrocina:



HOTEL MAS DE BAIX

UNA MASIA DEL S. XVII
AL NUCLI URBÀ
DE CABRILS

Hotel Mas de Baix és una edificació que data del segle XVII i és una de les poques masies que hi ha en un nucli urbà. Consta de dos cossos, en el principal es troba l'habitatge, i el lateral estava destinat a cavallerisses, graner, i el celler on es trepitjava el raïm.

S'hi ha realitzat dues reformes importants. La primera, el 1870, quan es va ampliar l'edifici destinat a habitatge i es va donar un aire més senyorial a tot el conjunt. La següent reforma va ser l'any 2006, reconvertint tot el conjunt en hotel *boutique*, però conservant tots els elements i la seva essència.

L'edifici principal consta de tres plantes; a la planta baixa hi ha l'entrada, amb una típica "volta catalana" perfectament conservada que també podem veure al menjador i a la cuina. En aquesta planta hi vivien els "masovers", els quals s'ocupaven de la cura de la casa i del cultiu de les terres. És en aquest habitatge on podem trobar la cuina amb el foc a terra original i una pica d'una sola peça de marbre. A la primera planta hi vivien els senyors i s'hi accedeix per una escalinata on es troba gravat l'any de la primera reforma, també es poden veure les bigues originals de fusta. La segona planta, també amb les bigues originals, només al principi es va utilitzar com a habitatge, destinant-se posteriorment a guardamobles. Allà hi ha una gran terrassa des d'on contemplar el mar i les muntanyes que envolten Cabriels.

Els mobles que decoren les habitacions i els salons s'han recuperat i restaurat dels que hi havia originalment a la masia, i altres s'han adquirit en antiquaris de la zona.



Hotel Mas de Baix

Passeig Tolrà, 1
08348 Cabriels
Tel. 93 753 80 84
Fax: 93 753 80 85
www.hotelmasdebaix.com

saló amb llar de foc. També un tiler amb més de 100 anys i altres arbres com plataners, iuques, un avet, moreres i arbres fruiters.

L'Hotel Mas de Baix està catalogada com a monument historicoartístic per la Generalitat de Catalunya i per l'Ajuntament de Cabriels.

A partir de 2007, la masia s'ha convertit en un hotel amb encant, de 4 estrelles, que és una referència a tota la comarca.

QUI SOM

Els primers que introduïm el concepte LOW COST, adaptant-se al mercat actual, als nous comportaments dels clients i a l'ús de les noves tecnologies de comunicació i màrqueting.

Atenent al nostre lema: "QUI VEN GUANYA MÉS I QUI COMPRA PAGA MENYS."

ELS NOSTRES CLIENTS

Estem centrats en tots aquells clients que publiquen els seus anuncis a títol particular i vulguin prescindir de les agències immobiliàries tradicionals.

D'aquesta manera no ha d'ocupar-se de cap tràmit, els nostres clients no han d'assumir cap risc a l'hora de rebre visites o de fer gestions telefòniques.

LA NOSTRA METODOLOGIA

Treballem exclusivament en portals immobiliaris, tant nacionals com internacionals, elaborem els texts descriptius de la propietat, treballem el posicionament i fotografia professional que ens garanteixi una òptima i reeixida presentació de l'habitatge.

Analitzem la seva propietat per tal de poder establir les estratègies que maximitzin el seu valor, obtenint els millors resultats competitius respecte a l'oferta existent.

No treballem amb exclusives i oferim el millor preu del mercat.

ELS NOSTRES SERVEIS

El nostre assessorament és totalment personalitzat, amb un concepte flexible en termes d'estratègia de preus i comercialització.

Estem orientats a la satisfacció del client, amb assessorament en tot el procés de compra, venda o lloguer del seu habitatge, amb unes tarifes que no perjudiquin el benefici pretès pel seu immoble.

■ Valoració objectiva del seu immoble.

LES NOSTRES TARIFES

Els nostres honoraris per venda són de l'1,5% del preu final, sempre que disposem d'el millor preu garantit.

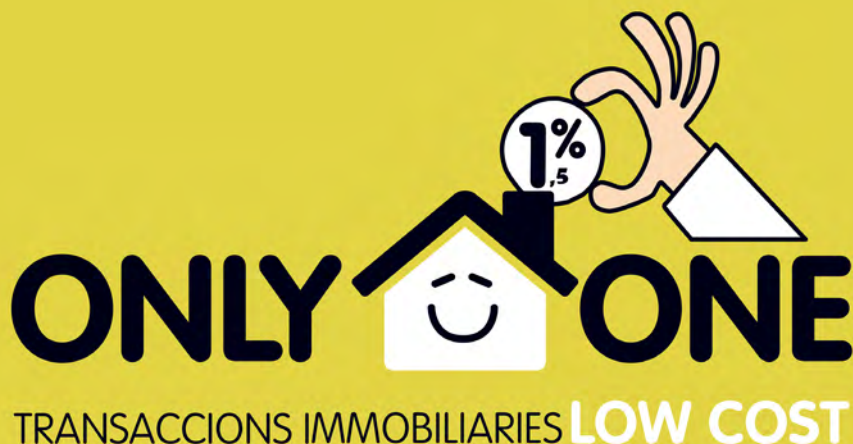
En lloguer una mensualitat.



- Fotografia professional
- Elaboració de texts i exposé
- Publicació a tots els portals d'internet
- Filtre de clients i visites assistides

| 936 386 432 |
| 639 363 533 |

Domènec Carles, 3 · 08348 Cabrils
www.onlyoneinmobiliaria.com
onlyone@onlyoneinmobiliaria.com



La Poble de Lillet, a mig camí entre la natura i la cultura La Vall de Lillet es troba a la part nord-oriental del Berguedà a cavall entre aquesta comarca i el Ripollès.

El Monestir de Santa Maria de Lillet principalment romànic, però amb molts vestigis d'èpoques posteriors, té un claustre auster i elegant. Molt a prop trobem la Rotonda de Sant Miquel, un dels pocs exemples d'església de planta circular a Catalunya. Al centre, a tocar de l'antic casal del Castell, l'Església Parroquial, amb una preciosa i erosionada portalada barroca, custodia una talla romànica de fusta policromada provinent del monestir, el Crist. La perla de la vall són els Jardins Artigas, dissenyats per Antoni Gaudí, és l'únic jardí humit en l'obra del geni. Forma part del recorregut que es pot fer des del recuperat Tren del Cement fins a l'antiga fàbrica de ciment Asland, reconvertida en museu. Al sud, bressolant la població, la



Serralada del Catllarès és i ha estat lloc d'oci per a moltes generacions.

Des de la nombrosa xarxa de camins senyalitzats que ens duen a través de fresques arbredes a cristal·lines fonts i sumptuosos miradors podem descobrir els seus



Ajuntament La Poble de Lillet
Plaça de l'Ajuntament s/n
08696 La Poble de Lillet
93 823 60 11
www.lapobladelillet.cat

HISTÒRIA, GAUDI I NATURA

AGENDA

AGOST

1 al 9 // XXVII OBERT INTERNACIONAL D'ESCACS

Organitza: Club d'Escacs Lillet

3 // SESSIÓ DE SIMULTÀNIES

A càrrec del GM Karen Movsziszian.
A les 10 del vespre al carrer Verger
Organitza: Club d'Escacs Lillet



4 // BARBACOA NOCTURNA

A la piscina. A partir de les 6 de la tarda.
A càrrec de l'obrador gastronòmic Álvaro del Río. Compra anticipada de tiquets a la piscina o al Castell de la Poble de Lillet.
Organitza: Gestors de la piscina

5 // ESPECTACLE DE TITELLES

A l'estació del Tren del Cement.
"Gaudí a la Vall de Lillet"
De 10 del matí a 2 de la tarda.
Organitza: Ajuntament de la Poble de Lillet

5 // IV CONCURS DE PUZLES

A la Llar del Pensionista Lillet. De 11 del matí a 1 del migdia.
Organitza: Club d'Escacs Lillet

5 // GIMCANA

A les 6 de la tarda al parc Xesco Boix. 8 €
Inscripció + sopar. Grups de 5 a 10 persones.
A partir de 14 anys. Inscripcions limitades al mail: bramalillet@gmail.com.
Organitza: Associació La Brama

5 // FESTA DEL BARRI DE LA PLANA

A la plaça de St. Isidre.
BALL amb OSTRES-OSTRES.
Repartiment de coca i cava.
Organitza: Veïns del barri la Plana

6 // XVII PARTIDA VIVENT D'ESCACS

A les 10 del vespre, a la plaça de l'Ajuntament.
Organitza: Club d'Escacs Lillet

12 i 13 // FESTA INFANTIL

A la piscina. De 10 del matí a 7 de la tarda.
Organitza: Gestors de la piscina

12 // FESTA DEL BARRI DE LES COROMINES

A la tarda, jocs per a la quinxalla. SOPAR, a les 8,30 del vespre. A continuació, BALL amb JORDI SOLER.
Organitza: Veïns del barri de les Coromines

13 // PASSEJADES MUSICALS ALS JARDINS ARTIGAS

A partir de les 8 del vespre.
Actuació de NEUS MAR i el seu grup, amb el concert "Havaneres en femení".

14 // PASSEJADES MUSICALS ALS JARDINS ARTIGAS

A partir de les 8 del vespre. Actuació de SUSANNA DEL SAZ, amb el concert "Pais Petit".

Els dos dies hi haurà servei de transport en tren des de l'estació de la Poble Centre fins als jardins i servei de tornada al finalitzar.
Organitza: Ajuntament de la Poble de Lillet

19 // TROBADA D'ACORDIONISTES I FESTIVAL DE FOLK

A les 10 del vespre, al carrer Verger.
Organitza:
Ajuntament de la Poble de Lillet

SEPTEMBRE

1 // ACAMPADA

A la piscina. A les 7 de la tarda.
Organitza:
Gestors de la piscina



3 // BARBACOA I FESTA FINAL

A la piscina. A càrrec de l'obrador gastronòmic Álvaro del Río. Compra anticipada de tiquets a la piscina o al Castell de la Poble de Lillet.
Organitza: Gestors de la piscina

11 // DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

Enlairada de la Senyera al Castell de la Vila, ofrena floral i lectura del manifest davant el monument dels 700 anys.
Organitza: Gestors de la piscina

23 // 27A FIRA DEL BOLET I DEL BOLETAIRE

A la piscina. A les 7 de la tarda.
Organitza: Gestors de la piscina

ALTRES ACTIVITATS

Del 8 de juliol al 30 de setembre EXPOSICIÓ DE MESURES ANTIGUES

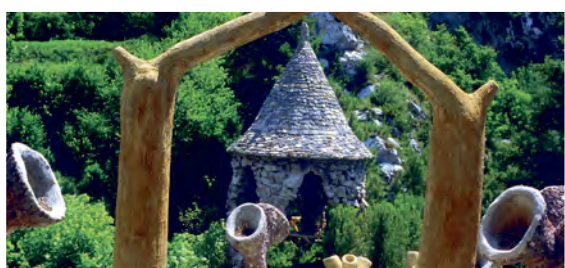
A la Sala d'Exposicions del Centre Cívic. Dissabtes oberts de 10 del matí a 2 de la tarda, i de les 5 de la tarda a les 8 del vespre. Diumenges oberts de 10 del matí a 2 de la tarda.
Organitza: Centre d'Estudis Lillet

LA POBLA DE LILLET

RACONS D'ART I NATURA

més íntims secrets: el Xalet, obra de Gaudí en procés de restauració, i el Santuari de Falgars, llar de la Verge de Falgars, patrona de la vall. La Vall de Lillet acull el visitant oferint-li tot el que atresora: cultura, natura, història, gastronomia, artesanía i tradició...

DESCOBRIU-LA!



PRÒXIMA ESTACIÓ: TREN DEL CIMENT

EL BERGUEDÀ, A TOTA MÀQUINA

PRÒXIMA ESTACIÓ:
PIRINEUS

Tren del Ciment
Ferrocarril Turístic de l'Alt Llobregat

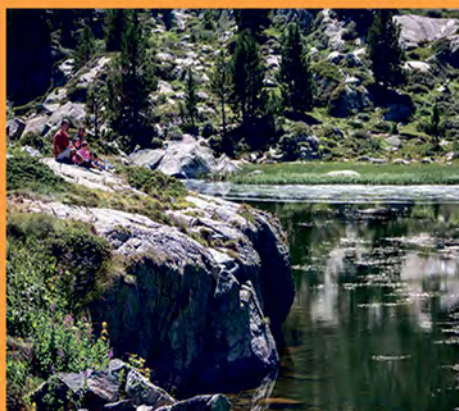
Grup FGC

www.trendelciment.cat

Aquest estiu, puja al Funicamp!

El Funicamp és la porta d'entrada a la riquesa i la història de l'entorn i el paisatge pirinenc.

En només 25 minuts i després de recórrer més de sis quilòmetres resseguint la vall dels Cortals, s'arriba a 2.502 metres d'altitud, on es poden fer moltes activitats.



Visita'ns!



Spartan Weekend Encamp

La Reebok Spartan Race Encamp - Andorra acollirà el Campionat d'Europa!

Els millors esportistes Elites europeus es disputaran la glòria i el títol de campió d'Europa.

Els dies 16 i 17 de setembre, l'espectacle està assegurat!

També tens l'oportunitat de fer la cursa en equip, amb els amics o la família o com a repte personal, sense oblidar als petits de la casa, que poden fer la Júnior Race.



SPARTAN

Més info!



La Vall

La Vall de Boí, formada per un conjunt de valls i serralades, que conformen un entorn de gran varietat de vegetació, espècies autòctones, de rius, d'estanys, així com als nuclis de població conserva l'estructura tradicional dels pobles de muntanya i un conjunt romànic que és el màxim exponent del romànic català. Tot això a més de les tradicions, la gastronomia, i la gran oferta d'activitats per tot tipus de públic, fan de la Vall de Boí una destinació única enmig dels Pirineus.

El Romànic de la Vall de Boí és excepcional per la concentració en un espai reduït d'un nombre tan elevat d'esglésies d'un mateix estil arquitectònic. Aquestes esglésies s'han conservat al llarg del temps gràcies a l'aïllament de la Vall fins ben entrat el segle passat que va fer que no arribessin constructors, artistes, arquitectes ni capellans disposats a reconvertir les obres inicials. Actualment tot el conjunt declarat Patrimoni Mundial per la Unesco, està obert al públic i destaca a l'Església de sant Climent la projecció del videomapping de les pintures originals.



de Boí

ON ELS PIRINEUS TOQUEN EL CEL

L'únic parc nacional de Catalunya i un dels més ben conservats del sud d'Europa, amb cims que superen els 3.000 metres, quasi 300 estanys de formes i colors diversos, rius, barrancs, cascades i molles que ens fan sentir com si fóssim, veritablement, al país de l'aigua. El parc té dos entrades per la Vall de Boí, una pel sector de Cavallers i l'altra pel sector d'Aigüestortes que juntament amb Sant Maurici dona nom al Parc.

El Balneari de Caldes de Boí és al Llibre Guinness dels Records per ser el balneari amb més varietat d'aigües. Té 37 fonts d'ai-



gües mineromedicinales de diverses composicions i temperatures i que poden ser utilitzades amb diferents finalitats terapèutiques.



Oficina de turisme de la Vall de Boí
Passeig de Sant Feliu, 43
25527 Barruera
973 69 40 00
www.vallboi.com

DESCOBERTA DE CALELLA A

Una bona manera de conèixer el litoral del municipi de Palafrugell, és fer el camí de ronda entre la platja del Golfet i Llafranc, seguint les marques blanques i vermelles del GR-92.

Aquest camí s'agafa a la platja del Golfet (Calella de Palafrugell) i ressegueix la costa cap al nord fins arribar a la platja de Llafranc. Al llarg del recorregut d'aproximadament una hora, es troben túnels, escales, una vista espectacular del front marítim de Calella, totes les seves petites cales i les conegudes voltes.

És una passejada recomanada per a tothom.

Un cop s'arriba a Llafranc, el GR-92 continua per carretera (uns 2 km) i amb un important desnivell per arribar al capdamunt de la muntanya de Sant Sebastià on es pot gaudir d'una espectacular vista, un poblat ibèric, una torre de guaita...

És un dels punts més freqüentats i visitats pels forasters.



El Golfet de Calella



TAMARIU



El camí continua prop de penya-segats, entremig de pinedes i importants desnivells que obliguen a qui el vulgui fer a anar ben calçat, portar aigua per si fa calor.

El camí retroba la costa a cala Pedrosa, una petita cala amb còdols situada a uns 40 minuts de la platja de Tamariu. El camí torna a ser més salvatge i representa l'autèntica Costa Brava.

Un cop a la platja de Tamariu, podeu fer un vol pel passeig i gaudir de les terrasses i restaurants.



AJUNTAMENT DE PALAFRUGELL

Carrer Cervantes, 16

17200 Palafrugell

972 613 100

www.palafrugell.cat



El Canadell de Calella



TAMARIU



Tamariu

El camí continua prop de penya-segats, entremig de pinedes i importants desnivells que obliguen a qui el vulgui fer a anar ben calçat, portar aigua per si fa calor.

El camí retroba la costa a cala Pedrosa, una petita cala amb còdols situada a uns 40 minuts de la platja de Tamariu. El camí torna a ser més salvatge i representa l'autèntica Costa Brava.

Un cop a la platja de Tamariu, podeu fer un vol pel passeig i gaudir de les terrasses i restaurants.



AJUNTAMENT DE PALAFRUGELL

Carrer Cervantes, 16

17200 Palafrugell

972 613 100

www.palafrugell.cat



El Canadell de Calella



Tamariu

Des de l'any 2005 Sant Joan de les Abadesses celebra la Festa del Grito, una diada per commemorar la independència de Mèxic. Aquesta activitat s'ha consolidat per als mexicans residents a Catalunya com una de les millors festes pàtries mexicanes dels Països Catalans, en part perquè se celebra a la població natal de Jaume Nunó i Roca, compositor de l'himne nacional Mexicà. La festa també enforteix l'agermanament de la vila amb San Luis Potosí, la població on va néixer Francisco González Bocanegra, autor de la lletra de l'himne.

Aquesta festa, que se celebra el dissabte més proper al 16 de setembre, dia del "Grito de Dolores", fet que va desencadenar la independència de Mèxic, inclou diverses activitats durant tot el dia com ara una fira de productes d'artesanía i alimentació mexicana, conferències, exposicions, tallers infantils, actuacions musicals i balls tradicionals, mariachis i, evidentment, "El Grito de Independencia", que aquest any serà a càrrec de l'Hble. María Carmen Oñate Muñoz Cònsol Titular del Consolat de Mèxic a Barcelona. Enguany, la celebració serà el dia 23 de setembre.



SANT JOAN DE LES ABADESSES

EL GRITO

23 DE SETEMBRE



**Ajuntament de
Sant Joan de les Abadesses**

Plaça Major, 3

Sant Joan de les Abadesses

Tel. 972 720 100

ajuntament@santjoandelesabadesses.cat

www.santjoandelesabadesses.cat



DESCOBERTA LA CASA NATAL VERITABLE DE JAUME NUNÓ

El sanjoaní Marcel Miquel ha descobert que la casa on va néixer Jaume Nunó, el compositor de la música de l'himne mexicà, no és el Palmàs, sinó l'immoble que hi ha a l'actual número 7 del carrer Comamala, que llavors es deia carrer d'en Ceraví. Miquel ha descobert l'error a través d'una imatge de l'Arxiu Blanxart -que forma part alhora de l'Arxiu del Monestir- quan estava coordinant el llibre de fotografies antigues de la

col·lecció L'Abans de l'editorial Efadós. La instantània va ser feta l'any 1906, i la filla del músic la va enviar a la seva germanastra, especificant que aquella és la casa on va néixer el seu pare. La descoberta permet corregir l'error que no se sap ben bé com es va generar. En tot cas, el mateix Miquel té una explicació: el carrer del Palmàs s'anomenava mestre Nonó, però feia referència a un altre músic important que va néixer a la vila, Josep Nonó. L'any 1921 se li va do-

nar aquest nom, però el 1969, en ple auge de l'agermanament entre Sant Joan de les Abadesses i Sant Luis Potosí, es va canviar pel de "calle del maestro Jaime Nunó Roca", havent oblidat el motiu original, i pensant-se que es tractava d'un error. Aquest fet, un cúmul d'errors i coincidències, i que no quedés cap descendent de Nunó per corregir-ho, varen fer que algú assenyalés el Palmàs com la casa on va néixer l'autor de la música de l'himne mexicà.

A 10 km de puigcerdà i a 5 km de Llivia
Cerdanya Francesa a 1.300 m d'alçada

VENDA I LLOGUER
Parcel·les de 240 a 330 m²
2, 3 i 4 habitacions
Totalment equipades
De 55.000 a 175.000€
IVA inclòs, sense despeses de notari

2 Parcs Residencials

LE VEDRIGNANS



EL PASTURAL

Route de Vedrignans. 66800 Saillagouse

Route de Puigmal. 66800 Err

UNA DESTINACIÓ PRIVILEGIADA PERQUÈ PASSEU UNES BONES VACANCES TOT L'ANY

Obert i vigilat tot l'any

EN LLOGUER O EN VENDA

Situat al centre de la Cerdanya francesa i del parc regional dels Pirineus catalans. Prop de Puigcerdà, Font Romeu, Puigmal, Eina, Porté Puymerens, Les Angles, La Molina, Masella. Destinació privilegiada on passar les vostres vacances durant tot l'any.

La tranquil·litat inspira el respecte pel medi ambient. Propera als banys d'aigua calenta de Llo i el parc aquàtic d'Err, us hi esperen extraordinàries passejades per la Vall del Segre i del Puigmal.

Podeu llogar o Comprar xalets equipats per a 4, 6 i 8 persones.

La qualitat dels serveis i el respecte pel medi ambient són els nostres imperatius. A 300 m de les botigues.



LLOGUER DE XALETES EQUIPATS - TARIFES

PREUS DE LLOGUER DE XALETES en Euros (sense consum elèctric)

Setmanes Caps de setmana Nits ----- Tarifes vàlides del 17/09/2016 al 02/12/2017	Temporada Alta			Temporada Mitjana			Temporada Baixa		
	26-12-16 al 02-01-17 04-02-17 al 18-02-17 22-07-17 al 19-08-17			02-12-16 al 11-12-16 17-12-16 al 26-12-16 02-01-17 al 04-02-17 08-04-17 al 17-04-17 08-07-17 al 22-07-17 19-08-17 al 26-08-17			17-09-16 al 02-12-16 11-12-16 al 17-12-16 18-02-17 al 08-04-17 17-04-17 al 08-07-17 26-08-17 al 02-12-17		
Promoció -10% Per a una estada de 3 setmanes	La Setmana	Peus per nit 2 nits minimum		La Setmana	Peus per nit 2 nits minimum		La Setmana	Peus per nit 2 nits minimum	
		Cap setmana la nit	Fora Cap setmana la nit		Cap setmana la nit	Fora Cap setmana la nit		Cap setmana la nit	Fora Cap setmana la nit
Xalets proposat al parc residencial situat al VEDRIGNANS Saillagouse									
Genet 2 Adults + 2 Nens	535 €	105 €	80 €	390 €	75 €	55 €	330 €	65 €	45 €
Lupin 2 Adults + 4 Nens	585 €	115 €	85 €	440 €	85 €	60 €	350 €	70 €	50 €
Lupin Supérieur 4 Adults + 2 Nens	750 €	150 €	105 €	600 €	120 €	90 €	460 €	90 €	70 €
Xalets proposat parc residencial situat al VEDRIGNANS Saillagouse i a ERR									
Gentiane 6 Adults + 2 Nens	915 €	185 €	130 €	770 €	155 €	110 €	580 €	115 €	85 €
Edelweiss 8 persones	990 €	195 €	145 €	845 €	170 €	120 €	650 €	130 €	95 €
Xalets proposat parc residencial situat a ERR									
Jasmin 2 Adults + 3 Nens	620 €	120 €	85 €	450 €	90 €	65 €	390 €	80 €	60 €
Angélique 4 Adults + 3 Nens	808 €	160 €	115 €	660 €	130 €	95 €	550 €	110 €	80 €
Durant les vacances escolars: lloguer de la "setmana" només.									

Suplements a tenir en compte

Electricitat: 0,28 € el kW

Taxa comunal: +18 anys, 0,25 € / dia

Animals: 5 € / dia Animals acceptats 1 gros o 2 petits

Serveis opcional

fitxa rentadora : 5,00 € - fitxa assecadora : 5,00 €

Servei de neteja: 40 € o 50 €

lloguer de llençols / setmana 10 € (segons disponibilitat)

A saber

Inclòs : Pàrquing per a 2 vehicles i consum d'aigua

No inclòs: Llençols (obligatori), tovalloles i productes de neteja

Equipament : cuina equipada, vaixela completa, mantes, sanitaris, TV, terrassa, jardí, barbacoa comunitària en el parc. Connexió Internet Wifi disponible.

Forma de pagament : xecs, efectiu i targetes de crèdit.

Informació vàlida excepte errors d'impremta.



LES ESTACIONS DEL GRUP FGC PROPOSEN UN ESTIU AMB **MOLTES ACTIVITATS NOVES** I EXPERIÈNCIES D'ALTURA A PREUS FAMILIARS

El Grup FGC posa en marxa una nova temporada d'estiu en què els únics protagonistes són els visitants. Amb l'objectiu de brindar una vivència inoblidable, s'ofereixen noves activitats i forfets, millores en les instal·lacions i una nova política de preus, més adaptada a les necessitats dels usuaris.

LA MOLINA, AMPLIACIÓ DEL BIKE PARK I NOVETATS EN ELS FORFETS

A partir de l'1 de juliol, estarà en funcionament cada dia fins a l'11 de setembre, mes en què també s'hi podrà anar els caps de setmana. A l'octubre, a més, es podrà visitar els caps de setmana de l'1, 7-8 i del 12 al 15.

Aquesta temporada La Molina presenta un ampli ventall de novetats, entre les quals destaquen l'aplicació d'una nova política de preus, seguint la línia marcada durant la temporada d'hivern: es fan uniformes les tarifes i les edats dels infants, fins als 16 anys, per adaptar el producte a les noves necessitats dels visitants; s'homogeneïtza la tarifa de 4 hores i s'elimina la de tarda o mig dia; s'ofereixen nous forfets: el forfet de temporada recarregable BikeParkREC, el forfet recarregable BikeParkREC amb dies de lliure elecció de 2, 3, 4 i 5 dies i el forfet activitats "La Molina Non Stop", un nou forfet que inclou: Telecabina La Molina, telecadira Cap de Comella, Bikepark, Tubbing, Zona lúdica i



La zona del llac a la Molina

d'aigües, barques i patinets, vòlei, ponis, frisbee, circuit de fauna, piscina climatitzada, tennis i fitness. Forfet personal i d'utilització lliure durant tot el dia.

Amb tot, aquest estiu el Bike Park, compta amb una nova zona al Cap de Comella, la qual dona més longitud als circuits Moli i Lina (estrenats la temporada passada). En aquest sentit hi haurà un total de 15 circuits amb gairebé 50 quilòmetres de recorreguts, ampliació que el converteixen en el més gran de tota la península ibèrica.

La Molina, a més, ofereix dues activitats noves: el Frisbee (Disc golf), que consta d'un circuit similar al del golf en què els participants (de 2 a 8 persones) recorren una distància i llencen discs a unes cistelles que es van trobant al llarg del recorregut, i el HoverBoard Kart by Altitud Extreme: enginy elèctric semblant als karts amb circuit per a nens i adults.

Aquest estiu els visitants podran gaudir, un any més, de la Zona del Llac: una activitat aquàtica pensada per als mesos de més calor. Aquesta àrea consisteix en una zona d'aigües amb sorra, situada al llac de La Molina. Compta amb tota mena de jocs lúdics i disposa d'una àrea esportiva. A més, durant tot el mes d'agost, hi haurà un inflable, muntat a la zona del llac, al costat de la pista de voleibol, perquè petits i grans gaudeixin al màxim de les ofertes a l'aire lliure.

VALL DE NÚRIA, TOT UNA EXPERIÈNCIA A L'ALTA MUNTANYA

Vall de Núria, a 2.000 m d'altitud, és l'estació d'FGC oberta els 365 dies de l'any. Amb un encant especial, es caracteritza per un ambient tranquil i únic, ja que només s'hi pot accedir amb el Tren del Cremallera, transport que recorre 12,5 quilòmetres i supera un desnivell de més de 1.000 metres.

L'estació destaca especialment pel seu hotel de tres estrelles. Allunyat de l'enrenou de les grans ciutats, es troba en un paratge inigualable, rodejat de cims d'uns 3.000 metres. Les seves 69 habitacions estan equipades amb el màxim confort i qualitat per a tots els visitants.

Aquest estiu presenta novetats que afavoreixen l'experiència dels visitants: compta amb la millora en les infraestructures del Tren del Cremallera (a la via, la catenària i el massís rocós) i la reforma de 14 habitacions de l'Hotel Vall de Núria. Disposa, a més, de racons on relaxar-se, gràcies a l'ampliació de les terrasses i els espais on prendre el sol. Amb tot, també ofereix una nova activitat dins el Parc Lúdic: un mini circuit de bicicletes.

VIATGES D'ALÇADA AMB EL TELECADIRA DE VALLTER 2000

La temporada d'estiu de Vallter 2000 s'allargarà fins a l'11 de setembre, amb l'obertura del Telecadira de 10.00 a 15.00 h. Aquest estiu, com a novetats oferirà als visitants noves propostes gastronòmiques, com els Vermuts d'alçada a 2.000 metres, en



Mirador de les Marmotes a Vallter 2000

què es podrà degustar el millor vermut en un dels punts més alts dels Pirineus a la Cafeteria de les Marmotes. També destaca el producte "Mar i Muntanya", on es pot fer un maridatge entre la carn del Pirineu i els vins de l'Empordà.

En el transcurs d'aquest període, l'estació comptarà amb activitats a l'aire lliure, emmarcades en un paratge incomparable. Entre les principals propostes que s'hi poden fer, destaquen els viatges amb Telecadira, que tenen sortida a la base de l'estació i ofereixen les millors vistes panoràmiques del cercle d'Ull de Ter, les rutes de senderisme familiar per l'entorn de l'estació, la ruta del Ter, que es pot fer a peu o amb bicicleta, l'ascensió amb bici – Vallter port de muntanya (pujada al Port de Muntanya Setcases-Vallter) i les visites guiades per a grups organitzades per l'Associació Alt Ter.

ESPOT I PORT AINÉ, ESCENARIS DE RUTES A PEU I AMB BTT

Port Ainé iniciarà la temporada d'estiu els caps de setmana de juliol i a partir del dia 17 d'aquest mes obrirà tots els dies ininterrompudament fins al 3 de setembre. L'horari serà de 10.00 a 18.00 h.

Aquesta temporada, l'estació de Port Ainé incorpora una nova activitat: la Cronoescalada amb bicicleta de carretera, que compta amb 18,6 quilòmetres de pujada i un desnivell positiu de 1.228 m. Durant aquest estiu es realitzarà a través de l'APP de Port Ainé. Començarà a l'encreuament de la carretera general C13 i arribarà fins a l'Hotel Port Ainé 2000***, l'hotel a més alçada dels Pirineus i que estarà obert tot l'estiu. A l'inici i final s'instal·laran uns cartells informatius on hi haurà un codi QR per descarregar-se l'APP de l'estació. Cada participant enregistrarà el seu temps i haurà un rànquing dels millors temps. Només per completar l'etapa



Vall de Núria

tots els ciclistes obtindran un forfet 2x1 per a la propera temporada, a banda dels premis dels patrocinadors locals, com un casc "Specialized Align" gentilesa d'Esierrri Bikes.

Durant la temporada, els visitants podran accedir al Parc Lúdic i d'Aventura, així com també pujar al Telecadira JET CIM (els dies 5 i 13 d'agost) per arribar al Pic de l'Orri i al mirador del Parc Natural de l'Alt Pirineu. A més, podran recórrer les rutes a peu i amb BTT, amb plànols físics i a través de l'APP de Port Ainé.

Paral·lelament, l'estació d'Espot acollirà l'activitat de Kilòmetre Vertical (KV) de la Vall de Peguera, que surt des del poble d'Espot i arriba fins al refugi Josep Maria Blanc.

Durant aquests mesos, les estacions del Pallars Sobirà proposen novetats outdoor per descobrir l'entorn, tot gaudint al màxim de la natura. Enguany es manté el Centre Trail Running dels Pirineus d'Espot amb el passaport d'avantatges dels allotjaments i s'ofereixen les Rutes amb plànol físic i a través de l'APP d'Espot.



Ferrocarrils de la
Generalitat de Catalunya
Cardenal Sentmenat, 4,
08017 Barcelona.
973 68 02 57
www.trendellsllacs.cat



Camí hidroelèctric
d'Engolasters

FEDACULTURA



Estany d'Engolasters
Escaldes Engordany, Andorra
T.(+376) 73 91 11

www.fedacultura.ad

 FEDACULTURA

 @FEDACULTURA





*país
convidat*
**COMUNITAT
VALENCIANA**

7è FESTIVAL DE MÚSICA ANTIGA DELS PIRINEUS

DE L'1 DE JULIOL AL 27 D'AGOST 2017

FëMAP
Festival de Música Antiga dels Pirineus

LA
INTIMITATMUSEUS PER DESCOBRIR
MUSEÏTZADA

Vitrall. Planta baixa. Casa Alegre de Sagrera. Terrassa. RAMON MANENT



Planta noble. Menjador isabelí s.XIX. Casa Llopis. Sitges. R. MANENT

De ls prop de 70 museus municipals que coordina la Diputació de Barcelona mitjançant la Xarxa de Museus Locals, les cases museu constitueixen una singularitat en què l'interès testimonial s'afegeix al valor patrimonial. Gràcies a aquests espais privats que han esdevingut públics podem conèixer formes de viure i espais íntims que constitueixen tota una lliçó d'història del territori. Us en destaquem cinc exemples que transporten el visitant al període que va del Romanticisme al Modernisme.

A la comarca del Garraf trobem tres magnífics exemples de casa museu: el **Museu Romàntic Can Papiol** i la **Masia d'en Cabanyes** –tots dos a Vilanova i la Geltrú– i el sitgetà **Mu-**

seu Romàntic Can Llopis. A Can Papiol, darrere l'austeritat de la seva façana neoclàssica, s'amaga l'opulència dels seus salons i tota una joia per als bibliòfils: prop de 6.000 llibres publicats entre els segles XVI i XIX. La Masia d'en Cabanyes, de finals del XVIII, evoca arquitectònicament el model italià de vil·la paladiana i, alhora, constitueix un immillorable i vivencial centre d'interpretació del Romanticisme. Per últim, Can Llopis conserva íntegrament l'estructura i la decoració neoclàssiques originals, amb l'afegit de les pintures de Pau Rigalt que decoren la sala noble, a més del contrapunt que aporta la col·lecció de nines de Lola Anglada.

En un àmbit molt més metropolità, al bell mig del parc Can Mercader de Cornellà de Llobregat, s'erigeix el **Museu Palau Mercader**, exponent de la forma de vida privada i cultural del llinatge aristocràtic dels Bell-lloc. D'especial interès és el Saló Àrab, espai social de la família, que va ser traslladat des d'una altra mansió de la nissaga, en aquest cas situat al Passeig de Gràcia barceloní.

I acabem aquest petit recorregut al Vallès Occidental, a la **Casa Alegre de Sagrera de Terrassa**, joia del

Modernisme egarenc amb uns impressionants vitralls que aporten una llum particular als seus salons, pintures i mobiliaris.

Podeu descobrir molts més detalls i propostes de visita d'aquestes cinc cases museu i de molts altres espais museístics de la demarcació al web <http://museuslocals.diba.cat> que conté tota la informació de la Xarxa de Museus Locals de la Diputació de Barcelona.



Centre d'Interpretació del
romanticisme Manuel de Cabanyes
<http://museuslocals.diba.cat/museu/2503263>

Museu Romàntic Can Papiol. Vilanova i la Geltrú
<http://museuslocals.diba.cat/museu/27>

Museu Romàntic Can Llopis. Sitges
<http://museuslocals.diba.cat/museu/387>

Museu Palau Mercader. Cornellà
<http://museuslocals.diba.cat/museu/13>

Casa Alegre de Sagrera. Terrassa
<http://museuslocals.diba.cat/museu/26>

museuslocals.diba.cat



A dalt. Biblioteca. Museu Romàntic Can Papiol. Vilanova i la Geltrú.

A baix. Gran Saló estil Lluís XV. Museu palau Mercader. Cornellà.

R. MANENT

UN REGAL
DE LA
NATURA

Les gorges de la Fou són un congost de la Fou, un affluent del Tec al municipi nord-català d'Arles-sur-Tech. La profunditat, longitud i estretor del pas obert

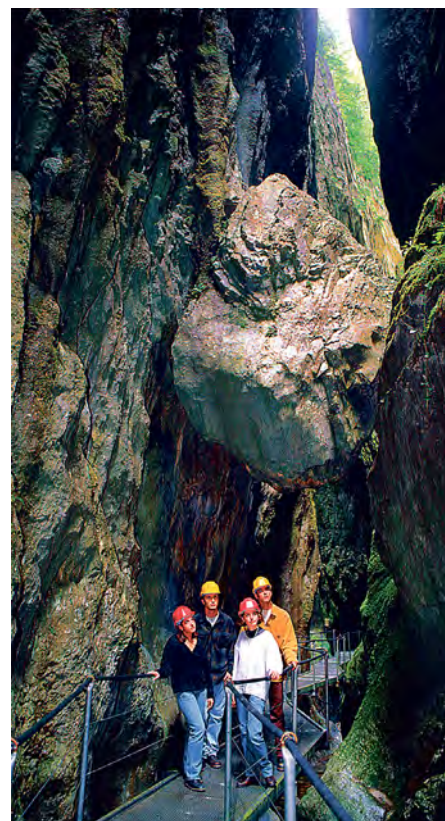
per l'aigua a la roca calcària fa 1,7 quilòmetres de llarg amb una profunditat de 150 metres i una separació que, al fons, sovint no passa del metre. No és gratuït que l'indret hagi estat titllat com 'el congost de les gorges més estretes del món'. Segons la tradició oral, aquest indret ha estat refugi habitual de bruixes i trabucaires i no va ser fins a l'any 1928 que un grup de veïns les va creuar per primera vegada de punta a punta.



Les Gorges de la Fou

Arles-sur-Tech

04 68 39 16 21 - 04 68 39 11 99

www.tourisme-haut-vallespir.com

LES GORGES DE LA FOU

REFUGI de TRABUCAIRES

PUBLICITAT

*Un cas geològic
únic i sorprenent!*

Les Gorges de la Fou

OBERT CADA DIA
de març a novembre de 10h a 18h (darrera visita)
juliol i agost de 9:30h a 18:30h (darrera visita)

**4 aparcaments, refrescs, restauració,
productes locals, souvenirs, gossera...**

*Les més
estretes
del món!*

Gorges de la Fou · O.T. Arles/Tech
 04.68.39.16.21 · 04.68.39.11.99 · www.tourisme-haut-vallespir.com

Teniu vacances...
...tenim idees !



Els **Pireneus catalans**
Francès

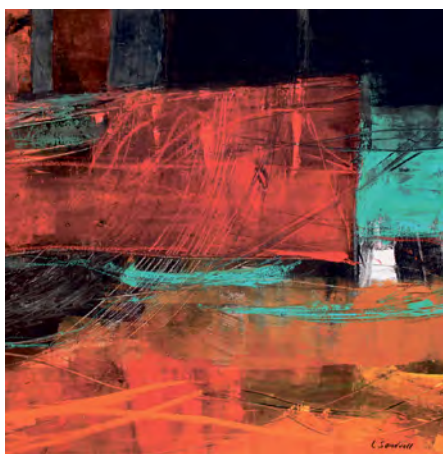
Artbaho'17 sorgeix de nou com l'estrena del panorama expositiu de l'Espai 120 de L'Hospitalet de Llobregat, arribant a la sisena edició i convertint-se en una de les convocatòries imprescindibles de la finestra artística nacional i internacional mostrant a l'espectador una relació important d'artistes amb diferents tècniques, tendències i moviments avantguardistes.



Barcelona fountains de Janice Alamanou

ESPACIO 120

VI ARTBA



Lugar de encuentro II, Lisbeth Sandvall



L'art modern actual es troba definit per la bellesa, les qualitats estètiques de l'obra, per l'harmonia del color i la composició mateixa. Tot unit al fet que gaudeix de total llibertat, caracteritzant-se per sobre de la resta de la seva pluralitat.



Espacio 120
Carretera del Mig, 120
08907 Hospitalet de Llobregat
932 615 999
www.espacio120.com

BARCELONA
L'HOSPITALET
Internacional de Arte Contemporáneo
6ª Edición

del 23 al 27 de septiembre

Inauguración 23 de septiembre a las 19:30 h

ESPACIO 120

Carretera del Mig, 120 / 08907 L'HOSPITALET (Barcelona)
T. +0034 93 2615999 / contacto@espacio120.com / www.espacio120.com



Francisco Fernández Sarasola

HO

En aquesta sisena edició d'Artbaho, Internacional d'Art Contemporani, també sobresurt per l'element de l'art en multiplicitat. 2.500 m2 de superfície que s'exposa en àmbits oberts i diàfans, proliferant els llenguatges expressius i l'ús de tot tipus de materials per a la creació artística. Aquesta diversitat la veiem impulsada per les diferents innovacions dins del món de l'art reunint així grups d'obres que guarden relació quant a la tècnica, l'expressivitat, als elements i a la significació. Amb tota aquesta barreja de colors tècnics, trobem que una mateixa obra pot pertànyer a diferents tendències. Un eclecticisme com a sinònim del segle vint-i-u.

Del 23 al 27 de setembre es donaran cita més de cent artistes de diferents racons del món, en un dels epicentres culturals i artístics del moment. Un espai, el 120, que albergarà obres de diferents formats, sobresortint la pintura, però acollint també l'objecte tridimensional o la instal·lació, transportant a l'espectador cap al valor actual de l'art modern: la novetat. En Artbaho la proclamació del nou és continua, amb una exploració ràpida sobre el nou i també del transgressiu, reptant les normes artístiques convencionals en cada obra exposada.



Jennifer Hart

Un concepte expositiu que concep l'acostament a l'art, la reflexió artística, la transformació, la visibilitat, arribant al punt final que no és un altre que l'emoció. L'art permet expressar qüestions complexes i subtils d'una manera diferent de la del llenguatge escrit i parlat. L'art inspira i emociona.

L'Hospitalet de Llobregat, segona ciutat de Catalunya en població, s'ha transformat en un dels grans epicentres culturals, convertint-se en una mena de Brooklyn local. El que abans eren fàbriques i naus industrials, ara s'ha convertit en factories de creació cultural. Dissenyadors, artistes de tot tipus, creadors audiovisuals o músics, es donen cita en aquest districte de vint-i-cinc hectàrees, delimitat per l'Avinguda Carrilet, l'Avinguda Fabregada i la Travessia Industrial, quedant just al centre d'aquest triangle, la Carretera del Mig, lloc de l'Espai 120. En definitiva, un espai físic obert, seguint el model del 'Meatpacking District' de Manhattan.

Els nens, sobretot els més petits, necessiten cures especials a l'estiu. El sol i la calor que ens acompanyen i ens acompanyaran els propers mesos poden provocar cremades, cops de calor i deshidratació. A més, no hem d'oblidar les mesures de seguretat en els cotxes, usant sempre els sistemes de retenció adequats a l'edat i pes del nen.

CURES DEL NADÓ A L'ESTIU

EL SOL

Una exposició solar excessiva pot causar, a més d'envermelliment i cremades, envelliment cutani precoç, aparició de cataractes oculars, aparició de lesions pigmentàries, immunosupressió i, el més preocupant, càncer de pell.

Les radiacions ultraviolades (UV) solars, són les principals responsables dels efectes nocius del sol sobre la pell, que a més són acumulatius i irreversibles. Dins de les radiacions UV estan les UVA, causants sobretot del fotoenvelliment i la immunosupressió; les UVB que són les que causen l'eritema i les cremades; i les UVC, que són filtrades per la capa d'ozó, i serien molt tòxiques per als éssers vius.

Els nens són molt sensibles als efectes nocius del sol. Els nounats, per les característiques de la seva pell, són encara més sensibles a les radiacions solars i la calor. A més, les cremades cutànies abans dels 20 anys d'edat són un factor de risc fonamental per desenvolupar càncer cutani posteriorment.

MESURES DE FOTOPROTECCIÓ

1- Evitar o disminuir el temps d'exposició, sobretot en les hores centrals del dia a l'estiu (12-17h).

2- Usar roba, gorres (millor d'ala) i ulleres solars. La seda, la llana, el niló

i el polièster, tenen major FPU que el cotó, la viscosa o el lli.

3- Fer servir fotoprotectors.

QUÈ PASSA AMB LA VITAMINA D?

En la síntesi de vitamina D, la pell té un paper primordial, i es necessita, a més d'una dieta equilibrada, una exposició solar suficient, amb 10-15 minuts al dia a l'estiu és suficient.

CALOR I HIDRATACIÓ

Els nens i els nadons, senten la calor igual que els adults, pot causar des d'una banal erupció anomenada sudamina, a perillosos cops de calor.

La sudamina consistent en petits granets vermells o blanquinosos al davant, cara coll, pit o esquena, que apareix per l'obstrucció de glàndules sudorípares en els nadons. Per evitar-la s'ha d'intentar no abrigar en excés, posar roba poc ajustada i dur a terme una bona higiene, amb bany diari i hidratació amb oli/crema hidratant.

Un cop de calor és una urgència mèdica, ja que pot ocasionar la mort en minuts. Es produeix per una elevació de la temperatura corporal, per excés d'exercici físic o bé, per les altes temperatures.

ALIMENTACIÓ

Amb la calor, pot ser que els nadons, igual que els adults, tinguin menys gana i mengin una mica menys del que mengen habitualment. És normal i no cal forçar-los a que mengin més del que volen. El que no s'ha d'oblidar és que l'alimentació sigui variada i equilibrada. Pot menjar més vegades al dia menys quantitat, i sobretot, cal mantenir-lo ben hidratat.

Cal prestar especial atenció a la conservació i manteniment de la cadena del fred dels aliments, així com extremar la higiene en la manipulació i preparació. Per als que prenen llet de fórmula, és millor no portar preparats els biberons, ja que amb la calor, la llet tendeix a fer-se malbé abans.

SEGURETAT A LA PISCINA I LA PLATJA

Tant si anem a la platja com a la piscina cal posar-los-hi els maneguts o el sistema de seguretat (homologat) que vulguem usar i comprovar que estigui en bones condicions. I sobretot, no deixar de vigilar-los ni dins ni fora de l'aigua. En piscines particulars es recomana posar dispositius que impedeixin que els més petits s'acostin a l'aigua. També és una bona mesura treure joguines cridaneres de l'aigua i separar-les de les vores per a evitar que els nadons s'acostin a agafar-les.

Que els nens aprenguin a nedar des de petits és molt important, però que sàpiguen nedar no ha de fer que ens relaxem, ja que es poden cansar o creure que poden fer coses que no poden.

SEGURETAT A L'AUTOMÒBIL

A l'estiu també augmenten els desplaçaments en cotxe. Els nens fins a 1 any o 10 kg de pes han d'anar en cadiretes homologades en sentit contrari a la marxa i en els seients del darrere (com tots els menors d'edat que facin menys de 135 cm). Si s'ha de posar la cadireta al seient del copilot cal recordar desconnectar l'airbag d'aquest costat.

Estàs pendent d'una intervenció quirúrgica?

A Clínica Diagonal te la pots fer

Cataractes, Colecistectomia, Galindons, Túnel Carpià,
Hemorroidectomia, Pròstata,
Hèrnia i d'altres



Consulta les ofertes del nostre web o trucan's:

www.clinicadiagonal.com

T. 93 205 32 13

FESTA DE L'ESTANY DE PUIGCERDÀ

131 ANYS DE MÀGIA I TRADICIÓ

Ara fa 131 anys, els primers estiuejants arribats a Puigcerdà i que s'establiren majoritàriament a l'entorn de l'estany de Puigcerdà, van idear una "festa nocturna a la veneciana", que amb el temps derivaria en la Festa de l'Estany actual. Aquesta celebració, que enguany tindrà lloc del 21 al 27 d'agost, marca el punt àlgid de l'estiu a Puigcerdà.

Es tracta d'una festa molt tradicional, llegendària, màgica, a l'entorn de la Vella de l'Estany, una velleta nonagenària, vestida amb gipó i caputxó i que cada any acudeix puntualment a la seva festa. Una llegenda explica que la Vella de l'Estany "ve, recorre el seu poblet, analitza els avenços del veïnat, omple el seu cor d'alegria i, després de compartir un jorn de joia entre els seus vilatans, discretament, per entre les branques d'un saüc plo-raner, inicia en un vaixell el seu viatge de tornada a la mansió palatina que una fantasia va saber construir-li sota les aigües, on l'esperen aquelles fades que un dia remot van arribar des del llac de Lanós".

Sia com sia, la Festa de l'Estany ha esdevingut una setmana de celebracions, un punt de trobada entre els puigcerdanencs i els turistes que passen les vacances a la capital cerdana i que s'apleguen al voltant d'aquest marc incomparable de l'estany i el parc Schierbeck, per gaudir d'aquesta festa que manté un cert aire d'encanteri i desperta il·lusions i somriures. Durant l'agost, a Puigcerdà també podeu gaudir de nombrosos festivals (el de Cinema, el Festival Transfronter Puigcerdà Bourg-Madame, el Festival de Música de Cerdanya o el



Puigcerdà Music Festival), diverses competicions esportives (la Cursa d'Age, la Dream Runners, la travessa de l'Estany...), activitats lúdiques i culturals, les sardanes d'estiu, celebracions per als infants i joves, les festes dels diferents pobles del municipi, fires i mercats, etc. A l'estiu és molt difícil avorir-se a Puigcerdà i hi ha propostes per a tots els gustos. A tot això cal sumar-hi els encants de tot l'any: l'oferta comercial, gastronòmica, d'allotjaments i de serveis, la natura i el paisatge, la pràctica esportiva o la descoberta del patrimoni.



Oficina de Turisme de Puigcerdà

Plaça Santa Maria

972 88 05 42

www.puigcerda.cat · turisme@puigcerda.cat

Facebook: Turisme Puigcerdà

Instagram: [turismedepuigcerda](https://www.instagram.com/turismedepuigcerda) · Twitter: [@puigcerdatur](https://twitter.com/puigcerdatur)

DILLUNS 21 D'AGOST

22.00 h Concert **Amadeus Chamber Orquestra de Polònia**. Església de Sant Domènec.

DIMARTS 22 D'AGOST

19.00 h Concert amb l'orquestra **Selvatana**. Plaça Santa Maria.
22.00 h Sardanes amb la cobla **Selvatana**. Plaça dels Herois.

DIMECRES 23 D'AGOST

23.00 h Concert de la **Vella Dixieland**. Plaça Cabrinetty.

DIJOUS 24 D'AGOST

20.30 h Inauguració de l'exposició de fotografia "**Josep Bosom, escolapi i fotògraf**". Arxiu Comarcal de la Cerdanya.
23.00 h Concert amb **Txarango**. Plaça Santa Maria i Herois.

DIVENDRES 25 D'AGOST

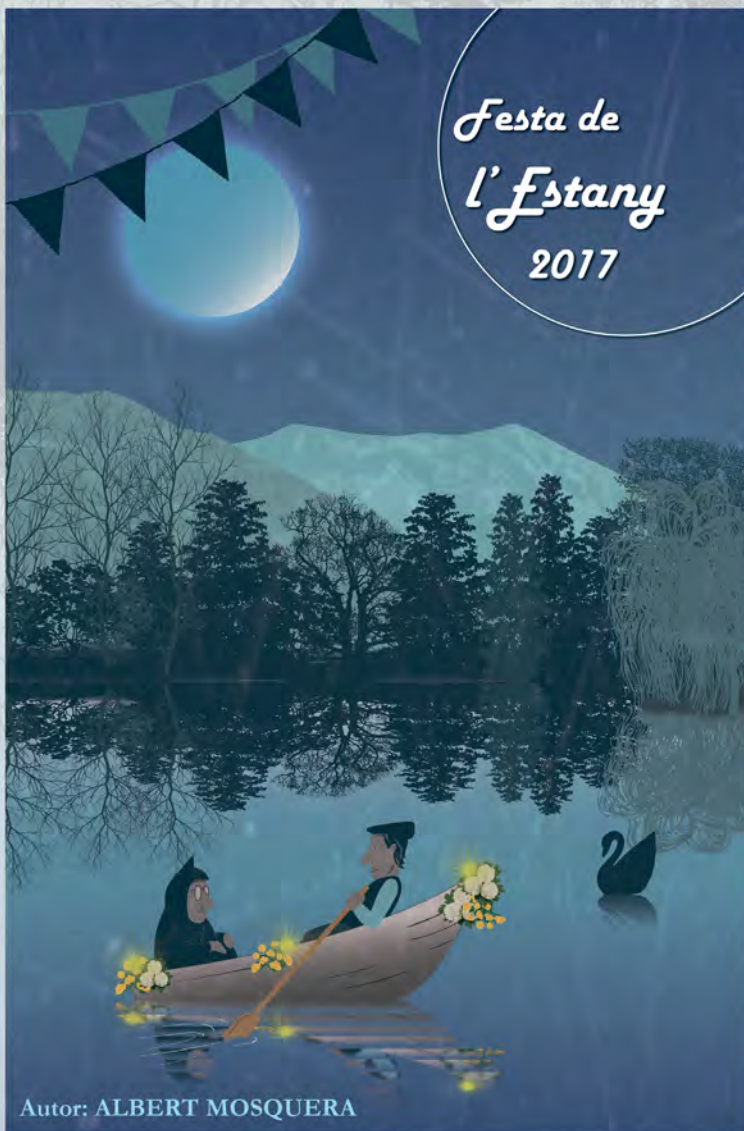
19.00 h El Pot Petit amb l'espectacle **Rialles**. Animació Infantil. Plaça Cabrinetty.
21.45 h Actuació del cantant **Gabriel Gorce**, artista local. Plaça Santa Maria.
23.00 h Concert amb **Ramon Mirabet**. Plaça Santa Maria i Herois. A continuació Optimum i Pam Tumaka't, grups de la Vila.



Diputació de Girona



Comissió de Festes



Autor: ALBERT MOSQUERA

DISSABTE 26 D'AGOST

De 10 a 14 i de 15.30 h a 18.30 h Parc Infantil. Plaça Santa Maria i Herois

11.00 h Cercavila dels Gegants i grallers de Puigcerdà pel centre de la vila.

11.30 h Travessa nedant de l'Estany de Puigcerdà, per a nedadors amb llicència federativa. Inscripcions al Poliesportiu 48 h abans. Categories: absoluta, màsters i veterans.

12.00 h Travessa nedant de l'Estany de Puigcerdà, oberta a tothom sense llicència federativa.

12.30 h XXV Festa de l'escuma. Plaça Cabrinetty. Imprescindible portar el banyador!

17.00 h Tabalada d'anunci del correfoc, on es repassa el recorregut nocturn. Sortida des de Plaça de l'Ajuntament.

18.00 h Cercavila amb els gegants Vells de Puigcerdà. Sortida desde la Plaça de l'Ajuntament.

19.00 h Zumba Súper Master Class. Plaça Santa Maria.

21.15 h Retrobament amb la Vella de l'Estany. La Princesa de les Aigües i el Príncep dels Aires sortiran de la plaça Barcelona i es dirigiran al llac per rebre-la amb tots els honors. Acompanyats recorreran els carrers de la Vila fins a la plaça Cabrinetty, on els Amics de la Sardana ballaran una sardana en honor de tan esperada visita.

23.00 h Correfocs pels carrers de la Vila amb la Colla de Dimonis i Timbalers de Puigcerdà. Sortida des de la plaça de l'Ajuntament.

23.45 h Festa Saturday Night! Los 80 Principales i a continuació, nit de marxa fins la matinada amb Karaoke's Band. Plaça Cabrinetty.

DIUMENGE 27 D'AGOST

10.00 h Al Pont Internacional de Bourg-Madame, trobada d'autoritats amb acompanyament de l'Orchestral Harmonie Fanfàrria d'Osseja.

10.30 h Inici de la desfilada de carrosses acompanyada dels Gegants i Grallers de Puigcerdà, Gegants Vells de Puigcerdà, Vilallobent, Queixans, Grallers de Bellver, Orchestral Harmonie Fanfàrria d'Osseja i Brincadeira. Finalitzarà a la plaça Santa Maria, on tindrà lloc la salutació de la Vella de l'Estany i el lliurament de premis.

18.00 h Concert de tarda amb l'orquestra Swing Latino Plaça Santa Maria.

20.45 h Majestuosa desfilada de carrosses nocturna. Presidida per la Vella de l'Estany acompanyada per Orchestral Harmonie Fanfàrria d'Osseja i Brincadeira. Inici des del Coronel Molera.

23.00 h Majestuó Castell de Focs d'Artifici al llac, per acomiadar la Vella de l'Estany.

A continuació, gran sarau de fi de festa amb l'Orquestra Swing Latino a la plaça Santa Maria. S'atorgarà el premi a les dues carrosses més ben il·luminades durant el ball.

17/18/
19/20
AGOST
2017



The XOP! FEST! LLÍVIA-CERDANYA

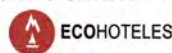
PAVELLÓ DE LLÍVIA de 12 a 24h

SHOPPING / PASSAREL·LA MODA / MUSIC /
CINE / FOOD&DRINKS / INFANTILS / I MOLT MÉS!



Ajuntament
de Llívia

Patrocina:



Col·labora:

