

  
petit futé  
HORS-SÉRIE

6,90€

# CATALOGNE

UNE DESTINATION  
D'EXCEPTION



LES MEILLEURES DESTINATIONS  
DE CHAQUE PROVINCE

COSTA BRAVA - PYRÉNÉES DE GÉRONE  
TERRES DE LLEIDA - PYRÉNÉES  
COSTA DAURADA - BARCELONE  
COSTA BARCELONA - PAYSAGES BARCELONA

L 16785 - 1 H - F. 6,90 € - RD





## 5 RAISONS DE CHOISIR LA SELVA

LA SELVA, JOYAU CATALAN, SE DÉVOILE EN 26 COMMUNES DE CARACTÈRE ET AUX CONTRASTES SAISSANTS. ENTRE LA MER MÉDITERRANÉE, LES VILLAGES PITTORESQUES DE L'INTÉRIEUR, LES MAJESTUEUSES MONTAGNES ET LES FESTIVITÉS ANIMÉES, CHAQUE COIN DE CELLE QUE L'ON APPELLE LA COMARQUE DE L'EAU RÉVÈLE UNE HISTOIRE, UNE TRADITION, UN PAYSAGE QUI NE LAISSERONT PERSONNE INDIFFÉRENT. LA CATALOGNE TOUT ENTIÈRE S'ANIME ICI !



© AL CALDES M

### L'EAU

Appelée «La région de l'eau», La Selva saura vous séduire par la présence de la Costa Brava, le grand nombre de sources d'eau minérale, de rivières et de sources thermales. Ici, l'eau qui se manifeste sous de multiples formes a lentement façonné ce beau paysage contrasté. Tout un ensemble de plages et de criques plus attrayantes les unes que les autres vous attend pour vous prélasser ou pratiquer des activités nautiques. Côté eau douce, des stations thermales telles que Santa Coloma de Farners, Caldes de Malavella et Sant Hilari Sacalm sont idéales pour prendre soin de soi et se ressourcer dans les spas.



© MUS

### FORÊTS, NATURE ET JARDINS BOTANQUES ET HISTORIQUES

Idéale pour les amoureux de la nature, La Selva présente un aspect méconnu de la Costa Brava. L'abondance de l'eau y a favorisé la présence de prairies, de forêts, de paysages verdoyants où coulent des sources et des rivières, et un relief fait de vallons et de falaises surplombant la Méditerranée. Elle ne compte pas moins de 500 sources réparties dans toute la région, 2 parcs naturels (Montseny et Sierra del Montnegre y Corredor), 11 zones d'intérêt naturel (PEIN) et 3 jardins botaniques et historiques dans lesquels de nombreuses espèces végétales ont été rigoureusement classifiées et réunies en collections.



© COMARQUE

### UNE «COMARCA» (RÉGION) DE ROUTES-SENTIERS

Venez découvrir et connaître les magnifiques sites naturels et le riche patrimoine culturel qui composent la région de La Selva, tout simplement en marchant ou en pédalant. La région de La Selva est réputée pour son vaste réseau d'itinéraires de randonnées pédestres, cyclables et de VTT. Avec plus de 900 km d'itinéraires, et ses circuits courts, longs en boucle, il y en a vraiment pour tous les goûts et tous les niveaux. Entre le réseau des « Grands Sentiers de l'Eau », les « Sentiers Locaux », le « Centre VTT La Selva » et le Réseau Cyclotourisme Selva, La Selva vous dévoilera des endroits enchanteurs.



## PATRIMOINE CULTUREL

Saviez-vous que dans la région, il y avait 15 châteaux et forteresses ? Principalement construits entre les IX<sup>e</sup> et XI<sup>e</sup> siècles, de l'incontournable château de Montsoriu au modeste Farners, tous offrent des vues imprenables. Les villes fortifiées sont aussi superbes, sans oublier tous les villages avec un patrimoine moderniste d'exception et les fabuleux ensembles architectoniques d'intérêt. Bref, entre châteaux, monastères, chapelles, gisements archéologiques, architecture moderniste, thermes romains, le riche patrimoine de la région nous fait voyager dans le temps.



## SERVICES TOURISTIQUES

La région de La Selva dispose d'une offre importante de services touristiques afin de rendre votre séjour le plus agréable possible, quels que soient votre budget et le confort souhaité. En quelques chiffres, vous trouverez : plus de 250 établissements hôteliers de différents standards, plus de 25 maisons rurales situées dans un environnement privilégié, plus de 700 restaurants de cuisine authentique, 125 agences de voyages et 14 points d'information et offices de tourisme. Avez-vous besoin de plus de raisons pour venir à La Selva ? Profitez d'une escapade dans La Selva et faites-en une expérience inoubliable !

## ASSOCIACIÓ DE TURISME LA SELVA, COMARCA DE L'AIGUA

Pg. Sant Salvador, 25-27  
17430 Santa Coloma de Farners

→ [www.laselvaturisme.com](http://www.laselvaturisme.com)

L'association touristique de La Selva, région de l'eau est l'Association de tourisme de La Selva, elle est née dans le but de promouvoir le tourisme dans la région sous sa propre marque. Depuis sa création, l'association s'est engagée dans la durabilité et le développement de son offre dans le respect de l'environnement naturel et culturel. Si vous cherchez des informations spécifiques, leur site officiel regorge de différentes rubriques fort intéressantes.

WWW.LASELVATURISME.COM

# DÉCOUVREZ-NOUS









# PRENDRE LE TEMPS DANS LA VILLE THERMALE CALDES DE MALAVELLA

NICHÉ ENTRE LA COSTA BRAVA, LE MASSIF DE L'ARDENYA ET LA CHAÎNE DES GUILLERIES, CALDES DE MALAVELLA PRÉSENTE UN INTÉRÊT TOURISTIQUE NON SEULEMENT POUR SES THERMES ET SES EAUX, DONT LES BIENFAITS NE SONT PLUS À PROUVER, MAIS AUSSI POUR LE NOMBRE DE MAISONS MODERNISTES QUI JONCHENT SES RUES. IOI ON MARCHE DANS L'HISTOIRE, QUE CE SOIT DANS LES PAS DES ROMAINS EN VISITANT SES THERMES, OU DANS LES PAS DU MOYEN ÂGE DEPUIS LES MURAILLES DE SON ANCIEN CHÂTEAU, OU SON ÉGLISE ROMANE OÙ ON PEUT Y REMARQUER LES ABSIDES DU XI<sup>e</sup> SIÈCLE. LE VILLAGE EST ÉGALEMENT UN TERRAIN DE JEU EXCEPTIONNEL POUR LES AMATEURS DE SPORT, GOLFEURS, RANDONNEURS OU CYCLISTES.

© DAVID RIBERA VISUALS / AUMONIER DE CALDES DE MALAVELLA



## LE TEMPS D'APPRENDRE MUSÉE ESPAI AQUEAE

C'est au cœur du village que vous trouverez ce centre combinant depuis 2020 recherche, enseignement et interprétation du patrimoine naturel et culturel de Caldes de Malavella. Six espaces d'exposition (Terre de volcans, Des eaux exceptionnelles, L'atelier du paléontologue et le site Camp dels Ninots, Aquae Calidae, municipalité romaine, L'utilisation humaine de l'eau, L'industrie de l'eau) vous feront découvrir de manière pédagogique et interactive la source de ses eaux thermales. Une excellente entrée en matière avant de vous rendre aux thermes romains.

© DAVID RIBERA VISUALS / AUMONIER DE CALDES DE MALAVELLA



## LE TEMPS DE SE DÉTENDRE THERMES ROMAINS ET LES VESTIGES D'AQUAE CALIDAE

Plongez à l'époque romaine en visitant les vestiges de ces thermes, qui vous bluffent par leur état de conservation. Partie intégrante de l'espace thermal de Sant Grau, construit aux alentours de 50 après J.-C. au-dessus d'un ancien spa des I<sup>er</sup> et II<sup>e</sup> siècles avant J.-C., ces thermes s'accompagnent de jardins surplombés de deux dômes d'inspiration moderniste. Ouvert au public, le site se visite gratuitement de 9h à 21h. Toute la zone est documentée par des panneaux explicatifs, qui vous en apprendront davantage sur ce Monument Historique d'Intérêt National.

© JORDI MAS / AUMONIER DE CALDES DE MALAVELLA



## LE TEMPS D'EXPLORER BÂTIMENTS MODERNISTES ET NOUOENTISTES

Le riche patrimoine thermal que s'est forgé au fil du temps le village de Caldes de Malavella a conquis une certaine bourgeoisie, qui a rapidement choisi ce lieu de villégiature pour poser ses bagages. C'est ainsi que le paysage urbain s'est transformé, prenant des accents modernistes et noucentistes (mouvement culturel et politique du début du XX<sup>e</sup> siècle). Les contours du village se sont ainsi parés de tours géométriques, de façades colorées, de luxueuses et imposantes villas. Ouvrez bien les yeux car les curiosités architecturales sont dans chaque recoin.



## LE TEMPS DE RESPIRER

### FORÊT DE OAN FORNAÇA

Venez prendre un bain de forêt dans cet espace naturel sauvage couvert de chênes centenaires. On dit qu'ils sont guérisseurs, à vous d'en juger en participant à des visites guidées thérapeutiques, accessibles à tous et qui s'accompagnent d'aménagements et mobiliers spécifiques. Une sortie qui se complète parfaitement à celle des thermes pour des vacances ressourçantes et à celle du site paléontologique du Camp dels Ninots, situé juste à proximité. Pins, lièges et autres arbres remarquables composent également cette forêt mixte de type méditerranéenne.



## LE TEMPS DE SWINGER

### GOLF CAMIRAL

C'est dans une carte postale grandeur nature que vous travaillerez votre swing. Destinés aux débutants comme aux professionnels malgré la longueur et le dénivelé du terrain, ces deux parcours de 18 trous vous offriront une oasis de détente tout en vous permettant de vous entraîner avec une technologie de pointe (suivi de la balle et analyse du swing). Les équipements et services de grand standing vous feront vivre une expérience globale hors du commun. Le site est l'un des plus importants d'Europe et un redoutable candidat à l'accueil de la Ryder Cup 2031.



## OFFICE DE TOURISME CALDES DE MALAVELLA

Plaça d'U d'Octubre de 2017, s/n  
17455 Caldes de Malavella  
© 972 48 01 03

Ouvert du lundi au dimanche de 10h à 14h  
→ [www.visitcaldes.cat](http://www.visitcaldes.cat)  
→ [www.caldesdemalavella.cat](http://www.caldesdemalavella.cat)

## Ça sort de l'intérieur

### Caldes de Malavella

[www.visitcaldes.cat](http://www.visitcaldes.cat)

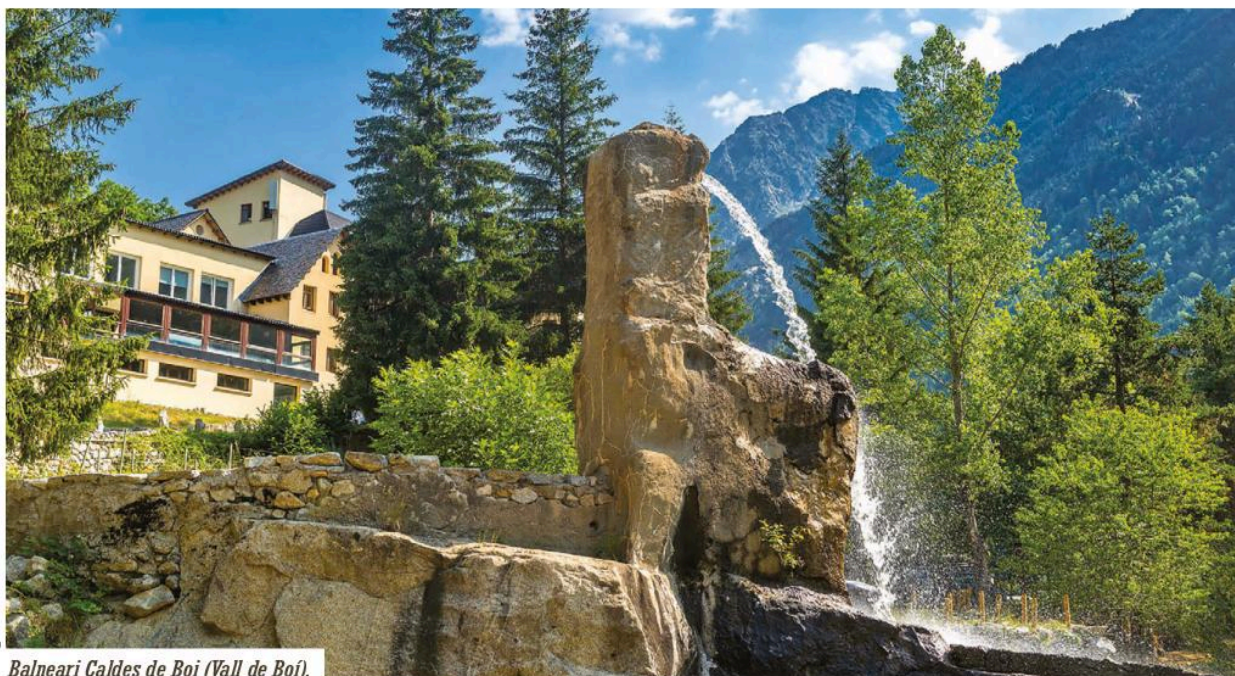
[turisme@caldesdemalavella.cat](mailto:turisme@caldesdemalavella.cat)

T. 972 480 103    



# THERMALISME EN CATALOGNE

DES SOURCES THERMALES POUR FAIRE CONNAISSANCE AVEC UN TERRITOIRE MULTIPLE



Balneari Caldes de Boi (Vall de Boi).

© OSCAR RODRIG

Pour qui ne la connaît pas bien, la Catalogne est souvent réduite à ses points d'attractions touristiques les plus évidents, à savoir les stations balnéaires de la Costa Brava et la métropole de Barcelone, capitale de la Communauté autonome. Pourtant, ce serait bien mal rendre honneur à ce vaste et riche territoire que de le résumer à ses plages dorées et à son climat, à la Sagrada Família et aux Rambles de la ville de Gaudí !

Composée de quatre provinces – Lleida, Gérone, Barcelone et Tarragone – aux chefs-lieux éponymes, cette région du nord-est de la Péninsule Ibérique est bordée au nord par sa frontière naturelle avec la France (le massif des Pyrénées), à l'est par la Méditerranée, au sud par la Communauté Valencienne et à l'ouest par celle d'Aragon. Territoire à l'histoire

## L'EAU THERMALE EST NOTRE GUIDE : ELLE NOUS EMMÈNE À LA RENCONTRE D'UNE CATALOGNE RURALE ET AUTHENTIQUE

passionnante et aux legs architecturaux nombreux, les murs de ses villes et de ses villages racontent histoires et légendes à qui veut bien les entendre. Mais la Catalogne, c'est aussi une région abritant une étonnante variété paysagère en raison d'une géographie multiple oscillant entre hautes montagnes, vallées, plaines et littoraux. Une région dont les sols sont gorgés d'une eau thermale que les Romains de l'Antiquité avaient déjà détectée et étaient parvenus à canaliser.

De nos jours, l'eau thermale continue d'être utilisée par les habitants de la Catalogne, en partie pour des raisons médicinales (soins et traitements d'affections spécifiques), mais surtout de manière récréative. Les nombreuses sources thermales que l'on trouve sur toute la superficie de la région sont en effet des points de rencontre où l'on se rend généralement en famille ou entre amis pour passer un moment de détente partagée. Se situant généralement dans des lieux enchanteurs, à la campagne, chacune

des sources thermales catalanes constitue un bon prétexte pour se promener, pour découvrir un village ou une zone naturelle, un produit du terroir ou une spécificité artisanale, pour goûter à la gastronomie régionale aussi... Bref, notre intention ici est de faire de l'eau thermale notre guide, celui qui nous mènera de monts en vallons catalans et nous fera découvrir en toute limpidité les facettes les plus authentiques et les plus rurales de ce territoire splendide.

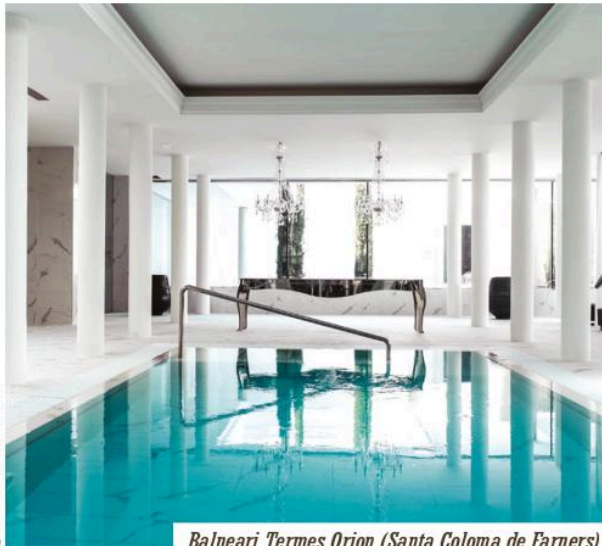
## L'EAU THERMALE : BIENFAITS ET GÉOGRAPHIE

Reconnus depuis l'Antiquité (des bains grecs aux thermes romains), les bienfaits de l'eau thermale sur le corps sont aujourd'hui scientifiquement démontrés. On dit qu'une

eau minérale est thermale dès lors que celle-ci possède dans sa composition chimique et/ou physique des éléments aux propriétés thérapeutiques reconnus, mais aussi qu'elle affiche une température supérieure d'au moins 4°C à la température annuelle moyenne du lieu où elle jaillit. L'exploitation millénaire de ce type d'eau – que l'on trouve dans de très nombreux endroits de la planète – à des fins récréatives ou de santé a donné lieu à ce que l'on nomme le thermalisme. Et cette activité a le vent en poupe depuis... 2 000 ans en Catalogne !

Il faut dire que les vertus des eaux que l'on y trouve sont multiples : que l'on souffre de stress, d'anxiété, d'insomnie, de douleurs musculaires, de difficultés respiratoires ou encore de problèmes de peau, les chaudes eaux de la région, chargées en minéraux, s'avèrent des alliées de choix pour lutter contre ces maux. Certes, l'eau thermale ne résout pas tous les problèmes, mais ses propriétés s'avèrent efficaces pour lutter contre un très large spectre d'affections et permettent d'améliorer la santé. Chaque eau est unique et, selon sa composition, a un ou plusieurs effets bénéfiques sur le corps. Elle peut ainsi dynamiser le métabolisme, éliminer des toxines, fluidifier la circulation sanguine, calmer les douleurs articulaires, apaiser le système nerveux ou encore revitaliser les cellules et les tissus. Plus un complément qu'un remède à part entière, l'eau thermale constitue une ressource thérapeutique curative et/ou rééducative, mais aussi préventive.

Et c'est justement avec pour objectif de valoriser le patrimoine thermal et ses bienfaits, mais aussi, de manière plus générale, pour dynamiser le tourisme en terres catalanes, que l'Association des Villages Thermaux de Catalogne a vu le jour. Au total, l'entité regroupe quinze communes connues pour la grande richesse de leurs eaux minérales, minéro-médicinales et thermales. Une richesse exploitée depuis des siècles et qui, pour certaines communes, a permis un développement économique et historique déterminant. Ainsi, cherchant à coordonner les efforts, l'association cherche à utiliser au mieux les ressources thermales et touristiques de cet ensemble de communes, afin que celles-ci soient durables et intégrées à un plan de développement à long terme. C'est dans cet esprit, celui d'un tourisme conscient et respectueux de l'environnement, que nous vous présentons aujourd'hui les zones thermales de Catalogne.



Balneari Termes Orion (Santa Coloma de Farners).



Hotel Blancafort Spa Terma (La Garriga).



Termas Baronia de Les (Les, Vall d'Àran).

## INFOS FUTÉES

### QUAND

La Catalogne est un territoire à l'offre touristique si variée que chaque saison mériterait qu'on lui dédie un voyage ! Bien sûr, la région côtière est particulièrement agréable à la belle saison, mais les inter-saisons et l'hiver sont également des moments de choix pour arpenter la région, plus encore lorsqu'on vient s'adonner aux joies du thermalisme !

### QUELQUES CHIFFRES

- 15 : C'est le nombre de municipalités mais aussi de centres de balnéothérapie faisant officiellement partie de l'Association des Villages Thermaux de Catalogne.

- 4 : C'est le nombre de degrés Celsius de différence minimum qui doit être mesuré entre la température de l'eau (plus chaude) et la température moyenne annuelle du lieu d'où elle surgit pour que l'on considère cette eau comme thermale.

### DURÉE

Tout dépend de l'objectif du voyage. Un long week-end localisé dans une zone spécifique vous apportera ce qu'il faut d'évasion et de détente pour vous changer les idées. De véritables vacances de 10 jours à 2 semaines permettront de connaître plus en profondeur la Catalogne et son patrimoine tout en faisant le plein d'énergie dans ses sources thermales.

### BUDGET

L'accès aux installations thermales est généralement peu cher. Pour ce qui est du gîte et du couvert, comptez 100 € par jour et par personne.

### LES PLUS

- ⊕ Une eau thermale de qualité.
- ⊕ Une belle variété d'activités.
- ⊕ Une offre gastronomique de choix.
- ⊕ Une météo radieuse toute l'année.
- ⊕ Des tarifs abordables.

### LES MOINS

- ⊖ Une très haute fréquentation en juillet-août sur la côte. Préférez le printemps ou l'automne pour un séjour plus tranquille sur le littoral.



Plaça Font del Lleó (Caldes de Montbui).

Pour ce faire, nous aborderons la question du thermalisme selon le type de tourisme auquel il est lié. Et il se trouve que chacune de ces quatre catégories correspond également à une zone géographique donnée. Partons donc à la découverte des quatre provinces catalanes vues à travers le prisme limpide de leurs eaux thermales !

## THERMALISME DE HAUTE MONTAGNE DANS LA PROVINCE DE LLEIDA

Commençons notre épopée thermique par la plus vaste des quatre provinces de la Communauté autonome de Catalogne, celle de Lleida. Elle se situe dans l'intérieur des terres et est essentiellement composée de zones planes en son centre tandis que le nord de la province est très montagneux : il abrite en effet les Pré-Pyrénées, puis les Pyrénées plus au nord. On aura donc ici affaire à du thermalisme de haute montagne organisé autour de six communes : Les, Naut Aran, Vall de Boí, Rocallaura, Baix Pallars et Pont de Bar.

- **Les.** Au cœur du Val d'Aran, splendide enclave montagneuse voisine de la France, Les est connue depuis l'époque romaine pour ses eaux sulfureuses jaillissant à 30°C. Elles sont en effet particulièrement indiquées pour le système circulatoire et respiratoire ainsi que pour les problèmes cutanés. Les est également une base arrière idéale pour découvrir

le patrimoine naturel et culturel d'Aran : Artiga de Lin, Val de Baradòs, Ribera de Toran, mais

- **Naut Aran.** Les mordus d'activités de plein air trouveront leur bonheur dans cette commune de

### LES MORDUS DE PLEIN AIR TROUVERONT LEUR BONHEUR DANS CES COMMUNES DE HAUTE MONTAGNE

aussi l'art roman et gothique des alentours. Escalade, rafting, ski et randonnées sont à prévoir également !

haute montagne : entouré de sommets, de lacs et de rivières, Naut Aran est une perle d'altitude ! En plus d'un époustouflant cadre



Banhs d'Arties (Naut Aran).

naturel qui accueille une source thermique de choix ainsi que la station de ski de Baqueira-Beret, on y débusque certaines des églises romanes les plus importantes des Pyrénées, comme celle de Santa Maria d'Arties ou encore celle de Sant Andreu à Salaridú. Grand bol d'air frais (et d'eau bien chaude !) en perspective !

- **Vall de Boí.** Cette commune de l'Alta Ribagorça est l'une des merveilles de Lleida. Porte d'entrée du seul parc national de Catalogne (celui d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici, déclaré réserve Unesco) et territoire à l'époustouflante variété paysagère et topographique, le Vall de Boí est propice aux sports de haute montagne comme à la marche contemplative. Un ensemble de huit églises romanes complété par un ermitage sont à signaler, ainsi que les fêtes traditionnelles des *Fallas*, patrimoine immatériel de l'humanité. Sans oublier, bien sûr, ses sources thermales !

- **Rocallaura.** Installée loin de tout, au beau sommet d'une colline dominant des plaines de culture (elles-mêmes environnées de frais bocages propices à la marche ou au vélo), la commune de Rocallaura jouit d'une superbe vue panoramique sur toute la Serra del Talla. Si l'ancienne église, autour de laquelle s'est édifié le village, vaut le coup d'œil, les imposants vestiges de l'ancien château de Rocallaura (XII<sup>e</sup> siècle) méritent eux aussi une halte, tout comme la zone thermique du coin, évidemment.

- **Baix Pallars.** Commune la plus méridionale de la comarque du Pallars Sobirà, Baix Pallars est un ensemble territorial aux reliefs marqués, entre falaises karstiques, lacs, rivières, plaines et salines. On trouve ici une faune variée, en particulier du côté des grands massifs boisés de Pentina et Cuberes : grand tétras, cerf, buse et vautour sont ici chez eux ! Si des sources thermales ont par ailleurs été découvertes, aucune installation ne permet pour le moment de s'y baigner. Côté constructions, citons la Villa de Gerri de la Sal, le Musée du Sel, le monastère de Santa Maria, ainsi qu'une série de petites églises romanes et les dolmens de Peramea et Peracalç.

- **Pont de Bar.** Situé dans le nord-est de l'Alt Urgell, Pont de Bar, traversé par la rivière Sègre, est une commune à l'histoire étonnante – à l'époque des conquistadors, la princesse aztèque Maria Xipaguacín, fille de l'empereur Moctezuma, vint ici, dit-on, et y mourut – qui vit aujourd'hui de l'élevage, de l'agriculture mais aussi du tourisme lié au thermalisme. Plusieurs églises méritent le coup d'œil, tout comme les vestiges de plusieurs châteaux ou encore le musée de la vigne !

## THERMALISME MEDITERRANEEN DANS LA PROVINCE DE TARRAGONE

Avec la Communauté Valencienne pour voisine, la province de Tarragone est la province catalane la plus méridionale. Composée de deux entités touristiques distinctes – la Costa Daurada d'une part, réputée pour les vestiges romains de Tarragone et les plages dorées de son littoral, et la zone des Terres de l'Ebre d'autre part, connue pour son delta et ses rizières –, la province est largement tournée vers la Méditerranée. Elle abrite par ailleurs quantité de villages de charmes lovés au creux des vallées ou bien posés en bord de mer. Ceux qui nous intéressent aujourd'hui sont Vallfogona de Riucorb, El Vendrell, Montbrío del Camp et Gandesa.

- **Vallfogona de Riucorb.** Ce tout petit village de la comarque de Conca de Barberà, qui compte moins de 50 habitants à l'année, tire sa subsistance de l'agriculture pluviale : culture de céréales et de légumineuses, oliveraies, vignes et vergers occupent tout le temps et toute l'énergie des habitants de Vallfogona de Riucorb. Le lieu est réputé pour les mots d'esprit pleins d'humour de l'un de ses recteurs de jadis, le baroque Francesc Vicent Garcia (1579-1623), mais aussi pour ses eaux thermales, exploitées dans les installations de Balneari de Vallfogona.

- **El Vendrell.** Cap sur le littoral : historique carrefour culturel et commercial, El Vendrell est devenu une destination de tourisme balnéaire il y a 70 ans. Il faut dire que les arguments sont nombreux : 8 km de plages, une source thermale, un patrimoine et une vie culturelle dynamique (nombreux musées d'art dont celui dédié au musicien Pau Casals), une offre gastronomique de choix, des activités nautiques en pagaille... Bref, le thermalisme version Méditerranée a du bon !

- **Montbrío del Camp.** C'est au milieu de la plaine du Camp de Tarragone, à 5 km de la côte, que Montbrío del Camp et ses 3000 habitants prospèrent tranquillement, jouissant d'une atmosphère sereine et peu polluée (un vent du nord-ouest balaie avec douceur le site). On y vient pour la qualité de ses productions agricoles – donnant notamment une huile d'olive et un vermouth de qualité, ainsi que le prestigieux muscat de Montbrío – mais aussi pour ses installations thermales.



© HOTEL TERMES MONTBRÍO

Hotel Termes Montbrío (Montbrío del Camp).

- **Gandesa.** Chef-lieu de la comarque de la Terra Alta, Gandesa, de par sa localisation stratégique, a joué un rôle clef historique dans

bâtisses splendides – manoirs et palais anciens –, la nature alentour est prodigue : les caves (modernistes) de la Terra Alta produisent

### PARTONS À LA DÉCOUVERTE DES QUATRE PROVINCES CATALANES VUES À TRAVERS LE PRISME LIMPIDE DE LEURS EAUX THERMALES !

la région : Ibères, Romains, Maures, Templiers, Républicains, ils furent nombreux à se battre pour le contrôler ! Si la vieille-ville est garnie de

un vin d'exception ! Rivières et piscines naturelles constituent, avec le thermalisme, une raison de plus de visiter Gandesa !

## THERMALISME AUTOUR DE BARCELONE

Entourée des trois autres provinces catalanes, celle de Barcelone est certainement la plus connue de toutes, la présence de la capitale régionale n'y étant pas pour rien. Nous ne nous attardons toutefois pas sur les indubitables et nombreux attraits de la ville que Gaudí a rendue célèbre, mais plutôt sur les villages thermaux de charme que l'on trouve dans les alentours plus ou moins directs de la ville. Il s'agit de La Garriga, Caldes de Montbui, Caldes d'Estrac, Arenys de Mar et Santa Coloma de Gramenet.

- **La Garriga.** Au pied du parc naturel du Montseny et proche de Barcelone, La Garriga, avec ses eaux thermales et son environnement naturel exceptionnel, s'est développée en tant que destination estivale très appréciée par la bourgeoisie catalane du début du XX<sup>e</sup> siècle. Connues au moins depuis l'époque romaine, ses eaux thermales s'écoulent à une température de 60 °C et comptent d'importantes propriétés minérales et médicinales qui font de cet élégant bourg une destination thémale et de loisirs de premier ordre, le tout dans un cadre paisible à l'architecture moderniste catalane.

- **Caldes de Montbui.** Comme La Garriga, Caldes de Montbui, ville de la comarque du Vallès (à 30 km de Barcelone) vit par et pour l'eau thermale depuis l'Antiquité : elle abrite en effet certains des thermes romains les mieux conservés de la péninsule.



© AJUNTAMENT DEL VENDRELL

El Riuet de Coma-Ruga (El Vendrell).



© AJUINMENT DE CALDES DE MALAVELLA

Font de la Vaca (Caldes de Malavella).

Ici, l'eau jaillit nuit et jour de la Font del Lleó – une fontaine au cœur de la ville – à 74 °C, ce qui en fait l'une des plus chaudes d'Europe. Une eau utilisée de bien des manières puisqu'elle abreuve deux lavoirs publics, divers spas en ville, ainsi qu'une résidence de personnes âgées. Après usage, l'eau est traitée puis sert à arroser les espaces verts municipaux du... jardin thermal !

- **Caldes d'Estrac.** Familièrement appelée Caldetes, cette charmante commune du bord de mer est réputée pour diverses activités touristiques parmi lesquels un centre d'art abritant une trentaine d'œuvres de Picasso, diverses festivités gastronomiques (la plus célèbre étant la *Pesolada*, qui célèbre le petit pois) et ses installations thermales, situées au cœur de village, sur la Plaça de la Vila, depuis le XIX<sup>e</sup> siècle ! 38 °C, pour votre plus grande détente.

- **Arenys de Mar.** Qu'il est agréable de flâner à l'ombre des platanes d'Arenys, bourg tranquille à l'atmosphère villageoise et iodée ! Installé sur la côte nord de Barcelone, Arenys de Mar ne manque pas de points d'intérêt, que l'on pourra découvrir en suivant le Route des *Indians*, un itinéraire zigzaguant entre des édifices remarquables édifiés entre les XVIII<sup>e</sup> et XIX<sup>e</sup> siècles par les Catalans partis faire fortune aux Amériques. Le cimetière moderniste, le retable baroque de Pau Costa et les secrets de la dentelle (musée municipal) sont à découvrir aussi, après un bon bain d'eau thermale !

- **Santa Coloma de Gramenet.** Ville d'envergure (la 50<sup>e</sup> plus peuplée d'Espagne) reliée à Barcelone par quatre ponts surplombant le lit de la rivière Besòs, Santa Coloma de Gramenet possède un

patrimoine construit intéressant, l'église principale et le village ibère de Puig Castellar en tête. Facile d'accès depuis la métropole barcelonaise, une source d'eau thermale y a été découverte il y a peu, lors des travaux de la ligne 9 du métro de Barcelone. Un projet est à l'étude pour pouvoir profiter de ces eaux !

d'Osona, Sant Hilari de Sacalm est un lieu à la fois tranquille et magnétique, dont l'histoire est peuplée de bandits de grands chemins et de sorcières... L'ambiance de bourg médiéval, les bonnes tables que l'on y trouve, les promenades en forêt et les traitements de balnéothérapie en font une destination de choix dans la province.

- **Caldes de Malavella.** Abritant des sources d'eau thermale exploitées depuis l'Antiquité, Caldes de Malavella compte parmi ces villages thermaux de la première heure. Ses rues, places et jardins regorgent d'éléments patrimoniaux se faisant l'écho des liens étroits qu'entretiennent depuis toujours les villageois avec l'eau. Thermes romains, centres de soin tirant profit de l'eau thermale, centre d'embouteillage d'eau minérale, demeures modernistes et promenades joliment agencées, l'impact de l'eau – 56 à 60 °C lors de sa sortie en surface – se devine partout !

- **Santa Coloma de Farners.** À cheval entre la plaine de la Selva (comarque dont elle est le chef-lieu) et le massif des Guilleries, Santa Coloma de Farners est environnée de collines, vallées, cols et ravins abritant une multitude d'ermitages d'un grand intérêt historique. De fait, les premières références

## AUJOURD'HUI ENCORE, ON CONTINUE DE TIRER LES BIENFAITS DE L'EAU TOUT EN ADMIRANT LES ESPACES NATURELS ALENTOUR

### THERMALISME ACTIF DANS LA PROVINCE DE GÉRONE

- **Géronne et sa province** – la plus petite de Catalogne – se rencontrent dès la frontière française traversée. C'est ici que l'on trouve, le long du littoral, la fameuse Costa Brava et ses stations balnéaires. C'est ici aussi que l'on peut accéder aux stations de montagne des Pyrénées, dans la comarque de la Cerdagne notamment, mais aussi aller explorer les massifs forestiers de l'intérieur. Quatre localités retiendront notre attention ici : Sant Hilari Sacalm, Caldes de Malavella, Santa Coloma de Farners et Llívia.

- **Sant Hilari de Sacalm.** Chef-lieu des Guilleries, un massif forestier sauvage et largement méconnus s'étirant entre les vertes comarques de la Selva et de celle

écrites sur la zone mentionnent le site de Sauleda dès 886 ! C'est qu'il y a beaucoup à voir dans cette ville se dédiant largement à l'élevage et à l'agriculture, de son vieux centre à ses paysages ruraux et paysans. L'eau thermale qui coule ici attire par ailleurs chaque année de plus en plus d'amateurs de balnéothérapie.

- **Llívia.** Bien que géographique en France, au pied des plus hauts sommets des Pyrénées-Orientales, l'enclave espagnole de Llívia fut longtemps le chef-lieu de la Cerdagne. Au cœur de ses 12,9 km<sup>2</sup> de territoire, on trouve lacs, forêts et pâturages. Point de passage stratégique dans cette région montagneuse, le site était connu des Romains, qui avaient lors de leur venue déjà détecté la présence d'eau thermale. Aujourd'hui encore on continue d'en tirer les bienfaits, tout en admirant le patrimoine construit et les espaces naturels de l'enclave.

#### INFOS FUTÉES

### Y ALLER

Pour vous rendre en Catalogne, vous aurez l'embaras du choix. Tout dépend en définitive d'où vous arrivez. Si votre point de départ est très éloigné, vous pourrez prendre l'avion et atterrir à l'aéroport qui vous convient le mieux (Barcelone ou Gérone reçoivent plus d'avions que ceux des deux autres provinces) ou bien opter pour le bus ou le train (voire le ferry !). Une fois arrivé à destination, vous pourrez utiliser les transports en commun ou bien louer un véhicule. L'autre solution est de vous rendre en Catalogne avec votre propre véhicule. Cette option vous permettra de jouir d'une parfaite autonomie

et d'accéder à des régions reculées du territoire sans aucun problème !

### S'INFORMER

Afin de préparer au mieux votre voyage thermal en Catalogne, plusieurs ressources sont à votre disposition. Vous pourrez par exemple aller piocher des infos sur le site web de l'Association des Villages Thermaux de Catalogne : chaque offre de balnéothérapie y est détaillée :

→ [www.catalunyatermal.cat](http://www.catalunyatermal.cat)

L'autre source est le portail officiel du thermalisme en Catalogne, répertoriant tous les centres de balnéothérapie faisant partie de l'association :

→ [www.balnearis.cat](http://www.balnearis.cat)