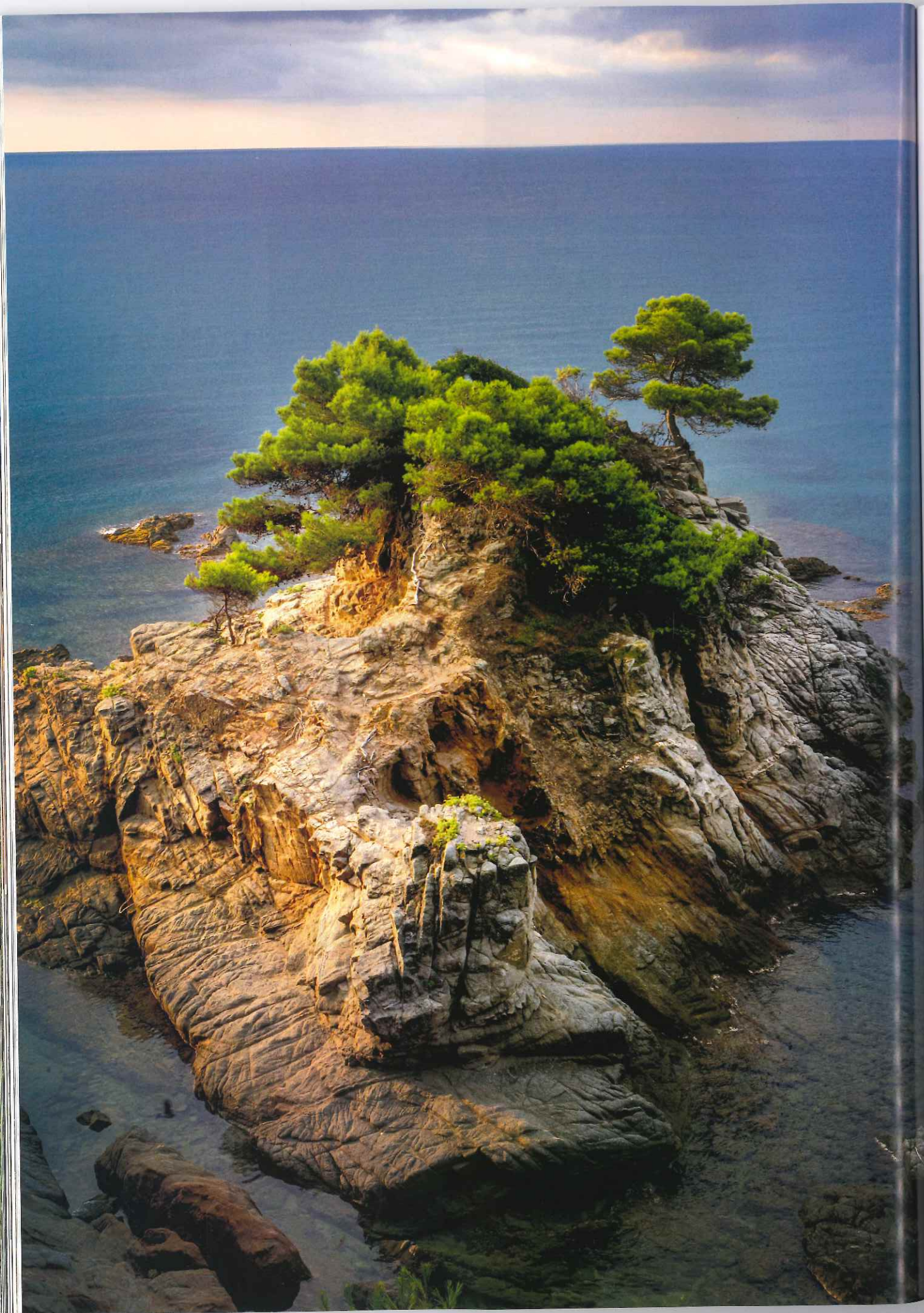




LA SELVA

UNA FUSIÓ
PERFECTA
ENTRE MAR
I MUNTANYA

La ruta a peu al voltant de la Crosa i capçalera de l'Onyar passa per boscos ombrívols molt agradables. A l'esquerra, la punta de Garbí, a Lloret de Mar, un dels tres municipis marítims de la Selva.

LES DADES
CLAU PER
CONÈIXER
LA SELVA

26 Són els municipis
que hi ha a la comarca.
**Santa Coloma de
Farners n'és la capital.**

4 CASTELLS VISITABLES:
EL DE **MONTSORIU** (ARBÚCIES),
EL D'**HOSTALRIC** (HOSTALRIC),
EL DE **FARNERS** (STA. COLOMA DE FARNERS)
I EL DE **SANT ISCLE** (VIDRERES).

Ens endinsem a la
comarca de la Selva per
descobrir la capçalera
de l'Onyar, posar-nos
a la pell d'un romà,
meravellar-nos amb els
secrets més ben guardats
de la vida marina, gaudir
del paisatge a vista
d'ocell i fer la nostra
pròpia ratafia. Som-hi!

Text **Laia Creus i Badia**

Fotografia **Dani Codina**



I niciem la nostra aventura a la Selva de la millor manera possible: descobrint **1 EL VOLCÀ DE LA CROSA I LA CAPÇALERA DE L'ONYAR**, dos dels indrets més encisadors i poc coneguts de la comarca. Som a Sant Dalmai, un nucli de Vilobí d'Onyar, a prop de la capital, Santa Coloma de Farners. Es nota que en Cesc hi té la mà trencada, en això de fer de guia de natura, sobretot amb els més petits, i de seguida se'ls ha posat a la butxaca. Comencem a caminar i al cap de ben poca estona ens aturem davant d'una paret on s'observen perfectament els diversos estrats que va formar el volcà de la Crosa quan va entrar en erupció i, explosió rere explosió, diversos materials —que a la zona anomenen *tosquijs*— es van anar sedimentant un sobre l'altre. Seguim fins al mirador

de les Guilloterres i davant nostre s'obre l'enorme forat que va deixar el volcà. Amb 1.250 metres de diàmetre, és el cràter més gros de la Península! Des d'allà albirem la vall de Llémena al fons, i també el Rocacorba, el cim més alt del Gironès, el massís de les Gavarres i el de les Guilleries.

Reculem un tros del camí i agafem un corriol que sembla tret d'un conte i que ens porta direcció a l'Onyar. La vegetació és cada vegada més frondosa, l'ombra ens protegeix d'un sol de justícia, el camí s'omple de flors de colors i en Cesc desplega tota la seva saviesa silvestre per acostar-nos a la natura amb una nova mirada. La intensa olor de les rementeroles, el forat que un picot garser mitjà ha fet al tronc d'un arbre, el cant d'un pica-soques, el crit d'un gaig... És llavors quan els més petits descobreixen un secret

**1 | GUIATGE DE
NATURA PEL VOLCÀ
DE LA CROSA
I LA CAPÇALERA
DE L'ONYAR
AMB SORBUS**

Punt de trobada:

pàrquing de les
Guilloterres

de Sant Dalmai

☎ 636 96 67 05

🌐 www.sorbus.cat

€ 9€ per persona

(en grups de mínim
15 persones)

🕒 Es pot fer
durant tot l'any.

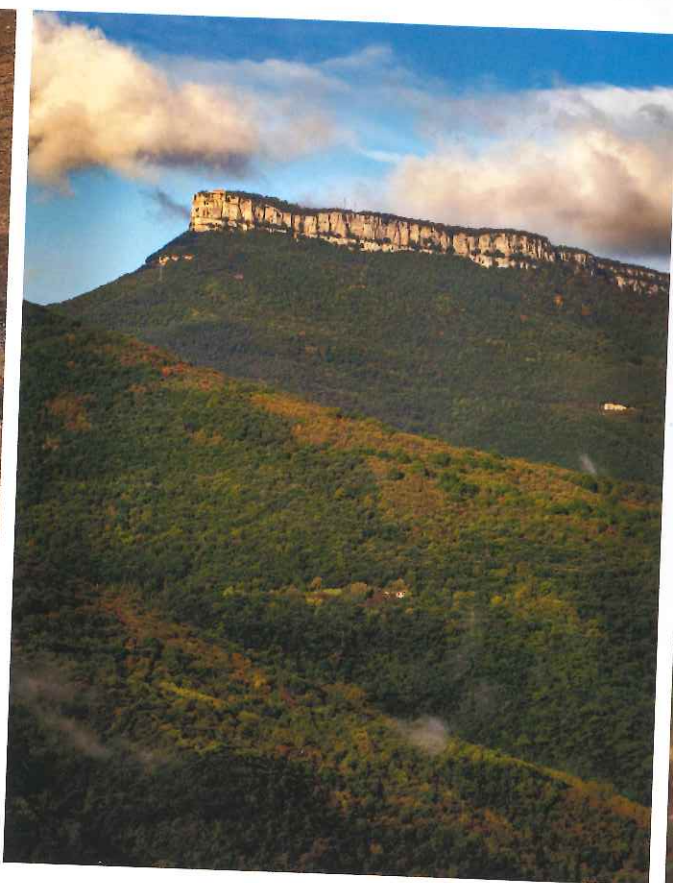
174.639
HABITANTS

29 KILÒMETRES DE COSTA

REPARTITS ENTRE BLANES,
LLORET DE MAR I TOSSA DE MAR

2.100
ANYS

FA QUE ELS
ROMANS
VAN ARRIBAR
A LA COMARCA



que ens acompanyarà, indefectiblement, durant la resta de ruta. En Cesc els ensenya el truc per fer un xiulet amb un aglà. Quina troballa més sorollosa! Contornegem durant un tram la bassa d'en Turon, i al cap de res ja ens hem plantat a la capçalera de l'Onyar. Acabem la nostra ruta tot resseguint el riu per un camí custodiat per altes robínies i compartint amb en Cesc les seves últimes dissertacions; el millor final possible per a aquest matí tan ben aprofitat.

Els romans ja sabien bé el que es feien

Els romans, que sabien molt bé el que es feien, van escollir Caldes de Malavella per instal·lar-s'hi, atrets per les surgències d'aigua termal i les seves propietats terapèutiques. Nosaltres, que també volem descobrir el bo i millor d'aquesta comarca, seguim la pista

dels romans i continuem aquesta ruta disposats a recular fins al segle I dC per posar-nos, durant una estona, a la pell d'un vilatà caldenc en l'època romana. Som a l'interior de les **2 TERMES ROMANES DEL TURÓ D'EN GRAU**, situades a Caldes de Malavella, que en aquell moment s'anomenava *Aquae Calidae* —'aigües calentes'— i tenia rang de municipi, un privilegi que només van tenir una quinzena de poblacions a Catalunya.

El nostre amfitrió, l'arqueòleg Joan Llinàs, és una de les persones que millor coneix aquesta construcció, ja que fou el director de les excavacions de les termes des de l'any 2002 i, a més, és historiador. Quina sort! Amb ell ens endinsem en la història d'un dels monuments d'època romana més ben conservats de les comarques gironines. En Joan ens explica que segurament Caldes

Can Moragues és una masia de Riudarenes on hi ha boscos mediterranis, conreus, una bassa, un alzinar... A dalt, detall d'unes plomes d'ocells, a prop del volcà de la Crosa. A l'esquerra, la vista del cingle del Far que hi ha des de l'ermita de Santa Brígida d'Amer.

R

Quatre elements imprescindibles de la ratafia

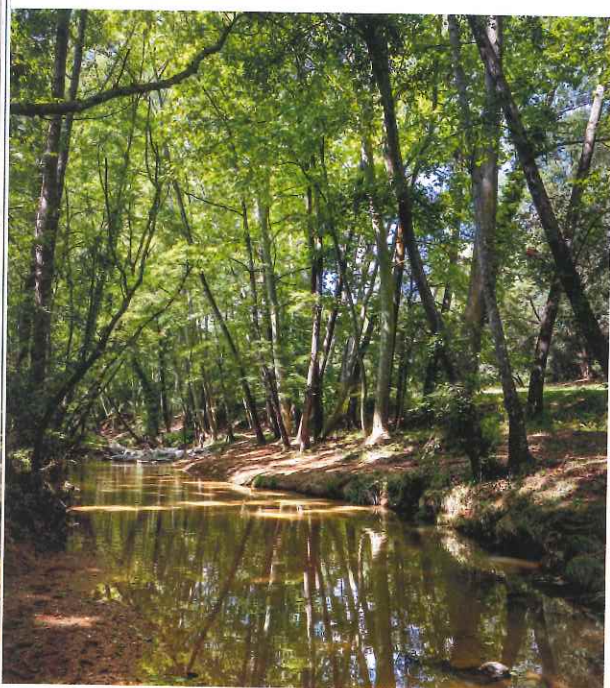
NOU VERDA. L'element més indispensable. El seu potent tint verd intens és el principal culpable del color marronós opac d'aquesta beguda. Vigila quan les trinxis o et quedaran les mans tenyides durant dies!



MENTA. Utilitzada en la majoria de receptes, aporta frescor i no hi ha gaire perill que espatlli la ratafia. Se'n pot posar en grans quantitats sense por de passar-se.



La capçalera de l'Onyar està envoltada de boscos de ribera, i és un entorn amb una gran biodiversitat. A la dreta, la ruta a peu al volcà de la Crosa.



▲ ENMA LLACH / ATRI CULTURA I PATRIMONI SLU



estava format per dos conjunts termals, un fòrum i un petit nucli urbà, i que vivien sobretot dels balnearis i del camp. Ens movem pel passadís perimetral porticat i per diverses estances que feien la funció de recepció, de vestidors i de sauna tot seguint les explicacions de l'arqueòleg. Gràcies a les seves descripcions, imaginem romans i romanes vinguts d'arreu per curar els seus problemes de salut, potser digestius o reumàtics, en aquestes termes medicinals.

L'espai central és la piscina esglaonada, anomenada *natatio*. Amb una aigua que sortia pel brollador a 60 °C, els usuaris de les termes, que podien ser de diferents classes socials, alguns fins i tot acompanyats d'es-

claus, gaudien de l'espai despullats i es fregaven olis a la pell amb l'ajuda d'una espàtula. El ritual no és gens diferent del que faríem ara: pagar una entrada, deixar les coses al vestidor i, un cop a la piscina, relaxar-nos, fer negocis o potser xafardejar. "La cambra sud, situada a l'ala oest, tenia la funció de desguàs, i servia per renovar l'aigua de la piscina. Aquí hi vam trobar algunes monedes provinents de la *natatio*, un fet que documenta la creença que llançar monedes a l'aigua portava sort", diu en Joan. Un cop visitades les termes, la

ruta segueix fent una passejada per altres restes romanes del municipi i per alguns edificis modernistes lligats a l'auge dels balnearis durant el segle XIX i principis del XX.

AL MIRADOR DE LES GUILLOTES VEIEM L'ENORME FORAT QUE VA DEIXAR EL VOLCÀ

2 | CALDES TERMAL I MODERNISTA: visita cultural dirigida per

l'arqueòleg amb Atri Cultura i Patrimoni

El punt de trobada es concreta amb el grup un cop s'ha reservat l'activitat

☎ 972 47 07 35

🌐 www.atri.cat

experienciesculturals.cat | €

En les visites programades: 10€ els adults i gratuït els menors de 13 anys; per a grups reduïts i privats, el preu varia segons el nombre de persones | ☉ Juliol i agost, els dijous, a les 19 h.

També es pot fer la visita en qualsevol moment de l'any fent una reserva prèvia.

ROMANÍ. També és un ingredient molt comú a les ratafies. Aporta aquesta aroma tan típica d'herbes remeieres i de bosc, com la farigola. Ull viu! Cal no passar-se amb la quantitat perquè les fulles d'aquesta planta contenen molts olis essencials i poden dominar massa el gust.



ANÍS ESTRELLAT. Una de les espècies d'ultramar que més s'utilitza a la ratafia. Hi dona aquest toc anisat tan característic, que també es pot complementar o canviar per altres anisats, com el fonoll o la matafaluga.



Nosaltres seguim el nostre recorregut, però no per la Via Augusta, sinó per l'N-II, i fem cap a la Costa Brava. Som a la platja llorençana de Fenals, arran d'aigua. Un petit grup de persones anem equipades amb màscara, tub, aletes i neoprè, a punt per fer un viatge submarí de la mà de l'Ariadna i la Carolina, dues ambientòlogues de l'associació mediambiental Xatruc. De seguida notem que, més enllà de fer **3 IMMERSIÓ LLEUGERA** i observar algunes espècies, les nostres guies s'han proposat que entenguem com funciona la vida marina que s'amaga sota l'aigua. Fa una estona ens han mostrat, amb l'ajuda de diverses imatges, algunes de les espècies que podrem trobar: peixos, garotes, ofiuroïdeus, nudibrànquis, esponges, meduses, anemones... Sembla que la festa ja ha començat i només hi faltem nosaltres!



UN ALTAR DEDICAT A APOL·LO

A l'estança del brollador de les termes romanes de Caldes de Malavella els arqueòlegs van trobar les restes d'un petit altar acompanyat de pintures murals de diversos colors. La principal hipòtesi és que es tractava d'un espai sagrat dedicat al culte a Apol·lo, déu romà vinculat a la salut. Els romans creien que qui atorgava a l'aigua les seves capacitats curatives eren els déus i, en agraïment, construïen altars per fer ofrenes al costat de les fonts.

Les dues garotes més habituals de la costa catalana

GAROTA DE ROCA | *Paracentrotus lividus*

És de color lilós, verdós o marronós i té forma arrodonida. Té peus ambulacrals (una mena de tentacles) per tot el cos, de manera que es pot camuflar tapant-se amb algues, closques o qual-sevol element que li quedi a l'abast.



ERICÓ NEGRE | *Arbacia lixula*

És de color negre, té una forma més aviat aplanada i les pines són més llargues que les de la garota de roca. El negre només té peus ambulacrals a la part de sota, de manera que es pot fixar a les superfícies i també moure's però no té la capacitat de cobrir-se per tal de protegir-se dels depredadors.



Entrem dins l'aigua i comencem a vorejar la costa direcció a la punta d'en Sureda, sense pressa, fent moviments llargs i suaus amb les aletes. L'Ariadna va al capdavant i porta una boia de color taronja que ens marca el rumb, mentre que la Carolina tanca el grup i va acompanyada d'una *bodyboard*: són els nostres salvavides si ens fa falta un punt de suport. Tan bon punt posem el cap dins l'aigua, apareixen els primers amfitrions. Un banc de peixos grisos amb ratlles grogues, les salpes, passen molt a prop nostre. Més enllà, vora les roques, allucinem amb un grup de cries de castanyoletes d'un blau elèctric llampant. Seguim nedant, i les nostres guies marines ens ajuden a veu-

re bestioles on nosaltres només veiem aigua, sorra i roques. Clissem, per exemple, un cogombre de mar, un curiós animal que s'alimenta dels nutrients que hi ha a la sorra ingerint-la per una punta, on té la boca, i expulsant-la per l'anus, situat just a l'altra extrem. Seguim avançant per una zona de poca fondària, d'aigües netíssimes i en calma on ens passem entre colorits fadrins, esponges i fins i tot algun pop ben camuflat.

Quan ja portem gairebé una hora en remull, sortim per una petita caleta i tornem caminant fins a la Casa del Mar, el punt on hem començat l'activitat. L'Ariadna, la Carolina i la resta de l'equip volen que tot-hom que passi per Xatrac se sumi a la seva causa:

**A CALDES, ELS ROMANS
VIVIEN SOBRETOT
DELS BALNEARIS
I DEL CAMP**

3 | GUIATGE D'IMMERSIÓ LLEUGERA AMB XATRAC

✉ Casal del Mar.
Pius Font i Quer, s/n.
Fenals (Lloret de Mar)
☎ 972 34 71 55
670 29 32 65

🌐 www.xatrac.org

🕒 Entre 14 i 40€, segons el nombre de persones. Algunes sortides estan subvencionades per l'Ajuntament de Lloret de Mar i es paga un preu simbòlic

📅 De juliol a setembre, els dissabtes i els diumenges, de 9.30 a 11 h i d'11 a 12.30 h

👤 Xatrac també organitza aquesta activitat a Tossa de Mar.



Les pinedes a tocar de la mar, les roques i els penya-segats són característics de la Costa Brava, que comença a Blanes, a la Selva marítima.

la de cuidar i estimar més i millor una natura de la qual formem part i que estem fent malbé a un ritme cada vegada més accelerat. Tot apunta que, avui, ho han aconseguit.

El superpoder de volar!

Ara el nostre itinerari per la Selva ens porta fins al nord, a Amer, per experimentar una proposta només apta per a atrevits i ideal per a aquells que, quan els pregunten per un superpoder, diuen que el que voldrien és volar. Avui farem parapent! Al punt de trobada ens esperen en Lluís i la Carolina, els propietaris de **VOL FACTORY**, que ens porten fins a l'àrea d'enlairament amb el seu tot terreny. Pel camí, en Lluís ens explica que

va descobrir el parapent en un viatge al Marroc, quan va coincidir amb un grup de francesos que estaven tan perduts com ell, i que van utilitzar un parapent amb motor per alçar el vol i poder veure quin camí havien de seguir. Ara ja fa vint-i-quatre anys que és parapentista, ha competit internacionalment i és un dels quatre examinadors oficials de la Federació Aèria Catalana.

Un cop a lloc, un punt elevat molt a prop de l'ermita de Santa Brígida, comencen els preparatius i seguim les instruccions que ens

dona en Lluís. Ens posem el casc i l'arnès amb l'ajuda de la Carolina i només queda superar la por, fer uns quants passos llargs i, de sobte, com per art de màgia i quan encara te-

**AL'AIGUA, ENS
PASSEGEM ENTRE
FADRINS, ESPONGES
I FINS I TOT ALGUN POP**



4 | VOL DE PARAPENT LLIURE AMB VOL FACTORY

☎ 622 87 88 74

🌐 volfactory.com

€100€ (inclou
fotografies)

❶ Sota reserva prèvia.
L'hora dependrà
de les condicions
meteorològiques i es
concreta el dia abans.

nim terra ferma als nostres peus, sortim volant. Uau, quina sensació més especial! El primer que veiem és Amer, la Celler de Ter i Anglès, més enllà una imponent cresta de muntanyes, les Guillerries.

Tot un món als nostres peus

Ens deixem portar pels corrents tèrmics i per la traça d'en Lluís per tal d'anar girant suaument i ara ens fixem en el santuari del Far, situat a la punta d'una cinglera, ben a prop del punt que marca la frontera entre la Garrotxa, osona i la Selva. Veiem la vall d'Hos- toles, situem el Puigsa- calm i, com que el dia ens acompanya, tenim la fortuna de poder obser- var, al fons, el Montgrí,

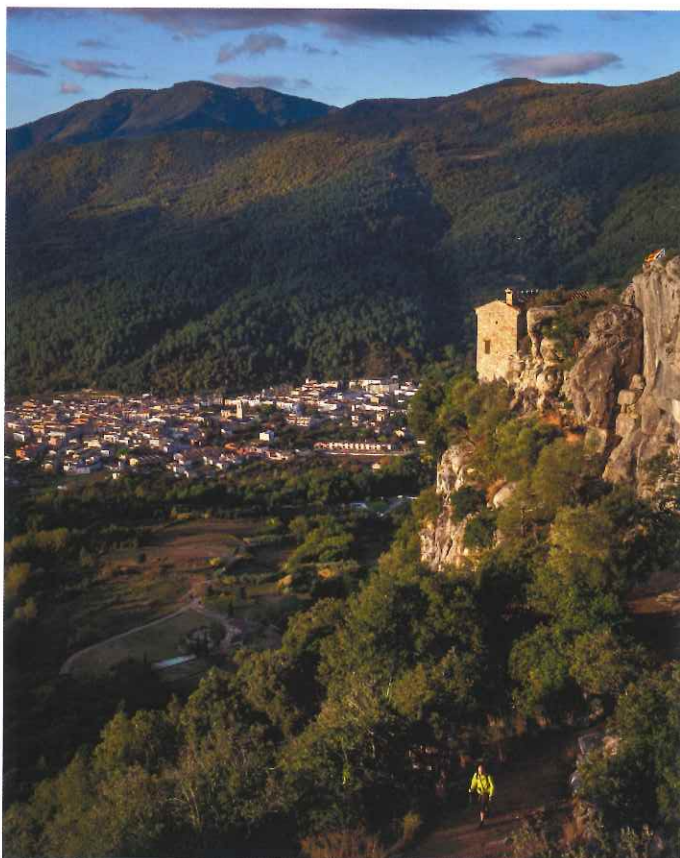
les illes Medes i el cap de Creus. Vint minuts inoblidables que acaben amb un aterratge amable i moltes ganes de repetir l'activitat en una altra època de l'any.

Acabem la nostra escapada en un bosquet de roures i alzines situat molt a prop de la masia de Can Moragues, a Riudarenes, on farem un **TALLER DE RATAFIA**. L'activitat l'organitza la cooperativa La Sobirana, formada per tres amics apassionats dels licors casolans. Són en Pau, geògraf; l'Ernest, sociòleg, i un altre Pau, que és historiador.

Som en un entorn preci- ós, bufa una brisa suau i ens protegeix l'ombra dels arbres. Els nostres experts ratafiaires ja han preparat les taules amb tot el que ens farà falta

**A L'AIRE, TENIM LA
FORTUNA D'OBSERVAR
EL MONTGRÍ, LES MEDES
I EL CAP DE CREUS**

L'ermita de Santa Brígida es troba a Amer, dalt d'un turó. A prop d'aquí hi ha l'àrea d'enlairament dels parapents.



**5 | TALLER
D'ELABORACIÓ
DE RATAFIA AMB
LA SOBIRANA**

✉ Can Moragues,
Ctra. de Santa
Coloma, km 21,1,
Riudarenes
☎ 672 38 94 49
✉ lasobirana.cat
€ 45€ per persona
(inclou tot el material
per fer la ratatfia)
🕒 Diversos caps
de setmana de juliol,
agost i setembre.

i ens asseiem dividits per grups bombolla. Ens expliquen que al món hi ha molts licors que també s'anomenen *ratatfia*, i que nosaltres aprendrem a fer-ne la versió catalana.

Els participants ens endinsem en una classe entre magistral i pràctica en què ens expliquen què aporta cada ingredient per tal que cadascú decideixi com vol que sigui la seva pròpia ratatfia: mentolada, boscana, envermutada, pastissera o potser amb un punt cítric o exòtic. A partir d'aquí, comencem un viatge molt aromatitzat on es barregen explicacions sobre usos, històries, sabors i flaires de cada planta, i a poc a poc cadascú va afegint els ingredients que més li agraden a la seva garrafa. Un bon grapat de menta per donar-li un toc fresc, un tros generós de pela de taronja perquè es noti el cítric... De tant en tant cal *xinxollar* (és a dir,

remenar en argot ratatfiaire) per notar les aromes i veure com queda la cosa.

A mig taller toca fer un descans amb un agradable descobriment. Joan Casalprim, president de la Confraria de la Ratatfia de Santa Coloma de Farners, que ens ha estat donant un cop de mà des del principi, ens ofereix un còctel ideat per ell mateix fet a base de Sprite, ratatfia, menta i gel picat. Quina delícia! Ja hi hem posat les herbes i altres elements botànics, ara ho trinxem i hi afegim les nous verdes, i finalment omplim la garrafa d'aiguardent de vi. Ara només caldrà deixar reposar la garrafa a sol i serena durant quaranta dies, i llavors, per fi, podrem gaudir d'aquest licor tan nostrat. ◀

Laia Creus i Badia. Periodista i guionista | **Dani Codina.** Fotògraf de paisatges, tradicions i gent.