



AL BAIX EMPORDÀ

APOSTEM PER UN

TURISME RESPONSABLE

GUIA DE BONES PRÀCTIQUES



Empordà Costa Brava
Baix Empordà



CONSELL COMARCAL
DEL BAIX EMPORDÀ



Empordà

El Baix Empordà, caracteritzat pels contrastos que defineixen l'Empordà.

La calma de l'interior i el moviment de la costa, les extenses platges de sorra i les cales arrecerades entre penya-segats, la plana i els massissos, la tradició culinària i la innovació gastronòmica... No hi ha un sol Baix Empordà, n'hi ha molts, i molt diversos!

La cuina, el comerç, el patrimoni i l'entorn, faran de la teva estada una experiència única, sense oblidar els seus habitants, molt acollidors amb totes aquelles persones que comparteixen l'estima per aquesta terra.

T'animem doncs a descobrir-los tots o, el que és millor, a construir el teu propi Baix Empordà! Però et demanem que ho facis de manera responsable amb el territori i les persones que hi viuen, facilitant-te aquesta guia que recull un seguit de bones pràctiques per tal de gaudir de la destinació de manera sostenible, amb respecte per la nostra gent, el nostre patrimoni i el nostre entorn natural.

**Sigues benvingut/da
al Baix Empordà!**





Participa de les nostres festes i costums locals, les tradicions empordaneses ens fan un territori únic!

Al Baix Empordà celebrem diverses festes i tradicions que segueixen el calendari festiu català, i en totes elles hi incorporem el nostre caràcter empordanès i la particularitat d'un territori genuí.

Festes majors, concerts, balls, jornades gastronòmiques, fires... Totes aquestes manifestacions culturals reviuem el passat de la nostra terra i ens acosten a les tradicions presents, vives encara avui en dia gràcies a la implicació dels empordanesos, que en continuen el llegat i l'obren a la participació dels visitants.

A més, passejant pels carrers i observant el nostre dia a dia, podràs veure com desenvolupem les nostres activitats quotidianes, inclús en moltes d'elles hi podràs participar

activament, com ara **comprant als mercats locals** o **assistint als tallers i visites guiades** que productors i artesans ofereixen per donar a conèixer els seus oficis.

Així, et convidem a descobrir les nostres tradicions i a gaudir-les com un local!

Informa't bé sobre tot allò que pots fer al Baix Empordà en els portals oficials de turisme i **consulta les agendes** per conèixer quines festivitats se celebren en l'època de l'any que ens visites. Un cop aquí, recorda sempre gaudir-les amb **respecte cap a les persones** que desenvolupen les seves tasques tradicionals i/o celebren les seves festivitats, **participa-hi** sense alterar-les i **ajuda'ns a preservar-les**.



Ceràmica de la Bisbal | Estuèl·l Vaqué - Arxiu d'imatges PTCBG



La Carbonera de Forallac | Cèlia Atset - Arxiu d'imatges PTCBG



Compra al comerç de proximitat, hi trobaràs producte autèntic i de qualitat!

En la mesura que et sigui possible, **compra al comerç de proximitat i consumeix producte local**, no només et permetrà gaudir de la nostra gastronomia, cultura i artesanía més autèntica, sinó que a més estaràs contribuint a la seva conservació, al desenvolupament endogen del territori i a l'estabilització de llocs de treball.

Al Baix Empordà són moltes les petites i mitjanes empreses que aposten per treballar amb productes de qualitat i productors locals, mantenint receptes tradicionals, preservant oficis històrics com la pesca, la ceràmica i l'agricultura i ajudant a mantenir el caràcter empordanès que tant ens caracteritza.

Quan ens visitis, **passeja pels carrerons**

dels pobles i **compra a les botigues tradicionals**, gaudeix d'un bon àpat als nostres restaurants i **contracte guies locals** per comprendre el nostre territori, ells te l'explicaran millor que ningú. A més, sempre que puguis, **escull empreses turístiques compromeses**, que actuïn per la sostenibilitat i el respecte per l'entorn on desenvolupen la seva activitat, afavorint l'ocupació de qualitat i la descoberta del territori.

I abans de marxar, no t'oblidis d'emportar-te un trosset de la nostra cultura! **Regala records autèntics** a qui més estimes i evita comprar com a souvenirs productes importats i/o articles falsificats, opta per **detalls genuïns i representatius** de la nostra identitat. Sigues un ambaixador/a sostenible del Baix Empordà!



Celler Mas Eugeni de Calonge | Roger Lleixa Bertran - Arxíu d'imatges PTCBG



Església de Fontclara | Arxíu d'imatges CCBE

Empresaris i productors baix-empordanesos desenvolupen minuciosament les seves tasques i dediquen molts esforços per oferir productes i serveis de qualitat. Aquesta dedicació, sovint es fa visible a través de segells i distintius, que garanteixen estàndards bàsics de qualitat i/o en certifiquen l'origen tradicional i autèntic.

Descobreix aquelles empreses que aposten per productes de km0 i de temporada, les que treballen per ser accessibles a tothom, les que minimitzen l'impacte de la seva activitat, les que estableixen normes de comportament ambiental i de conservació de la biodiversitat, i moltes altres que et permetran gaudir d'una experiència turística autèntica i respectuosa amb les persones i l'entorn.

Quan compris o consumeixis serveis i productes turístics a la nostra destinació, **prioritza aquelles empreses que gaudeixen d'aquests distintius**, et permetrà conèixer part de la nostra cultura i identitat, afavoriràs la preservació del petit comerç i l'economia tradicional i contribuiràs a la creació de llocs de feina de qualitat. A més, no només podràs adquirir productes típics, sinó que en moltes ocasions podràs ser partícip del seu procés d'elaboració, a través de visites guiades o tallers.

ET PROPOSEM...

PRODUCTES GASTRONÒMICS



PRODUCTES ARTESANALS



EMPRESSES COMPROMESSES





Gaudeix dels nostres espais naturals, sense comprometre ni alterar els ecosistemes

El Baix Empordà és un territori viu, on la natura acompanyada per l'empremta de l'home dibuixen paisatges canviants, diferents al llarg de l'any i de la comarca. La seva riquesa paisatgística rau en l'abrupte litoral banyat per la Costa Brava i en diferents entorns naturals que configuren la destinació, com el parc natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter i els espais naturals protegits de les Gavarres i l'Ardenya, entre d'altres.

Mar, muntanya, boscos, plana i aiguamolls, i la flora i fauna que habita en cada un d'aquests espais, constitueixen un valor fonamental per tots els baix-empordanesos. A més, molts d'aquests recursos naturals són espais protegits, que esdevenen zones de recuperació d'espècies animals i vegetals.

Així, la falta de respecte cap a aquests entorns i un mal ús dels espais habilitats pel seu gaudi, poden alterar-ne les tasques de recuperació i protecció, i perjudicar greument els seus ecosistemes.

Et convidem a descobrir el nostre entorn natural, però sempre des del respecte i l'admiració cap a les espècies que hi habiten. Tingues molt en compte el lloc on et trobes i **reduïx el teu impacte ambiental, respecta la vida silvestre i el seu hàbitat natural i informa't en cada cas de les normes de comportament** i els consells de visita. També t'animem a consultar les agendes i participar d'alguna de les moltes activitats de descoberta, accions de voluntariat o tallers participatius que s'organitzen al llarg de l'any!



El Baix Empordà és molt divers, així com ho són les necessitats de cada un dels espais naturals que el configuren. Saps quina és la millora manera de gaudir-los? T'ho expliquem!

Segueix les indicacions i no surtis dels camins senyalitzats, hi poden haver zones de recuperació d'espècies o camps acabats de sembrar.

Llença la brossa en els llocs habilitats i, en cas de no haver-n'hi, emporta't les deixalles i recicla-les després.

No donis menjar als animals silvestres, per més bona que sigui la intenció, pots perjudicar la seva salut.

No trepitgis ni arrenquis plantes i flors, algunes són espècies protegides i tenen la funció de preservar l'entorn tal com el coneixem.

Emporta't fotografies, en cap cas elements del territori, ja que pots comprometre el nostre patrimoni natural.

Els animals de companyia són benvinguts, sempre que compleixin amb les normes de comportament i vagin lligats per evitar pertorbar la fauna salvatge.

I COM GAUDIR DE MANERA RESPONSABLE DE LA COSTA?

A la platja, no deixis rastre, emporta't totes les deixalles, incloses les burilles, i llença-les als llocs habilitats.

Evita l'ús de productes contaminants i aposta per protectors solars biodegradables, que respectin la flora i la fauna del mar i no perjudiquin les barreres de coral.

A l'Empordà bufa molt de vent, tingues especial cura de les pertinences, ja que flotadors i pilotes de plàstic poden acabar al fons del mar.

Accedeix a la platja per les passeres habilitades i no surtis dels camins senyalitzats, pots alterar els espais delimitats a la conservació de la biodiversitat.

Respecta el descans dels altres i els usos de cada platja, n'hi ha d'habilitades per mascotes, de tradició naturista, d'accessibles per a persones amb mobilitat reduïda... Fem que tothom en pugui gaudir!





Com veus, és important gaudir de l'entorn amb respecte cap a la flora i fauna que hi habita, però també és indispensable ser conscient un mateix de com s'ha d'actuar en les activitats que es realitzen a la natura, per així evitar riscos innecessaris.

Com gaudir d'una experiència responsable a l'aire lliure? Et donem alguns consells!

Tingues en compte **en quina època de l'any dus a terme l'activitat i adapta't a l'entorn**, utilitzant el material, calçat i vestimenta que millor es correspongui. Pensa que el temps pot canviar ràpidament, especialment durant els mesos de primavera i tardor, així que sigues previsor/a i consulta les fonts oficials; si les condicions meteorològiques són dolentes, renuncia a l'activitat. També és important tenir en compte les hores de sol, ja que a l'estiu els dies s'allarguen fins ben entrada l'hora de sopar, mentre que a l'hivern a mitja tarda ja és fosc.

El Baix Empordà gaudeix d'un clima mediterrani, però en situacions extremes pot ser propens a incendis forestals, onades de calor, forts aiguats i ventades. Pren consciència d'aquests episodis meteorològics i **actua en conseqüència**: en cas de vent, és convenient allunyar-se del mobiliari urbà i/o de zones propenses a despreniment, mentre que en episodis de fortes pluges, evita el pas per rius, torrents, rieres i rierols, ja que existeix el perill de desbordaments d'aigua i inundacions.

En qualsevol època de l'any, però especialment en els mesos més calorosos, **cal protegir-se de l'exposició solar**. Utilitza crema solar (mínim 15 SPF), fes ús de gorres, barrets i ulleres de sol, i mantén-te hidratat per tal d'evitar patir insolacions i cremades.

Quan planifiquis l'activitat, tingues en compte la persona amb menys capacitats físiques del grup per tal d'adaptar el nivell a les seves possibilitats. És molt recomanable també, **avisar a alguna persona de confiança** sobre on vas i a quina hora tens previst tornar.

Porta el mòbil a sobre, amb bateria suficient per a realitzar l'activitat en quèstió. Si preveus que es pot exhaurir, porta també bateries portàtils, doncs en cas d'accident et permetrà **contactar amb els serveis d'emergència**.

Finalment, en cas de patir o presenciar un accident, mantén la calma i **fes cas del protocol PAS** (Protegir, Avisar i Socórrer).





Ajuda'ns a preservar l'entorn, símbol de la nostra identitat

El nostre paisatge és part de la nostra identitat empordanesa, ens defineix i ens identifica com a societat, sent també un dels principals atractius que motiva cada any milers de turistes a visitar-nos. Per això, la preservació de l'entorn tal com el coneixem i l'adopció de mesures que minimitzin el nostre impacte en el mateix són tan necessàries.

Quan ens visitis, tingues una actitud responsable al llarg de tota la teva estada, tant en els serveis i productes que consumeixis com en la manera de descobrir la destinació. Allà on t'allotgis, **tingues cura dels consums de llum i aigua**, reduint el seu ús als mínims indispensables, **i utilitza amb moderació la calefacció i l'aire condicio-**

nat, així ens ajudaràs a estalviar recursos i reduir el malbaratament energètic.

Sempre que puguis, **redueix la generació de residus**, especialment els plàstics, i **fes ús de productes reutilitzables**. En últim cas, per tots aquells residus que generis, **segueix els codis de reciclatge** establerts i recicla'ls adequadament.

T'animem també a implicar-te en la preservació de l'entorn participant de les diferents campanyes de neteja que organitzen entitats i empreses compromeses on, a part de redescobrir l'entorn, contribuiràs a evitar el seu deteriorament i a mantenir la biodiversitat.



Camí de ronda de Sant Feliu de Guírdol | Arxiu d'imatges CCBE



Camp de colze de l'Empordà | Arxiu d'imatges CCBE



El nostre sistema de reciclatge es regeix per la següent codificació





Mou-te pel territori amb mitjans sostenibles, i ressegueix tots els racons del Baix Empordà

La nostra comarca et captivarà, en totes les seves perspectives. Des de la tranquil·litat dels municipis d'interior fins a l'animada activitat dels nuclis costaners, de les muntanyes del nord als massissos del sud, sense oblidar l'extensa plana que els separa. En la teva visita, et convidem a recórrer tot el Baix Empordà, a percebre tots i cada un dels contrastos que ofereix, però t'animem a fer-ho de manera responsable.

Quan et desplacis, aparca el vehicle en els llocs habilitats i **fes ús del transport públic** en la mesura del possible, així contribuiràs a reduir la contaminació i la saturació de les carreteres, estalviant diners i temps. També **pots utilitzar la bicicleta com a mitjà de transport més sostenible o pots recórrer el Baix Empordà a peu**, una de les formes més agradables de descobrir la comarca, especialment per arribar a platges i cales, on



els camins de ronda permeten gaudir de la Costa Brava més autèntica. Consulta els portals oficials de turisme del Baix Empordà i informa't dels horaris dels autobusos interurbans i de totes les possibilitats que ofereix la xarxa de camins i senders a la comarca.

Per últim, t'hem de preguntar... T'ho has passat tan bé que vols tornar? La nostra destinació ofereix moltes possibilitats de gaudir al llarg de l'any, però és fora de temporada quan tindràs més possibilitat d'interactuar amb la població local i descobrir la nostra essència més genuïna. Tots els mesos de l'any, t'esperem!





Descobreix l'essència dels municipis petits, marcada pel seu patrimoni i el tarannà de la seva gent

El Baix Empordà està format per nombrosos petits municipis i nuclis de població, que en configuren el paisatge i complementen l'airada activitat de la costa.

Tots ells, amb un passat històric remarcable, s'han format al voltant de castells, muralles, esglésies i campanars, creixent amb el pas dels anys i adaptant-se als nous temps. Tanmateix, han sabut mantenir la calma dels seus carrers, l'autenticitat dels seus negocis i la quotidianitat del dia a dia, sense perdre aquella essència que els fa únics. Són espais de convivència entre la preservació del patrimoni i el respecte per la seva gent, on l'equilibri entre turisme i societat es fa evident i necessari.

Et proposem **aparcar en les zones habilitades** i perdre't per aquests municipis. Pren-te el teu temps per recórrer tots els carrers, per fer un cafè a la plaça del poble, per participar de les fires i mercats o per comprar a la botiga de tota la vida. En la teva visita al Baix Empordà t'anيمem a descobrir aquest patrimoni cultural i social, però fes-ho amb **respecte i empatia cap a la comunitat local**.



Cicloturisme a Monells | Arxiu d'imatges CCBE



Botiga tradicional a Peratallada | Arxiu d'imatges CCBE



Informa't de tot allò que necessitis, coneix els teus drets i deures

El Baix Empordà es regeix per la Llei de turisme de Catalunya*, la qual regula l'ordenació i la promoció del turisme a la nostra destinació i s'aplica al conjunt de recursos, persones i activitats que participen de l'activitat.

Entre els drets de les persones usuàries de serveis i productes turístics, destaquen **sol·licitar i rebre informació** fidedigna i de qualitat, **conèixer les condicions** de prestació dels serveis i productes turístics que se'ls ofereixen, gaudir dels mateixos en les clàusules establertes i **formular reclamacions** en cas d'incompliment. A més, tenen dret a **sol·licitar i rebre ajuda** de les administracions turístiques en la vulneració i defensa dels seus drets.

Per altra banda, la llei regula els deures de turistes i visitants en el gaudi de la seva

activitat a la nostra destinació, sent primordial el **compliment de les condicions** pactades en la contractació de serveis i productes turístics, en lloc, forma, preu i temps convinguts, i el **seguiment dels reglaments d'ús i les normes de comportament** establertes en cada cas. Per últim, és indispensable **protegir i preservar**, d'acord amb el principi de sostenibilitat, **els recursos turístics**, i assegurar el respecte als valors culturals, històrics, artístics, territorials, urbanístics i mediambientals de la nostra destinació. A més de tractar de manera respectuosa totes aquelles persones que presten serveis, evitant llenguatges sexistes i comentaris ofensius.

*Llei 13/2002, de 21 de juny, de turisme de Catalunya



Senderisme pel massís de l'Ardènyia | Arxiu d'imatges CCBE



Pescadors de la Confraria de Palamós | Arxiu d'imatges CCBE



Abans de visitar-nos, consulta les fonts d'informació oficials i segueix sempre els consells i recomanacions de seguretat i salut que s'indiquin. Un cop estiguis a la destinació, tingues a mà aquests mitjans de comunicació i consulta'ls quan sigui necessari, per exemple, tenir present la previsió del temps en cas de realitzar alguna activitat a l'aire lliure o informar-te de l'estat de les carreteres en cas de desplaçar-te amb vehicle propi.

Et detallem a continuació les fonts oficials on consultar tota la informació necessària per organitzar el teu viatge al Baix Empordà:

Informació genèrica sobre els requisits d'entrada i la documentació necessària per a estrangers:

Portal oficial de turisme d'Espanya

Informació sobre consells de seguretat i recomanacions per gaudir d'unes vacances segures:

Generalitat de Catalunya - Consells de seguretat

Informació actualitzada sobre la situació sanitària a Catalunya i les restriccions vigents:

Portal oficial de turisme de Catalunya - Abans de viatjar

Informació relativa a la situació meteorològica al Baix Empordà durant la vostra estada:

Servei Meteorològic de Catalunya

Informació sobre l'estat de les carreteres i possibles afectacions viàries:

Servei Català de Trànsit

Informació sobre activitats, rutes, avisos i normes de comportament del Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter:

Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter

Informació sobre activitats i notícies de l'Espai d'Interès Natural de les Gavarres:

Consorci de les Gavarres

A més, recorda que en cas de patir qualsevol problema i/o emergència, has de trucar al **112**, el telèfon d'emergència comú en tota la Unió Europea i en altres països del món. A Catalunya s'atén en 50 idiomes, entre els quals el català, el castellà, l'anglès, el francès i l'alemany. El servei és gratuït i dona resposta immediata les 24 hores del dia, els 365 dies de l'any.

I si tens qualsevol dubte i/o necessites algun servei concret, com ara saber on està el centre d'atenció primària o la comissaria dels cossos de seguretat més propera, contacte amb l'oficina de turisme o el departament de recepció d'on t'allotgis; t'aconcellaran i ajudaran per tal de donar resposta a les teves necessitats.



Comparteix la teva experiència responsable, contribueix a fomentar un turisme sostenible

Durant la teva estada, podràs accedir a una enquesta de satisfacció, distribuïda a oficines de turisme i punts d'informació municipal. Et demanem que dediquis dos minuts a respondre-la i ens **donis la teva més sincera opinió sobre el Baix Empordà**, així ens ajudaràs a millorar i a fer de la comarca un espai més agradable per a tothom, residents i visitants.

Per altra banda, quan tornis a casa, et demanem que ens ajudis a **promoure la pràctica d'un turisme sostenible**, explicant la teva experiència responsable i animant a familiars i amics/gues a visitar-nos i gaudir al Baix Empordà d'una estada autèntica.

Recomana aquells productes i serveis turístics que has descobert i mostra'ls les fotografies de tots els magnífics llocs que

has visitat, sempre des del respecte per la flora i fauna que hi habiten, i per totes les persones que hi desenvolupen el seu dia a dia. Els has convençut de venir a visitar-nos? Facilita'ls aquesta guia perquè també siguin viatgers/res responsables!

I si vols arribar a més gent, **comparteix la teva experiència responsable** a les xarxes socials, difon la bellesa i l'interès dels recursos turístics que has visitat i promou un comportament responsable amb l'entorn i la seva gent.

No t'oblidis d'etiquetar-nos, ens encantarà veure el Baix Empordà amb els teus ulls!



Tota la informació descrita la trobaràs en el portal oficial de turisme del Baix Empordà:

www.visitemporda.com

Pots posar-te en contacte amb nosaltres i seguir-nos per conèixer què passa al Baix Empordà a través dels següents canals de comunicació:



I per més detall, consulta els portals oficial de les oficines de turisme del Baix Empordà:

<p>BEGUR Av. Onze de setembre, 5 17255 Begur T. 972 62 45 20 turisme@begur.cat www.visitbegur.com</p>	<p>LA BISBAL D'EMPORDÀ Edifici Torre Maria-C. Aigüeta,17 17100 La Bisbal d'Empordà T. 972 64 55 00 turisme@labisbal.cat www.visitlabisbal.cat</p>	<p>CALONGE I SANT ANTONI Av. Catalunya, 26 17252 Sant Antoni de Calonge T. 972 66 17 14 turisme@calonge.cat www.calonge-santantoni.com</p>
<p>CASTELL - PLATJA D'ARO C. Mossèn Cinto Verdaguer, 4 17250 Platja d'Aro T. 972 81 71 79 turisme@platjadaro.com www.platjadaro.com</p>	<p>L'ESTARTIT Passeig Marítim, s/n 17258 L'Estartit T. 972 75 19 10 info@visitestartit.com www.visitestartit.com</p>	<p>PALAFRUGELL Av. De la Generalitat, 33 17200 Palafrugell T. 972 30 02 28 turisme@palafrugell.cat www.visitpalafrugell.cat</p>
<p>PALAMÓS Passeig del Mar, 2 baixos 17230 Palamós T. 972 60 05 50 oficinaturisme@palamos.cat www.visitpalamos.cat</p>	<p>PALS C. de l'Hospital, 22 17256 Pals T. 972 63 73 80 info@pals.cat www.visitpals.com</p>	<p>PERATALLADA Plaça del Castell, 3 17113 Peratallada T. 872 98 70 30 turisme@forallac.cat www.visitperatallada.cat</p>
<p>SANT FELIU DE GUÍXOLS Plaça del Monestir, s/n 17220 Sant Feliu de Guíxols T. 972 82 00 51 turisme@guixols.cat www.visitguixols.com</p>	<p>SANTA CRISTINA D'ARO C. Estació, 4 17246 Santa Cristina d'Aro T. 972 05 78 65 oficinaturisme@santacristina.cat www.visitsantacristina.cat</p>	<p>VERGES Placeta de l'1 d'Octubre, 2 17142 Verges T. 972 78 09 74 turisme@verges.cat www.verges.cat</p>



Àrea de Turisme
Consell Comarcal del Baix Empordà
C. Tarongers, 12
17100 La Bisbal d'Empordà (Girona)
Tel. 972 64 23 10
turisme@baixemporda.cat
www.visitemporda.com

Edició

Consell Comarcal del Baix Empordà

Disseny gràfic i maquetació
d+font comunicació creativa

Crèdits de portada

El Baix Empordà des del Montgrí
Arxiu d'imatges CCBE

Llicència



Empordà



Unió Europea
Fons Social Europeu
L'FSE inverteix en el teu futur

Aquesta acció està subvencionada pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya i l'FSE en el marc dels Programes de suport al desenvolupament local