

## Tornasol

C. Progrés, 14  
Ripoll  
Tel. 972 702 742

## Turisnat

C. Dr. Muixi, 6  
Sort  
Tel. 973 621 008

## Departament de Cultura. Generalitat de Catalunya

<http://cultura.gencat.net/cooperacio/musica.htm>

## Aprendre i practicar

### Escoles Oficials d'Idiomes de Catalunya

[www.xtec.es/crle/eoi/](http://www.xtec.es/crle/eoi/)

### Unió de Federacions Esportives de Catalunya

[www.ufec.org/](http://www.ufec.org/)

## Cuidar-se i fer salut

### Depiline Center

[www.depiline.com](http://www.depiline.com)

### Solmanía

[www.solmania.com/](http://www.solmania.com/)

### Balnearis Catalunya Turisme

[www10.gencat.net/pls/turistex.p03.recurs?dm=01&fllScrn=1&tpsBarra=RD&rcrs=SLT](http://www10.gencat.net/pls/turistex.p03.recurs?dm=01&fllScrn=1&tpsBarra=RD&rcrs=SLT)

## Rebre ajuda a la llar

### Bb serveis

[www.bbserveis.com](http://www.bbserveis.com)

### Ser hogar system

[www.serhogarsystem.com](http://www.serhogarsystem.com)

### Catalunya hogar

[www.catalunyahogar.com](http://www.catalunyahogar.com)

## Desplaçar-se

### Autoritat de Transport Metropolità

[www.atm-transmet.org](http://www.atm-transmet.org)

### Catalunya Bus Turístic

Oficines de Turisme de Barcelona. (Pl. Catalunya, Estació de Sants o Plaça Sant Jaume).  
Tel. 932 853 834

### Entitat Metropolitana de Barcelona

[www.emt-amb.com](http://www.emt-amb.com)

### Ferrocarrils de la Generalitat

[www.fgc.net](http://www.fgc.net)

### Transports metropolitans de Barcelona

[www.tmb.net](http://www.tmb.net)

### Amics de la bici. Agrupació d'usuaris i usuàries

[www.amicsdelabici.org](http://www.amicsdelabici.org)

### Bicicleta Club de Catalunya

[www.bacc.info](http://www.bacc.info)

### Compartir cotxe

[www.compartir.org](http://www.compartir.org)

## I molt més...

### Articket Barcelona

Oficines de Turisme de Barcelona. (Pl. Catalunya, Estació de Sants o Plaça Sant Jaume).  
Tel. 942 853 832

### Barcelona Card

Oficines de Turisme de Barcelona. (Pl. Catalunya, Estació de Sants o Plaça Sant Jaume).  
Tel. 962 853 832

### Hort urbà

[www.horturba.com](http://www.horturba.com)

### Lloguer jove

[www.lloguerjove.com/es/Intro.jsp](http://www.lloguerjove.com/es/Intro.jsp)

### Montjuic Card

Oficines de Turisme de Barcelona. (Pl. Catalunya, Estació de Sants o Plaça Sant Jaume).  
Tel. 952 853 832

Abans de comprar coses materials que

consumeixen molts recursos naturals i generen

grans quantitats de deixalles, pensa-hi dos cops.

Hi ha molts serveis que pots aprofitar i que poden

tenir  fectes més positius.

  
Àrea Metropolitana de Barcelona  
Entitat del medi ambient

  
Generalitat de Catalunya  
Departament de Medi Ambient i Habitatge  
Agència de Residus de Catalunya



També es pot consultar en línia a l'adreça:  
[www.ema-amb.com](http://www.ema-amb.com)

# Idees fecte

## A Catalunya

### Menjar i dormir

**Bcn restaurants.com**  
[www.bcnrestaurants.com](http://www.bcnrestaurants.com)

**Web de bars i restaurants**  
[www.webares.com](http://www.webares.com)

**Catalunya Turisme. Generalitat de Catalunya**

[www10.gencat.net/pls/turistex/p03.recurs?dm=01&rcrs=HOT&tpsBarra=AAR](http://www10.gencat.net/pls/turistex/p03.recurs?dm=01&rcrs=HOT&tpsBarra=AAR)

**Associació de Cases de Colònies i Albergos de Catalunya**  
[www.accac.es](http://www.accac.es)

**Xarxa d'Albergos de Catalunya**  
[www.tujuca.com/xac\\_albergos.htm](http://www.tujuca.com/xac_albergos.htm)

**Agroturisme a prop de Barcelona**  
[www.agroturismetotal.org](http://www.agroturismetotal.org)

**Cases rurals.com**  
[www.casesrurals.com](http://www.casesrurals.com)

**Ecoturisme Catalunya**  
[www.ecoturisme.catalunya.com](http://www.ecoturisme.catalunya.com)

**Guia de turisme rural de Catalunya**  
[www.agroturisme.org](http://www.agroturisme.org)

**Federació Catalana de Càmpings i Ciutats de vacances**  
[www.campingscatalunya.com](http://www.campingscatalunya.com)

## Llogar o prestar

**Directori de biblioteques de Catalunya**  
<http://cultura.gencat.net/biblio/index.htm>

**Avis**  
[www.avis.es](http://www.avis.es)

**Central rent a car**  
[www.centralcarrental.net](http://www.centralcarrental.net)

**Europcar S.A.**  
[www.europcar.es](http://www.europcar.es)

**Pepecar.com**  
[www.pepecar.com](http://www.pepecar.com)

**Botigues de lloguer de disfresses de Barcelona**  
[www.bcn.es/barnaval/cllogue.htm](http://www.bcn.es/barnaval/cllogue.htm)

# Ajudar als altres

## Mans Unides (Regal solidari)

www.mansunides.org/  
RegalSolidari.htm

## Entitats catalanes

www.entitatscatalanes.com

## Servei català de voluntariat

www.voluntariat.org

## Xarxa associativa i de voluntariat de Catalunya

www.xarxanet.org

# Conèixer i visitar

## Museus i col·leccions de Catalunya

http://cultura.gencat.net/  
museus/muscerca1.asp

## Musealia

www.musealia.com

## Guia dels Espais Naturals de les Comarques de Girona

www.ddgi.es/espais

## Parcs de Catalunya

http://mediambient.gencat.net/cat/el\_medi/  
parcs\_de\_catalunya

## Costa Daurada.

## Patronat de Turisme de la Diputació de Tarragona

www.costadaurada.org

## Guia per gaudir de Catalunya

www.gencat.net/turistex\_nou

## Lleidatur

www.lleidatur.es

## Rutes Palau Robert

www10.gencat.net/probert/A  
ppJava/cerca.jsp

## Turisme deltebre

www.deltebre.net

## Turisme Juvenil de Catalunya. Generalitat de Catalunya

www.tujuca.com

## Turisme Total. A prop de Barcelona

www.totbarcelona.org/guia

## Abc

www.abc.es

## Avui

www.avui.es

## El Mundo

www.elmundo.es

## El País

www.elpais.es

## El periódico

www.elperiodico.es

## La vanguardia

www.lavanguardia.es

## Estarguapa.com

www.estarguapa.com

## Hola

www.hola.com

## Diario Médico

www.diariomedico.com

## Expansión

www.expansion.es

## Marca

www.marca.es

## Sport

www.sport.es

# Divertir-se

## Directori de cultura.

## Ajuntament de Barcelona

http://w3.bcn.es/V01/Home/  
V01HomeLinkPI/0,2460,7610\_54243\_1,00.html

## 3xl-cinema

www.3xl.net/cinema/  
index\_cartellera.htm

## Cartellera cinema en català

www6.gencat.net/lIengcat/ci  
nema/cartellera.htm

## Aquabrava

Ctra.de Cadaqués,  
Les Garrigues, s/n.  
Apartat de correus 544  
Roses  
Tel. 972 254 344

## Aquadiver

Ctra. De Circumval·lació, s/n.  
Apartat de correus 232  
Platja d'Aro  
Tel. 972 818 732

## Aqualeon

Finca Les Basses, s/n.  
Albinyana  
Tel. 977 68 76 56

## Aquopolis

Passeig Pau Casals, 65  
La Pineda (Vila-seca)  
Tel. 977 371 640

## Catalunya en miniatura

C. Can Balasch de Baix, s/n.  
Torrelles de Llobregat  
Tel. 936 890 960

## Centre de Natura de Planes de Son

Les Planes de Son  
Son (Alt Àneu)  
Tel. 902 400 973

## Cim d'Àligues

Paratge del Pi Solitari, s/n.  
Apartat de correus 83  
Sant Feliu de Codines  
Tel. 938 662 648

## Corral de Valls

Ctra.de Belloch a Bellvis,  
km.2,5  
Bellvis  
Tel. 973 295 068

## Illa Fantasia

Finca Mas Brasso, s/n.  
Vilassar de Dalt  
Tel. 937 514 553

## L'Aquarium de Barcelona

Parc de l'Espanya Port Vell, s/n.  
Barcelona  
Tel. 932 217 474

## Magma

C. Veinat del Vall, s/n.  
Santa Coloma de Farners  
Tel. 972 843 535

## Marineland

Ctra. Malgrat a Palafoles, s/n.  
Palafoles  
Tel. 937 654 802

## Parc Animal de Sobrestany

Ctra.de l'Escala a Bellcaire,  
km. 3,5 Camí de  
Sobrestany, km. 1,5  
Torroella de Montgrí  
Tel. 972 788 494

## Parc Cretaci- Museu d'Isona i Conca Dellà

C. Museu, 7  
Isona  
Tel. 973 665 062

## Parc d'Atraccions Tibidabo

Pl. del Tibidabo, 3-4  
Barcelona  
Tel. 932 117 942

## Parc Temàtic de l'Oli

Masia Salat.  
Ctra. N-240, km. 71  
Les Borges Blanques  
Tel. 973 140 018

## Poble Espanyol

C. Marqués de Comillas, s/n.  
Barcelona  
Tel. 935 086 300

## Port Aventura

Autovia Salou-Vilaseca,  
km. 2. Apartat 90  
Vila-seca de Solcina  
Tel. 902 202 220

## Water World

Ctra. de Vidreres, s/n, km.  
1,2. Apartat de correus 350  
Lloret de Mar  
Tel. 972 368 613

## Zoo de Barcelona

Parc de la Ciutadella, s/n.  
Barcelona  
Tel. 932 256 780

## Activ Natura

Pg. Marítim, 66 entresol 2  
Pineda de Mar  
Tel. 937 695 324

## Albatros, escola de vol

C. La Font, s/n.  
Àger  
Tel. 973 455 222

## Alta Ruta

Avda. Comtes del Pallars, 15  
Sort  
Tel. 973 620 809

## Anigami

C. Enric de Laris, 7  
Manlleu  
Tel. 938 512 411

## Atlas Natura

Pl. Ajuntament, 3 baixos  
Ribes de Freser  
Tel. 972 727 728

## Baló Tour

C. Bisbe Morgadas, 49  
Vic  
Tel. 938 894 443

## Bastiments Aventura

C. Sant Antoni, 13  
Camprodon  
Tel. 972 740 871

## Cau de l'aventura

C. Carrer de Dalt, 2  
Tavertet  
Tel. 938 565 144

## Deltaquia

Avda. Mallorca, 61  
Sant Jaume d'Enveja  
Tel. 977 468 054

## Deportur

Camí Paisas, s/n.  
Les  
Tel. 973 647 045

## Espais Parapent Berguedà

Casa Sobrestrada  
Avià  
Tel. 938 230 131

## Fang Aventura

Barri Batllori  
Esponella  
Tel. 972 597 801

## Globus Kon Tiki

Pl. Ajuntament, 1  
Igualada  
Tel. 639 206 454

## La Selva de l'Aventura

Coll de Revell, s/n, eix  
transversal Girona-Vic C25,  
sortida 202  
Arbúcies  
Tel. 626 799 335

## Medaqua

Pg. Marítim, 13  
Estarrit  
Tel. 972 752 043

## Noguera Aventura

N-230, km. 121, 700  
Pont de Suert  
Tel. 973 690 005

## Osona Globus

www.osonaglobus.com

## Parc esportiu del Segre

C. Sant Armengol, s/n.  
Seu d'Urgell  
Tel. 973 360 092

## Rafting Llavorsí

Ctra.de la Vall d'Aran, s/n.  
Llavorsí  
Tel. 973 622 158