

Quatre indrets de Catalunya ideals per combatre la calor: piscines naturals, coves fresques i un santuari entre cingleres

Les ubicacions són accessibles per a tota la família

Catalunya destaca a Europa i al món per l'enorme bellesa i varietat dels seus paisatges naturals, que van des de les platges d'aigües cristal·lines de la Costa Brava fins als imponents cims dels Pirineus. La seva rica geografia no només ofereix vistes espectaculars, sinó també milers de racons històrics i rutes culturals capaces d'adaptar-se a qualsevol perfil de viatger. Cada comarca té les seves particularitats i una identitat pròpia, marcada pel pas dels segles i per diverses cultures i històries que han deixat empremta a cada racó. A més, amb les vacances d'estiu a tocar, moltes persones opten per desconnectar en algun dels pobles de la geografia catalana, ja sigui per les seves temperatures moderades o perquè són indrets amb un ambient climàtic agradable. De fet, hi ha quatre racons amagats arreu de Catalunya que són l'opció ideal per desconnectar durant els mesos més calorosos. El primer és el Santuari de Montgrony, situat a Gombrèn, un municipi gironí de la comarca del Ripollès. El paisatge que l'envolta és majestuós, ja que es troba immers en un entorn natural excepcional entre les cingleres de la serra de Montgrony, al costat de l'església de Sant Pere. Per facilitar l'accés a la capella, on es conserva la imatge de la Mare de Déu de Montgrony, hi ha una escala de 63 graons. Un cop a dalt, es pot contemplar en primer pla la vall de Mataplana, el castell i les dues masies des d'una perspectiva privilegiada. A més, el santuari disposa de servei de restaurant amb cuina tradicional, fet que el converteix en un lloc ideal per descansar després d'una llarga caminada. La segona ubicació es troba a Tarragona, concretament al Baix Camp. Es tracta dels Gorgs de la Febró, un espectacular conjunt de salts d'aigua i piscines naturals amagades a les muntanyes de Prades on està permès el bany. Per arribar a aquest paradís cal recórrer un sender que descendeix de manera pronunciada entre frondosos boscos mediterranis i parets de roca calcària. Es recomana planificar la visita a finals de primavera o principis d'estiu per assegurar un bon cabal d'aigua, portar escarpins per evitar relliscades i descarregar prèviament el mapa de la ruta, ja que la cobertura mòbil desapareix completament. La segona ubicació es troba a Tarragona, concretament al Baix Camp. Es tracta dels Gorgs de la Febró, un espectacular conjunt de salts d'aigua i piscines naturals amagades a les muntanyes de Prades on està permès el bany. Per arribar a aquest paradís cal recórrer un sender que descendeix de manera pronunciada entre frondosos boscos mediterranis i parets de roca calcària. Es recomana planificar la visita a finals de primavera o principis d'estiu per assegurar un bon cabal d'aigua, portar escarpins per evitar relliscades i descarregar prèviament el mapa de la ruta, ja que la cobertura mòbil desapareix completament. A la següent zona escollida hi regnen sempre el silenci i la tranquil·litat, i les seves pedres amaguen segles d'història. Es tracta de la Cartoixa d'Escaladei, un monestir situat a la comarca tarragonina del Priorat, a la serra de Montsant. La Cartoixa es va fundar l'any 1194 i, encara avui, és possible imaginar com era la vida en aquest lloc sagrat abans de convertir-se en ruïnes. En aquest espai predominava el silenci, ja que els monjos seguien un model de vida basat en el recolliment i la pregària. Finalment, un altre dels llocs ideals per combatre la calor són les coves prehistòriques de Serinyà, al Pla de l'Estany (Girona). Aquestes cavitats naturals, utilitzades com a refugi per caçadors durant el Paleolític, ofereixen un entorn únic on la temperatura es manté fresca de manera constant. Recórrer les seves galeries permet submergir-se en la història dels neandertals i dels primers humans moderns sense patir les altes temperatures de l'exterior. El conjunt arqueològic compta amb tres coves principals visitables: la de l'Arbreda, la de Mollet i la d'en Reclau Viver. A més, el Parc de les Coves Prehistòriques de Serinyà disposa d'un centre d'interpretació modern i ofereix tallers dinàmics adreçats a tota la família, fet que converteix la visita en una opció didàctica, còmoda i refrescant per completar una ruta per l'interior de les comarques gironines.

Font del document:

<https://www.diaridegirona.cat/catalunya/2026/06/25/pueblos-cataluna-desconocidos-tarragona-girona-cuevas-serinya-dv-loc-131793683.html>