



La Mediterrània
més natural

l'Ametlla
de Mar



Turisme

L'Ametlla de Mar

La Mediterrània més natural
El Mediterráneo más natural
The Most Natural Mediterranean
La Méditerranée la plus naturelle

CAT

Una costa que encara respira natura

Hi ha pocs llocs a la Mediterrània on la mar es mostri tan autèntica.

L'Ametlla de Mar conserva prop de **20 quilòmetres de costa**, amb **30 cales i platges d'aigua cristal·lina**, on la natura continua marcant el ritme del paisatge.

Una vila marinera que ha sabut créixer sense perdre la seva essència.

Natura, mar i autenticitat.

ESP

Una costa que aún respira naturaleza

Hay pocos lugares en el Mediterráneo donde el mar se muestre tan auténtico.

L'Ametlla de Mar conserva cerca de **20 kilómetros de costa**, con **30 calas y playas de aguas cristalinas**, donde la naturaleza sigue marcando el ritmo del paisaje.

Una villa marinera que ha sabido crecer sin perder su esencia.

Naturaleza, mar y autenticidad.



Platja de l'Alguer

ENG

A Coastline That Still Breathes Nature

There are few places in the Mediterranean where the sea feels so authentic.

L'Ametlla de Mar preserves nearly **20 kilometres of coastline**, with **30 coves and beaches of crystal-clear waters**, where nature continues to shape the landscape.

A fishing village that has grown while preserving its essence.

Nature, sea and authenticity.

FR

Une côte qui respire encore la nature

Il existe peu d'endroits en Méditerranée où la mer se révèle avec autant d'authenticité.

L'Ametlla de Mar préserve près de **20 kilomètres de littoral**, avec **30 criques et plages aux eaux cristallines**, où la nature continue de rythmer le paysage.

Un village marin qui a su grandir sans perdre son essence.

Nature, mer et authenticité.



Port de l'Ametlla

Una vila que viu de la mar

CAT

Aquí la mar no és només un paisatge.

És la feina dels pescadors, les embarcacions que entren a port cada dia, la subhasta de la llotja i les tradicions que passen de generació en generació.

La cultura marinera forma part de la vida quotidiana i de la identitat de l'Ametlla de Mar.

La mar que ens defineix.

ESP

Una villa que vive del mar

Aquí el mar no es solo un paisaje.

Es el trabajo de los pescadores, las embarcaciones que entran en el puerto cada día, la subasta de la lonja y las tradiciones que pasan de generación en generación.

La cultura marinera forma parte de la vida cotidiana y de la identidad de l'Ametlla de Mar.

El mar que nos define.

ENG

A Village Shaped by the Sea

Here, the sea is more than just a landscape.

It is the work of the fishermen, the boats returning to port every day, the fish auction at the market and the traditions passed down from generation to generation.

Maritime culture is part of everyday life and the identity of l'Ametlla de Mar.

The sea that defines us.



Port de pesca de l'Ametlla

FR

Un village qui vit de la mer

Ici, la mer n'est pas seulement un paysage.

C'est l'œuvre des pêcheurs, des bateaux qui reviennent au port chaque jour, des enchères après enchères et des traditions transmises de génération en génération.

La culture maritime fait partie de la vie quotidienne et de l'identité de l'Ametlla de Mar.

La mer qui nous définit.

CAT

La costa més natural

Vint quilòmetres de litoral preservat.

Cales de sorra fina i blanca, petites platges de còdols, penya-segats on els pins arriben fins la mar, llacunes protegides, piscines naturals i espais d'alt valor ecològic conformen un dels paisatges costaners més ben conservats de Catalunya.

Les seves **banderes blaves i banderes verdes** reconeixen la qualitat ambiental i també la conservació d'aquest entorn privilegiat.

Sota l'aigua, la praderia de posidònia protegeixen la biodiversitat marina i mantenen la transparència excepcional de la mar.

Natura en estat pur.

ESP

La costa más natural

Veinte kilómetros de litoral preservado.

Calas de arena fina y blanca, pequeñas playas de guijarros, acantilados donde los pinos llegan hasta el mar, lagunas protegidas, piscinas naturales y espacios de gran valor ecológico conforman uno de los paisajes costeros mejor conservados de Cataluña.

Sus **banderas azules y banderas verdes** reconocen la calidad ambiental y también la conservación de este entorno privilegiado.

Bajo el agua, la pradería de posidonia protegen la biodiversidad marina y mantienen la excepcional transparencia del mar.

Naturaleza en estado puro.

ENG

The Most Natural Coastline

Twenty kilometres of preserved coastline.

Fine white sandy coves, small pebble beaches, cliffs where pine trees reach the sea, protected lagoons, natural pools and areas of outstanding ecological value create one of the best-preserved coastal landscapes in Catalonia.

Its **Blue Flags and Green Flags** recognise the environmental quality and conservation of this privileged natural setting.

Beneath the surface, Posidonia seagrass meadows protect marine biodiversity and maintain the sea's exceptional clarity.

Nature at its purest.

FR

La côte la plus naturelle

Vingt kilomètres de littoral préservé.

Des criques de sable fin et blanc, de petites plages de galets, des falaises où les pins plongent vers la mer, des lagunes protégées, des piscines naturelles et des espaces de grande valeur écologique composent l'un des paysages côtiers les mieux conservés de Catalogne.

Ses **Pavillons Bleus et ses Pavillons Verts** récompensent la qualité environnementale et la préservation de cet environnement privilégié.

Sous la surface, les herbiers de posidonie protègent la biodiversité marine et maintiennent la transparence exceptionnelle de la mer.

La nature à l'état pur.



Descobrir la mar sense deixar petjada

Caminar pel GR92, navegar entre cales, descobrir ports naturals o fer submarinisme sobre la praderia de posidònia.

Cada experiència és una manera diferent de connectar amb la natura i entendre el valor d'un territori que aposta per la seva conservació.

Viu la mar. Respecta-la



Activitats nàutiques



ESP

Descubrir el mar sin dejar huella

Caminar por el GR92, navegar entre calas, descubrir puertos naturales o practicar submarinismo sobre la pradería de posidonia.

Cada experiencia es una forma diferente de conectar con la naturaleza y comprender el valor de un territorio que apuesta por su conservación.

Vive el mar. Respétalo.

ENG

Discover the Sea Without Leaving a Trace

Walk along the GR92 coastal trail, sail between hidden coves, discover natural harbours or dive above the Posidonia meadows.

Each experience offers a different way to connect with nature and understand the value of a territory committed to its preservation.

Experience the sea. Respect it.

FR

Découvrir la mer sans laisser de trace

Parcourir le GR92, naviguer entre les criques, découvrir des ports naturels ou plonger au-dessus des herbiers de posidonie.

Chaque expérience est une manière différente de se connecter à la nature et de comprendre la valeur d'un territoire engagé dans sa préservation.

Vivez la mer. Respectez-la.



El gust de la
Mediterrània

Gastronomia · Arrosos

CAT

La gastronomia de l'Ametlla de Mar neix de la mar i del territori.

Peix fresc de llotja, receptes tradicionals i producte local que expliquen la història d'una vila profundament vinculada amb la pesca.

Arrossejats, fideus rossejats, suquet de peix calero, tonyina roja del Mediterrani i cuina marinera que conserva el sabor de sempre.

De la mar al plat.

ESP

El sabor del Mediterráneo

La gastronomía de l'Ametlla de Mar nace del mar y del territorio.

Pescado fresco de lonja, recetas tradicionales y producto local que cuentan la historia de una villa profundamente vinculada con la pesca.

Arrossejats, fideus rossejats, suquet de pescado calero, atún rojo del Mediterráneo y cocina marinera que conserva el sabor de siempre.

Del mar al plato.

ENG

The Taste of the Mediterranean

The gastronomy of l'Ametlla de Mar is born from the sea and the land.

Fresh fish from the local market, traditional recipes and local produce tell the story of a village deeply connected to fishing.

"Arrossejats", "fideus rossejats", rich fish stew (suquet de peix calero), Mediterranean red tuna and seafood cuisine that preserve the flavours of the past.

From the sea to your plate.

FR

Les saveurs de la Méditerranée

La gastronomie de l'Ametlla de Mar est née de la mer et du territoire.

Poissons frais de la criée, recettes traditionnelles et produits locaux racontent l'histoire d'un village profondément lié à la pêche.

"Arrossejats", "fideus rossejats", "suquet de peix calero", thon rouge de Méditerranée et cuisine marine qui conserve les saveurs d'autrefois.

De la mer à l'assiette.



Gastronomia

L'Ametlla de Mar

**La Mediterrània més natural.
Un lloc per descobrir.
Un paisatge per preservar.**

El Mediterráneo más natural
Un lugar por descubrir.
Un paisaje que preservar.

The Most Natural Mediterranean
A place to discover.
A landscape to preserve.

La Méditerranée la plus naturelle
Un lieu à découvrir.
Un paysage à préserver.

Finançat per



SECRETARIA DE ESTADO
DE TURISMO

