Guia de Catalunya · Sense connexió

El que cal saber, quan no hi ha xarxa.

rebost. desa al teu dispositiu els telèfons d'emergència, què fer en cada situació, els primers auxilis i les dades oficials de Catalunya. També t'ajuda a descarregar la Viquipèdia i el Viccionari en català.

Emergències

Primer, truca.

112 — **Policia, bombers i ambulància**
Gratuït. 24 hores, cada dia de l'any.

Persones sordes o amb dificultats de parla: SMS al **679 436 200**.

Altres telèfons

061	**Salut Respon** Consultes i problemes de salut. 24 h.
024	**Atenció a la conducta suïcida** Gratuït i confidencial. 24 h.
900 900 120	**Dones en situació de violència** Gratuït i confidencial. 24 h.
116 111	**Infància Respon** Maltractament a infants i adolescents. 24 h.
91 562 04 20	**Informació toxicològica** Intoxicacions. 24 h.
012	**Atenció ciutadana de la Generalitat** Feiners, de 8 a 22 h.

900 410 041	**Rodalies de Catalunya** Cada dia, de 7 a 23 h.
900 90 15 15	**Ferrocarrils de la Generalitat (FGC)** Cada dia, de 7 a 23 h.

Fonts: Generalitat de Catalunya (gencat.cat/atenem), Ministeri de Sanitat (línia 024) i Institut Nacional de Toxicologia. Revisat el 17 de novembre de 2026.

Què fer si...

Hi ha una apagada

1. Mira si l'apagada és només a casa teva o a tot el carrer. Revisa el quadre elèctric.
2. Desconnecta els aparells que estaven engegats. Deixa un sol llum encès per saber quan torna el corrent.
3. Fes servir llanternes. Evita les espelmes.
4. Obre la nevera i el congelador el mínim possible.
5. Envia missatges en lloc de trucar. Així no satures la xarxa.
6. Informa't per la ràdio i pels canals oficials de Protecció Civil i del teu ajuntament.
7. Si algú queda tancat en un ascensor, truca al 112. No l'intentis treure tu.
8. Pregunta com estan els veïns grans o els que viuen sols.

Font: Protecció Civil de Catalunya.

Hi ha un incendi forestal

1. Si veus fum o foc, truca al 112.
2. Si el foc arriba a prop de casa, queda't a dins, si les autoritats no et diuen el contrari. Tanca portes i finestres.
3. Tanca el gas i els dipòsits de combustible.
4. Porta roba de cotó o de llana. Evita les fibres sintètiques.
5. Si el foc et sorprèn al bosc, tapa't el nas i la boca amb un mocador mullat. Allunya't del foc pels costats, mai pendent amunt.
6. Si vas amb cotxe, encén els llums perquè et vegin.
7. Per prevenir-ho: no llencis burilles ni llumins.

Font: Departament d'Interior, Protecció Civil.

Plou molt fort o hi ha inundacions

1. No travessis mai una zona inundada, ni a peu ni amb cotxe. Poca aigua en moviment pot arrossegar un cotxe.
2. No baixis a soterranis, garatges ni aparcaments subterranis.
3. Allunya't de rieres, torrents i rius, encara que estiguin secs.
4. Si l'aigua entra a casa, desconnecta la llum i el gas i puja als pisos de dalt.
5. No aparquis a prop de rieres ni de llits de rius.
6. Segueix els avisos del Servei Meteorològic de Catalunya i de Protecció Civil.

Font: Protecció Civil de Catalunya.

Fa molta calor

1. Beu aigua sovint, encara que no tinguis set.
2. Refresca't amb dutxes o tovalloles mullades.
3. De dia, abaixa les persianes de les finestres on toca el sol.
4. No surtis a les hores de més calor. Evita l'esforç físic intens.
5. Si prens medicaments, pregunta al metge si cal canviar alguna cosa.
6. Fes servir protecció solar i ulleres de sol.
7. Truca o visita les persones grans que viuen soles.

Font: Departament d'Interior, Protecció Civil.

Neva o glaça

1. A casa, tingues a punt una ràdio, piles, llanternes i menjar energètic.
2. Si surts, abriga't amb diverses capes de roba lleugera. Evita els esforços intensos.
3. Evita conduir de nit. Porta cadenes i el kit del cotxe.
4. Si quedes atrapat amb el cotxe i no trobes refugi, queda't a dins. No t'adormis amb el motor engegat.
5. Truca només si cal. Deixa les línies lliures per a les emergències.

Font: Departament d'Interior, Protecció Civil.

Hi ha un terratrèmol

1. No surtis de l'edifici mentre tremola.
2. Posa't sota una taula sòlida o en un racó de paret. Protegeix-te el cap.
3. No agafis l'ascensor.
4. Al carrer, allunya't dels edificis i dels pals de la llum.
5. Després, tanca l'aigua, el gas i la llum. Allunya't de la costa.
6. Si quedes atrapat, no cridis. Tapa't la boca i el nas. Pica a les canonades o als pilars perquè et sentin.

Font: Departament d'Interior, Protecció Civil.

Diuen que t'has de confinar

Per exemple, per un accident químic. Ho anuncien les sirenes, la ràdio o les autoritats.

1. Entra al primer edifici que trobis.
2. Tanca portes i finestres. Atura la ventilació i l'aire condicionat.
3. No vagis a buscar els infants a l'escola. Allà també es confinen i estan protegits.
4. No truquis si no és una emergència.
5. Escolta la ràdio i segueix les indicacions de Protecció Civil.
6. No surtis fins que les autoritats ho diguin.

Font: Protecció Civil de Catalunya (pla PLASEQCAT).

Primers auxilis

Abans de res: **protegeix** (que no hi hagi perill per a tu), **avisa** (112) i **socorre**.

Una persona no respon i no respira

1. Parla-li fort i toca-li les espatlles. Mira si respira amb normalitat.
2. Si no respon i no respira bé, truca al 112 i posa l'altaveu.
3. Posa el taló d'una mà al centre del pit i l'altra mà a sobre. Braços rectes.
4. Prem fort i ràpid: 5–6 cm de fondària, 100–120 cops per minut. Deixa que el pit torni a pujar.
5. No t'aturis fins que arribi ajuda o la persona respiri amb normalitat.
6. Si hi ha un desfibril·lador (DEA), fes que te'l portin. Engega'l i segueix la seva veu.

Si en tens formació, alterna 30 compressions i 2 insuflacions.

Font: Consell Europeu de Ressuscitació (ERC).

Una persona s'ennuega

1. Si pot tossir, anima-la a tossir fort.
2. Si no pot tossir ni parlar, inclina-la endavant i dona-li 5 cops forts a l'esquena, entre els omòplats.
3. Si no surt, fes 5 compressions abdominals: posa't darrere, el puny entre el melic i les costelles, i estira cap a dins i cap amunt.
4. Alterna 5 cops i 5 compressions.
5. Si perd el coneixement, truca al 112 i comença la reanimació.

Font: Consell Europeu de Ressuscitació (ERC).

Una persona sagna molt

1. Prem la ferida fort i sense parar, amb una gasa o un drap net.
2. Si el drap es mulla, posa'n un altre a sobre. No treguis el primer.
3. Truca al 112 si no s'atura.

Font: Consell Europeu de Ressuscitació (ERC).

Una persona s'ha cremat

1. Refreda la cremada amb aigua corrent fresca, no gelada, durant 20 minuts.
2. Treu anells, rellotges i la roba que no estigui enganxada.
3. No hi posis gel, pomades, olis ni pasta de dents.
4. Cobreix-la amb paper film o un drap net.
5. Truca al 112 si és gran, si és a la cara, les mans o els genitals, o si és un infant.

Font: Consell Europeu de Ressuscitació (ERC).

Una persona està inconscient però respira

1. Truca al 112.
2. Posa-la de costat, en posició lateral de seguretat, amb el cap una mica enrere.
3. Mira que continuï respirant fins que arribi ajuda. Si deixa de respirar, comença la reanimació.

Font: Consell Europeu de Ressuscitació (ERC).

Una persona s'ha intoxicat

1. Truca al 91 562 04 20 (informació toxicològica) o al 112 si hi ha símptomes greus.
2. No la facis vomitar.
3. Guarda l'envàs del producte per saber què ha pres.

Font: Institut Nacional de Toxicologia.

Kit d'emergència

Per aguantar 72 hores sense llum, aigua ni gas. Desa'l en un lloc fàcil i que tothom de casa sàpiga on és. Marca el que ja tens: es queda guardat en aquest dispositiu.

0 de 14

Bàsic

- [ ] Aigua potable: 1,5 litres per persona i dia, com a mínim
- [ ] Farmaciola i la medicació habitual
- [ ] Llanterna o frontal, amb piles de recanvi
- [ ] Ràdio de piles o de maneta

- [ ] DNI, targeta sanitària i assegurances, en una bossa impermeable
- [ ] Diners en efectiu i targeta bancària
- [ ] Mòbil, carregador i bateria externa
- [ ] Ulleres, audiòfons, bastó o el que necessitis cada dia

Si et quedes a casa

- [ ] Menjar de llarga durada que no calgui cuinar

Si has de marxar

- [ ] Roba i sabates de recanvi
- [ ] Impermeable
- [ ] Productes d'higiene personal
- [ ] Claus de casa i del cotxe

Si tens animals

- [ ] Menjar i aigua per a uns dies, cartilla, transportí i corretja

Font: Generalitat de Catalunya, «Com preparar-te per a una emergència».

Aquesta guia no substitueix les indicacions de les autoritats. Segueix sempre el que diguin Protecció Civil i els serveis d'emergència.

Catalunya

Catalunya, en xifres oficials.

Habitants · 2025 **8.124.126**	Superfície · 2025 **32.108** km²	Densitat · 2025 **253** hab./km²
Municipis · 2025 **947**	Comarques **42** i l'Aran	Punt més alt · Pica d'Estats **3.143** m

Qui hi viu

Per edat 2025



0–14 anys · **13,3 %** 15–64 anys · **67,0 %** 65 anys o més · **19,7 %**

Per lloc de naixement 2025



Catalunya · **61,4 %** Resta d'Espanya · **13,5 %** Estranger · **25,1 %**

Com s'organitza

Catalunya és una comunitat autònoma. La seva norma bàsica és l'Estatut d'autonomia de 2006. L'autogovern s'organitza a la Generalitat, que formen el Parlament, la Presidència i el Govern. El Parlament té 135 diputats.

El territori es divideix en 4 províncies, 42 comarques i l'Aran, que té un règim propi, i 947 municipis. La capital és Barcelona.

El català és la llengua pròpia de Catalunya. Són oficials el català, el castellà i l'occità, que a l'Aran s'anomena aranès. La llengua de signes catalana també té reconeixement legal.

El punt més alt és la Pica d'Estats, a 3.143 metres. La Diada Nacional és l'11 de setembre.

Fonts: Estatut d'autonomia de Catalunya (2006), Llei 35/2010 de l'occità, Llei 17/2010 de la llengua de signes catalana i Institut Cartogràfic i Geològic de Catalunya.

Cerca un municipi

Comarques

Comarca	Habitants ↓	km²	Hab./km²
Barcelonès	2.398.280	146	16.454,8
Vallès Occidental	970.228	583	1.663,8
Baix Llobregat	856.867	486	1.763,1
Maresme	477.375	399	1.197,8
Vallès Oriental	431.351	735	586,9
Tarragonès	279.332	319	874,6
Segrià	221.630	1.397	158,7
Gironès	208.967	576	363,0
Baix Camp	207.529	697	297,7
Bages	187.620	1.092	171,8
Selva	187.308	995	188,2
Osona	165.946	1.019	162,9
Garraf	164.223	185	887,2
Alt Empordà	150.044	1.358	110,5
Baix Empordà	144.818	702	206,4
Anoia	129.956	866	150,0
Baix Penedès	120.720	296	407,2
Alt Penedès	116.098	593	195,9
Baix Ebre	84.077	1.003	83,9

Montsià	72.825	735	99,0
Garrotxa	63.339	735	86,2
Alt Camp	47.138	538	87,6
Berguedà	41.523	1.185	35,0
Noguera	39.957	1.784	22,4
Urgell	39.294	580	67,8
Pla d'Urgell	38.529	305	126,3
Pla de l'Estany	33.828	263	128,7
Ripollès	25.914	957	27,1
Segarra	22.853	563	40,6
Ribera d'Ebre	22.361	827	27,0
Alt Urgell	21.477	1.447	14,8
Conca de Barberà	20.748	650	31,9
Cerdanya	20.111	547	36,8
Garrigues	19.268	798	24,2
Solsonès	15.578	1.161	13,4
Moianès	14.864	338	44,0
Pallars Jussà	13.593	1.343	10,1
Terra Alta	11.385	743	15,3
Aran	10.651	634	16,8
Priorat	9.415	499	18,9

Pallars Sobirà	7.332	1.378	5,3
Lluçanès	5.723	227	25,3
Alta Ribagorça	4.051	427	9,5

Font: Idescat, El municipi en xifres (a partir del Cens de població anual de l'INE). Població a 1 de gener de 2025. Superfície de 2025. Altitud del nucli principal, de 2013.

Tots els municipis

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Abella de la Conca	Pallars Jussà	162	78,3	956
Abrera	Baix Llobregat	13.207	19,9	105
Àger	Noguera	635	160,6	642
Agramunt	Urgell	5.638	79,7	337
Aguilar de Segarra	Bages	293	43,3	480
Agullana	Alt Empordà	881	27,7	166
Aiguafreda	Osona	2.569	7,9	404
Aiguamúrcia	Alt Camp	1.002	73,0	314
Aiguaviva	Gironès	805	13,9	169
Aitona	Segrià	2.575	66,9	110
Els Alamús	Segrià	837	20,5	212
Alàs i Cerc	Alt Urgell	320	57,7	768
L'Albagés	Garrigues	339	25,7	372
Albanyà	Alt Empordà	158	94,4	239
Albatàrrec	Segrià	2.312	10,5	147
Albesa	Noguera	1.582	37,6	237
L'Albi	Garrigues	764	32,5	526
Albinyana	Baix Penedès	2.718	19,4	198
L'Albiol	Baix Camp	556	20,3	823
Albons	Baix Empordà	852	11,1	25
Alcanar	Montsià	10.048	47,1	72
Alcanó	Segrià	247	21,0	214
Alcarràs	Segrià	10.556	114,3	137
Alcoletge	Segrià	3.679	16,7	213
Alcover	Alt Camp	5.357	46,0	243
L'Aldea	Baix Ebre	4.725	35,2	9
Aldover	Baix Ebre	910	20,2	14
L'Aleixar	Baix Camp	1.026	26,1	262
Alella	Maresme	10.251	9,6	90

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Alfara de Carles	Baix Ebre	355	63,9	334
Alfarràs	Segrià	2.790	11,4	281
Alfés	Segrià	284	31,9	236
Alforja	Baix Camp	2.031	38,2	374
Algerri	Noguera	424	54,3	345
Alguaire	Segrià	3.057	50,1	304
Alins	Pallars Sobirà	270	183,2	1.048
Alió	Alt Camp	499	7,3	263
Almacelles	Segrià	7.197	49,0	247
Almatret	Segrià	292	56,8	462
Almenar	Segrià	3.357	66,6	329
Almoster	Baix Camp	1.383	6,0	290
Alòs de Balaguer	Noguera	117	69,1	297
Alp	Cerdanya	1.724	44,3	1.158
Alpens	Lluçanès	267	13,8	855
Alpicat	Segrià	6.556	15,3	264
Alt Àneu	Pallars Sobirà	456	217,8	1.076
Altafulla	Tarragonès	5.856	7,0	52
Amer	Selva	2.419	40,1	186
L'Ametlla de Mar	Baix Ebre	7.436	66,9	19
L'Ametlla del Vallès	Vallès Oriental	9.473	14,2	281
L'Ampolla	Baix Ebre	3.809	35,7	8
Amposta	Montsià	23.047	138,3	8
Anglès	Selva	5.904	16,3	181
Anglesola	Urgell	1.395	23,5	335
Arbeca	Garrigues	2.166	58,3	332
L'Arboç	Baix Penedès	5.701	14,1	166
Arbolí	Baix Camp	138	20,8	714
Arbúcies	Selva	6.635	86,2	291
Arenys de Mar	Maresme	16.982	6,8	10
Arenys de Munt	Maresme	9.527	21,3	121
Argelaguer	Garrotxa	467	12,5	183
Argençola	Anoia	245	47,1	716
L'Argentera	Baix Camp	139	10,1	344
Argentona	Maresme	12.891	25,4	88
L'Armentera	Alt Empordà	1.076	5,6	7
Arnes	Terra Alta	460	43,0	506
Arres	Aran	58	11,6	1.224
Arsèguel	Alt Urgell	85	10,6	950
Artés	Bages	6.211	17,9	316
Artesa de Lleida	Segrià	1.545	23,9	202
Artesa de Segre	Noguera	3.594	175,9	318

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Ascó	Ribera d'Ebre	1.594	73,6	70
Aspa	Segrià	232	10,2	256
Les Avellanes i Santa Linya	Noguera	434	103,0	567
Avià	Berguedà	2.263	27,2	677
Avinyó	Bages	2.325	63,2	353
Avinyonet de Puigventós	Alt Empordà	1.669	12,3	70
Avinyonet del Penedès	Alt Penedès	1.787	29,1	280
Badalona	Barcelonès	230.642	21,2	6
Badia del Vallès	Vallès Occidental	13.058	0,9	120
Bagà	Berguedà	2.167	43,1	785
Baix Pallars	Pallars Sobirà	350	129,4	591
Balaguer	Noguera	17.667	57,3	233
Balenyà	Osona	4.007	17,4	587
Balsareny	Bages	3.354	36,9	327
Banyeres del Penedès	Baix Penedès	3.392	12,2	173
Banyoles	Pla de l'Estany	20.887	11,1	172
Barbens	Pla d'Urgell	910	7,6	283
Barberà de la Conca	Conca de Barberà	486	26,6	475
Barberà del Vallès	Vallès Occidental	34.031	8,3	146
Barcelona	Barcelonès	1.713.247	101,4	13
La Baronia de Rialb	Noguera	216	145,1	388
Bàscara	Alt Empordà	1.048	17,5	66
Bassella	Alt Urgell	215	70,3	423
Batea	Terra Alta	1.873	128,4	376
Bausen	Aran	62	17,7	931
Begues	Baix Llobregat	7.545	50,4	399
Begur	Baix Empordà	4.286	20,7	200
Belianes	Urgell	512	15,7	373
Bell-lloc d'Urgell	Pla d'Urgell	2.359	34,9	196
Bellaguarda	Garrigues	287	17,1	640
Bellcaire d'Empordà	Baix Empordà	722	12,6	35
Bellcaire d'Urgell	Noguera	1.272	31,4	267
Bellmunt d'Urgell	Noguera	174	5,1	379
Bellmunt del Priorat	Priorat	288	8,9	261
Bellprat	Anoia	69	31,0	653
Bellpuig	Urgell	5.531	35,0	308
Bellvei	Baix Penedès	2.464	8,3	108
Bellver de Cerdanya	Cerdanya	2.289	98,2	1.061
Bellvís	Pla d'Urgell	2.239	46,7	207
Benavent de Segrià	Segrià	1.565	7,4	234
Benifallet	Baix Ebre	708	62,4	19
Benissanet	Ribera d'Ebre	1.191	23,1	26

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Berga	Berguedà	17.539	22,6	704
Besalú	Garrotxa	2.591	4,9	151
Bescanó	Gironès	5.087	35,9	102
Beuda	Garrotxa	202	35,9	338
Bigues i Riells del Fai	Vallès Oriental	10.124	28,6	307
Biosca	Solsonès	185	66,2	455
La Bisbal d'Empordà	Baix Empordà	11.731	20,6	39
La Bisbal de Montsant	Priorat	214	14,1	372
La Bisbal del Penedès	Baix Penedès	4.270	32,5	189
Biure	Alt Empordà	227	10,0	81
Blancafort	Conca de Barberà	392	14,5	428
Blanes	Selva	42.446	17,7	13
Boadella i les Escaules	Alt Empordà	264	10,8	82
Bolvir	Cerdanya	493	10,3	1.145
Bonastre	Baix Penedès	778	25,0	177
Bòrdes, Es	Aran	281	21,4	852
Bordils	Gironès	1.824	7,3	42
Les Borges Blanques	Garrigues	6.458	61,6	304
Les Borges del Camp	Baix Camp	2.313	8,2	238
Borrassà	Alt Empordà	802	9,5	73
Borredà	Berguedà	434	43,5	854
Bossòst	Aran	1.178	28,2	710
Bot	Terra Alta	545	34,9	286
Botarell	Baix Camp	1.156	12,0	196
Bovera	Garrigues	252	31,1	297
Bràfim	Alt Camp	705	6,4	236
Breda	Selva	3.964	5,0	169
El Bruc	Anoia	2.294	47,2	489
El Brull	Osona	297	41,0	843
Brunyola i Sant Martí Sapresa	Selva	399	36,8	247
Cabacés	Priorat	295	31,3	358
Cabanabona	Noguera	70	14,2	421
Cabanelles	Alt Empordà	286	55,6	194
Cabanes	Alt Empordà	998	15,0	26
Les Cabanyes	Alt Penedès	1.064	1,2	252
Cabó	Alt Urgell	87	80,3	768
Cabra del Camp	Alt Camp	1.387	27,0	493
Cabrera d'Anoia	Anoia	1.777	17,0	299
Cabrera de Mar	Maresme	5.053	9,0	104
Cabrils	Maresme	7.755	7,1	147
Cadaqués	Alt Empordà	2.906	26,4	23
Calaf	Anoia	3.627	9,2	680

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Calafell	Baix Penedès	32.429	20,4	67
Calders	Moianès	1.121	33,1	552
Caldes d'Estrac	Maresme	3.348	0,9	33
Caldes de Malavella	Selva	8.644	57,3	84
Caldes de Montbui	Vallès Oriental	18.554	37,5	203
Calella	Maresme	20.775	8,0	5
Calldetenes	Osona	2.724	5,8	489
Callús	Bages	2.193	12,5	260
Calonge de Segarra	Anoia	179	37,2	688
Calonge i Sant Antoni	Baix Empordà	12.268	33,6	22
Camarasa	Noguera	800	157,1	321
Camarles	Baix Ebre	3.499	25,2	13
Cambrils	Baix Camp	37.068	35,2	24
Camós	Pla de l'Estany	700	15,7	168
Campdevànol	Ripollès	3.240	32,6	738
Campelles	Ripollès	163	18,6	1.303
Campins	Vallès Oriental	588	7,3	321
Campllong	Gironès	534	8,6	113
Camprodon	Ripollès	2.560	103,4	947
Canejan	Aran	96	48,3	906
Canet d'Adri	Gironès	742	44,4	217
Canet de Mar	Maresme	15.191	5,6	15
La Canonja	Tarragonès	5.993	7,3	50
Canovelles	Vallès Oriental	17.445	6,7	175
Cànoves i Samalús	Vallès Oriental	3.393	29,2	346
Cantallops	Alt Empordà	367	19,6	200
Canyelles	Garraf	5.494	14,2	142
Capafonts	Baix Camp	101	13,4	751
Capçanes	Priorat	446	22,5	223
Capellades	Anoia	5.598	2,9	317
Capmany	Alt Empordà	677	26,4	107
Capolat	Berguedà	93	34,1	1.279
Cardedeu	Vallès Oriental	19.050	12,1	193
Cardona	Bages	4.540	66,7	507
Carme	Anoia	860	11,7	351
Caseres	Terra Alta	250	42,9	324
Cassà de la Selva	Gironès	11.167	45,2	137
Casserres	Berguedà	1.665	29,5	611
Castell d'Aro, Platja d'Aro i s'Agaró	Baix Empordà	12.889	21,7	5
Castell de l'Areny	Berguedà	68	24,4	954
Castell de Mur	Pallars Jussà	159	62,4	532
Castellar de la Ribera	Solsonès	131	60,2	657

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Castellar de n'Hug	Berguedà	166	47,1	1.395
Castellar del Riu	Berguedà	151	32,7	920
Castellar del Vallès	Vallès Occidental	25.395	44,9	331
Castellbell i el Vilar	Bages	4.163	28,5	178
Castellbisbal	Vallès Occidental	13.058	31,0	132
Castellcir	Moianès	802	34,2	773
Castelldans	Garrigues	955	65,1	353
Castelldefels	Baix Llobregat	69.689	12,9	3
Castellet i la Gornal	Alt Penedès	2.773	47,5	137
Castellfollit de la Roca	Garrotxa	960	0,7	296
Castellfollit de Riubregós	Anoia	153	26,2	467
Castellfollit del Boix	Bages	469	58,9	700
Castellgalí	Bages	2.411	17,2	266
Castellnou de Bages	Bages	1.471	29,2	469
Castellnou de Seana	Pla d'Urgell	733	16,1	269
Castelló d'Empúries	Alt Empordà	12.275	42,3	17
Castelló de Farfanya	Noguera	548	52,6	358
Castellolí	Anoia	670	25,3	415
Castellserà	Urgell	987	15,8	267
Castellterçol	Moianès	2.742	31,9	726
Castellvell del Camp	Baix Camp	3.001	5,2	219
Castellví de la Marca	Alt Penedès	1.718	28,4	198
Castellví de Rosanes	Baix Llobregat	2.166	16,4	178
El Catllar	Tarragonès	5.387	26,4	59
Cava	Alt Urgell	38	42,2	1.335
La Cellera de Ter	Selva	2.033	14,6	166
Celrà	Gironès	5.613	19,5	71
Centelles	Osona	7.860	15,2	496
Cercs	Berguedà	1.236	47,4	650
Cerdanyola del Vallès	Vallès Occidental	58.264	30,6	82
Cervelló	Baix Llobregat	9.726	24,1	122
Cervera	Segarra	9.630	55,2	548
Cervià de les Garrigues	Garrigues	637	34,2	444
Cervià de Ter	Gironès	1.030	9,9	45
Cistella	Alt Empordà	285	25,6	130
Ciutadilla	Urgell	186	17,0	519
Clariana de Cardener	Solsonès	160	40,8	500
El Cogul	Garrigues	162	17,5	279
Colera	Alt Empordà	489	24,4	10
Coll de Nargó	Alt Urgell	585	151,4	573
Collbató	Baix Llobregat	4.820	18,1	388
Colldejou	Baix Camp	157	14,5	431

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Collsuspina	Moianès	390	15,1	901
Colomers	Baix Empordà	206	4,4	41
La Coma i la Pedra	Solsonès	278	60,6	1.004
Conca de Dalt	Pallars Jussà	439	166,5	507
Conesa	Conca de Barberà	113	29,0	705
Constantí	Tarragonès	7.155	30,9	81
Copons	Anoia	352	18,7	432
Corbera d'Ebre	Terra Alta	1.024	53,1	337
Corbera de Llobregat	Baix Llobregat	16.044	18,4	342
Corbins	Segrià	1.490	21,0	211
Corçà	Baix Empordà	1.285	16,3	43
Cornellà de Llobregat	Baix Llobregat	92.255	7,0	27
Cornellà del Terri	Pla de l'Estany	2.413	27,7	96
Cornudella de Montsant	Priorat	1.014	63,5	533
Creixell	Tarragonès	4.244	10,5	48
Crespià	Pla de l'Estany	253	11,4	138
Cruïlles, Monells i Sant Sadurní de l'Heura	Baix Empordà	1.347	99,8	110
Cubelles	Garraf	17.648	13,5	12
Cubells	Noguera	354	39,2	499
Cunit	Baix Penedès	16.304	9,7	10
Darnius	Alt Empordà	561	34,9	193
Das	Cerdanya	261	14,6	1.219
Deltebre	Baix Ebre	12.074	107,4	6
Dosrius	Maresme	6.307	40,7	147
Duesaigües	Baix Camp	219	13,6	268
L'Escala	Alt Empordà	10.641	16,3	14
Esparreguera	Baix Llobregat	22.639	27,4	187
Espinelves	Osona	262	17,4	752
L'Espluga Calba	Garrigues	324	21,5	434
L'Espluga de Francolí	Conca de Barberà	3.892	57,0	411
Esplugues de Llobregat	Baix Llobregat	48.424	4,6	110
Espolla	Alt Empordà	399	43,6	124
Esponellà	Pla de l'Estany	444	16,1	142
Espot	Pallars Sobirà	377	97,3	1.318
L'Espunyola	Berguedà	260	35,5	803
L'Esquirol	Osona	2.303	61,8	693
Estamariu	Alt Urgell	134	21,2	1.084
L'Estany	Moianès	391	10,3	870
Estaràs	Segarra	161	21,0	596
Esterri d'Àneu	Pallars Sobirà	914	8,5	957
Esterri de Cardós	Pallars Sobirà	63	16,6	1.212
Falset	Priorat	2.892	31,6	364

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
El Far d'Empordà	Alt Empordà	624	9,0	44
Farrera	Pallars Sobirà	120	61,9	1.294
La Fatarella	Terra Alta	841	56,5	487
La Febró	Baix Camp	35	16,1	754
Figaró-Montmany	Vallès Oriental	1.187	15,0	330
Fígols	Berguedà	41	29,3	1.154
Fígols i Alinyà	Alt Urgell	235	101,8	602
La Figuera	Priorat	116	18,7	576
Figueres	Alt Empordà	49.556	19,3	39
Figuerola del Camp	Alt Camp	343	22,7	474
Flaçà	Gironès	1.174	6,5	34
Flix	Ribera d'Ebre	3.342	116,9	47
La Floresta	Garrigues	159	5,5	316
Fogars de la Selva	Selva	1.705	32,1	45
Fogars de Montclús	Vallès Oriental	493	39,7	386
Foixà	Baix Empordà	298	18,8	85
Folgueroles	Osona	2.262	10,5	552
Fondarella	Pla d'Urgell	828	5,4	243
Fonollosa	Bages	1.571	51,7	525
Font-rubí	Alt Penedès	1.436	37,4	319
Fontanals de Cerdanya	Cerdanya	516	28,7	1.180
Fontanilles	Baix Empordà	170	9,3	29
Fontcoberta	Pla de l'Estany	1.482	17,3	207
Foradada	Noguera	194	28,6	455
Forallac	Baix Empordà	1.786	50,6	51
Forès	Conca de Barberà	39	16,0	866
Fornells de la Selva	Gironès	2.813	11,9	102
Fortià	Alt Empordà	789	10,8	8
Les Franqueses del Vallès	Vallès Oriental	20.855	29,1	181
Freginals	Montsià	445	17,6	126
La Fuliola	Urgell	1.277	11,1	275
Fulleda	Garrigues	87	16,2	581
Gaià	Bages	174	39,5	481
La Galera	Montsià	731	27,5	112
Gallifa	Vallès Occidental	171	16,3	502
Gandesa	Terra Alta	3.151	71,2	363
Garcia	Ribera d'Ebre	555	52,4	73
Els Garidells	Alt Camp	211	3,1	132
La Garriga	Vallès Oriental	17.386	18,8	252
Garrigàs	Alt Empordà	479	19,9	101
Garrigoles	Baix Empordà	183	9,4	92
Garriguella	Alt Empordà	989	21,0	56

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Gavà	Baix Llobregat	48.181	30,8	9
Gavet de la Conca	Pallars Jussà	257	90,9	421
Gelida	Alt Penedès	8.192	26,7	196
Ger	Cerdanya	501	33,4	1.135
Gimenells i el Pla de la Font	Segrià	1.072	55,8	258
Ginestar	Ribera d'Ebre	799	15,8	26
Girona	Gironès	108.352	39,1	70
Gironella	Berguedà	5.082	6,8	469
Gisclareny	Berguedà	28	36,5	1.340
Godall	Montsià	600	33,6	168
Golmés	Pla d'Urgell	1.914	16,6	275
Gombrèn	Ripollès	206	43,3	919
Gósol	Berguedà	207	56,3	1.423
La Granada	Alt Penedès	2.281	6,5	272
La Granadella	Garrigues	751	88,7	528
Granera	Moianès	83	23,7	782
La Granja d'Escarp	Segrià	994	38,5	78
Granollers	Vallès Oriental	65.123	14,9	145
Granyanella	Segarra	154	24,4	508
Granyena de les Garrigues	Garrigues	174	20,5	366
Granyena de Segarra	Segarra	149	16,3	636
Gratallops	Priorat	227	13,5	321
Gualba	Vallès Oriental	1.753	23,3	177
Gualta	Baix Empordà	437	9,0	15
Guardiola de Berguedà	Berguedà	962	61,7	720
Els Guiamets	Priorat	253	12,1	226
Guils de Cerdanya	Cerdanya	559	22,0	1.385
Guimerà	Urgell	253	25,8	555
La Guingueta d'Àneu	Pallars Sobirà	276	108,4	919
Guissona	Segarra	7.715	18,1	484
Guixers	Solsonès	125	66,4	840
Gurb	Osona	2.738	51,6	516
Horta de Sant Joan	Terra Alta	1.156	119,0	542
L'Hospitalet de Llobregat	Barcelonès	292.161	12,4	8
Els Hostalets de Pierola	Anoia	3.254	33,5	361
Hostalric	Selva	4.464	3,4	189
Igualada	Anoia	42.449	8,1	313
Isona i Conca Dellà	Pallars Jussà	1.034	139,4	659
Isòvol	Cerdanya	314	10,8	1.088
Ivars d'Urgell	Pla d'Urgell	1.598	24,3	265
Ivars de Noguera	Noguera	318	27,1	314
Ivorra	Segarra	101	15,4	567

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Jafre	Baix Empordà	384	6,6	44
La Jonquera	Alt Empordà	3.410	56,9	110
Jorba	Anoia	849	30,9	380
Josa i Tuixén	Alt Urgell	110	68,2	1.206
Juià	Gironès	320	8,4	94
Juncosa	Garrigues	379	76,5	575
Juneda	Garrigues	3.523	47,3	264
Les	Aran	1.052	23,5	634
Linyola	Pla d'Urgell	2.755	28,7	248
La Llacuna	Anoia	961	52,2	615
Lladó	Alt Empordà	823	13,5	197
Lladorre	Pallars Sobirà	246	147,0	1.052
Lladurs	Solsonès	186	128,0	834
La Llagosta	Vallès Oriental	13.254	3,0	45
Llagostera	Gironès	9.579	76,4	160
Llambilles	Gironès	732	14,6	143
Llanars	Ripollès	517	24,7	983
Llançà	Alt Empordà	5.033	28,0	4
Llardecans	Segrià	444	66,0	397
Llavorsí	Pallars Sobirà	343	68,5	811
Lleida	Segrià	147.369	212,3	155
Llers	Alt Empordà	1.268	21,3	142
Lles de Cerdanya	Cerdanya	294	102,8	1.471
Lliçà d'Amunt	Vallès Oriental	16.519	22,3	145
Lliçà de Vall	Vallès Oriental	6.891	10,8	125
Llimiana	Pallars Jussà	130	41,7	790
Llinars del Vallès	Vallès Oriental	10.931	27,6	198
Llívia	Cerdanya	1.572	12,9	1.224
El Lloar	Priorat	100	6,6	219
Llobera	Solsonès	201	39,2	855
Llorac	Conca de Barberà	105	23,3	648
Llorenç del Penedès	Baix Penedès	2.426	4,6	162
Lloret de Mar	Selva	41.944	48,7	5
Les Llosses	Ripollès	197	114,0	1.000
Lluçà	Lluçanès	280	53,0	745
Maçanet de Cabrenys	Alt Empordà	768	67,9	370
Maçanet de la Selva	Selva	8.065	45,6	100
Madremanya	Gironès	277	13,7	177
Maià de Montcal	Garrotxa	498	17,3	241
Maials	Segrià	945	57,1	395
Maldà	Urgell	240	31,4	428
Malgrat de Mar	Maresme	19.630	8,8	4

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Malla	Osona	286	11,0	580
Manlleu	Osona	21.321	17,2	461
Manresa	Bages	80.692	41,6	238
Marçà	Priorat	624	16,1	315
Margalef	Priorat	110	34,7	379
Marganell	Bages	311	13,5	291
Martorell	Baix Llobregat	28.989	12,8	56
Martorelles	Vallès Oriental	4.987	3,6	96
Mas de Barberans	Montsià	535	78,8	348
Masarac i Vilarnadal	Alt Empordà	291	12,6	85
Masdenverge	Montsià	1.145	14,6	54
Les Masies de Roda	Osona	758	16,5	468
Les Masies de Voltregà	Osona	3.345	22,4	533
Masllorenç	Baix Penedès	568	6,6	304
El Masnou	Maresme	24.727	3,4	27
La Masó	Alt Camp	308	3,6	115
Maspujols	Baix Camp	917	3,7	214
Masquefa	Anoia	10.111	17,1	257
El Masroig	Priorat	477	15,5	192
Massalcoreig	Segrià	589	14,1	94
Massanes	Selva	881	26,1	164
Massoteres	Segarra	226	26,1	502
Matadepera	Vallès Occidental	9.808	25,4	423
Mataró	Maresme	131.370	22,5	28
Mediona	Alt Penedès	2.664	47,6	430
Menàrguens	Noguera	802	20,3	205
Meranges	Cerdanya	111	37,3	1.539
Mieres	Garrotxa	368	26,3	286
El Milà	Alt Camp	194	4,1	166
Miralcamp	Pla d'Urgell	1.359	14,9	287
Miravet	Ribera d'Ebre	701	32,3	43
Moià	Moianès	6.807	75,3	717
El Molar	Priorat	301	22,8	228
Molins de Rei	Baix Llobregat	27.291	15,9	37
Mollerussa	Pla d'Urgell	16.016	7,1	250
Mollet de Peralada	Alt Empordà	202	6,0	59
Mollet del Vallès	Vallès Oriental	52.759	10,8	65
Molló	Ripollès	350	43,1	1.182
La Molsosa	Solsonès	101	26,9	667
Monistrol de Calders	Moianès	764	22,0	447
Monistrol de Montserrat	Bages	3.233	11,8	161
Mont-ral	Alt Camp	176	34,7	888

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Mont-ras	Baix Empordà	1.690	12,3	88
Mont-roig del Camp	Baix Camp	14.652	63,3	120
Montagut i Oix	Garrotxa	1.014	93,7	276
Montblanc	Conca de Barberà	7.568	91,1	350
Montbrió del Camp	Baix Camp	3.167	10,7	132
Montcada i Reixac	Vallès Occidental	37.446	23,5	36
Montclar	Berguedà	133	21,9	728
Montellà i Martinet	Cerdanya	605	55,0	967
Montesquiu	Osona	1.133	4,9	577
Montferrer i Castellbò	Alt Urgell	1.161	176,7	732
Montferri	Alt Camp	509	19,2	229
Montgai	Noguera	643	28,9	286
Montgat	Maresme	12.835	2,9	20
Montmajor	Berguedà	471	76,5	756
Montmaneu	Anoia	182	13,6	709
El Montmell	Baix Penedès	1.945	72,8	429
Montmeló	Vallès Oriental	8.868	4,0	72
Montoliu de Lleida	Segrià	491	7,3	166
Montoliu de Segarra	Segarra	182	29,5	689
Montornès de Segarra	Segarra	87	12,3	605
Montornès del Vallès	Vallès Oriental	17.062	10,2	116
Montseny	Vallès Oriental	387	26,8	528
Móra d'Ebre	Ribera d'Ebre	5.841	45,1	38
Móra la Nova	Ribera d'Ebre	3.365	15,9	31
El Morell	Tarragonès	3.811	5,9	104
La Morera de Montsant	Priorat	154	52,9	743
Muntanyola	Osona	700	40,3	807
Mura	Bages	234	47,8	454
Nalec	Urgell	91	9,3	487
Naut Aran	Aran	1.893	255,8	1.267
Navarcles	Bages	6.277	5,5	269
Navàs	Bages	6.242	80,6	370
Navata	Alt Empordà	1.504	18,5	145
Navès	Solsonès	297	145,3	610
La Nou de Berguedà	Berguedà	163	25,0	876
La Nou de Gaià	Tarragonès	602	4,3	93
Nulles	Alt Camp	556	10,6	231
Odèn	Solsonès	230	114,4	1.130
Òdena	Anoia	3.756	52,7	421
Ogassa	Ripollès	222	45,2	951
Olèrdola	Alt Penedès	3.953	30,2	189
Olesa de Bonesvalls	Alt Penedès	2.134	30,8	265

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Olesa de Montserrat	Baix Llobregat	25.000	16,6	124
Oliana	Alt Urgell	1.869	32,4	469
Oliola	Noguera	192	86,3	452
Olius	Solsonès	989	54,8	742
Olivella	Garraf	4.473	38,8	211
Olost	Lluçanès	1.204	29,4	572
Olot	Garrotxa	39.516	29,0	443
Les Oluges	Segarra	167	19,0	528
Olvan	Berguedà	926	35,6	553
Els Omellons	Garrigues	187	11,1	385
Els Omells de na Gaia	Urgell	126	13,5	560
Ordis	Alt Empordà	411	8,6	98
Organyà	Alt Urgell	851	12,5	558
Orís	Osona	352	27,2	576
Oristà	Lluçanès	556	68,5	468
Orpí	Anoia	176	15,2	375
Òrrius	Maresme	814	5,7	259
Os de Balaguer	Noguera	1.094	136,0	463
Osor	Selva	429	52,1	340
Ossó de Sió	Urgell	200	26,3	391
Pacs del Penedès	Alt Penedès	934	6,3	201
Palafolls	Maresme	10.026	16,6	16
Palafrugell	Baix Empordà	24.556	26,9	64
Palamós i Sant Joan	Baix Empordà	18.921	14,0	12
El Palau d'Anglesola	Pla d'Urgell	2.225	12,3	250
Palau de Santa Eulàlia	Alt Empordà	124	8,4	86
Palau-sator	Baix Empordà	320	12,4	20
Palau-saverdera	Alt Empordà	1.524	16,5	78
Palau-solità i Plegamans	Vallès Occidental	15.584	14,9	130
Els Pallaresos	Tarragonès	5.043	5,1	120
Pallejà	Baix Llobregat	11.976	8,3	41
La Palma d'Ebre	Ribera d'Ebre	331	37,9	335
La Palma de Cervelló	Baix Llobregat	3.059	5,5	100
Palol de Revardit	Pla de l'Estany	463	18,0	152
Pals	Baix Empordà	2.552	25,8	55
El Papiol	Baix Llobregat	4.404	9,0	135
Pardines	Ripollès	168	31,1	1.226
Parets del Vallès	Vallès Oriental	18.899	9,1	98
Parlavà	Baix Empordà	435	6,2	40
Passanant i Belltall	Conca de Barberà	149	27,4	714
Pau	Alt Empordà	558	10,7	33
Paüls	Baix Ebre	554	43,8	378

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Pedret i Marzà	Alt Empordà	208	8,7	22
Penelles	Noguera	431	25,5	276
La Pera	Baix Empordà	449	11,5	93
Perafita	Lluçanès	433	19,6	754
Perafort	Tarragonès	1.353	9,5	125
Peralada	Alt Empordà	2.087	43,6	32
Peramola	Alt Urgell	339	56,2	566
El Perelló	Baix Ebre	3.005	100,7	142
Piera	Anoia	17.884	57,2	324
Les Piles	Conca de Barberà	228	22,4	676
Pineda de Mar	Maresme	30.071	10,7	10
El Pinell de Brai	Terra Alta	948	57,0	189
Pinell de Solsonès	Solsonès	198	91,1	800
Pinós	Solsonès	274	104,3	823
Pira	Conca de Barberà	512	8,0	385
El Pla de Santa Maria	Alt Camp	2.412	35,0	381
El Pla del Penedès	Alt Penedès	1.392	9,6	216
Les Planes d'Hostoles	Garrotxa	1.747	37,5	370
Planoles	Ripollès	313	18,8	1.136
Els Plans de Sió	Segarra	512	55,9	412
El Poal	Pla d'Urgell	648	8,9	216
La Pobla de Cérvoles	Garrigues	208	61,9	663
La Pobla de Claramunt	Anoia	2.350	18,5	265
La Pobla de Lillet	Berguedà	1.106	51,5	843
La Pobla de Mafumet	Tarragonès	4.187	6,2	98
La Pobla de Massaluca	Terra Alta	344	43,4	357
La Pobla de Montornès	Tarragonès	3.470	12,3	56
La Pobla de Segur	Pallars Jussà	3.179	32,8	524
Poboleda	Priorat	345	14,0	343
Polinyà	Vallès Occidental	8.572	8,8	123
El Pont d'Armentera	Alt Camp	507	21,7	349
El Pont de Bar	Alt Urgell	167	42,6	861
Pont de Molins	Alt Empordà	586	8,7	43
El Pont de Suert	Alta Ribagorça	2.425	148,1	838
El Pont de Vilomara i Rocafort	Bages	4.201	27,4	202
Pontils	Conca de Barberà	123	67,6	551
Pontons	Alt Penedès	515	25,9	584
Pontós	Alt Empordà	295	13,7	94
Ponts	Noguera	2.639	30,5	363
Porqueres	Pla de l'Estany	4.804	33,5	148
Porrera	Priorat	407	28,8	316
El Port de la Selva	Alt Empordà	1.055	41,6	12

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Portbou	Alt Empordà	1.132	9,2	28
La Portella	Segrià	730	12,3	259
Pradell de la Teixeta	Priorat	182	21,8	463
Prades	Baix Camp	644	32,6	950
Prat de Comte	Terra Alta	180	26,4	363
El Prat de Llobregat	Baix Llobregat	66.251	31,4	8
Pratdip	Baix Camp	784	36,3	245
Prats de Lluçanès	Lluçanès	2.759	13,8	707
Els Prats de Rei	Anoia	553	26,1	608
Prats i Sansor	Cerdanya	252	6,6	1.124
Preixana	Urgell	400	21,5	328
Preixens	Noguera	399	28,7	315
Premià de Dalt	Maresme	10.601	6,6	142
Premià de Mar	Maresme	29.348	2,1	8
Les Preses	Garrotxa	1.946	9,4	474
Prullans	Cerdanya	270	21,2	1.096
Puig-reig	Berguedà	4.558	45,8	455
Puigcerdà	Cerdanya	10.053	18,9	1.202
Puigdàlber	Alt Penedès	621	0,4	239
Puiggròs	Garrigues	270	9,9	334
Puigpelat	Alt Camp	1.225	9,5	252
Puigverd d'Agramunt	Urgell	239	17,0	366
Puigverd de Lleida	Segrià	1.416	12,5	219
Pujalt	Anoia	205	31,4	770
La Quar	Berguedà	44	38,3	885
Quart	Gironès	4.161	38,1	91
Queralbs	Ripollès	202	93,5	1.236
Querol	Alt Camp	614	72,3	565
Rabós	Alt Empordà	236	45,1	106
Rajadell	Bages	598	45,5	361
La Ràpita	Montsià	16.230	53,7	11
Rasquera	Ribera d'Ebre	788	51,3	174
Regencós	Baix Empordà	274	6,3	78
Rellinars	Vallès Occidental	928	17,8	322
Renau	Tarragonès	165	8,2	175
Reus	Baix Camp	111.911	52,8	117
Rialp	Pallars Sobirà	651	63,3	725
La Riba	Alt Camp	574	8,0	263
Riba-roja d'Ebre	Ribera d'Ebre	1.127	99,1	76
Ribera d'Ondara	Segarra	436	54,5	570
Ribera d'Urgellet	Alt Urgell	982	107,0	702
Ribes de Freser	Ripollès	1.839	41,9	912

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Riells i Viabrea	Selva	4.627	27,0	96
La Riera de Gaià	Tarragonès	1.831	8,8	28
Riner	Solsonès	270	47,1	830
Ripoll	Ripollès	10.812	73,7	691
Ripollet	Vallès Occidental	39.773	4,3	79
Riu de Cerdanya	Cerdanya	96	12,3	1.173
Riudarenes	Selva	2.524	47,6	84
Riudaura	Garrotxa	526	23,6	572
Riudecanyes	Baix Camp	1.379	17,1	195
Riudecols	Baix Camp	1.280	19,5	299
Riudellots de la Selva	Selva	2.121	13,1	98
Riudoms	Baix Camp	6.927	32,4	125
Riumors	Alt Empordà	258	6,5	7
La Roca del Vallès	Vallès Oriental	11.021	36,9	123
Rocafort de Queralt	Conca de Barberà	246	8,5	566
Roda de Berà	Tarragonès	8.240	16,5	57
Roda de Ter	Osona	6.948	2,2	443
Rodonyà	Alt Camp	518	8,5	312
Roquetes	Baix Ebre	8.606	136,9	14
Roses	Alt Empordà	20.175	45,9	5
Rosselló	Segrià	3.398	9,9	252
El Rourell	Alt Camp	385	2,3	114
Rubí	Vallès Occidental	82.825	32,3	123
Rubió	Anoia	228	48,0	629
Rupià	Baix Empordà	323	5,3	66
Rupit i Pruit	Osona	277	47,8	822
Sabadell	Vallès Occidental	224.589	37,8	190
Sagàs	Berguedà	153	44,6	738
Salàs de Pallars	Pallars Jussà	368	20,3	573
Saldes	Berguedà	301	66,4	1.215
Sales de Llierca	Garrotxa	164	35,8	260
Sallent	Bages	7.043	65,2	278
Salomó	Tarragonès	525	12,2	165
Salou	Tarragonès	31.018	15,1	2
Salt	Gironès	34.603	6,6	83
Sanaüja	Segarra	388	33,0	409
Sant Adrià de Besòs	Barcelonès	38.980	3,8	14
Sant Agustí de Lluçanès	Osona	106	13,3	816
Sant Andreu de la Barca	Baix Llobregat	27.069	5,5	42
Sant Andreu de Llavaneres	Maresme	11.910	11,8	114
Sant Andreu Salou	Gironès	163	6,0	132
Sant Aniol de Finestres	Garrotxa	381	47,7	289

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Sant Antoni de Vilamajor	Vallès Oriental	6.722	13,7	258
Sant Bartomeu del Grau	Osona	931	34,4	868
Sant Boi de Llobregat	Baix Llobregat	85.317	21,5	30
Sant Boi de Lluçanès	Osona	600	19,5	813
Sant Cebrià de Vallalta	Maresme	3.855	15,8	71
Sant Celoni	Vallès Oriental	18.916	65,2	152
Sant Climent de Llobregat	Baix Llobregat	4.187	10,8	87
Sant Climent Sescebes	Alt Empordà	691	24,4	86
Sant Cugat del Vallès	Vallès Occidental	97.959	48,2	124
Sant Cugat Sesgarrigues	Alt Penedès	1.037	6,2	266
Sant Esteve de la Sarga	Pallars Jussà	118	92,9	875
Sant Esteve de Palautordera	Vallès Oriental	3.099	10,6	231
Sant Esteve Sesrovires	Baix Llobregat	8.112	18,6	183
Sant Feliu de Buixalleu	Selva	883	61,9	402
Sant Feliu de Codines	Vallès Oriental	6.821	15,0	480
Sant Feliu de Guíxols	Baix Empordà	23.060	16,2	4
Sant Feliu de Llobregat	Baix Llobregat	46.688	11,8	25
Sant Feliu de Pallerols	Garrotxa	1.658	34,9	473
Sant Feliu Sasserra	Bages	634	22,4	617
Sant Ferriol	Garrotxa	248	42,2	148
Sant Fost de Campsentelles	Vallès Oriental	9.400	13,2	112
Sant Fruitós de Bages	Bages	9.324	22,3	247
Sant Gregori	Gironès	4.187	49,2	112
Sant Guim de Freixenet	Segarra	1.233	25,1	738
Sant Guim de la Plana	Segarra	192	12,5	556
Sant Hilari Sacalm	Selva	6.071	83,3	803
Sant Hipòlit de Voltregà	Osona	3.649	0,9	536
Sant Iscle de Vallalta	Maresme	1.482	17,8	129
Sant Jaume d'Enveja	Montsià	3.759	60,8	7
Sant Jaume de Frontanyà	Berguedà	25	21,3	1.072
Sant Jaume de Llierca	Garrotxa	861	6,8	203
Sant Jaume dels Domenys	Baix Penedès	2.819	24,5	213
Sant Joan de les Abadesses	Ripollès	3.393	53,7	773
Sant Joan de Mollet	Gironès	536	3,2	54
Sant Joan de Vilatorrada	Bages	11.109	16,4	277
Sant Joan Despí	Baix Llobregat	35.811	6,2	10
Sant Joan les Fonts	Garrotxa	3.159	31,9	342
Sant Jordi Desvalls	Gironès	881	11,7	57
Sant Julià de Cerdanyola	Berguedà	234	11,8	954
Sant Julià de Ramis	Gironès	3.702	18,8	128
Sant Julià de Vilatorta	Osona	3.336	15,9	600
Sant Julià del Llor i Bonmatí	Selva	1.462	9,7	160

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Sant Just Desvern	Baix Llobregat	21.045	7,8	122
Sant Llorenç d'Hortons	Alt Penedès	2.621	19,7	196
Sant Llorenç de la Muga	Alt Empordà	247	31,8	173
Sant Llorenç de Morunys	Solsonès	982	4,3	925
Sant Llorenç Savall	Vallès Occidental	2.591	41,1	466
Sant Martí d'Albars	Lluçanès	135	14,7	629
Sant Martí de Centelles	Osona	1.261	25,6	404
Sant Martí de Llémena	Gironès	727	43,1	256
Sant Martí de Riucorb	Urgell	675	34,9	409
Sant Martí de Tous	Anoia	1.269	39,2	465
Sant Martí Sarroca	Alt Penedès	3.476	35,3	291
Sant Martí Sesgueioles	Anoia	353	3,9	646
Sant Martí Vell	Gironès	270	17,5	65
Sant Mateu de Bages	Bages	640	102,9	569
Sant Miquel de Campmajor	Pla de l'Estany	257	33,2	217
Sant Miquel de Fluvià	Alt Empordà	858	3,5	28
Sant Mori	Alt Empordà	167	7,5	51
Sant Pau de Segúries	Ripollès	719	8,7	867
Sant Pere de Ribes	Garraf	32.613	40,8	44
Sant Pere de Riudebitlles	Alt Penedès	2.512	5,4	246
Sant Pere de Torelló	Osona	2.607	55,1	621
Sant Pere de Vilamajor	Vallès Oriental	5.069	34,7	305
Sant Pere Pescador	Alt Empordà	2.285	18,5	5
Sant Pere Sallavinera	Anoia	177	22,0	588
Sant Pol de Mar	Maresme	5.778	7,5	15
Sant Quintí de Mediona	Alt Penedès	2.585	13,8	326
Sant Quirze de Besora	Osona	2.163	8,1	587
Sant Quirze del Vallès	Vallès Occidental	20.175	14,1	188
Sant Quirze Safaja	Moianès	664	26,2	627
Sant Ramon	Segarra	483	18,5	641
Sant Sadurní d'Anoia	Alt Penedès	12.930	19,0	162
Sant Sadurní d'Osormort	Osona	86	30,6	531
Sant Salvador de Guardiola	Bages	3.596	37,2	334
Sant Vicenç de Castellet	Bages	10.167	17,1	176
Sant Vicenç de Montalt	Maresme	6.829	8,1	143
Sant Vicenç de Torelló	Osona	2.118	7,0	555
Sant Vicenç dels Horts	Baix Llobregat	28.760	9,1	22
Santa Bàrbara	Montsià	3.866	28,2	79
Santa Cecília de Voltregà	Osona	197	8,6	519
Santa Coloma de Cervelló	Baix Llobregat	8.275	7,5	73
Santa Coloma de Farners	Selva	14.218	70,6	142
Santa Coloma de Gramenet	Barcelonès	123.250	7,0	56

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Santa Coloma de Queralt	Conca de Barberà	2.832	33,9	674
Santa Cristina d'Aro	Baix Empordà	5.972	67,6	30
Santa Eugènia de Berga	Osona	2.350	7,0	538
Santa Eulàlia de Riuprimer	Osona	1.516	13,8	568
Santa Eulàlia de Ronçana	Vallès Oriental	7.955	14,2	242
Santa Fe del Penedès	Alt Penedès	367	3,4	240
Santa Llogaia d'Àlguema	Alt Empordà	400	1,9	42
Santa Margarida de Montbui	Anoia	10.601	27,6	316
Santa Margarida i els Monjos	Alt Penedès	7.775	17,2	161
Santa Maria d'Oló	Moianès	1.100	66,2	542
Santa Maria de Besora	Osona	164	24,7	866
Santa Maria de Martorelles	Vallès Oriental	867	4,5	181
Santa Maria de Merlès	Berguedà	179	52,1	532
Santa Maria de Miralles	Anoia	144	25,0	543
Santa Maria de Palautordera	Vallès Oriental	10.060	16,9	208
Santa Oliva	Baix Penedès	3.711	9,7	101
Santa Pau	Garrotxa	1.578	49,0	496
Santa Perpètua de Mogoda	Vallès Occidental	26.101	15,8	74
Santa Susanna	Maresme	4.049	12,6	10
Santpedor	Bages	7.739	16,5	336
Sarral	Conca de Barberà	1.647	52,4	467
Sarrià de Ter	Gironès	5.404	4,2	70
Sarroca de Bellera	Pallars Jussà	111	87,5	1.002
Sarroca de Lleida	Segrià	383	42,2	201
Saus, Camallera i Llampaies	Alt Empordà	908	11,4	86
Savallà del Comtat	Conca de Barberà	49	14,8	825
La Secuita	Tarragonès	1.848	17,8	169
La Selva de Mar	Alt Empordà	223	7,2	48
La Selva del Camp	Baix Camp	5.751	35,3	246
Senan	Conca de Barberà	47	11,7	652
La Sénia	Montsià	5.605	108,4	369
Senterada	Pallars Jussà	161	34,5	729
La Sentiu de Sió	Noguera	448	29,6	281
Sentmenat	Vallès Occidental	9.528	28,8	207
Serinyà	Pla de l'Estany	1.227	17,4	188
Seròs	Segrià	1.922	85,8	103
Serra de Daró	Baix Empordà	241	7,9	15
Setcases	Ripollès	196	49,1	1.265
La Seu d'Urgell	Alt Urgell	13.003	15,5	691
Seva	Osona	3.818	30,4	663
Sidamon	Pla d'Urgell	757	8,1	232
Sils	Selva	6.924	29,9	76

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Sitges	Garraf	32.690	43,9	10
Siurana	Alt Empordà	188	10,5	33
Sobremunt	Lluçanès	89	13,8	881
El Soleràs	Garrigues	313	12,2	381
Solivella	Conca de Barberà	639	21,4	489
Solsona	Solsonès	9.741	17,7	664
Sora	Osona	225	31,7	716
Soriguera	Pallars Sobirà	449	106,4	1.258
Sort	Pallars Sobirà	2.287	105,1	692
Soses	Segrià	1.884	30,2	118
Subirats	Alt Penedès	3.287	55,9	243
Sudanell	Segrià	920	8,7	152
Sunyer	Segrià	310	12,7	211
Súria	Bages	6.196	23,6	326
Susqueda	Selva	103	50,6	816
Tagamanent	Vallès Oriental	329	43,3	354
Talamanca	Bages	209	29,4	552
Talarn	Pallars Jussà	559	28,0	572
Talavera	Segarra	281	30,1	791
La Tallada d'Empordà	Baix Empordà	485	16,6	20
Taradell	Osona	6.838	26,5	623
Tarragona	Tarragonès	143.260	57,9	68
Tàrrega	Urgell	18.991	88,4	373
Tarrés	Garrigues	125	13,0	578
Tarroja de Segarra	Segarra	163	7,6	460
Tavèrnoles	Osona	354	18,8	537
Tavertet	Osona	128	32,5	869
Teià	Maresme	6.894	6,6	128
Térmens	Noguera	1.345	27,5	208
Terrades	Alt Empordà	337	21,0	228
Terrassa	Vallès Occidental	232.676	70,2	277
Tiana	Maresme	9.362	8,0	136
Tírvia	Pallars Sobirà	139	8,5	991
Tiurana	Noguera	69	15,9	387
Tivenys	Baix Ebre	952	53,5	13
Tivissa	Ribera d'Ebre	1.657	209,4	309
Tona	Osona	8.513	16,5	596
Torà	Solsonès	1.230	93,3	448
Tordera	Maresme	19.047	84,0	34
Torelló	Osona	15.334	13,0	508
Els Torms	Garrigues	135	13,8	476
Tornabous	Urgell	828	24,2	289

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
La Torre de Cabdella	Pallars Jussà	760	165,3	1.075
La Torre de Claramunt	Anoia	4.154	15,0	363
La Torre de Fontaubella	Priorat	120	7,1	369
La Torre de l'Espanyol	Ribera d'Ebre	642	27,9	164
Torre-serona	Segrià	419	5,9	197
Torrebesses	Segrià	280	27,5	287
Torredembarra	Tarragonès	18.190	8,7	15
Torrefarrera	Segrià	4.950	23,5	214
Torrefeta i Florejacs	Segarra	593	88,9	475
Torregrossa	Pla d'Urgell	2.285	40,5	232
Torrelameu	Noguera	816	10,9	201
Torrelavit	Alt Penedès	1.575	23,7	202
Torrelles de Foix	Alt Penedès	2.751	36,7	367
Torrelles de Llobregat	Baix Llobregat	6.162	13,6	126
Torrent	Baix Empordà	181	8,0	44
Torres de Segre	Segrià	2.295	50,6	119
Torroella de Fluvià	Alt Empordà	774	16,9	9
Torroella de Montgrí	Baix Empordà	12.507	65,9	31
Torroja del Priorat	Priorat	128	13,2	332
Tortellà	Garrotxa	848	11,1	276
Tortosa	Baix Ebre	36.258	218,5	12
Toses	Ripollès	198	57,9	1.444
Tossa de Mar	Selva	6.293	38,6	5
Tremp	Pallars Jussà	6.156	302,8	468
Ullà	Baix Empordà	1.256	7,3	21
Ullastrell	Vallès Occidental	2.170	7,3	342
Ullastret	Baix Empordà	252	11,1	49
Ulldecona	Montsià	6.814	126,9	133
Ulldemolins	Priorat	390	38,2	650
Ultramort	Baix Empordà	218	4,4	30
Urús	Cerdanya	201	17,4	1.263
Vacarisses	Vallès Occidental	7.710	40,7	382
La Vajol	Alt Empordà	110	4,7	546
La Vall d'en Bas	Garrotxa	3.265	90,7	510
La Vall de Bianya	Garrotxa	1.342	93,6	367
La Vall de Boí	Alta Ribagorça	1.129	219,5	1.111
Vall de Cardós	Pallars Sobirà	391	56,2	898
Vall-llobrega	Baix Empordà	902	5,5	49
Vallbona d'Anoia	Anoia	1.420	6,5	289
Vallbona de les Monges	Urgell	224	34,1	481
Vallcebre	Berguedà	260	28,0	1.123
Vallclara	Conca de Barberà	91	13,6	625

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Vallfogona de Balaguer	Noguera	2.008	27,0	235
Vallfogona de Ripollès	Ripollès	223	39,2	956
Vallfogona de Riucorb	Conca de Barberà	97	10,9	573
Vallgorguina	Vallès Oriental	3.273	22,1	222
Vallirana	Baix Llobregat	16.239	23,9	177
Vallmoll	Alt Camp	1.997	16,7	161
Vallromanes	Vallès Oriental	2.782	10,7	153
Valls	Alt Camp	25.540	55,3	215
Les Valls d'Aguilar	Alt Urgell	259	123,8	669
Les Valls de Valira	Alt Urgell	848	171,3	740
Vandellòs i l'Hospitalet de l'Infant	Baix Camp	7.151	102,7	281
La Vansa i Fórnols	Alt Urgell	189	106,1	989
Veciana	Anoia	170	38,9	564
El Vendrell	Baix Penedès	41.195	36,8	49
Ventalló	Alt Empordà	922	25,1	28
Verdú	Urgell	874	35,8	434
Verges	Baix Empordà	1.160	9,7	23
Vespella de Gaià	Tarragonès	502	18,0	102
Vic	Osona	50.405	30,6	484
Vidrà	Osona	167	34,4	982
Vidreres	Selva	8.852	48,1	93
Vielha e Mijaran	Aran	5.857	211,7	974
Vila-rodona	Alt Camp	1.388	33,1	259
Vila-sacra	Alt Empordà	879	6,0	16
Vila-sana	Pla d'Urgell	754	19,1	249
Vila-seca	Tarragonès	24.158	21,6	45
Vilabella	Alt Camp	731	18,2	254
Vilabertran	Alt Empordà	962	2,3	19
Vilablareix	Gironès	4.079	6,2	114
Vilada	Berguedà	430	22,3	757
Viladamat	Alt Empordà	499	11,7	13
Viladasens	Gironès	205	15,7	96
Viladecans	Baix Llobregat	67.536	20,4	18
Viladecavalls	Vallès Occidental	7.816	20,1	274
Vilademuls	Pla de l'Estany	898	61,5	120
Viladrau	Osona	1.182	50,7	821
Vilafant	Alt Empordà	5.664	8,4	54
Vilafranca del Penedès	Alt Penedès	42.561	19,7	223
Vilagrassa	Urgell	627	19,9	355
Vilajuïga	Alt Empordà	1.180	13,1	31
Vilalba dels Arcs	Terra Alta	613	67,3	450
Vilalba Sasserra	Vallès Oriental	790	6,1	200

Municipi	Comarca	Habitants	km²	Alt. (m)
Vilaller	Alta Ribagorça	497	59,2	981
Vilallonga de Ter	Ripollès	396	64,2	1.067
Vilallonga del Camp	Tarragonès	2.494	9,0	124
Vilamacolum	Alt Empordà	401	5,6	5
Vilamalla	Alt Empordà	1.202	8,8	45
Vilamaniscle	Alt Empordà	185	5,5	169
Vilamòs	Aran	174	15,4	1.255
Vilanant	Alt Empordà	405	16,9	98
Vilanova d'Escornalbou	Baix Camp	615	17,2	226
Vilanova de Bellpuig	Pla d'Urgell	1.149	14,0	290
Vilanova de l'Aguda	Noguera	194	53,7	409
Vilanova de la Barca	Segrià	1.160	21,6	195
Vilanova de Meià	Noguera	478	105,2	633
Vilanova de Prades	Conca de Barberà	110	21,5	893
Vilanova de Sau	Osona	325	58,8	558
Vilanova de Segrià	Segrià	1.088	8,5	255
Vilanova del Camí	Anoia	12.886	10,3	302
Vilanova del Vallès	Vallès Oriental	5.697	15,2	91
Vilanova i la Geltrú	Garraf	71.305	34,0	22
Vilaplana	Baix Camp	558	23,2	366
Vilassar de Dalt	Maresme	9.433	8,9	142
Vilassar de Mar	Maresme	21.234	4,0	10
Vilaür	Alt Empordà	163	5,5	65
Vilaverd	Conca de Barberà	494	12,6	269
La Vilella Alta	Priorat	130	5,2	327
La Vilella Baixa	Priorat	202	5,6	218
Vilobí d'Onyar	Selva	3.298	32,6	122
Vilobí del Penedès	Alt Penedès	1.157	9,3	286
Vilopriu	Baix Empordà	220	16,4	82
El Vilosell	Garrigues	178	18,9	665
Vimbodí i Poblet	Conca de Barberà	889	66,1	496
Vinaixa	Garrigues	435	37,6	479
Vinebre	Ribera d'Ebre	428	26,4	34
Vinyols i els Arcs	Baix Camp	2.470	10,8	95
Viver i Serrateix	Berguedà	178	66,8	729
Xerta	Baix Ebre	1.186	32,4	12

Biblioteca

Tot el saber en català, a la butxaca.

Tria què vols tenir i on ho vols llegir. Cada obra és un sol fitxer. Un cop descarregat, s'obre sense connexió amb l'app gratuïta Kiwix.

Viquipèdia en català

Completa **16,4 GB**

Tots els articles, amb imatges. La Viquipèdia sencera, tal com la veus en línia. Edició d'agost 2026.

Completa, sense imatges **4,3 GB**

Tots els articles amb tot el text. Sense fotografies. La millor relació entre contingut i espai. Edició d'agost 2026.

Essencial **2,3 GB**

Els articles més consultats, amb imatges. Edició d'octubre 2026.

Resum **1,3 GB**

Tots els articles, però només la introducció de cadascun. Edició d'agost 2026.

Cap

Ara no vull la Viquipèdia.

Diccionari i altres obres

Viccionari **389 MB**

Diccionari lliure: definicions, etimologia, pronúncia, sinònims i traduccions. Edició d'octubre 2026.

Viquitexts **84 MB**

Biblioteca de textos lliures en català: literatura, lleis i documents històrics. Edició d'octubre 2026.

Clàssics en català **51 MB**

Llibres de domini públic del Projecte Gutenberg. Edició de desembre 2025.

Viquillibres **63 MB**

Manuals i llibres de text lliures. Edició d'octubre 2026.

Viquidites **45 MB**

Cites i dites, amb la font de cadascuna. Edició d'octubre 2026.

Mapa sense connexió

Organic Maps és una app gratuïta i sense anuncis, feta amb dades d'OpenStreetMap. Descarrega el mapa de Catalunya des de la mateixa app: carrers, camins, edificis i serveis, també sense connexió.

Organic Maps També per al Mac

Intel·ligència artificial local Opcional

Salamandra és un model de llenguatge obert del Barcelona Supercomputing Center, entrenat amb molt de text en català. Funciona al teu ordinador, sense connexió, amb una app com LM Studio. Necessita un ordinador amb 16 GB de memòria, com a mínim.

Pot donar respostes incorrectes. Per a dades i fets, consulta la Viquipèdia.

El model Hugging Face

LM Studio Mac, Windows, Linux

Descàrregues

Viquipèdia · Completa · 16,4 GB	`https://download.kiwix.org/zim/wikipedia_ca_all_maxi.zim`
Viquipèdia · Completa, sense imatges · 4,3 GB	`https://download.kiwix.org/zim/wikipedia_ca_all_nopic.zim`
Viquipèdia · Essencial · 2,3 GB	`https://download.kiwix.org/zim/wikipedia_ca_top_maxi.zim`

Viquipèdia · Resum · 1,3 GB	`https://download.kiwix.org/zim/wikipedia_ca_all_mini.zim`
Viccionari · 389 MB	`https://download.kiwix.org/zim/wiktionary_ca_all_nopic.zim`
Viquitexts · 84 MB	`https://download.kiwix.org/zim/wikisource_ca_all_maxi.zim`
Clàssics en català · 51 MB	`https://download.kiwix.org/zim/gutenberg_ca_all.zim`
Viquillibres · 63 MB	`https://download.kiwix.org/zim/wikibooks_ca_all_maxi.zim`
Viquidites · 45 MB	`https://download.kiwix.org/zim/wikiquote_ca_all_maxi.zim`

Fitxers de Kiwix. Mides de les edicions publicades el novembre de 2026. Els enllaços porten sempre a l'edició més nova. Continguts de la Viquipèdia i projectes germans sota llicència CC BY-SA.

---

rebost. Una guia de Catalunya que funciona sense connexió. Gratuïta, sense anuncis i sense dades personals.

Dades de població: Idescat, 2025. Revisat el 17 de novembre de 2026. En una emergència, truca al 112.