

# VALLESPİR CANIGÓ

— P V Í S C A T A L À —

Guide découverte





[visit-canigo.com](http://visit-canigo.com)

Son histoire si riche et ses magnifiques paysages en font une destination idéale pour un séjour de repos et de découverte !

## Un dépaysement culturel au cœur de la nature.

Région de contrastes et de richesses culturelles, la Catalogne a toujours été un creuset d'échanges et de mixités ethniques. Dès l'antiquité les Grecs à Empúries, les Romains, les Ibères, les Wisigoths, les Maures et les Carolingiens se succèdent pour former ce terreau fertile et propice à la culture catalane. Amoureux de l'histoire, vous serez comblés par la visite de ces vestiges aussi divers que variés. Allant du Néolithique à nos jours, avec les urnes funéraires de Serralongue ou les mégalithes peuplant le territoire, les thermes romains d'Amélieles-Bains, les tours à signaux du Royaume de Majorque, l'Art roman des chapelles et de l'Abbaye d'Arles-sur-Tech, le fort Lagarde et la cité fortifiée par Vauban de Prats-de-Mollo classée *Plus Beaux Villages de France*®, et plus récemment les sites d'extraction minière et du travail du fer.

Traversée par le fleuve le Tech, cette vallée a su rester préservée et réjouira les randonneurs par ses sentiers allant de la simple promenade en forêt à la randonnée de montagne. Vous y trouverez des parcours d'altitude sur plusieurs jours avec hébergement en refuges gardés sur le Grand Site de France du Massif du Canigó ou encore des circuits VTT et des sentiers de randonnées thématiques à la journée.

Le territoire Vallespir Canigó, c'est aussi ses mythiques Fêtes de l'Ours classées au patrimoine mondial immatériel de l'UNESCO, sa gastronomie de caractère avec des produits du terroir de qualité : rousquilles, miel, charcuterie de montagne, fromages de chèvre, de brebis et de vache, le veau ou encore, un savoir-faire unique transmis de génération en génération comme les tissages catalans et la confection des vigatanes, la préparation de l'aubier de tilleul ou encore la forge du fer du Canigó.

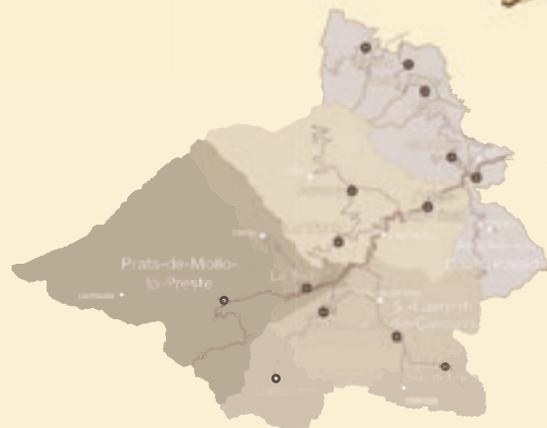
Bonne lecture et bienvenue en terre catalane au pied de notre montagne sacrée *El Canigó* !



### Sommaire

Édito	●	p 3
Pleine nature et activités	●	p 6
Bien-être	●	p 12
Histoire et Patrimoine	●	p 14
Savoir-faire	●	p 27
Savoirs	●	p 29
Festivités et traditions	●	p 30
Nos Villages	●	p 34





**Secteurs :**

- Amélie-les-Bains-Palalda
- Arles-sur-Tech
- Saint-Laurent-de-Cerdans
- Prats-de-Mollo-La-Preste



Agence d'attractivité  
touristique  
Amélie - País Català  
1<sup>ère</sup> catégorie

📍 Amélie-les-Bains-Palalda  
22 avenue du Vallespir  
Tél. : +33 (0)4 68 39 01 98

**Points d'information touristique :**

📍 Arles-sur-Tech  
Entrée de l'Abbaye  
Tél. : +33 (0)4 68 39 11 99

📍 Saint-Laurent-de-Cerdans  
Rue Joseph Nivet  
Tél. : +33 (0)4 68 39 55 75 / +33 (0)6 14 19 30 89

📍 Prats-de-Mollo-La-Preste  
Place du Foiral  
Tél. : +33 (0)4 68 39 70 83

Les événements et l'ouverture des sites touristiques peuvent être perturbés, aménagés, annulés ou reconduits. Renseignez-vous auprès des points d'information référents.



# Nature et activités

RANDONNÉE PÉDESTRE EN FAMILLE

## Nature et activités

Vallespir Canigó cœur de Nature ! Son centre d'information basé à l'Office de Tourisme à Amélie-les-Bains et ses antennes de Prats-de-Mollo et de Saint-Laurent-de-Cerdans, **regroupe l'offre des activités du territoire**. Ses professionnels vous documenteront et vous conseilleront sur les sites de pratiques.

## Activités nature

### Les Randonnées

**Nous vous proposons de randonner à pied à travers nos itinéraires balisés et cartographiés au départ de chaque village.** Les randonneurs chevronnés, amateurs, ou familles pourront à loisir parcourir les 34 sentiers de basse et haute montagne.

Retrouvez les fiches randonnées à la journée sur le territoire disponibles à la vente dans les Offices de Tourisme ou gratuitement sur [www.vallespircanigo.com](http://www.vallespircanigo.com)

**Le GR®10** relie la mer Méditerranée à l'océan par un sentier transpyrénéen de Banyuls à Hendaye et traverse le Vallespir Canigó du Roc de Frause au Col de la Cirère.

### Espace VTT et Espace Cyclo

**L'espace VTT Haut Vallespir** comporte 12 itinéraires balisés. Ils sont de tous niveaux répartis sur l'ensemble du territoire avec 1 raid permanent. **L'espace Cyclo sport Pyrénées Méditerranée** 20 circuits totalisant 1 420 km d'itinéraires de niveaux différents.

### Les 7 cols Sud Canigó

Ce sont des parcours cycloroute permettant de «collectionner» l'ascension de sept cols emblématiques du territoire. Ils sont équipés de balisage tous les 100 mètres avec l'altitude et le dénivelé positif.

### Voie verte

Implantée en partie sur l'ancienne voie ferrée

qui desservait le Haut Vallespir avant l'Aiguat de 1940 (p23), la voie verte relie la montagne à la mer, d'Arles-sur-Tech à Argelès-sur-Mer.

### Pirinexus

C'est un circuit cyclotouristique en boucle de 353 km transfrontalier. Il relie les territoires situés de chaque côté des Pyrénées. Il traverse 53 villes ou villages mêlants tracés de voies vertes et d'autres voies cyclables, tels que chemins ruraux ou routes peu fréquentées.

### Vélo trott électrique

À mi-chemin entre le VTT et la trottinette, ce véhicule électrique vous permet d'emprunter des pistes et visiter le territoire accompagné d'un guide sans avoir besoin d'une grande endurance physique.

### Canyoning

C'est une randonnée aquatique présentant des sauts, toboggans naturels et descentes en rappel dans des cascades. Le territoire offre une diversité unique de sites de pratique de tous niveaux, dont l'un des seuls

RANDONNÉES VTT

des Pyrénées-Orientales, pour la pratique familiale dès 8 ans.

### Parapente

Le spot de Batère est connu des pratiquants comme étant un départ technique pour des parapentistes confirmés.

### Équestre

Les accueils équestres de nos gîtes et refuges de montagne, en complément de nos centres équestres permettent une pratique de la randonnée équestre en toute sérénité.

### Pêche

Des parcours de pêche sont implantés tout le long du Tech. Vous pouvez vous procurer un permis de pêche auprès des bureaux de l'office du tourisme.

### Trail

Nos montagnes sont les lieux rêvés pour la pratique de courses de montagne.

Mars Trail du Belmaig à Arles-sur-Tech, Mai Skyrace à Amélie-les-Bains-Palalda, Juin Cami Ramader à Lamanère, Juillet Trail du Mont Capell à Saint-Laurent-de-Cerdans,

Septembre Trail du col d'Ares à Prats-de-Mollo-La-Preste et en Novembre avec le Kilomètre Vertical d'Arles-sur-Tech.

### Triathlon

#### Bearman Xtreme Triathlon

C'est un triathlon de type XXL (distance Ironman) où l'athlète devra accomplir 3,8 km de natation, 182 km de vélo 4 700 m D+ et 42 km de course sans ravitaillement et en moins de 22 heures. Dédié aux pratiques d'activités de pleine nature.

### La marche nordique

inspirée du ski de fond est une marche rapide avec des bâtons. Elle est super dynamique avec environ 1 à 2 km/heure de plus que la randonnée pédestre mais reste accessible à tous, quelle que soit leur condition physique.

Quatorze itinéraires pour tous publics vous attendent dans les somptueux paysages de moyenne montagne du Haut Vallespir.

L'application ON PISTE, met gratuitement à disposition des sportifs de tous niveaux, les meilleurs parcours balisés pour découvrir de nouvelles destinations.

## Les Balcons sud du Canigó



Les boucles des Balcons sud du Canigó sont effectuées en itinérance et à votre rythme, ponctuée de visites et de rencontres humaines, gastronomiques et patrimoniales.

Ce sont des éco-itinéraires permettant de contempler le Canigó sous l'approche du Pyrénéisme « Ascensionner, sentir, écrire ». Ils sont déclinés sur trois entités paysagères : Les Balcons Sud sur la vallée du Tech, Les Balcons Nord sur la vallée de la Têt et Le Piémont reliant les deux vallées.

# La Réserve Naturelle



PERCNOPTÈRE

## LE VAUTOUR PERCNOPTÈRE

Ce petit vautour, facile à distinguer des autres rapaces par son contraste de coloration noir et blanc, fait l'objet d'une attention toute particulière de la part des ornithologues. Sa répartition et ses effectifs très limités lui valent de faire l'objet d'un plan national d'action pour sa sauvegarde en France. Sur le versant nord de la chaîne des Pyrénées, ce sont environ 70 couples territoriaux qui sont suivis et recensés pour une reproduction annuelle d'environ 50 jeunes à l'envol. Cependant, passant l'hiver au-delà du Sahara, la mortalité au cours des migrations reste importante, résultant des collisions contre les nombreuses lignes électriques. Deux couples nichent dans les P.O. dont un en Haut Vallespir.

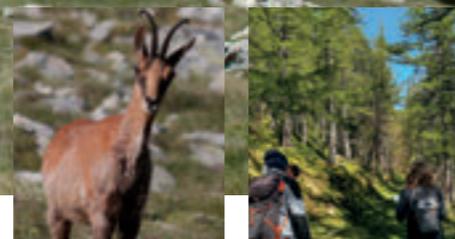
© photos Réserves naturelles catalanes

RÉSERVE NATURELLE DE PRATS-DE-MOLLO-LA-PRESTE - VALLÉE DU TECH

## Une nature sauvage remarquable

Créée le 14 mars 1986, la Réserve Naturelle de Prats-de-Mollo-La-Preste couvre 2394 ha de 1500 à 2500 m d'altitude est co-gérée par la commune et la FRNC. L'objectif de ce classement consiste à protéger un ensemble d'habitats naturels où se développent une flore et une faune composées d'espèces rares et originales.

Des paysages à apprécier en randonnée, à partager et à respecter ! Pour la tranquillité de la



ISARD

PARCOURS EN FORÊTS

faune sauvage et du bétail, nos amis les chiens n'y sont pas admis.

Participez à notre concours photo « **DéclicNature66** » sur le thème de la flore sauvage. **Programme** des sorties guidées et conférences sur :

📍 **Prats-de-Mollo-La-Preste**

Tél. : +33 (0)6 11 09 11 78

[www.reserves-naturelles-catalanes.org](http://www.reserves-naturelles-catalanes.org)



# Le grand site de France



ASCENSION DU CANIGÓ

## Le Canigó Grand Site de France



Terre d'itinérance et de spiritualité, il invite ses visiteurs à vivre les émotions des grands espaces, la liberté, l'évasion. Ses riches patrimoines, naturels, culturels et immatériels, ont permis sa reconnaissance comme «Grand Site de France», un label attribué par le Ministère de la transition écologique au gestionnaire d'un site classé de grande notoriété et de forte fréquentation. Ce label sélectif et exigeant reconnaît une



BELVEDÈRE DU CANIGÓ



LA TROBADA DU CANIGÓ



COLONIE MINIÈRE DE LA PINOSA

gestion durable conciliant préservation des paysages, qualité de l'accueil du public, respect de l'esprit des lieux et implication des habitants. Il peut être retiré à tout moment en cas de manquement aux engagements.

**Le Tour du Canigó**, réalisable en 4 à 5 jours en refuges gardés, permet d'en apprécier toute sa majesté.

**Le Tour des mines** est une boucle de 1 à 2 jours permettant de s'immerger dans le

travail jadis de l'extraction du fer du Canigó sur Batera et la Pinosa.

**Les Balcons du Canigó** sont des randonnées en itinérance et déplacement doux et se déclinent en 3 entités paysagères : Balcons Nord, Balcons Sud et Balcons Piedmont.



**Syndicat Mixte Canigó Grand Site**  
[canigo-grandsite.com](http://canigo-grandsite.com)





RANDONNÉE - la boucle des mines

# Refuges de montagne



LE PYRÉNÉISME

« L'idéal du pyrénéiste est de savoir à la fois ascensionner, écrire, et sentir. »

Henri Beraldi, Cent ans aux Pyrénées, 1898

Les refuges ont tous une architecture particulière du fait de leur ancienne vocation.

**Randonner en itinérance ou en étoile à la journée, 1/2 journée ou sur plusieurs jours d'un refuge à l'autre.**

Randonnées itinérantes

### TOUR DU CANIGÓ

**Durée :** 5 jours  
**Logement :** 5 refuges gardés  
**Période :** de juin à octobre  
**Objet :** réaliser le tour du massif du Canigó

### TOUR DU HAUT VALLESPİR

**Durée :** 2x 3 jours  
**Logement :** refuges gardés et résidences hôtelières  
**Période :** de mai à octobre  
**Objet :** une partie montagne en refuges et une partie gastronomie et patrimoine dans les villages.



### Refuge de Batère

**Altitude :** 1 470 m  
**Capacité :** 38 personnes  
**Ouverture :** Avril - Oct.  
 ☑ Corsavy - Route de Batère

**Tél. :** +33 (0)7 57 67 31 71  
**Tél. :** +33 (0)4 68 39 12 01  
**Site :** [www.refugedebatere.fr](http://www.refugedebatere.fr)  
 Sur le Tour du Canigó, le Tour du Haut Vallespir et le GR10. Dans les anciennes cantines réhabilitées des mineurs.



### Refuge de Sant Guillem

**Altitude :** 1 283 m  
**Capacité :** 40 personnes  
**Ouverture :** Avril - Mi-Nov.

**Puis non gardé :** 10 places  
 ☑ Le Tech - Vallée de la Coumelade  
**Tél. :** +33 (0)6 11 22 48 79  
**Tél. :** +33 (0)9 78 04 96 85  
**Site :** [www.refugesantguillem.com](http://www.refugesantguillem.com)  
 Sur le Tour du Canigó et le Tour du Haut Vallespir. Dans une ancienne cabane forestière ONF réhabilitée et autonome énergétiquement.



### Refuge Les Conques

**Altitude :** 1 580 m  
**Capacité :** 18 personnes  
**Ouverture :** Juin - Oct.

☑ Prats-de-Mollo-la-Preste  
 Entrée de la Réserve Naturelle  
**Tél. :** +33 (0)9 88 66 66 37  
**Tél. :** +33 (0)7 57 06 40 59  
**Site :** [www.refugi-lesconques.com](http://www.refugi-lesconques.com)  
 Sur le Tour du Canigó et le Tour des Réserves Naturelles. Dans une ancienne station de sport d'hiver.



### Refuge de Notre Dame du Coral

**Altitude :** 1 091 m  
**Capacité :** 20 personnes  
**Ouverture :** à l'année

☑ Prats-de-Mollo-la-Preste - Route du Col d'Ares  
**Tél. :** +33 (0)6 20 89 37 47  
 Sur le Tour du Haut Vallespir et la Ronde du Canigó. Dans un ermitage du XVII<sup>e</sup> avec une magnifique chapelle classée aux monuments historiques.

## FICHES VTT

12 parcours VTT et 1 Raid permanent

Retrouvez nos parcours sur :

[www.visit-canigo.com](http://www.visit-canigo.com)  
 Téléchargeables gratuitement

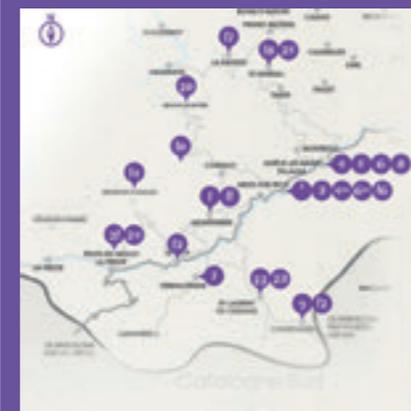


## FICHES RANDO

30 randonnées

Retrouvez nos fiches randonnées sur :

[www.visit-canigo.com](http://www.visit-canigo.com)  
 Téléchargeables gratuitement



# La Chaîne Thermale du Soleil

Amelie-les-Bains rhumatologie – voies respiratoires  
 La Preste rhumatologie – voies urinaires



AQUAGYM



BAIN DE KAOLIN



SOIN MODELAGE DU CORPS

## Les bienfaits de l'eau thermale

Respectueuse de l'organisme et non-invasive, la médecine thermale propose une démarche de santé tout à fait originale, car celle-ci ne se fonde pas uniquement sur le traitement des symptômes. L'atout majeur de la médecine thermale repose, au contraire, sur la prise en charge globale d'une pathologie, accordant à la prévention une place aussi importante qu'au soulagement.



Qu'est-ce qu'une cure thermale ?

C'est 18 jours de soins thermaux, pouvant donner lieu à une prise en charge par la Sécurité Sociale, si elle est préalablement prescrite par un médecin.

## Form Activ

Une formule conjuguant bien-être et dynamisme se présente sous la forme d'atelier de remise en forme (Fitness, réflexologie plantaire, shiatsu etc.) & Spa Thermal et Institut de Beauté. Elle s'intègre aux cures de 18 jours ou de cures libres de 5 jours.

# Domaine de Falgos

## Golf de montagne 18 trous



DOMAINE DE 650 HECTARES GOLF



PISCINE CHAUFFÉE SPA SOLARIUM



RESTAURANT TRADITIONNEL



HÔTEL 4 ÉTOILES



COMPLEXE HOTELIER

## Une invitation au sport et au bien-être

Installé sur le site d'un ancien Mas catalan du XVIII<sup>e</sup> siècle le Domaine de Falgos allie sport et sérénité dans un cadre idyllique entre la mer et le Grand Site de France du Canigó.

Ce complexe est composé d'un hôtel 4 étoiles et d'une résidence hôtelière

dans l'ancien Mas, un spa avec piscine, hammam, jacuzzis, sauna, des soins à la carte, une salle de fitness, un **golf 18 trous** et des terrains multisports.

Enfin un restaurant traditionnel avec des produits de terroir. Les formules LUNCH + SPA vous permettent de profiter pleinement du lieu. Un dépaysement total.

Golf ouvert toute l'année.



**Domaine de Falgos**  
 À droite après  
**Saint-Laurent-de-Cerdans**  
**Ouvert** : tous les jours d'avril à mi novembre pour toutes les infrastructures autres que le golf.  
**Tél.** : +33 (0)4 68 39 51 42  
[www.falgos.com](http://www.falgos.com)



# Histoire et Patrimoine

## PAYS D'ART ET D'HISTOIRE TRANSFRONTALIER DES VALLÉES CATALANES



« Villes et Pays d'Art et d'Histoire » est un label attribué par le ministère de la Culture. Il garantit la qualité des guides-conférenciers qui vous accompagnent sur l'ensemble des communes du Vallespir.

Le Pays d'Art et d'Histoire transfrontalier des Vallées catalanes organise toute l'année la découverte du patrimoine en Vallespir et de l'autre côté de la frontière jusqu'à Sant Joan de les Abadesses.

Le Pays d'Art et d'Histoire propose toutes sortes d'activités : visites guidées, conférences, ateliers, activités à faire en famille...

Prenez connaissance du programme d'activités « Rendez-vous Les Vallées Catalanes » dans tous les offices de tourisme du territoire ou sur facebook et Instagram.

www.vcatalanes.com  
info@vcatalanes.org

Tél. : +33 (0)4 68 83 99 49  
+33 (0)6 77 58 03 49

CHÂTEAU DE MOLLET - MONTFERRER

A partir du III<sup>e</sup> siècle av. JC la présence romaine sur le territoire a laissé des traces d'infrastructures (voies, thermes) mais également d'agglomérations avec des vestiges d'activités artisanales. Les Romains ont repris l'exploitation du fer du Canigó dont les traces remontent à la protohistoire.

**721-760** Le territoire dépend du royaume d'Al Andalus.

**Fin VIII<sup>e</sup> siècle** Le Vallespir fait partie de la Marca Hispanica, les terres reconquises sur le royaume d'Al-Andalus et la zone frontière de l'Empire carolingien.

**1258** Le Traité de Corbeil signé entre Louis IX et Jacques 1<sup>er</sup> d'Aragon fixe la première frontière officielle au niveau des Corbières et des Fenouillèdes, la forteresse de Salses en sera la gardienne. Le Vallespir est terre catalano-aragonais.

**1276-1349** Le Royaume de Majorque est marqué en Vallespir par le réseau des tours

à signaux qui témoigne de la lutte du roi de Majorque (Jacques) avec son frère, Pierre IV, le roi d'Aragon et l'enjeu stratégique également avec le royaume de France.

**1659** Le Traité des Pyrénées signé entre Louis XIV et Philippe IV pour les royaumes de France et d'Espagne fixe la frontière actuelle. Le Haut Vallespir est ainsi rattaché au royaume français lequel passe commande à Vauban de l'élaboration du système défensif frontalier. En Vallespir, ce système s'incarne dans les forts d'Amélie-les-Bains et Prats-de-Mollo.

**1866** Le Traité de Bayonne détermine le tracé linéaire officiel de la frontière pyrénéenne de l'Andorre à la Méditerranée.

**1936 - 1939** La Guerre civile espagnole et ses conséquences en Vallespir : entre le 27 janvier et le 10 février 1939, près de 450 000 exilés ont franchis la frontière et sont entrés dans les Pyrénées-Orientales. Les villages du Haut Vallespir se sont particulièrement mobilisés pour les accueillir.

**1940** L'Aiguat est une crue très importante provoquée par des pluies abondantes qui du 16 au 20 octobre ont entraîné la mort

LE CONJURADOR - SERRALONGUE

d'une 50<sup>aine</sup> de personnes en Vallespir et de nombreuses destructions. Les conséquences en sont encore visibles dans le paysage et les activités économiques de la vallée profondément modifiés.

**1992** Suite au Traité européen de Maastricht, le passage de la frontière sur la route du col d'Ares est ouvert jour et nuit et la route transfrontalière de Coustouges est créée en 1995.

Baptisé par les Romains « Vallée âpre », le Vallespir est une terre riche d'histoire et de traditions.

## Patrimoine Historique

Amoureux de l'histoire, vous serez comblés par nos villages et leur cellera (organisation autour de l'église ou du château). D'églises en chapelles, vous pourrez également admirer l'architecture romane, le cloître gothique d'Arles-sur-Tech, et le baroque des retables roussillonnais. Le caractère frontalier de la vallée apparaît dans le réseau des tours à signaux du Royaume de Majorque, les fortifications villageoises

et la citadelle Vauban de Prats-de-Mollo. La villégiature et le thermalisme des XIX<sup>e</sup> et XX<sup>e</sup> siècles font également partis du paysage à l'image des thermes militaires d'Amélie-les-Bains-Palalda.

## Terre de traditions

Le pays est marqué par de nombreuses légendes dont certaines remontent au Moyen-Âge, telles que le mystère de la Sainte tombe et des saintes reliques d'Abdon et Sennen ou les Simiots (des monstres à tête de singe dévoreurs d'enfants), les Trabucayres (brigands de grands chemins du XVII<sup>e</sup> siècle) dont le trésor, jamais retrouvé, serait encore caché dans les Gorges de la Fou, ou encore les Fêtes de l'Ours, rite ancestral d'équinoxe du printemps célébrées à Arles-sur-Tech, Saint-Laurent-de-Cerdans et Prats-de-Mollo-La-Preste. Les traditions catalanes sont également très présentes notamment avec la nuit de la Sanch où les pénitents cagoulés (Caparutxa) portent des représentations grandeur nature des scènes de la passion du Christ (les Misteris).

## Vestiges



Caixas de Rodlan

L'histoire au Néolithique s'incarne plus particulièrement dans le site la Balma de Montbolo, mais surtout dans les dolmens Caixas de Rodlan (Arles-sur-

Tech, monument historique), la Cova d'en Rotllan (Corsavy) ou ceux de Serrat de les Fonts (Saint-Marsal). Certaines urnes protohistoriques de la nécropole à incinération de Serralongue (950-700 av JC) sont à découvrir au petit musée local.



Voute romaine



Voie Romaine

Les vestiges romains les plus remarquables sont les thermes publics d'Amélie-les-Bains-Palalda, datés du Haut Empire, formés du grand bain (lavacrum) de sa voute ancienne et d'un sudatorium (sorte de hammam), très remanié au XIX<sup>e</sup> siècle, mais également la voie romaine du Vallespir, qui remontait la vallée pour passer la frontière ainsi qu'une voie liée à l'exploitation du fer visible notamment à Saint-Marsal.

# La Verneda - Centre d'Interprétation des Vallées Catalanes



ENTRÉE DE LA VERNEDA



GROUPE SCOLAIRE



LA VERNEDA

UN DES ESPACES DE VISITE

Le Centre d'Interprétation de l'Architecture et du Patrimoine (CIAP) est installé dans une ancienne usine textile réhabilitée, *la Verneda*, et accueille le siège du Pays d'Art et d'Histoire Transfrontalier (PAHT). Il présente une exposition permanente qui offre une vision synthétique sur l'histoire et le patrimoine de ce territoire des Pyrénées. Bien qu'une frontière politique existe depuis le Traité des Pyrénées (1659), les habitants de ce territoire partagent encore aujourd'hui un même paysage, une même culture, des traditions, ainsi qu'une même langue, le catalan.

Ce CIAP est complété par un réseau de lieux d'expositions, introduisant plusieurs thèmes sur le territoire :

**Le patrimoine religieux** est présenté au Palau d'Arles-sur-Tech et au Palau de l'Abadia de Sant Joan de les Abadesses.

**Le patrimoine architectural et urbain** est présenté à la Médiathèque de Céret, au Musée de Palalda (Amélie-les-Bains) et à la Maison de l'Histoire du Boulou.

**Le patrimoine industriel** est présenté à la Maison du Patrimoine de Saint-Laurent-de-Cerdans et au Musée du liège de Maureillas-las-Illas.

**Le patrimoine des frontières** est présenté au Centre Culturel de Cal Marquès de Camprodon, au Fort Lagarde de Prats-de-Mollo et au Fort Bellegarde du Perthus.



📍 Prats-de-Mollo-La-Preste  
Tél. : +33 (0)4 68 83 99 49  
Entrée gratuite



CIAP EL CASAL



EXPOSITIONS D'ART MODERNE



MACKINTOSH

## El Casal de Palalda

PARVIE DE L'ÉGLISE - ENTRÉE DU MUSÉE

Annexe du Centre d'Interprétation de l'Architecture et du Patrimoine du Pays d'Art et d'Histoire Transfrontalier, dont le siège social se trouve à la Verneda, à Prats-de-Mollo, ce CIAP retrace l'histoire de Palalda et d'Amélie-les-Bains. Le Centre d'Interprétation Charles Rennie Mackintosh abrite des maquettes de bâtiments, certains construits, d'autres restés en l'état, dont la principale œuvre de ce grand architecte : un nouveau bâtiment pour l'Ecole des Arts de Glasgow.

Aquarelliste, designer, il créa également des motifs sur tissu, puis à partir de 1913, les commandes de bâtiments se tarissant, il commença à peindre des fleurs, dont son célèbre tableau : « Mimosa ». CR Mackintosh est arrivé à Amélie-les-Bains en 1923 afin de soigner l'asthme de son épouse. Et demeura en Roussillon jusqu'à la fin de sa vie. El Casal de Palalda abrite, de nombreuses expositions d'Art Contemporain.

📍 Palalda : Parvis de l'église, place de la Nation

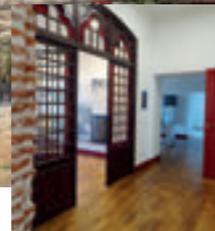
🕒 Ouverture : du mercredi au dimanche de 15h à 19h



## Le Palau



GRAND HALL



ESPACE MUSEOGRAPHIQUE



SALLE D'EXPOSITION CIAP

Autrefois, dépendance de l'abbaye, il s'y trouvait notamment un pressoir qu'utilisaient les Arlésiens, vassaux du seigneur-abbé, lors des vendanges. Vendu comme bien national pendant la Révolution française, le bâtiment a été acquis au début du XX<sup>e</sup> siècle par une grande famille d'industriels du chocolat, les Cantaloup, pour en faire leur demeure. Aujourd'hui, ce lieu, centre d'un pôle patrimonial religieux et culturel, présente un espace muséographique et

didactique (CIAP, Centre d'Interprétation de l'Architecture et du Patrimoine) dédié à l'art sacré et des salles d'expositions temporaires. Dans ce même lieu, se trouve l'Accueil de l'Abbaye.

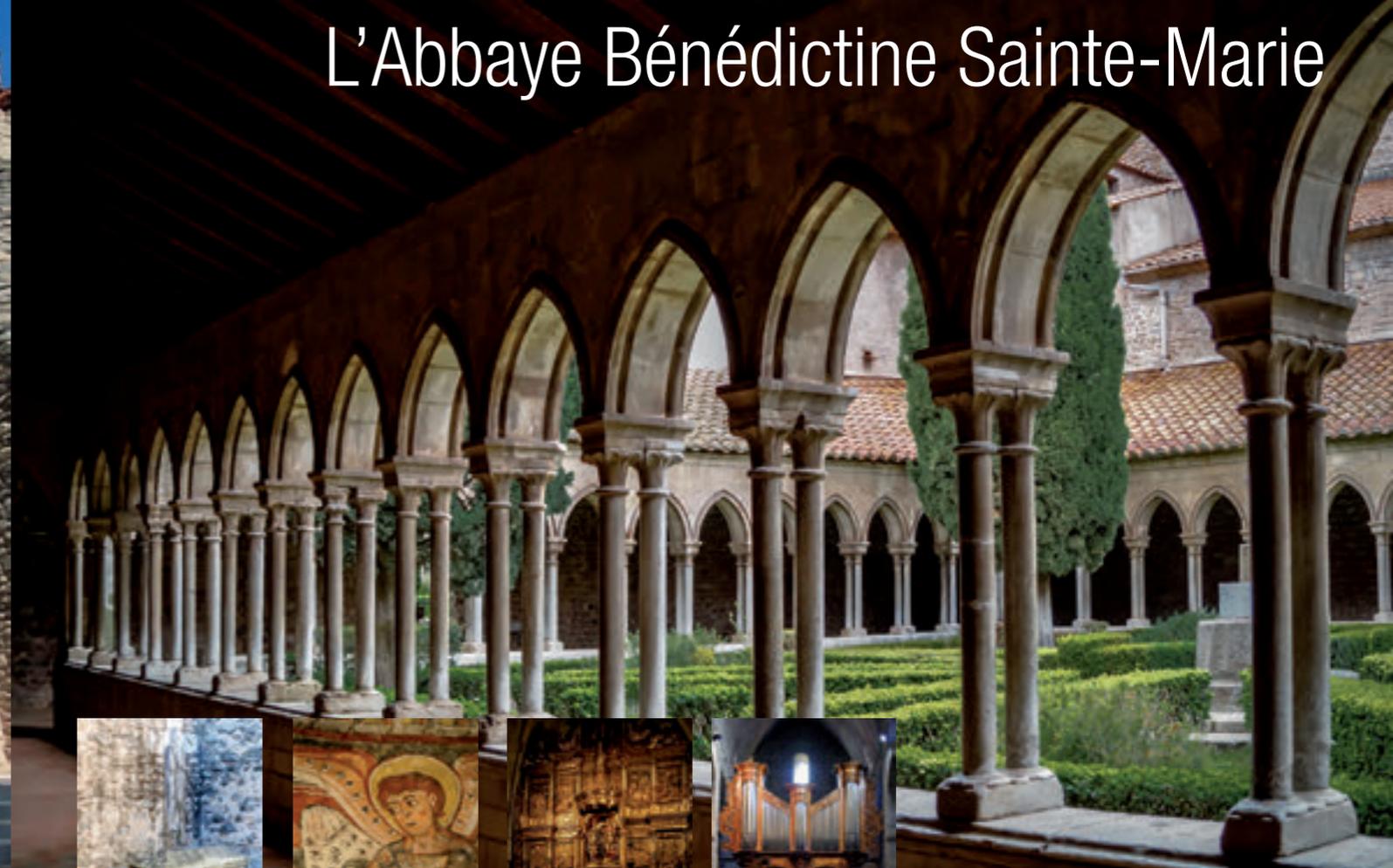
Accessibilité personnes à mobilité réduite.



**Arles-sur-Tech**  
Le Palau face à la mairie  
**Ouverture selon saison**  
Tél. : +33 (0)4 68 83 90 66  
abbaye@arles-sur-tech.fr



## L'Abbaye Bénédictine Sainte-Marie



LA SAINTE TOMBE



FRESQUE DU SÉRAPHIN

RÉTABLE S<sup>T</sup>S ABDON ET SENNENORGUE SCHMIDT DU XVIII<sup>e</sup>

CLOÎTRE GOTHIQUE

L'Abbaye Sainte Marie peut s'enorgueillir d'être la plus ancienne abbaye carolingienne de Catalogne. Elle fût fondée en 778 aux premières heures de la reconquête mettant fin aux incursions arabes au nord des Pyrénées. L'église romane à 3 nefs, voûtée au XII<sup>e</sup> siècle, embellie de chapelles latérales aux XIII<sup>e</sup> et XIV<sup>e</sup> siècles, abrite un grand orgue Schmidt du XVIII<sup>e</sup> siècle intégralement conservé. Le cloître accolé date du XIII<sup>e</sup> siècle et révèle par sa sobre élégance

un gothique contenu. Sur le parvis de l'église, un sarcophage du IV<sup>e</sup> siècle secrète une eau très pure depuis qu'il abrita les reliques des Saints Abdon & Sennen, patrons d'Arles-sur-Tech. Ne pouvant expliquer l'origine de cette eau, il est devenu un objet de vénération qui, à lui seul, contribua à la renommée de l'abbaye.



**Arles-sur-Tech**  
Le Palau face à la mairie  
**Ouverture selon saison**  
**Visites guidées, réservations et renseignements :**  
Tél. : +33 (0)4 68 83 90 66  
abbaye@arles-sur-tech.fr

# Le Fort Lagarde

## Patrimoine Religieux

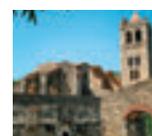
CHAPELLE PRIVÉE DE L'ERMITAGE DE SAINT GUILLEM DE COMBRET du XII<sup>e</sup>- LE TECH



**Le Conjurador de Serralongue** datant du XIV<sup>e</sup> siècle est un petit édifice cubique unique en France et dont chaque face est orientée vers les points cardinaux. Des processions y étaient autrefois organisées afin d'écarter les menaces orageuses.



**L'Église S<sup>te</sup> Marie de Mollet à Montferrer** du XII<sup>e</sup> siècle est dédiée à la Vierge et classée monument historique. À l'intérieur, un sarcophage de 1322 et un retable ornant le maître-autel exécuté de 1708 à 1725.



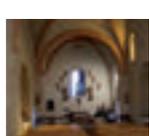
**L'Église S<sup>te</sup> Juste et Ruffine à Prats-de-Mollo-La-Preste.** Créé à la fin du IX<sup>e</sup> siècle cet édifice religieux est agrandi à plusieurs reprises, au XIII<sup>e</sup> et au XVII<sup>e</sup> siècles. A l'entrée : une porte avec ferrures médiévales, côte de baleine du XIX<sup>e</sup> siècle à vocation d'ex voto. À l'intérieur de nombreux retables datant du XVII<sup>e</sup> au XIX<sup>e</sup> siècles, une cuve baptismale monolithe médiévale, une gravure du XVIII<sup>e</sup> siècle représentant les outils des tisserands et des orgues du XVIII<sup>e</sup> siècle.



**L'Église romane fortifiée S<sup>te</sup> Marie à Serralongue** des XI<sup>e</sup> et XII<sup>e</sup> siècles avec un retable baroque de 1713 en bois polychrome et doré. Une porte à 2 vantaux et pentures en fer forgé catalan composée d'un verrou à tête de dragon.



**L'Église S<sup>t</sup> Martin de Palalda** du XIII<sup>e</sup> siècle : ancienne chapelle du château et la **Chapelle du Rosaire** du XVII<sup>e</sup> siècle. Elle possède un magnifique retable et des pentures en fer du Canigó uniques.



**L'Ermitage de Notre Dame du Coral** des XVII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup> siècles, situé sur la commune de **Prats-de-Mollo-La-Preste** en direction du Col d'Ares. La chapelle à nef unique a une chapelle haute constituant la chambre de la Vierge. Vierge du XIII<sup>e</sup> siècle, objet du pèlerinage, un Christ en majesté du XVIII<sup>e</sup> siècle et des retables du Christ et de Saint Isidore datés de 1868.



**La Chapelle S<sup>te</sup> Engràcia** ermitage du XVIII<sup>e</sup> siècles à **Amélie-les-Bains** consacrée à S<sup>ta</sup> Engràcia de Saragosse récemment restaurée haut lieu d'aplecs et de pique-niques.



**Église Sainte Marie de Coustouges.** Un chef-d'œuvre de l'art roman. Consacrée en 1142, elle a été édifée sur les ruines d'une chapelle construite en 900.



**L'Église romane de S<sup>t</sup> Martí de Cortsavi** du XI<sup>e</sup> siècle commune de **Corsavy**. C'est l'Église primitive du village. Elle est en restauration pierre après pierre, par des passionnés.



**L'Église romane S<sup>t</sup> Michel de La Bastide** du XII<sup>e</sup> et XIII<sup>e</sup> siècles remaniée au XVII<sup>e</sup> siècle est fortifiée sur sa face orientales et a un clocher tour rectangulaire. À l'origine c'était la chapelle castrale Saint Jean.



LE FORT LAGARDE



SPECTACLE AU FORT



LE SOUTERRAIN



PRATS-DE-MOLLO VU DU FORT

**Le Fort Lagarde** a été élaboré et érigé par Vauban autour d'une ancienne tour à signaux. Il fait partie du réseau des fortifications Vauban, bâtiment militaire caractéristique en construction en étoile. Sa vocation, outre la protection de la ville, résidait dans la surveillance du col d'Ares, passage naturel vers l'Espagne. Il est relié à la ville fortifiée par un souterrain.

En été, une visite animée est programmée en costume d'époque avec démonstration d'armes anciennes et explication de la vie en casernement.

**Exposition :** lieu atypique accueillant des expositions temporaires.

**Accès à pied par le souterrain, le sentier ombragé ou en navette selon programme.**



📍 **Prats-de-Mollo**

**Ouvert d'avril à octobre**

**Réservation :** Bureau touristique place du Foiral

**Tél. :** +33 (0)4 68 39 70 83

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



## Patrimoine Militaire

## Patrimoine Industriel

### Le maillage des tours et châteaux

Le réseau des tours à signaux est l'un des plus anciens réseaux de télécommunication. Il permettait d'alerter les villages et les châteaux des invasions par des signaux de fumée le jour ou des feux la nuit.



**La Tour de Batère** entre Corsavy et Saint-Marsal est l'une des tours maîtresses du réseau. À 1 439 m au-dessus de la plaine, elle pouvait capter les alertes d'une trentaine de tours et ainsi prévenir le casernement au Château de Castelnou et le Palais Royal de Perpignan.



**La Tour de Corsavy** surplombant le village était en lien avec la Tour de Batère et alertait le château féodal et le village (clé disponible dans les commerces du village).



**Les Tours de Cabrenç** entre Serralongue et Lamanère sont trois vestiges sur des pitons rocheux à 1 326 mètres d'altitude. Le château du X<sup>e</sup> siècle a lui été dynamité par Vauban après la révolte des Angelets. La tour médiane du XI<sup>e</sup> siècle et la tour à signaux du XIV<sup>e</sup> siècle.



**La Tour du Mir** se trouve à 1 540 m d'altitude, au-dessus de Prats-de-Mollo. Construite au XIII<sup>e</sup> siècle elle a pour but de protéger Prats-de-Mollo et était en relation avec la Tour de Cabrenç et la Tour de la Guardia.



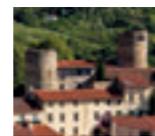
**La Tour de Cos** au-dessus du village de Le Tech faisait la jonction entre la Tour de Cabrenç, le Château de Mollet et la Tour de Batère et pour toute la vallée. Elle est visible depuis la mer.



**Le Château de Mollet à Montferrer** appartenait aux seigneurs de Castelnou. Rendu inutilisable par Vauban suite à la révolte

LE RÉSEAU DE DÉFENSE

paysanne des Angelets. On y retrouve quelques vestiges comme la porte fortifiée et les murs d'enceinte.



**Les deux tours du château de Palalda à Amélie-les-Bains.** Elles servaient de relais dans le réseau.

**La Tour de Falgàs** est dissimulée dans la forêt sur les hauteurs d'Arles-sur-Tech.



**La Tour de Montalba** au-dessus du hameau de Montalba d'Amélie-les-Bains, elle permettait d'alerter le château.



**Le Château de la Bastide** au cœur du village. Il communiquait par signaux avec le château de Bellpuig et la tour de Batère.

MINE DE BATERE : LE FOUR ET LA TRÉMIE - JETONS DE CANTINE



**Les tissages catalans** ont fait la réputation du territoire avec des usines à Arles-sur-Tech et à Saint-Laurent-de-Cerdans.

**Fabriques de vigatanes** c'est au XIX<sup>e</sup> siècle, à Saint-Laurent-de-Cerdans, qu'est née la formidable histoire de l'espadrille, l'histoire d'un artisanat devenu une industrie florissante faisant vivre toute une vallée.



**Les chocolateries**, qui ont donné naissance à la marque Cantalou Catala (Cémoi), ont été emportées par la crue de 1940. Cependant le savoir-faire persiste sous forme artisanale à Arles-sur-Tech et à Amélie-les-Bains-Palalda (réf. chapitre saveurs).



**Les Forges**, échelonnées le long des cours d'eau afin d'utiliser la force motrice de l'eau, ont pratiquement toutes disparu en 1940.



**Les mines de fer** avec le site de Batère à Corsavy où plusieurs éléments rappellent l'activité passée jusqu'au refuge de Batère aménagé dans l'ancienne cantine des mines.



**Le Carreau de la Mine à Arles-sur-Tech** permettait d'acheminer le minerai jusqu'aux fours de grillage et de le charger dans des trains.



**Mines des Ménérots à La Bastide** avaient la particularité de faire remonter le minerai jusqu'à la voie ferrée par un ingénieux procédé de wagonnets à ballast hydraulique.



**Formentera à Montbolo** est l'arrivée de la voie ferrée de La Pinosa et des Ménérots. Un four à griller réduisait le minerai avant de l'acheminer jusqu'à la gare d'Amélie-les-Bains-Palalda.



**L'ancienne papeterie** en contrebas de Palalda est devenue aujourd'hui Sterimed. On y fabrique des tissus médicaux qui emploient quelque 300 personnes.

Comment l'Aiguat de 40 transforma le paysage industriel



L'Aiguat est un épisode de fortes pluies. Celui qui a eu lieu en 1940 sur les Pyrénées a entraîné des inondations dévastatrices ravageant la vallée du Tech. Guillaume Julia, un instituteur de Saint-Laurent-de-Cerdans, relève 1 930 mm sur les cinq jours.

Les flots du Tech déchaînés emmenèrent tout sur leur passage : ponts, passerelles, lignes ferroviaires, industries, maisons... 200 immeubles succombèrent, dont une 60<sup>ème</sup> dans l'agglomération Arles-sur-Tech - Amélie-les-Bains-Palalda, une 50<sup>ème</sup> à Prats-de-Mollo-La-Preste.

La gare d'Amélie-les-Bains-Palalda fut rasée et la voie ferrée emportée, quatre usines électriques furent pulvérisées, l'usine de chocolat Cantalou Catala à Arles-sur-Tech disparaît dans les flots, destruction également de tous les édifices communaux : église, mairie et école au village de Le Tech.

# La Maison du Patrimoine & de la Mémoire « André Abet »



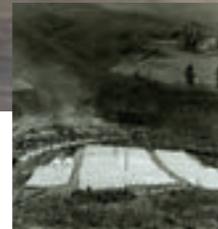
RECONSTITUTION DE L'USINE



ATELIER D'ESPADRILLES



L'OURS ET LA MONACA



CAMPS DE RÉFUGIÉS 1939



SALLE DE LA RETIRADA

Vous y découvrirez aussi La Retirada, la mémoire de l'exode des Républicains espagnols accueillis à Saint Laurent de Cerdans en janvier et février 1939. 70 000 réfugiés sont passés à Saint Laurent, 5000 ont été hébergés sur place, les blessés et malades étaient logés au 2<sup>ème</sup> étage de ce bâtiment.



📍 **Saint-Laurent-de-Cerdans**  
Rue Joseph Nivet  
**Tél. :** +33 (0)4 68 39 55 75  
+33 (0)6 14 19 30 89

contact@ville-saint-laurent-de-cerdans.fr  
www.saintlaurentdecerdans.fr



FORGE DU FER DU CANIGÓ

Des savoir-faire uniques transmis de génération en génération, les tissages et la confection des vigatanes et espadrilles, la préparation de l'aubier de tilleul ou encore la forge du fer du Canigó.



DÉTAIL PORTE DE L'ÉGLISE DE SERRALONGUE

**Aubier de tilleul** à Serralongue dans la pure tradition. À usage pharmaceutique pour une utilisation en infusion.

**Le Conservatoire des Tissages** : ancien musée des Tissages catalans.  
Rue du 14 juillet Arles-sur-Tech.  
+33 (0)4 68 39 11 99

**Ferronnier d'art** Coustouges, Arles-sur-Tech

**Vannier** Coustouges

**Potier** artisanale, Corsavy, Prats-de-Mollo-La-Preste

**Galerie d'art** Amélie-les-Bains-Palalda, Arles-sur-Tech, Prats-de-Mollo-La-Preste, Saint-Laurent-de-Cerdans.

**Verrier** Montferrer, Arles-sur-Tech

**Coutelier d'art** Prats-de-Mollo-La-Preste

Liste disponible sur [vallespircanigo.com](http://vallespircanigo.com)



COUTEAU CATALAN AVEC INCRUSTATION DE GRENAT

Rencontres européennes de ferronnerie d'art

Tous les deux ans, les maîtres forgerons du monde entier se donnent rendez-vous à Arles-sur-Tech sur un lieu hautement symbolique : le carreau de la mine.



Dans la convivialité et la bonne humeur, ils travaillent le fer et réalisent des œuvres artistiques monumentales reflétant tout le savoir-faire et les pratiques d'assemblages utilisées dans ce métier. Les sculptures retracent la Route du Fer de part et d'autre du Massif du Canigó.

Mais ce précieux métal extrait jadis du Canigó, ne se laisse pas si facilement apprivoiser ! Ce n'est qu'à partir de 900°C que l'on peut commencer à le travailler, le marteler, le voûter, le torsader... Avec toute l'imagination et la force des forgerons.

Infos : +33 (0)4 68 39 12 22

# Les Toiles du Soleil



© JC.Milhet



LE TISSAGE



L'OURDISSAGE



BOUTIQUE DE PRODUITS CONFECTIONNÉS AVEC LES TISSAGES

## Entreprise du patrimoine vivant

En 1993 Henri et Françoise Quinta reprennent l'usine historique Sans et Garcerie fondée en 1897.

### Atelier d'ourdisage

L'ourdisage est une opération qui consiste à enrouler les fils devant former la chaîne sous une même tension, parallèlement entre eux et selon un certain ordre pour donner vie au dessin.

### Atelier de tissage

Le tissage est l'art d'entrecroiser deux séries de fils pour produire des tissus, ces deux séries de fils étant perpendiculaires.

### Atelier de confection

Nos tissus sont coupés et vendus au mètre ou confectionnés pour être proposés sous forme de nappes, serviettes, sets, chemins de table, tabliers, housses de coussin, rideaux, sacs, transats...etc.



📍 **Saint-Laurent-de-Cerdans**  
Avenue Jean Jaures

**Ouverture de la boutique :**  
**mi-avril à fin septembre :**  
du lundi au samedi de 10h à 12h et de 13h30 à 17h30.

**octobre à décembre :** du lundi au jeudi de 10h à 12h et de 13h30 à 17h.  
Fermeture le 1<sup>er</sup> mai et le 30 septembre

**Tél. :** +33 (0)4 68 39 33 93  
[www.toiles-du-soleil.com](http://www.toiles-du-soleil.com)

# Création Catalane



© JC.Milhet

LA FABRIQUE

## Conserver un savoir-faire traditionnel

Création Catalane, est née en février 2008 d'un passé familial au cœur de la fabrication sandalière et du rêve de relancer ce savoir-faire artisanal de la confection d'espadrilles et de vigatanes qui a fait la renommée de Saint-Laurent-de-Cerdans.



FABRICATION DES SEMELLES



COUTURE DES ÉLÉMENTS



BOUTIQUE



ESPADRILLES ET VIGATANES

C'est principalement avec des coloris harmonieux et actuels qu'elles sont confectionnées, ce qui apporte une touche de modernité tout en conservant le procédé de fabrication ancestral.

Découvrez les secrets de la fabrication des espadrilles.



📍 **Saint-Laurent-de-Cerdans**  
Chemin du Baynat d'en pouly  
**Tél. :** +33 (0)4 68 54 08 68  
[www.espadrille-catalane.com](http://www.espadrille-catalane.com)

# Le Moulin des Arts et de l'Artisanat



TRAVAIL DU VERRE

Poussez la porte des coulisses du temps et du savoir-faire

**Le Moulin des Arts et de l'Artisanat** est l'ancienne usine de tissage d'Arles-sur-Tech. Là se fabriquaient les tissus catalans réputés pour leur solidité et la fantaisie de leur décor. Hélas, devant les difficultés de la conjoncture, l'activité a décliné peu à peu et les machines se sont tues définitivement en 1989. Le site, acquis par la municipalité en 2011, est maintenant dédié aux métiers d'art et offre aux visiteurs une balade pleine de poésie et de surprises au cœur



TAPISSIER



CUIR



BIJOUX EN GRAINE



FERRONNERIE D'ART



**9 Arles-sur-Tech**  
Rue du 14 Juillet

**Boutique du lundi au samedi**  
Avril - juin 14h à 18h  
Juillet - septembre 14h à 19h  
Octobre - décembre 14h à 18h

De juillet à septembre dimanche de 14h00 à 19h00 et nocturne les vendredis soir.

**Se renseigner pour la visite des ateliers**  
lemoulindesmetiersdart66@gmail.com

# Les Saveurs



LES TOQUES BLANCHES DU ROUSSILLON

Une gastronomie de caractère et des produits du terroir de qualité : rousquilles, coques, miel, charcuterie de montagne, fromages au lait de chèvre, de brebis et de vache, un élevage avec des marques et des labels de qualité locale.

## Rosée des Pyrénées® - Veau

Première viande bovine de la région placée sous le label officiel « certifié qualité conforme », la Rosée des Pyrénées est issue d'un veau de 5 à 8 mois élevé en liberté et à l'herbe des montagnes. Cette viande d'estive de couleur rosée a un goût unique.

## El xai® - Agneau

C'est une marque d'agneau créée par la Coopérative Catalane des Éleveurs. Les agneaux sont élevés en permanence avec leurs mères. Ils consomment de fait un maximum de lait maternel, ce qui rend cette viande tendre et claire, sans excès de gras ou de goût.

## El tirabuixó® - Cochon

Le Tirabuixó est un porc de ferme des Pyrénées-Orientales, élevé dans le respect du bien-être animal, en plein air ou sur litière paillée.



## La charcuterie de montagne

En pays catalan, l'amour des bonnes choses n'est pas une légende. Jambon de montagne, pâté truffé, de sanglier, de chevreaux, saucisson, *fuet* (fin saucisson sec) et *botifarra* (type boudin sec), de leurs senteurs exquises parfument les tables des gourmets.



## Les fromages authentiques

De brebis, de chèvre ou de vache au caractère de nos montagnes.



## Les pâtisseries gourmandes

Toutes les déclinaisons de tourons et de nougats, les « rousquilles » moelleuses

aux notes de citron et « les bunyetes » croustillantes à la fleur d'oranger régaleront le palais de leurs saveurs sucrées. Une autre pâtisserie unique en son genre : le **Somptueux** un gâteau au rhum et pâte d'amande de la Maison Pi Roué.

## Des saveurs uniques

D'autres saveurs au naturel sont également à découvrir pour garnir vos tables comme le miel de montagne (thym, romarin, châtaignier...) et la truffe noire du Canigó.

## LES MARCHÉS

**Amélie-les-Bains-Palalda** : tous les jours place de la République, jeudi matin parking de la petite provence.

**Arles-sur-Tech** : mercredi matin dans le parc de la mairie.

**Prats-de-Mollo-La-Preste** : vendredi matin place du Foiral.

**Saint-Laurent-de-Cerdans** : samedi matin gare routière.

**Serralongue** : dimanche matin.

# Festivités et traditions



LES CORREFOCS

## Traditions et culture

Les traditions et la culture catalane sont les clefs de la vie en Haut Vallespir.

## La Sardane & la Cobla

C'est la danse traditionnelle de Catalogne. Elle se danse en cercle en alternant homme - femme se tenant par les mains. Les sardanes sont orchestrées par la *Cobla*. La *Cobla* est un ensemble instrumental traditionnel composé d'un *flabiol* d'un tambourin (*tamborí*), de deux *tibles*, de deux *tenores*, de deux ou trois trompettes, d'un trombone à coulisse ou à pistons, de deux *fiscorns* et d'une contrebasse à trois cordes (*verra*).



## Les Goigs



Une chorale passe de maison en maison la veille de Pâques pour chanter des chansons catalanes. On les appelle : les *Goigs dels ous*. À la fin de la prestation, les

chanteurs font passer un panier au bout d'une grande perche pour récolter des vivres (œufs, boudin, charcuterie...) qui serviront à confectionner l'omelette de pâques.

## Le Contrapàs

La particularité du *Contrapàs* est qu'il est uniquement dansé par des hommes, en cercle non fermé. À Prats-de-Mollo-la-Preste, le *Contrapàs* est encore dansé dans la plus pure tradition.

## La Calçotada

Les *Calçots* sont une sorte d'oignon doux aux allures de poireaux qui se déguste essentiellement entre janvier et mars. Grillés au feu de bois, les *Calçots* sont ensuite trempés dans une délicieuse sauce *Salvitxada* à base d'amandes, de tomates, de poivrons et d'ail.

## Les Coscolls



Le *Coscoll*, de son nom savant « *Moloposperme du Péloponnèse* » est une plante sauvage qui pousse en haute montagne au printemps.

La tradition veut que les jeunes du village montent les cueillir pour les offrir aux anciens. La plante, dont seule la tige est consommée, est épluchée, coupée en quatre et plongée dans de l'eau glacée. Elle est ensuite préparée en salade.

# Les Fêtes de l'Ours



© JC.Milhet

FÊTE DE L'OURS - Saint-Laurent-de-Cerdans

LE TRAPPEUR & L'OURS  
Arles-sur-TechL'OURS DÉFIANT LE PUBLIC  
Prats-de-Mollo-La-PresteLA MONACA  
Saint-Laurent-de-Cerdans

## Anciens rituels initiatiques

Les Fêtes de l'Ours sont issues de la légende de Jean de l'Ours\* et d'anciens rituels traditionnels initiatiques de la fertilité marquant le renouveau printanier. L'ours ravisseur de jeunes bergères est pourchassé par les chasseurs, il est ensuite capturé et montré aux villageois sur les places du village. Au cours de la cérémonie de clôture, la bête est rasée et retrouve ainsi son aspect humain.

\*Jean de l'Ours est un être hybride, mi-humain, mi-animal, né d'une femme et d'un ours, et doté d'une force surhumaine qui lui permet de surmonter diverses épreuves.

Ces trois fêtes ont des caractères bien différents. **Arles-sur-Tech** est plus théâtral, les personnages jouent avec la foule et reproduisent de petites saynètes en places et lieux emblématiques du village. **Prats-de-Mollo-La-Preste** les ours sont lâchés dans la ville et machurent de noir tous les villageois se trouvant sur leur passage. **Saint-Laurent-de-Cerdans**

est très lié au carnaval avec une grande cavalcade en cœur de ville mêlant diverses interactions entre des personnages. Toutes les fêtes finissent par le rasage de l'ours sur la grande place.

**Les Fêtes de l'Ours sont inscrites au patrimoine immatériel de l'UNESCO.**

**Se déroulent avant et pendant les vacances de février.**



PROCESSION DES SAINTS D'ARLES-SUR-TECH ET LA RODELLA DE MONTBOLO

## Bouquet de la S<sup>t</sup>-Jean



De son nom catalan *Ramallets* est un assemblage de plusieurs herbes porte-bonheur : le millepertuis, la feuille de noyer, l'orpin et l'immortelle.

Cette composition de plantes, dont chacune d'elles a des vertus thérapeutiques, garantit santé et longévité.

## FESTES MAJOR

Les fêtes des villages se nomment « Festa Major ». Elles ont lieu chaque année le jour du Saint Patron du village.

## FOCS DE SAINT JOAN

**Trobada** : le samedi avant le 23 juin. Montée des délégations de chaque village pour déposer un fagot de bois au Pic du Canigó.

**Embrassement du Pic à minuit**. Descente de la flamme du Canigó le 23 au matin vers les villages et **partage transfrontalier au Col d'Ares**, illuminations des tours à signaux, embrassement des feux de la Saint Jean dans tous les villages le soir.



## FOIRE CATALANE TRANFRONTALIERE



C'est une foire itinérante, vitrine des saveurs, savoir-faire et activités catalogne : un rendez-vous annuel avec tous nos producteurs, artisans et artistes de notre territoire, mais également de catalogne sud. Ambiance garantie pour les grands et les petits, jeux pour enfants et activités de pleine nature, visites patrimoniales et traductions catalanes, dégustation et repas champêtre avec nos agriculteurs.

## Animations majeures

Lors de votre séjour, n'hésitez pas à vous procurer gratuitement le programme mensuel des animations auprès de votre office du tourisme.

## Février

**Fêtes de l'Ours** : Arles-sur-Tech - Prats-de-Mollo-la-Preste - S'-Laurent-de-Cerdans

**Carnaval** : vacances de février - Amélie-les-Bains - Arles-sur-Tech - S'-Laurent-de-Cerdans - Prats-de-Mollo-la-Preste

## Mars

**Fête du Printemps** - Coustouges

**Concerts Classique autrement** - Haut-Vallespir

**Fête du Cochon** - Montferrer

## Avril

**Procession des pénitents de la Sanch** : Vendredi Saint - Arles-sur-Tech

**Foire aux chevreaux** - Arles-sur-Tech

**Confection d'une Charbonnière** - La Bastide

**Concerts Classique autrement** : Haut-Vallespir

## Mai

**Trail Vallespir Skyrace** : Amélie-les-Bains

**Foire Catalane Transfrontalière** : Itinérante sur les villages

**Concerts Classique autrement** - Haut-Vallespir

## Juin

**Course de caisses à savon** - Amélie-les-Bains

## Festivités de la Saint Jean :

**Trobada del Canigó** : les fagots de bois sont portés au sommet du Canigó

**Torrefocs** : illumination des Tours à signaux

**Jour de la S' Jean :**

- Confection des *Ramallets* : bouquets porte-bonheur

- Régénération de la Flamme au Canigó

- Transmission de la Flamme aux Pays Catalans Prats-de-Mollo-la-Preste

- Focs de S' Joan allumage du feu dans tous les villages

**Correfocs** : animation pyrotechnique - Amélie-les-Bains

**Trobada de la Tour de Batère** : randonnée à la Tour et repas au refuge de montagne - Corsavy

**Bénédictio des Mulets** - Amélie-les-Bains et Arles-sur-Tech

**Concerts Classique autrement** : Haut-Vallespir

## Juillet

**Rallye National du Vallespir**

**Charivari Banda's - Festival de fanfares** - Prats-de-Mollo-la-Preste

**Rand'eau Festival** : activités de pleine nature et spas thermaux - Vallespir

**Festa Major de Prats-de-Mollo-La-Preste**

**Fête de l'Espadrille** - S'-Laurent-de-Cerdans

**Festa Major d'Arles-sur-Tech et la Rodella** : Procession des Saintes Reliques et de la Rodella - Arles-sur-Tech - Montbolo

**Concerts Classique autrement** - Haut-Vallespir

**Festival 543** - Saint-Laurent-de-Cerdans et Coustouges

## Août

**Festival Danses et Musiques du monde** - Amélie-les-Bains-Palalda

**Festa Major de Lamanère**

**Festa Major de S'-Marsal**

## Festa Major de S'-Laurent-de-Cerdans

**Festa Major de Montferrer, de Serralongue, Coustouges**

**Aléglria d'Amunt** : musique et cuisine catalanes - Prats-de-Mollo-la-Preste

**Foire aux fromages** - Coustouges

## Septembre

**Festibanyes** : jeux taurins - Amélie-les-Bains Palalda

**Salon du chocolat** - Arles-sur-Tech

**Fête du champignon** - Réserve naturelle de Prats-de-Mollo-la-Preste

**Journées du Patrimoine** / Villes et villages du Haut-Vallespir

**Bearman Xtrem Triathlon** - considéré parmi les plus durs au monde - tout le Vallespir

**Festa Major de La Bastide**

**Festival Vallespir Barroc** - Haut-Vallespir

**Concerts Classique autrement** - Haut-Vallespir

## Octobre

**Festa Major de Le Tech**

**Festa Major d'Amélie-les-Bains**

**Fête de la Rousquille** - Amélie-les-Bains

**Rencontres de Ferronnerie d'Art** : tous les deux ans, le 3<sup>e</sup> week-end - Arles-sur-Tech

**Festival SNORC** - Villages du Haut-Vallespir

## Novembre

**Festa Major de Corsavy**

**Festa Major de Montbolo**

## Décembre

**Marchés de Noël**

**Réveillon** - Prats-de-Mollo-La-Preste

**Rifles** : loto avec de nombreux lots à gagner - Villages du Haut-Vallespir

# Nos villages

Amélie-les-Bains-Palalda / Els Banys i Palaldà



L'une des stations thermales et climatiques la plus connue et fréquentée de France. Vous croiserez au détour de ses rues, des villas de charme et qui, pour certaines, date de la belle époque. Réputée par son microclimat sec et ensoleillé, Amélie-les-Bains, citadine et vivante, se situe au cœur d'un environnement naturel allant de 176 et 1424 mètres d'altitude au bord de la rivière le Tech.

La voûte romaine, promenade jusqu'au Calvaire ou jusqu'à la chapelle de Santa Engracià, piscine municipale, tennis, centre équestre, parcours dans les arbres, terrain de pétanque, casino, cinéma, Micro-Folie, station On Piste, aire de jeux intergénérationnelles, hôtels, restaurants, traiteurs, gîtes, chambres d'hôtes, camping, aire de camping-cars, locations meublées, nombreux commerces, médecins, pharmacies. **Spécialités** : chocolat, pâtisseries : les Rousquilles et le Somptueux.

## Montbolo / Montboló

Sur les contreforts du Canigó, à quelques 600 m d'altitude, il est surnommé « le Balcon du Vallespir » avec une vue panoramique sur la plaine du Roussillon et jusqu'à la mer avec un jardin botanique.

Église romane fortifiée S<sup>t</sup> André, jardin botanique, circuit géologique, bistrot rural.



## Palalda / El veïnat de Palaldà

Les fortifications que l'on peut voir aujourd'hui sont l'œuvre de Guillaume-Hugues de Serrallonga, qui les fit construire vers 1250.

Église S<sup>t</sup> Martin, le musée El Casal (centre d'interprétation, p. 34), Chapelle du Rosaire, bistrot rural.



## Montalba / El veïnat Montalba

La commune a fusionné avec Amélie-les-Bains-Palalda en 1962 et lui a apporté son grand territoire sauvage et escarpé.



## Arles-sur-Tech / Arles de Tec

Ce village médiéval s'est construit autour de son abbatale bénédictine.

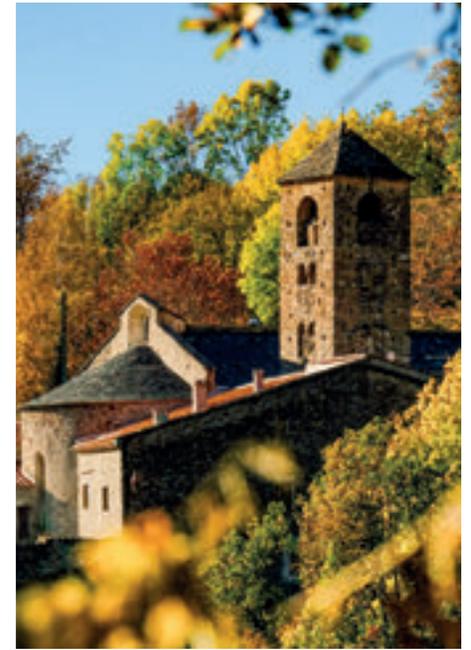
L'Abbaye Sainte-Marie Le Palau avec son C.I.A.P. dédié à l'Art sacré (réf. page 22). Le Moulin des Arts et de l'Artisanat ateliers d'art, salle d'exposition, boutique (réf. page 33). Le conservatoire des tissages catalans dans l'ancienne salle des métiers à tisser. Le village médiéval. Piscine municipale, tennis, terrains de sport, padle-tennis, pimtrack, gîtes, locations meublées, chambres d'hôtes, campings, hôtel, pharmacie, magasin d'alimentation. **Spécialités** : La charcuterie de montagne, les Rousquilles, le chocolat, l'artisanat au moulin des arts, le textile en mohair.



## Corsavy / Cortsaví

Village pittoresque de montagne 777 m (alt.) avec ses ruelles piétonnes et ses maisons blotties autour de l'antique château féodal, face à la vallée et à la Méditerranée.

4 restaurants : Chez Françoise, El Cortal, Camping de la Lyre et le refuge de Batère. Piscine municipale de juillet à août, terrains de jeux, place à feu et table de pique-nique, gîtes, chambres d'hôtes, camping. Église Sant Martí, église paroissiale Saint Martin (demander la clé « chez Françoise », restaurant épicerie sur la place). Ses 2 tours à signaux la Tour de Corsavy au-dessus du village (clé à la Mairie, au Camping et au restaurant El Cortal) et la Tour de Batère, accès route de Batère. L'histoire des mines de fer au Refuge de Batère, exposition permanente. **Spécialités** : fromage de brebis, miel, viande bovine.



## Montferrer / Montferrer

Village à flanc de montagne abrité sous son château féodal face à la mer Méditerranée.

Église S<sup>te</sup> Marie, ruines du château de Mollet. Café communal dans l'ancienne école, piscine municipale de juillet à août, aire de jeux, terrains de boules, terrain de foot, gîtes ruraux, gîtes communaux. **Spécialités** : Miel, veau bio



## Saint Marsal / Sant Marçal

Village médiéval aux ruelles pittoresques, situé à 720 m d'altitude. Connu pour son maquis de juin 1944 qui comptait 25 français et 60 espagnols.

Tour de Batère, puits à glace, four à chaux, site métallurgique romain, circuit de la route du Fer – nombreux vestiges  
Boulangerie épicerie, deux restaurants, aire de jeux, tennis, place à feu et table de pique-nique.

## La Bastide / La Bastida

Niché au cœur des Aspres et à la limite du Conflent, typique village catalan aux ruelles fleuries.

Église romane St Michel, le site minier des Menerots, Circuit de la Route du Fer  
Gîtes d'étape pour randonneur, camping municipal, gîtes communaux.

**Spécialités :** Viande Bio d'agneau et pomme

## Taulis / Teulís

Petit village au milieu de la verdure et des schistes.

Église St-Jean-l'Évangéliste, lavoir et le parc des chênes, four d'extraction du fer.  
Circuit de la Route du Fer.

## Coustouges / Costoja

**COUSTOUGES** est située à 800m d'altitude, à la frontière. Elle est enserrée entre le Puig petit au sud et le pic de la Creu au Nord, au pied duquel s'installe, le noyau urbanisé. Église Sainte Marie, bistrot rural  
Jeux pour enfants. **Spécialités :** fromage de vache.

## Serralongue / Serrallonga

**Belvédère** offrant un panorama d'exception sur le massif du Canigó. Café restaurant épicerie l'Hostal de Cabrenç, aire de pique-nique, aire de jeux, terrain de tennis, terrain de pétanque et le marché du dimanche. L'église millénaire en granit rose et bleu, le Conjurador, les tours de Cabrenç (clés au bistrot rural), Le musée médiéval.  
**Spécialités :** fromage de chèvre bio, miel et œufs bio.

## Lamanère / La Menera

Village transfrontalier, le plus au sud de France Continentale. Jolies petites maisons de granit rose entre ses deux rivières **Le Taix et Le Lamanère**. Son nom issu du bas latin « Minera » signifiant minerais évoque l'activité minière présente depuis le XIV<sup>ème</sup> siècle. Bar-Restaurant, petite épicerie, terrains de pétanque, aire de jeux, aires de pique-nique. Eglise Saint Sauveur, parcours historique, randonnées : Le point le plus au sud de France Continentale (trail annuel), les Tours de Cabrenç (clés au café), Chapelle S<sup>te</sup> Christine, cascades et vasques naturelles sur les torrents.



## Saint-Laurent-de-Cerdans / Sant Llorenç de Cerdans

Lové dans un écrin de verdure où savoir-faire et traditions se mélangent. C'est ici que sont encore fabriquées les espadrilles catalanes (vigatanes) et les Toiles du Soleil (toile de transats, linge de maison...).

**Maison du patrimoine et de la Mémoire André Abet, Fabrique d'espadrilles :** Création catalane, **fabrique de tissage catalan :** Les Toiles du Soleil.

Piscine municipale, cinéma, tennis, terrains de boules, gîtes, chambres d'hôtes, camping, hébergement de groupe, restaurants, golf 18 trous, Spas. Randonnées pédestres et VTT. Pêche.

**Spécialités :** Fromage de chèvre, fromage de vache bio, charcuterie de montagne.



## Le hameau de Villeroge / Vilaroja

Le hameau est situé sur le territoire de Coustouges à 8 km du village. Ce nom de Vila Roja (Ville rouge) provient de la couleur rosée des pierres locales. Église romane dédiée à Saint Michel.



## Prats-de-Mollo-La Preste / Prats de Molló i La Presta

Ville fortifiée par Vauban, elle est labellisée **Plus Beau Village de France**. Elle est entourée d'un rempart et construite autour de l'église S<sup>tes</sup> Juste et Ruffine. Surplombant la ville, le Fort Lagarde y est rattaché par des galeries souterraines.

Son église Saintes Juste et Ruffine  
**Le Fort Lagarde** (réf. page 27)  
 L'ermitage de Notre Dame du Coral  
**La Verneda** (réf. page 21)  
**Visites animées du fort** en costumes d'époque avec chevaux de mi-juillet à début septembre. Montée en navette pour les visites guidées et animées  
 Piscine municipale, tennis, terrains de boules, hôtels, gîtes, chambres d'hôtes, camping, restaurants, marchés, cinéma.



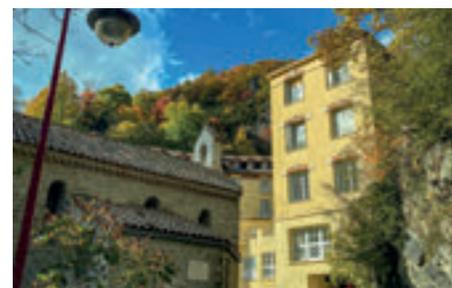
## Le Tech / El Tec

Le village est construit au bord du fleuve qui lui a donné son nom «Le Tech». La partie basse du village a été détruite lors des inondations de 1940.

Refuge de montagne de Sant Guillem, bistro rural du Tech, terrain de tennis, médiathèque. Église Sainte Marie, Ermitage St-Guillem-de-Combret (privé). Église Sainte-Cécile de Cos, les vestiges de la Tour de Cos, Chapelle de La Llau, Chapelle de Banat. Collection et explication sur l'extraction du fer en Haut Vallespir



© J.C. Milnet



## Hameau de la Preste / la Presta

**Station thermale.** Chaîne Thermale du Soleil : rhumatologie et voies urinaires (page 17), **La Réserve Naturelle** et le **Refuge de Les Conques** (entrée de la Réserve Naturelle). Point de départ pour l'excursion du **Costabona** (2 465m).

Le contenu de ce guide a pu avoir changé depuis son impression. Nous nous excusons par avance de la gêne occasionnée. Ce document d'information est non contractuel et ne peut donc pas engager la responsabilité de l'Agence d'Attractivité Amélie - Pays Català ainsi que la marque territoriale VALLESPIR CANIGÓ.

Si vous constatez une erreur où vous souhaitez ajouter une information, communiquez-la à :

Agence d'Attractivité Amélie - Pays Català - Service promotion & marketing  
 22 Av. du Vallespir 66110 Amélie-les-Bains-Palalda +33 (0)4 68 39 01 98

Edition 2025 - réalisation service promotion & marketing AAT Amélie - Pays Català  
**Crédits photo** : J.C. Milnet - H. Argence - B. Malassigne - M. Bagnouls - T. Dobiny - Domaine de Falgos - L. Hermyryck





[vallespircanigo.com](http://vallespircanigo.com)  
#vallespircanigo @vallespircanigo

