



# Guide découverte **Sud Canigó**®

*Le Territoire le plus au sud de France continentale*

**Haut Vallespir**

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





**SUD CANIGÓ**

*Cœur de nature !*

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

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



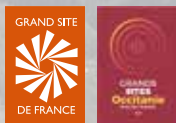
# Un dépaysement culturel au cœur de la nature.

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'Amélie-les-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 de Prats-de-Mollo par Vauban, 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 labélisés FFC et des sentiers de randonnées thématiques à la journée.

Le territoire Sud Canigó, c'est aussi ses mythiques Fêtes de l'Ours, 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 «Rosée des Pyrénées» 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 sur le territoire le plus au sud de France !



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

## Sommaire

Édito	●	p 3
Pleine nature et activités	●	p 4
Bien-être	●	p 16
Histoire et Patrimoine	●	p 18
Saveurs	●	p 25
Savoir-faire	●	p 32
Festivités et traditions	●	p 35
Nos Villages	●	p 38

## Points info

Amélie-les-Bains-Palalda  
Office de Tourisme 1<sup>ère</sup> catégorie

22 avenue du Vallespir  
Tél. : 04 68 39 01 98

[www.amelie-les-bains.com](http://www.amelie-les-bains.com)

Arles-sur-Tech

Entrée de l'Abbaye  
Tél. : 04 68 39 11 99

[www.tourisme-haut-vallespir.com](http://www.tourisme-haut-vallespir.com)

Saint-Laurent-de-Cerdans

Rue Joseph Nivet  
Tél. : 04 68 39 55 75 / 06 14 19 30 89  
[www.saintlaurentdecerdans.fr](http://www.saintlaurentdecerdans.fr)

Prats-de-Mollo-La-Preste

Place du Foiral  
Tél. : 04 68 39 70 83  
[www.pratsdemollolapreste.com](http://www.pratsdemollolapreste.com)

# En toute sérénité...

Costabona  
2 465m

**465 km<sup>2</sup> de nature**  
**176 m à 2 731 m d'altitude**

Grand Site de France

Canyoning Vélo

Réserve naturelle

Pêche

Site naturel remarquable

Pla Guillem  
2 301 m

Set Homes  
2 651 m

Rojà  
2 724 m

Canigó  
2 784 m

Tres Vents  
2 731 m

# Panoramas époustouflants

Sentiers de randonnées

Parapente

VTT

Trail

Haute Montagne

Bivouac

Refuges de montagne

# Refuges de montagne



MASSIF DU CANIGÓ - DEPUIS LA MONTÉE AU COL D'ARES PRATS-DE-MOLLO-LA-PRESTE

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 VALLESPIR

**Durée :** 2x3 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 :** Juin - Oct.

**Adresse :** Mines de Batère – Corsavy

**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

**Adresse :** Vallée de la Coumelade – Le Tech

**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.

**Adresse :** Entrée de la Réserve Naturelle Prats-de-Mollo-la-Preste

**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 :** 40 personnes

**Ouverture :** à l'année

**Adresse :** Route du Col d'Ares

- Prats-de-Mollo-la-Preste

**Tél. :** +33 (0)6 62 87 31 38

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.

# Centre Sud Canigó Sports et Pleine Nature



STAGE DES ENTRAINEURS DE LA FFC AU CENTRE DE PLEINE NATURE

## Dédié aux pratiques d'activités de pleine nature

Situé entre Arles et Amélie-les-Bains-Palada et adjacent au GR10®, il est en mesure d'assurer l'hébergement de groupes et individuels avec 105 lits, une restauration collective, des terrains de sports et des équipements dédiés au bien-être (spa, fitness) et à la musculation.

Bénéficiant du calme et des bienfaits de la moyenne montagne, le Centre vous propose à proximité, tout un panel d'activités, de la pleine nature (trail, randonnées, équitation, vtt, canyoning...)



HÉBERGEMENT 105 COUCHAGES



SPA (sauna, hammam, jacuzzi)



SALLE MULTI-SPORT

à la découverte des richesses culturelles, patrimoniales et animations du Haut-Vallespir. Informations et réservations possibles à l'accueil du Centre.

Sur notre territoire labellisé «Terre de Jeux 2024», le Centre Sud Canigó a été sélectionné comme Centre de préparation aux Jeux Olympiques Paris 2024, dans les disciplines Basket et Basket fauteuils. Il est idéal pour les athlètes de haut niveau : un cocon à leur mesure. Ouvert à tous, non sportifs, sportifs amateurs et professionnels.

**20**  
**TERRE**  
**DE JEUX**  
**24**



**Route de la Baillie  
Arles-sur-Tech**

**Ouvert : du lundi au vendredi,  
de 9h à 12h et de 14h à 17h.  
Ouvert tous les jours sur  
réservation**

**Tél. : +33 (0)4 68 39 37 82  
[www.centresudcanigo.com](http://www.centresudcanigo.com)**



# Nature et activités

RANDONNÉE ÉQUESTRE

## Nature et activités

Sud Canigó cœur de Nature ! Son camp de base, le Centre de Pleine Nature, **regroupe l'offre des activités du territoire.** Ses professionnels vous documenteront et vous conseilleront sur les sites de pratiques.

## Patrimoine Naturel

### Le Canigó Grand Site de France

Il est le plus haut des Grands Sites. Le massif du Canigó se dresse tel un géant face à la mer Méditerranée, reliant le Vallespir et le Conflent. Le mythique Tour du Canigó réalisable en 5 jours (5 étapes en refuges gardés) permet d'en apprécier toute sa majesté. La Ronde du Canigó, plus accessible, est un itinéraire de piémont qui permet de découvrir toutes les facettes du massif. +33 (0)4 68 96 45 86 [www.canigo-grandsite.fr](http://www.canigo-grandsite.fr)

## 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.sudcanigo.com](http://www.sudcanigo.com) [www.centresudcanigo.com](http://www.centresudcanigo.com)

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

### Espace VTT et Espace Cyclo

**L'espace VTT Haut Vallespir** comporte 14 itinéraires balisés et certifiés FFC. Ils sont de tous niveaux répartis sur l'ensemble du territoire avec 2 raids permanents et transfrontaliers de plus de 80 km. **L'espace**

**Cycloport Pyrénées Méditerranée** 20 circuits totalisant 1 420 km d'itinéraires de niveaux différents.

**Au Centre Sud Canigó Sports et Pleine Nature.** Sur place sont aménagés, un espace de location de VTT et VAE (VTT électriques), vente de carnets de route, un atelier de réparation et d'entretien, une station de lavage et un parcours d'initiation paysagé. +33 (0)4 68 39 37 82 [www.centresudcanigo.com](http://www.centresudcanigo.com)

### 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.



Réservez  
vos  
activités

[www.sudcanigo.com/activites-et-loisirs](http://www.sudcanigo.com/activites-et-loisirs)





## RANDONNÉES VTT

## Voie verte

Implantée en partie sur l'ancienne voie ferrée qui desservait le Haut Vallespir avant l'Aiguat (p24), 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 mêlant tracés de voies vertes et d'autres voies cyclables, tels que chemins ruraux ou routes peu fréquentées.

## Excursions en 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 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 et offices du tourisme.

## Parcours dans les arbres

Ce sont des parcours aventure sécurisés dans les arbres avec : ponts de singe et obstacles à franchir... pour petits et grands, en groupe ou en famille.

## Escalade

Certaines voies d'escalade sont déjà praticables et équipées et de nombreuses autres sont en cours d'aménagement sur falaises et blocs naturels. Elles permettront d'avoir une offre riche et variée avec différents types de difficultés et de techniques.

## Spéléo

De nombreuses grottes se sont formées dans les roches calcaires qui sillonnent notre relief montagneux. Leur ouverture au grand public est à l'étude.

## Trail

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



RANDONNÉES BALISÉES ET ENTRETENUES À L'ANNÉE

**Le Challenge Vallespir-Sud Canigó** se déroule de mars à novembre. Il regroupe 6 trails : Mars Trail du Bellmaig à Arles-sur-Tech, Mai Sskyrace à Amélie-les-Bains-Palada, 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 la finale 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.

## FICHES VTT



14 parcours VTT et  
2 Raids permanents

Retrouvez nos fiches sur :

[www.centresudcanigo.com](http://www.centresudcanigo.com)  
Téléchargeables  
gratuitement



## FICHES RANDO

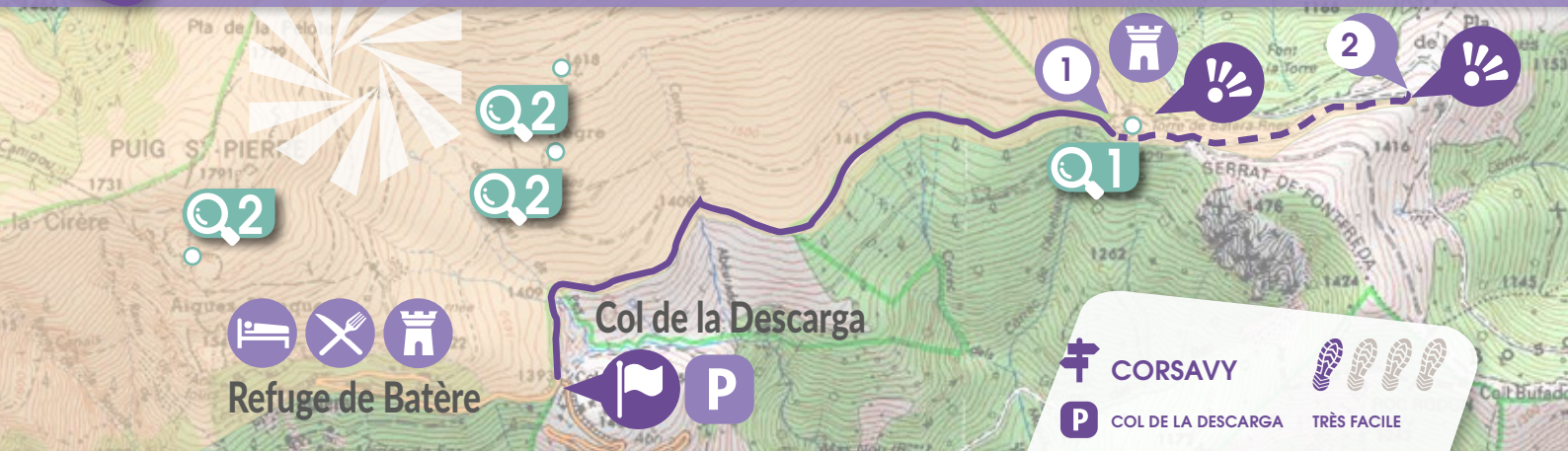


34 randonnées

Retrouvez nos fiches  
randonnées sur :

[www.centresudcanigo.com](http://www.centresudcanigo.com)  
Téléchargeables  
gratuitement





CORSAVY



COL DE LA DESCARGA TRÈS FACILE

1h00 - 4,6 km

22 m

ITINÉRAIRE

 ITINÉRAIRE BIS  
+30 MINUTES AR

**Amoureux de la nature et du calme, cette randonnée est pour vous.** C'est une promenade en pointillés sans difficulté particulière avec des paysages magnifiques sur la plaine du Roussillon et le littoral à l'Est, la chaîne des Pyrénées et le Vallespir au Sud, les vallées de la Têt et de l'Agly jusqu'aux châteaux cathares au Nord. Le parcours s'effectue sur une piste à plat recoupant des cours d'eau. Vous pouvez prolonger le parcours +30 min +2 km de la Tour jusqu'au virage en contrebas (en pointillés sur la carte).

**1** **Départ :** S'arrêter en voiture au Col de la Descarga. Prendre à pied la piste carrossable menant à la tour de Batère.

**1** **2.30 Km :** Arriver à la Tour de Batère. Prolonger sur itinéraire Bis ou reprendre la piste en direction du Col de la Descarga.

**2** **3.20 Km :** Arriver au virage en épingle reprendre la piste jusqu'au col de la Descarga.

## CODE DE BALISAGE

BONNE DIRECTION	
CHANGEMENT DE DIRECTION À GAUCHE	
CHANGEMENT DE DIRECTION À DROITE	
MAUVAISE DIRECTION	

## Q1 À voir en chemin



**Q1 TOUR À SIGNAUX**  
La tour de Batère est une tour à signaux médiévale du XIV<sup>e</sup> de type principal : elle scrute les autres tours pour déclencher l'alerte générale. Les tours signalaient la présence d'ennemis par des signaux de fumée le jour et des signaux de feu la nuit.



**Q2 MINES À CIEL OUVERT**  
L'exploitation du fer à Batère remonte à -200 avant J.C. par les Romains qui construisirent une voie d'extraction minière au pied de la Tour de Batère. La pratique était dite à ciel ouvert, laissant ensuite de grands cratères dans la montagne.



Attention aux chiens de troupeau car ils sont là pour le défendre. Contourner le troupeau au large.



Tenir son chien en laisse aux approches des prairies et des estives.



Ne pas jeter de débris, les emporter avec soi.



Rester sur les chemins et sentiers balisés.

# 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.

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

## Un écriin naturel protégé pour 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.



ISARD

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

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

Renseignements et réservation :  
**+33 (0)6 11 09 11 78**



# Domaine de Falgos Golf de montagne 18 trous



DOMAINE DE 650 HECTARES GOLF

## 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



PISCINE CHAUFFÉE SPA SOLARIUM



RESTAURANT TRADITIONNEL



HÔTEL 4 ÉTOILES



COMPLEXE HOTELIER

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 du**  
**1<sup>er</sup> avril au 13 novembre 2022**  
**pour toutes les infrastructures**  
**autres que le golf.**  
Tél. : +33 (0)4 68 39 51 42  
[www.falgos.com](http://www.falgos.com)



# La Chaîne Thermale du Soleil

## Amélie-les-Bains rhumatologie – voies respiratoires

## La Preste rhumatologie – voies urinaires



PISCINE D'EAU THERMALE

Depuis l'époque Romaine, l'eau est source de bien-être en Sud Canigó. Deux stations de la Chaîne Thermale du Soleil vous accueillent, aux pieds des Pyrénées.

## 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,



AQUAGYM



JETS HYROMASSANTS



SOIN MODELAGE DU CORPS

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.

Lors d'une cure thermale, les équipes soignantes prodiguent des soins naturels, efficaces, à partir des eaux thermales, une ressource de la nature dont les bienfaits sont reconnus par l'Académie de Médecine.

## Qu'est-ce qu'une cure thermale ?

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. Son approche globale conduit les patients pendant 3 semaines à suivre un parcours de soins adaptés, encadré par des professionnels de la santé.



#### BAINS ROMAINS D'AMÉLIE-LES-BAINS

La cure thermale à **Amélie-les-Bains-Palalda** s'adresse aux patients atteints d'affections rhumatismales (arthrose, lombalgies, tendinites, sciaticques, raideurs articulaires etc.) et des voies respiratoires (allergies, asthmes, bronchites, otites, sinusites, angines etc.) à tout âge.

**Cure Thermale en Rhumatologie et Voies Respiratoires** – 18 jours de soins.

**Mini-cure sur mesure et thématique** (Mal de Dos, No Stress, Jambes Légères, Slow Santé)

**Remise en Forme** (aquagym, thermabike, pilates, marche nordique, naturopathie etc.) & **Spa Thermal et Institut de Beauté.**

Hôtel-Résidence La Pinède\*\*\* et Hôtel Le Roussillon\*\*

À **La Preste-les-Bains**, l'établissement est spécialisé dans le traitement des affections de l'appareil urinaire et maladies métaboliques (cystites, prostatites, lithiases, infections urinaires asymptomatiques, infections gynécologiques, surcharge pondérale ...) et dans de nombreuses pathologies liées à la rhumatologie (arthrose, rhumatisme, lombalgie, tendinite ...).

**Cure thermale en rhumatologie et affections de l'appareil Urinaire** – 18 jours de soins.

**Mini-cure sur mesure et thématique** (mal de dos, minceur, cystite/prostate) et **maladies métaboliques.**

**Remise en forme** (Fitness, réflexologie plantaire, shiatsu etc.) & **Spa Thermal et Institut de Beauté.**

Grand Hôtel\*\*\*et Résidence Thermale\*\*\*, avec accès direct aux Thermes.

#### Amélie-les-Bains-Palalda

Au cœur du domaine d'Amélie-les-Bains 2 établissements thermaux :

**Les Thermes du Mondony** parient sur une architecture contemporaine avec de vastes structures sur une superficie de plus de 18 000 m<sup>2</sup>.

**Les Thermes Romains** classés Monuments Historiques pour leurs vestiges gallo-romains, dont une voûte du II<sup>e</sup> siècle, se déploient sur 3 étages et plus de 7000 m<sup>2</sup>.

#### La Preste-les-Bains

Avec vue sur les montagnes, bain de vapeur et cabines de bains aux couleurs catalanes, zones de soins pavées de pierres douces et d'émaux de Briare crème ... les thermes de La Preste, d'une surface de 2 400 m<sup>2</sup> composent un décor épuré et chaleureux.



LA PRESTE-LES-BAINS



**Amélie-les-Bains-Palalda**  
Place Maréchal Joffre  
Tél. : +33 (0)4 68 87 99 40  
[www.chainethermale.fr](http://www.chainethermale.fr)



**Prats-de-Mollo-la-Preste**  
Route de la Preste  
Tél. : +33 (0)4 68 87 88 60  
[www.chainethermale.fr](http://www.chainethermale.fr)

## PYRFER, PYRENEES du FER

Une mise en valeur contemporaine du patrimoine de l'industrie métallurgique d'antan.



L'objectif de la Communauté de Communes du Haut-Vallespir en collaboration avec le Syndicat Mixte Canigó Grand Site consiste à interpréter le patrimoine

minier et l'histoire de l'extraction minière relatifs à la montagne de *Batera*. La forge, les mines, les canaux d'eau, ... sont autant de témoignages de l'exploitation du minerai de fer de ce territoire qui remonte vraisemblablement à l'Antiquité.

Une foire des forgerons est organisée tous les deux ans à Arles sur Tech. Cette rencontre vient dynamiser un dispositif d'interprétation comprenant 9 panneaux connectés, in situ et une exposition itinérante.

Ce parcours du fer jalonné de pupitres interactifs, propose une présentation en français, catalan, anglais et espagnol.



# Histoire et Patrimoine

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'Amélieles-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





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 de la Balma de Montbolo, mais surtout dans les dolmens

Caixas de Rotllan (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

Les vestiges romains les plus remarquables sont les thermes publics d'Amélie-les-Bains-Palalda, datés du Haut Empire, formés



Voie Romaine

du grand bain (lavacrum) et 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.

# Le Pays d'Art et d'Histoire Transfrontalier des Vallées Catalanes



## LE PATRIMOINE, EN FAMILLE !



De manière ludique, nous vous proposons de découvrir les villages du territoire autour des traditions, légendes et lieux insolites !

Avec une application numérique, c'est en compagnie de l'âne Ruc que vous pourrez résoudre les mystères qui ont perturbé la tranquillité de ces lieux ruraux.



Si vous préférez, avec les livrets-jeu, partez avec Laïa, Pol et Ruc, les Petits Détectives du Patrimoine, afin de résoudre les énigmes des villages des Vallées catalanes.

Application numérique RUC : [www.enruc.org](http://www.enruc.org)

Livret-jeu en autonomie à retirer gratuitement dans les Offices de tourisme, Bureaux d'information Touristique du territoire, ou en téléchargement sur : [www.valleescatalanes.org](http://www.valleescatalanes.org)



BORNE FRONTIÈRE



EN VISITE À PALALDA



MAJESTAT DE BEGET  
(CAMPRODON)



PONT NOU DE CAMPRODON

Le Ministère de la Culture, Direction Générale des Patrimoines, attribue le label « Ville et Pays d'Art et d'Histoire » aux collectivités locales qui animent leur patrimoine. Il garantit la compétence des guides-conférenciers et des animateurs de l'architecture et du patrimoine, et la qualité de leurs actions.

Toute l'année, pour les groupes et les scolaires, le Pays d'Art et d'Histoire Transfrontalier fait découvrir le patrimoine en France et en Catalogne du sud, mais aussi en période estivale pour le public individuel. Un agenda d'activités bilingues,

est proposé sur les communes du territoire des deux côtés de la frontière : visites guidées, activités pour les familles, conférences, enquêtes...

Vous trouverez la programmation des activités du Pays d'Art et d'Histoire Transfrontalier sur le site web :

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

mais aussi sur les réseaux sociaux :

@PAHTlesvalleescatalanes

@paht\_valls\_catalanes

Tél. +33 (0)4 68 83 99 49

# La Verneda - Centre d'Interprétation des Vallées Catalanes



LA VERNEDA



Ouvert en mai 2022, 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 inscrit dans le paysage méditerranéen. 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.

CIAP  
SAINT-LAURENT-DE-CERDANS

ENTRÉE DE LA VERNEDA

UN DES ESPACES  
DE LA VERNEDA

VISITE SCOLAIRE

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 la Poste 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.

Tél. +33 (0)4 68 83 99 49

Entrée gratuite





# Le Palau

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



GRAND HALL



ESPACE MUSEOGRAPHIQUE



SALLE D'EXPOSITION CIAP

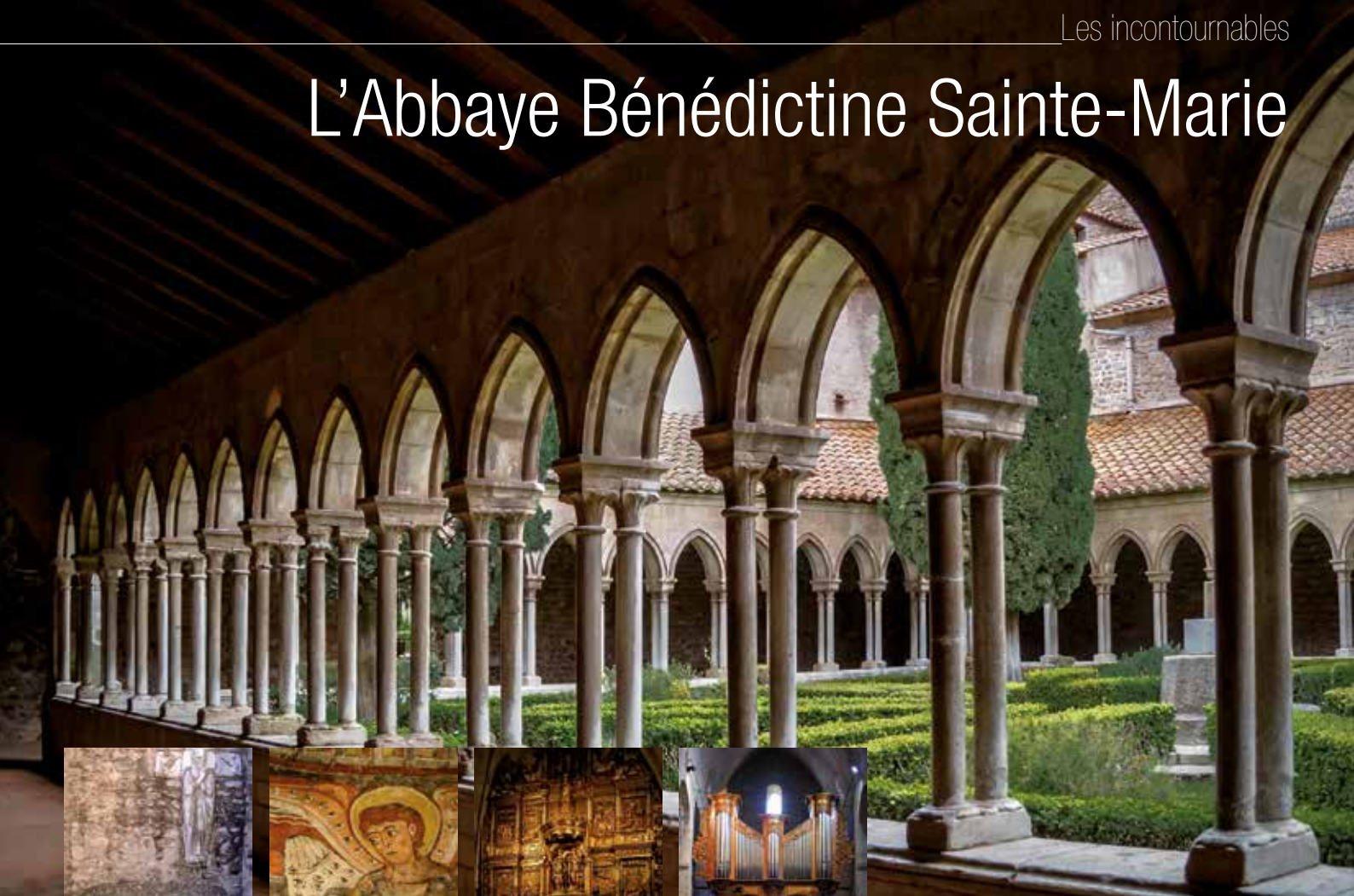
didactique (CIAP, Centre d'Interprétation de l'Architecture et du Patrimoine) dédié à l'art sacré et des salles d'expositions temporaires. Dans ce même lieu, se trouve l'Accueil de l'Abbaye.

Accessibilité personnes à mobilité réduite.

## Ouverture selon saison

Renseignements : +33 (0)4 68 83 90 66  
[abbaye@arles-sur-tech.fr](mailto:abbaye@arles-sur-tech.fr)  
[www.tourisme-haut-vallespir.com](http://www.tourisme-haut-vallespir.com)

# L'Abbaye Bénédictine Sainte-Marie



LA SAINTE TOMBE



FRESQUE DU SÉRAPHIN

RÉTABLE S<sup>TS</sup> ABDON ET SENNENORGUE SCHMIDT DU XVIII<sup>E</sup>

CLOÎTRE GOTHIQUE

Fondée en 778, aux premières heures de la reconquête mettant fin aux incursions arabes au nord des Pyrénées, l'Abbaye Sainte Marie peut s'enorgueillir d'être la plus ancienne abbaye carolingienne de Catalogne. 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 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 sécrète une eau très pure depuis qu'il abritait 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.

## Ouverture selon saison

Accueil : Le Palau

Visites guidées.

Réservations et renseignements :

+33 (0)4 68 83 90 66

abbaye@arles-sur-tech.fr

[www.tourisme-haut-vallespir.com](http://www.tourisme-haut-vallespir.com)



# Patrimoine Religieux

CHAPELLE PRIVÉE DE L'ERMITAGE DE SANT 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. À 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 orques 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.



**Eglise 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> Marti de Cortsaví** du XI<sup>e</sup> siècle commune de **Corsavy**. C'est l'Église primitive du village. Elle est en restauration depuis plus de 30 ans, 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.

# Saveurs

TOURONS ET ROUSQUILLES

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 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 exquis parfumant les tables des gourmets.



## Les fromages authentiques

De brebis, de chèvre ou de vache au caractère doux et fort 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.

## Des saveurs uniques

D'autres saveurs au naturel sont également à découvrir comme le miel, la truffe noire du Canigó, le safran, le coscoll (Moloposperme du péloponnèse) qui est une plante de haute montagne se dégustant en salade, les champignons des forêts verdoyantes, les fraises des bois, myrtilles et framboises sauvages...

## 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 devant la salle des fêtes (gare routière).

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

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

**Serralongue** : dimanche matin.



## 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.



**Les Tours de Cabrenç** entre Serrallongue 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

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



**Les deux tours du château de Palalda.** 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'Amélieles-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.



# Le Fort Lagarde



SPECTACLE AU FORT



LE SOUTERRAIN



SPECTACLE AU FORT



PRATS-DE-MOLLO VU DU FORT

LE FORT LAGARDE

**Le Fort Lagarde à Prats-de-Mollo** a été érigé par Vauban autour d'une ancienne tour à signaux. 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.

Le fort est ouvert d'avril à octobre en visite libre ou accompagnée d'une guide

conférencière (en français et en catalan, voir programme). En été, une visite animée est programmée en costume d'époque.

**Visites animées avec chevaux et armes anciennes : de mi-juillet à début-septembre tous les après-midis sauf le lundi.**

**Visites nocturnes, visites contées, visites guidées.**

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

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

**Ouvert d'avril à octobre**

**Renseignements : Bureau touristique place du Foiral**

**Tél. : +33 (0)4 68 39 70 83**

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



**Prochainement** : ouverture du C.I.A.P. (Centre d'Interprétation d'Architecture et Patrimoine) du Pays d'Art et d'Histoire Transfrontalier - Tél. 04 68 83 99 49





# Patrimoine Industriel



Comment l'Aiguat transformait le paysage industriel



**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 scieries** du Haut Vallespir étaient reconnues pour la confection de **douves de futailles** pour les tonneaux et de **ganivelles** pour les barrières et pieux de vignes.



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

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 déchainés 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.

# Les Toiles du Soleil



## Entreprise du patrimoine vivant

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

### Atelier d'ourdissage

L'ourdissage 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.



LE TISSAGE

L'OURDISSAGE



### 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.



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

Ces horaires pourront être modifiés en fonction de la situation sanitaire.

Fermeture le 1<sup>er</sup> mai et le 30 septembre

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

# Création Catalane



CONFECTION D'ESPADRILLES



GABARITS EN ACIER



COUTURE DES ÉLÉMENTS



BOUTIQUE



## 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.

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.



**Chemin du Baynat d'en pouly  
Saint-Laurent-de-Cerdans**

Jours et heures d'ouverture  
détaillées sur le site internet.

Une boutique de vente existe maintenant  
à Perpignan

Tél. : +33 (0)4 68 54 08 68  
[www.espadrille-catalane.com](http://www.espadrille-catalane.com)

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



RECONSTITUTION DE L'USINE

La Maison du Patrimoine & de la Mémoire « André Abet » à Saint Laurent de Cerdans :

La mémoire d'un savoir-faire : espadrilles et tissage catalan

Ce lieu de mémoire collective situé dans les murs de « l'Union Sandalière » l'ancienne usine coopérative de production (1923) des Travailleurs Syndiqués, abrite aujourd'hui la reconstitution d'une usine d'espadrilles et de tissage.



ATELIER D'ESPADRILLES



L'OURS ET LA MONACA



CAMPS DE RÉFUGIÉS  
FÉVRIER 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.

Ouvert tous les jours en juillet-août de 10h à 12h et de 14h à 18h. Juin & septembre du lundi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 17h30. Le reste de l'année du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 14h à 17h30



Rue Joseph Nivet  
Tél. 04 68 39 55 75  
06 14 19 30 89

[contact@ville-saint-laurent-de-cerdans.fr](mailto:contact@ville-saint-laurent-de-cerdans.fr)  
[www.saintlaurentdecerdans.fr](http://www.saintlaurentdecerdans.fr)

# Savoir-faire



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** Coustoges, Arles-sur-Tech

**Vannier** Coustoges

**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 le site [sudcanigo.com](http://sudcanigo.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

# 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

de la création : ateliers de céramique, de peinture, vitrail et fusing, bijoux, fonderie - sculpture, atelier de ferronnerie d'art, atelier cuir et tapisserie d'ameublement. Dans la salle des machines, les métiers à tisser sont toujours là, comme prêts à reprendre du service et dans la claire et vaste boutique, vitrine de la création « Made in Sud Canigó », une dizaine de créateurs locaux présentent leurs œuvres en une exposition chaleureuse et colorée.



**Horaires boutique :**  
**Du lundi au samedi**

Avril - juin 14h à 18h

Juillet - septembre 14h à 19h

Octobre - décembre 14h à 18h

Ouvert les dimanches de juillet à septembre  
14h00 à 19h00

**Se renseigner pour la visite des ateliers**

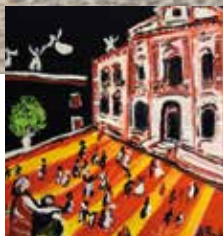
Rue du 14 Juillet - Arles-sur-Tech  
66lemoulinidesmetiersdart@gmail.com

# El Casal de Palalda



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, dans un musée totalement restauré et réhabilité.

En cours de rénovation, le **Centre d'Interprétation Charles Rennie Mackintosh** a été inauguré le 5 juin 2009. Il 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



EXPOSITION BRAHIN



ENTREE DU MUSEE



FOUR A PAIN



CIAP EL CASAL

la fin de sa vie.

El Casal de Palalda abrite dans un espace totalement rénové, de nombreuses expositions d'Art Contemporain.

Artiste peintre, Jean François Brahin exerce son art depuis l'âge de 15 ans. Sa créativité est continuellement stimulée, en témoignent ses thèmes de prédilection : féminité, art sacré, poésie, et pour honorer ce site, la Provence, le Sud et la Méditerranée.

Exposition du 23 avril au 29 juin.

Michèle Vert-Nivet peint et dessine depuis son plus jeune âge. Sa première exposition en 1973 est organisée par le peintre Felip Vila. Elle écrit de nombreux recueils de

poésie dans lesquels se retrouvent le reflet de son environnement, le massif des Albères, la baie de Cadaqués. Elle réalise un important travail sur la forêt et les arbres, avec plusieurs séries d'estampages, dont certains illustreront le livre « Peau d'arbres ». Ces œuvres sont à découvrir lors d'une exposition en juillet/août/septembre 2022.

Autour de son pôle muséal, Palalda est également appelé à multiplier échoppes et ateliers d'artisans d'art.

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

**Ouverture : du mercredi au dimanche de 14h à 18h**



# Les Fêtes de l'Ours



LES 3 FÊTES DE L'OURS : Arles-sur-Tech, Prats-de-Mollo-la-Preste, 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.



LA ROSETA ET LE TRAPPEUR  
Arles-sur-Tech



LES OURS S'ENDUISENT D'HUILE  
MÉLANGÉE À DE LA SUIE NOIRE  
Prats-de-Mollo-La-Preste



LA MONACA  
Saint-Laurent-de-Cerdans



EL GAMARÚS  
Saint-Laurent-de-Cerdans

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 éligibles au patrimoine immatériel de l'UNESCO.**

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

# Festivités et traditions



## Traditions et culture

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

### La Sardane

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 (*tambori*), 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.



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

## 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** et des monts, embrassement des feux de la Saint Jean  **dans tous les villages** le soir.



## Bouquet de la Saint-Jean

C'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.



**Agenda mensuel des festivités** à disposition auprès des bureaux d'information référents (p.3).

## FOIRE CATALANE TRANFRONTALIERE SUD CANIGÓ

C'est une foire itinérante, vitrine des saveurs, savoir-faire et activités en Sud Canigó : un rendez-vous annuel avec tous nos producteurs, artisans et artistes de notre territoire

Le 11 septembre 2022  
A Saint-Laurent  
de Cerdans



Ambiance garantie pour les grands et les petits, jeux pour enfants et activités de pleine nature.

Les événements peuvent être perturbés, aménagés, annulés ou reconduits.  
**Renseignez-vous auprès des bureaux d'information référents (p.3).**

# Nos 14 Communes

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

L'une des stations thermales et climatiques la plus connue et fréquentée de France.



## 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.**

### À visiter

**Église S<sup>t</sup> Martin** XIII<sup>e</sup> siècle ancienne chapelle du château.

**Chapelle du Rosaire** : chapelle votive dédiée à Notre Dame du Rosaire, construite à la fin du XVI<sup>e</sup> siècle sur le site de l'ancienne église paroissiale. Cette chapelle conserve un

splendide retable en bois sculpté, doré et peint en 1673 et classé monument historique en 1957. Le devant de l'autel, daté de 1712 est l'un des rares témoins de cette sorte de mobilier de cette période. La tribune à l'élégante balustrade comporte quelques bancs du XVII<sup>e</sup> siècle, dont l'un est muni d'accoudoirs en forme de tête de cheval.

**El Casal de Palalda** abrite dans un espace totalement rénové, de nombreuses expositions d'Art Contemporain. (réf. page 34)

### Les marchés

Tous les matins – place de la République  
Tous les jeudis matins – place de la Sardane

### À voir

**La voûte romaine** datant du II<sup>e</sup> siècle.

**Le Calvaire** : Croix de 8 m de haut se dressant sur un piton rocheux.

### Sur place

Piscine municipale, tennis, centre équestre, terrain de pétanque, casino, cinéma, Micro-Folie, station Nordik Walk, aire de jeux intergénérationnelles, hôtels, restaurants, gîtes, chambres d'hôtes, camping, aire de camping-cars, locations meublées, commerces, nombreux médecins, pharmacies...

### Spécialités

**Le Somptueux** Gâteau au rhum et pâte d'amande.

**Les Rousquilles**





## Le hameau de Montalba / Montalba

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

À visiter

**Église S<sup>te</sup> Marie** retable maître-autel du XVII<sup>e</sup> siècle, statue du XIV<sup>e</sup> siècle.

**Chapelle Santa Engracia** XII<sup>e</sup> siècle de tradition romane.

## Montbolo / Montboló

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

À visiter

**Église romane fortifiée S<sup>t</sup> André** du X<sup>e</sup>, vierge à l'enfant XIV<sup>e</sup> siècle, retable XVII<sup>e</sup> siècle. **Jardin botanique et circuit géologique.**

Sur place

**Restaurant typique** - Bistrot rural

À faire

**La procession de la Rodella, le 30 Juillet**



LE JARDIN BOTANIQUE



LE RETABLE



ÉGLISE S<sup>T</sup> JEAN L'ÉVANGÉLISTE



LE LAVOIR

## Taulis / Teulís

Petit village au milieu de la verdure et des schistes.

À visiter

**Église Saint-Jean-l'Évangéliste** architecture romane et retable du XVII<sup>e</sup> siècle

**Lavoir et Parc des chênes, Four d'extraction du fer.**

À faire

**Circuit de la Route du Fer**

## 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.**

### À visiter

L'église et son bénitier en marbre rouge du XVII<sup>e</sup> siècle.

### À faire

Randonnées pédestres ou VTT : la tour de Batère, le tour de Sainte Anne, Formentère, La Pinouse.

### À voir

**La tour de Batère, puits à glace, four à chaux, site métallurgique romain, circuit de la route du Fer** – nombreux vestiges

### Sur place

Boulangerie épicerie, café-restaurant, aire de jeux pour enfants, tennis



PUIT À GLACE



TOUR DE BATÈRE



LAVOIR



ÉGLISE

### Spécialités

**Viande Bio** d'agneau et pomme de terre bio

## La Bastide / La Bastida

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

### À visiter

**Église romane** S<sup>t</sup> Michel du XII<sup>e</sup> siècle, retable du XVIII<sup>e</sup> siècle, **Mines des Menerots** – mine à ciel ouvert

**Circuit de la Route du Fer**

### À faire

**Le Tour de Sainte Anne** randonnée pédestre

### Sur place

Gîtes d'étape pour randonneur, camping municipal, gîtes communaux

## Arles-sur-Tech / Arles de Tec

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

Le marché :

Tous les mercredis matins devant la salle des fêtes.

À visiter

**L'Abbaye Sainte-Marie** avec un linteau préroman, la Sainte-Tombe, les fresques romanes, le retable des Saints Patrons Abdon et Sennen, la Rodella, le cloître gothique.

**Le Palau** avec son C.I.A.P. dédié à l'Art sacré et ses salles d'expositions temporaires (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** construit autour de l'Abbaye bénédictine.



À faire

**Fête de l'ours** février, **Procession de la Sanch** le Vendredi Saint, **Bénédiction des mulets** fin juin, **La Festa Major** le 30 juillet et la **Petite Fête d'Arles** en octobre, randonnées pédestres et vtt, GR10

Sur place

Piscine municipale, tennis, centre de sports et de pleine nature, terrains de sport, gîtes,

locations meublées, chambres d'hôtes, campings, hôtel, pharmacie, magasin d'alimentation.

Spécialités

**La charcuterie catalane** de montagne **Les Rousquilles**, le **chocolat** cru fabriqué à base de cacao non torréfié, **l'artisanat** au moulin des arts, **le textile** en mohair.

## Montferrer / Montferrer

**Village à flanc de montagne face à la mer Méditerranée.**

À visiter

**Son église** romane et son retable baroque.

**Les ruines du château** de Montferrer.

Sur place

**Café communal** dans l'ancienne école communale, piscine municipale de juillet à août, aire de jeux, terrains de boules, terrain de foot, gîtes ruraux, gîtes communaux et restaurant.

Spécialités

**Miel**, **veau bio** et **glaces bio** au lait de brebis.





## Corsavy / Cortsaví

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



TOURS DE CORSAVY ET  
BATÈRE



SANT MARTÍ - ÉGLISE  
PRIMITIVE

### À visiter

**L'ancienne église Sant Martí** du XI<sup>e</sup> siècle  
**Son église** (demander la clé « chez Françoise », restaurant épicerie sur la place).

## 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.**

### À visiter

**Église Sainte Marie** (années 50 – reconstruite après l'Aiguat de 1940)  
**Ermitage S<sup>t</sup>-Guillem-de-Combret** (privé)  
**Église Sainte-Cécile de Cos**, église préromane située au nord-est du village,  
**les vestiges de la Tour de Cos** (XIII<sup>e</sup> siècle) ancienne tour à signaux située au sommet du Montalé, Chapelle de La Llau, Chapelle de Banat (XVIII<sup>e</sup> siècle).



**Ses 2 tours à signaux** la Tour de Corsavy au-dessus du village et la Tour de Batère, accès route de Batère par piste sur la droite avant le Refuge de Batère.

**L'histoire des mines de fer** au Refuge de Batère, exposition permanente.

### À voir

**Batère** anciennes mines de fer, les restes du château féodal dont il subsiste le tour de ronde et les archères, la vue sur la plaine du Roussillon.

### Sur place

4 restaurants, refuge de montagne, piscine municipale de juillet à août, terrains de jeux, espace pour grillade, gîtes, chambres d'hôtes, camping.

### Spécialités

**Productions** de fromage de brebis, miel, viande bovine, pastoralisme.  
Travail du fer.

### À faire

**Collection et explication sur l'extraction du fer en Haut Vallespir**

**Le refuge de Sant Guillem** sur le Tour du Canigó, autonome énergiquement.

### Sur place

**Restaurant typique** – Bistrot rural, terrain de tennis, parcours de pêche, aire de pique-nique.





## 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...)

### À visiter

**Maison du patrimoine et de la Mémoire André Abet.**

**Fabrique d'espadrilles :** Création catalane.

**Fabrique de tissage catalan :** Les Toiles du Soleil.

### À faire

**Fête de l'ours** en février,

**Fête de l'espadrille** fin juillet,

**Festa Major** le 10 août.

### Sur place

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

### Spécialités

**Fromage** de chèvre, fromage de vache bio, **charcuterie** de montagne



## Coustouges / Costoja

COUSTOUGES est une petite commune du Haut-Vallespir, située à 800m d'altitude, dans une zone montagneuse à la frontière entre la France et l'Espagne. 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.

### À visiter

L'église Sainte Marie est un chef d'œuvre de l'art roman. Consacrée en 1142, elle a été édifée sur les ruines d'une chapelle construite en 900.

### Sur place

**Restaurant typique** – Jeux pour enfants.

## 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.

### À visiter

Église primitive romane dédiée à Saint Michel





## Serralongue / Serrallonga

**Belvédère offrant un panorama d'exception sur le massif du Canigo.**

### À visiter

**Le village** et son **église romane du XI<sup>e</sup> siècle en granit rose et bleu** et sa porte ornée de peintures en fer forgé catalan. Le **Conjurador** du XIV<sup>e</sup> siècle monument **unique** en France.

### À faire

Les Tours de Cabrenc Monument Historique Classé (X<sup>e</sup> siècle) constitué de trois forteresses d'époque différente : les vestiges du château des seigneurs de Cabrens, La tour médiane (XI<sup>e</sup>) et La tour à signaux (XIV<sup>e</sup>) situé au sommet de la crête au sud-ouest du village.

- Randonnées
- Ressort Golf-Spa

### Sur place

Café restaurant épicerie, aire de pique-nique, aire de jeux, terrain de tennis, le terrain de pétanque et le marché du dimanche.



CONJURADOR



MARCHÉ DOMINICAL

### Spécialités

L'**aubier** de tilleul, le **fromage** de chèvres 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.

### À visiter

**Eglise Saint Sauveur** du XIV<sup>ème</sup> siècle. Le retable qui représente la transfiguration du Christ est l'un des deux seuls exemplaires du département.

**Parcours historique** dans le village composé de 17 lieux caractéristiques dont des vestiges de mines. (en cours de réalisation)

### À faire

**Randonnées** : Le Totem du point le plus au sud de France Continentale (trail annuel)



les Tours de Cabrenc (demander les clefs au café)

Sentier transfrontalier GRT83 du Col de Malrems

Chapelle S<sup>te</sup> Christine du XIII<sup>ème</sup> siècle

Ermitage de N.D. du Coral

### Sur place

« **El nostre raco** » : Bar-Restaurant,



BORNE



CLOCHER

petite épicerie, cascades et vasques naturelles sur les torrents, terrains de pétanque, aire de jeux, aires de pique-nique. **Festa Major en août.**



FORT LAGARDE



FÊTE DE L'OURS

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

Ville fortifiée par Vauban. 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.

### À visiter

Son église Saintes Juste et Ruffine  
**Le Fort Lagarde** (réf. page 27)  
 L'ermitage de Notre Dame du Coral  
**La Verneda** (réf. page 21)

### À voir

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

### Spécialités

**Fromage** de brebis, fromage de chèvre, **deux brasseries artisanales, coutellerie d'art.**

### À faire

**Fête de l'ours** en février, festival de Bandas **Charivari** et fêtes traditionnelles...  
**La tour du Mir** - randonnées (25 sentiers).

### Sur place

Piscine municipale, tennis, terrains de boules, hôtels, gîtes, chambres d'hôtes, camping, restaurants, marchés, cinéma.

**CIAP**

**Prochainement** : ouverture du C.I.A.P. (Centre d'Interprétation d'Architecture et Patrimoine) du Pays d'Art et d'Histoire Transfrontalier - Tél. 04 68 83 99 49



## Hameau de La Preste / la Presta

### Station thermale

« Chaîne Thermale du Soleil »  
 rhumatologie et voies urinaires  
 (réf. page 17)

### À faire

**La Réserve Naturelle** et le **Refuge de Les Conques** (entrée de la Réserve Naturelle).  
 Point de départ pour l'excursion du **Costabona** (2 465m). (réf. page 14)



### LES 14 MAIRIES

#### Amélie-les-Bains-Palalda

Tél. : +33 (0)4 68 39 00 24

#### Arles-sur-Tech

Tél. : +33 (0)4 68 39 12 22

#### Corsavy

Tél. : +33 (0)4 68 39 26 51

#### Coustouges

Tél. : +33 (0)4 68 39 51 01

#### La Bastide

Tél. : +33 (0)4 68 39 42 81

#### Lamanère

Tél. : +33 (0)4 68 39 62 52

#### Le Tech

Tél. : +33 (0)4 68 39 61 37

#### Montbolo

Tél. : +33 (0)4 68 39 09 82

#### Montferrer

Tél. : +33 (0)4 68 39 12 44

#### Saint Marsal

Tél. : +33 (0)4 68 39 41 14

#### Saint-Laurent-de-Cerdans

Tél. : +33 (0)4 68 39 50 04

#### Serralongue

Tél. : +33 (0)4 68 39 61 34

#### Taulis

Tél. : +33 (0)4 68 83 98 92

#### Prats-de-Mollo-La-Preste

Tél. : +33 (0)4 68 39 72 11

Amélie-les-Bains - Palalda

Le Tech

La Bastide

Arles-sur-Tech

Corsavy

Prats-de-Mollo - La-Preste

Coustouges

Lamanère

Taulis

Montferrer

Saint-Marsal

Montbolo

Serralongue

Saint-Laurent-de-Cerdans



**SUD CANIGÓ**  
Cœur de nature!  
[www.sudcanigo.com](http://www.sudcanigo.com)

