



Les balcons du Canigó

Les balcons du Canigó sont ces territoires qui entourent la montagne sacrée des Catalans et offrent des paysages spectaculaires, une histoire riche et un patrimoine préservé. Ces espaces, situés entre la plaine et les sommets, sont conçus comme une invitation à la découverte immersive et durable. **Les Balcons Sud** illustrent les liens forts entre Catalogne nord et sud. Ce territoire met en valeur un riche patrimoine culturel et architectural, des paysages remarquables et des traditions vivantes.

Els balcons del Canigó

Els balcons del Canigó són aquells territoris que envolten la muntanya sagrada dels catalans i ofereixen paisatges espectaculars, una rica història i un patrimoni conservat. Aquests espais, situats entre la plana i els cims, estan dissenyats com una invitació al descobriment immersiu i sostenible. **Els balcons del sud del Canigó** il·lustren els forts vincles entre el nord i el sud de Catalunya. Aquest territori destaca un ric patrimoni cultural i arquitectònic, paisatges notables i tradicions vives.

The foothills of the Canigó

The foothills of the Canigó are those territories that surround the sacred mountain of the Catalans and offer spectacular landscapes, a rich history and a preserved heritage. These spaces, located between the plain and the peaks, are designed as an invitation to immersive and sustainable discovery. **The Southern foothills of the canigó** illustrate the strong links between northern and southern Catalonia. This territory highlights a rich cultural and architectural heritage, remarkable landscapes and living traditions.



Traces d'ingéniosité et d'industrie

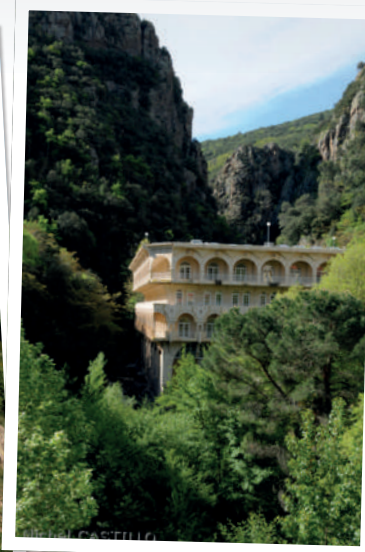
Dans les villages des Balcons Sud, le paysage porte l'empreinte du travail des hommes. Les anciennes mines de fer de Batère, témoignent d'un passé industriel intense, où l'on extrayait et transformait les ressources du territoire. Le long des rivières, les activités textiles ont longtemps animé les villages, donnant rythme et vie à toute une vallée. Aujourd'hui encore, ces savoir-faire se prolongent dans les gestes des artisans. Ferronniers d'Arles-sur-Tech, fabricants d'espadrilles et de toiles à Saint-Laurent de Cerdans, créateurs locaux : tous perpétuent un héritage fait de précision, de patience et de transmission. Le patrimoine bâti complète ce récit. L'abbaye Sainte-Marie d'Arles-sur-Tech incarne la richesse spirituelle et historique de la vallée. Plus haut, le Fort Lagarde, conçu par Vauban, rappelle l'importance stratégique de ce territoire frontalier. Dans les hauteurs, d'autres témoins plus discrets ponctuent le paysage : le Conjurador de Serralongue, ouvert aux quatre vents, servait autrefois à conjurer les intempéries et protéger les récoltes ; le sanctuaire de Notre-Dame du Coral, retiré dans la montagne ; ou encore les nombreuses tours à signaux du Vallespir rappellent l'organisation défensive du territoire.

Empreintes d'enginy i indústria

Als pobles dels Balcons del Sud, el paisatge porta la petjada del treball humà. Les antigues mines de ferro de Batère recorden un passat industrial intens, mentre que al llarg dels rius l'activitat tèxtil va donar vida a tota la vall. Avui, aquests sabers continuen en els gestos dels artesans: ferrers, fabricants d'espardenyes i creadors locals que mantenen una tradició de precisió i transmissió. El patrimoni construït completa aquest relat: l'abadia de Santa Maria d'Arles de Tec i el fort Lagarde evocuen la història espiritual i estratègica del territori. En els punts més elevats, elements com el conjurador de Serralongue o les torres de guaita del Vallespir recorden antigues formes de protecció i comunicació a la muntanya.

Craft and industry traces

In the Southern foothills villages, the landscape still bears the memory of human activity, shaped over time by the close relationship between people and mountains. Batère's iron mines reflect a strong industrial past, while textile activities once gave rhythm to the valley. Today, local craftspeople continue these traditions, from blacksmiths to espadrille makers, carrying a living heritage of precise gestures and transmission. Built heritage also tells this story. The abbey of Sainte-Marie in Arles-sur-Tech, Fort Lagarde, as well as more discreet sites such as the Serralongue conjurador and the Vallespir signal towers, reveal the many ways this territory has been inhabited and used.



Des traditions vivantes, une mémoire partagée

La vallée se raconte aussi à travers ses traditions et son identité culturelle. Chaque année en février, les Fêtes de l'Ours d'Arles-sur-Tech, de Saint-Laurent de Cerdans et de Prats-de-Mollo font revivre un rituel ancestral. Entre mythe et renouveau, cette célébration - inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO - met en scène la capture puis la transformation de l'homme sauvage, dans une ambiance à la fois festive et symbolique. La langue catalane, toujours vivante, constitue un autre pilier de cette identité. Transmise de génération en génération, elle habite les échanges, les chants et les expressions du quotidien, reliant les habitants de part et d'autre de la frontière. Car ici, la frontière n'est pas seulement une ligne : elle est un espace de passage, d'histoire et de mémoire. Elle évoque notamment la Retirada, lorsque des milliers de réfugiés franchirent les cols pyrénéens pour fuir la guerre civile espagnole.

Tradicions vives i memòria compartida

La vall es defineix per una identitat cultural forta i unes tradicions encara ben presents. Cada febrer, les Festes de l'Oís d'Arles de Tec, Sant Llorenç de Cerdans i Prats de Molló recuperen un antic ritual simbòlic, inscrit al patrimoni immaterial de la UNESCO. La llengua catalana, encara viva, estructura la vida quotidiana i reforça el vincle cultural entre comunitats. La frontera, finalment, és també un espai de memòria, lligat a la Retirada, quan milers de persones van creuar els Pirineus fugint de la guerra civil espanyola.

Living traditions and shared memory

The valley is shaped by traditions that remain very much alive. Each February, the Bear Festivals in Arles-sur-Tech, Saint-Laurent-de-Cerdans and Prats-de-Mollo revive an ancient ritual blending myth and celebration. Recognised by UNESCO, it symbolically stages the transformation of the wild man. The Catalan language, still in daily use, connects communities on both sides of the border and expresses a shared cultural identity. This borderland also holds the memory of the Retirada, when thousands crossed the Pyrenees fleeing the Spanish Civil War.

Paysages : entre balcons, crêtes et horizon

Les Balcons Sud offrent de vastes ouvertures sur la vallée. Les reliefs dessinent des belvédères naturels, tournés vers le massif du Canigó et la plaine. Ces paysages révèlent un territoire de passage, marqué autant par les échanges que par les séparations. La montagne y trace une limite, mais aussi un lien, perceptible dans les chemins, les cols et les usages partagés. Sur les lignes de crête, les tours à signaux du Vallespir ponctuent l'horizon. Autrefois, elles permettaient de transmettre rapidement des alertes d'un sommet à l'autre. Aujourd'hui, elles restent des repères visibles et racontent une autre manière d'habiter et de surveiller la montagne.

Paisatges: entre balcons, carenes i horitzó

Els Balcons Sud obren àmplies vistes sobre la vall, amb miradors naturals orientats cap al massís del Canigó i la plana. Aquest paisatge revela un territori de pas, on la muntanya connecta tant com separa. Els camins i els colls en són la prova, marcats per usos i circulacions compartides. A les carenes, les antigues torres de guaita del Vallespir dibuixen la línia de l'horitzó. Utilitzades per transmetre avisos entre cims, avui resten com a fites visibles del paisatge i de la relació amb la muntanya.

Landscapes: between foothills, ridges, and the horizon

The Southern foothills open wide views over the valley and toward the Canigó massif. These landscapes reveal a territory of passage, where mountains connect as much as they separate. On the ridges, former signal towers remain visible, once used to communicate between peaks, now silent landmarks in the landscape.



Art de vivre : bien-être, savoir-faire et saveurs locales

Ici, l'art de vivre se tisse entre bien-être, savoir-faire et attachement au territoire. Le thermalisme, hérité d'une longue tradition, occupe une place importante, notamment à Amélie-les-Bains et à La Preste, où les eaux invitent au soin et au repos. Les savoir-faire locaux participent pleinement à cette identité : tissage catalan, espadrilles et vigatanes, travail du fer du Canigó ou utilisation de l'aubier de tilleul. La gastronomie prolonge cette relation au lieu : miels, charcuteries, fromages de brebis, de chèvre ou de vache, veau Rosée des Pyrénées, rousquilles et bunyets composent une cuisine simple, généreuse et ancrée dans les saisons.

Benestar, saber fer i sabors locals

La vida aquí es construeix entre el benestar, els sabers artesans i el vincle amb el territori. El termalisme, amb una llarga tradició, té un paper important a Amélie-les-Bains i La Presta, on les aigües afavoreixen el descans i la cura. Els sabers locals continuen vius a través del teixit català, les espardenyes, la feina del ferro del Canigó o l'ús de materials naturals. La gastronomia reflecteix aquesta riquesa: mel, embottits, formatges, vedell dels Pirineus, rousquilles i bunyets formen una cuina senzilla, de temporada i arrelada al territori.

Well-being, craftsmanship, and local flavours

Here, everyday life is rooted in a balance between wellbeing, craftsmanship and local products. Thermalism, especially in Amélie-les-Bains and La Preste, reflects a long tradition of care and rest. Local skills—woven textiles, espadrille making, ironwork and natural materials—continue to be passed on and renewed. Local cuisine reflects this richness: honey, cheeses, cured meats, Pyrenean veal, rousquilles and bunyets make up a simple, seasonal cuisine deeply rooted in the region.



Allez-y sans voiture !

Profitez des Escapades nature sans voiture proposées par les Grands Sites de France : accès en transports en commun, itinéraires doux et mobilités alternatives pour découvrir les paysages autrement, en toute liberté et en respectant l'environnement.

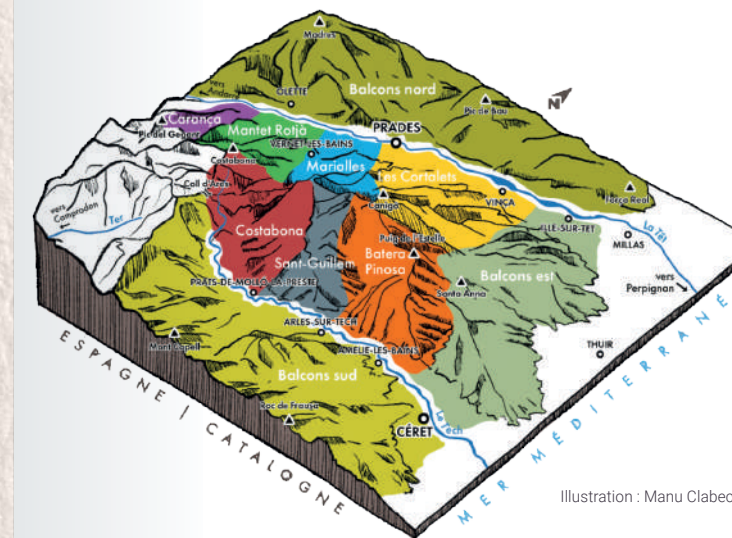
Venir-hi sense cotxe!

Gaudiu de les Escapades natura sense cotxe proposades pels Grans Sítos de França: accés amb transport públic, itineraris suaus i mobilitats alternatives per descobrir els paisatges d'una altra manera, amb tota llibertat i respectant el medi ambient.

Come without a car! Enjoy the car-free nature getaways offered by the Grands Sites de France: access by public transport, gentle itineraries and alternative mobility options to discover the landscapes differently, in complete freedom and with respect for the environment

www.visit-canigo.com

Poursuivez la découverte !



LEGENDE

- Itinéraire cyclable
- Itinéraire cyclable en projet
- Bus de ligne
- Route départementale
- Arrêt de bus / Gare

Laissez vous guider en consultant les cartes de découverte des 3 balcons avec vue sur le Canigó : nord, est et sud ou, pour une immersion dans le site classé, les rando-pratiques des 7 secteurs du massif.



Contacts Découverte

www.visit-canigo.com

Pour vous garantir la meilleure expérience de découverte, 5 partenaires se partagent l'animation de la destination touristique et du Grand Site Occitanie Canigó – Pais Català



Office de tourisme intercommunal Roussillon-Conflent +33 4 68 57 99 00 2 place Henri Dernaï 66130 Ille-sur-Têt www.tourisme-roussillon-conflent.fr



Office de Tourisme Intercommunal du Haut Vallespir - Le Foïral 66230 Prats-de-Mollo-La Preste Tél. +33 4 68 39 70 83 www.sudcanigo.com



Office de tourisme Conflent-Canigó +33 4 68 05 41 02 10 place de la République 66500 Prades www.tourisme-canigo.com



Agence d'Attractivité Amélie-Pais Català quai 8 mai 1945 66110 Amélie-les-bains Tél. +33 4 68 39 01 98 www.vallespir-canigo.com

Destination Canigó

Partagez votre expérience avec #visitcanigo

PLUS D'INFOS

Sur le projet et les activités du Grand Site de France Balcons et Massif du Canigó : www.canigo-grandsite.com

Syndicat mixte Canigó Grand Site canigograndsite

Le syndicat mixte Canigó Grand Site

