

# Marais *du Cotentin et du Bessin*

2015 2016



Des marais,  
entre deux mers...  
*Marshlands between two coastlines...*

[www.parc-cotentin-bessin.fr](http://www.parc-cotentin-bessin.fr)

NORMANDIE

Une autre vie s'invente ici



Parc  
naturel  
régional  
des Marais du  
Cotentin et du Bessin

# Le Parc naturel régional des Marais du Cotentin et du Bessin



Créances



Montmartin-en-Graignes



Pointe de brévands

## Des marais, entre deux mers...

*Marshlands between two coastlines...*

créé en **1991**  
*created in*

**146 650**  
hectares

**150**  
communes  
dans la Manche  
et le Calvados

**74 000**  
habitants  
*inhabitants*

*Twinned with  
Jumelé avec le  
Somerset en  
Grande-Bretagne*

**30 000** ha  
de prairies  
humides  
*grazing marshes*

une **escale**  
migratoire  
majeure  
*A major stop-over  
site for migratory  
birds*

**faune**  
et **flore**  
remarquables  
*remarkable wildlife*

**1968**  
1<sup>er</sup> Parc naturel  
régional créé

**51**  
Parcs naturels  
régionaux en  
France en 2015

# Des marais, deux visages...

*The two faces of the marshes...*



Varenguebec



Liesville-sur-Douve



Mise au marais - Varenguebec

## L'hiver,

à l'horizon le ciel et l'eau se confondent, les marais se couvrent d'eau. On dit qu'ils "blanchissent" et l'expression presque du Cotentin prend alors tout son sens.

*Winter, the sky and water mix on the horizon, the marshes are flooded giving the Cotentin peninsula its individuality. Locally it's said to be "whitened".*



Canchy

## Au printemps,

les rivières retrouvent leur lit. Dans les vastes prairies, les poissons laissent la place aux vaches et aux chevaux.

*In spring, the rivers have returned to their real courses. Cows and horses replace fish on the vast meadows.*

Le Parc naturel régional  
des **Marais du Cotentin et du Bessin**



**En hiver**

“la blanchie”

*In winter, the best time to come: “white washed”*

*Graignes*

**De bonnes saisons d’y venir !**

# En hiver...



Portes à flot du Pont aux vaches - Isigny-sur-Mer



Huîtres



Ecrammeville

Par milliers, les oiseaux migrateurs scandinaves se donnent rendez-vous sur les riches vasières de la baie des Veys. Observez alors canards, échassiers et limicoles qui vont et viennent entre mer et marais... Novices, amateurs, ornithologues avertis, vivez cette ambiance exceptionnelle le dimanche matin avec l'animateur nature et demandez le programme des animations «Hiver au marais» !

### *In winter...*

*Migrant birds from Scandinavia gather in their thousands on the rich mudflats of the Baie des Veys. See ducks, waders and herons that come and go according to the tide... Beginner, amateur or keen birdwatcher, come and discover this exceptional phenomenon on any Sunday morning with a wildlife guide!*



Pêche à pied - Pirou



Saint-André-de-Bohon



Grand observatoire - Maison du Parc



# Au printemps

“la mise au marais”

*In spring, the best time to come:  
“turned out to the marsh”, the cows are back on grass !*

*La Sangsurière - St-Sauveur-de-Pierrepont*

**De bonnes saisons d’y venir !**

# Au printemps...



*Sympetrum rouge sang*



*Ferme Musée du Cotentin - St-Mère-Eglise*



*Maison des Ormes - Montmartin-en-Graignes*

A pied, à vélo, à cheval ou en compagnie d'ânes, une multitude de chemins de randonnée pour profiter du réveil de la nature. De nombreuses activités pour éveiller vos sens : ateliers créatifs ou culinaires, stages, visites de musées et lieux historiques, sorties nature, grenouilles et petites bêtes de l'eau... c'est le printemps !

### *In spring..*

*On foot, by bike, on horseback or with a donkey, a many public footpaths to see nature waking-up. There are various activities to rouse your senses: culinary or artistic workshops, courses, visits to museums or historic sites, finding frogs and little aquatic animals, natural history walks... it's spring !*



*Cigognes blanches*



*Grenouille verte*



*Maison des Marais - Marchésieux*

Le Parc naturel régional  
des **Marais du Cotentin et du Bessin**



**En été**

le marais au fil de l'eau

*In summer, the best time to come: see the marshes by water*

*Promenades fluviales*

**De bonnes saisons d'y venir !**

# En été...



Moules de bouchots - Pirou



Marais de Selsoif - St-Sauveur-le-Vicomte

Envie de vous immerger au cœur des marais ? C'est la belle saison pour naviguer en canoë ou se laisser bercer par les histoires du marais contées par deux habitants du pays, le temps d'une croisière sur la Douve ou la Taute.

Envie de découvrir le littoral ? Les grandes plages se prêtent à la baignade et à la vitesse des chars à voile, les côtes à la curiosité des kayakistes et le large aux voiles des plaisanciers.

Coup de cœur ! Dégustation de moules à la crème fraîche et visite du marais au crépuscule.

## ***In summer...***

*You'd like to see the heart of the marshes? Summer's the time to navigate by canoe or listen to the stories of the marshes as told by two of their inhabitants during a boat ride on the Douve or the Taute.*

*Want to see the coast? The extensive beaches are ideal for bathing or sand-yatching, the coast for those in kayaks and the sea for those with a surfboard.*

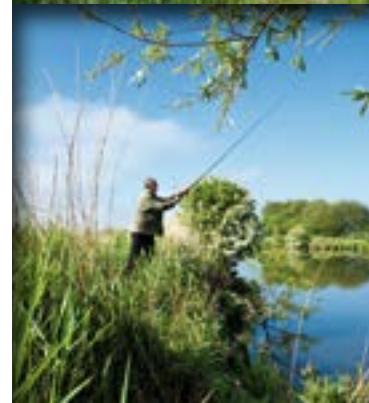
*An idea ! Taste a plate of fresh mussels with cream before visiting the marshes at dusk.*



Corps de garde - havre de St-Germain-sur-Ay



Utah-Beach



Le Parc naturel régional  
des **Marais du Cotentin et du Bessin**



Saveurs et couleurs chaudes  
**de l'automne**

*In autumn, the best time to come: flavours and warm colours*

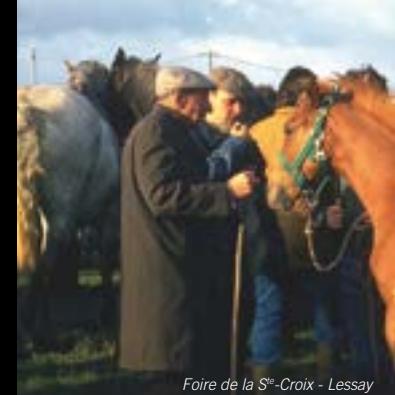
*Magneville*

**De bonnes saisons d'y venir !**

# En automne...



Coquilles-S-Jacques



Foire de la S<sup>te</sup>-Croix - Lessay



C'est l'occasion de découvrir les fameuses maisons en terre typiques des hameaux du marais, le travail du vannier, technique ancienne de 400 ans, la colonie de phoques veau-marins et de se mettre au chaud pour une pause gourmande : soupe, coquillages et crustacés, caramels, biscuits, miel, jus de pomme, gâche cuite au feu de bois...

### *In autumn...*

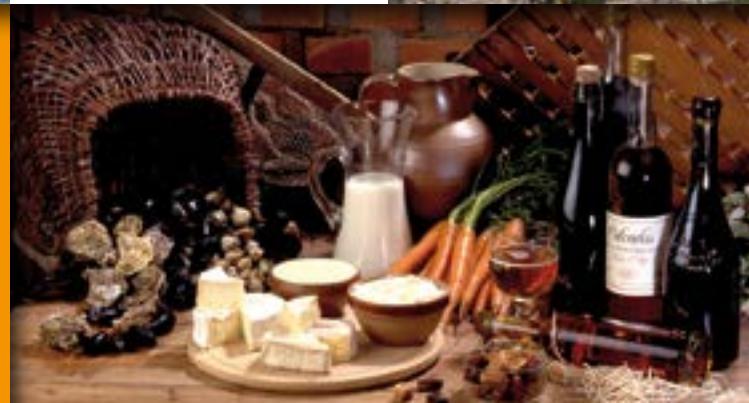
*Autumn's the time to investigate the famous earthen houses typical of the marsh villages, the 400 years old tradition of basket-making, to see the group of Common Seals or taste some local produce: soup, seafood, caramels, biscuits, honey, apple juice, a local pastry cooked on a wood fire...*



Maison en terre - S-André-de-Bohon



Phoque veau-marin



# Pour en savoir +



## La Maison du Parc

point de départ idéal  
pour découvrir les marais  
du Cotentin et du Bessin



## Carte de visite

Paysages, randonnées,  
loisirs nature et activités  
au fil de l'eau



## Collection «découverte»

*Où voir la terre ?*

*Où voir la nature ?*

*Where to watch our wildlife ?*

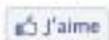
Suggestions de balades  
et découvertes thématiques



## Les rendez-vous du Parc

Animations organisées par le Parc et ses partenaires  
à la Maison du Parc ou sur l'une des 150 communes du  
territoire, au fil des saisons.

**Brochures du Parc naturel régional disponibles gratuitement  
à la Maison du Parc, dans les Offices de Tourisme  
ou sur [www.parc-cotentin-bessin.fr](http://www.parc-cotentin-bessin.fr)**



© **P n r** des Marais du Cotentin et du Bessin

Dépôt légal à parution : mars 2011 - Tirage : 30 000 ex. - ISSN papier : en cours

Crédit photo : J-R Cherpitel ; S. Fautré (CDT 50) ; Ferme-Musée du Cotentin ; S. Heliquest ; T. Houyel ;  
O.T. Isigny-Grandcamp Intercom ; P.Y. Le Meur ; F. Mordel ; M. De Rugy (DIGPC-région Basse-Normandie) ;  
T. Seni ; L. Bouyer, G. Hédouin, O. Pierre, J-B Wetton (Pnr des Marais du Cotentin et du Bessin).

Poster page 2 : sources : PnrMCB, Conservatoire de l'Espace Littoral et des Rivages Lacustres - 2009, Conservatoire Botanique  
National de Brest - 2010, Tâche urbaine - BDTU © AUCAEN DREBN - 2004, trait de côte Histolitt (TCH) © IGN-SHOM - 2009,  
extraits issus de fichiers BD TOPO®, BD CARTHAGE®, BDALTI® - © IGN - 2012 - reproduction interdite.

Imprimé sur du papier PEFC avec des encres végétales par LE REVEREND à Valognes (50)

# La Maison du Parc naturel régional et l'Espace Naturel Sensible des Ponts d'Ouve

Le point de départ  
idéal pour découvrir les  
**Marais du Cotentin et du Bessin**

*The ideal starting point for discovering  
the Cotentin and Bessin marshes*

02 33 71 65 30 [www.parc-cotentin-bessin.fr](http://www.parc-cotentin-bessin.fr)

NORMANDIE

Une autre vie s'invente ici



Parc  
naturel  
régional  
des Marais du  
Cotentin et du Bessin



## Maison du Parc naturel régional des Marais du Cotentin et du Bessin



### TARIFS INDIVIDUELS

EN VISITE LIBRE avec le "Passemaraïs" \* (gratuit < 6 ans)

\* carte nominative pour accès illimité gratuit en visite libre (année en cours)

	Tarif plein	Réduit**	Famille***
Habitant du Parc	4,00 €	2,00 €	8,50 €
Hors Parc	5,00 €	2,50 €	11,00 €

EN VISITE GUIDÉE (à partir de 6 ans)

	Tarif plein	Réduit**	Famille***
Habitant du Parc	5,00 €	2,50 €	10,50 €
Hors Parc	6,00 €	3,00 €	13,00 €

\*\* enfants 6 à 16 ans, étudiants, chômeurs, handicapés

\*\*\* 1 ou 2 adultes + enfants de moins de 16 ans

La Maison du Parc est partenaire de la carte **Carte 9100**

Tarifs groupes et animations pédagogiques : nous consulter.

### HORAIRES D'OUVERTURE 2015

	JAN.	FÉV.	MARS	AVR.	MAI	JUIN	JUILL.	AOÛT	SEPT.	OCT.	NOV.	DEC.	
1	J	D	D	Me	V	L	Me	S	M	J	D	M	1
2	V	L	L	J	S	M	J	D	Me	V	L	Me	2
3	S	M	M	V	D	Me	V	L	J	S	M	J	3
4	D	Me	Me	S	L	J	S	M	V	D	Me	V	4
5	L	J	J	D	M	V	D	Me	S	L	J	S	5
6	M	V	S	L	Me	S	L	J	D	M	V	D	6
7	Me	S	V	M	J	D	M	V	L	Me	S	L	7
8	J	D	D	Me	V	L	Me	S	M	J	D	M	8
9	V	L	L	J	S	M	J	D	Me	V	L	Me	9
10	S	M	M	V	D	Me	V	L	J	S	M	J	10
11	D	Me	Me	S	L	J	S	M	V	D	Me	V	11
12	L	J	J	D	M	V	D	Me	S	L	J	S	12
13	M	V	S	V	L	Me	S	L	J	D	M	V	13
14	Me	S	S	M	J	D	M	V	L	Me	S	L	14
15	J	D	D	Me	V	L	Me	S	M	J	D	M	15
16	V	L	L	J	S	M	J	D	Me	V	L	Me	16
17	S	M	M	V	D	Me	V	L	J	S	M	J	17
18	D	Me	Me	S	L	J	S	M	V	D	Me	V	18
19	L	J	J	D	M	V	D	Me	S	L	J	S	19
20	M	V	S	V	L	Me	S	L	J	D	M	V	20
21	Me	S	S	M	J	D	M	V	L	Me	S	L	21
22	J	D	D	Me	V	L	Me	S	M	J	D	M	22
23	V	L	L	J	S	M	J	D	Me	V	L	Me	23
24	S	M	M	V	D	Me	V	L	J	S	M	J	24
25	D	Me	Me	S	L	J	S	M	V	D	Me	V	25
26	L	J	J	D	M	V	D	Me	S	L	J	S	26
27	M	V	S	V	L	Me	S	L	J	D	M	V	27
28	Me	S	S	M	J	D	M	V	L	Me	S	L	28
29	J	D	D	Me	V	L	Me	S	M	J	D	M	29
30	V	L	L	J	S	M	J	D	Me	V	L	Me	30
31	S			M			D	V	L		S	J	31

9h30 - 12h30 et 13h30 - 17h30	Accueil ouvert Réservé, pédagogique fermé	10h - 12h30 et 13h30 - 18h30	10h - 18h30	Site fermé
----------------------------------	-------------------------------------------------	---------------------------------	-------------	---------------

3 village Ponts d'Ouve  
50500 SAINT-CÔME-DU-MONT

Tél. 02 33 71 65 30 - Fax. 02 33 71 65 31

accueil@parc-cotentin-bessin.fr

www.parc-cotentin-bessin.fr

