

Pourquoi mange-t-on si bien ici ? ▪ D-Day : nos 60 heures idéales  
*Why do we eat so well here? ▪ Our ideal 60-hour D-Day tour!*

#7

# Instantants

## Calvados



©Vincent Rustrud

# Au menu

**4-15. Les immanquables du moment** *Not to be missed*

**16-17. Drôles d'infos** *Fun facts*

**18-25. 60 heures pour revivre le D-Day**

*A 60-hour trail to relive D-Day*

**26-33. Ralentir la cadence**

Mon long week-end dans le Calvados

*My long weekend in Calvados*

**34-41. Nourrir sa curiosité**

Mystère en cuisine

*A gourmet mystery*

**42-49. Cultiver son jardin**

Guillaume le Conquérant, ce héros normand

*William the Conqueror, Normandy's greatest hero*

**50-56. Tailler la route**

J'y vais à vélo *I'm going by bike*

## Suivez le guide

**58-69. On a la réponse**

- Où manger ? *Where to eat*
- Où boire un verre ? *Where to go for drinks*
- Où passer une soirée mémorable ? *Where to spend an unforgettable evening*
- Quels produits locaux rapporter ? *Local produce to take home*
- Où dormir dans la nature ? *Where to sleep in the wild*
- Où se balader en pleine nature ? *Where to take a back to nature stroll*

**70-79. Top !**

- Les plus beaux panoramas *Stunning panoramas*
- Les plus beaux villages *Our most beautiful villages*
- Les meilleures visites ludiques *Our best recreational tours*
- Les plus belles plages *Our loveliest beaches*
- Les plus belles balades autour de l'eau *Waterside wanderings*

**80-85. À faire avec...**

- Les enfants *With the kids*
- Son amoureux(se) *With a loved one*
- Ses copains et copines *With friends*



© Alpin / iStock

**86-87. Carte blanche à Maxime Wille**

*Maxime Wille's ideal tour*



Éditeur :  
 Calvados Attractivité - 8 rue Renoir  
 14 000 Caen - Tél. +33 (0)2 31 27 90 30  
 Direction artistique, conception  
 éditoriale et graphique, mise en page,  
 rédaction : **image & france**  
 Traduction : Dixit Traduction  
 Impression : NII  
 70 000 exemplaires / Gratuit / Mars 2024  
 ISSN 3000-2230  
 Papier recyclé : ville d'origine de  
 fabrication du papier : Schwedt,  
 Allemagne  
 Taux de fibres recyclés : 100%  
 Taux d'eutrophisation : 0,004 kg/tonne  
 Certification : PEFC

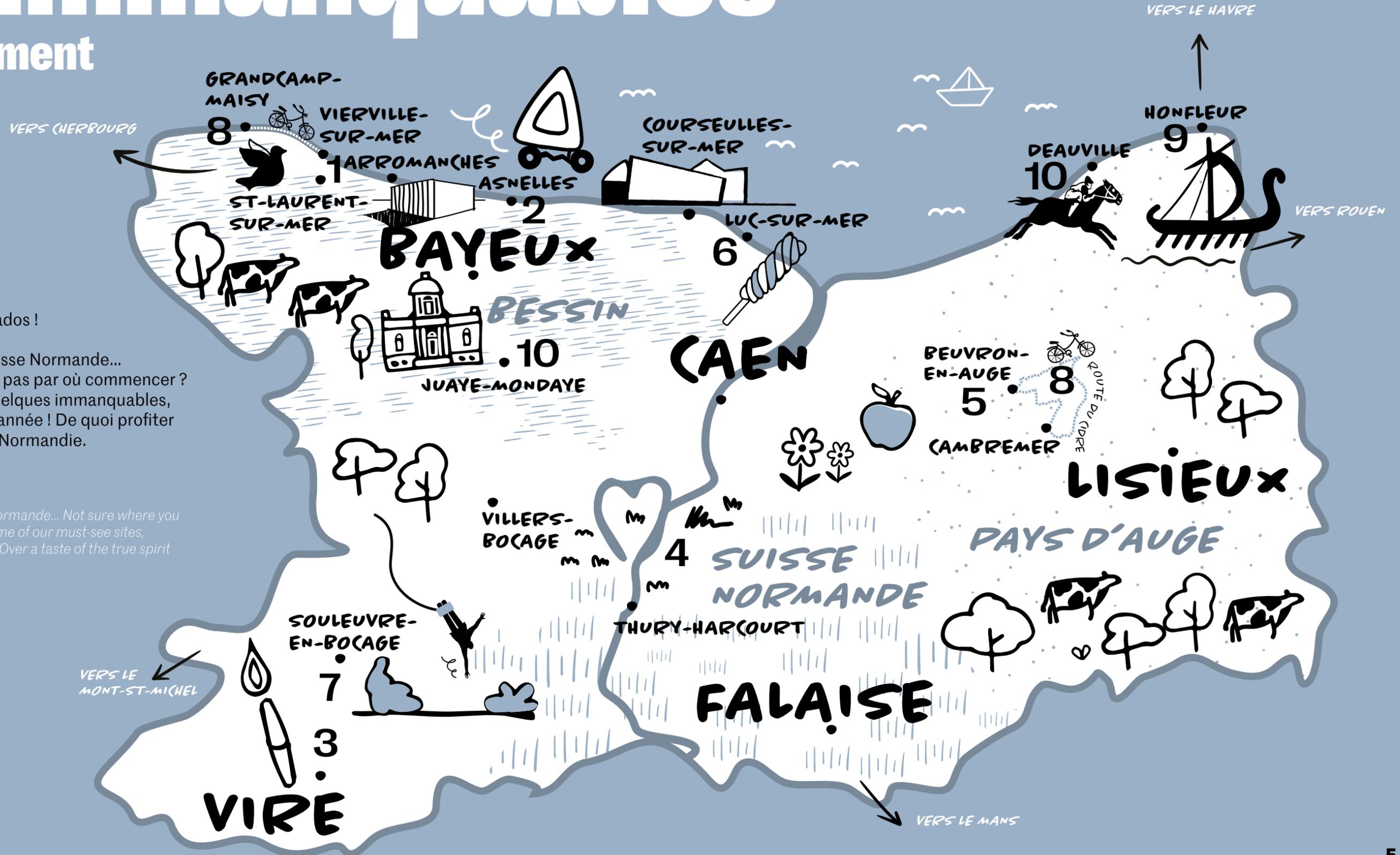
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX  
 POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC  
 MODÉRATION.

©Vincent Rustrud



# Les immanquables

du moment



Bienvenue dans le Calvados !

Pays d'Auge, Bessin, Suisse Normande...  
Vous ne savez peut-être pas par où commencer ?  
Pourquoi pas par ces quelques immanquables,  
nos coups de cœur de l'année ! De quoi profiter  
à fond de cet amour de Normandie.

### Not to be missed

Welcome to Calvados!  
Pays d'Auge, Bessin, Suisse Normande... Not sure where you  
should start? Why not with some of our must-see sites,  
some of this year's favourites! Over a taste of the true spirit  
of Normandy.

# 1.

## Se souvenir du Débarquement et de la Bataille de Normandie

Il y a 80 ans débarquaient sur les plages de Normandie des centaines de milliers de soldats pour libérer l'Europe. Pour célébrer ces moments historiques, plus de 100 rendez-vous festifs et commémoratifs sont au programme dès le mois de mai, avec parades, bals et pique-niques géants ! Principal temps fort de l'hommage rendu aux soldats, la cérémonie internationale officielle a lieu le 6 juin à Omaha Beach (Saint-Laurent-sur-Mer). Le même jour, quel spectacle que l'embrasement des sites du Débarquement, tout au long de la côte !

Pour mieux comprendre les enjeux de cette gigantesque opération militaire et logistique, poussez les portes des musées. Comme le tout neuf Musée du Débarquement d'Arromanches ou le Centre Juno Beach à Courseulles-sur-Mer (lire "60 heures pour revivre le D-Day", p. 18). Et pour une immersion à distance, écoutez le podcast "L'instant Calvados" dédié au trio de swing Les D-Day Ladies : elles chantent sur le modèle des Andrews Sisters, qui remontaient le moral des soldats pendant la guerre.

### **Remembering D-Day and the Battle of Normandy**

*Eighty years ago, hundreds of thousands of troops landed on the Normandy beaches to liberate Europe. From May 2024, over 100 events will commemorate these historic hours, including parades, balls, giant picnics. With the official ceremony in Saint-Laurent-sur-Mer on 6 June, the entire coast will be hosting other events, and its museums (D-Day Museum - Arromanches, Juno Beach Centre - Courseulles, etc) offering a fascinating insight into this immense military and logistic feat. Immerse yourself in the 1940's mood, via the 'L'instant Calvados' podcast, featuring the D-Day Ladies (inspired by the Andrews Sisters).*

DR / Visuel/BCCOM



# 2.

## Hisser la voile sur la plage d'Asnelles

La discipline n'est pas (encore) olympique, mais les meilleurs pilotes de ces Formule 1 des sables sont sur la plage d'Asnelles, du 29 juin au 5 juillet 2024, pour les championnats du monde de char à voile ! Un grand événement pour découvrir cette discipline très fun, ouverte à tous les âges et en toute saison.

**Wind, sand and sails on Asnelles beach!** *It's not an Olympic discipline (yet!) but the best in land yachting experts will be in Asnelles from 29 June to 5 July 2024 for the world championship! Join this major event and enjoy an insight into this fun activity for all ages, whatever the season!*

# 3.

## Entretenir la flamme (olympique !)

Avant même le lancement des Jeux Olympiques à Paris fin juillet, la flamme olympique aura sillonné tout le Calvados grâce à une centaine de relayeurs. Ce bel objet – 70 cm de haut et 1,5 kg – connaît déjà la région : il a été créé par Arcelor Mittal avant d’être façonné dans les ateliers Guy Degrenne, à Vire ! Les coulisses de cette entreprise labellisée “Patrimoine vivant” se visitent sur réservation. Une immersion dans les arts de la table à la française.

**Keep the (Olympic) flame burning!** Just a few weeks from the Olympic Games in Paris, the Olympic flame will be carried through Calvados by 100 relay runners. A return home for this fine object measuring 70cm for a weight of 1.5kg, made by Guy Degrenne, a Living Heritage Company producing fine tableware in Vire! Company tours on request.



© Felipe Ribon / Paris 2024

© Arpanam



# 4.

## Tomber amoureux de la Suisse Normande

Rien que le nom a quelque chose de joyeux. La Suisse Normande, c'est un des coins très nature du Calvados. Un petit aperçu vous attend au départ de Thury-Harcourt : la Boucle du Hom s'étend sur six kilomètres et se parcourt en randonnée, en courant ou à VTT. Plusieurs écoles de parapente peuvent aussi vous faire survoler le site. Vous pourrez alors confirmer que les méandres de l'Orne forment un joli cœur... C'est pas un signe, ça ?

**Simply in love with Suisse Normande** With such an evocative name, Normandy's own Switzerland is one of the unquestionably back to nature spots in Calvados. Set off along the Le Hom loop, over a 6km walk, run or cycle. Alternatively, take to the skies via one of many paragliding schools.

# 5.

## Déguster la pomme

Vous imaginez bien qu'il n'y a pas que du jus de pomme dans le Calvados ! Si le cidre et le calvados sont de fameux incontournables, vous avez sans doute moins entendu parler de la Sidérale, un cidre houblonné créé par la famille Grandval à Cambremer ? Et ce spray de calvados de la maison Dupont, pour sublimer les fromages normands ? Peut-être ce Balsa'Pom, vinaigre balsamique de pommes du GAEC Boissel ? Ce joli thé noir pomme-calvados de Flore Norman ? Non plus ?

**That apple taste** No, Calvados does not only produce apple juice! Beyond its famed cider and calvados, some innovative inspirations - Balsa-Pom vinegar (GAEC Boissel), calvados culinary spray (Dupont), apple-calvados black tea (Flore Norman) - are also sure to tantalise your taste buds.



© Image in France

# 6.

© Vincent Rasbuel



## Retourner en enfance

Oui, elle colle aux dents, quelque part entre un bonbon Krema et un Carambar. 30 arômes au choix, mais toujours un parfum d'enfance et de vacances. C'est... la Gui-Gui ! Passage obligatoire à Luc-sur-Mer pour déguster cette fierté locale, 100% sucre, aux arômes et colorants naturels. Vos points de repères pour la retrouver : la place centrale du Petit Enfer, au bord de la mer, et sa fameuse horloge blanche.

**Back to childhood** They come in 30 flavours and stick to your teeth. The pride of Luc-sur-Mer, 'Gui-guis' take you right back to those childhood holiday memories! Find them by the white clock, Place du Petit Enfer!



© Stefan Schiller

© Emile Gravel / CRT Normandie



Beuvron-en-Auge - Boucle vélo n°12

# 7.

## Affronter ses peurs à la Soulevre

Le Viaduc de la Soulevre est un spot reconnu pour son saut à l'élastique, 60 mètres au-dessus du sol... Mais la dernière nouveauté est unique en Europe : le Skyrope, un saut pendulaire sur corde. Attaché à la taille par des harnais, chacun peut s'élancer seul ou en tandem, pour 150 mètres de chute à grande vitesse à travers les deux piles du viaduc... Vue impressionnante au début, et sensations inoubliables à la fin ! Les enfants, eux, peuvent s'essayer aux tyroliennes et à la luge sur rail plus bas, dans la vallée...

***Fear no more, at Soulevre*** Already renowned for bungee jumping, the Soulevre Viaduct now offers a unique Skyrope pendular jump. A 150m fall between two pillars. Breathtaking views and unparalleled thrills. Zip-line and summer sled for kids in the valley.

# 8.

## Rouler sa bosse à vélo

Pas besoin d'être un cycliste de compétition pour se sentir privilégié sur la Voie Verte de la Liberté, 13 kilomètres entre Vierville-sur-Mer et Grandcamp-Maisy. Un parcours tout neuf qui fait partie du grand itinéraire vélo La Vélomaritime, qui longe les plus beaux panoramas de bord de mer de toute la Normandie. Mais si vous êtes plutôt grimpeur, prenez la direction de la boucle n°12, "Cidre et Pays d'Auge". 35 kilomètres costauds, depuis Cambremer ou Beuvron-en-Auge. Avec en prime, des pauses bien méritées chez quelques-uns des six producteurs de cidre que vous croiserez en chemin !

***Get around, by bike*** Cycle at ease on the Freedom Greenway - 13km from Vierville-sur-Mer to Grandcamp-Maisy, over some of Normandy's finest coastal panoramas. For more rugged relief, head for Loop No. 12, over 35km of demanding terrain (and a few cider producers!) from Cambremer or Beuvron-en-Auge.



# 9

## Revivre la conquête de l'Angleterre

Il y a mille ans, la Tapisserie de Bayeux était fabriquée pour raconter l'histoire de Guillaume le Conquérant, duc de Normandie devenu roi d'Angleterre. 58 scènes de vie brodées, 626 personnages, 37 édifices et 41 navires... parmi lesquels La Mora, le bateau amiral de la flotte. Il est en train de renaître de ses cendres à Honfleur, où une association a lancé un chantier expérimental de reconstruction ! Un spectacle immersif y présente les gestes et techniques des bâtisseurs... au XI<sup>e</sup> siècle.

**Relive the Norman Conquest** *The 1,000-year-old Bayeux Tapestry tells the story of the Norman Conquest over 58 scenes, 626 characters, 37 buildings and 41 ships, including the Mora. An Honfleur association is deploying 11th-century techniques to rebuild the flagship. Come and immerse yourself in medieval history!*

## Capter l'ambiance

Préparez ou prolongez votre visite ici avec une expérience... sonore ! Le podcast "L'instant Calvados" vous emmène dans des lieux insolites et à la rencontre de personnages hauts en couleurs. Comme ce trio de jazz swing, Les D-Day Ladies, qui suivent le modèle des Andrews Sisters des années 40 ! Entrez aussi dans les coulisses des prestigieuses enchères de chevaux de Deauville, ou intégrez la communauté de chanoines de l'Abbaye de Mondaye !



**Sounds like Calvados** *Prepare or extend your visit over an audible experience. 'L'instant Calvados' podcast (in French only) takes you to original places and colourful encounters: the D-Day Ladies jazz swing trio, backstage at the Deauville horse sales, the life of the Mondaye Abbey monks!*



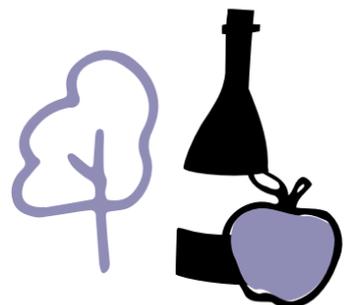
Bibliothèque - Abbaye de Mondaye

# 10.

# Drôles d'infos

## Chiffres utiles, parler local et anecdotes amusantes pour mieux comprendre où vous mettez les pieds !

**Fun facts** A few useful figures, some local dialect and amusing tales to fully grasp what you're getting into here in Calvados!



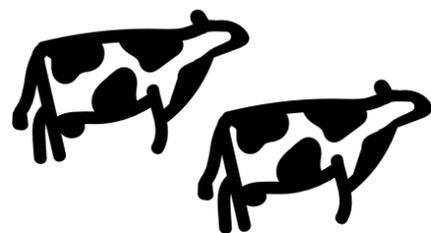
# 5 030 000

c'est le nombre de bouteilles de ce fameux spiritueux – le calvados, bien sûr – commercialisées dans le monde en 2023.

On compte 8 000 hectares de vergers : l'équivalent des trois-quarts de la surface de la ville de Paris...

(source : Interprofession des appellations cidricoles, 28 février 2023).

**5,030,000**: the total number of bottles of our famous apple brandy - calvados of course - sold across the globe in 2023. Calvados is home to some 8,000 hectares of orchards, the equivalent of three quarters of the surface of Paris!



Oui, il y a beaucoup de vaches laitières dans le Calvados.

# 92 000

en fait (source : Chambre d'agriculture Normandie - chiffre de fin 2020).

Et des chevaux ? Aussi : on compte **2 700 élevages** dans le Calvados, **150 centres équestres...** et **7 hippodromes!**

Yes, Calvados is home to a lot of dairy cows.

**92,000** to be precise. What about horses? In Calvados alone, there are 2,700 stud farms, 150 riding centres and 7 racecourses!



Le meilleur fromage du monde 2023 est Normand ! Il ne s'agit ni du camembert, ni du pont-l'évêque : c'est la

# mimolette

**extra-vieille Label Rouge d'Isigny Sainte-Mère** qui a remporté ce titre au Concours international de Lyon !

The best cheese in the world is from... Normandy! And it's neither camembert, nor pont-l'évêque... it's Red Label extra-old **mimolette** by the Isigny Sainte-Mère dairy, the winner of the title at the Lyon International Competition.

Les ancêtres de

# Walt Disney

sont originaires... d'Isigny-sur-Mer. D'Isigny à Disney, il n'y a qu'un pas.

Walt Disney's ancestors came from... Isigny-sur-Mer, right here in Calvados! Over the years, D'Isigny became Disney.



Les cyclistes de tout poil ont de quoi s'en mettre sous la pédale : il y a aujourd'hui

# 651 KM

de véloroutes et 5 grands itinéraires. Et un peu plus chaque jour...

Cyclists of all origins are sure to find an itinerary to suit them along the **651 kilometres** and 5 major routes that meander their way through Calvados. There's more to discover... every day.

# "BOUJOU"



C'est "bonjour" ou "au revoir" made in Normandie. Vous entendrez peut-être aussi "**Heulà**", comme d'autres diraient "ouh là" pour marquer la peur ou la surprise.

'**Boujou**', means 'hello', but also 'goodbye', Normandy style! You're sure to hear some cry out 'Heu là' or rather 'Hou là', which simply means they're surprised... or frightened.



## ON PEUT COMPRENDRE SI VOUS AVEZ ENVIE D'HUÎTRES

fraîches au milieu de la nuit. C'est possible: il y a des distributeurs automatiques installés à Caen, Bayeux, Asnelles...

If you suddenly get a fancy for fresh **oysters** in the middle of the night... don't worry, we get it! You can buy them in the automatic dispensers located in Caen, Bayeux and Asnelles, to name but three!

## C'est à Deauville que Coco Chanel

a créé la marinière. On y voit encore l'emplacement de son tout premier atelier !

It was in Deauville that **Coco Chanel** created her famous 'marinière' striped t-shirt. You can still see where her very first workshop was!

ON DIT QU'ON PEUT TOUT FAIRE ICI, SAUF DU SKI ! VOUS POUVEZ MÊME VOUS ESSAYER AU

## SURF

 SUR LE SPOT DE TROUVILLE SI VOUS VOULEZ !

They say you can do anything here, except skiing! You can even try **surfing** in Trouville if you like!



# AVEC 120 KM

DE CÔTES, ON DIT QUE LA PLAGE N'EST JAMAIS À PLUS D'UNE HEURE DE VOUS !

With a coast of **120 kilometres**, they say the beach is never more than an hour away!

Sans le savoir, vous avez sûrement vu le Calvados dernièrement... Le chanteur

# ORELSAN

a grandi là, et le clip de sa chanson **Jour meilleur** en est plein d'images.

You may well have seen Calvados recently without even realising... the French singer **Orelsan** grew up here and his latest video clip, **Jour meilleur**, is bursting with images of the area.

Le hêtre pleureur du jardin botanique de Bayeux a été sacré en 2023

## arbre de l'année !

Si on ne connaît pas exactement son âge, ses dimensions impressionnantes (17 m de haut, 40 m de diamètre) ne laissent personne indifférent.

The **weeping willow** in the Bayeux botanic garden is the tree of the year! And even if we're not sure of its exact age, its striking dimensions are worthy of mention (a height of 17m and a diameter of 40m).

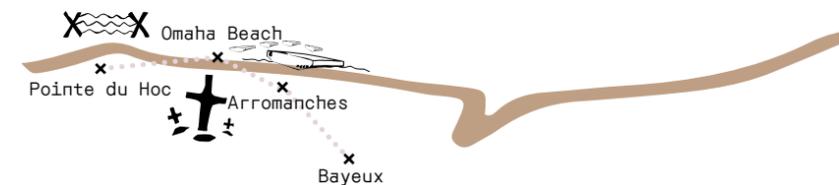


# 60 heures pour revivre le D-DAY

80 ans, tout pile. Au moment où la liberté a déferlé sur les plages normandes, le 6 juin 1944, tout a changé pour le Calvados. Les bombardements, les combats le long du littoral, en ville et dans les campagnes, ont modifié le paysage et marqué l'Histoire. Il reste aujourd'hui les vestiges de batailles décisives, les témoignages des vétérans, les récits fouillés des musées. Une histoire vivante à ressentir, le temps d'un long week-end, pour mieux comprendre le prix de la liberté.

## **A 60-hour trail to relive D-Day**

*Eighty years after the Normandy Landings, take a long weekend to discover the key heritage sites and testimonies associated with this major page in history.*



## JOUR 1

- > Arromanches
- > Omaha Beach
- > Pointe du Hoc
- > Bayeux

### 13h. Amarrage à Arromanches

En descendant les routes perchées qui la dominent, on peut deviner le rôle central joué par Arromanches au lendemain du Débarquement. Autour de la plage, à quelques dizaines de mètres, les vestiges du port artificiel suscitent une première vague d'émotions. Aujourd'hui, la station sait présenter son rôle dans la

Libération. Mais vous venez d'arriver : gardons l'Histoire pour demain. D'ailleurs, vous devez avoir faim ! En empruntant la cale de Neptune, la rue piétonne Maréchal Joffre et la place du 6 juin, vous pouvez rejoindre **Les Bains d'été** (8 Cale Neptune ; 02 31 10 05 71) qui revisite bagels, tartines et burgers avec originalité et goût : du terroir local. Pour des plats maîtrisés et des produits du terroir, optez pour la **Brasserie d'en face** (2 rue du Petit Fontaine ; 02 31 51 98 44) ou pour le **Fish&Co** (2 rue Colonel René Michel ; 02 31 22 36 26), très apprécié des clients anglophones ! Une dernière adresse pour les amateurs de poissons et crustacés : **La Maison du 6** (Cale Neptune ; 02 31 10 46 46 ; [hotel-arromancheslesbains.fr](http://hotel-arromancheslesbains.fr)), avec buffet de fruits de mer et produits de la mer à volonté.

### 1pm. Berth at Arromanches

Marvel at the vestiges of the artificial harbour in this hillside village that played a major role in D-Day logistics as you recharge your batteries over a snack at **Les Bains d'été**, or a full meal of local fare at the **Brasserie d'en Face** or **Fish&Co**. Alternatively, **Maison du 6** proposes a seafood buffet.



# 60 heures pour revivre le D-Day



Musée d'Arromanches

## 14h30. Toucher l'Histoire

C'est le premier musée consacré au Débarquement à avoir vu le jour, et c'est le dernier à avoir été entièrement refait ! Entre 1953 et 2020, cette institution a accueilli 20 millions de visiteurs...

Le **Musée d'Arromanches** (place du 6 juin ; 9h-19h de mai à août, 9h-18h en septembre et avril, 10h-17h en novembre, décembre et février, 9h30-17h30 en mars et octobre ; 02 31 22 34 31 ; [musee-arromanches.fr](http://musee-arromanches.fr)) est aujourd'hui un vaste musée en béton et en verre, face aux vestiges du port artificiel. Son parcours mêle outils numériques, archives et maquettes pour vous replonger dans l'Histoire ! Parmi les temps forts de votre visite, un nouveau film de huit minutes, une collection d'objets et la projection monumentale d'une maquette 3D de 25m<sup>2</sup> du port Mulberry.

## 2.30pm. Relive History

*The D-Day Museum - the first to open and the last to be totally refurbished. Take a delve back in history over digital tools, archives, scale models, film, memorabilia and a huge 3D projection of the 'Mulberry' port.*

## 16h30. Hommage américain

À 30 minutes de voiture d'Arromanches, à Colleville-sur-Mer, le **Cimetière américain** (9h-18h d'avril à septembre, 9h-17h d'octobre à mars ; 02 31 51 62 00) surplombe la **plage d'Omaha Beach** et aligne à perte de vue les croix en marbre des tombes de 9 387 soldats américains tués durant la Bataille de Normandie. Toutes sont tournées vers l'ouest, en direction des États-Unis, et

tranchent avec la pelouse vert émeraude taillée au cordeau. Saisissant, le site se fige chaque jour à 17h (d'avril à septembre), le temps de la cérémonie des couleurs, lorsque le drapeau américain est descendu et plié, au son d'un hymne militaire. Au choix pour la suite de votre soirée, descendre jusqu'au sable de la plage d'Omaha (à quelques minutes à pied), ou rejoindre un autre site majeur : la **Pointe du Hoc** (9h-18h d'avril à septembre, 9h-12h30 / 13h30-17h d'octobre à mars), à Cricqueville-en-Bessin (17 minutes en voiture), objectif stratégique des Alliés, pilonné par les bombardements et théâtre d'un affrontement spectaculaire.

## 4.30pm. Tribute to the US troops

*The Normandy American Cemetery and Memorial in Colleville-sur-Mer overlooks Omaha Beach and is home to the westward-facing graves of 9,387 American soldiers, killed in action during the Battle of Normandy. Every day at 5pm (Apr-Sept), watch the ceremony of colours to the sound of the military hymn. Then head for Pointe du Hoc, a strategic site for the Allies, and its striking bomb craters.*

## 20h. Goûts de liberté à Bayeux

Aux dernières heures du jour, Bayeux attise les appétits. Fourmillante, elle satisfait bien les envies des familles, des couples comme des bandes d'amis. Tout proche de la Tapisserie de Bayeux, dans une ruelle ancienne, **Le Moulin de la Galette** (38 rue de Nesmond ; 02 31 22 47 75 ; [moulindelegalette-bayeux.com](http://moulindelegalette-bayeux.com)) surprend par son cadre dérobé et intimiste, le long de l'Aure, qui contraste avec la générosité de son accueil et de ses plats (galettes, viandes grillées, burgers de sarrasin). Adresse également cachée, et pourtant au cœur de la ville, celle du restaurant **La Rapière** (53 rue Saint-Jean ; 02 31 21 05 45 ; [larapiere.net](http://larapiere.net)). Dans un passage de la rue principale, ce restaurant et sa salle du XVI<sup>e</sup> siècle révèlent le caractère médiéval de Bayeux. Mais ne vous y trompez pas : si les plats sont d'inspiration traditionnelle, on déguste ici une cuisine contemporaine de produits de saison. Autre adresse joyeusement anachronique, celle de **Chez Paulette** (44 rue des cuisiniers ; 09 80 32 03 94). Dans une ambiance sixties et des assiettes fleuries, vous apprécierez des soupes, salades, tartes Tatin maison... Le tout de saison et préparé avec des productions bio.

## 8pm. A taste of freedom in Bayeux

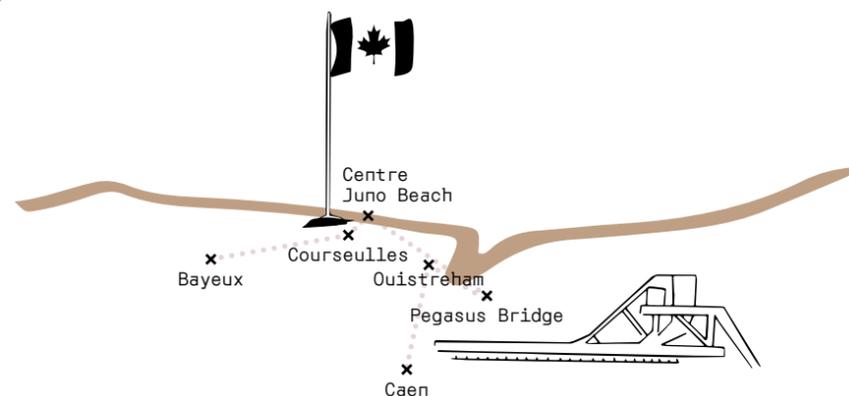
*By now you'll be keen to relish in some local fare. Lively Bayeux offers a host of great places to eat: the intimate setting of **Le Moulin de la Galette** over burgers, pancakes, grilled meats. Modern cuisine in a 16th-century dining room - true medieval style at **La Rapière**. Or sixties style over soups, salads, tarts, etc **Chez Paulette**.*



© Vincent Pichard

Cimetière américain - Colleville-sur-Mer

60 heures  
pour revivre  
le D-Day



## JOUR 2

- > Bayeux
- > Courseulles
- > Pegasus Bridge
- > Caen

### 10h. Bayeux, un joyau de patrimoine

Première ville de France libérée, épargnée par les combats de juin 1944, Bayeux dévoile dans la lumière du matin son patrimoine médiéval. Impossible de manquer sa **Tapiserie** (13 bis rue de Nesmond ; 9h-19h de mai à août, 9h-18h30 en mars, avril, septembre et octobre, 9h30-12h30 / 14h-18h en novembre, décembre et février ; 02 31 51 25 50 ; bayeuxmuseum.com), mondialement connue. Hier soir, vous avez dû apercevoir de près ou de loin la splendide **Cathédrale**, qui vaut bien le détour à pied. Mais pour reprendre notre thématique D-Day, c'est sur la **place de Gaulle** que le Général prononça le célèbre "discours de Bayeux" quelques jours après le Débarquement. À l'extérieur du centre-ville, non loin du **Musée de la Bataille de Normandie** (boulevard Fabian Ware, 9h30-18h30 de mai à septembre, 10h-12h30 / 14h-18h de février à mars et d'octobre à décembre ; 02 31 51 25 50 ; bayeuxmuseum.com), un autre site mérite votre attention et un peu de temps.

Il s'agit du **Cimetière militaire britannique**, le plus grand du Commonwealth de la Seconde Guerre mondiale en France où reposent 4 144 soldats. Face à lui, le **Mémorial de Bayeux** honore aussi la mémoire de plus de 1 800 hommes dont les corps n'ont jamais été identifiés.

### 10am. Bayeux, heritage galore

Spared by the 1944 bombings, Bayeux was the first town to be liberated. Don't miss the **Bayeux Tapestry**, the sumptuous **cathedral**, **Place de Gaulle** - where the French president made his famous speech, the **British War Cemetery**, home to the graves of 4,144 soldiers and the **Bayeux Memorial**, in honour of those forever lost.

### 12h30. Une pause à Juno

À Courseulles-sur-Mer (35 minutes de voiture de Bayeux), ce 6 juin 1944, ce sont les Canadiens qui ont débarqué. Premier port libéré, la commune sera le siège d'une intense activité jusqu'à la mise en service du port artificiel d'Arromanches. Avant d'en apprendre un peu plus, prenez le temps de déjeuner. D'autant que Courseulles, station balnéaire animée de la Côte de Nacre, ne manque pas d'adresses. Comme **La Crémaillère** (23 avenue de la Combattante ; 02 31 37 46 73 ; la-cremaille.com), un restaurant avec vue sur mer apprécié des amateurs de poissons et de fruits de mer. Traditionnelle et sobre, la qualité de sa carte et de ses spécialités (comme le filet de saint-pierre grillé) demeure une valeur sûre. Pour un repas sur le pouce, rendez-vous **Aux Régals de l'Île** face aux parcs à huîtres de Courseulles. Crevettes, bulots et les huîtres voisines dans une ambiance typique et sans chichis (rue de Marine Dunkerque ; 02 31 37 87 91 ; auxregalsdelile.fr). Juste à côté, **La Maison Bleue** parie sur les circuits courts (rue de Marine Dunkerque ; 02 31 37 45 48 ; restaurant-lamaisonbleue.fr). À l'intérieur d'une longère en colombage ou installé en terrasse, entre mer et bassins ostréicoles, vous profiterez d'une cuisine élégante. Si les huîtres sont à l'honneur, la carte fait également la part belle aux coquillages, crustacés, poissons et à la cuisine normande (dont leurs tripes à la mode de Caen titrées au concours de la tripière d'or).

### 12.30pm. A break by Juno

The Canadians landed in Courseulles - the first harbour liberated on 6 June 1944 and extensively used pending the Mulberry in Arromanches. How about lunch? **La Crémaillère** offers sea views and a choice of fresh fish and seafood. Simply enjoy some local shellfish **Aux Régals de l'Île**, by the oyster farm in Courseulles. **La Maison Bleue**, boasting typical half-timbering and a patio, proposes more sophisticated cuisine.

### 14h. Immersion canadienne

Situé devant la plage même où les 14 000 soldats canadiens ont débarqué, le **Centre Juno Beach** (voie des Français libres ; 9h30-19h de mai à août, 9h30-18h en mars, avril, septembre et octobre, 10h-17h en février, novembre et décembre ; 02 31 37 32 17 ; junobeach.org) est le seul musée dédié au courage des forces canadiennes. Il présente à la fois l'effort de guerre civil et militaire au Canada comme sur les différents fronts durant la Seconde Guerre mondiale. Plus qu'un mémorial, le Centre Juno Beach est également une fenêtre ouverte sur le Canada d'aujourd'hui. Les visites sont même assurées par de jeunes guides canadiens universitaires ! Pensé pour que ses propos soient accessibles au jeune public, le Centre propose également un parcours adapté à ses auditeurs, avec modules interactifs et écrans tactiles. Le musée œuvre aussi à la préservation de son environnement : il profite du parc Juno, aménagé au milieu des vestiges du Mur de l'Atlantique, pour sensibiliser à la faune et la flore du littoral.

### 2pm. Canadian immersion

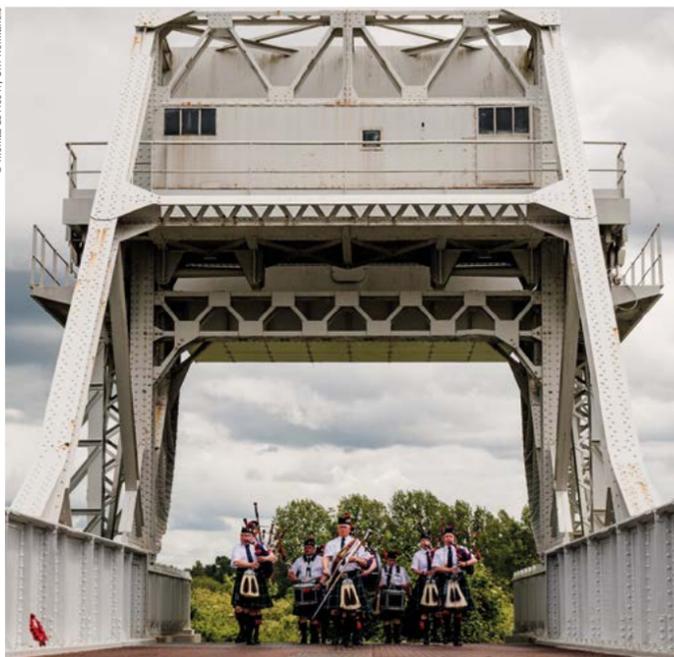
The **Juno Beach Centre** stands on the very beach where 14,000 Canadian soldiers landed. It is the only museum devoted to the Canadian forces. It presents the nation's war effort and offers a fascinating insight into Canada today, in the company of qualified Canadian guides! Interactive tour specially designed for young visitors. Outdoor park and trail.



Centre Juno Beach - Courseulles-sur-Mer

# 60 heures pour revivre le D-Day

© Thomas Le Floch / CRT Normandie



Mémorial Pegasus - Ranville

## 15h30. Direction Caen

Bien que moins connus qu'Omaha et Utah, les secteurs de Juno et de Sword, sur la Côte de Nacre, présentent de nombreux vestiges encore visibles de la Seconde Guerre mondiale. En rejoignant Caen (40 minutes de voiture depuis Courseulles) par la route du littoral (direction Ouistreham), vous pourrez notamment faire un crochet pour visiter les 18 casemates et ouvrages souterrains construits pas les Allemands au **site fortifié Hillman** (7 rue Suffolk Régiment ; visite guidée chaque mardi à 15h de juin à septembre ; amis-du-suffolk-rgt.com) à Colleville-Montgomery. S'il y a cependant un arrêt à marquer, c'est au **Pegasus Bridge** de Bénouville. Un pont emblématique, libéré par les parachutistes britanniques, et rendu célèbre grâce au film *Le jour le plus long*. La mission, qui a permis la libération de Caen, est racontée en détails à deux pas d'ici, au **Mémorial Pegasus** (avenue du Major Howard ; 9h30-18h30 d'avril à septembre, 10h-17h de février à mars et d'octobre à la mi-décembre ; 02 31 78 19 44 ; musee.memorial-pegasus.com). À Caen, profitez de la fin d'après-midi pour arpenter le centre-ville, de l'Abbaye aux Hommes au château, les animées rue Froide et rue Saint-Pierre. Vous aurez peut-être besoin d'un verre pour vous remettre de vos émotions : les terrasses vous attendent place Saint-Sauveur, rue Écuyère ou le long du port de plaisance.

## 3.30pm. Destination: Caen

On your way to Caen along the coast road (via Ouistreham), Sword and Juno Beach are lesser-known sites but of equal interest. The **Hillman Fortress** comprises 18 casemates and underground bunkers in Colleville-Montgomery. **Pegasus Bridge** in Bénouville is an emblematic site, liberated by the British paras, an inspiration for the

film *The Longest Day*, and standing next to the fascinating **Pegasus Memorial Museum**. In Caen, discover the Men's Abbey, the castle, the shopping streets and the marina, all in the town centre.

## 2oh. Grand choix de menus

Côté restaurants, quel choix ! Tout un quartier leur est même dédié : le Vaugueux, avec sa ruelle pavée et ses façades à pans de bois qui n'ont pas été touchées pendant la guerre. Parmi ceux qui ont pignon sur rue, **Le P'tit B** (15 rue du Vaugueux ; 02 31 93 50 76 ; le.ptitb.fr) est un mélange subtil de tradition, de raffinement et de modernité, tant dans son décor que dans sa cuisine. Place Saint-Sauveur, installée dans un ancien garage aux poutres Eiffel, le vaste **Gustave** (21 place Saint-Sauveur ; 02 31 85 74 34 ; gustavebrasserie.com) s'inscrit dans la lignée des grandes brasseries. Vous y partagerez notamment des tapas, de la charcuterie, du fromage ou une entrecôte. Dans le quartier moderne de la presqu'île de Caen, au pied de l'élégante bibliothèque Alexis de Tocqueville, **La Table des Matières** (15 quai François Mitterrand ; 02 31 99 76 25 ; la-table-des-matieres.fr) concocte des menus maison de qualité, aux noms bien choisis de romans. De la nourriture spirituelle aussi !

## 8pm. Restaurants? You'll be spoilt for choice!

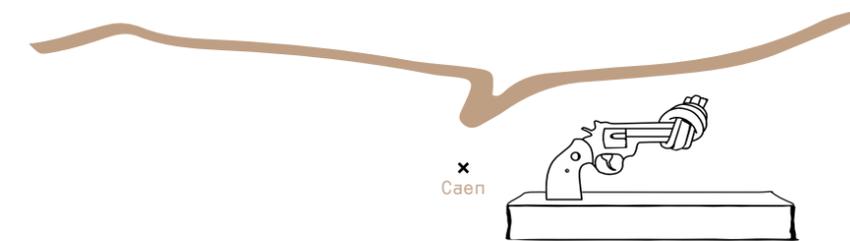
**Le P'tit B** amidst the charming paved streets and half-timbered facades of the old Vaugueux quarter, offering a medley of tradition and modernity. In the stunning Place Saint Sauveur, **Gustave**, in true brasserie style, or in the modern setting of the Alexis de Tocqueville library on the marina, **La Table des Matières**, proposing inventive cuisine inspired by literature.

## 22h. Permission de minuit

Si vous avez encore un peu d'énergie, Caen vous embarque pour une nuit festive : rejoignez les bars de la rue Écuyère, la "rue de la soif" où l'on commande une Embuscade, un cocktail caennais à base de bière et de calvados ! Au port aussi, les bars dansants sont légion, comme le **French Café** où le micro vous est tendu pour un tour de chant... Pour la suite, les établissements de nuit ont tous une particularité : ambiance cubaine au **Che Guevara club**, steampunk au **Machiniste** ou DJ set à **L'Écume des nuits**.

## 10pm. The midnight hour

Caen is also a festive destination: cocktails and calvados at one of the bars of rue Écuyère, time for a song on the marina at the **French Café**, and a choice of nightclubs including the Cuban-style **Che Guevara club**, steampunk at the **Machiniste**, or DJ at **L'Écume des nuits**.



# JOUR 3 > Caen



## 11h. Service dominical

Grasse matinée ou réveil matinal, toutes les excuses sont bonnes pour un copieux brunch. À Caen, plusieurs adresses ont fait de ce concept du dimanche leur signature. Parmi elles, **Pancake Night Fever** (23 rue Gemare ; 02 31 80 70 82). 100% végétarien et bio, ce restaurant au look de *diner* américain revisite le célèbre pancake, dans différentes versions sucrées et salées. Réputé et couru, le **Keys Coffee House** (1 rue Dumont d'Urville ; 02 31 83 24 98 ; keysandcocoafe.com) partage avec gourmandise la culture du petit-déjeuner de Nouvelle-Zélande (muesli maison, toasts, gâteaux), accompagné d'un café "maison" pensé avec un torréfacteur caennais.

## 11am. Sunday service

Whether you prefer a long lie or an early rise, a copious brunch is the perfect Sunday treat. In Caen, **Pancake Night Fever** offers an organic and 100% veggie menu in an American diner atmosphere, whereas, at the **Keys Coffee House**, breakfast is a matter of culture, New Zealand style - with a special focus on quality coffee.

## 13h30 Le Mémorial en point d'orgue

Témoignages de GI ayant participé au Débarquement, itinéraires de Normands qui ont subi l'Occupation, reconstitution de scènes de vie durant la guerre et exploration d'un bunker nazi souterrain... Point d'orgue de votre



Mémorial de Caen

parcours consacré au D-Day, le **Mémorial de Caen** (9h-19h d'avril à septembre, 9h30-18h d'octobre à décembre - fermé le mercredi en novembre décembre - 9h-18h en février et mars ; 02 31 06 06 45 ; memorial-caen.fr) pourrait vous occuper toute une journée... Comptez bien trois heures pour comprendre comment la Seconde Guerre mondiale a marqué le monde entier.

## 1.30pm. Your highlight - the Mémorial de Caen visitor centre

Testimonies by veterans who landed on D-Day, local tales of the Occupation, scenes from daily lives in times of war and an exploration of an underground bunker. The Mémorial is a must for anyone looking to grasp the impact of the Second World War. To fully immerse yourself, allow three hours to a whole day.

**Ralentir  
la cadence**

# Mon long week-end dans le Calvados

Photographe et créateur de contenus, Quentin Lafon est un assoiffé d'aventures.

Celles du coin de la rue, de la région voisine ou du bout du monde : un "grand voyageur" de 33 ans qui cherche avant tout à se créer des souvenirs, à saisir l'instant.

Accompagné de sa femme et de leur fils d'un an et demi, il est allé à la découverte du Calvados, le temps d'un long week-end.

## **My long weekend in Calvados**

*The photographer and content creator Quentin Lafon is a keen adventurer. Adventures he finds on a street corner, a nearby region, or at the ends of the earth: this 33-year-old 'globetrotter' seeks, first and foremost, to generate memories, to seize the moment. With his wife and 18-month-old son, he set off to discover Calvados over a long weekend.*



Houlgate



© Quentin Lafon

Église abbatiale Saint-Étienne - Caen

## Pourquoi ce choix ?

Nous connaissons un peu la Côte Fleurie, mais uniquement dans sa version "familiale", c'est-à-dire pour y passer un week-end avec les parents ou les grands-parents dans une maison sans forcément explorer le territoire. Cette fois, l'idée était d'aller un peu plus en profondeur pour prendre le temps de découvrir la côte avec mon œil de photographe. Nous avons également envie de tester des expériences, dont celle du voyage à vélo !

## Vous avez choisi Caen comme point de départ...

Ça nous a semblé évident. Nous ne connaissions pas du tout la ville, dont on entend assez peu parler finalement. En Normandie, c'est plutôt Rouen qui a la cote auprès des touristes. Ce serait donc l'occasion de passer une journée là-bas ! Le patrimoine paraissait riche, ça nous a attiré : l'Abbaye aux Hommes, le château, etc. Caen est la porte d'entrée idéale pour un séjour dans le Calvados.

## Comment avez-vous préparé votre séjour ?

Nous avons prévu de partir en haute saison. Avec notre fils qui avait alors un an et demi, il nous fallait anticiper le plus possible : nous avons donc tout balisé avant notre départ, depuis Paris, où nous

## Mon long week-end dans le Calvados



© Quentin Lafon

Place Saint-Sauveur - Caen

habitons. Nous avons fait du repérage, étudié ce qu'il y avait à faire depuis Caen et tracé un itinéraire à vélo qui correspondait à nos envies de moments simples en famille. Nous avons alors identifié une portion de la Vélomaritime au départ de Caen jusqu'à Cabourg puis Houlgate. Ce parcours permettait à la fois de découvrir Caen, de passer par les vestiges de la Seconde Guerre mondiale, dont le Pegasus Bridge, et d'arriver sur l'estuaire de l'Orne qu'on ne connaissait pas mais dont on avait vu de jolies photos. Nous voulions également découvrir des stations balnéaires comme Merville-Franceville : une station assez peu connue, un peu écrasée par la notoriété de Cabourg juste à côté... L'idée était de poser les valises là-bas puis de continuer par Cabourg et Houlgate, puisque l'itinéraire à vélo le permettait.

## Un programme pour voir un peu de tout !

C'est ce qui nous a séduit dans ce projet de voyage, avoir la possibilité de découvrir la ville, de se promener dans les terres et la nature, d'apprendre sur le patrimoine local mais aussi de passer par les stations balnéaires classiques pour voir l'architecture normande, flâner sur le littoral et bien manger... Le tout en trois jours et demi ! Avant de partir, nous avons d'ailleurs réservé restaurants et hôtels. Cela permettait de mieux nous organiser pour adapter le programme en fonction des envies et des besoins de la famille. Évidemment, on laisse aussi une petite place à l'imprévu : s'arrêter sur la route pour apprécier un endroit sympa ou prendre une demi-heure pour faire des photos...

## My long weekend in Calvados



© Quentin Lafon

Pegasus Bridge - Bénouville

## Why this destination?

*We were familiar with the Côte Fleurie coast, but only the 'family' version, consisting of a grand get-together in the same rental, but without necessarily exploring the surroundings. This time, we wanted to delve deeper and to take the time to discover the coast, particularly through my camera lens. And we wanted to test new experiences, like cycle touring!*

## You chose Caen as your base...

*It seemed an obvious choice. We had never been there and it's a town that very few actually talk about. In Normandy, Rouen seems to attract more tourists. So, we were happy to have the opportunity to spend a day there! Its heritage looked promising: the Men's Abbey, the castle, etc... And it's the ideal base for a holiday in Calvados.*

## How did you prepare your trip?

*We opted for the high season. With our son, who was just 18 months at the time, we needed to anticipate. So, we planned just about everything before we left our home in Paris: location scouting, studying what we could do from Caen and marking out the cycling itinerary to satisfy our quest for simple family moments. We identified a portion of La Vélomaritime from Caen to Cabourg, then Houlgate. It offered the possibility to start by touring*



© Quentin Lafon

Wingfoil - Estuaire de l'Orne

*Caen, then passing by some Second World War heritage sites, including Pegasus Bridge, and crossing the Orne Estuary, which we only knew from a few pretty pictures. We were also keen to visit seaside resorts such as Merville-Franceville - a lesser-known destination, in the shadow of its neighbour Cabourg. The idea was to stay there then to continue via Cabourg and Houlgate, still following the cycling route.*

## A 'see it all' programme!

*That's what we liked about our weekend project - the chance to discover the town, then to meander through the countryside, to learn about local heritage and to visit iconic seafront resorts, to admire the typical Norman architecture and, of course, to relax and enjoy some great food... All in just three and a half days! We even booked all our hotels and restaurants before we left. That was a real plus, but it left enough leeway for us to adapt our programme to suit the family's immediate needs and wishes. Of course, we left a little time and space for improvisation, for simply stopping along our way to fully appreciate a lovely site or to take photographs.*

### Racontez-nous votre arrivée dans le Calvados...

Après 2h30 de train sans encombres depuis la gare Saint-Lazare, nous avons débarqué à **Caen**. C'était une fin de journée de printemps, il faisait encore beau et clair, nous en avons profité pour flâner et profiter des couleurs du soir sur l'Abbaye aux Hommes, le château, la rue du Vaugueux et ses anciennes maisons en pans de bois... Nous avons passé la nuit Chez Laurence du Tilly, un concept d'appartement-hôtel très sympa en centre-ville. Le lendemain matin, nous avons refait un tour de ville puis pris nos vélos, direction **l'estuaire de l'Orne** ! Nous l'avons traversé puis fait une petite balade en bateau, observé les kite-surfers et nous avons eu la chance de voir quelques phoques, ce qui a particulièrement plu à notre fils ! Le soir, nous avons profité du coucher de soleil depuis la terrasse du restaurant de la Réserve Pêché lodé, à **Merville-Franceville** où nous avons dégusté des fruits de mer. Un moment suspendu !

### À partir de là, vous avez longé la côte pendant quelque temps...

Le lendemain, nous avons repris nos vélos direction **Cabourg** cette fois. Nous voulions explorer la ville, notamment apprécier les constructions normandes via le circuit des villas de la Belle Époque... Après un tour de grande roue, nous avons flâné au marché qui se tenait ce jour-là. J'ai fait un peu de kayak pour remonter les **marais de la Dives** : il y avait beaucoup de vent, ça n'était pas évident mais ça permettait d'explorer les méandres, de découvrir une autre facette de Cabourg que je ne connaissais pas du tout...



On s'est également fait de belles adresses gourmandes, notamment L'Atelier, un restaurant situé dans l'artère commerçante. Nous y avons reçu un très bon accueil, simple et efficace, et le risotto de crevettes était très bon ! Le soir, nous avons dormi à la villa Les Mots Passants, une autre bonne adresse, un peu plus éloignée du centre-ville. C'est un hôtel assez confidentiel avec de petites chambres et un petit-déjeuner gourmand et sympathique. Le jour suivant, on s'est dirigé vers la dernière étape : **Houlgate** ! Là aussi, nous avons découvert des villas Belle Époque, que j'ai d'ailleurs trouvées très jolies. Nous sommes également allés explorer les **falaises des Vaches noires** : même si nous n'avons pas pu tout faire avec notre fils, c'était très charmant. Nous avons pris une glace sur une paillote sur la plage, à L'Instant Plage... Il faisait un temps exquis ! Nous en avons profité pour nous balader tranquillement, admirer les

baigneurs, le paysage, les maisons. En fin de journée, nous avons pris le train du retour depuis Houlgate pour rentrer à Paris.

### Qu'est-ce qui vous a le plus marqué pendant ce week-end ?

La petite balade en bateau dans l'estuaire de l'Orne, parce que le lieu est hyper sauvage : on ne s'attend pas à voir ça en Normandie ! On en a plutôt une image de station balnéaire mais en fait c'est très naturel... Les phoques que nous avons pu voir d'assez près parce que nous étions avec un guide qui connaissait bien le coin, c'était vraiment très sympathique. Et c'est vrai qu'en fin de journée, le restaurant avec sa vue panoramique sur la baie et sa belle terrasse, c'est un joli combo...



Houlgate

### Tell us about your arrival in Calvados

After a trouble-free 2-hour 30-minute train ride from the Saint-Lazare station in Paris, we were in Caen. It was a spring evening, the weather was fine and it was still light. So, we took a stroll to appreciate the dusk colours over the Men's Abbey, the castle, Rue du Vaugueux and its old half-timbered houses. Then we spent the night at Chez Laurence du Tilly, an attractive hotel-apartment concept in the town centre. The next morning, we visited the town again, then took to our bikes to head for the Orne Estuary! We crossed the estuary before enjoying a short boat trip, we watched the kitesurfers and were lucky to spot a few seals - our son was delighted! In the evening, we watched the sun go down from the patio of the Réserve Pêché lodé restaurant in Merville-Franceville and relished in some fresh seafood. It felt like time had stood still!

### Then you travelled the coast for a while...

The next day, our bikes took us to Cabourg. We wanted to explore the town, in particular to admire the typical Norman style buildings over the Belle Époque villas tour. Then after a ride on the big wheel, we took a tour through the market. I did some kayaking in the Dives marshes. There was lots of wind and it wasn't easy, but it was great for exploring and discovering a different side of Cabourg I was totally unfamiliar with. We also tried out some fantastic restaurants, in

particular L'Atelier, located on the shopping street. We were offered a warm, simple but efficient welcome and the prawn risotto was simply delicious! We slept at the Les Mots Passants, a villa tucked away from the town centre. It's a bit of a well-kept secret, with small rooms and a deliciously copious breakfast.

The following day, we started our last leg towards Houlgate! We also discovered some splendid Belle Époque villas. We went to explore the Black Cow Cliffs, and even if we couldn't do everything we wanted with our son, it was an awesome experience. We bought ice cream at L'Instant Plage, a beach bar, and we were lucky to have quite exquisite weather! We made the most over a gentle stroll, watching the brave swimmers and simply admiring the surroundings. At the end of the day, we conveniently took our return train to Paris, direct from Houlgate.

### What left the most lasting mark on you over your weekend?

The boat trip in the Orne Estuary. It's such a wild site, and we really weren't expecting to find that in Normandy! We just had the image of seaside resorts, but it's a really natural area. Thanks to our guide - who is perfectly familiar with the site - we were able to see seals from a short distance. It was a really special moment. And the restaurant offering panoramic views over the bay from its patio was the perfect end to our day.

### Des conseils pour quelqu'un qui ne connaît pas le territoire ?

Pour commencer, faire un arrêt à Caen. Parce qu'on peut rejoindre le Calvados ou la Côte Fleurie directement par Deauville, on oublierait Caen ? Cette ville a vraiment une valeur ajoutée, tant du point de vue de son patrimoine que de ses ruelles... Elle mérite le détour, c'était vraiment une jolie découverte. Aussi, les couchers de soleil dans le Calvados sont

vraiment merveilleux... Nous avons eu la chance d'en profiter sur les plages de Merville-Franceville et de Houlgate : en famille, ce sont des moments simples mais toujours magiques. Nous avons été agréablement surpris par Houlgate : confidentielle et familiale. Nous avons apprécié cette simplicité ! Sur la balade avec les petites cabanes colorées, il n'y avait pas foule : nous avons pu manger tranquillement, prendre le temps de profiter du moment. Le front de mer est également très authentique, c'est vraiment appréciable et agréable.

### Est-ce que vous avez rencontré des difficultés avec votre enfant en bas âge ?

Pas du tout ! La Normandie est assez "kid friendly". Le trajet en vélo n'est pas compliqué, il y a beaucoup de plat dans ces secteurs. Et puis nous avons fait beaucoup de balades : dans l'estuaire, en ville, sur la plage, aucune difficulté particulière. Quand notre fils était fatigué, nous avons sorti la poussette. Je recommande fortement la destination pour les familles, et encore plus les jeunes familles.

### Un week-end à la hauteur de vos attentes ?

Nous ne connaissions pas les "vacances-vélo". Même si ça n'était pas vraiment des vacances mais plutôt un long week-end découverte à vélo, c'était une jolie aventure. Nous avions envie de prendre l'air, de voir du pays, mission accomplie ! Et sans trop se fatiguer, c'était donc un bon compromis depuis Paris puisque le temps de trajet était assez court. Le bilan est positif : sur trois jours, nous avons vu beaucoup de choses, des paysages différents, aussi bien à la ville que sur le littoral... À travers toutes ces balades, on a pu découvrir aussi des pépites qu'on ne connaissait pas comme l'estuaire de l'Orne ou le centre-ville de Caen. Finalement, c'est une destination assez complète et facile pour un week-end à la mer ou au vert au départ de Paris. Alors oui, ce séjour a largement répondu à nos attentes, il les a même surpassées puisque je me suis régalié en termes de photo, mon fils en a pris plein les mirettes, nous avons vraiment bien mangé. Tout le monde était content !

 [quentinlafon](#)



Maison de la nature et de l'estuaire - Sallenelles

### Advice for anyone who's never been here before?

To start with, make sure you stop over in Caen. It's not because you can get to Calvados or the Côte Fleurie direct via Deauville that you should neglect Caen. It's a town with genuine added value, boasting fine heritage and quaint narrow streets. It was a lovely discovery for us, and well worth the detour. And when the sun sets in Calvados, it's a marvellous show! We were lucky to admire it on the beaches in Merville-Franceville and in Houlgate. As a family, these are simple yet always magical moments. We were also quite surprised by the secret family atmosphere of Houlgate. We appreciated its simplicity! Our leisurely tour of the pretty colourful cabins offered the time to just seize the moment, eating at our own pace. The seafront there is also full of traditional charm.

### Did you encounter any difficulties given your son's young age?

Not at all! Normandy is pretty kid-friendly. Even by bike, it was simple, because many of the cycling routes are on flat ground. And we encountered no particular problem over our many outings: in the estuary, in town, on the beach. When he was too tired, we just put him in his pushchair. I really recommend the destination for families, especially those with young children.

### So, your weekend lived up to your expectations?

We hadn't done a cycling holiday before. And even if it was just over a long weekend, it turned out to be a really pleasant adventure. We were looking for an outdoor break, over which we could tour the area - mission accomplished! And without tiring ourselves out. It was a good compromise, just a short distance from Paris. In a nutshell, our three days were amazing - we saw lots of places, different landscapes - both in town and along the coast. And our travels took us to some genuine treasures we were unaware of, like the Orne Estuary or the town centre in Caen. It's finally a comprehensive, yet simple, destination for a coast-to-country break leaving from Paris. So yes, it fully lived up to our expectations - and even exceeded them - I took loads of great photographs, my son was overjoyed, we ate some fantastic food. Everyone was delighted!



© Quentin Lafon

# Mystère en cuisine



## Pourquoi mange-t-on si bien ici ?

Une enquête de Jean Rafol

La question mérite investigation. Alors, tel un détective privé, je suis allé interroger les « suspects » sur le terrain. Pomme, fruits de mer, fromages, andouille... Qui est coupable ?

### Chapitre 1 - Comme un lundi

Ambiance film noir. Lundi maussade. Vague à l'âme. Caen est pourtant animée d'un doux bouillonnement. Sûrement l'arrivée des beaux jours. Moi, je n'ai pas le cœur à la fête: je n'ai pas encore fait avancer mon enquête ! Nonchalant, je quitte l'hypercentre, contourne le port de plaisance et gagne la presqu'île. Au-dessus des bâtiments contemporains de ce nouveau quartier, le soleil est au zénith. Midi. Je pose mon spleen à la table du Quai des Brumes. Un bistrot-resto comme on n'en fait plus, en bord de canal. « J'ai ce qu'il faut pour te remonter le moral. » me lance, dans un sourire réconfortant, Clarisse. J'attarde mon regard sur les babioles qui peuplent la salle tout en longueur. Au mur, les ardoises détaillent le menu du jour. Devant moi, une assiette. Des tranches couleur rose foncé, entourées d'un fil noir...

« Andouille de Vire, pain et beurre doux d'Isigny. Simple, efficace. Ça agit comme un remontant. »

Je porte un premier toast à mes lèvres. La texture est moelleuse, puis fondante. Le goût légèrement fumé, dissipant dans l'instant ma contrariété.

« Je t'apporte le reste. »

Quelques instants plus tard, une assiette fumante aux effluves iodés m'est présentée. « Après la terre, la mer, avec un dos de lieu. Un accord pour se réconcilier. Mange. » Mes idées sont plus claires. « Attends le dessert. Comme le dit le dicton: "une pomme par jour éloigne le médecin". Je t'amène une part de tarte aux pommes et un petit café pomme. » Comprenez: un café agrémenté de quelques gouttes de calvados.

Remonté et repu, je quitte les brumes. Tout en marchant, je repense à cette adresse, à sa cuisine traditionnelle. Je la compare à d'autres restaurants que je connais.

On y mange aussi très bien. Chacun son identité. Et quelques similitudes...

Le savoir-faire ? Évidemment. La qualité des produits ?

Il va de soi. Les saveurs ? Les alliances ? Bien sûr... mais pas que. Il y a autre chose... Le terroir ? Oui. Et sa diversité. Charcuterie à Vire. Huitres dans le Bessin. Poissons pêchés au large des côtes. Variété de pommes pour les pâtisseries, les spiritueux... Et tant d'autres spécialités !

Puis me viennent d'autres questions: comment ces produits et mets traversent-ils les générations ? Quelle est leur histoire ? Leur avenir ? Pourquoi la gastronomie est un élément de l'ADN du territoire ? En somme, pourquoi mange-t-on si bien ici, dans le Calvados ?

### Chapitre 2 - Nourritures pour l'esprit

Alors que je relève la tête, se dressent devant moi les immenses façades vitrées de la bibliothèque Alexis-de-Tocqueville. Le vaisseau amiral du savoir caennais. Élevé face au port, ce joyau d'architecture moderne a été imaginé par Rem Koolhaas, urbaniste hollandais honoré d'un prix Pritzker, le "prix Nobel d'architecture"... Machinalement, je m'engage à l'intérieur de l'édifice. Emprunte le grand escalator. Et arrive dans l'immense salle baignée de lumière où les rayons de livres s'agencent avec différents espaces de travail, de lecture, de détente...

— « Avez-vous un fonds sur la gastronomie en Normandie et dans le Calvados ? »

— Oui, monsieur, toute une section. Je vous montre. »

Sur le rack, deux niveaux d'étagères se partagent une cinquantaine d'ouvrages. Je feuillette. Délaisse les recueils de recettes. M'enthousiasme des études historiques et sélectionne finalement six livres.

Installé sur l'estrade en bois qui domine le premier étage de la bibliothèque, j'allume mon ordinateur et commence à



## Enquête : pourquoi mange-t-on si bien ici ?

taper des notes. Des pièces de puzzle. Des sources à mon enquête... Morceaux choisis :

« En Normandie, bien manger est un art de vivre ! La cuisine normande est l'expression de notre convivialité, de notre idée du partage. C'est le reflet de notre tradition et de notre culture. Notre gastronomie est parfumée, colorée, gourmande (...) » débute Aline Faurie dans son livre *La cuisine normande*.

Une observation partagée par Éric Bénard et Ariane Duclert dans leur ouvrage *Normandie gourmande*, qui notent même : « Gros mangeur et grand buveur, telle est l'image du Normand popularisée par de nombreux exemples et témoignages littéraires comme ceux de Flaubert et de Maupassant (...) ».

Pour Aline Faurie, plus rationnelle, si la cuisine normande se distingue, c'est parce qu'elle « dispose d'une gamme infinie de produits du terroir. Car ce sont bien nos produits qui font la diversité de notre gastronomie, ses saveurs, son raffinement et sa créativité. » Plus loin, elle explique : « Si nos produits du terroir sont intimement liés à notre gastronomie, c'est parce qu'ils en sont l'essence même, ils en sont la source. »

Au fil de mes lectures, je fais la corrélation avec la pêche, la vache, la pomme. Et des témoins essentiels de la gastronomie locale se distinguent à mes yeux : les poissons et les produits de la mer ; le lait, le beurre et la crème ; le cidre et le calvados...

Alors que je referme mes bouquins, un des ouvrages que j'avais laissés de côté m'interpelle. Celui d'Héloïse Brion, alias Miss Maggie's Kitchen. Une Normande d'adoption qui consacre désormais sa vie à la cuisine « gourmande, locale, de saison, familiale ». C'est décidé : je dois la rencontrer.

### Chapitre 3 - On l'appelle Miss Maggie

Le Pays d'Auge. Ses paysages vallonnés. Ses jolies maisons à colombages et ses immenses haras. Si cette carte postale m'invite à la flânerie, je ne détourne mes yeux ni de la route, ni de mon objectif : comprendre ce qui fait le sel de la gastronomie calvadosienne. Près de Lisieux, je m'arrête devant une grande bâtisse au style néo-normand.

« C'est elle, Miss Maggie ! » me lance en m'accueillant Héloïse Brion.

En 2005, elle et sa famille sont tombées sous le charme de cet ancien pavillon de chasse « au look très british ». Un déclic qui leur a inspiré leur nouvelle vie, loin de Paris et du monde de la mode. Le lieu concentre aujourd'hui les passions d'Héloïse : la gastronomie, l'art de recevoir et les belles choses.

Dans la cuisine, « the kitchen », de Miss Maggie, Héloïse m'explique :

« Cuisiner, c'est avant tout une histoire de partage. C'est d'ailleurs ce mot, cet acte qui inspire ma philosophie de vie, ma démarche sur les réseaux sociaux, la rédaction de mes livres, les ateliers que j'anime... ».

Un partage qui nourrit également les rencontres et les découvertes. « C'est comme cela que je trouve mes produits. Notamment sur le marché de Lisieux, le samedi matin. Auprès de passionnés, de spécialistes du cidre, du fromage, du pain, des légumes, des poissons... Des personnalités de tous les âges, de tous les horizons. Certains, d'ici, qui perpétuent une tradition de famille. D'autres, venus d'ailleurs, qui se sont reconvertis. Et tous ont en commun un savoir-faire et un même amour du Calvados, de sa nature. »

Parmi tous les produits locaux qui l'inspirent, Héloïse me présente... une pomme.



Héloïse Brion

### À TESTER

- Restaurant L'Essentiel à Deauville
- Restaurant Maximin Hellio à Deauville

### À LIRE

- Chez Miss Maggie's Kitchen et Mon art de recevoir de Héloïse Brion (Flammarion)



« Avec elle, et ses variétés, on peut faire plein de choses différentes. Du salé, du sucré. Elle se décline merveilleusement bien. Un marqueur et un goût forcément évocateur du Calvados. »

Dans la cuisine flotte une douce odeur de poulet qui mijote, avec des notes onctueuses qui méchappent...

« C'est mon poulet Pays d'Auge à la crème et au cidre. » sourit Héloïse. « Je le sers avec quelques pommes revenues à la poêle. Une vraie recette du terroir, très gourmande, très normande. Tu goûtes ? »

Cet échange avec Héloïse Brion, et la dégustation de son plat, ont mis ma curiosité en appétit. Je pousse mon investigation en Pays d'Auge, et me dirige en direction de Pont-l'Évêque, dans le village de Coudray-Rabut, pour recueillir l'avis d'un autre spécialiste.

### Chapitre 4 - Une affaire de familles

Guillaume Drouin dirige la distillerie du même nom. Pas étonnant : voilà trois générations que les Drouin produisent ces calvados de renom, plus de 250 fois primés dans les concours de spiritueux.

« Le calvados, c'est chez nous une histoire de famille. » confirme l'héritier en me faisant visiter le domaine familial à l'architecture augeronne typique du XVII<sup>e</sup> siècle.

« Terroirs, variétés de pommes, pressurage, fermentation, méthode de distillation : tout est question d'équilibre. Et de savoir-faire. Je poursuis le travail de mes ancêtres avec un objectif : faire apprécier et découvrir le calvados et nos produits sous un autre jour, en France et à l'étranger. »

Ingénieur agronome et œnologue de formation, Guillaume Drouin expérimente, transforme et déploie ainsi de nouveaux spiritueux, toujours à base de pomme, comme un gin, ou un autre apéritif inspiré du vermouth.

« Le calvados est plein de ressources. Nous avons réussi à convaincre l'univers du bar en mixologie, notamment à l'étranger. C'est un alcool qui apporte une vraie touche aux cocktails. » explique-t-il.

Pour séduire plus largement, la Maison crée aussi des assemblages et des gammes expérimentales de calvados partiellement vieillis ou finis dans d'anciens fûts de rhum, de cognac, de whisky.

« C'est une propriété importante : le calvados s'allie de façon subtile avec d'autres parfums. Cela marche bien entendu avec d'autres alcools mais aussi en cuisine. »

Pendant de longues minutes, Guillaume Drouin me fait la démonstration des accords possibles en gastronomie. De l'entrée au dessert. Du rôti au carpaccio.

« Et puis, avec les fruits de mer ! Le mariage 100% calvadosien avec la saint-jacques marche particulièrement bien. »

L'aura de la gastronomie calvadosienne serait donc liée à sa capacité à évoluer, tout en sublimant son authenticité ? Je pense alors aux grands chefs locaux. Au progrès qui les a animés. Notamment les historiques Nicolas Fages, Jérôme Bansard, Stéphane Carbone, Alexandre Bourdas qui ont fait rayonner la cuisine normande. Les très en vue Anthony Caillot, Maximin Hellio. Mais aussi au couple Charles Thuillant et Mi-Ra Kim. Deux cuisiniers qui créent à Deauville, dans leur restaurant L'Essentiel, une nouvelle cuisine fusion, normande et coréenne à la fois. « Une cuisine vive et enjouée, en mouvement, où les



Poulet Pays d'Auge



Fromagerie de La Houssaye



produits du terroir sont associés à des influences asiatiques bien dosées.» comme le note le Guide Michelin, qui leur a remis leur première étoile.

Et chez les autres producteurs ? Les fromagers ? Ou encore les pêcheurs ? Cette vérité d'une gastronomie en mouvement, nourrie par les possibles et les accords se vérifie-t-elle ? Je dois confondre les sources...

« Le mouvement ? » m'interroge avec de grands yeux Gilles Hardel, responsable à la fromagerie de La Houssaye, à Saint-Pierre-en-Auge. « Heu... Pour tout vous dire, notre fromagerie a plus de 200 ans et nous perpétuons l'héritage du terroir. Celui du livarot et du pont-l'évêque, de leur AOP... »

### Chapitre 5 - La tradition, version 2.0

Déception dans mon esprit... Mais Gilles Hardel reprend :

« Il y a tout de même une part de progrès, de modernité dans notre fromagerie. Nous nous renouvelons en concevant par exemple des produits originaux comme le pavé d'Auge, le petit pavé ou encore le deauville. Mais toujours avec notre savoir-faire, notre ADN. »

À la fromagerie de La Houssaye, les fromages sont ainsi fabriqués avec du lait de vaches 100% normandes et 80% des fromages produits sont au lait cru.

« Nous travaillons avec huit éleveurs laitiers que l'on retrouve à moins de 25 kilomètres de notre site. Avec eux, nous avons établi un cahier des charges qui permet à nos fromages de conserver tout leur bouquet. Leurs vaches sont notamment nourries au foin et à l'herbe. Car c'est la qualité de leur lait qui fait la qualité de nos produits.

Les méthodes et les gestes sont, quant à eux, toujours les mêmes. »

Le moulage est manuel. Et le suivi de l'affinage est assuré par deux maîtres fromagers, matin et soir, dans les caves.

Autre tradition perpétuée : celle des laïches sur les livarots, ces bandes végétales qui entourent le fromage.

– « Elles proviennent des roseaux que nous cultivons dans nos bassins, et que nous séchons ensuite ici-même. Ces laïches sont posées à la main pour entourer nos "colonels". »

– Et le goût ? Est-il le même que celui que pouvaient apprécier nos aïeux ?

– Oui parce que le lait cru différencie nos produits. Il donne une note délicate au livarot. Et une petite saveur de foin au pont-l'évêque.

– Et la question des alliances, des accords ?

– Nous encourageons les mariages culinaires en dehors du plateau de fromages. Le livarot plaît beaucoup aux chefs de cuisine. Notamment sur les plats sucrés-salés, ou avec les compotées de pommes. »

Rue Guillaume-le-Conquérant, Caen. Tout près de l'Abbaye aux Hommes. J'ai rendez-vous avec Julien et Lise Hue dans leur poissonnerie, Le Grand Bleu.

« Un lieu vitrine. On retrouve ici notre pêche, notre passion pour les produits de la mer et leur cuisine. En résumé, c'est toute notre histoire et notre philosophie. »

Ouverte en 2022, leur poissonnerie est en effet un nouvel accomplissement de leur aventure professionnelle.

« Après plusieurs métiers, je me suis lancé, en 2006, dans la pêche. Un univers qui ne m'était pas étranger. J'ai toujours vécu sur la côte et nous comptons plusieurs pêcheurs dans la famille. » confie Julien.

En 2019, le couple investit dans son propre chalutier : La Persévérance.

« Vous l'avez peut-être vu dans le clip vidéo Jour meilleur du rappeur Orelsan ? » me lance Lise. « Au-delà de ce clin d'œil, ce bateau nous a permis de déployer notre propre ambition : proposer en direct des poissons frais de qualité issus d'une pêche raisonnée. »

Un concept qui associe pratique soucieuse de l'environnement avec circuit court.

« Notre pêche est à la fois locale et de saison. »

Fraîcheur des produits, variété des espèces et parfois redécouvertes.

« Nous initiions nos clients à consommer autrement, ou du moins à consommer comme le faisaient nos parents, nos grands-parents. C'est-à-dire avec les produits de la mer pêchés au large de nos côtes, selon les périodes de l'année. »



### À VISITER ET À GOÛTER

- Calvados Christian Drouin, à Coudray-Rabut
- Marché de Lisieux

### À SAVOURER

- Poissonnerie Le Grand Bleu / La Persévérance à Caen
- Les sablés d'Asnelles
- Fromagerie de la Houssaye à Boissey



Embarquez avec Julien grâce à notre podcast

All aboard with Julien, thanks to our podcast (in French only).



La Persévérance

Quant au Grand Bleu, c'est un premier aboutissement. Nous vendons nos propres prises, tout en sensibilisant nos clients. »

Sur l'étal de la poissonnerie, les bars, maquereaux, dorades, crevettes, encornets, tourteaux, huitres voisinent ainsi avec des rillettes, des salades de la mer, gratins et plus modernes poke bowls.

« Ce sont nos propres recettes. Des traditionnelles que l'on appréciait en famille. Des découvertes soufflées par nos voyages et les producteurs locaux... Les produits de la mer se prêtent, eux aussi, à de multiples alliances. Et nous souhaitons prouver aussi que dans le poisson tout peut être cuisiné ou servir en cuisine. Une démarche écoresponsable que nos parents avaient également adoptée. »

Je résume. De bons produits, propres à chaque terroir. Des savoir-faire nourris par la tradition, la passion et la philosophie. Le jeu des accords.

L'ouverture vers d'autres saveurs... Je suis perdu. Ce dernier tour à la mer devait justement m'aider à y voir plus clair et balayer les doutes. Je ferme les yeux et respire les doux embruns marins... Et une odeur sucrée... Celle d'un gâteau qui cuit ? Non, celle d'un biscuit qui cuit... Mais bien sûr, c'est celle du sablé puisque je suis à Asnelles !

### Chapitre 6 - Des sablés et des souvenirs

Au propre comme au figuré, j'ai "reniflé" une piste, et je la suis, jusqu'au centre du village. Je rentre alors dans le beau bâtiment bleu où ont été aménagés l'épicerie fine, le salon de thé et la pâtisserie des Sablés d'Asnelles.

– « Je peux vous aider ? Un homme me fait face. C'est Jean-François Otter, le directeur général de la biscuiterie.

– Oui ! Vos produits incarnent-ils le goût, le savoir-faire du Calvados ? »

L'homme inspire, prend un temps de réflexion et me dit :

« Je peux affirmer que oui. » Et de poursuivre : « Je vous raconte pourquoi. Notre sablé est né ici, il y a plus de 120 ans. Il a été imaginé par un boulanger, Charles Bansard, avec les produits du coin. Depuis, ses biscuits n'ont pas changé. C'est ce qui m'a plu, quand nous avons repris l'entreprise, mon associé et moi. C'était une belle endormie que nous avons réveillée. Nous avons déployé des moyens humains, repensé le process, cerné les opportunités. Mais sans jamais trahir ce qui a fait la notoriété des sablés d'Asnelles : ses matières premières locales, sa recette et sa saveur. En somme, un produit simple, bon et purement calvadosien. »

Mes yeux s'illuminent. Tout ce qui fait le sablé d'Asnelles est la réunion du meilleur des terroirs ? « Oui ! On retrouve le beurre AOP d'Isigny, les œufs d'une productrice voisine, la farine d'artisans caennais et les gestes centenaires de femmes et d'hommes. »

Je fronce les sourcils. Et la recherche de renouveau, dans tout ça ?

– « Nous y pensons évidemment. D'abord dans l'outil de production pour soutenir nos artisans. Puis dans la création de nouvelles recettes. Il y a eu le Saléfin, au beurre demi-sel qui évoque la mer. Le Chocofin, au chocolat. Et puis notre petit dernier, le Carasnelles, aux éclats de caramel d'Isigny beurre salé.

– Mais d'autres associations avec d'autres produits seraient-elles possibles ? Salé ou sucré ?

– Bien entendu. D'ailleurs pour la partie sucrée, nous avons redéployé notre activité originelle : la pâtisserie. Nous y présentons des desserts, préparés sur place, toujours avec une base de pâte sablée : tartes aux fraises, au citron, des flans... »

Je balaie du regard le salon où sont attablés des couples, des familles. Le coin pâtisserie où les clients choisissent avec envie un gâteau. Les étagères où les boîtes de sablés sont en bonne place, à côté d'autres produits locaux.

« La gastronomie calvadosienne, c'est aussi une histoire de solidarité avec les autres producteurs. » me lance dans un clin d'œil Jean-François Otter.

Puis, des petits cadres accrochés au mur.

– « Ce sont les labels qui récompensent notre travail et nos sablés. Notamment celui de "Saveurs de Normandie". »

– Un passeport pour une meilleure exposition ?

– Oui, car si on mange si bien ici, chez nous, dans le Calvados, en Normandie, il faut le faire savoir ! En France et à l'étranger...

– Une histoire, finalement, de partage ?

– Oui ! Chez nous, on cuisine parce qu'on a de belles matières, parce qu'on aime créer. Et surtout, parce qu'on aime faire plaisir, construire et offrir des souvenirs. »



Sablés d'Asnelles

### À VOIR ET À ÉCOUTER

- Jour meilleur, tiré de l'album Civilisation de Orelsan

# A gourmet mystery

If ever there was a question well worth an investigation,  
it would be, 'Why is the food so good in Calvados?'



## Chapter 1 - Nosing around

So, perplex but determined, I set off in private detective mode to explore all the potential culprits: from apples to seafood, via poultry, cheeses and local specialities. I decide to leave the town centre to head for the 'Presqu'île' quarter, passing by the modern buildings on the marina. Midday – time for lunch. The Quai des Brumes, an old-style bistro on the banks of the canal flaunting its menu on a slate on the wall... 'That should do the trick.'

Clarisse, the owner, promises to 'get my spirits up,' over a platter of Andouille de Vire, that typical smoked chitterling sausage that has earned the town of Vire quite a reputation, served with bread and unsalted butter – from Isigny of course. It proves as simple as it is comforting.

Then she brings a plate, steaming with the fresh smell of the sea. And so, my taste buds travel, from country to coast. And as I relish, my ideas gradually take shape... and warmth after a slice of apple tart and a coffee.

## Chapter 2 - Food for thought

As I walk away, I think back on this traditional restaurant and compare it with other places I know. They all have their own identity, and I eat just as well in each... but they also have common denominators: culinary skill of course, quality produce – goes without saying, flavours, associations and local fare!

For the area offers quite a diversity. Cooked meats from Vire, oysters from Bessin, fresh fish from along the coast. Apples – not just for pastries but for spirits too. And a host of other specialities.

Then I wonder how all these products have evolved or survived over the ages and what the future has in store for them. Why is gastronomy part of the area's DNA? In a word – why do we eat so well in Calvados?

All I need to do for inspiration is to raise my gaze and admire the stunning glazed facade of the Alexis-de-Tocqueville library, designed by the Pritzker Prize winner Rem Koolhaas. Inside, I take the giant escalator and enquire, 'Do you have any sources on the gastronomy of Calvados and Normandy?'

Of course they do – an entire section, from recipe books to history books. I take a seat, turn on my PC and start noting down some chosen snippets:

'Our gastronomy is plentiful, full of aromas and colours...'

'Lovers of good food and good drink, such is the image of the Norman depicted by Flaubert and Maupassant...'

'Our cuisine boasts an infinity of local produce. And that's what offers our gastronomy all its diversity, sophistication and creativity.'

'Our produce is so intimately associated with our gastronomy, for it is its very essence, its very source.'

As I continue reading, the link between fishing, cows, apples... becomes evident. As do the essential ingredients of local gastronomy: fish and seafood, milk, butter and cream, cider and calvados. One particular book by Héloïse Brion, alias Miss Maggie's Kitchen, spurs the desire to meet its author.



© MegCook

## Chapter 3 - From Miss Marple to Miss Maggie

Norman by adoption, she now devotes her life to 'gourmet, local, seasonal and hearty cuisine'. So I head for the Pays d'Auge and its undulating landscapes, pretty half-timbered houses and immense stud farms.

Héloïse welcomes me to a neo-Norman style building she refers to as 'Miss Maggie' and that her family simply fell in love with in 2005.

She left a Parisian career in fashion to devote herself to gastronomy and to sharing beautiful things. 'For that's precisely what inspires my philosophy on life, my interactions on social media, my books and my culinary workshops.' And sharing also brings encounters, 'that's how I find my products – mostly at the market in Lisieux, from producers and specialists with the same passion. People of all ages, from all places, some keen to perpetuate family traditions, others, like me, who have taken a new direction. All with the same love of Calvados.'

And she loves to work with one of Calvados's emblematic products – the apple. 'Its different varieties offer so much potential, both sweet and savoury.'

I am honoured to taste her chicken 'Pays d'Auge style', with cream, cider and pan-fried apples. My encounter with Héloïse Brion, and with her cooking... has tantalised my curiosity as much as it has my taste buds.

## Chapter 4 - Family business

So off I go to Coudray-Rabut, near Pont-l'Évêque, to ask a specialist in distilling, Guillaume Drouin, in his 17th-century cider farm.

'For us, calvados rhymes with family!' Guillaume explains over a tour of the estate. Indeed, for three generations, the Drouin family has mastered the fine art of distilling from soil to apple, from pressing to fermenting, then to distilling, 'it's all a question of balance'. And skill, for the family has won over 250 awards. 'I now deploy this family legacy in the hope of promoting our produce in France and abroad from a new angle.' For, as a qualified agronomer and oenologist, Guillaume experiments new blends, ageing in rum, cognac and whisky vats, and apple-based spirits inspired by gin and vermouth.

'Calvados marries subtly with other aromas – be they other spirits or recipes.' He offers me a demonstration of just how well it can be associated, from roast to carpaccio, and even seafood! Perhaps the essence of Calvados's gastronomy is its capacity to evolve whilst exalting all its authenticity?

My thoughts then turn to some famed local chefs and to the evolutions that have inspired them. From Nicolas Fages to Jérôme Bansard, via Stéphane Carbone and Alexandre Bourdas – all of them ambassadors of Normandy's fine cuisine. Then the innovators – Anthony Caillot, Maximin Hellio, or the couple Charles Thuillant and Mi-Ra Kim, behind L'Essentiel in Deauville, offering an inventive medley of Norman and Korean cuisine that has earned them a Michelin star.

But what about producers – cheese dairies – fishermen...? Could my notion of gastronomy in movement be out of synch?

## Chapter 5 - Tradition revisited

'Movement?' replies Gilles Hardel from the La Houssaye cheese dairy, rather surprised. 'If truth be told, we have perpetuated traditional livarot and pont-l'évêque cheese making for 200 years.' Sensing my disappointment, he goes on to explain that they have nevertheless innovated with new products such as Pavé d'Auge, Petit Pavé or Deauville, but that the essence of their production comes from quality produce: eight local suppliers of 100% regional cow's milk, 80% of it raw, via strict specifications on feeding. 'To offer the same taste as that enjoyed by our ancestors, for raw milk makes all the difference... all our cheeses are hand moulded and matured under the watchful eye of two master cheese makers and our livarot is ringed with natural reed grown nearby... and they are just as delicious on their own or as part of a recipe.'

By the Men's Abbey in Caen, in Rue Guillaume le Conquérant, I meet with Julien and Lise Hue in their fishmonger's – Le Grand Bleu. From family business to genuine passion, seafood and associated cuisine is their 'story' and their 'philosophy.' And they even have their own trawler: fittingly named Persévérance (see QR code, page 38), which made a short appearance in the rapper Orelsan's latest clip.

But beyond this claim to fame, 'it has enabled us to fulfil our ambition to offer fresh quality fish direct from sustainable fishing methods. And Le Grand Bleu means we can sell our own catch and increase awareness among our customers, to consume fresh local and seasonal produce.' Over and above mackerel, bass, sea bream, prawns, crabs, etc, Julien and Lise also concoct their own ready to eat recipes: potted fish, salads, poke bowls, etc. 'We want to show our customers that seafood can be prepared in such a vast range of associations, in an eco-responsible approach.' In a nutshell: quality produce, to each area its own, culinary skills inspired by tradition, passion and philosophy, associations and innovations...

## Chapter 6 - Hot on the trail

From salty seafood to sweet aroma... I follow the scent to Asnelles, a coastal village boasting a distinctive blue building housing a rather special grocery and tea room. And that sweet scent is no other than the traditional Asnelles 'sablés' butter biscuits. Welcomed by Jean-François Otter,



© Marie Petit

director of the factory, I dare to ask if his products also epitomise the taste and skills of Calvados! 'Oh indeed they do! Our biscuits were invented here over 120 years ago by a baker called Charles Bansard – with exclusively local produce. And they haven't changed since, even if my associate and I have rethought the process, seized opportunities, but never, ever, betrayed their traditional ingredients, recipe and flavour.'

So, as I understand it, the success of these delicious goodies is simply that they are made from the best of local fare: PDO butter from Isigny, eggs from a nearby farm, locally sourced flour... and traditional know-how, mastered over the centuries. But what about novelty?

'Oh we haven't neglected that! We have innovated our production tools, developed new recipes including salted butter, chocolate, caramel, and even created patisseries with a biscuit base: lemon or strawberry tart, custard pie, etc.'

I gaze over the room and see couples, families, all relishing in delicious pastries. Shelves full of Asnelles butter biscuits, of course, but also a selection of local fare. 'Gastronomy in Calvados is a matter of solidarity between producers.' I am curious about the many framed trophies on the wall. 'They are all the quality labels that reward our biscuits and our work. Here, we cook because we have excellent produce and we love to create – and more importantly, we love to please, to build and to offer fond memories. So tell the world!'

## Delve deeper

### For your ears

• Jour meilleur, from the album *Civilisation* by Orelsan

### For your eyes

• Chez Miss Maggie's Kitchen and Mon art de recevoir, Héloïse Brion (*Flammarion*)

### For your curiosity

• Christian Drouin calvados distillery, in Coudray-Rabut

• Lisieux market

### Yours to taste

• Le Grand Bleu / La Persévérance fishmongers, Caen

• Asnelles butter biscuits

• La Houssaye cheese dairy in Boissey

### Yours to test

• L'Essentiel in Deauville

• Maximin Hellio in Deauville

# Guillaume le Conquérant, ce héros normand

Prenez place pour un voyage dans le temps.  
Direction le Moyen Âge pour voir qui se cache  
derrière le célèbre conquérant, ce duc  
de Normandie devenu roi d'Angleterre.

**William the Conqueror, Normandy's greatest hero**

Get ready for a journey through time – back to the Middle Ages and the life of a duke of Normandy who became king of England.



© Max Coquard - Bestiobis

Tout commence en 1027. Ou plutôt, entre 1027 et 1029. Personne ne connaît vraiment la date de naissance de notre Guillaume. Ce que l'on sait en revanche, c'est qu'il naît un jour de décembre, à Falaise, dans la maison de sa mère plutôt qu'au sein du château de son père. Robert le Magnifique s'est épris quelque temps plus tôt d'Arlette, fille d'un tanneur et aux origines modestes. Comme le permettent les mœurs de l'époque – qui autorisent plusieurs concubines "à la manière danoise", disait-on alors – le seigneur scandinave ne l'épousera pas. C'est ainsi que Guillaume héritera d'un surnom : le Bâtard.

*It all began around 1027 – no one is quite sure of the year – but we do know that William was born in December, in his mother's home in Falaise – and not in his father's castle. 'In the Danish manner', Robert the Magnificent had taken a tanner's daughter called Herleva as his concubine, hence William later being referred to as 'the Bastard'.*

**An impetuous character**

*William was just 8 when his father died in 1035. He became duke of Normandy – a title coveted by many others. At the age of 15, he returned to Falaise Castle, chasing out a rebellious vassal, before deserting it four years later. He won his first battle in 1047 at Val-ès-Dunes. But it was only a stepping stone for the ambitious young duke.*

**Un tempérament impétueux**

Quand son père meurt sans épouse en 1035, Guillaume a 8 ans et devient duc de Normandie. Mais sa place est convoitée, et il doit régulièrement échapper aux appétits d'autres prétendants. À 15 ans, il décide de reprendre le château familial de Falaise, tombé aux mains d'un vassal rebelle, avant de le désertier quatre ans plus tard. Il réapparaît en 1047 pour gagner son premier fait d'armes : la bataille de Val-ès-Dunes. Une sorte de tremplin pour ce jeune ambitieux au "fort caractère", et qui aspire à d'autres terrains de jeu.

Abbaye aux Hommes

## Visitez le berceau du duc !

Immersion et pédagogie. Pour découvrir le fascinant château Guillaume-le-Conquérant à Falaise, vous pouvez choisir la visite guidée ou la visite libre, équipé de tablettes tactiles qui montrent à quoi devaient ressembler, à l'époque, les salles que vous traversez. Un voyage à travers 1 000 ans d'histoire. Ce château a d'ailleurs fait l'objet de plusieurs restaurations ou d'opérations d'archéologie, abordées pendant la visite pour mieux comprendre l'histoire mouvementée de cet édifice exceptionnel.

### Le petit plus ?

Grimpez au sommet de la tour de 35 mètres de haut pour admirer le panorama à 360°. Un observatoire qui devait être bien utile en cette époque de dangers !

[chateau-guillaume-leconquerant.fr](http://chateau-guillaume-leconquerant.fr)

### Visit the duke's birthplace!

To best appreciate William the Conqueror's fascinating castle in Falaise, take the immersive and educational tour including touchscreen tablets that illustrate exactly what each room looked like 1,000 years ago. Benefitting from several restoration and archaeological campaigns, the site's history is explained over your visit.

**Want more?** Climb to the top of the 35-metre tower and admire the 360° panorama – once vital for defending the site!



Château de Falaise

## Guillaume le Conquérant, ce héros normand

### Caen, le symbole de sa puissance

C'est à Caen, à peine un village, que Guillaume décide d'exprimer ses talents de bâtisseur. Son but ? En faire une place forte. L'Abbaye aux Hommes, c'est lui. L'Abbaye aux Dames, c'est elle. Elle ? Mathilde, celle qu'il épouse vers 1050. Les deux édifices sont construits en 1059 pour redorer leur image auprès de l'Église. Le pape a en effet condamné leur union, sous prétexte que les époux étaient cousins au cinquième degré. Affaire réglée, les deux vivent ensemble : ils auront dix enfants ! C'est à Caen, et aussi un peu à Rouen, que Guillaume administre son duché. En son absence, Mathilde assure la régence de la Normandie. Les époux feront le choix de se faire inhumer dans les églises de leurs abbayes plutôt qu'en cathédrale de Rouen.

### Stratège militaire

Été 1066. Guillaume réunit ses troupes à Dives-sur-Mer, une cité proche de Caen. L'estuaire est profond, abrité du vent : l'endroit parfait pour réunir des milliers

de bateaux. En trois mois, il prépare sa flotte, composée de 10 000 soldats et de 5 000 chevaux. On trouve encore de nos jours la liste des compagnons embarqués dans cette épopée : elle est gravée sur une plaque à l'intérieur de l'église médiévale de la commune ! Pendant que l'armée s'active au campement, Mathilde commande la construction du navire amiral de son mari, La Mora, qui conduira Guillaume vers l'Angleterre. Il va y récupérer le trône, celui-là même que le roi d'Angleterre Édouard le Confesseur souhaitait lui laisser, et que son beau-frère Harold Godwinson lui a ravi à la mort du monarque.

### Caen, a symbol of his power

Caen was but a village when William decided to establish his seat there. He married Matilda in 1050 and, to appease the Pope who had opposed their union, the Men's Abbey and the Ladies' Abbey were built. The couple had ten children! William governed his duchy from Caen and, to a lesser degree, from Rouen, Mathilda acting as regent in his absence. They are buried in their respective abbeys in Caen.



Château de Caen

### A military strategist

Summer 1066. William gathered his fleet of thousands of ships, 10,000 soldiers and 5,000 horses in just three months in the estuary by Dives-sur-Mer. The list of his companions can be seen on a plaque in the village church. Matilda commissioned the flagship, the Mora, that took her husband to England to take the throne – promised by Edward the Confessor but deceitfully claimed by Harold Godwinson.

## Un château en plein cœur de la ville !

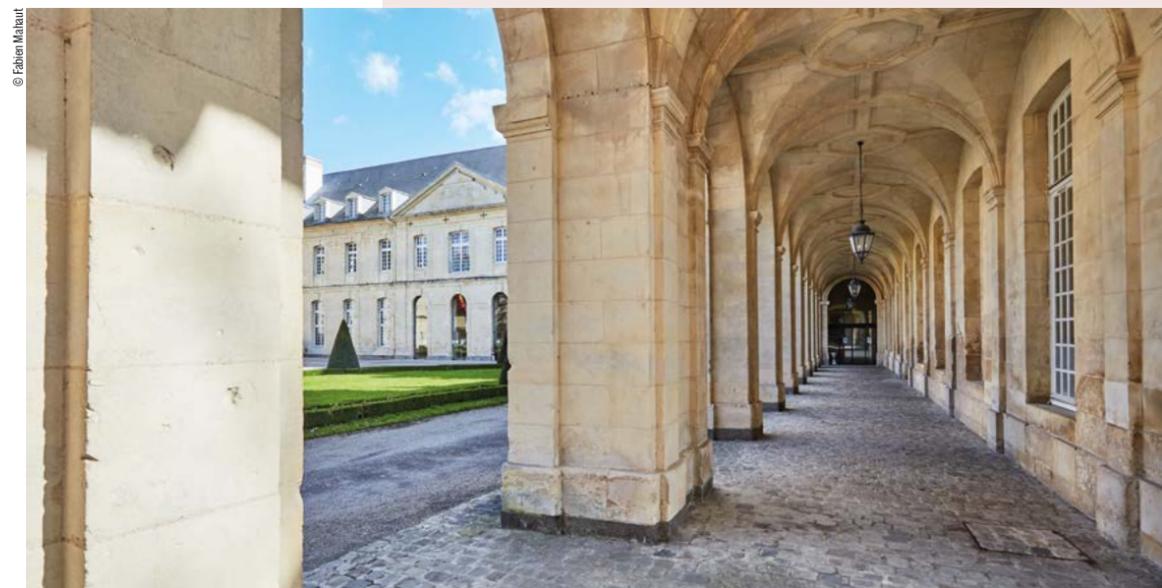
C'est l'une des plus grandes forteresses médiévales d'Europe en cœur de ville. Au fil des siècles, elle a rempli plusieurs fonctions : forteresse royale, caserne de conscrits... On peut aujourd'hui monter sur ses remparts restaurés ou découvrir les vestiges du donjon. Son enceinte, en accès libre le jour, abrite aussi le musée de Normandie et celui des Beaux-Arts.

La majestueuse Abbaye aux Hommes (qui abrite dans son église abbatiale les restes de Guillaume) et son joli cloître attendant se visitent librement. L'Abbaye aux Dames, en surplomb de la ville, cache une crypte datant du XI<sup>e</sup> siècle, des bâtiments conventuels et un élégant parc à la française.

[caenlamer-tourisme.fr](http://caenlamer-tourisme.fr)

### A castle in the heart of the town!

From royal fortress to military barracks, Caen Castle is one of the largest medieval fortresses in Europe. You can tour its restored ramparts, admire the vestiges of the keep, or visit the Normandy Museum and the Museum of Fine Art, both housed in the castle enclosure. Take a self-guided tour of the Men's Abbey and cloister, or the Ladies' Abbey, housing an 11th-century crypt and surrounded by elegant formal gardens.



Abbaye aux Dames

## Le jour où Guillaume devient Conquérant

C'est de l'autre côté de la Manche que l'attend son moment historique : la Bataille d'Hastings, racontée en images dans les 70 mètres de la Tapisserie de Bayeux, une broderie unique inaugurée en 1077 et conservée dans un musée à... Bayeux, évidemment (lire encadré). Elle illustre comment Harold meurt au bout d'une journée de combat, l'œil transpercé par une flèche. Les Anglais vaincus, Guillaume est couronné le 25 décembre 1066 et devient roi d'Angleterre. Son couronnement serait la dernière scène, aujourd'hui disparue, de la Tapisserie de Bayeux.

### **The day William became Conqueror**

*The 70-metre-long Bayeux Tapestry tells the story of the Battle of Hastings. Inaugurated in 1077, the embroidery is housed within the eponymous museum. The last scene – missing from the masterpiece – probably depicted William's coronation in Westminster on 25 December 1066.*



© Marie Perle

## Une journée au musée de la Tapisserie

58 scènes représentées, 626 personnages brodés, 202 chevaux : mieux qu'une série Netflix, la Tapisserie de Bayeux, c'est l'œuvre à voir une fois dans sa vie ! Pour décrypter tous les détails de cette très ancienne bande dessinée, un audioguide est à votre disposition. Des scènes sont aussi reproduites en relief 3D pour le public déficient visuel. L'exposition permanente vous en dit davantage sur la réalisation de cette Tapisserie et sur le royaume anglo-normand du XI<sup>e</sup> siècle. Au deuxième étage du musée, un film de 16 minutes (en français et en anglais) est consacré à la reconstitution de la bataille d'Hastings. [bayeuxmuseum.com](http://bayeuxmuseum.com)

### **La Tapisserie de Bayeux... 24 heures sur 24 !**

Tous les détails de la fameuse broderie sont à voir sur le web, et avec presque plus de précision qu'en vrai !



### **A day at the Bayeux Tapestry Museum**

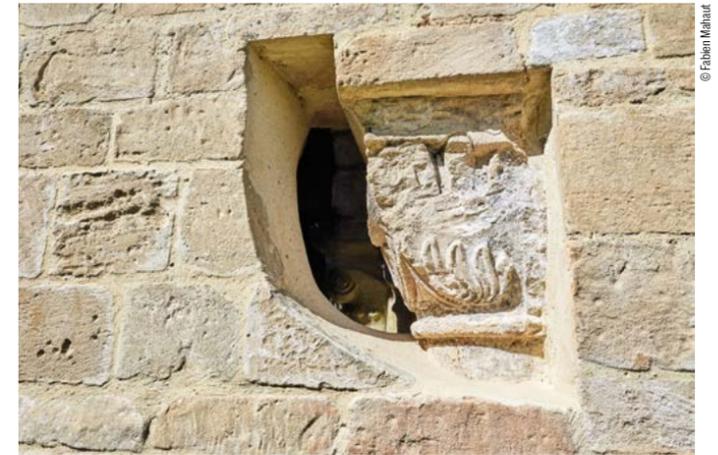
*Over 58 scenes, discover 626 characters and 202 horses. To fully understand this medieval comic strip, ask for an audio guide or a 3D reproduction. The permanent exhibition and film explain how the embroidery was made and relive the Battle of Hastings.*

## De Conquérant à administrateur

Même s'il reste menacé par des rebelles, le Conquérant doit désormais administrer des domaines des deux côtés de la mer. Il va s'attacher à mettre en place une organisation solide. Exit les abbés et les évêques d'origine saxonne : ils seront remplacés par des religieux venus de Normandie, et à la solde de Guillaume. Ils devront imposer le style architectural et étendre l'influence normande... Ils sont prévenus : aucune trahison ne sera admise ! Pendant vingt ans, Guillaume gouverne ce royaume anglo-normand avec plus ou moins de succès. En 1087, il livre sa dernière bataille contre les troupes du roi de France à Mantes-la-Jolie.

### **From conqueror to administrator**

*Despite threats from rebels, with a firm hand, William governed his estate on both sides of the Channel for over 20 years, bringing clerics from Normandy to England and asserting his own architectural style. He waged his last battle against the French king in Mantes-la-Jolie in 1087.*



© Fabien Mahaut

Détail architectural en pierre de Caen - Église de Thaon



© Amélie Boudreau-Heldmann

Château de Falaise

## Oyez, oyez ! Tout l'été, c'est fêtes médiévales



Immersion médiévale au Château de Colombières

Medieval immersion at the Château de Colombières (in French only)

Ne vous étonnez pas si vous croisez des chevaliers en armure et des vikings en plein combat ! L'été, ils sont moult à prendre leurs quartiers dans des encoignures tenturées pour l'occasion. Si la langue de ces guerriers ne vous fait pas trembler, rendez-vous en juillet aux étonnantes fêtes médiévales organisées un peu partout : dans la ville de Bayeux, au Château de Crèvecœur, dans le parc historique Ornavik et au Château de Colombières. Pas de répit pour les braves : en août, le Château de Crèvecœur continue de festoyer et ripailler, tout comme la ville de Falaise, qui offre un décor de choix aux joutes et aux échoppes ! Enfin, Dives-sur-Mer reconstitue tous les deux ans le campement où Guillaume le Conquérant s'apprêtait à conquérir l'Angleterre...

*Knights in armour, Viking warriors, jousting, feasting and much more! Take an immersive journey back to the Middle Ages at the Château de Crèvecœur, the Château de Colombières, the Ornavik historic park or in Bayeux, Falaise and Dives-sur-Mer over reenactments and living history.*

### Un héritage au-delà des frontières

Blessé au ventre après avoir chuté de son cheval, Guillaume agonise à Rouen pendant de longues semaines. Il fera de Robert, le plus âgé de ses fils, l'héritier de la Normandie et du Maine. Son deuxième fils, Guillaume, se voit confier l'Angleterre. Henri, le dernier, n'aura que de l'argent... Il s'éteint finalement le 9 septembre 1087. Son corps est alors transporté à Caen où il sera inhumé. Suite aux pillages des guerres de religion, il ne reste aujourd'hui dans son tombeau qu'une relique : son fémur gauche.

L'héritage du Conquérant aura duré. Le Château de Caen restera longtemps la résidence préférée des ducs de Normandie. Et la pierre de Caen, qui servit à sa construction, aura bénéficié d'un ambassadeur de choix. On la retrouvera par exemple sur le Tower Bridge de Londres, la Cathédrale de Cologne et celle de Saint-Patrick, à New-York, ou encore l'abbaye de Westminster.

### A legacy well beyond Normandy's frontiers

*Wounded in the stomach after a fall from his horse, William suffered for weeks before passing away, on 9 September 1087, in Rouen. He bequeathed Normandy and Maine to Robert, his eldest son. His second son, William, took England, and the youngest, Henry, was left with only money. William's body was taken to Caen to be buried. After pillaging during the Wars of Religion, all that remains today is his left femur. William's legacy lived on. Caen Castle was, for a long time, the Norman dukes' favourite place of residence. And Caen stone can be found in prestigious buildings across the globe: Tower Bridge, Cologne Cathedral, St Patrick's Cathedral in New York and Westminster Abbey.*

### William, an inspiring hero

*Many artists have been inspired by our hero: William and Matilda by the sculptor Claude Quiesse at Caen Castle, Yvonne Guégan's canvases, drawings and watercolours at the Normandy*



Médiévales de Crèvecœur



Médiévales de Bayeux

### Guillaume, un héros qui inspire

De nos jours, Guillaume et Mathilde chevauchent côte à côte au pied du Château de Caen, grâce au sculpteur Claude Quiesse. Au musée de Normandie, ce sont les œuvres d'Yvonne Guégan qui rendent hommage à l'esprit du Conquérant à travers plusieurs toiles, dessins et aquarelles. Sur les écrans, il faut attendre 2013 pour que Guillaume apparaisse dans le film *Guillaume la jeunesse d'un conquérant*, de Fabien Drugeon. En 2024, l'humoriste Fabrice Éboué réalise *Gérald le Conquérant*, l'histoire d'un homme qui rêve de bâtir « un immense parc historique à la gloire de Guillaume le Conquérant »... La Tapisserie de Bayeux, elle, s'est diffusée jusque dans la culture pop ! Elle a été reproduite en Lego®, mise en scène dans la série *Les Simpson* ou dans le dessin animé *Shrek 3*. Son dessin ou son style de narration en ont inspiré d'autres : en 2019, la tapisserie de Game of Thrones®, inspirée par la série d'HBO, était exposée juste à côté de son objet d'inspiration !

*Museum, the film Guillaume, la jeunesse d'un conquérant by Fabien Drugeon, and the comedy Gérald le Conquérant by Fabrice Éboué. The Bayeux Tapestry has been reproduced by Lego®, featured in The Simpsons and in the animated film Shrek 3, whilst its narrative style inspired the Game of Thrones® Tapestry, commissioned by HBO.*

### Learn more:

*The official websites of Falaise Castle, the Bayeux Tapestry Museum, Caen Castle and the Caen la Mer Tourist Office offer an abundance of information and fascinating tales of our regional hero.*

### Pour aller plus loin :

- Les sites officiels du Château de Falaise, du Musée de la Tapisserie, du Château de Caen ou de l'office de tourisme de Caen la mer
- Les épisodes consacrés à Guillaume le Conquérant par Nota Bene sur sa chaîne YouTube

# Tailler la route

# J'y vais à vélo

Jamais sans mon vélo ! Que ce soit pour aller travailler, passer au marché ou arpenter le territoire, voilà votre meilleur allié. Tout est fait pour lui : 651 kilomètres de pistes cyclables, des services et un vaste réseau d'itinéraires dédiés aux deux-roues. La preuve, en images !

## ***I'm going by bike***

*Never without my bike! Whether you're looking for a leisurely stroll, a discovery trail or an athletic experience, your bike is your best friend. So, come and enjoy our 651km of cycling paths, services and dedicated itineraries.*



© Benjamin Lemaitre



© Pucel Beltrami / La Vie Française



© Vincent Ruestel

(En haut) C'est décidé : cette année, mon vélo m'accompagne partout.  
(Top) This year, my bike will be following me, wherever I go!

(À gauche) Un maillot et une serviette dans la sacoche, à nous la plage !  
(Left) With swimsuit and towel in our bags - we're off to the beach!

(En bas) Boucle vélo ou voie verte : un terrain de jeu XXL !  
(Bottom) From cycling loop to greenway - Calvados is a vast playground for cycling enthusiasts!



© Camille Pichard / Normandie Calvados Pays d'Auge Tourisme



© Cécile Dem



Programmez  
votre prochaine  
balade vélo !

Plan your next  
cycling tour!

(À gauche) Pour aller  
au marché ou à la  
boulangerie du coin,  
impossible de faire plus  
sympa.

(Left) What better way  
to tour the market or catch  
a baguette at the local  
baker's?

(Au milieu) On m'avait  
dit de regarder les  
hébergements Accueil  
Vélo pour mes prochains  
week-end itinérants...  
Je ne regrette pas.

(Middle) I was told to check  
out Accueil Vélo cycle-  
friendly accommodation  
options – great advice!

(À droite) Le long de la mer  
avec la Vélomaritime ?  
Ou du nord au sud avec  
la Vélo Francette ?

(Right) Along the coast  
on the Vélomaritime,  
or north to south via the  
Vélo Francette?



© Gregory Wait



© Vincent Buisson



© Ludovic Maïant



© Pascal Beltrami / La Web Flamette



© Freepik



© Thomas Le Floc'h / CRT Normandie

En ville, le vélo a de plus en plus sa place : tant mieux pour moi !  
Cycling in town is child's play – and so convenient!

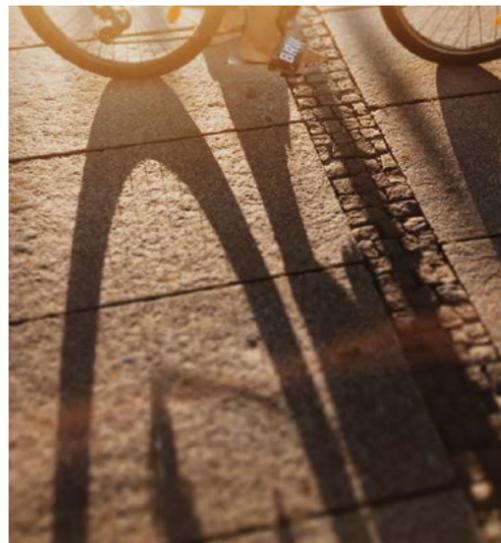


© Sara Shifer

Et pour profiter des dernières lumières du jour après une journée de travail, c'est tout vu. Marvel at the dusk colours after a day's tour.



© Thomas Le Floch / CRT Normandie



© EyeEm / Freepik

# SUIVEZ LE GUIDE

**Vous ne savez pas par où commencer ?  
Pas de panique, nous savons pour vous !**

Dans les pages qui suivent, nous répondons à vos questions. **Où manger ? (58-59)**  
**Où boire un verre ? (60-61) Où passer une soirée mémorable ? (62-63)**  
**Quels produits locaux rapporter ? (64-65) Où dormir dans la nature ? (66-67)**  
**Où se balader en pleine nature ? (68-69)**

Retrouvez également nos **plus beaux panoramas (70-71), plus beaux villages (72-73), meilleures visites ludiques (74-75), plus belles plages (76-77)** et **plus belles balades autour de l'eau (78-79)**.

Et plus loin, rendez-vous pour quelques bonnes idées de choses à **faire avec les enfants (80-81), en amoureux (82-83) et avec ses copains, ses copines (84-85)**.

Comme ça, vous en saurez (presque) autant que nous.

*Not sure where to start? Don't worry – the answers to all your questions are in the following pages:*

**Where to eat (58-59) Where to go for drinks (60-61) Where to spend an unforgettable evening (62-63) Local produce to take home (64-65) Where to sleep in the wild (66-67) Where to take a back to nature stroll (68-69).**

Our **stunning panoramas (70-71), most beautiful villages (72-73), best recreational tours (74-75), loveliest family beaches (76-77) and waterside wanderings (78-79)**.

Great ideas to do **with the kids (80-81), loved one (82-83) and friends (84-85)**.

**Gastronomique, authentique ou atypique : ces adresses mêlent avec délice qualité des produits et saveurs locales. On a fait des choix... À vous de faire le vôtre !**

*Gourmet, hearty or innovative: here is our choice of eating places where quality rhymes with local produce. Which is your favourite?*

### LE MANOIR DE LA POMMERAIE

#### Roullours

Caché en pleine campagne normande, le Manoir de la Pommeraiie vous emmène en voyage... La charmante bâtisse du XVIII<sup>e</sup> siècle n'a pas que le flacon, elle a aussi l'ivresse : les assiettes sont gourmandes, les mets sont fins, cuisinés avec amour par le maître restaurateur et sa compagne pâtissière. [restaurant-pommeraiie-vire.com](http://restaurant-pommeraiie-vire.com)

*Nestling in the heart of the Normandy countryside, the Manoir de la Pommeraiie invites you on a journey. In an 18th-century manor, delicately gourmet dishes are composed with love by the master chef and his wife, a pastry chef.*

### LES SŒURS PINARD

#### Lisieux

Une ambiance un peu vintage, du mobilier à l'ancienne, brunch le dimanche et concerts le week-end : voilà ce qui fait des Sœurs Pinard un coin très apprécié des locaux ! Et, nous ne vous avons pas encore parlé de la grande terrasse les soirs d'été, pour boire un verre et profiter des assiettes à partager... [lessoeurspinard.fr](http://lessoeurspinard.fr)

*A vintage atmosphere, Sunday brunch, summer patio, platters to share and weekend concerts – and it's always a good sign when the locals love it...*

### LE PAVÉ D'AUGE

#### Beuvron-en-Auge

Le chef Adrien Haye et son équipe vous accueillent au Pavé d'Auge, restaurant situé dans les anciennes halles, sur la place centrale d'un des plus beaux villages de France. Cuisine créative et de caractère, la table gastronomique sait conjuguer saveurs du terroir et inventivité. [pavedauge.com](http://pavedauge.com)

*Adrien Haye and his team welcome you to their restaurant housed within the former indoor market of one of the Most Beautiful Villages of France, offering characterful and creative cuisine combining local fare and inventiveness.*

### BONS VIVANTS

#### Douvres-la-Délivrande

Ici, des producteurs et des artisans locaux savamment sélectionnés par les jeunes Babeth et Victor, amoureux "de la gastronomie, du vin et des fous rires à table". Indéniablement épicurienne, la cuisine proposée par Bons Vivants est rythmée par les saisons et attachée au zéro déchet. [bonsvivants-douvres.com](http://bonsvivants-douvres.com)

*Here, the young owners, Babeth and Victor – lovers of gastronomy, wine and laughter – carefully select the finest in local fare and craft produce.*

### LA RÉSERVE PÉCHÉ IODÉ

#### Merville-Franceville

Ce restaurant revendique sa créativité et sa convivialité. Son emplacement exceptionnel, aussi, face à l'estuaire de l'Orne et au cœur de sa réserve naturelle. La Réserve Pêché Iodé met un point d'honneur à offrir une grande variété de propositions de saison, de produits frais largement issus de circuits courts. [larserve-mervillefranceville.com](http://larserve-mervillefranceville.com)

*In an exceptional location amidst the Orne Estuary nature reserve, this convivial and creative restaurant prides itself in a large choice of seasonal dishes made from fresh and locally sourced produce.*

### LE DEAUVILLE

#### Deauville

Une vue imprenable sur la mer et des bateaux de plaisance tout autour. Imaginée par le designer Martin Brudniski, cette singulière brasserie de 350 m<sup>2</sup> incarne l'art de vivre à la française dans l'esprit des années 50. Bon à savoir : elle est ouverte du petit-déjeuner au dîner... et 365 jours par an ! [restaurantledeauville.com](http://restaurantledeauville.com)

*Offering unrestricted views over the sea and the marina, this 350m<sup>2</sup> brasserie designed by Martin Brudniski oozes with the epitome of fine French living, 1950s style. Open from breakfast to dinner – every day!*



La Réserve Pêché Iodé - Merville-Franceville

### LE BOTANISTE

#### Port-en-Bessin-Huppain

Le temps est suspendu. Comme une caverne d'Ali Baba quelque part au bout du parc du Château La Chenevière, ce restaurant a du cachet, avec ces boiseries et son mobilier du XVIII<sup>e</sup> siècle. Dans l'assiette, la cuisine tout aussi raffinée s'inspire du potager du château voisin et des producteurs locaux, pour porter haut les saveurs de la Normandie. [le-botaniste.com](http://le-botaniste.com)

*Time stands still in this elegant restaurant tucked away like a secret in the grounds of the 18th-century Château La Chenevière. The castle garden and local producers are exquisitely associated to offer all the flavours of Normandy.*

### L'HUÎTRE BRÛLÉE

#### Honfleur

De la générosité au menu ! Dans un cadre travaillé avec simplicité, où se mêlent murs de pierre et chaises bistrot, on se plaît à déguster une carte resserrée, entre terre et mer, où s'invitent parfois des huîtres surprises... Une adresse conviviale et passionnée, proposée par un couple qui l'est tout autant. [huître-brulee.business.site](http://huître-brulee.business.site)

*Country fare and local seafood are generously concocted in this authentically simple restaurant where passion and conviviality are also on the menu. Don't miss the 'surprise oysters'.*



© Le photographe du dimanche

Un verre en terrasse, avec vue sur mer ? Bien entendu. Et une ambiance cosy ? Un bar à manger ? Une dégustation de cocktails ? On a aussi la réponse !

*A glass on a patio with a sea view? Of course. A cosy atmosphere? Nibbles to share? Delectable cocktails? We still have the answer!*

### LE CHAT PERCHÉ Pont-l'Évêque

Déco vintage, ambiance détendue... un peu comme à la maison ! À la fois restaurant et salon de thé, voilà un joyeux cadre pour déguster les mets salés et sucrés préparés avec amour par Camille et Valentin à base de produits locaux, bio et équitables. Quel plaisir de savourer dans la campagne normande une *ginger beer* ou un verre de lait fermier, de goûter au carrot cake, aux scones ou au cake... à la bière Guinness ! [lechatperche-pub.com](http://lechatperche-pub.com)

*In a relaxed vintage-style decor, you'll feel quite at home in this restaurant and tearoom, over some familiar sweet and savoury delights made from local, organic and equitable produce.*

### LA RÉCUP' Saint-Omer

Situé dans les hauteurs de Suisse Normande, au pied des décollages de parapentes et des chemins de randonnée, ce bar à l'esprit guinguette jouit d'une grande terrasse et accueille des apéros concerts l'été. De quoi y tester jus de pommes, bières et cidres locaux, déguster des petits plats ou des planches charcuterie-fromage ou végétarienne. [barlarecup.com](http://barlarecup.com)

*On the Suisse Normande heights, by the paragliding base and hiking routes, relish in some local beverages and meat, cheese or veggie platters to share on the patio - concerts in the summer!*

### LE DÉBARCADÈRE Grandcamp-Maisy

Le front de mer ne peut pas être plus près, et l'ambiance s'en ressent forcément. Ce bar, aussi barbecue l'été, mise sur la simplicité et la

qualité, en proposant de la petite restauration locale. La spécialité du patron ? La saucisse grillée ! [02 31 22 60 14](http://0231226014)

*You can almost dip your toes in the sea here! This bar-cum-summer barbecue is simplicity personified, offering quality local catering. The chef's special - grilled sausages!*

### AU PÈRE TRANQUILLE Bernières-sur-Mer

C'est un établissement qui sort de l'ordinaire : une cabane de plage devenue paillette restaurant ! Dans une ambiance végétale chic et chaleureuse imaginée par deux amis, on vient profiter de la vue sur mer et de la jolie carte, concoctée à partir de produits frais et de saison : cuisine italienne, tapas, poulpe grillé... [auperetranquilleplage.fr](http://auperetranquilleplage.fr)

*Here's quite an original eating and drinking haunt - a beach cabin transformed into a restaurant. Fresh seasonal produce, Italian dishes, tapas... all in a stylish seafront setting.*

### SCANDALE Caen

Nouveau bar du centre-ville de Caen, Scandale fait son petit effet. Ce bar à manger cosy mixe par exemple une quinzaine de cocktails, et propose d'alléchants plats à picorer : patatas, fish and chips, pizza merguez de chez Marcel, la boucherie locale de référence... Et puis, il y a une terrasse à l'étage ! [Scandale](http://Scandale)

*A new bar in the town centre offering nibbles and cocktails, fish and chips, pizzas and meats sourced from the local butcher's. A cosy atmosphere and even an upstairs terrace await you!*



© Studio 911 / Normandie Attractifs

### AUX 3 GOURMANDS DU CHÂTEAU Saint-Germain-de-Livet

C'est face à l'étonnant château de Saint-Germain-de-Livet que vous accueille cette adresse paisible et entourée de verdure. Sur fond de musique classique, choisissez votre salon pour y déguster une crêpe sarrasin à la myrtille, de la glace maison, avec un thé gourmand ou une bolée de cidre ! [aux3gourmandsduchateau.fr](http://aux3gourmandsduchateau.fr)

*Standing opposite the stunning castle, this peaceful haven offers a selection of sweet pancakes, home-made ices, teas, cider, all to the gentle sound of classical music!*

### ÔYAT Colleville-Montgomery

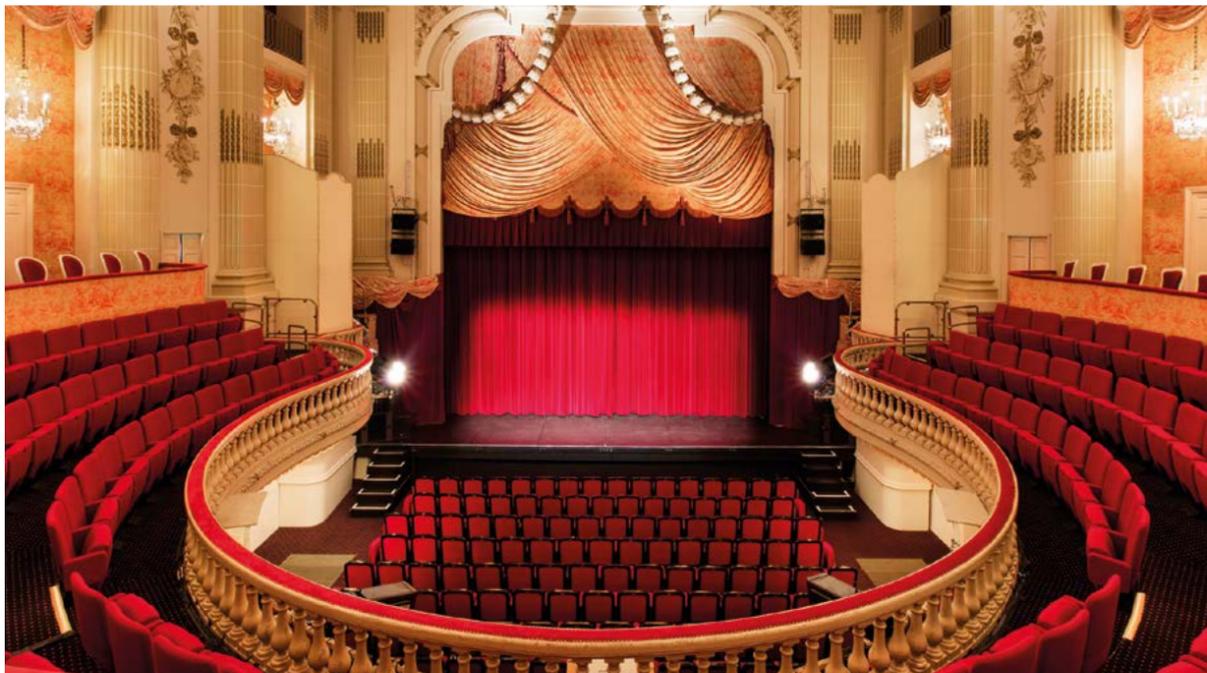
Face à la plage de Sword Beach, cette brasserie moderne et élégante s'inspire de la mer, mais lorgne aussi sur les produits de la terre. Ses spécialités parleront aux amateurs du terroir : rillettes de cochon, terrine de poissons, escargots du Pré d'Auge... Une cuisine originale et savoureuse. [oyat-colleville.com](http://oyat-colleville.com)

*Opposite historic Sword Beach, this modern and elegant tavern seeks inspiration from both coast and country over original and flavoursome cuisine: potted pork, fish terrine, snails... why not!*

### LES FRANCISCAINES Deauville

Autrefois habité par la congrégation de sœurs Franciscaines, ce site exceptionnel du patrimoine deauvillais ouvre aujourd'hui ses portes au plus grand nombre. À la fois musée, salle de spectacle, espace d'exposition ou médiathèque, le lieu compte aussi un réfectoire où profiter d'un verre et d'un repas dans un cadre pour le moins atypique. [lesfranciscaines.fr](http://lesfranciscaines.fr)

*A former convent, this exceptional jewel of architectural heritage is now open to all. A museum, venue, exhibition hall and media library, but also an atypical place to eat and drink.*



Théâtre à l'italienne - Casino de Deauville

### SUR UN ROOFTOP AVEC VUE SUR MER

#### Luc-sur-Mer

Depuis le toit-terrasse du restaurant L'inéLucTable, installez-vous dans un fauteuil vert olive et profitez de la vue et de la fin de journée ! Sinon, le restaurant Maison Mer, juste à côté et tenu par les mêmes propriétaires, est un autre cadre parfait pour savourer un bon plateau de fruits de mer.

[L'inéLucTable](#)  
[Maison Mer](#)

**A ROOFTOP WITH SEA VIEWS** In Luc-sur-Mer, choose between a comfy armchair with a view on the rooftop at L'inéLucTable, or a seafood platter within the perfect setting of Maison Mer, next door.

### AU CASINO

#### Deauville

Le casino Barrière a de quoi rendre le moment inoubliable. Bien sûr, il y a ses salles de jeux, ses bars et restaurants au décor chatoyant... Il y a aussi les spectacles de son théâtre à l'italienne de 200 places, inspiré du Petit Trianon de Venise ! [casinosbarriere.com](#)

**AT THE CASINO** Harvest some unforgettable holiday memories in the gaming rooms, bars and restaurants of the Barrière Casino. Alternatively, head for its 200-seat Italian theatre, of venetian inspiration!

### EN CONCERT

#### Caen

Vous trouverez bien de quoi satisfaire vos goûts ! À Caen, la salle de musiques actuelles Le Cargô propose une programmation éclectique : rap, pop, électro... Pour le rock, il faut aller au Portobello, où des artistes revisitent les hits des décennies passées. Et à Hérouville, pas loin, le Big Band Café met la chanson française et la scène indépendante à l'honneur.

[lecargo.fr](#)  
[portobellorockclub.fr](#)  
[bigbandcafe.com](#)

**AT A CONCERT** In Caen, choose from the eclectic programme of rap, pop or electro at the Cargô, revamped rock legends at the Portobello, or a selection of French and independent artists at the Big Band Café in Hérouville.

### SUR LES TERRASSES DU MARCHÉ AUX POISSONS

#### Trouville-sur-Mer

Dans un cadre pittoresque de colombages et de briques, parcourez les étals des poissonniers et installez-vous juste en face pour déguster sur les tables hautes leurs meilleurs trésors pêchés ici-même... Vous pourrez revenir : c'est ouvert tous les jours !

**AT THE FISH MARKET** Amidst a charming backdrop of half-timbering and red bricks, tour the copiously adorned fish stalls then take to one of the bar tables to enjoy a taste of the catch, today and every day!



Pont-d'Ouilley

### EN PIQUE-NIQUE LE LONG DE LA VÉLO FRANCETTE

Entre mer, rivière et campagne normande, la Vélo Francette sillonne le département du nord au sud. Les coins de pique-nique n'y manquent pas. Faites par exemple une escale au kilomètre 75, dans le village pittoresque de Pont-d'Ouilley, en Suisse Normande. Paysage verdoyant, gorges de granit sculptées, et l'Orne qui vous invite au repos. [lavelofrancette.com](#)

**OVER A PICNIC ON THE VÉLO FRANCETTE** This cycling itinerary offers many a picnic spot, from coast to country, from river to gorge, from north to south, via picturesque Pont-d'Ouilley and the River Orne.

### UN COUCHER DE SOLEIL EN BORD DE MER

Rendez-vous entre Houlgate et Villers-sur-Mer, sur les falaises des Vaches Noires ou à la Pointe du Siège de Ouistreham. À la pointe de Cabourg, le spectacle s'admire avec, derrière vous, le début des collines du Pays d'Auge. À Deauville, ce sera depuis les célèbres Planches, les yeux rivés sur la mer.

**FOR A SEAFRONT SUNSET** Whether you choose Houlgate and Villers-sur-Mer, by the Black Cow Cliffs, the Pointe du Siège sandbank in Ouistreham, romantic Cabourg or the Deauville boardwalk, our sunsets are always stunning.

### AU VALHALLA

#### Ifs

Cette taverne nordique vous initie au lancer de haches, de couteaux ou autres armes blanches... Pas de panique, ici l'ambiance est bon enfant ! Planche de charcuteries et de fromages, camembert rôti ou saucissons pour refaire le plein d'énergie et caves à bières et à vins pour célébrer sa victoire... [levalhalla.fr](#)

**AT THE VALHALLA** This Nordic tavern proposes a truly wacky activity - axe, knife and blade throwing! All in a perfectly safe and fun atmosphere, with meat and cheese platters, comforting snacks, beers and wines to share.

### DANS UN ESCAPE GAME

À Bayeux, suivez les pas de Guillaume le Conquérant ou d'un groupe de résistants avec la Bulle Temporelle. À Caen, chez Atome Game, tentez d'échapper à une partie de poker qui a mal tourné, ou aux pièges d'un labo oublié... [labullemtemporelle-escape.fr](#)  
[atome-game-escape-caen.fr](#)

**OVER AN ESCAPE GAME** In Bayeux, William the Conqueror or French Resistance style with La Bulle Temporelle. In Caen, over a bad trip poker match or in a forgotten laboratory with Atome Game.



© Aurone Boniale / Caramels d'Isigny

**DES CAMELS**

À Isigny-sur-Mer, la production de beurre et de crème est une institution. Emblématique du territoire normand et labellisé AOP, le beurre y est fabriqué à partir du lait entier des vaches nourries aux pâturages généreux situés entre terre et mer. Fabriqués à partir de ce lait, de beurre et de crème Isigny AOP, les caramels sont réputés au niveau mondial pour leur authenticité et leur tendreté. Et disposent de leur propre boutique, un vrai paradis pour les gourmands. [caramels-isigny.com](http://caramels-isigny.com)

**CAMELS** From Isigny-sur-Mer of course, where PDO butter and cream made from the fresh milk of our Normande cows, who graze in our fine pastures, are an institution. You can buy them at the boutique.

**DU VIN (OUI !)**

C'est avec passion que l'ingénieur agronome devenu vigneron Étienne Fournet a pris la suite des Arpents du Soleil, vignoble situé à Saint-Pierre-sur-Dives. Ici, au cœur d'un microclimat chaud et sec, sur un coteau orienté sud et un sol riche, poussent les précieuses grappes qui font de ce domaine un vignoble réputé en Normandie. [arpents-du-soleil.com](http://arpents-du-soleil.com)

**WINE (REALLY!)** Etienne Fournet is the passionate wine grower behind Normandy's only vineyard, Les Arpents du Soleil, in Saint-Pierre-sur-Dives, on a south-facing slope, with a rich soil and benefitting from a warm, dry microclimate.

**DES MADELEINES**

Du bon beurre d'Isigny AOP, des ingrédients largement locaux et beaucoup d'amour... C'est l'histoire de la biscuiterie Jeannette créée en 1850, anciennement biscuiterie Mollier puis biscuiterie moderne du Calvados. Valeur sûre de l'enseigne, sa madeleine aux ingrédients 100% naturels et au moelleux sans pareil se décline sous toutes les coutures : citron, framboise, rhum/amande, calvados... [jeannette1850.com](http://jeannette1850.com)

**MADELEINES** Since 1850, Jeannette's moist madeleine cakelets have been made from 100% natural ingredients, including Isigny CDO butter, and lots of love. They now come in different flavours: lemon, raspberry, rum-almond, calvados, etc.

**DE LA TEURGOULE**

Du riz et du lait, une pointe de cannelle et une looongue cuisson au four, en terrine... Voilà : c'est ça, la teurgoule! Spécialité normande s'il en est, ce dessert incontournable viendrait de l'expression "se tordre la goule" (la tête)... Mangée trop chaude à s'en tordre la tête ou bien est-ce le goût déroutant de la cannelle? En tous les cas, sa notoriété est telle qu'elle dispose de sa propre confrérie, qui organise chaque année le concours de la meilleure teurgoule! **Dans toutes les bonnes crèmeries et sur les marchés.**

**TEURGOULE** Slow-baked creamed rice with a hint of cinnamon, teurgoule is one of Normandy's typical desserts, with its own society awarding a yearly prize for the best recipe!



© Aurone Boniale / Biscuiterie Jeannette

**LA SUISSE GOURMANDE Clécy**

Une épicerie fine et authentique, où les produits artisanaux et locaux sont mis à l'honneur. Sillonnez les étals blancs et boisés de la boutique pour un avant-goût de la gastronomie de Suisse Normande, des fromages et de la charcuterie, des bières de la brasserie voisine de La Lie ou du cidre de la Loterie à déguster au soleil, en terrasse! [lasuissegourmande.com](http://lasuissegourmande.com)

An authentic delicatessen offering pride of place to local produce, from cheeses and cooked meats via Brasserie de la Lie craft beers and Loterie farm cider to enjoy on the patio!

**AU COMPTOIR DES SAVEURS Bayeux**

En plein cœur de ville, cette épicerie fine aux airs de boutiques d'antan regorge de spécialités normandes, sucrées et salées : caramels d'Isigny AOP, chocolats maison, sablés d'Asnelles, gelée de cidre ou calvados, poiré, cidre... Un peu de chaque? Vous pourrez également composer votre panier garni au gré de vos envies. **Au Comptoir des Saveurs - Bayeux**

Compose your own hamper in this old-style town centre delicatessen abounding with Normandy's specialities: Isigny PDO caramels, home-made chocolates, Asnelles biscuits, cider, calvados, perry, etc.

**SAVEUR D'AUGE Pont-l'Évêque**

Amoureux des terrines et du terroir, vous êtes au bon endroit! Boudin de campagne à tartiner, terrine de volaille à la bière blonde ou brune, foies gras maison, confits d'oie et de canard au sel de Guérande, dont beaucoup fabriqués sur place! Tout ça, à deux pas de l'autoroute qui relie Caen à Paris. [saveurauge.com](http://saveurauge.com)

Delicious country terrines: black pudding, poultry, foie gras, duck and goose confit, many prepared on site! The boutique offers a vast choice of local sweet and savoury delights.

**BOUTIQUE GRIBOUILLE Honfleur**

Ancienne brocante, cette boutique rappelle à l'envi les échoppes d'autrefois: la table de boucher propose les calvados, l'ancienne glacière les cidres, la grille de boulanger, les jus de pommes... N'oubliez pas de lever la tête pour admirer la collection des 400 batteurs de cuisine suspendus au plafond! [gribouillehonfleur.com](http://gribouillehonfleur.com)

A host of local culinary treasures await you in this atypical boutique, including calvados, cider, apple juice. Admire the collection of 400 pots and pans hanging from the ceiling!

Oubliez la nuit à la belle étoile dans un duvet. On a trouvé des adresses où confort et nature se marient très bien !

*Forget about lying on the ground with a simple duvet - we've found some places where nature rhymes with comfort!*

**LA MAISON VILLENEUVE**  
**Donnay**

Du bois, du blanc, un toit tendu vers le ciel... et la nature à perte de vue. Ici tout a été étudié pour un dépaysement total. Les lodges au design bien pensé sont spacieux et épurés. Les terrasses ont une vue imprenable sur le jardin, le jacuzzi tient ses promesses de bains nordiques... Déconnexion assurée à 30 km de Caen ! [maisonvilleneuve.fr](http://maisonvilleneuve.fr)

*The simplicity of wood, white and nature as far as the eye can see. Everything is designed with your respite in mind: spacious yet simple lodges, terrace with a view and jacuzzi, just 30km from Caen!*

**DOMAINE DE LA FAUVRIÈRE**  
**Sainte-Honorine-de-Ducy**

Jeanne, Colette, Honorine... Les noms des chambres d'hôtes de cette maison bourgeoise du XIX<sup>e</sup> siècle de schiste et d'ardoise sonnent comme une invitation à la quiétude. En option, le jacuzzi, le panier pique-nique local, ou les massages. Et si l'envie de nature est plus forte encore, le domaine propose des lodges en bois et spas nordiques dans sa prairie ! [domainedelafauvriere.fr](http://domainedelafauvriere.fr)

*Charming guest rooms in a 19th-century manor made of shale and slate amidst a haven of tranquillity. Optional jacuzzi, picnic hamper and massages. And why not try the timber lodges and Nordic tubs in the meadow?!*

**LE PRÉ DES COLOMBIERS**  
**Tordouet-Valorbiquet**

Dans le pré en question se côtoient des maisons de charme aux noms évocateurs : "la Bouillierie", "l'Écurie", "le Lodge"... En plein cœur du Pays

d'Auge, ces maisons de village devenues gîtes ont le charme d'un passé préservé conjugué au confort d'aujourd'hui. Le spa et un moment au coin du feu finiront de vous convaincre. [lepredescolombiers.fr](http://lepredescolombiers.fr)

*The field in question - in the heart of the Pays d'Auge - is home to evocatively named dwellings. Once village houses, they are now self-catering holiday homes offering a medley of traditional charm and modern comfort.*

**CAMPING SOUS LES ÉTOILES**  
**Saint-Martin-des-Besaces**

Ancienne ferme, ce terrain de camping a été repensé en une cinquantaine d'espaces pour tentes et caravaning. Au milieu des pommiers, vous pourrez découvrir la ferme des chaleureux Steve et Dawn. Le bar rénové a gardé son esprit de grange normande, de même que la salle de jeux avec ses poutres apparentes. [sous-les-etoiles.camp](http://sous-les-etoiles.camp)

*This campsite, located within a former farmstead, offers fifty pitches for tents and caravans amidst the apple trees of Steve and Dawn's farm, where the timber-beamed bar is reminiscent of a typical local barn.*

**JARDINS DE LA THILLAYE**  
**Saint-Étienne-la-Thillaye**

Dans cette micro-ferme de maraîchage bio, on cultive les légumes avec amour, porté par les principes de permaculture. Au milieu des champs et chevaux, le lieu dispose également d'une tiny-house. Tout en sobriété, la petite cabane sera votre havre de paix bucolique avant d'aller prendre l'apéro dans les champs. [parceltinyhouse.com](http://parceltinyhouse.com)

*This small organic market garden lovingly grows its vegetables on a permaculture model. The tiny house stands in the*

*midst of the fields and the horses, offering a calm and bucolic nest.*

**LA FERME DES ÉPIS**  
**Ouffières**

En pleine Suisse Normande, cette région verte et vallonnée, la Ferme des Épis dispose de plusieurs hébergements insolites : ici un village de yourtes mongoles typiques au mobilier coloré, là des roulottes, ou encore des chalets spacieux ou plus confidentiels. L'établissement dispose d'autres surprises, comme un espace bien-être équipé d'un jacuzzi et d'un sauna infrarouge. [lafermedesepis.com](http://lafermedesepis.com)

*In the verdant and rugged landscapes of Suisse Normande, the farm offers a choice of original accommodation options: Mongolian yurts, gypsy caravans, spacious chalets, together with a well-being area with jacuzzi and sauna.*

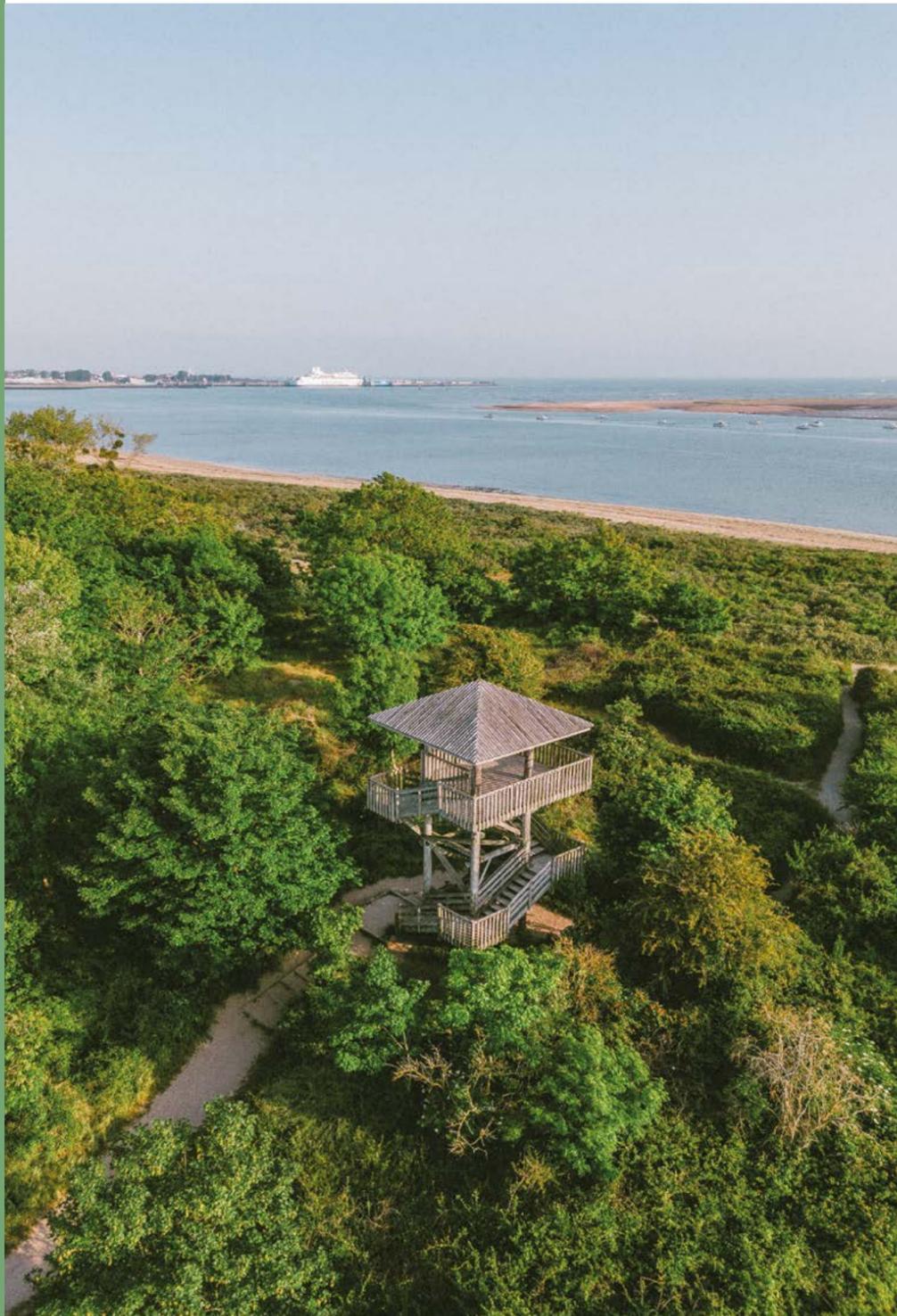
**HÉBERGEMENTS AU ZOO DE CERZA**  
**Hermival-les-Vaux**

Au parc animalier de Cerza, il faut voir ces résidences de vacances inspirées par les logements des réserves naturelles africaines ! Plutôt tente safari avec les rhinocéros ou "zooservatoires" et vue sur les singes siamangs ? Les lodges avec vue sur le lac des pélicans ou la plaine asiatique sont d'autres options qui ne peuvent que combler vos envies d'ailleurs. [cerzasafarilodge.com](http://cerzasafarilodge.com)

*From a safari tent by the rhinoceroses to a 'zooservatory' in the company of the siamang monkeys, via a lodge with a view over the pelican lake, the Cerza Zoological Park is sure to fulfill your wildest holiday dreams!*



Zoo de Cerza - Hermival-les-Vaux



Tour d'observation - Pointe du Siège

© Quentin Laton

## LA POINTE DU SIÈGE Ouisseham

C'est le plus grand site naturel protégé du Calvados ! 350 hectares en plein milieu de la baie de l'Orne, qui tourne tout autour de cette langue de terre et de sable. Et au bout de la balade, une tour d'observation offre une vue très nature, à 360°. Emportez vos jumelles : une vingtaine de phoques veaux-marins sont présents dans les environs toute l'année ! [caenlamer-tourisme.fr](http://caenlamer-tourisme.fr)

*With 350 hectares around a vast sandbank in the Orne Bay, it is the largest protected natural site in Calvados! An observation tower offers you 360° views, so don't forget your binoculars if you want to spot a seal or two!*

## LA FORÊT DOMANIALE Campandré-Valcongrain

Un petit air de montagne au cœur de la Suisse Normande. De nombreux cours d'eau, des chemins creux et tout un tas de sentiers balisés. Avec ça, plusieurs sites d'intérêt historique : ici, une butte romaine, là une stèle à la mémoire d'un soldat français crashé en 1944. [paysdevire-normandie-tourisme.fr](http://paysdevire-normandie-tourisme.fr)

*From waterways to hollow paths, this rugged route would almost make you think you're in a mountainous area. Don't miss the Roman mound and the stèle in memory of a French soldier who crashed here in 1944.*

## LES COSTILS D'AUNES Thury-Harcourt

En vieux français, le "costil" est la pente raide d'une colline. Mais ceux-ci sont propices à la balade en famille : depuis l'ancienne gare de Thury-Harcourt, ils assurent 10 kilomètres de rando en guise de bain de nature ! Sur votre passage, ne manquez

pas le Château d'Harcourt ni le Manoir de Breuil, à Croisilles. [suisse-normande-tourisme.com](http://suisse-normande-tourisme.com)

*In old French, a 'costil' is the steep side of a hill. But these slopes are perfectly adapted for a 10km family stroll from the old station in Thury-Harcourt. Along your way, admire the Château d'Harcourt and the Manoir de Breuil.*

## DU VERT EN BORD DE MER Omaha Beach

Le nom de cette plage a voyagé autour du monde. C'est aussi celui de l'espace naturel sensible voisin, entre Colleville-sur-Mer et Saint-Laurent-sur-Mer, le deuxième plus grand ensemble dunaire du Calvados. Une fenêtre verte sur le littoral, assez confidentielle, à découvrir à pied ou à vélo. [calvados.fr](http://calvados.fr)

*Renowned the world over, Omaha also borders a sensitive natural area, from Colleville-sur-Mer to Saint-Laurent-sur-Mer, the second-largest dunes in Calvados. Discover this lesser-known itinerary on foot or by bike.*

## LE BOIS DU BREUIL Pennedepie

95 mètres d'altitude, ça ne paraît pas grand chose. Et pourtant, quels points de vue sur la baie de Seine ! Le Bois du Breuil est un promontoire naturel, entouré de pentes abruptes, et habité par de nombreuses espèces de faune et de flore. Au printemps, il faut admirer les rhododendrons en fleur ! [ot-honfleur.fr](http://ot-honfleur.fr)

*An altitude of 95 metres doesn't sound very high, yet it does offer spectacular views over the Seine Bay! The Breuil Woods stand in a natural promontory surrounded by steep slopes and home to a wealth of fauna and flora!*

## LES MARAIS Graye-sur-Mer

Là aussi, vous serez bien tranquilles pour crier votre enthousiasme sans retenue. À deux pas de la plage, le marais de Graye-sur-Mer vous invite à admirer ses roselières et sa faune protégée : une centaine d'espèces d'oiseaux y ont été recensées, parmi lesquelles le butor étoilé ou le phragmite des joncs... si ça vous parle ! [conservatoire-du-littoral.fr](http://conservatoire-du-littoral.fr)

*Here's another route where you can scream your enthusiasm without disturbing a soul! A short walk from the beach, these marshes are home to reed beds and 100 bird species, including great bitterns and sedge warblers!*

## LES CASCADES DU PONT-ÈS-RETOURS Vire-Normandie

Dans ce petit sous-bois où la Vire vient se cogner aux rochers, la faune et la flore s'en donnent à cœur joie. Des véliés, des gerris, des écrevisses à pattes blanches s'épanouissent dans une nature luxuriante propice à la découverte et à la flânerie. [paysdevire-normandie-tourisme.fr](http://paysdevire-normandie-tourisme.fr)



Cascades - Pont-ès-Retours

© O.Chenak

*Amidst this undergrowth, where the River Vire meanders through the rocks, fauna and flora abound, water crickets, gerris and white-clawed crayfish thriving in this luxuriant environment propitious to curious rambling.*

## LA SOURCE DE L'ORBICQUET La Folletière-Abenon

Sur les traces d'un ancien lavoir, d'un pressoir restauré et d'un moulin, entre pâturages et pommiers, voilà une immersion dans ce que la nature normande a de plus authentique et bucolique. Située à six kilomètres d'Orbec, la source à haut débit de l'Orbiquet est le point de départ de nombreuses balades. [authenticnormandy.fr](http://authenticnormandy.fr)

*From pastures to orchards, via an old wash house, a restored cider press and a mill, what more bucolic and typically Norman setting could you hope for? Just 6km from Orbec, the source is the departure point of many walking routes.*

Une image vaut mille mots, dit-on. Mais en attendant de voir l'image en vrai, voilà quelques mots en aperçu.

*They say a picture is worth 1,000 words. But here are a few words to put you in the picture.*



© Vincent Rastuel

### **Le Cap Manvieux à Arromanches**

Un angle original sur les vestiges du port artificiel d'Arromanches. Vous êtes entre la mer et les moutons, à 49 mètres au-dessus du rivage. Pour prolonger le regard sur la mer, vous pouvez emprunter les chemins pour redescendre à vélo ou à pied vers Arromanches, ou rejoindre de l'autre côté la batterie allemande de Longues-sur-Mer, à cinq kilomètres de là.

*See the vestiges of the artificial harbour from an original angle, 49 metres above the shore. Pathways take you, on foot or by bike, down to Arromanches, or further afield, to the Longues-sur-Mer artillery battery, just 5km away.*

### **Les Rochers des Parcs à Clécy**

Direction un des sites emblématiques de la Suisse Normande : les Rochers des Parcs, à 40 km au sud de Caen. L'accès au site se fait depuis le parking situé sous le viaduc, au Vey. Le sentier vous conduit au-dessus des falaises, haut-lieu normand d'escalade.

*Head for one of the most emblematic sites of the picturesque Suisse Normande area, 40km south of Caen. The site is accessible via the car park under the viaduct in Le Vey and a path takes you under these cliffs, so popular among climbing enthusiasts.*

### **Autour du lac de la Dathée**

Rendez-vous à Saint-Manvieu-Bocage pour cette balade jusqu'aux balcons de la Dathée. Le lac du même nom est toujours quelque part en contrebas. Depuis la table d'orientation de La Haye, une de vos étapes, le panorama donne une bonne idée de ce qu'on appelle ici le bocage virois.

*Set off from Saint-Manvieu-Bocage over a walk up to the Dathée balconies overlooking the eponymous lake. The La Haye viewpoint indicator offers an insight into the typical hedgerowed landscapes of what we call the Vire bocage.*

### **Les belvédères de Deauville**

Deauville, un musée à ciel ouvert ? La station balnéaire peut en tout cas se vanter d'une grande diversité architecturale ! Faites-vous votre idée sur la presqu'île, du côté du quai de l'Impératrice Eugénie. Devant vous, 170 marches à grimper (il y a aussi un ascenseur) pour atteindre le sommet du belvédère, et une vue imprenable sur la ville et sa voisine Trouville-sur-Mer.

*The famed resort of Deauville is an open-air museum with a diversity of architectural heritage! On Quai de l'Impératrice Eugénie, 170 steps (or the lift!) take you to the top of the belvedere tower, offering unrestricted views over the town's little sister, Trouville-sur-Mer.*

### **Port-en-Bessin**

Ce petit village de pêcheurs a un sacré charme ! Et de l'allure, en plus, avec son port si pittoresque. Observez-le de l'ouest, en rejoignant au bout du golf voisin le bunker WN57, qui surplombe les maisons de pierre. De l'autre côté du village, visez la Tour Vauban pour gravir le Mont Castel et embrasser la vue, qui va de la presqu'île du Cotentin jusqu'au Havre ! Attention, le sentier du littoral est interdit au public par sécurité : il faut donc prendre par le chemin de l'Artillerie, au bout de la rue René Hommet.

*Observe the port and stone houses of this delightful fishing village from the West, via bunker Wn.57 on the golf course. Or head for the Vauban Tower and Mont Castel and marvel at the views as far as the Cotentin Peninsula and Le Havre! N.B.: Coastal path closed to walkers.*

Présenter tous les plus beaux villages du Calvados en deux pages ?! Impossible ! Mais s'il faut choisir, en voilà quelques-uns qui vous taperont dans l'œil.

*How could we possibly tell you of all the beautiful villages of Calvados in just two pages?! Here are just a few carefully selected examples.*



© Marie-Anne Thierry / CRT Normandie

### Beaumont-en-Auge

Tout le charme du Pays d'Auge ! Il fait bon flâner dans le (tout) petit centre du village de Beaumont-en-Auge, plein de maisons colorées à colombages et de boutiques coquettes. Idéal pour un petit café, un petit resto, et une vue dégagée sur la vallée de la Touques, depuis le promontoire, et jusqu'à la mer quand il fait beau.

*Immerse yourself in all the charm of the Pays d'Auge as you stroll through the village centre with its colourful half-timbered houses and pretty stores. The perfect stopover for a coffee or a meal, as you contemplate the views over the Touques Valley, as far as the sea.*

### Clécy

Entouré de massifs rocheux et contourné par l'Orne, Clécy est un site de référence pour de nombreux sports de pleine nature : canoë, via ferrata, parapente, escalade... C'est aussi un joli village en pierre labellisé "Village de caractère du Calvados", à la joyeuse ambiance presque montagnarde, qui inspire autant les artistes que les amateurs de spécialités du terroir.

*Surrounded by the rugged terrain shaped by the River Orne, Clécy is a must for outdoor sports enthusiasts: canoeing, via ferrata, paragliding, climbing, etc. It's also a very pretty and characterful village, offering a choice of local country fare.*

### Orbec

Plus discrète que beaucoup de ses concurrentes de cette sélection, la cité médiévale d'Orbec se découvre tout au sud-est du Calvados, en plein Pays d'Auge.

Beaumont-en-Auge



Orbec

Elle vaut la peine, avec ses maisons à pans de bois, ses ruelles pavées, ses hôtels particuliers. Et donne un bon point de départ à vos randonnées autour de la vallée de l'Orbiquet et tout son patrimoine : manoirs, haras, églises de campagne, lavoirs...

*The shy medieval town of Orbec nestles in south-eastern Calvados, in the heart of the Pays d'Auge. Admire its typical half-timbering, cobbled streets and private mansions, or enjoy a walk through the Orbiquet Valley, via manors, stud farms, country churches and wash houses.*

### Reviers

C'est au soleil qu'il faut visiter Reviers ! Selon la lumière et la saison, ses maisons, lavoirs et moulins en pierre calcaire de Creully se parent du blanc crème au blond ocré. Au confluent de deux rivières, ce village fleuri, aux portes du Bessin, est aussi un bon repère pour observer en hiver le phénomène des "marais blancs" : quand les rivières débordent de leur lit et transforment les champs alentours en un grand lac...

*At the confluence of two rivers, this floral Bessin village is best appreciated on a sunny day, when its delicate Creully stone buildings illuminate the landscape. In winter, the surrounding 'white marshes' offer a stunning spectacle.*

### Villerville

Cet ancien village de pêcheurs a de fameuses voisines. À l'ouest, les célèbres jumelles Deauville et Trouville. À l'est, rien de moins que la splendide Honfleur... Mais Villerville a aussi une ambiance hors du temps qui lui est propre, avec ses rues étroites, ses maisons colorées et sa plage de quatre kilomètres bordée de sites naturels. De quoi inspirer au fil des ans de nombreux artistes, comme le cinéaste Henri Verneuil, dont le film *Un singe en hiver*, avec Jean-Paul Belmondo et Jean Gabin, a laissé des traces.

*Tucked between Deauville/Trouville to the west and Honfleur to the east, this former fishermen's village, with its narrow streets, colourful houses and 4km of beaches of geological interest has inspired artists over the decades.*



Bourg de Villerville

**5 scénarios pour vous amuser en famille.  
L'acteur de ces Étonnants patrimoines, c'est vous !**

*Five surprising themes for the whole family. Play the leading role in our 'Astonishing Heritage' tours!*

**Explorer le sous-sol  
au Molay-Littry**

Vous voilà transportés à l'ère de *Germinal* aux côtés de Noémie, la guide. Tout commence par une retrouvaille, celle du chapeau en cuir bouilli que Pierrot, son aïeul de 13 ans, portait... quand il travaillait à la mine de Littry, en 1850 ! Comme lui, une centaine d'enfants, payés moins cher qu'un adulte, descendaient dans les anciens puits de charbon. Avant de rentrer dans le musée, vous devrez palper du charbon, humer des odeurs, apprendre le fonctionnement de la machine à vapeur...

**EXPLORE MOLAY-LITTRY'S UNDERGROUND TREASURES** Your guide Noémie takes you back to 1850. Follow the story of Pierrot, who, like hundreds of other children - less costly than adults - worked in the coal mine. Along your way, you can handle and smell the coal, and discover how the steam machine worked.

**Sauver un tournage au  
Prieuré Saint-Gabriel-Brécy**

Qui peut sauver le film *Les filles du Moyen Âge* ? Vous peut-être ! Ce chef-d'œuvre est bientôt présenté dans un festival, mais la pellicule a été partiellement endommagée. Respectez les consignes du producteur pour prendre part à un nouveau tournage et restaurer la bande ! Vous allez devoir repérer des lieux et décrocher les informations dont il a besoin, en un temps limité. Une visite pas comme les autres qui devrait vous laisser des souvenirs.

**SAVE THE FILM SET AT THE SAINT-GABRIEL-BRÉCY PRIORY** Who can save 'The Medieval Girls' film? Perhaps you can! To help the producer repair his film track, so it can take part in a forthcoming festival, explore the site in search of all the clues. Your time is limited!

**Vivre la forêt pendant  
la guerre à Cerisy**

Plongez dans les souvenirs de Jean, fils de garde-forestier en 1944. C'est lui qui vous raconte son histoire dans la grande Histoire, dont la forêt de Cerisy porte aujourd'hui encore les traces. Une balade de deux heures dans un espace naturel de plus de 2 000 hectares.

**RELIVE CERISY FOREST IN TIMES OF WAR** The forest ranger's son relates his memories of 1944, over a 2-hour walking tour through this 2,000-hectare natural site that still bears the marks of combat.

**Étonnants patrimoines**

Des villages pittoresques, des lieux historiques, des châteaux habités... Découvrez le patrimoine autrement, grâce à des visites ludiques où tous les sens sont sollicités... Adaptées aux familles, ces visites guidées ou en autonomie permettent de découvrir le patrimoine autrement.

**Découvrez toutes les dates sur**  
[lesetonnantspatrimoines.fr](http://lesetonnantspatrimoines.fr)

*From picturesque villages to historic sites and inhabited castles, a wealth of heritage for the whole family to enjoy over recreational tours.*

**Reconstituer une bande-son  
médiévale au château  
de Colombières**

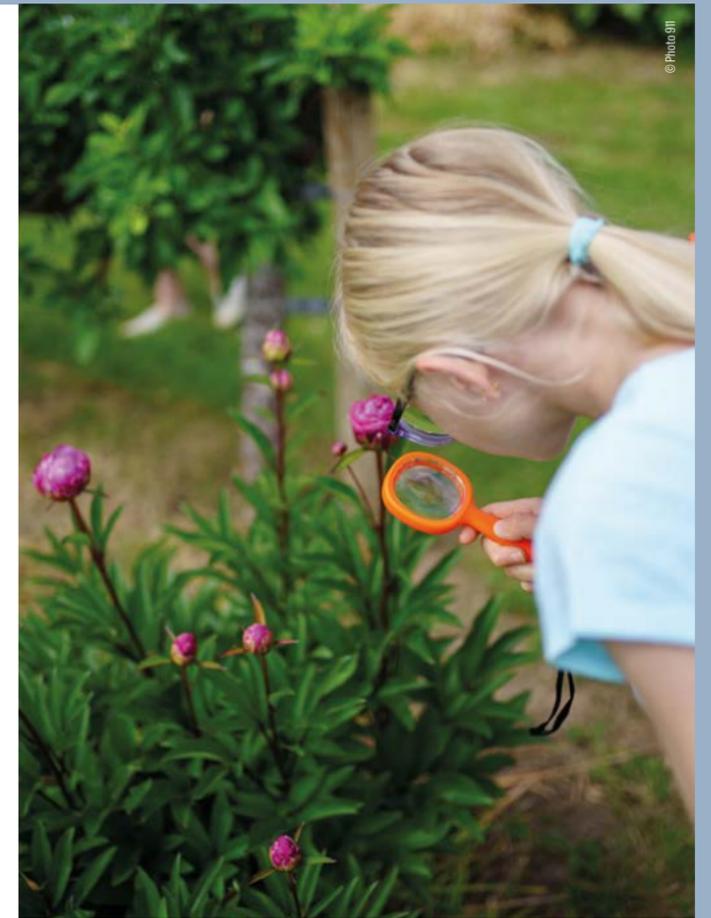
Il y a dix ans, une équipe d'ingénieurs du son se rendait au château de Colombières pour réaliser la bande originale d'un film fantastique sur le Moyen Âge. Malheur ! Elle a été égarée. Guidé par Claire de Maupéou, la propriétaire des lieux, vous êtes mis à contribution pour la reconstituer en partant à la recherche des sons de l'époque...

**REPRODUCE A MEDIEVAL SOUNDTRACK AT THE CHÂTEAU DE COLOMBIÈRES** Ten years ago, a team of sound engineers lost the soundtrack they were preparing for a film on the Middle Ages. With Clair, the castle owner, help them reproduce it as you search for typical medieval sounds.

**Voir Bayeux dans les yeux  
des enfants des années 40**

Comment vivaient les enfants au quotidien pendant la guerre ? Comment voyaient-ils l'occupant ? Comme les témoins épiques de ces événements, revisitez les endroits les plus emblématiques de cette période à Bayeux, miraculée des bombardements et première ville libérée de France.

**SEE BAYEUX THROUGH THE EYES OF ITS YOUTH** Take a step back in time to the 1940s and experience the war and occupation from a child's viewpoint, over an original tour of France's first liberated town, spared by the bombs.



**Le long des 120 kilomètres du littoral, chacune a son charme, son identité, son histoire. Voici nos plages familiales préférées de cette année.**

*Dotted along our 120km coast, each one has its own charm, personality and history. Here are this year's family favourites.*

### **Bernières-sur-Mer**

Châteaux de sable, baignade, pique-nique et pêche à pied ont ici pignon sur rue ! Autour de la digue de deux kilomètres de long, ponctuée de pittoresques cabines de plage blanches, le littoral dévoile quelques vestiges du Mur de l'Atlantique. Ou cette célèbre Maison des Canadiens, première maison de France libérée le 6 juin 1944. Près de là, le marais du Platon est un espace naturel protégé et lieu de promenade très agréable.

*Sand castles, sea bathing, picnics and shellfish gathering along a 2km promenade scattered with pretty white cabins. A few WWII vestiges of the Atlantic Wall, Maison des Canadiens - the first house liberated in June 1944 - and the natural protected area around the Platon marshes.*

### **Courseulles-sur-Mer**

C'est ici que les alliés canadiens débarquèrent. C'est aujourd'hui un coin apprécié des familles et autres vacanciers, qui photographient volontiers ces petites cabines de plage ou la jetée en bois. Plus de monde en été, bien sûr, et plus d'animations aussi : jeux en bois, club enfant, beach-volley, feu d'artifice... Côté ouest, l'école de voile vous initie au char à voile, au catamaran ou au longe-côte dans un milieu moins aménagé.

*The Canadians landed on this beach on 6 June 1944. It is now popular among holidaymakers, especially families. In the summer, a host of activities await you: games, kid's club, beach volley, fireworks display. Not forgetting sand sailing, catamaran and sea wading at the sailing club.*

### **Merville-Franceville**

Station agréable et familiale, Merville a deux facettes. L'une est sauvage, c'est une vaste plage aux dunes très appréciées les jours de vent, et un non moins grand espace naturel de promenade au milieu des oiseaux. L'autre est vivante, avec un incontournable espace de jeux pour les enfants et des activités nautiques très présentes, notamment le kitesurf. Avec ça, quelques restaurants bienvenus !

*Merville is a pleasant family resort with two personalities: one wild over its vast beach, dunes and natural environment, the other lively offering activities for kids and a range of water sports, including kitesurfing. And of course, a choice of welcome restaurants!*

### **Saint-Aubin-sur-Mer**

On l'appelait à l'époque la "Reine de l'Iode". Saint-Aubin, c'est une digue piétonne de près de deux kilomètres, où s'alignent restaurants avec vue sur mer et jolies villas d'architecture balnéaire. Sur la plage, des poteaux en bois reliés par de grosses cordes témoignent encore de l'époque où très peu de baigneurs nageaient, et pouvaient grâce à elles s'immerger en toute sécurité.

*The 2km seafront promenade is lined with restaurants and pretty typical villas. On the beach, the wooden stakes and ropes remind us of the original sea bathing vogue, when many - unable to swim - could nevertheless safely take a dip.*

### **Trouville-sur-Mer**

Depuis Charles Mozin ou Alexandre Dumas, ses premiers visiteurs, ils sont nombreux à être venus fouler ici la promenade en bois le long de la plage et y admirer les majestueuses villas Belle Époque. Après l'époque des bains de mer, les familles prennent désormais des bains de soleil sur le sable. Côté mer, les surfeurs en devenir ont fait de Trouville leur "spot" de glisse avec des vagues pouvant aller jusqu'à deux mètres de haut.

*Many an illustrious visitor has strolled along this wooden promenade to admire the splendid Belle Époque villas. From sea bathing to sunbathing, the resort has become a top spot for surfers, thanks to waves as high as two metres.*



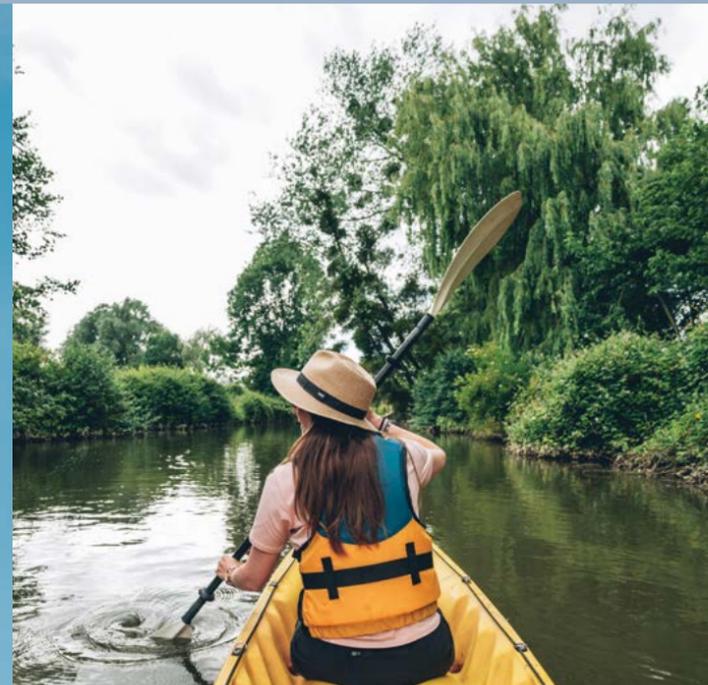
Pour éviter de vous perdre dans les marais et savoir ce qui vous entoure, suivez les guides de nos Balades et randos nautiques !

Follow your guide to make the most of our safe and carefree boat trips and waterside tours!



Lac de la Dathée

© Sacha Soffer



Marais de Neuilly

© Max Coquard - Bestibbers

### Nature et découvertes au lac de la Dathée

Vous êtes arrivés ! Oui, ce petit joyau naturel, à quelques kilomètres de Vire, se mérite. En famille ou avec des amis, c'est la yole qui vous amusera le plus ! Sinon, vous pouvez prendre place dans un canoë-kayak ou sur un stand up paddle pour mieux vous immerger dans cet espace protégé de 43 hectares et mieux connaître quelques-unes des 86 espèces d'oiseaux qui y sont recensées ! Si vous n'aimez pas l'eau, un sentier de six kilomètres permet de faire le tour du lac en deux heures.

[base-loisirs-dathee.com](http://base-loisirs-dathee.com)

**NATURE AND SURPRISES AT THE DATHÉE LAKE** This little corner of nature is a privilege and a well-kept secret. The 43-hectare lake is the perfect spot for families or friends. You can indulge in a yole trip, canoeing, paddle boarding, or a 6km tour of the lake to admire some 86 bird species!

### Balade nocturne en canoë-kayak à Thury-Harcourt

À l'heure où le soleil se couche, partez en petit comité (12 personnes maximum) pour découvrir l'Orne à la tombée de la nuit. Sur une descente de quatre kilomètres, en partie le long du parc du Château de Thury-Harcourt, vous vous laissez guider par le courant, en compagnie d'un moniteur diplômé et passionné de l'histoire de la faune et la flore locale. Une virée pour découvrir les recoins de la Suisse Normande et les richesses de la région d'un point de vue différent. Cette expérience est accessible en juillet et août. Et la réservation se fait en ligne !

[thurypleinair.fr](http://thurypleinair.fr)

**CANOEING-KAYAKING BY NIGHT IN THURY-HARCOURT** Set off in a group of 12 at dusk and paddle your way down 4km of the Orne past the Thury-Harcourt castle and grounds. Your qualified guide is delighted to offer you snippets of history and an insight into local fauna and flora. July-August - book on line!

### Balades et randos nautiques

Des sorties accompagnées en mer ou en rivière, à la découverte de la faune, de la flore ou tout simplement de l'histoire du Calvados. Embarquez à bord d'un voilier, d'un canoë-kayak ou montez dans un char à voile ou sur une planche de stand up paddle pour des sorties accompagnées et vivifiantes.

[baladesurleau.com](http://baladesurleau.com)

**TOURS ON THE WATER** Guided outings by sea or river, to discover the fauna, the flora and the history of Calvados. Aboard a yacht, canoe, kayak, land yacht or even a standup paddle. An invigorating experience for all to enjoy.

### Le canal de Caen et ses secrets

Rendez-vous le mardi, jeudi ou vendredi au domaine de Beauregard, en maillot de bain et baskets ! L'été, c'est d'ici que part en fin d'après-midi votre kayak, direction la presqu'île de Caen. Accompagné d'un moniteur du club Beauregard Sports Nature, vous apprendrez à bien pagayer pour ne pas chavirer, tout en découvrant que ce canal que vous empruntez est une commande de Napoléon, qui souhaitait rejoindre Caen sans devoir tenir compte des marées !

[hcck.fr](http://hcck.fr)

**THE SECRETS OF THE CAEN CANAL** This canal was commissioned by Napoleon to avoid the inconvenience of the tides! On Tuesdays, Thursdays and Fridays, the Beauregard Sports Nature club takes you from the splendid estate over a kayak tour towards Caen's 'presqu'île' quarter.

### Sortie champêtre dans les marais de Neuilly

Pendant un peu plus de deux heures, faites partie des marais ! Depuis Neuilly-la-Forêt, vous longez l'Elle le long d'un parcours de sept kilomètres. À voir sur la route, le château des Evêques, construit au XI<sup>e</sup> siècle par Odon, le demi-frère de Guillaume le Conquérant. À la belle saison, l'office de tourisme propose ici même des sorties kayak, "En pagayant sur l'Elle", uniquement sur réservation.

[isigny-omaha-tourisme.fr](http://isigny-omaha-tourisme.fr)

**A BUCOLIC EVENING IN THE NEUILLY MARSHES** This 2-hour, 7km tour of the marshes starts in Neuilly-la-Forêt then takes you along the River Elle, via the 11th-century 'Bishops' Castle' and the 19th-century Saint Simeon fountain. Kayak tours organised by the tourist office - booking required.

### De la voile entre mer et Touques

Pas besoin de maîtriser la voile : si vous ne voulez pas prendre la barre, laissez-vous porter par les flots ! C'est ce que propose le Deauville Yacht Club : des sorties en petit groupe de cinq personnes maximum, pour découvrir un autre point de vue sur Deauville, Trouville et Villerville. Une balade vivifiante, entourée d'oiseaux et parfois même de dauphins...

[deauvilleyachtclub.fr](http://deauvilleyachtclub.fr)

**SAILING FROM SEA TO TOUQUES** The Deauville Yacht Club takes the helm over boat trips for groups of up to 5 participants by Deauville, Trouville and Villerville. Keep your eyes peeled and you might well spot a dolphin!

**Quelle exigence, ces enfants ! Petite sélection de sorties amusantes ET intéressantes pour plaire aux plus difficiles d'entre eux.**

*Kids can be quite demanding! Here is our selection of fun AND fascinating things to please the fussiest of them all.*



**La guerre à hauteur d'enfant**

Corine Vervaeke, guide conférencière à Courseulles-sur-Mer, s'est fixé un défi : passionner les enfants en leur expliquant le Débarquement. Elle fait revivre ces moments d'Histoire et le quotidien de ceux qui ont vécu le Jour-J avec des objets et des tenues d'époque, des casques et du chewing-gum... Comme elle, certains musées s'adressent directement aux plus jeunes. C'est le cas du cinéma circulaire Arromanches 360, du Grand Bunker de Ouistreham ou de la Batterie de Merville-Franceville comme du Centre Juno Beach à Courseulles-sur-Mer, qui a fait de sa visite une expérience familiale pédagogique, pleine d'écrans tactiles et de jeux interactifs.

[visitesaucoeurdelhistoire.fr](http://visitesaucoeurdelhistoire.fr)

**THE WAR FROM A CHILD'S ANGLE**  
The tour guide Corine Vervaeke offers children a fascinating insight into the D-Day Landings via period objects and costumes. Museums follow her example, such as the 360° cinema in Arromanches, the Grand Bunker in Ouistreham, the Merville Battery and the Juno Beach Centre in Courseulles-sur-Mer.

**La pêche... à pied**

Grandcamp-Maisy, Hermanville-sur-Mer, Langrune-sur-Mer, Houlgate... Quand le coefficient de marée est haut et la mer est basse, les pêcheurs à pied investissent la plage avec râtaux ou épuisettes ! Dans leur mire, les coques, les tourteaux, les étrilles, les crevettes roses ou les moules bleues... Mais avant d'en profiter librement, il faut d'abord connaître les règles du jeu. Vous les trouverez facilement dans tous les offices de tourisme de bord de mer.

[pecheapied-calvados.com](http://pecheapied-calvados.com)

**SHELLFISH GATHERING**  
In Grandcamp-Maisy, Hermanville-sur-mer, Langrune-sur-mer, Houlgate, etc, a low spring tide is the best time to take to the sands with your rakes and nets in search of the sea's treasures: cockles, mussels, prawns and crabs! Consult the tourist office for rules on dimensions before you fish!



**Apprenti archéologue**

La ville antique d'Aregenua n'existe plus. Devenue Vieux-la-Romaine, il reste de ce haut lieu romain les vestiges de deux maisons, du fascinant Forum, et de nombreux objets retrouvés lors de fouilles archéologiques. Le musée du site présente aux enfants la vie quotidienne des habitants de l'époque, il y a près de deux millénaires. Une visite ludique et vivante !

[vieuxlaromaine.fr](http://vieuxlaromaine.fr)

**BUDDING ARCHAEOLOGISTS**  
The ancient town of Aregenua has become Vieux-la-Romaine – a Roman site boasting the vestiges of two houses, a forum and a multitude of objects unearthed during excavation. The museum offers kids an insight into its inhabitants' daily lives over a fun presentation!

**Des animaux à caresser**

Impossible que vos enfants n'adorent pas leur visite à la ferme pédagogique du Domaine d'Ouézy. Elle héberge pas moins de 1 500 animaux : des ânes, des volailles, des chevaux, des poules... qui attendent avec impatience leurs caresses ! Ils peuvent aussi participer à une balade en tracteur, faire un parcours accrobranches ou déguster des confitures produites sur place...

[ferme-pedagogique.fr](http://ferme-pedagogique.fr)

**COME AND PET THE ANIMALS**  
Your kids are simply going to love their tour of the Domaine d'Ouézy educational farm, home to 1,500 animals: donkeys, hens, horses and much more. They can take a tractor ride, a treetop adventure trail, taste home-made jams and, of course, pet the animals!



**Des dinosaures et des étoiles**

Il y a 160 millions d'années, la Terre était peuplée de dinosaures. Une mer chaude recouvrait la Normandie et les grands prédateurs étaient partout. C'est cette histoire que raconte le Paléospace, à Villers-sur-Mer, où les dinosaures de Normandie prennent vie ! L'occasion aussi de réfléchir au temps qui passe, grâce à une salle interactive et multimédia consacrée au méridien de Greenwich qui passe ici, et au temps long des étoiles, grâce au planétarium 360° où est projeté notre ciel nocturne.

[paleospace-villers.fr](http://paleospace-villers.fr)

**DINOSAURS AND STARS**  
Some 160 million years ago, dinosaurs roamed the Earth and a warm sea covered Normandy. Learn their story at the Paléospace visitor centre in Villers-sur-Mer and marvel at the interactive exhibition on the Greenwich meridian, and the 360° planetarium.

Une virée à Honfleur ou à Cabourg, c'est la base pour tous les amoureux ! Voilà aussi quelques autres idées si vous voulez revenir.

*A trip to Honfleur or Cabourg – a must for all couples!  
If you'd like to come back, here are a few other ideas.*

### Honfleur, ses pavés, son port...

Honfleur se vit en toute intimité... à condition de planifier votre escapade tôt le matin ou en fin de journée ! La cité des peintres est un incontournable de tout passage en Normandie, et son fameux port de plaisance attire de nombreux amateurs de belles vues (et de jolies photos). Un musée, un verre en terrasse, une bonne adresse pour manger, un hôtel charmant : tout est là pour vivre votre idylle au grand jour !

ot-honfleur.fr

**HONFLEUR, ITS COBBLED STREETS AND OLD HARBOUR** Honfleur is an intimate destination – especially early in the morning and late in the evening! From museums to charming hotels, from the picturesque marina to beautiful views – it's no surprise that it drew so many passionate artists!

### Comme à la maison, mais en mieux

À l'abri des regards, dans ce qui est sans doute la plus belle rue de Courseulles-sur-Mer, vous voilà arrivés à La Cantellerie, maison d'hôtes de charme de 1868. Ici, vous serez traités comme des invités de marque par des hôtes d'exception. Un exemple parmi d'autres : le petit-déjeuner hors du commun, raffiné et croustillant. Vous aurez probablement envie de tester la table d'hôtes aussi... Les chambres sont spacieuses, et la décoration soignée mélange mobilier ancien et cachet du moderne. Un bon bouquin vous attend au coin du feu ou à l'ombre d'un pommier selon la saison.

lacantellerie.com

**JUST LIKE HOME, BUT BETTER** Far from the hustle and bustle, La Cantellerie extends a very special welcome over its spacious and delightfully decorated rooms, an extraordinary breakfast, a table d'hôte meal or simply a moment's respite by the fireplace or under the apple tree.

### La vie de château

Un salon rotonde pour se détendre, une grande salle pour manger, des serviettes brodées, un petit déjeuner servi dans de la porcelaine. Le Castel Saint-Léonard de Falaise ne laisse rien au hasard pour vous mettre dans l'ambiance. Au cœur de cet hôtel particulier classé monument historique, les trois chambres sont de véritables témoins d'un ancien savoir-vivre à la française. Et si vous voulez découvrir du pays, nul besoin de monture : le centre-ville est accessible à pied.

castelsaintleonard.com

**CASTLE LIFE IN THE CITY** A rotunda lounge to relax, a vast dining room, embroidered linen, breakfast served on porcelain plates, the Castel Saint-Léonard – a listed historic monument – offers a perfectly stately atmosphere in its three enchanting guest rooms just a short walk from the town centre.

### Week-end spiritourisme

Hier producteur de calvados, le Château du Breuil a élargi ses horizons et produit désormais tous les spiritueux d'appellation française les plus appréciés ! Devenu La Spiriterie française, le domaine dispose aussi d'hébergements de luxe, à l'intérieur du splendide... château du Breuil. Vous suivez ? Une suite Junior est destinée aux amoureux, d'autres chambres accueillent entre 2 et 10 personnes. Pour se promener, le parc est idéal et promet un moment hors du temps. Et pour les souvenirs, une visite guidée peut vous révéler les secrets des spiritueux.

hotels.spiriterie.com

**SPIRITOURISM WEEKEND** The Château du Breuil not only produces calvados, but has extended its product range to include other spirits. The estate also offers luxury accommodation, from junior suite to rooms to sleep 2 to 10. Take a stroll through the grounds or learn the secrets of fine spirit production over a guided tour.

### Pause marine

Depuis la plage iconique de Trouville, vous entrez dans la légende : celles des Cures Marines. L'hôtel cinq-étoiles, tourné vers la mer, est un régal pour les yeux ! Sa façade Belle Époque, d'un blanc éblouissant, annonce la couleur. Vous voilà déjà dans le hall : on vous attendait ! Dans une ambiance chic et haut de gamme, vous n'avez plus qu'à vous concentrer sur votre bien-être. L'établissement est une thalasso très réputée, et son spa a été entièrement refait.

lescuresmarines.com

**MARITIME RESPITE** From Trouville's iconic beach, enter the legend of the Cures Marines – a reputed 5-star hotel and spa boasting a stunning Belle Époque facade and luxuriously stylish interior. Entirely refurbished with your ultimate well-being in mind!

### C'est l'amour à la plage

Cabourg, destination romantique par excellence ? Une plage immense, un front de mer célèbre où la promenade Marcel-Proust vous emmène loin... Vous ne seriez pas les premiers à y faire votre demande en mariage ! Et ce Grand Hôtel, si majestueux. Chambre 414, s'il vous plaît. Celle que réservait ce même Marcel Proust, amoureux de la station balnéaire, et qui n'a presque pas bougé depuis. Pour flâner dans les boutiques ou manger un bout, baladez-vous à la mi-journée sur l'avenue de la Mer. Oui, sans hésiter, Cabourg est la destination de l'amour !

cabourg.fr

**SUCH A LOVELY BEACH** Cabourg is a quintessentially romantic destination – traditional charm, a vast sandy beach, seafront promenade, luxury Grand Hôtel where Marcel Proust loved to stay, and an array of quality boutiques and restaurants to choose from. The perfect place to pop the question!



Honfleur

## Quelques idées de moments mémorables pour un week-end original d'aventures entre amis.

Here are a few ideas for a memorably original or adventurous weekend with friends.



Fat bike - Omaha Beach

### Le plein de sensations

Des activités nautiques, mais pas à la mer... À quelques pas de Pont-L'Évêque, entouré de nature, le lac Terre d'Auge a sa propre plage pour se dorer la pilule ! Parmi ses activités phares sur l'eau, du paddle ou du pédalo, du scooter des mers, de la bouée tractée ou de la descente de rivière en canoë.

[terredauge-lelac.fr](http://terredauge-lelac.fr)

**THRILLS AND SPILLS** Water sports – but not a sea to see! Just a stone's throw from Pont-L'Évêque, the Terre d'Auge lake stands in a natural environment and boasts its very own beach. Among the activities on offer: paddle boarding, pedal-boating, water scooter, ring ski and river canoeing.

### Les plages en fat bike

Fat bike, pour gros vélo ? Tout à fait ! C'est un VTT à larges roues, qui passe vraiment partout. Rien ne peut vous arrêter, ni le sable, ni les galets. La plage devient votre terrain de jeu ! Pour en louer, ce sera auprès de l'agence de location Les Trouvillaises, à Trouville, de Vloc Liberté à Dives-sur-Mer ou d'Eolia Normandie à Colleville-sur-Mer, d'où vous pouvez découvrir Omaha Beach en autonomie.

[lestrouvillaises.com](http://lestrouvillaises.com)  
[vlocliberte.fr](http://vlocliberte.fr)  
[eolia-normandie.com](http://eolia-normandie.com)

**FAT BIKE ON THE BEACH** A fat bike is just like it sounds – a mountain bike with really wide tyres that can go just about everywhere, even on sand and pebbles! Hire one at Les Trouvillaises, in Trouville, Vloc Liberté in Dives-sur-Mer or Eolia Normandie in Colleville-sur-Mer - by Omaha Beach!

### Un brunch le dimanche



Tous les brunchs

Dans le Calvados, on aime les réveils tardifs et les grandes tablées du dimanche. À Honfleur, l'hôtel quatre-étoiles Les Maisons de Léa propose buffet de charcuteries, fromages, tourtes et tartes. À Bayeux, Les Volets Roses vous feront vous sentir comme à la maison. À Rots, la Ferme de

Billy se joue du sucré comme du salé. Et à Trouville, le brunch de La Cabane Perchée est un moment mémorable face à la mer ! Mais attention : ici comme ailleurs, mieux vaut réserver pour éviter les mauvaises surprises.

**SUNDAY BRUNCH** If, like us, Sunday rhymes with idleness and good food, brunch is your perfect combination! At Les Maisons de Léa in Honfleur, enjoy a buffet of meats, cheeses and tarts. Or feel at home at Les Volets Roses in Bayeux. Meanwhile, the Ferme de Billy in Rots combines sweet and savoury delights and La Cabane Perchée in Trouville faces the sea. Book in advance!

### Sur la Route du Cidre

40 kilomètres et une vingtaine de producteurs de cidres et de calvados à visiter. L'itinéraire fléché de la Route du Cidre sillonne le Pays d'Auge par de petites routes, en passant par les pittoresques villages de Beuvron-en-Auge, Cambremer, Bonnebosq et Beaufour-Druval. Une virée dans les paysages carte postale de Normandie, et un voyage parmi les spécialités gourmandes du Calvados.

[routeducidre.com](http://routeducidre.com)

**ALONG THE CIDER ROUTE** A 40km tour across the Pays d'Auge via some twenty cider and calvados producers. Picture postcard images from Normandy are yours to admire as you make your way along quiet roads and past picturesque villages: Beuvron-en-Auge, Cambremer, Bonnebosq and Beaufour-Druval.

### Le plein de villas de bord de mer

D'Hermanville-sur-Mer à Lion-sur-Mer, les majestueuses villas le long de la digue témoignent du faste des bains d'antan, et rivalisent d'originalité. La célébrité de cette "avenue de la mer" est la Bluette, conçue par l'architecte Hector Guimard, qui a notamment réalisé les premiers accès aux stations du métro parisien ! Pour en savoir plus sur les secrets de ces villas, suivez la balade sonore et immersive "La Délicate", à retrouver à l'office de tourisme de Lion-sur-Mer.

[caenlamer-tourisme.fr](http://caenlamer-tourisme.fr)

**SEAFRONT VILLAS GALORE** From Hermanville to Lion-sur-Mer, our seafront villas are the long-standing witnesses of the great sea bathing vogue. Admire their quite singular architecture over the immersive 'La Délicate' tour. Ask at the Lion-sur-Mer tourist office!



© Vincent Ruchet

### Dans les jardins de Boutemont

Envie de transformer une visite de jardin en un fascinant voyage à travers les siècles ? Rendez-vous à OUILLY-LE-VICOMTE ! Empruntez l'allée de cèdres, elle mène au pont-levis. Vous accédez à la cour de la demeure construite aux XVI<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles. Vous pourrez alors flâner dans le parc et le jardin à la française. Conçus par le paysagiste Achille Duchêne au début du XX<sup>e</sup> siècle, ils sont labellisés Jardin remarquable.

[chateau-de-boutemont.fr](http://chateau-de-boutemont.fr)

**IN THE BOUTEMONT GARDENS** Not just a garden tour – a journey through the centuries! From the cedar aisle to the drawbridge, enter the courtyard of this 16th-17th-century castle, in OUILLY-LE-VICOMTE, then take a leisurely stroll through the remarkable formal gardens, designed by Achille Duchêne in the early 20th century.



© Jean-Pierre Fardé

Maxime Wille



# Carte blanche à Maxime Wille,

**sapeur-pompier du Calvados, arrière-petit-fils de Léon Gautier, le dernier vétérans (décédé le 03/07/23) des 177 soldats du 1<sup>er</sup> bataillon de fusiliers marins, le "commando Kieffer". Ancien athlète de haut niveau, il fait partie des relayeurs de la flamme olympique en mai prochain. On lui a demandé où il emmènerait ses amis qui viennent pour la première fois dans le Calvados. Voici ses réponses !**

### Maxime Wille's ideal tour

Léon Gautier (who passed in 2023) was the last survivor of the Kieffer Commando. We asked his great-grandson, Maxime Wille, a fireman from Calvados, former top-level sportsman and one of the future Olympic flame bearers, where he takes his friends when they come to Calvados. Here's what he told us!

Quand je reçois mes amis le week-end, j'aime bien les emmener au Musée numéro 4 Commando créé par mon arrière-grand-père et ses frères d'armes. Il est situé en face du casino de Ouistreham, un peu caché. Ce musée ne ressemble pas aux autres ! Il sort du cadre ; il est unique. Il est l'empreinte des 177 commandos Français qui ont débarqué sur les plages normandes. L'unique commando français ayant œuvré pour libérer la France. Il ne faut pas l'oublier !

When my friends come for the weekend, I love to take them to the No. 4 Commando Museum just behind the casino in Ouistreham. It tells the story of the 177 French soldiers who landed on Sword Beach to liberate Normandy – and my great-grandfather was among them.



© Jean-Pierre Fardé

Léon Gautier



À quelques pas de là, passage obligé devant la Flamme de Ouistreham, monument qui symbolise le débarquement par une étrave de bateau sur un bunker allemand. Puis, à quelques centaines de mètres plus loin, la stèle de Colleville-Montgomery située au point même où les barges 523 et 527 ont déposé les commandos français. On poursuit notre visite jusqu'à Pegasus Bridge, une trace de l'histoire !

On fait un crochet par le port artificiel d'Arromanches, la batterie de Longues-sur-Mer, entièrement gratuite. Dans le même genre, la batterie de Merville-Franceville est à visiter. C'est un musée exceptionnel dans lequel est exposé un authentique DOUGLAS C-47.

Then, just a stone's throw from there, we make a mandatory stop by the Flamme monument symbolising the landings, before visiting the stèle in Colleville-Montgomery on the very spot where the French commandos' barges landed. Then off we go to Pegasus Bridge, via the Merville Gun Battery and the Douglas C-47 that took part in the landings. The battery in Longues-sur-Mer is just as fascinating – and free of charge. The artificial harbour in Arromanches is also a must.



© Camille Pichard / NCPA Tourisme

La batterie de Merville-Franceville



Si mes amis ont des enfants, je les emmènerai sans hésiter à Merville-Franceville pour ses spots de pêche à pied ! Les enfants adorent cette activité. Et moi aussi !

On aime aussi se balader en forêt de Grimbosq pour observer les animaux sauvages ou à la ferme pédagogique de Mézidon-Canon ! Mais aussi, la colline aux oiseaux à Caen.

If they have kids, they simply love shellfishing in Merville-Franceville. Inland, we take them for a stroll through the Grimbosq Forest to see the wild animals... or tamer ones at the Mézidon-Canon educational farm or the Colline aux Oiseaux, in Caen!



© Marie-Annie Thierry / CRT Normandie

La Flamme de Ouistreham



Pour déjeuner, c'est encore à Ouistreham que nous aimons emmener nos invités. Tout particulièrement au Goëland, un des restaurants préférés de mon arrière-grand-père. On y mange très bien ; le personnel est sympathique et aux petits soins ! Plus touristique, on peut aussi réserver une table aux Terrasses du mini-golf de Luc-sur-mer. Face à la mer, le moment ne peut être qu'agréable. J'aime également passer du temps à Eole aventure, lieu de sport et de détente pour tous. Pour une plongée dans le passé, on file au parc Ornavik.

For lunch, Le Goëland in Ouistreham was one of my grandfather's favourite places, the food's great and the staff really friendly! Alternatively, we book a table at Les Terrasses, by the mini-golf in Luc-sur-Mer, the perfect seafront spot. If they're keen to get on the move, Eole Aventure combines sport and relaxation – so everyone's happy! And for those looking for a step back in time, the Ornavik park is a fascinating site.

#InstantCalvados

**2024**  
**INSTANTS CALVADOS**  
**est le MAGAZINE de notre destination.**

Parce que nous cherchons **tous** à passer  
de **bons moments.**

Parce qu'on a le goût des **jolies choses**  
et la **CURIOSITÉ** des **nouveautés.**

Parce qu'un **SÉJOUR** peut changer  
toute une vie.

Parce qu'un **amour de Normandie.**

*INSTANTS CALVADOS is our destination MAGAZINE. Because we all want to have good times, admire beautiful places and spark our CURIOSITY. Because one STAY can change your whole life – that's the true spirit of Normandy.*