



*Dossier de presse
2019*

CAEN  **MER**

Destination Normandie

LES CHIFFRES CLÉS

DE CAEN LA MER



366 Km²



268 876 HABITANTS



1 parc
d'attractions

2 PORTS DE
PLAISANCE,

1 PORT DE PÊCHE,

1 PORT DE COMMERCE

ET 1 GARE MARITIME
TRANSMANCHE



L'estuaire
de l'Orne

1^{ER} SITE NATUREL
PROTÉGÉ DU
CALVADOS



50

COMMUNES



10 km

DE PLAGE



15 km

DE CANAL ENTRE
CAEN ET LA MER



1 casino

Sword beach

UNE DES 5 PLAGES
DU DÉBARQUEMENT
EN NORMANDIE



277km

DE PISTES CYCLABLES
DONT L'ITINÉRAIRE
VÉLOFRANCETTE

110

HECTARES DE GOLF,
27 TROUS, 2 PARCOURS

1 centre

DE THALASSOTHÉRAPIE



1 aéroport

CAEN CARPIQUET



25%

DE LA SUPERFICIE TOTALE
DE LA VILLE DE CAEN
DÉDIÉS AUX ESPACES VERTS

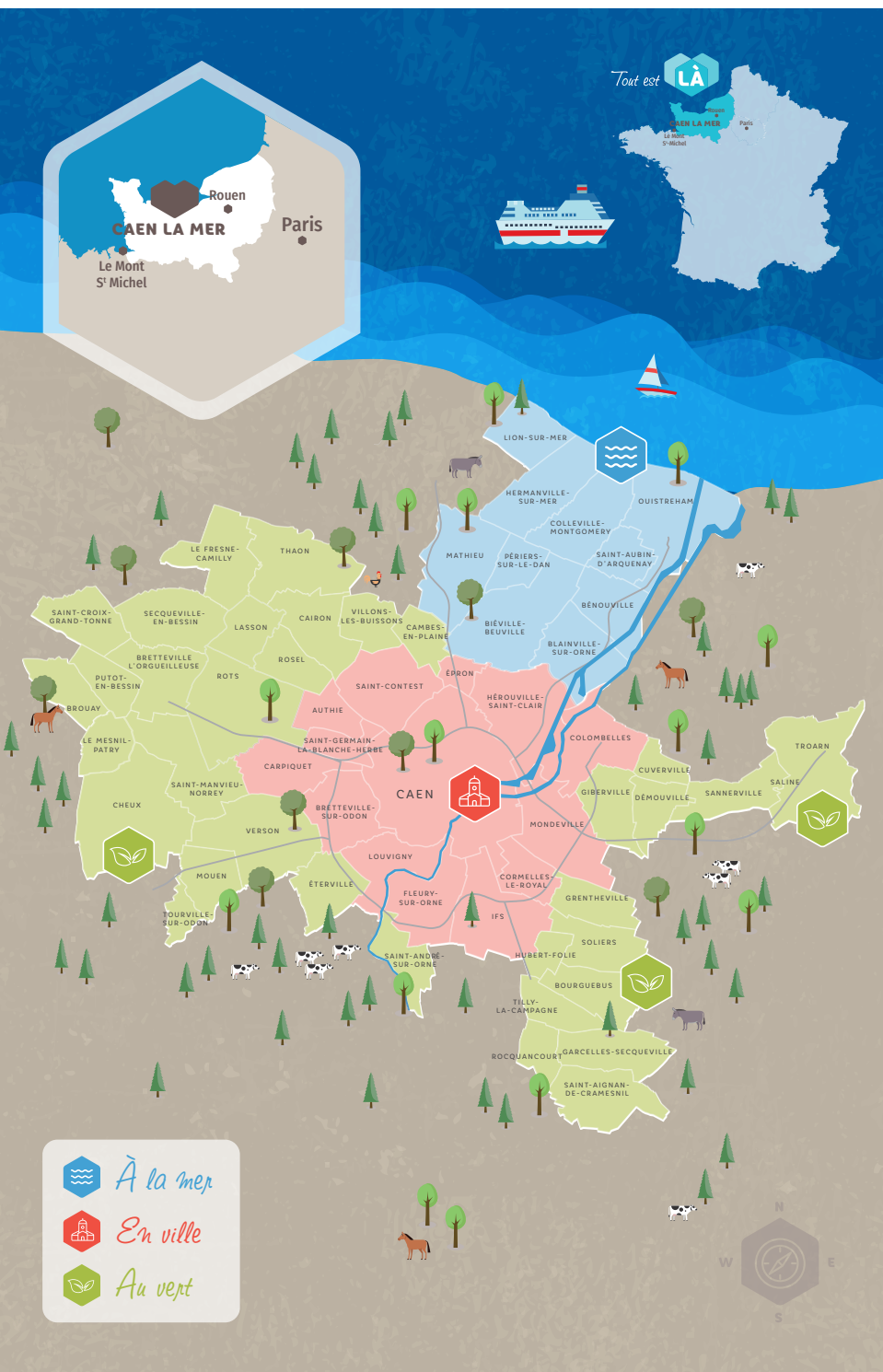
COMMENT VENIR

À CAEN LA MER

Située à égale distance de Rouen et du Mont Saint Michel, Caen la mer est au cœur de la Normandie.

EN VOITURE :

- > de Paris : A13
- > de Rennes : A84



Sommaire

- 4** **10 COUPS DE COEUR**
à Caen la mer
- 6** **LÀ** où il y a du nouveau en 2019
- 8** **LÀ** où on s'accorde une pause
- 10** **LÀ** où on prend le large
- 12** **LÀ** où commence l'histoire
- 16** **LÀ** où souffle un vent de liberté
- 18** **LÀ** où la gourmandise est un joli défaut
- 22** **LÀ** où on ne s'y attend pas
- 23** **LÀ** où tout s'anime

EN TRAIN :

> Paris Saint Lazare-Caen :
18 trains quotidiens de la capitale vers Caen

EN AUTOCAR:

> Ouibus et Flixbus

EN AVION

> Aéroport Caen-Carpiquet

EN BATEAU

> Gare maritime de Ouistreham
(depuis Portsmouth)

ON PEUT REJOINDRE OUISTREHAM DEPUIS CAEN EN BUS TWISTO, RÉSEAU DE LA COMMUNAUTÉ URBAINE, LIGNE 61

Contact presse

> FLORENCE NIKOLIC

Responsable Promotion-Presses
f.nikolic@caenlamer-tourisme.fr
+33 (02) 31 27 14 12

10 COUPS DE CŒUR

À CAEN LA MER

Voyager

DANS L'HISTOIRE DU XX^E SIÈCLE AU MÉMORIAL DE CAEN

« La douleur m'a brisée, la fraternité m'a relevée... De ma blessure a jailli un fleuve de liberté » - cette citation est gravée sur la façade du Mémorial de Caen. De l'histoire de la Seconde Guerre mondiale à la Guerre Froide en passant par la Bataille de Normandie, le musée du Mémorial de Caen fait revivre aux visiteurs l'histoire parfois douloureuse du XX^e siècle.



Découvrir

LES NOMBREUSES LIBRAIRIES DE CAEN

Caen est la ville qui compte le plus de librairies par habitant ! Chacune a sa touche personnelle, sa spécialité et son style ! Le livre a toujours eu une place de choix à Caen, ville d'éditeurs et d'imprimeurs dès la Renaissance. Il ne faut pas oublier que l'Université de Caen est l'une des plus anciennes de France. Une découverte de la ville avec le livre en fil conducteur !



Flâner

DANS UN DES NOMBREUX PARCS DE LA VILLE

Caen est classée 5^e ville la plus verte de France (selon l'Union Nationale des Entreprises du Paysage – enquête menée auprès de 50 plus grandes villes de France en 2017). Elle compte, en effet, près de 500 hectares d'espaces verts répartis dans toute la ville soit 25% de sa superficie totale. Autant de jardins, squares, espaces naturels pour se détendre, flâner ou faire du sport en plein cœur de ville !



Se perdre

DANS LES CIMETIÈRES DORMANTS DE CAEN

Autre spécificité de Caen : les cimetières dormants. Il s'agit de cimetières (6 au total) où l'on n'enterre plus depuis de nombreuses années. Ils sont d'ailleurs classés par la ville au patrimoine depuis 1939. Il s'agit de cimetières romantiques, laissés dans un « abandon entretenu » et invitant le promeneur à la méditation.



Marcher

DANS LES PAS DE GUILLAUME LE CONQUÉRANT

Guillaume le Conquérant a porté le duché de Normandie à son apogée et a fait basculer le destin de Caen en en faisant une des plus puissantes cités normandes au XI^e siècle. Il y construit d'abord le château vers 1060 qui deviendra une des résidences favorites des ducs de Normandie, rois d'Angleterre... et également une des plus vastes enceintes fortifiées d'Europe (5ha). Puis il construira deux abbayes, symbole de son histoire d'amour avec Mathilde (sa cousine au 5^e degré) et joyaux de l'art roman normand. En revanche, on ne trouve à Caen aucune statue de ce personnage !





6

Perdre

SON LATIN AVEC LES ÉDIFICES ÉPONYMES DE LA VILLE

Caen a une particularité qui peut déstabiliser le visiteur : plusieurs édifices portent le même nom... Pas facile dans ce cas lorsqu'on se donne rendez-vous ! Les plus connus sont les deux églises Saint-Etienne car elles se font face. Il y a aussi les deux églises Saint-Sauveur, et les deux églises Saint-Gilles.



7

Rejoindre

LA MER À VÉLO EN LONGEANT LE CANAL

Caen est reliée à la mer par un canal de 15 km que l'on peut emprunter à vélo, à pied ou à roller. En partant du port de plaisance en plein cœur de ville, on peut rejoindre la mer en admirant en chemin ou à proximité le Petit Lourdes (copie de la chapelle du véritable sanctuaire), le château de Bénouville (construit au 18^e siècle par Claude Nicolas Ledoux – chef d'œuvre du néoclassicisme français) ou encore le fameux Pont Pegasus (1^{er} pont libéré par les anglais dans la nuit du 5 au 6 juin 1944).



8

Monter

AU PHARE DE OUISTREHAM RIVA-BELLA

Une expérience unique pour admirer le paysage et la mer. Gardien de l'estuaire de l'Orne depuis 1903, il compte 171 marches et culmine à 38 mètres de haut. Il offre une vue imprenable à 360° sur la ville, la Pointe du Siège au cœur de l'estuaire de l'Orne et la station balnéaire avec sa grande plage de sable fin. On peut aussi admirer la lentille de Fresnel (inventeur normand), cet étrange instrument qui permet au phare de renvoyer ses faisceaux lumineux.



9

Eveiller

SES PAPILLES AVEC LES PRODUITS DE LA MER

Rendez-vous au marché aux poissons quotidien sur le port de Ouistreham Riva-Bella : fruits de mer, coquilles Saint-Jacques, huîtres, araignées de mer, moules, bars et autres poissons frais sont proposés tous les matins. Un spectacle pour les yeux et un délice pour les papilles ! On peut aussi tenter la pêche à pied pour déguster les bons produits de la mer : moules, huîtres ou coques...



10

Admirer

L'ARCHITECTURE BALNÉAIRE TYPIQUE DE LA CÔTE DE NACRE

On ne peut pas évoquer la Normandie sans parler de son architecture balnéaire si caractéristique ! En se promenant sur la Côte de Nacre et précisément sur la digue entre Lion sur Mer et Hermanville sur Mer, on peut admirer de magnifiques villas d'Art Nouveau ou encore d'inspiration éclectique, de style anglais, écossais, normand et gothique !



OÙ IL Y A DU NOUVEAU EN 2019

> UN NOUVEL ESPACE D'EXPOSITION PERMANENTE À L'ABBAYE AUX HOMMES

Cette exposition, intitulée « Un été 44, la vie continue » et déjà présentée en 2014 à l'occasion du 70^e anniversaire du Débarquement et de la Bataille de Normandie, est désormais accessible de façon permanente dans le cadre de la visite-découverte de l'Abbaye aux Hommes. Elle rend hommage à ces Caennais qui se sont retrouvés malgré eux au cœur de l'une des plus grandes batailles du XX^e siècle. La municipalité, attachée au devoir de mémoire et à la transmission de l'histoire aux jeunes générations, souhaite valoriser l'histoire et le patrimoine de la ville en renforçant son offre touristique.

> UNE NOUVELLE SALLE IMMERSIVE AU MÉMORIAL DE CAEN (INAUGURATION PRÉVUE LE 6 JUIN 2019)

L'objectif de ce bâtiment est de lier les deux ailes du musée (Seconde Guerre mondiale et guerre Froide). Il s'agira d'une salle semi-enterrée de 300 m² essentiellement dédié à un film (17 mn) projeté à 360° diffusé par 11 projecteurs. Il s'agira d'un spectacle immersif réalisé à partir d'images d'archives sur la construction de l'Europe

> UNE BASE NAUTIQUE EN PLEIN CŒUR DE VILLE

Une base nautique s'installe chaque année devant les Rives de l'Orne et propose des activités pour découvrir Caen et le parc naturel de l'Orne et de l'Odon au fil de l'eau : en kayak, canoë, paddle, pédalo ou encore bateau électrique. Durant le parcours on peut admirer de belles demeures, un patrimoine parfois méconnu et aussi côtoyer une nature et une faune propres à cet environnement fluvial. Une parenthèse bucolique en famille ou entre amis...



> LE PLUS GRAND PARC DE RÉALITÉ VIRTUELLE DE FRANCE EST À CAEN LA MER

Réalisés au sein d'un studio de développement normand, les jeux disponibles au sein du parc CAHEM sont des créations originales, introuvables ailleurs. Plusieurs univers sont proposés : médiéval, Années Folles, Seconde guerre mondiale et post-apocalyptique.

Cahem est un parc thématique pour que la réalité ne soit pas uniquement virtuelle. Chaque jeu du parc a son animateur costumé. En plus des zones de jeux, d'autres espaces sont accessibles aux visiteurs : une boutique et une taverne médiévale.



Événements

> L'HERMIONE EN ESCALE À OUISTREHAM

Le bateau l'Hermione, réplique de la frégate qui emmena La Fayette aux États-Unis, fera escale à Ouistreham près de Caen du 14 au 17 mai 2019 dans le cadre de Normandie Liberté, un périple en parallèle du 75^e anniversaire du Débarquement sur les plages de Normandie, dont le grand moment sera l'Armada de Rouen du 7 au 16 juin 2019.

> 75^e ANNIVERSAIRE DU DÉBARQUEMENT

Une grande exposition des peintures de Norman Rockwell au Mémorial de Caen.

De juin à fin septembre 2019, à l'occasion du 75^e anniversaire de la Bataille de Normandie, le Mémorial de Caen accueillera une exposition exceptionnelle dédiée à Norman Rockwell. C'est l'un des plus grands illustrateurs de presse américain, le peintre le plus populaire et l'un des plus chers au monde. Le musée exposera plus de 70 tableaux, dont les fameuses Quatre Libertés qui ne sont jamais sorties des États-Unis.

Visites & découvertes

> LANCEMENT DU RÉSEAU GREETERS À CAEN LA MER : LE PREMIER DANS LE CALVADOS

Greeters ou l'expérience de balade avec des locaux : une nouvelle forme de découverte de la communauté urbaine, basée sur l'échange culturel, le partage et la gratuité. Le visiteur ou nouveau résident pourra ainsi appréhender la ville différemment, s'imprégner de son atmosphère, de ses habitudes, et de ses histoires en rencontrant des locaux. C'est le premier réseau de greeters dans le Calvados.

> « LA DÉLICATE » UNE BALADE SONORE ET POÉTIQUE POUR (RE)-DÉCOUVRIR LE LITTORAL DE CAEN LA MER ET SES VILLAS

Les visiteurs sont plongés dans l'ambiance du bord de mer, de Lion sur Mer à Hermanville sur Mer. Ils découvrent l'histoire de ses nombreuses villas toutes différentes et toutes uniques dont chacune a une grande ou une petite histoire à raconter. Enfin ils s'immergent également dans les émotions et les souvenirs des habitants. La Délicate est une balade guidée par un dispositif de géolocalisation intégré à la poignée d'une ombrelle et diffusant dans un casque audio une bande sonore particulière. C'est une expérience sonore et immersive unique en son genre en Normandie.

> DES VISITES SOUS FORME DE JEU DE PISTE PROPOSÉES PAR NORMANDIE À LA LOUPE

Le principe de ce nouveau concept est d'abord de plonger dans une époque à travers une visite guidée immersive au sujet d'un quartier ou d'un personnage de la ville de Caen puis de devenir acteur d'un jeu de piste ou d'une enquête en équipe pour mettre à l'épreuve ses capacités d'observation, de déduction, d'orientation et de décodage.

Trois produits : la chasse aux villas Belle-Epoque ; Enquête sur Charlotte Corday, sur les traces d'une meurtrière ; et Caen, le Moyen-âge se décode.



OÙ ON S'ACCORDE UNE PAUSE

CITY BREAK À CAEN

Située à 2h de Paris, Caen est la destination idéale pour s'évader et découvrir une ville surprenante qui ne laisse aucun visiteur indifférent ! Voici une suggestion de programme.

Jour 1

> DÉJEUNER À LA TABLE DES MATIÈRES

Ce restaurant est situé sur le port de plaisance et est intégré à la toute nouvelle bibliothèque de Caen la mer. Un concept original de repas servi sur plateau (clin d'œil à l'ambiance studieuse de la bibliothèque) avec des suggestions surprenantes faites par le chef Benoit Guillaumin.

> DÉCOUVERTE DE LA VILLE AUTREMENT AVEC COM'ON GYRO

Une chevauchée plus moderne qu'au temps de Guillaume le Conquérant puisqu'elle se fait en gyropode ! Un moyen de locomotion qui permet d'avoir un bel aperçu de la ville sans se fatiguer !

> PAUSE GOURMANDE À MÉMORANDA

Une vraie caverne d'Ali Baba où des milliers de livres



d'occasion habillent les étagères de ce bouquiniste situé au cœur du quartier des librairies de Caen.

> HAPPY OISTER AU CASIER

Un apéritif au goût iodé en plein cœur de ville (huitres et vin blanc).

> DÎNER DANS LE VAUGUEUX

Pittoresque quartier entre le port de Plaisance et le château.

> AFTER (ET MÊME BEFORE) À LA MÔME

Bar tendance dans le Vaugueux qui propose des cocktails inattendus et des tapas originaux aux saveurs délicieuses. Clin d'œil à Edith Piaf qui a séjourné dans ce quartier chez sa famille.



> NUIT À L'HÔTEL

Hôtel de la Fontaine (hôtel 2** totalement rénové aux couleurs tendance et au design contemporain) ou à l'hôtel Le Dauphin (hôtel 4**** de charme mêlant vieilles pierres, poutres et colombages) selon le budget et le goût de chacun.
Autre suggestion : loger dans un appartement d'hôtes (Chez Laurence Du Tilly) situé dans un hôtel particulier du centre-ville – une expérience pour se sentir comme à la maison dans un cadre tout droit sorti d'un magazine de décoration.

Jour 2

> PETIT TOUR DE MARCHÉ SUR LE PORT DE CAEN

C'est le plus grand marché de la région. Lieu incontournable pour découvrir les produits locaux et se mêler à la population. (Le dimanche matin)

> BRUNCH À LA FERME DE BILLY

Dans un cadre champêtre et verdoyant au cœur de la ferme cidricole familiale. Une parenthèse champêtre lors d'une escapade citadine ! (Le dimanche)

> PROMENADE AU CHÂTEAU DE CAEN

Pour admirer la ville depuis les remparts puis découverte d'un quartier de la ville de manière insolite à l'aide d'un parcours à énigmes.

Les bonnes adresses :

SE RESTAURER

- > **La table des Matières**
15 quai François Mitterrand à Caen - 02 31 99 76 25
www.la-table-des-matieres.fr
- > **Le Casier**
22 rue Ecuillère à Caen - 09 81 43 14 35
- > **Le Ptit B**
15 rue du Vaugueux à Caen - 02 31 93 50 76
www.leptitb.fr
- > **Billy and Co**
29 bis, rue de l'église à Rots - 02 31 97 32 04
www.ferme-de-billy.com

DORMIR

- > **Hôtel La Fontaine**
26, rue de la Fontaine à Caen - 02 31 85 31 70
www.hotelfontaine-caen.com
- > **Hôtel Best Western Le Dauphin**
29, rue Gémare à Caen - 02 31 86 22 26
www.le-dauphin-normandie.com
- > **Chez Laurence Du Tilly**
9 b, rue Pémagnie à Caen - 07 86 23 28 28
www.chez-laurence.dutilly.fr

DÉCOUVRIR

- > **Com'on gyro**
06 82 25 19 38 - www.comongyro.fr
- > **Mémoranda**
19 rue des Croisiers à Caen - 02 31 86 51 28
- > **Parcours à énigmes**
Office de tourisme, place Saint Pierre
02 31 27 14 14 - www.caenlamer-tourisme.fr

BOIRE UN VERRE

- > **La Môme**
5-7 rue du Vaugueux à Caen - 09 81 72 90 91
- > **L'Hydropathe**
4, rue Saint Laurent à Caen - 02 31 47 84 60

SHOPPING

- > **Les antiquaires de la rue Ecuillère**
- > **Les enseignes déco et mode de la Rue Froide**
- > **Les chocolateries de la rue Saint Pierre et autres quartiers**
- > **Le centre commercial Les Rives de l'Orne**



OÙ ON PREND LE LARGE

ESCAPADE EN BORD DE MER

A Caen la mer, il y a effectivement la mer ! Située à 15 km de Caen sur la Côte de Nacre, Ouistreham Riva-Bella est la station balnéaire des caennais ! Elle vit toute l'année et regorge d'activités. De bonnes adresses à découvrir !

Jour 1

> PASSAGE SUR LE FAMEUX PÉGASUS BRIDGE

Premier pont libéré par des planeurs anglais dans la nuit du 5 au 6 juin 1944. Cet assaut a marqué le début des opérations du fameux jour J et du Débarquement.

> DÉJEUNER GOURMET AU MANOIR HASTINGS

Situé à Bénouville, entre Caen et Ouistreham, à deux pas du célèbre Pont Pégasus. Le chef, Gilles Poudras, Maître restaurateur, propose une cuisine raffinée et généreuse.

> ACTIVITÉS NAUTIQUES

Sur la grande plage de sable fin de Ouistreham Riva-Bella : char à voile, catamaran, stand up paddle, kite surf, longe côte...



> PAUSE GOURMANDE À LA FAMEUSE MAISON SIMARD

Elle va bientôt fêter ses 100 ans. On peut y déguster la guigui, les glaces ou encore les gaufres de cette institution familiale ouistrehamaise créée en 1923 !

> DÎNER AU CASINO BARRIÈRE DE OUISTREHAM

Avec une vue imprenable sur la plage et tenter sa chance dans la salle des machines à sous.

> NUITÉE EN BORD DE MER

Dans une chambre d'hôtes à Lion sur Mer (une maison de maître du XIX^e siècle - Le Vivier) ou à l'Hôtel Riva Bella du centre de Thalassothérapie de Ouistreham Riva-Bella.



Jour 2

> UNE MATINÉE DÉTENTE ET BIEN-ÊTRE À LA THALASSOTHÉRAPIE THALAZUR OUISTREHAM-RIVA-BELLA :

Massage, balnéothérapie, sauna, hammam, piscine d'eau de mer... tout un programme pour se détendre !

> BRUNCH À LA VILLA ANDRY

Un brunch essentiellement basé sur les produits de la mer dans une belle demeure de charme de 1868 offrant une vue panoramique sur la plage (uniquement le dimanche).

> PROMENADE SUR LA DIGUE DE LION SUR MER À HERMANVILLE SUR MER

Pour admirer les belles villas anglo-normandes et découvrir leur histoire ainsi que la vie des habitants au cours de la balade « La Délicate », balade sonore géolocalisée sous ombrelle.

> PROMENADE NATURE À LA POINTE DU SIÈGE

Espace protégé et véritable réserve ornithologique qui propose un paysage unique : dunes, bancs d'oiseaux, marais, estrans sableux, vasières, pré-salés et bois.... Cet espace est d'ailleurs le plus vaste espace naturel du Calvados et la pointe du Siège est, avec ses 1500 mètres de sable fin, classée Natura 2000.

Les bonnes adresses :

SE RESTAURER

- > **Le Manoir Hastings**
18 avenue de la Côte de Nacre à Bénouville
02 31 44 32 43 – www.manoirdhastings.fr
- > **Simard**
85, avenue de la mer à Ouistreham
02 31 96 71 19
- > **La Villa Andry**
51, avenue Andry à Ouistreham
02 31 97 18 79

DORMIR

- > **Le Vivier**
27, rue Bertin à Lion sur Mer
02 31 23 98 66
- > **Hôtel Riva Bella**
Avenue du Commandant Kieffer à Ouistreham
02 31 96 40 40 – www.ouistreham.thalazur.fr

SE DIVERTIR

- > **Casino Barrière**
51, place Alfred thomas à Ouistreham
02 31 36 30 00 – www.casino-ouistreham.com
- > **École de voile Ocean**
La Pointe du Siège à Ouistreham
02 31 97 00 25 – www.ocean-normandie.com
- > **Thalazur Ouistreham**
Avenue du Commandant Kieffer à Ouistreham
02 31 96 40 40 – www.ouistreham.thalazur.fr

SHOPPING

- > **Avenue de la mer :**
Rue piétonne et commerçante (vêtements, souvenirs, et gastronomie locale).



OÙ COMMENCE L'HISTOIRE

NORMANDIE MÉDIÉVALE

Caen est devenue un site majeur et stratégique au Moyen-Âge puisque Guillaume le Conquérant en a fait sa cité ducale et son lieu de résidence privilégié. Il y est d'ailleurs enterré tout comme sa femme, Mathilde. Avec ses nombreuses ruelles et monuments, la cité médiévale a su garder son charme d'antan.

> LE CHÂTEAU DE CAEN

Situé en plein cœur de ville, c'est une des plus grandes enceintes fortifiées d'Europe. Il offre un panorama exceptionnel sur la ville. Ses vestiges ainsi que son centre d'interprétation, situé dans l'église Saint Georges, permettent de l'imaginer à travers les siècles passés. A découvrir : la salle de l'Echiquier, exemple rare de l'architecture civile romane en Normandie au temps de Henri 1^{er} Beauclerc.

> L'ABBAYE AUX HOMMES

C'est un chef d'œuvre architectural de l'art médiéval et du XVIII^e siècle. L'abbatiale est consacrée en 1077. Le monastère, édifié au XI^e siècle, fut détruit lors des guerres de religion, puis reconstruit au XVIII^e siècle. Epargné à la Révolution française et lors des bombardements alliés en 1944, il conserve aujourd'hui un remarquable décor de boiseries, tableaux et ferronneries ainsi qu'un superbe cloître de style toscan.



> L'ABBAYE AUX DAMES

Consacrée en 1066 (année de la conquête de l'Angleterre par Guillaume le Conquérant), l'église est un véritable chef d'œuvre de l'art roman normand. Elle possède une crypte qui présente « une forêt de colonnes ».

Comme à l'Abbaye aux Hommes, les bâtiments conventuels ont été reconstruits au XVIII^e siècle. De l'état originel de l'abbaye subsistent le grand vestibule, le réfectoire, l'escalier et le cloître (dépourvu de sa 4^e aile).

> LE PALAIS DUCAL

Il a été construit au XIV^e siècle pour accueillir les hôtes de marque de l'Abbaye-aux-Hommes. Cet édifice, d'une qualité architecturale exceptionnelle, était à l'abandon depuis plusieurs dizaines d'années. Il a été entièrement réhabilité pour accueillir les collections de l'Artothèque.



> LES MAISONS À PANS DE BOIS

Les deux maisons de la rue Saint Pierre datent du XV^e siècle. Avec la Maison des Quatrans de la rue de Geôle, il s'agit des constructions en bois les plus remarquables de la ville. À Caen, et contrairement à d'autres villes normandes, les corps de maisons sont en pierre sur lesquels sont montés, en façade, des pans de bois en encorbellement.

> LE QUARTIER DU VAUGUEUX

Ce nom viendrait de la contraction de l'expression « le val des gueux ». Depuis le Moyen Âge, c'est toute la vallée localisée entre le château ducal et le promontoire où se trouve la collégiale du Saint-Sépulcre, qui est ainsi désignée. Ce quartier historique et tendance a conservé son charme moyenâgeux avec ses ruelles pavées et ses façades en bois. Pour l'anecdote, Edith Piaf y a séjourné.

> LA RUE FROIDE

C'est l'une des rues les plus anciennes de Caen qui a gardé son caractère ancien. Sa proximité avec l'université a fait d'elle le quartier des imprimeurs dès le XV^e siècle.

Et le livre y occupe encore aujourd'hui une place importante. Les constructions font référence à différentes époques mais la particularité de cette rue, ce sont les cours intérieures qui cachent des trésors d'architecture : manoir du XV^e siècle au n°41, maison à pans de bois au n°51.

ÉVÉNEMENTS NORMANDIE MÉDIÉVALE

- > Le Banquet Fantastique au château de Caen (en juillet)
- > Les Grandes fêtes vikings à Ornavik (3^e week-end de juillet)

Aux alentours de Caen

> L'ABBAYE D'ARDENNE À SAINT GERMAIN LA BLANCHE HERBE

C'est la troisième grande abbaye de Caen la mer avec l'Abbaye aux Hommes et l'Abbaye aux Dames. La topographie de l'Abbaye et l'architecture de ses bâtiments sont caractéristiques de ces « abbayes aux champs » nombreuses dans l'ordre de Prémontré.

> LA GRANGE AUX DÎMES À OUISTREHAM RIVA-BELLA

Elle fait partie d'un bel ensemble de bâtiments ruraux récemment restaurés. Jusqu'à la Révolution, l'appartenance de ce territoire à l'Abbaye-aux-Dames autorisait son abbesse à y percevoir la dîme entreposée dans une grange prévue à cet effet. Son architecture, similaire à celle des granges construites en Angleterre à la même époque, prouve l'influence et l'importance des échanges anglo-normands.

> L'ÉGLISE SAINT-PIERRE DE THAON

Elle fut édifée aux XI^e et XII^e siècles, au creux de la vallée de la Mue. La qualité architecturale de la vieille église est remarquable. Elle a, entre autres, conservé son aspect roman avec ses modillons, son décor en damier (au Sud et à l'Ouest) et ses chapiteaux dont les sculptures rappellent celles des grands chantiers de Bayeux et de la Trinité de Caen.



Insolite

Bien que Caen soit la cité de Guillaume le Conquérant, on n'y trouve aucune statue de ce personnage emblématique ! La modestie des Normands ne date donc pas d'hier ! Le personnage se fait assez discret. Il en va de même pour sa femme, Mathilde.

DÉCOUVRIR « CAEN MÉDIÉVALE »

Parcours à énigmes dans la ville pour arpenter différents quartiers et les découvrir sous un œil nouveau. Ces parcours dévoilent les petits secrets de ces quartiers. Pour venir à bout des énigmes il est question de logique, de déduction, d'observation et d'un certain goût pour le décryptage, les rébus, anagrammes et autres mots croisés.

Les visites guidées dans les deux abbayes de la ville.

Les visites guidées du château et du centre historique en juillet août.

Le Banquet Fantastique organisé en juillet : une grande fête médiévale dans l'enceinte du château.

Petit rappel

L'ART ROMAN NORMAND

Les caractéristiques essentielles de cette architecture sont la rigueur, le dépouillement, la discrétion et la pureté.

Éléments de cet art :

- > façade harmonique (partie centrale flanquée de deux tours)
- > tours lanternes
- > galerie de circulation creusée dans l'épaisseur du mur à la base des fenêtres.



LA PIERRE DE CAEN

C'est une roche calcaire aux qualités reconnues dès l'Antiquité. Finesse et homogénéité de son grain, belle couleur blonde, facile à tailler, la liste de ses qualités est longue. Son meilleur ambassadeur fut sans nul doute le duc Guillaume puisqu'elle est exportée dès le XI^e siècle en Angleterre où elle sera utilisée pour la construction de nombreux monuments dont la cathédrale de Canterbury, le palais de Westminster ou encore la Tour de Londres. On la retrouve également à la cathédrale de Cologne, à New York, au Palais Royal de Bruxelles, aux Bermudes...

Les plus beaux monuments de la ville de Caen et de la région sont en pierre de Caen, une pierre de taille provenant des carrières de Caen et des alentours. L'extraction de ce précieux calcaire régional avait pratiquement cessé au début du XX^e siècle mais cette activité a repris récemment pour alimenter les grands chantiers de restauration des monuments caennais comme l'église Saint-Pierre ou les remparts du château.

ORNAVIK

C'est un chantier d'archéologie expérimental et pédagogique pour bâtir, forger, tisser, cultiver... selon les techniques et avec les matériaux utilisés aux X^e et XI^e siècles. Sa première ambition est de favoriser, de façon vivante, la connaissance de l'histoire normande.

Il s'agit, comme à Guédelon dans l'Yonne, de recréer les processus d'organisation d'un chantier et de construire des édifices de toutes pièces.

Des reconstitutions fidèles sont réalisées avec les techniques, les matériaux du Moyen-âge et avec le conseil éclairé d'archéologues et historiens. Cette « archéologie à l'envers » aboutit, concrètement depuis 2012 et sur 10 ans, à la reconstitution de constructions carolingiennes et de la période ducale ayant réellement existé en Normandie.

Ornavik propose aux visiteurs de vivre en immersion la Normandie à l'époque de sa création, de vivre en Viking, de participer à la grande épopée... tout cela dans un lieu préservé en pleine nature au cœur de l'agglomération de Caen.

En savoir plus : www.ornavik.fr





OÙ SOUFFLE UN VENT DE LIBERTÉ

D-DAY

Au cœur de la Normandie, notre territoire a profondément été marqué par la Seconde Guerre mondiale. Visiter le Mémorial de Caen, se balader sur les plages à la découverte de vestiges ou encore découvrir la ville en suivant l'itinéraire de Caen 44 permettent de mieux comprendre comment le destin de la ville et de ses habitants a basculé le 6 juin 1944 et comment le sort du monde s'est joué sur les plages de Normandie il y a près de 75 ans.

> LE MÉMORIAL DE CAEN

Lieu incontournable du tourisme de mémoire en Normandie, il retrace l'histoire du XX^e siècle, de la fin de la Première Guerre mondiale à la chute du mur de Berlin en plaçant la Seconde Guerre mondiale et notamment la Bataille de Normandie au cœur de son parcours. Il fête ses 30 ans en 2018 et est devenu l'un des premiers centres mémoriels européens. Son savoir-faire comme son exigence culturelle, pédagogique ou scientifique sont aujourd'hui internationalement reconnus.



> CAEN EN 44

C'est un parcours numérique bilingue F/GB au cœur du centre ancien qui permet, au travers de témoignages d'habitants, de mieux comprendre la vie quotidienne du 6 juin au 19 juillet 1944 à Caen. Ce circuit pédestre d'environ 1h30 intègre 12 étapes, chacune équipée d'un QR code ou d'un Tag NFC et dont le contenu est accessible depuis un smartphone. L'itinéraire commenté inclut des informations géo localisées, une cartographie du parcours, des commentaires et témoignages, des documents d'archives, des photos et vidéos et une reconstitution 3D (Université, Mairie...). Ce support est accessible à tous, facile d'utilisation, gratuit et évolutif... Les douze étapes proposées sont en lien direct avec le sujet traité et ne s'appuient donc pas sur le patrimoine architectural mais sur des lieux de vie des Caennais pendant la bataille.

> SWORD BEACH

Vidéo immersive à découvrir depuis la terrasse de la Maison du Tourisme de Ouistreham Riva-Bella qui



permet de revivre la prise du casino, point fort de la défense allemande en compagnie de Léon Gautier. Cette application permet de superposer sur 360° les images et les sons des combats aux vues actuelles de Riva-Bella. Prêt de tablette à la Maison du tourisme ou application gratuite en téléchargement.
www.soldatleon.fr

Les vestiges Allemands :

> LE SITE HILLMAN

Poste de commandement des défenses côtières et ses 20 bunkers et casemates à Colleville-Montgomery.

> LE GRAND BUNKER DE OUISTREHAM

Ancien quartier général allemand entièrement reconstitué sur 5 étages (infirmerie, salle des machines, pharmacie, armurerie, salle de transmissions radio, standard téléphonique, poste d'observation...).

Découvrir

LA SECONDE GUERRE MONDIALE

Le Mémorial de Caen mais aussi des partenaires privés organisent des circuits guidés sur les principaux sites de la Bataille de Normandie.

L'Office de Tourisme de Caen la Mer Normandie propose dans l'année quelques visites des carrières de la ville de Caen qui ont servi de refuge à des centaines d'habitants pendant les bombardements de 1944.

ÉVÉNEMENTS D-DAY

- > Le DDay-Festival (fin mai – début juin)
- > Le 75^e anniversaire du Débarquement (le 6 juin)
- > Les Courants de la Liberté (festival de courses à pied)



OÙ LA GOURMANDISE EST UN JOLI DÉFAUT

GASTRONOMIE

La Normandie est une région très réputée pour sa gastronomie : fromages, pommes, Calvados, cidre, crème fraîche, coquille Saint-Jacques, huitres... Autant de mots qui donnent l'eau à la bouche. Caen la mer ne manque pas d'atout en la matière, entre ses bonnes adresses, ses spécialités, la qualité de ses marchés ou encore ses événements gourmands.

ÉVÉNEMENTS GASTRONOMIE

- > Novembre gourmand
- > La Fête de la Coquille Saint Jacques à Ouistreham Riva-Bella (octobre ou novembre)





Les adresses

BIO, VEGAN ET ALTERNATIVES À CAEN

Plus qu'une tendance, c'est un nouveau mode de consommation qui a pris une ampleur considérable en France et Caen s'impose comme une référence puisqu'elle affiche de belles adresses pour satisfaire ces nouveaux consommateurs.

- > Chataigne et sarrasin : premier restaurant bio et 100% sans gluten de Normandie
- > Triple V : un fastfood vegan
- > Restaurants végétariens, végétaliens et vegan : Pancake Night Fever, Greedy Guts, Dolly's et Ô Chatô (en partie), ...



Les spécialités de Caen la mer

> LES FAMEUSES TRIPES À LA MODE DE CAEN

Plat historique de la ville dont la Confrérie de Gastronomie Normande « la Tripière d'Or » née en 1952 assure la sauvegarde et la qualité. Pour défendre et promouvoir cette recette, « la Tripière d'Or » organise chaque année un concours pour les professionnels dont le savoir-faire permet aux gourmets d'apprécier la véritable Tripe à la mode de Caen. Pour information, les tripes sont un mélange de quatre parties de l'estomac (panse, bonnet, feuillet et caillette) et d'un pied de bœuf auquel on ajoute oignon, ail et herbes aromatiques.

> LES MADELEINES JEANNETTE

La Biscuiterie Jeannette est née en 1850 à Caen. Il s'agit donc d'une longue tradition qui a bien failli disparaître en 2013 lorsque l'entreprise a été placée en liquidation judiciaire. Les salariés se mobilisent alors pour sauver les outils de production et conserver ce savoir-faire ancestral de plus de 150 ans.

Grâce à un projet participatif, l'activité reprend en 2015 et les Jeannette sont à nouveau commercialisées en septembre 2015. Même si l'entreprise ouvre un deuxième site de production, la fabrication demeure artisanale car Jeannette reste fidèle à ses valeurs : des ingrédients de qualité, une production locale et des salariés enthousiastes.

Des chefs reconnus

Caen compte 4 restaurants étoilés (A Contre sens, Ivan Vautier, Stephane Carbone et Initial), mais le territoire peut aussi revendiquer de très bonnes adresses où les Maîtres Restaurateurs mettent les petits plats dans les grands pour faire voyager vos papilles : le Dauphin, Gibus Café, l'Île Enchantée, l'Insolite, le Pressoir, le P'tit B, le Relais d'Alsace, la Trattoria, le Riva Bella, le Manoir Hastings, la Table d'Hôtes...

Où bruncher à Caen ?

C'est une autre tendance qui se développe un peu partout. A Caen la mer, on peut bruncher dans différents endroits qui proposent chacun une atmosphère particulière et des suggestions personnalisées : Dolly's (ambiance british cosy), Keys and Co (Coffee shop néo-zélandais), Les Fils à maman (cuisine régressive - idéal après une sortie au marché de Caen le dimanche matin), la Ferme de Billy à Rots (cadre champêtre aux portes de Caen), La Table des Matières ou encore La Villa Andry.

Portraits de gastronomes

> PIERRE LEFEBVRE

PARCOURS D'UN CUISINIER-MUSICIEN



Pour ce professeur de musique, musicien rime avec épicurien : vivre, savourer et déguster chaque note de la mélodie de la vie. C'est en flânant dans les marchés, les bistrotts et les « gastros » que son palais s'est accordé ! Son goût d'apprendre et sa soif de cuisiner ont fait de lui un cuisinier autodidacte « éclairé ». Il a alors pris la décision de devenir cuisinier et de s'imposer un défi de taille : Masterchef. Il a passé son CAP de cuisinier et remporté le concours des meilleurs candidats de Masterchef en mai 2013. Tel un compositeur, Pierre écrit ses plats en recherchant les contrastes, les tensions, l'harmonie. Musicien-cuisinier, il vise l'éveil des sens avec justesse.

L'Accolade, 18 rue porte au Berger à Caen
02 31 80 30 44 – www.laccolade.fr

> ALBAN GUILMET

UN PÂTISSIER « HAUTE COUTURE »



Après des expériences chez Fauchon puis chez Pierre Hermé, Alban Guilmet se lance et ouvre sa boutique à Caen. Son objectif : faire de bons et beaux gâteaux créatifs et originaux avec des matières premières de très grande qualité. Membre des Relais Desserts, qui rassemble l'élite mondiale de la Haute Pâtisserie française.

Alban Guilmet, 6 rue Saint Jean à Caen
02 31 45 36 06 – www.albanguilmet.fr

> PATRICK ROUGEREAU

PHOTOGRAPHE CULINAIRE



Un parcours atypique : d'abord photographe reporter, il est, aujourd'hui, l'un des spécialistes de la photographie culinaire de grand talent, reconnu des plus grands chefs comme des plus grandes marques. Depuis toujours une double passion anime ce photographe audacieux. Il associe photographie et gastronomie dans la plus grande créativité. Il aime les photos qui disent la précision et la simplicité, jouer avec les lignes, les matières pour sublimer le produit et donner l'envie. Pour lui, il n'est pas de bonne ou mauvaise photo, la seule qui soit réussie, est celle qui crée l'envie et l'émotion.



Les boissons locales

> LES PRODUITS CIDRIQUES

Cidre, Calvados, jus de pomme, pommeau sont les produits phares de la Normandie et la Ferme de Billy est une référence dans le domaine puisqu'elle a été plusieurs fois primée au Salon de l'agriculture.

> LES BIÈRES NORMANDES

Elles sont peut-être moins connues mais la Kékette (arômes de coriandre grillée, pas trop amers, ni trop sucrés) ou encore l'Embuscade (bière avec du Calvados) se sont déjà fait une place de choix dans de nombreux bars à Caen la mer ou ailleurs. Quelques brasseries locales et artisanales : la Bieregerie à Caen, Old Hop à Saint André sur Orne, ou encore Normandy Beer Factory à Bretteville sur Odon.

> ET LE GIN MADE IN NORMANDIE ?

Et oui, ça existe. Il est parfumé aux pommes et est baptisé « C'est nous ». Il est fabriqué de A à Z (la recette, la distillation, la mise en bouteille et la commercialisation) par Julie et Dave à Bretteville sur Odon aux portes de Caen. Ce gin a notamment remporté la médaille de bronze au challenge international des spiritueux en mars 2017.



Gastronomie et Découverte

On peut allier la gastronomie à la découverte d'une ville, d'un terroir ou d'une œuvre d'art...

> COM'ON GYRO

Circuit gourmet en gyropode alliant visite et dégustations.

> MIDI-MUSÉE AU MUSÉE DES BEAUX-ARTS

Une courte visite pour explorer une œuvre, un artiste ou un courant artistique suivie d'un déjeuner pour échanger avec la guide conférencière.

> LA COMPAGNIE DES TERROIRS

Routes thématiques (route des Fromages, route du Cidre ou Route du Poiré) pour rencontrer des producteurs passionnés qui mettent en valeur le patrimoine gastronomique de la Normandie.





OÙ ON NE S'Y ATTEND PAS

INSOLITE

Caen la mer est certes connue pour son histoire, ses monuments emblématiques... mais on ne s'attend pas à trouver certains sites parfois uniques et très intéressants...

> LA MAQUETTE DU PLAN DE ROME

C'est une grande maquette en plâtre de près de 70 m² qui représente la Rome antique au temps de l'empereur Constantin (IV^e s. apr. J.-C.). Classée à l'Inventaire des Monuments Historiques, elle est l'œuvre de l'architecte normand Paul Bigot (1870-1942). Pièce originale, il existe deux copies : une à Bruxelles et une autre en Italie. Ce plan-relief est à l'origine d'un projet pluridisciplinaire de maquette virtuelle 3D reconstituée en images de synthèse...

Cela permet de déambuler dans les rues et les grands édifices de la Rome Antique.

> L'IMEC

Créé en 1988 à l'initiative de chercheurs et de professionnels de l'édition, l'Institut Mémoires de l'Édition Contemporaine (IMEC) assure le rassemblement, la conservation et la mise en valeur des fonds d'archives et d'études consacrés aux principales maisons d'édition, aux revues et aux différents acteurs de la vie du livre et de la création contemporaine (éditeurs, écrivains, artistes, chercheurs, critiques, graphistes, libraires, imprimeurs, revuistes, traducteurs, journalistes...).



> VIEUX LA ROMAINE

Capitale d'Aregenua, « Vieux la Romaine » aujourd'hui est un ensemble archéologique composé d'un musée, d'un jardin à la romaine, de 2 maisons antiques restaurées et d'un forum en cours de fouille que l'on peut visiter.

> LA POINTE DU SIÈGE

Cet espace naturel protégé est situé dans l'estuaire de l'Orne où l'eau douce apportée par l'Orne et l'eau salée de la Manche donnent naissance à un paysage unique. Il offre une biodiversité incomparable avec plus de 280 espèces migratoires et en fait un haut lieu de l'ornithologie !

> LA FALAISE DES CONFESIONNAUX

Située à Lion sur mer, c'est un espace naturel unique et sauvage. Les grottes, formées par l'assaut des marées, offrent un spectacle insolite. Cette falaise est également un site géologique et paléontologique de référence internationale pour la période du Bathonien supérieur (- 165 millions d'années).



OÙ TOUT S'ANIME

PROGRAMME

A Caen la mer, les événements ne manquent pas... Voici une sélection (non exhaustive) de là où il faut être !

LE CONCOURS DES PLAIDOIRES (JANVIER)

Au Mémorial de Caen.

PALMA FESTIVAL (AVRIL)

Explorations musicales et visuelles (concerts, street art...)

LE CARNAVAL ÉTUDIANT (AVRIL)

Le plus grand carnaval étudiant d'Europe.

INTERSTICE (MAI)

Festival dédié aux arts visuels, sonores et numérique.

EPOQUE (MAI)

Le salon du Livre de Caen.

LA NORMANDY CHANNEL RACE (MAI-JUIN)

Course nautique aux confins de la Manche et des mers d'Irlande et Celtique.

D-DAY FESTIVAL (JUIN)

Programme d'animations dans le cadre de l'anniversaire du Débarquement.

RÉTRO FESTIVAL (JUILLET)

Rassemblement de voitures anciennes à Caen.



FESTIVAL RARE (JUILLET)

Rendez-vous des voitures anciennes - Riva Auto Rétro Estival à Ouistreham Riva-Bella.

LE FESTIVAL BEAUREGARD (JUILLET)

Festival de musique pop rock.

LE BANQUET FANTASTIQUE (JUILLET)

Au château de Caen.

ECLATS DE RUE (JUILLET-AOÛT)

Spectacles de rue gratuits à Caen.

LES SABLES ANIMÉS (JUILLET-AOÛT)

Festival d'animations des plages de Caen la mer.

LA FÊTE DE LA COQUILLE SAINT-JACQUES À OUISTREHAM (OCTOBRE)

Produit phare de la région, c'est l'occasion d'acheter de belles coquilles en direct auprès des pêcheurs.

LES BORÉALES (NOVEMBRE)

Le plus important festival dédié à la culture nordique en Europe.

NOVEMBRE GOURMAND

Un mois entier dédié à la gastronomie et à la gourmandise (dégustations, animations, expositions...).

NOËL À CAEN (DÉCEMBRE)

Marché de Noël, grande roue et animations autour de la féerie de Noël.

Sans oublier toutes les expositions temporaires proposées dans les différents sites de la ville : Musée de Normandie, Musée des Beaux Arts, Mémorial de Caen, Abbaye aux Hommes,...

Le plus simple c'est de consulter notre agenda sur notre site internet !

CAEN MER

Destination Normandie

Office de Tourisme & des Congrès
Caen la mer - Normandie

12 Place Saint-Pierre
14000 CAEN

Tel : +33 (0)2 31 27 14 14
info@caenlamer-tourisme.fr

Tout est 

www.caenlamer-tourisme.fr

