



NORMANDIE

# LES RENDEZ-VOUS DU PARC

## Hiver 2026



LES MARAIS BLANCS



Maison du Parc - Carentan-les-Marais

02 33 71 65 30 - parc-cotentin-bessin.fr



#MARAISBLANCS



Parc naturel régional  
des Marais du  
Cotentin et du Bessin  
Une autre vie s'invite ici

# BIENVENUE



DANS LE PARC NATUREL RÉGIONAL DES  
MARAIS DU COTENTIN ET DU BESSIN

C'est la saison des **Marais blancs**, le Parc naturel régional et ses partenaires vous invitent à découvrir ou redécouvrir les marais du Cotentin et du Bessin en hiver.

Observer les oiseaux, comprendre la zone humide, se promener en attelage, profiter des veillées ou sortir en famille, vous trouverez dans ces rendez-vous du Parc l'ensemble des animations pour profiter des **marais blancs** !

**La réservation est obligatoire auprès de l'organisateur. Prévoyez bottes et jumelles !**



## MAISON DU PARC

02 33 71 65 30 et [accueil@parc-cotentin-bessin.fr](mailto:accueil@parc-cotentin-bessin.fr)

Animations du Parc réservables en ligne

[parc-cotentin-bessin.fr/reserver-une-animation](http://parc-cotentin-bessin.fr/reserver-une-animation)

## VIVEZ L'EXPÉRIENCE DES MARAIS BLANCS GRÂCE À DE NOMBREUX RENDEZ-VOUS !



Visiter  
en famille



Découvrir  
les ENS



Parcourir  
les réserves  
naturelles



Journées  
mondiales  
des zones  
humides



Animation  
gratuite



Animation  
payante



Réservation  
en ligne



#MARAISBLANCS

DIM. 18 JANVIER - 10H  
Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)

### Des marais à découvrir

Sortie nature - 2h30 

 **Maison du Parc**

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

DIM. 18 JANVIER - 10H  
Gorges

### Marais blancs et oiseaux hivernants

Sortie ornithologique - 2h 

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01  
[elan.nature.animations@gmail.com](mailto:elan.nature.animations@gmail.com)

MAR. 20 JANVIER - 9H  
Brévands

### Baie des Veys : ses oiseaux et ses phoques

Sortie nature - 2h 

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01  
[elan.nature.animations@gmail.com](mailto:elan.nature.animations@gmail.com)

JEU. 22 JANVIER - 10H  
Brévands

### Baie des Veys : ses oiseaux et ses phoques

Sortie nature - 2h 

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01  
[elan.nature.animations@gmail.com](mailto:elan.nature.animations@gmail.com)

VEN. 23 JANVIER - 15H   
Sainte-Marie-du-Mont

### Les oiseaux hivernants

Sortie ornithologique - 2h 

 **Maison du Parc**

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

SAM. 24 JANVIER - 10H  
Géfosse-Fontenay

### Rencontre avec les oiseaux de la baie

Sortie ornithologique - 2h 

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01  
[elan.nature.animations@gmail.com](mailto:elan.nature.animations@gmail.com)

DIM. 25 JANVIER - 9H30  
Montmartin-en-Graignes

### Les marais blancs de Carentan

Sortie ornithologique - 2h 

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01  
[elan.nature.animations@gmail.com](mailto:elan.nature.animations@gmail.com)

## COMPTAGE DES OISEAUX DES JARDINS

DIM. 25 JANVIER - 9H30  
Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)

Sciences participatives - 2h30 

 **Maison du Parc**

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



DIM. 25 JANVIER - 10H   
Sainte-Marie-du-Mont

### Les oiseaux hivernants

Sortie ornithologique - 2h 

 **Maison du Parc**

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

DIM. 25 JANVIER - 14H   
Doville

### La tourbière en hiver

Sortie nature - 2h 

 **Maison du Parc**

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

VEN. 30 JANVIER - 15H   
Sainte-Marie-du-Mont

### Les oiseaux hivernants

Sortie ornithologique - 2h 

 **Maison du Parc**

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

SAM. 31 JANVIER - 9H30  
Gorges

### Marais blancs et oiseaux hivernants

Sortie nature - 2h 

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01

[elan.nature.animations@gmail.com](mailto:elan.nature.animations@gmail.com)



JOURNÉES MONDIALES  
DES ZONES HUMIDES

DIM. 1 FÉVRIER - 10H   
 Carentan-les-Marais

### Les zones humides, un patrimoine commun

Sortie nature - 2h30 

 **Maison du Parc**

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

VEN. 6 FÉVRIER - 15H   
 Sainte-Marie-du-Mont

### Journée mondiale des zones humides

Sortie nature - 2h 

 **Maison du Parc**

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

SAM. 7 FÉVRIER - 10H30   
 Brévands

### Baie des Veys : ses oiseaux et ses phoques

Sortie nature - 2h 

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01

[elan.nature.animations@gmail.com](mailto:elan.nature.animations@gmail.com)

DIM. 8 FÉVRIER - 10H   
 Doville

### Journée mondiale des zones humides

Sortie nature - 2h 

 **Maison du Parc**

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

DIM. 8 FÉVRIER - 10h30 

Géfosse-Fontenay

## Rencontre avec les oiseaux de la baie

Sortie ornithologique - 2h 

 **Elan Nature** - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

MAR. 10 FÉVRIER - 18h30

Sainte-Marie-du-Mont

## Veillées du marais blanc

Veillée contée - 2h 

 **Office de tourisme de la Baie du Cotentin** - 02 33 21 00 33

VEN. 13 FÉVRIER - 15h  

Sainte-Marie-du-Mont

## Les oiseaux hivernants

Sortie ornithologique - 2h 

 **Maison du Parc**

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

SAM. 14 FÉVRIER - 14h30 

Trévières

## Marais et patrimoine au rythme des chevaux

Sortie attelage - 3h 

 **Office de Tourisme d'Isigny-**

**Omaha** - 02 31 21 46 00

[accueil@isigny-omaha-tourisme.fr](mailto:accueil@isigny-omaha-tourisme.fr)

DIM. 15 FÉVRIER - 9h30 

Saint-Germain-du-Pert

## Sortie nature dans les marais de l'Aure

Sortie nature - 2h 

 **Elan Nature** - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

SAM. 14 FÉVRIER - 9h30 

Picauville

## Les oiseaux du marais et des bois

Sortie ornithologique - 2h30 

 **L'oiseau arpenteur** - 07 83 47 41 80  
[laurentlegrand50@laposte.net](mailto:laurentlegrand50@laposte.net)

DIM. 15 FÉVRIER - 10h  

Carentan-les-Marais

(Saint-Côme-du-Mont)

## Oiseaux hivernants

Sortie ornithologique - 2h 

 **Maison du Parc** - 02 33 71 65 30

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

LUN. 16 FÉVRIER - 9h30 

Montmartin-en-Graignes

## Les marais blancs de Carentan

Sortie ornithologique - 2h 

 **Elan Nature** - 06 89 11 44 01

[elan.nature.animations@gmail.com](mailto:elan.nature.animations@gmail.com)

NORMANDIE



# Marais blancs

*du Cotentin et du Bessin*



Marais du Cotentin et du Bessin - Photo : L. Partie - Parc

#MARAISBLANCS

Maison du Parc - Carentan-les-Marais  
02 33 71 65 30 - [parc-cotentin-bessin.fr](http://parc-cotentin-bessin.fr)



LUN. 16 FÉVRIER - 14H



Brévands

**Baie des Veys : ses oiseaux et ses phoques**

Sortie nature - 2h

**i Élan Nature** - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

MAR. 17 FÉVRIER - 13H



Géfosse-Fontenay

**Rencontre avec les oiseaux de la baie**

Sortie ornithologique - 2h

**i Élan Nature** - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

MAR. 17 FÉVRIER - 18H30

Sainte-Mère-Eglise

**Veillées du marais blanc**

Veillée contée - 2h

**i Office de tourisme de la Baie du Cotentin** - 02 33 21 00 33

MER. 18 FÉVRIER - 10H

Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)**Des marais à découvrir**

Sortie nature - 2h30

**i Maison du Parc**

www.parc-cotentin-bessin.fr

MER. 18 FÉVRIER - 14H30



Marchésieux

**Les marais au rythme des chevaux**

Sortie attelage - 2h

**i Côte Ouest Centre Manche tourisme**

www.tourisme-cocom.fr

MER. 18 FÉVRIER - 15H



Doville

**La tourbière en hiver**

Sortie nature - 2h

**i Maison du Parc**

www.parc-cotentin-bessin.fr

JEU. 19 FÉVRIER - 8H



Géfosse-Fontenay

**Rencontre avec les oiseaux de la baie**

Sortie ornithologique - 2h

**i Élan Nature** - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

JEU. 19 FÉVRIER - 14H



Saint-Germain-du-Pert

**Sortie nature dans les marais de l'Aure**

Sortie nature - 2h

**i Élan Nature** - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

JEU. 19 FÉVRIER - 14h30

Saint-Martin-de-Varreville

**Atelier aquarelle marais  
blancs**Atelier - 2h30 *i* Office de Tourisme de la Baie du  
Cotentin - 02 33 21 00 33JEU. 19 FÉVRIER - 14h30  Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)**Comptage des pontes de  
grenouilles rousses**Sortie famille - 1h30 *i* Maison du Parc - 02 33 71 65 30  
accueil@parc-cotentin-bessinJEU. 19 FÉVRIER - 16h30 

Saint-Fromond

**Les Cigognes blanches  
hivernantes**Sortie ornithologique - 1h30 *i* Groupe ornithologique normand  
reservemaraistaute@gonm.orgVEN. 20 FÉVRIER - 14h 

Saint-Fromond

**Au château des cigognes**Sortie ornithologique - 2h *i* Élan Nature - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

VEN. 20 FÉVRIER - 14h30

Isigny-sur-Mer

**Les rois du camouflage**Sortie famille - 2h *i* Office de Tourisme d'Isigny-Omaha  
02 31 21 46 00  
accueil@isigny-omaha-tourisme.frDIM. 20 FÉVRIER - 15h  

Sainte-Marie-du-Mont

**Les oiseaux hivernants**Sortie ornithologique - 2h *i* Maison du Parc  
 www.parc-cotentin-bessin.frSAM. 21 FÉVRIER - 9h30 

Saint-Fromond

**Au château des cigognes**Sortie ornithologique - 2h *i* Élan Nature - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.comSAM. 21 FÉVRIER - 10h 

Saint-Marcouf

**Oiseaux du littoral et du  
marais**Sortie ornithologique - 2h *i* L'oiseau arpenteur - 07 83 47 41 80  
laurentlegrand50@laposte.net

SAM. 21 FÉVRIER - 14h30   
Saint-Germain-du-Pert

## Marais et gourmandise au rythme des chevaux

Sortie attelage - 3h 

 **Office de Tourisme d'Isigny-**

**Omaha** - 02 31 21 46 00

[accueil@isigny-omaha-tourisme.fr](mailto:accueil@isigny-omaha-tourisme.fr)

DIM. 22 FÉVRIER - 10h   
  
Sainte-Marie-du-Mont

## Les oiseaux hivernants

Sortie ornithologique - 2h 

 **Maison du parc**

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

MAR. 24 FÉVRIER  
Carentan-les-Marais

## Veillées du marais blanc

Veillée contée - 2h 

 **Office de tourisme de la Baie du**

**Cotentin** - 02 33 21 00 33

MER. 25 FÉVRIER - 10h   
Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)

## Des marais à découvrir

Sortie nature - 2h30 

 **Maison du Parc**

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

MER. 25 FÉVRIER - 14h30   
Marchésieux

## Les marais au rythme des chevaux

Sortie attelage - 2h 

 **Côte Ouest Centre Manche**

**tourisme**

 [www.tourisme-cocm.fr](http://www.tourisme-cocm.fr)

MER. 25 FÉVRIER - 15h   
  
Doville

## À la recherche des grenouilles rousses

Sortie nature - 2h 

 **Maison du Parc**

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

JEU. 26 FÉVRIER - 14h30  
Picauville  
(Cretteville)

## Atelier aquarelle marais blancs

Atelier - 2h30 

 **Office de Tourisme de la Baie du**

**Cotentin** - 02 33 21 00 33

JEU. 26 FÉVRIER - 14h30   
  
Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)

## Traces et indices

Sortie famille - 1h30 

 **Maison du Parc** - 02 33 71 65 30

[accueil@parc-cotentin-bessin.fr](mailto:accueil@parc-cotentin-bessin.fr)

# Où voir les marais blancs ?

*Le document pour partir à la découverte  
des marais du Cotentin et du Bessin*



**Demandez-le**

à la Maison du Parc, les Offices de tourisme  
ou à [télécharger sur parc-cotentin-bessin.fr](http://parc-cotentin-bessin.fr)



VEN. 27 FÉVRIER - 9h30  
Saint-Fromond

## Au château des cigognes

Sortie ornithologique - 2h 

 **Elan Nature** - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

VEN. 20 FÉVRIER - 14h30 

Isigny-sur-Mer

## Les rois du camouflage

Sortie famille - 2h 

 **Office de Tourisme d'Isigny-Omaha**  
02 31 21 46 00  
accueil@isigny-omaha-tourisme.fr

VEN. 27 FÉVRIER - 15h  

Sainte-Marie-du-Mont

## Les oiseaux hivernants

Sortie ornithologique - 2h 

 **Maison du Parc**  
 www.parc-cotentin-bessin.fr

VEN. 27 FÉVRIER - 16h

Géfosse-Fontenay

## Rencontre avec les oiseaux de la baie

Sortie ornithologique - 2h 

 **Elan Nature** - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

VEN. 27 FÉVRIER - 20h30

Marchésieux

## Veillée contée dans un manoir au coin du feu

Veillée contée - 2h 

 **Côte Ouest Centre Manche tourisme**

 www.tourisme-cocm.fr

SAM. 28 FÉVRIER - 9h30

Saint-Fromond

## Au château des cigognes

Sortie ornithologique - 2h 

 **Elan Nature** - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

SAM. 28 FÉVRIER - 14h30 

Isigny-sur-Mer

## Le marais de l'Elle au rythme des chevaux

Sortie attelage - 3h 

 **Office de Tourisme d'Isigny-Omaha** - 02 31 21 46 00  
accueil@isigny-omaha-tourisme.fr



DIM. 1 MARS - 10H

*Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)***Des marais à découvrir**Sortie nature - 2h30  **Maison du Parc** [www.parc-cotentin-bessin.fr](http://www.parc-cotentin-bessin.fr)

MER. 4 MARS - 10H

*Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)***Des marais à découvrir**Sortie nature - 2h30  **Maison du Parc** [www.parc-cotentin-bessin.fr](http://www.parc-cotentin-bessin.fr)

MER. 4 MARS - 14H30

*Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)***Atelier aquarelle marais blancs**Atelier - 2h30  **Office de Tourisme de la Baie du Cotentin** - 02 33 21 00 33

JEU. 5 MARS - 14H30

*Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)***Traces et indices**Sortie famille - 1h30  **Maison du Parc** - 02 33 71 65 30  
[accueil@parc-cotentin-bessin.fr](mailto:accueil@parc-cotentin-bessin.fr)

SAM. 7 MARS - 9H30

*Brévands***Baie des Veys : ses oiseaux et ses phoques**Sortie nature - 2h  **Élan Nature** - 06 89 11 44 01[elan.nature.animations@gmail.com](mailto:elan.nature.animations@gmail.com)

SAM. 7 MARS - 14H

*Vouilly***Les hivernales**Randonnée - 3h  **Office de Tourisme d'Isigny-Omaha**

02 31 21 46 00

[accueil@isigny-omaha-tourisme.fr](mailto:accueil@isigny-omaha-tourisme.fr)

DIM. 8 MARS - 10H

*Liesville-sur-Douve***Les oiseaux du marais**Sortie ornithologique - 2h30  **L'oiseau arpenteur** - 07 83 47 41 80[laurentlegrand50@laposte.net](mailto:laurentlegrand50@laposte.net)

DIM. 8 MARS - 10H

*Sainte-Marie-du-Mont***Découverte des phoques**Sortie nature - 2h  **Maison du Parc** [www.parc-cotentin-bessin.fr](http://www.parc-cotentin-bessin.fr)

VEN. 13 MARS - 15H



Sainte-Marie-du-Mont

**Les oiseaux hivernants**

Sortie ornithologique - 2h

*i* Maison du Parc

www.parc-cotentin-bessin.fr

SAM. 14 MARS - 9H30

Géfosse-Fontenay

**Rencontre avec les oiseaux de la baie**

Sortie ornithologique - 2h

*i* Élan Nature - 06 89 11 44 01

elan.nature.animations@gmail.com

DIM. 15 MARS - 10H

Carentan-les-Marais

(Saint-Côme-du-Mont)

**Des marais à découvrir**

Sortie nature - 2h30

*i* Maison du Parc

www.parc-cotentin-bessin.fr

VEN. 20 MARS - 20H



Sainte-Marie-du-Mont

**Nuit de la chouette**

Sortie ornithologique - 2h

*i* Maison du Parc

www.parc-cotentin-bessin.fr

SAM. 21 MARS - 9H



Graignes - Mesnil-Angot

**Les oiseaux du marais**

Sortie ornithologique - 3h

*i* Groupe ornithologique normand

reservemaraistaute@gonm.org

SAM. 21 MARS - 9H30

Saint-Fromond

**Au château des cigognes**

Sortie ornithologique - 2h

*i* Élan Nature - 06 89 11 44 01

elan.nature.animations@gmail.com

DIM. 22 MARS - 10H

Beuzeville-la-Bastille

**Les oiseaux du marais**

Sortie ornithologique - 2h30

*i* L'oiseau arpenteur - 07 83 47 41 80

laurentlegrand50@laposte.net

DIM. 22 MARS - 10H



Doville

**Le réveil de la tourbière**

Sortie nature - 2h

*i* Maison du Parc

www.parc-cotentin-bessin.fr

SAM. 28 MARS - 9h30  
Saint-Fromond

### Au château des cigognes

Sortie ornithologique - 2h 

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01  
elan.nature.animations@gmail.com

DIM. 29 MARS - 10h  
Carentan-les-Marais  
(Saint-Côme-du-Mont)

### Escale migratoire

Sortie ornithologique - 2h30 

 **Maison du Parc**  
 [www.parc-cotentin-bessin.fr](http://www.parc-cotentin-bessin.fr)



**NORMANDIE**

# Où voir les oiseaux ?

*Le document pour  
partir à la découverte des  
marais du Cotentin et du Bessin*

**Maison du Parc** - Carentan-les-Marais  
02 33 71 65 30 [parc-cotentin-bessin.fr](http://parc-cotentin-bessin.fr)





# Maison du Parc

## MAISON DU PARC

En hiver, depuis la Maison du Parc, accédez au sentier de l'Espace naturel sensible des marais des Ponts d'Ouve gratuitement **du mercredi au dimanche de 9h30 à 17h30** (en fonction des niveaux d'eau le parcours hivernal de 2km peut ne pas être complètement accessible).

**Du 14 février au 8 mars, la Maison du Parc est ouverte du mercredi au dimanche, de 9h30 à 13h et de 14h à 17h30.**

Réouverture du site aux conditions habituelles mercredi 1er avril.



### TARIFS INDIVIDUELS



	Tarif plein	Tarif réduit <sup>(2)</sup>	Famille
Passemarais <sup>(1)</sup>	<b>5 €</b>	<b>2,50 €<sup>(2)</sup></b>	-
Visite guidée	<b>8 €</b>	<b>4 €<sup>(3)</sup></b>	<b>17 €<sup>(4)</sup></b>
Atelier Ecole des Envolées	<b>10 €</b>	-	-

<sup>(1)</sup>Accès illimité en visite libre, valable pour l'année en cours. Gratuit < 25 ans et situation de handicap ; <sup>(2)</sup>Etudiants, demandeurs d'emploi ; <sup>(3)</sup>6-25 ans, étudiants, demandeurs d'emploi et situation de handicap ; <sup>(4)</sup>1 à 2 adultes et jeunes de < 16 ans



## VENIR DANS LE PARC NATUREL RÉGIONAL

CHERBOURG-  
EN-COTENTIN



N13



CARENTAN-  
LES-MARais

LISON

N13

BAYEUX

CAEN

GRANVILLE



SAINT-LÔ



**1 MAISON DU PARC**  
Espace Naturel Sensible des  
Marais des Ponts d'Ouve -  
Carentan-les-Marais



**2 Réserve Naturelle  
Nationale du Domaine  
de Beauguillot -  
Sainte-Marie-du-Mont**



**3 Réserve Naturelle  
Nationale de la  
Sanglierie et de  
l'Adriennerie - Doville**

**Contact**  
02 33 71 65 30

accueil@parc-cotentin-bessin.fr

**Programme d'animations sur :**  
**[parc-cotentin-bessin.fr](http://parc-cotentin-bessin.fr)**

