



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



#MARAISBLANCS



# 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 

 **Élan 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

DIM. 15 FÉVRIER - 9H30 

Saint-Germain-du-Pert

## Sortie nature dans les marais de l'Aure

Sortie nature - 2h 

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01

elan.nature.animations@gmail.com


DIM. 15 FÉVRIER - 10H



Picauville

## Les oiseaux du marais et des bois

Sortie ornithologique - 2h30 

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

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01

elan.nature.animations@gmail.com

# Marais blancs

*du Cotentin et du Bessin*



#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 

 **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 

 **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 

 **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 

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

MER. 18 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. 18 FÉVRIER - 15H    
Doville

### La tourbière en hiver


Sortie nature - 2h 

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

JEU. 19 FÉVRIER - 8H   
Géfosse-Fontenay

### Rencontre avec les oiseaux de la baie


Sortie ornithologique - 2h 

 **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 

 **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 

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

JEU. 19 FÉVRIER - 14H30    
*Carentan-les-Marais*  
(*Saint-Côme-du-Mont*)

### Comptage des pontes de grenouilles rouges

Sortie famille - 1h30 

 **Maison du Parc** - 02 33 71 65 30  
accueil@parc-cotentin-bessin

JEU. 19 FÉVRIER - 16H30   
*Saint-Fromond*

### Les Cigognes blanches hivernantes


Sortie ornithologique - 1h30 

 **Groupe ornithologique normand**  
reservemaraistaute@gonm.org

VEN. 20 FÉVRIER - 14H   
*Saint-Fromond*

### Au château des cigognes

Sortie ornithologique - 2h 

 **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 

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

DIM. 20 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. 21 FÉVRIER - 9H30   
*Saint-Fromond*

### Au château des cigognes

Sortie ornithologique - 2h 

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

SAM. 21 FÉVRIER - 10H   
*Saint-Marcouf*

### Oiseaux du littoral et du marais

Sortie ornithologique - 2h 

 **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 rouges**

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**

VEN. 27 FÉVRIER - 9H30  
*Saint-Fromond*

### Au château des cigognes

Sortie ornithologique - 2h 

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

VEN. 27 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](http://www.parc-cotentin-bessin.fr)

VEN. 27 FÉVRIER - 16H  
*Géfosse-Fontenay*

### Rencontre avec les oiseaux de la baie

Sortie ornithologique - 2h 

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

SAM. 28 FÉVRIER - 9H30  
*Saint-Fromond*

### Au château des cigognes


Sortie ornithologique - 2h 

 **Élan 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-Omah**  
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 

 **Maison du Parc**

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

SAM. 14 MARS - 9H30

*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. 15 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)

VEN. 20 MARS - 20H 

*Sainte-Marie-du-Mont*

## **Nuit de la chouette**

Sortie ornithologique - 2h 

 **Maison du Parc**

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

SAM. 21 MARS - 9H 

*Graignes - Mesnil-Angot*

## **Les oiseaux du marais**

Sortie ornithologique - 3h 

 **Groupe ornithologique normand**

[reservemaraistaute@gonm.org](mailto:reservemaraistaute@gonm.org)

DIM. 22 MARS - 9H30

*Saint-Fromond*

## **Au château des cigognes**

Sortie ornithologique - 2h 

 **Élan Nature** - 06 89 11 44 01

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

DIM. 22 MARS - 10H

*Beuzeville-la-Bastille*

## **Les oiseaux du marais**

Sortie ornithologique - 2h30 

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

[laurentlegrand50@laposte.net](mailto:laurentlegrand50@laposte.net)

DIM. 22 MARS - 10H 

*Doville*

## **Le réveil de la tourbière**

Sortie nature - 2h 

 **Maison du Parc**

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

MARS 2026



**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) |   en téléchargement

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

Photo : Rémi Legaittevin



## 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>	5 €	2,50 € <sup>(2)</sup>	-
Visite guidée	8 €	4 € <sup>(3)</sup>	17 € <sup>(4)</sup>
Atelier Ecole des Envolées	10 €	-	-

<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

### Contact

02 33 71 65 30

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

3

2

CARENTAN-  
LES-MARAIS

LISON

BAYEUX

CAEN

SAINT-LÔ

GRANVILLE



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



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



**Réserve Naturelle  
Nationale de la  
Sangsurière et de  
l'Adriennerie - Dовille**

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

