



ÉDITION  
**2022**

Les  
**ESPACES  
NATURELS  
SENSIBLES**  
de la Manche

**VISITES GUIDÉES  
GRATUITES**



# À la découverte des Espaces naturels sensibles de la Manche!



**Les falaises, les dunes, les landes, les marais, les forêts et le bocage participent à la grande diversité des milieux naturels qui font la richesse de la Manche.**

Véritables joyaux de la biodiversité, les Espaces naturels sensibles (ENS) sont des sites reconnus pour leurs patrimoines naturels exceptionnels. Le conseil départemental s'est depuis longtemps engagé dans la protection de ce patrimoine très diversifié et parfois menacé en préservant 26 sites naturels d'exception répartis sur l'ensemble du territoire.

Ces sites ont également pour vocation d'être ouverts au public. Les animations qui vous sont proposées dans ce calendrier, sur 19 ENS, sont autant d'initiatives qui permettent la sensibilisation, l'observation et la compréhension de la nature.

Depuis plus de 10 ans, ce sont en moyenne 1 000 participants qui profitent chaque année de l'expertise et de la passion d'animateurs pour découvrir les richesses préservées sur notre département, à l'instar du cap de Carteret, de la lande tourbeuse des Cent Vergées et des fours à chaux de Cavigny.

Ces nouvelles visites commentées vous permettront de vous initier en famille ou entre amis au chant des oiseaux, de découvrir toutes les richesses des milieux dunaires ou encore d'entrer dans le monde fascinant des chauves-souris. Autant de thématiques diverses et d'ambiances différentes qui vous permettront de mieux percevoir la richesse naturelle de la Manche.

Je vous souhaite de très belles balades et découvertes au cœur de ces espaces d'exception, au cœur de la Manche.

**Jean Morin**

*Président du conseil départemental de la Manche*

## Sommaire

- 4 Dates à retenir
- 6 Les 26 sites ENS de la Manche
- 8  Les falaises
- 12  Les dunes
- 15  Les landes
- 17  Les forêts et bocages
- 20  Les marais
- 23 L'application mobile **KIT**®



## Dates à retenir

### MARS

- Sam. 12 **Marais des Ponts d'Ouve**  
 Dim. 13 **Marais des Ponts d'Ouve**  
 Dim. 27 **Marais des Ponts d'Ouve**

### AVRIL

- Dim. 3 **Marais des Ponts d'Ouve**  
 Sam. 9 **Roselière des Rouges-Pièces**  
**Dunes de la côte des Isles**  
 (opération fréquence grenouille)  
 Mar. 12 **Fosse Arthour**  
 Sam. 16 **Prés de la Sienne**  
 Sam. 23 **Carrière et fours à chaux de Cavigny**  
**Dunes de Pirou**  
 Ven. 29 **Cap de Carteret**

### MAI

- Sam. 7 **Roches de Ham**  
 Dim. 8 **Marais des Ponts d'Ouve** (opération  
 fréquence grenouille)  
 Mer. 18 **Parc l'Évêque**  
 Jeu. 19 **Fosse Arthour** (dans le cadre de la  
 Fête de la nature)  
 Sam. 21 **Abords de l'abbaye de Hambye**  
**Marais d'Auxais**

### JUIN

- Sam. 11 **Dunes et Marais de l'Est Cotentin**  
 Dim. 19 **Marais des Ponts d'Ouve**  
 Sam. 25 **Tourbière de la Lande Mouton**

### JUILLET

- Jeu. 7 **Cap de Carteret**  
 Mar. 12 **Dunes de la côte des Isles**  
 Mer. 13 **Bois d'Ardennes**  
 Ven. 15 **Dunes de la côte des Isles**

### JUILLET (suite)

- Mar. 19 **Lande tourbeuse des Cent Vergées**  
**Dunes d'Anneville**  
**et de Gouville-sur-Mer**  
 Mer. 20 **Dunes de Pirou**  
 Jeu. 21 **Carrière et fours à chaux de Cavigny**  
 Ven. 22 **Marais des Ponts d'Ouve**  
**Fosse Arthour**  
**Cascades de Mortain**  
 Mar. 26 **Dunes et Marais de l'Est Cotentin**  
**Marais d'Auxais**  
 Mer. 27 **Dunes d'Anneville**  
**et de Gouville-sur-Mer**  
 Jeu. 28 **Fosse Arthour**  
**Abords de l'abbaye de Hambye**  
 Ven. 29 **Marais des Ponts d'Ouve**  
**Tourbière du Pré Maudit**  
**Dunes de Pirou**

### AOÛT

- Mar. 2 **Tourbière de la Lande Mouton**  
 Mer. 3 **Roselière des Rouges-pièces**  
 Jeu. 4 **Abords de l'abbaye de Hambye**  
**Dunes de la côte des Isles**  
 Ven. 5 **Cascades de Mortain**  
 Mar. 9 **Dunes de la côte des Isles**  
**Lande tourbeuse des Cent Vergées**  
 Mer. 10 **Tourbière du Pré Maudit**  
 Ven. 12 **Marais des Ponts d'Ouve**  
 Sam. 13 **Tourbière de la Lande Mouton**  
 Dim. 14 **Fosse Arthour**  
 Mer. 17 **Fosse Arthour**  
 Jeu. 18 **Abords de l'abbaye de Hambye**  
 Vend. 19 **Bois d'Ardennes**  
 Mar. 23 **Dunes de la côte des Isles**  
 Mer. 24 **Fosse Arthour**  
**Marais des Ponts d'Ouve**

### AOÛT (suite)

- Jeu. 25 **Dunes d'Anneville et**  
**de Gouville-sur-Mer**  
**Fosse Arthour** (dans le cadre de la  
 nuit européenne de la chauve souris)  
**Cap de Carteret**  
 Ven. 26 **Abords de l'abbaye de Hambye**  
 (dans le cadre de la nuit européenne  
 de la chauve-souris)  
 Sam. 27 **Parc l'Évêque** (dans le cadre de la  
 nuit européenne de la chauve-souris)

### SEPTEMBRE

- À l'occasion des journées européennes du  
 patrimoine  
 Sam. 17 **Carrière et fours à chaux de Cavigny**  
 Dim. 18 **Marais des Ponts d'Ouve**  
**Parc l'Évêque**

### OCTOBRE

- Sam. 15 **Bois d'Ardennes**  
 Mer. 19 **Prés de la Sienne**  
 Mar. 25 **Fosse Arthour**

## Conseils et précautions avant chaque sortie

- Aucune restauration n'est prévue sur place.
- Les enfants mineurs doivent impérativement être accompagnés par un adulte.
- Ne laissez aucun détritrus et papier gras sur votre passage.
- Éviter le dérangement des animaux et la cueillette.
- Les chiens sont interdits, même tenus en laisse.
- Prévoir chaussures de randonnée ou bottes pour les milieux humides.
- Portez des vêtements à manches longues pour éviter les tiques.

## INFORMATION COVID-19

En raison des incertitudes liées à l'évolution de l'épidémie de COVID-19, les conditions d'accueil du public sur les Espaces naturels sensibles de la Manche sont susceptibles d'être modifiées.

L'animateur se réserve le droit d'adapter le thème et la durée de la sortie et de refuser toute personne ne respectant pas les consignes sanitaires en vigueur le jour de l'animation.

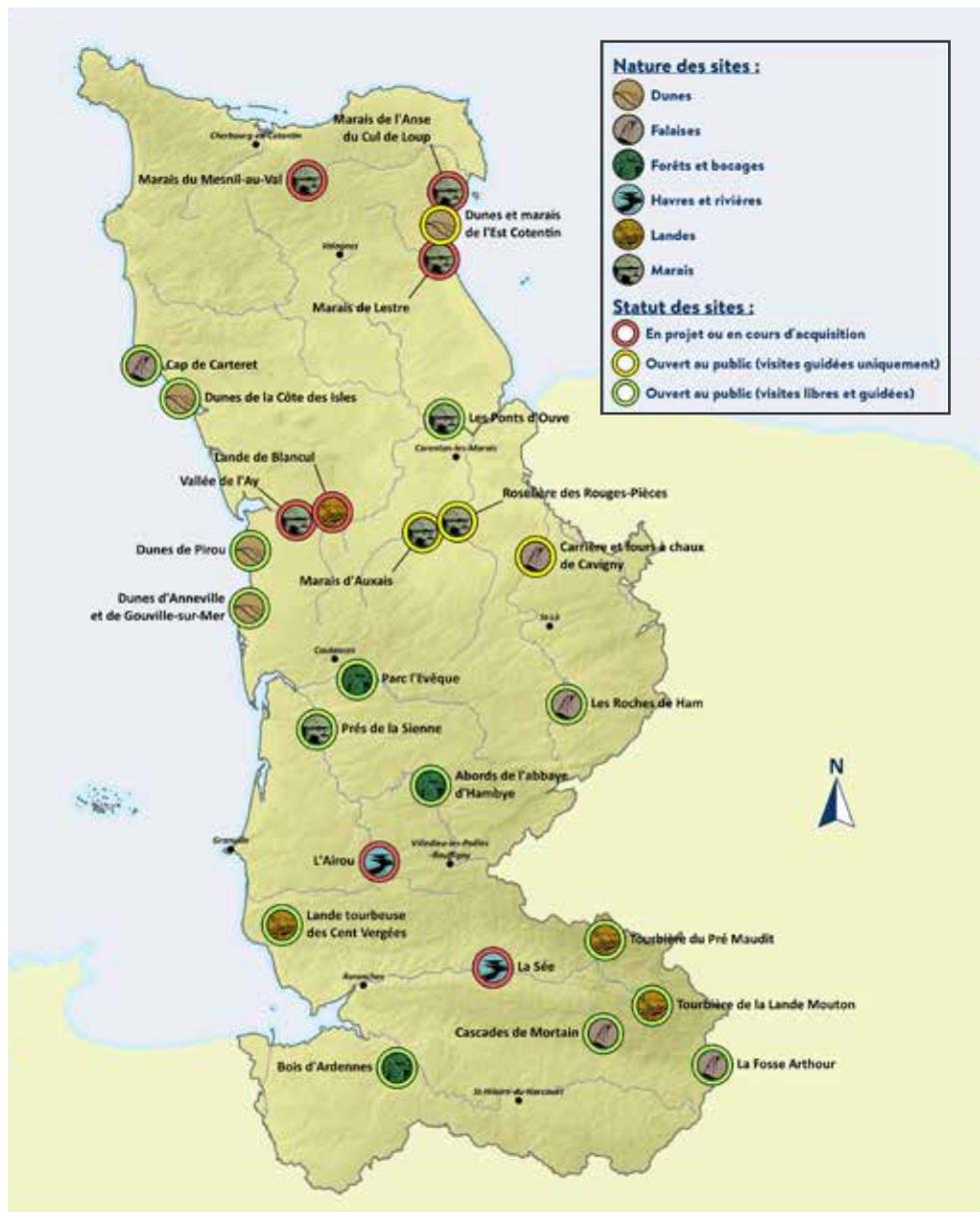
! Toute participation à une animation est conditionnée à une inscription obligatoire par téléphone auprès de la structure animatrice, dont les coordonnées figurent dans les descriptifs détaillés de ce guide.



# LES 26 SITES ENS

## du Département de la Manche

Les sites inscrits au schéma départemental des « Espaces naturels sensibles » de la Manche





# Les falaises

Tournée vers la mer sur 350 kilomètres de côtes, la Manche est dotée de falaises maritimes comptant pour certaines parmi les plus hautes de France. L'intérieur du département n'est pas en reste : sa localisation spécifique aux confins du massif armoricain lui procure par endroits des reliefs marqués et torturés aux affleurements rocheux spectaculaires.

## ► FOSSE ARTHOUR

Rochers et éboulis entre Manche et Orne



- **Lieu de rendez-vous** : parking de l'Espace naturel sensible (près de l'auberge), Saint-Georges-de-Rouelley
- **Prévoir** : chaussures adaptées

En partenariat avec le conseil départemental de l'Orne



### Mardi 12 avril à 14h

PNR Normandie-Maine // Le réveil de la nature à la Fosse Arthour

*Le printemps est la saison où la nature se réveille et où de nombreuses espèces pointent le bout de leur nez, comme la jacinthe des bois ou la fauvette à tête noire. Pour l'occasion, découvrez la Fosse Arthour et les multiples espèces de cet Espace naturel sensible.*

- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 3,5 km
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du Parc naturel régional Normandie-Maine au 02 33 81 13 33

### Jeudi 19 mai à 14h

PNR Normandie-Maine // Sortie Fête de la Nature  
*Dans le cadre de la Fête de la nature, venez découvrir l'Espace naturel sensible de la Fosse Arthour. L'occasion d'observer la biodiversité dans un cadre naturel, entre forêt, rivière, lande et pierrier.*

- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 3,5 km
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du Parc naturel régional Normandie-Maine au 02 33 81 13 33

### Vendredi 22 juillet à 14h

PNR Normandie-Maine // Petit géologue en herbe  
**spécial familles - 14 ans**

*Partez à la découverte des paysages géologiques de la Fosse Arthour. Entre les pierriers ou l'étude des sables armoricains sur les hauteurs des crêtes rocheuses, vous saurez tout sur la formation de nos paysages.*

- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 3,5 km
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du Parc naturel régional Normandie-Maine au 02 33 81 13 33

### Jeudi 28 juillet à 14h

PNR Normandie-Maine // Les papillons de la Fosse Arthour

*Les pieds dans la lande, sur les chemins forestiers ou aux abords de l'étang, découvrez le monde fabuleux des papillons à la Fosse Arthour. Vous apprendrez à identifier les différentes espèces et peut-être aurez-vous la chance d'observer des spécimens rares, comme le Petit mars changeant.*

- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 3,5 km
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du Parc naturel régional Normandie-Maine au 02 33 81 13 33

### Dimanche 14 août à la journée

PNR Normandie-Maine // Journée portes ouvertes à la Fosse Arthour – visites à 10h et 14h

*Durant cette journée, deux visites guidées de cet Espace naturel sensible auront lieu : le matin à 10h, « Biodiversité armoricaine », et l'après-midi à 14h, « Nature et géologie ». Un stand sera présent à l'entrée du site, proposant documentation, informations et outils pédagogiques.*

- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 5 km
- **Renseignements** auprès du Parc naturel régional Normandie-Maine au 02 33 81 13 33

### Mercredi 17 août à 14h

PNR Normandie-Maine // Les richesses naturelles de la Fosse Arthour

*Au cœur du massif armoricain, laissez-vous transporter par l'environnement unique de la Fosse Arthour ! Entre crêtes rocheuses, rivière, lande et forêt, vous découvrirez la biodiversité fragile et protégée de cet Espace naturel sensible.*

- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 5 km
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du Parc naturel régional Normandie-Maine au 02 33 81 13 33

### Mercredi 24 août à 14h

PNR Normandie-Maine // Naturaliste en herbe à la Fosse Arthour

**spécial familles - 14 ans**

*À destination des petits aventuriers, venez découvrir le site emblématique et naturel de la Fosse Arthour. L'occasion de devenir de véritables explorateurs en partant à la conquête des insectes et des fleurs sauvages.*

- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 3,5 km
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du Parc naturel régional Normandie-Maine au 02 33 81 13 33

### Jeudi 25 août à 20h30

(dans le cadre de la nuit internationale de la chauve-souris) 

GMN // Nuit de la chauve-souris

*Venez découvrir le monde fascinant des chauves-souris ! Vous pénétrerez dans l'intimité de ces petits mammifères volants au détour d'un diaporama suivi d'une balade nocturne. N'oubliez pas votre lampe et un vêtement chaud !*

- **Lieu de rendez-vous** : Salle polyvalente de Saint-Georges de Rouelley à 20h30 pour la présentation du diaporama avant la balade nocturne à la Fosse Arthour
- **Renseignements** auprès du GMN au 09 54 53 85 61
- **Inscription obligatoire** auprès du Département de la Manche au 02 33 05 95 25



### Mardi 25 octobre à 14h

PNR Normandie-Maine // Balade automnale à la Fosse Arthour

*L'automne ! La saison où les arbres de la Fosse Arthour se parent de leurs plus belles couleurs. Venez vous immerger au cœur de ce site mythique. Les pieds dans la lande ou en forêt, sur des éperons rocheux ou au bord de la rivière, vous randonnerez dans des paysages typiques du Massif armoricain.*

- **Durée** : 2h30
- **Parcours** : 8 km
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du Parc naturel régional Normandie-Maine au 02 33 81 13 33



## CAP DE CARTERET

À l'aplomb de la mer



- Lieu de rendez-vous : 1<sup>er</sup> parking du cap, à l'entrée du site protégé (juste avant les barrières)
- Durée : 2h
- Prévoir : chaussures de marche et bouteille d'eau

**Vendredi 29 avril, jeudi 7 juillet et jeudi 25 août à 14h**

SYMEL // Cap de Carteret : entre patrimoine naturel et culturel

*Accompagné du garde du littoral, partez à la découverte des patrimoines naturel, historique et culturel de ce site.*

- Renseignements et réservation obligatoire auprès du SYMEL au 06 32 64 71 89

## CARRIÈRE ET FOURS À CHAUX DE CAVIGNY

Un patrimoine historique en bordure de Vire



- Lieu de rendez-vous : Parking des fours à chaux de Cavigny (à partir de Pont-Hébert, prendre la RD446 en direction de Cavigny sur 3,2 km)
- Durée : 2h à 2h30
- Parcours : 2 km
- Prévoir : chaussures de randonnée

**Samedi 23 avril à 15h**

CPIE du Cotentin // Plantes comestibles et médicinales à Cavigny

*Ortie, plantain, nombril de Vénus, berce spondyle... Nombreuses sont les plantes du bocage dont on peut se nourrir et qui soulagent divers maux. Venez découvrir leurs vertus et apprendre à les reconnaître.*

- Renseignements et réservation obligatoire auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

**Jeudi 21 juillet à 15h**

CPIE du Cotentin // Papillons et C<sup>ie</sup>

*À l'aide de filets, vous pourrez observer de près ces insectes ailés, apprendre à les reconnaître et découvrir leur mode de vie. Quant aux fours à chaux, ils abritent aujourd'hui des prédateurs naturels des papillons nocturnes. Voyez-vous lesquels ? Cette sortie est également bien adaptée aux enfants.*

- Renseignements et réservation obligatoire auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

**Samedi 17 septembre à 15h**

CPIE du Cotentin // Les trésors de la carrière de Cavigny (dans le cadre des Journées européennes du patrimoine)

*Venez découvrir la richesse floristique de ce site naturel exceptionnel, son patrimoine bâti lié à d'anciens fours à chaux du XIX<sup>e</sup> siècle (utilisés comme gîte pour les chauves-souris) et sa gestion actuelle.*

- Renseignements et réservation obligatoire auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## ROCHES DE HAM

Un panorama exceptionnel sur la Vire



**Samedi 7 mai à 10h30**

AVRIL // Balade aux Roches de Ham

*Entre minéral et vivant, venez admirer les arbres, les fleurs et les animaux de ce site vertigineux.*

Lieu de rendez-vous : parking des Roches de Ham (crêperie), à Condé-sur-Vire

- Durée : 2h
- Parcours : 2,5 km
- Prévoir : chaussures de marche et bouteille d'eau
- Renseignements et réservation obligatoire auprès de l'association AVRIL au 02 33 19 00 35

## LES CASCADES DE MORTAIN

Un cadre magique parmi les roches, l'eau et la végétation luxuriante



- Lieu de rendez-vous : place du château, à Mortain-Bocage
- Durée : 2h30
- Parcours : 2,8 km
- Prévoir : chaussures de randonnée

**Vendredi 22 juillet et vendredi 5 août à 15h**

CPIE du Cotentin // Cascades de Mortain

*La succession de cascades enserrées dans un canyon crée une ambiance particulièrement fraîche, favorisant la présence d'une flore exceptionnelle mais insoupçonnée au premier abord. Découvrez cette biodiversité et les légendes de diable et d'ondines qui ont marqué ces lieux.*

- Renseignements et réservation obligatoire auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06





# Les dunes

Les massifs dunaires de la Manche comptent parmi les plus spectaculaires et les plus étendus sur le plan national. Ces habitats particuliers participent de façon notable à la biodiversité et à l'identité du département.

## ► DUNES DE LA CÔTE DES ISLES

Entre dunes et mielles



### Samedi 9 avril à 20h

CPIE du Cotentin // Opération « Fréquence grenouille »



Au printemps, grenouilles, crapauds et tritons se donnent rendez-vous dans les mares pour se reproduire. Venez les écouter et les observer dans leur intimité. Apprenez à reconnaître quelques espèces et les moyens de les préserver.

- **Lieu de rendez-vous** : parking de la plage de Saint-Georges-de-la-Rivière
- **Durée** : 2h • **Parcours** : 1,5 km
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Mardi 12 juillet à 15h

CPIE du Cotentin // Papillons et C<sup>ie</sup>

À l'aide de filets, vous pourrez observer de près ces insectes ailés, apprendre à les reconnaître et découvrir leur mode de vie dans ces espaces dunaires remarquables. Ce sera aussi l'occasion de porter votre regard sur le petit peuple des insectes.

- **Lieu de rendez-vous** : parking de la plage de Saint-Georges-de-la-Rivière
- **Durée** : 2h • **Parcours** : 1,5 km
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Vendredi 15 juillet et jeudi 4 août à 15h

CPIE du Cotentin // Les trésors de la flèche dunaire  
Pour tout savoir sur la formation de cet espace dunaire remarquable (qui délimite le havre de Carteret), sa flore, sa faune et son évolution.

- **Lieu de rendez-vous** : station de sauvetage de Barneville-plage
- **Durée** : 2h • **Parcours** : 3,5 km
- **Prévoir** : chaussures de randonnée et protection solaire
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Mardi 9 août à 15h

CPIE du Cotentin // Conte la nature dans les dunes  
**spécial familles (à partir de 6 ans)**

Par un après-midi d'été, venez vous balader en bord de mer pour écouter et imaginer, dans les dunes, des histoires pour petits et plus grands, pleines d'embruns, de vent, d'animaux et de marins.

- **Lieu de rendez-vous** : parking de la plage de Saint-Georges-de-la-Rivière
- **Durée** : 2h • **Parcours** : 1,5 km
- **Prévoir** : tennis et protection solaire
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Mardi 23 août à 15h

CPIE du Cotentin // Faune et flore des dunes

Il faut se transformer en lilliputien pour découvrir les plantes du sable (orpin, lotier, mousses...) adaptées à des conditions de vie extrêmes (vent, dessèchement, sol pauvre...) et les petites bêtes qui y vivent (escargots, insectes...).

- **Lieu de rendez-vous** : parking de la plage de Saint-Georges-de-la-Rivière
- **Durée** : 2h • **Parcours** : 1,5 km
- **Prévoir** : Chaussures de randonnée et protection solaire
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## ► DUNES D'ANNEVILLE ET DE GOUVILLE-SUR-MER

À la découverte d'un vaste espace dunaire



### Mardi 19 juillet à 15h

CPIE du Cotentin // En quête de nature

**Spécial familles (adapté pour les 4/12 ans)**

Venez découvrir cet espace dunaire en famille et mettez tous vos sens en éveil pour résoudre quelques énigmes sur la faune et la flore du site. Le guide nature sera à votre écoute pour échanger avec vous sur vos trouvailles.

- **Lieu de rendez-vous** : parking en bord de mer situé au bout de la rue Barré (prolongement de la D344) à Gouville-sur-Mer
- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 2 km
- **Prévoir** : tennis et protection solaire
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Mercredi 27 juillet à 15h

CPIE du Cotentin // Papillons et C<sup>ie</sup>

À l'aide de filets, vous pourrez observer de près ces insectes ailés, apprendre à les reconnaître et découvrir leur mode de vie dans ces espaces dunaires remarquables. Ce sera aussi l'occasion de porter votre regard sur le petit peuple des insectes.

- **Lieu de rendez-vous** : parking en bord de mer situé au bout de la rue Barré (prolongement de la D344) à Gouville-sur-Mer
- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 2 km
- **Prévoir** : tennis et protection solaire
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## Jeudi 25 août à 15h

CPIE du Cotentin // Trésors des dunes

Un guide nature vous apprendra à identifier les principales espèces de plantes des dunes, quelques animaux des sables et vous comprendrez mieux l'évolution de ces sites littoraux.

- **Lieu de rendez-vous** : parking en bord de mer situé au bout de la rue Barré (prolongement de la D344) à Gouville-sur-Mer
- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 2 km
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06



## ► DUNES DE PIROU

Un paysage façonné par l'homme



- **Lieu de rendez-vous** : parking du camping du Clos marin, à Pirou
- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 2 km

### Samedi 23 avril à 15h

CPIE du Cotentin // Z'œufs de piste

**spécial familles**

À la suite de Pâques, découvrez lors d'un parcours en famille ponctué de questions, les animaux sous l'angle de leurs œufs : insectes et araignées, lézards, oiseaux, amphibiens. Le guide nature sera à votre écoute à la fin du jeu pour échanger avec vous sur vos trouvailles. (départs échelonnés de 15h à 16h).

- **Prévoir** : chaussures de sport
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Mercredi 20 juillet à 20h30

CPIE du Cotentin // Un soir d'été dans les dunes

Au cours d'une balade à l'heure où le soleil décline sur l'horizon, venez découvrir la flore et la faune particulières des dunes et laissez-vous surprendre par leur mode de vie singulier.

- **Prévoir** : chaussures de sport
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Vendredi 29 juillet à 15h

CPIE du Cotentin // Conte la nature

**spécial familles (à partir de 6 ans)**

Par un après-midi d'été, venez vous balader en bord de mer pour écouter et imaginer, dans les dunes, des histoires pour petits et grands, pleines d'embruns, de vent, d'animaux et de marins.

- **Prévoir** : chaussures de sport et protection solaire
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## ► DUNES ET MARAIS DE L'EST COTENTIN

Marais et canaux au contact de la mer



- **Lieu de rendez-vous** : parking de la mairie d'Aumeville-Lestre
- **Durée** : 2h30
- **Parcours** : 2 km
- **Prévoir** : chaussures de randonnée

### Samedi 11 juin et mardi 26 juillet à 15h

CPIE du Cotentin // Entre dunes et marais

Cette sortie vous permettra de mieux connaître le patrimoine naturel, notamment la flore, de ce site remarquable entre espaces littoraux et marais, ainsi que son petit patrimoine bâti (avec quelques vestiges de la seconde guerre mondiale).

- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06



## Les landes

Parmi les paysages typiques de la Manche, il en est un incontournable : les landes en pleine floraison, semblables à des draperies pourpre et or. Ces deux couleurs sont caractéristiques de la flore des landes ; la première pour les bruyères, la deuxième pour les ajoncs. Il existe deux types de landes : celles façonnées par le vent, plutôt présentes sur le littoral et celles nées de la main de l'homme qui se trouvent à l'intérieur des terres et sont issues d'une déforestation plus ou moins ancienne.

### ► TOURBIÈRE DU PRÉ MAUDIT

La tourbière vieille de six mille ans



### Vendredi 29 juillet et mercredi 10 août à 15h

CPIE du Cotentin // Balade en terre insolite

À l'abri des regards, ce lieu empreint de légendes offre un paysage étonnant de bruyères, de myrtilles, de jonc coton... Venez découvrir ce site avec un guide qui vous aidera à observer ses fleurs rares et sa petite faune, mais aussi à comprendre sa gestion, passée et actuelle.

- **Lieu de rendez-vous** : aire de stationnement du Pré Maudit (direction indiquée à partir du bourg de Gathemo)
- **Durée** : 2h30
- **Parcours** : 1,5 km
- **Prévoir** : bottes ou chaussures de randonnée ne craignant pas l'eau
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### ► TOURBIÈRE DE LA LANDE MOUTON

Un milieu au patrimoine naturel exceptionnel



### Samedi 25 juin à 15h

CPIE du Cotentin // Plantes comestibles et médicinales

Ortie, angélique, reine des prés, nombril de Vénus, droséra, bouleau... Nombreuses sont les plantes des zones humides et des haies dont on peut se nourrir et qui soulagent divers maux. Venez découvrir leurs vertus et apprendre à les reconnaître.

- **Lieu de rendez-vous** : parking de la tourbière de la Lande Mouton (direction indiquée à partir du bourg de Saint-Clément-Rancoudray)
- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 2,5 km
- **Prévoir** : chaussures de randonnée
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## Mardi 2 août à 15h

CPIE du Cotentin // Les trésors de la Lande Mouton Découvrez ce site au charme particulier et l'intérêt de préserver ses zones humides et tourbières mais aussi les haies somptueuses qui l'entourent. Laissez-vous surprendre par les prouesses de sa flore et sa petite faune, au gré des rencontres que nous ferons.

- **Lieu de rendez-vous** : parking de la tourbière de la Lande Mouton (direction indiquée à partir du bourg de Saint-Clément-Rancoudray)
- **Durée** : 2h • **Parcours** : 1,8 km
- **Prévoir** : chaussures de randonnée
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## Samedi 13 août à 19h15

Le Dit de l'Eau // Histoire d'eaux Promenade-spectacle au crépuscule Science/poésie/musique/cirque

« Du sol au ciel, du ciel au sol, chaque pluie a ses beaux temps, chaque goutte d'eau a ses secrets. Vécue par la magie des sciences, l'expérience nous rend curieux. Une goutte d'eau se transforme en loupe pour observer le monde. Avançons dans les brumes d'une histoire, suivons le cours du poème, flic flac une pluie de notes sur la tourbe nous surprend. Sol ciel, ciel sol, tout un cycle ».

- **Interprètes** : Sandrine Quillet, scientifique (composition des contenus, partie scientifique et mise en scène), Karinn Helbert, comédienne (lecture de textes et poèmes), Manuel Decoq, musicien (violon, guitare)
- **Lieu de rendez-vous** : parking de la tourbière de la Lande Mouton (direction indiquée à partir du bourg de Saint-Clément-Rancoudray)
- **Durée** : 2h30 à 3h • **Parcours** : 2,5 à 3 km **tout public (+8 ans conseillé)**
- **Prévoir** : bottes ou chaussures de randonnée ne craignant pas l'eau et lampe de poche et vêtements chauds
- **Attention** : animaux de compagnie et appareils d'enregistrement audio ou vidéo non acceptés.
- **Renseignements et réservations** auprès de Le Dit de l'Eau : 02 31 08 05 84 – 06 23 22 13 37 (réservations obligatoires, places limitées) [www.leditdeleau.fr](http://www.leditdeleau.fr)

## ► LANDE TOURBEUSE DES CENT VERGÉES

Une lande tourbeuse riche en histoire



## Mardi 19 juillet à 15h

CPIE du Cotentin // Au pays des plantes carnivores Cette lande, cachée derrière un rideau d'arbres, offre un vrai dépaysement. Au pied des bruyères et ajoncs, s'épanouit une flore exceptionnelle. Vous découvrirez aussi quelques animaux et la gestion pratiquée sur ce site.

- **Lieu de rendez-vous** : devant l'église de Saint-Michel-des-Loups
- **Durée** : 2h30 à 3h • **Parcours** : 1,5 km
- **Prévoir** : chaussures de randonnée
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## Mardi 9 août à 15h

CPIE du Cotentin // En quête de nature

**spécial familles**

Muni d'une loupe et d'une fiche d'enquête, parcourez en famille cette lande tourbeuse à la recherche de la faune et de la flore et découvrez leurs prouesses !

- **Lieu de rendez-vous** : devant l'église de Saint-Michel-des-Loups
- **Durée** : 2h30 • **Parcours** : 1,5 km
- **Prévoir** : chaussures de marche et protection solaire
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06



# Les forêts et bocages

Si le département de la Manche n'est pas riche en superficie boisée, ses forêts linéaires que sont les haies sont les plus importantes de France. Ce bocage très dense et encore préservé représente l'un de ses principaux atouts, tant pour le développement du tourisme que pour l'accompagnement des productions agricoles. Il contribue également au maintien de la biodiversité du territoire en assurant notamment le rôle de zone d'alimentation, de quiétude, de déplacement et de reproduction de la faune sauvage.

## ► ABORDS DE L'ABBAYE DE HAMBYE

Au milieu du bocage manchois



- **Lieu de rendez-vous** : entrée de l'abbaye
- **Durée** : 2h
- **Parcours** : 2,5 km
- **Prévoir** : chaussures de randonnée

## Samedi 21 mai à 8h30

CPIE du Cotentin // Initiation aux chants d'oiseaux Ouvrez grands vos oreilles et dans le concert printanier, au cours d'une balade, apprenez à identifier quelques chants typiques de passereaux des landes et des bois. Prévoir chaussures de randonnée et jumelles.

- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## Jeudi 28 juillet à 15h

CPIE du Cotentin // Auprès de mon arbre Chêne, hêtre, frêne mais aussi aubépine, néflier, noisetier, venez découvrir la diversité des arbres et arbustes du bocage autour de l'abbaye. Un guide vous fera mieux connaître leurs particularités et leurs usages par l'homme.

- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## Jeudi 4 août à 15h

CPIE du Cotentin // Conte la nature

**spécial familles (à partir de 6 ans)**

Laissez-vous emmener dans une balade ponctuée de contes. Dans les bois qui bordent l'abbaye, vous redécouvrirez les êtres qui peuplent notre imaginaire collectif.

- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## Jeudi 18 août à 15h

CPIE du Cotentin // Jeu de pistes « Animaux du bocage »

**spécial familles**

Lors d'un parcours en famille, vous serez amenés à répondre à des questions vous permettant d'en apprendre un peu plus sur les animaux qui peuplent le bocage et le bois autour de l'abbaye. Le guide nature sera à votre écoute à la fin du jeu pour échanger avec vous sur vos découvertes.

- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Vendredi 26 août à 20h30

(dans le cadre de la nuit internationale de la chauve-souris)



GMN // Nuit de la chauve-souris à Hambye



Venez découvrir le monde fascinant des chauves-souris ! Vous pénétrerez dans l'intimité de ces petits mammifères volants au détour d'un diaporama en salle suivi d'une balade nocturne. N'oubliez pas votre lampe et un vêtement chaud !

- Renseignements auprès du GMN au 09 54 53 85 61
- Inscription obligatoire auprès de l'abbaye de Hambye au 02 33 61 76 92



### BOIS D'ARDENNES

Une relique de la forêt de Scissy



- Lieu de rendez-vous : 1<sup>er</sup> parking à droite du bois d'Ardennes en venant de Ducey sur la RD178
- Durée : 2h
- Parcours : 2,5 km
- Prévoir : chaussures de randonnée

### Mercredi 13 juillet et vendredi 19 août à 15h

CPIE du Cotentin // Traces et indices d'animaux  
Partez à la découverte des indices de présence de mammifères (chevreuil, blaireau, écureuil...) mais aussi des oiseaux (trous de pics...) et des insectes qui habitent ce bois.

- Renseignements et réservation obligatoire auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Samedi 15 octobre à 20h

CPIE du Cotentin // Nuit des dragons  
À la tombée de la nuit, les salamandres partent en quête de points d'eau pour déposer leurs larves. Au cours d'une balade nocturne, surprenez leur vie discrète tout en participant à un programme national de comptage de cet amphibien. Ce suivi s'avère précieux pour mieux connaître l'évolution de ses populations alors qu'elles semblent régresser.

- Renseignements et réservation obligatoire auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### PARC L'ÉVÊQUE

Un vallon abritant un parc seigneurial médiéval à Saint-Pierre-de-Coutances



### Mercredi 18 mai à 20h

Coutances Mer et Bocage // À la tombée de la nuit, sous l'eau...

**Spécial familles (enfants 6-12 ans accompagnés de leurs parents)**

Au cœur du Parc l'Évêque, aux portes de Coutances, partez explorer la vie nocturne aquatique des mares et des sources de la vallée du Prépont. Larves de salamandres, de tritons ou de libellules n'auront plus de secret pour vous.

- Lieu de rendez-vous : parking du gymnase Claires Fontaines, rue Jean-François Millet, à Coutances
- Prévoir : bottes ou chaussures ne craignant pas l'eau, lampe de poche
- Durée : 2h
- Renseignements et réservation obligatoire auprès du service développement durable de Coutances Mer et Bocage au 02 33 76 85 00



### Samedi 27 août à 20h

(dans le cadre de la nuit internationale de la chauve-souris)



AVRIL // Nuit de la chauve-souris

Partez pour une balade nocturne accompagnés par un spécialiste, sur le site du Parc l'Évêque. Muni d'une « Batbox », il vous fera écouter leurs ultrasons et découvrir leur méthode de chasse.

- Lieu de rendez-vous : Foyer des Jeunes Travailleurs de Coutances (162 rue Régis Messac)
- Durée : 2h30
- Prévoir : chaussures de marche, lampe de poche et vêtements chauds
- Renseignements et réservation obligatoire auprès de l'association AVRIL au 02 33 19 00 35

### Dimanche 18 septembre à 14h30

(dans le cadre des Journées européennes du patrimoine)

AVRIL // Journée du patrimoine au Parc l'Évêque  
En compagnie de l'association AVRIL, venez découvrir l'histoire et l'environnement de ce domaine public du Parc l'Évêque.

- Lieu de rendez-vous : parking du magasin BUT, à Coutances
- Durée : 2h
- Prévoir : chaussures de marche
- Renseignements auprès de l'association AVRIL au 02 33 19 00 35





# Les marais

Les marais se forment à la suite à de longs processus dans des zones mal drainées par le réseau hydrographique, et à sous-sol imperméable. Profondeur et types de sol, pratiques agricoles et niveaux d'eau sont les trois principaux facteurs influençant la répartition de la végétation. Leurs variations génèrent une extraordinaire biodiversité qui place les marais de la Manche parmi les plus riches zones humides de France.

## ► PRÉS DE LA SIENNE

Au bord de la Sienne



- **Lieu de rendez-vous :** petit chemin en face de Guillaume Motoculture à Quettreville-sur-Sienne (RD971)
- **Durée :** 2h
- **Prévoir :** bottes, jumelles et tenue adaptée aux conditions météo

### Samedi 16 avril à 15h

AVRIL // Jeu de piste dans les prés de Sienne

**spécial familles [présence obligatoire d'un adulte]**  
Venez découvrir les habitants des prés humides de la Sienne grâce à une chasse aux œufs familiale. Une exploration qui ravira petits et grands !

- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès de l'association AVRIL au 02 33 19 00 35

### Mercredi 19 octobre à 15h

AVRIL // Jeu de l'oie géant en pleine nature

**spécial familles [présence obligatoire d'un adulte]**  
Venez découvrir les prairies humides de la Sienne, leur rôle et leur biodiversité au travers d'un jeu de l'oie géant. Une aventure qui ravira petits et grands !

Renseignements et réservation obligatoire auprès de l'association AVRIL au 02 33 19 00 35

## ► MARAIS D'AUXAIS

Un marais à fleur d'eau



- **Lieu de rendez-vous :** devant l'ancienne église (lieu-dit La Palisserie), à Auxais
- **Durée :** 2h • **Parcours :** 1,5 km • **Prévoir :** bottes

### Samedi 21 mai à 15h

CPIE du Cotentin // Le génie des plantes

Malgré leur apparente immobilité, les plantes doivent développer toute leur ingéniosité pour lutter contre les intempéries (vent, sécheresse...), repousser leurs agresseurs (plantes concurrentes, animaux...) et assurer la survie de leur espèce (mode de dispersion des graines...). Cette sortie vous permettra de connaître les astuces des plantes, notamment celles des marais, pour s'adapter à leur environnement.

- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Mardi 26 juillet à 15h

CPIE du Cotentin // Joue avec tes sens

**Spécial familles [plus spécialement conseillé aux enfants 3-8 ans accompagnés de leurs parents]**

Venez en famille découvrir les marais d'Auxais. Au travers d'activités ludiques, votre ouïe, votre odorat, votre vue et votre toucher vous aideront à percevoir la diversité de ce milieu

- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

## ► ROSELIÈRE DES ROUGES-PIÈCES

Un marais entre Taute et Lozon



- **Lieu de rendez-vous :** mairie de Marchésieux
- **Durée :** 2h
- **Parcours :** 1,2 km
- **Prévoir :** bottes ou chaussures de randonnée ne craignant pas l'eau

### Samedi 9 avril à 9h

CPIE du Cotentin // Initiation aux chants d'oiseaux  
*Ouvrez grand vos oreilles et dans le concert printanier, au cours d'une balade, apprenez à identifier quelques chants typiques de passereaux du marais et des petits bois.*

- **Prévoir :** bottes et jumelles
- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06

### Mercredi 3 août à 15h

CPIE du Cotentin // Les demoiselles de l'air

Les libellules et leurs cousines, les demoiselles, animent les marais durant tout l'été : venez admirer leurs prouesses aériennes et décrypter leurs comportements. À l'aide de filets, vous pourrez observer de près leur élégance et apprendre à reconnaître quelques familles !

- **Renseignements et réservation obligatoire** auprès du CPIE du Cotentin au 02 33 46 37 06



## ► MARAIS DES PONTS D'OUVE

Un havre de paix ornithologique



- **Lieu de rendez-vous :** Maison du Parc, à Carentan-les-Marais
- **Prévoir :** bottes
- **Renseignements et inscription obligatoire** auprès de la maison du Parc au 02 33 71 65 30 (nombre de places limité)

### Samedi 12 mars à 17h30

PNR des marais du Cotentin et du Bessin // Ambiance du soir

À la tombée de la nuit, une ambiance particulière s'exprime dans les marais. Partez à la rencontre de ce moment en rejoignant le grand observatoire accompagné d'un animateur. L'agitation des oiseaux aux abords du plan d'eau principal ne vous laissera pas indifférent : vols des bécassines, virevoltes de vanneaux, rassemblement des hérons dans les saules, chants répétés des canards sauvages...

- **Prévoir :** vêtements chauds, bottes et lampe frontale
- **Durée :** 2h



### Dimanches 13 et 27 mars à 10h

PNR des marais du Cotentin et du Bessin // Halte migratoire au marais des Ponts d'Ouve

*Les marais du Cotentin et du Bessin jouent un rôle important dans la conservation des oiseaux migrateurs en Europe. Biologie, identification des principales espèces du site et découverte d'une des zones de halte seront au programme de cette sortie.*

- Prévoir : tenue adaptée à la météo
- Durée : 2h

### Dimanche 3 avril à 10h

PNR des marais du Cotentin et du Bessin // Oiseaux chanteurs

*Accompagné d'une naturaliste de l'ENS, partez à la recherche des passereaux des marais et apprenez quelques astuces pour reconnaître leurs chants. L'arrivée des premiers oiseaux migrateurs du printemps peut réserver de belles surprises !*

- Prévoir : tenue adaptée à la météo
- Durée : 2h

### Dimanche 8 mai à 15h (dans le cadre de l'opération « Fréquence grenouille »)



PNR des marais du Cotentin et du Bessin // « oh, regarde la grenouille ! »

*Partez à la rencontre des peuples des mares, ô combien méconnus mais répandus en Normandie ! Grenouilles, rainettes et tritons : que savez-vous des amphibiens ? C'est au bord de la mare que vous les découvrirez.*

- Prévoir : tenue adaptée à la météo
- Durée : 2h30

### Dimanche 19 juin à 15h

PNR des marais du Cotentin et du Bessin // Découvrir la gestion d'un Espace naturel sensible

*Dans le marais des Ponts d'Ouve, accompagné du gestionnaire, découvrez la biodiversité d'une zone humide et les interactions étroites entre les activités humaines et la nature. Vous prendrez conscience de l'importance de ce milieu à l'équilibre si fragile...*

- Prévoir : tenue adaptée à la météo
- Durée : 2h

### Vendredi 22 juillet et vendredi 12 août à 6h

PNR des marais du Cotentin et du Bessin // Les marais à l'aurore

*Départ à l'aurore pour profiter d'un moment privilégié : le lever du soleil et le réveil de la nature au cœur de l'Espace naturel sensible du Marais des Ponts d'Ouve.*

- Prévoir : vêtements chauds
- Durée : 2h30

### Vendredi 29 juillet et mercredi 24 août à 15h

PNR des marais du Cotentin et du Bessin // Bien-être dans le marais

**Spécial familles (à partir de 6 ans)**

*Au travers d'activités ludiques de reconnexion à la nature, venez découvrir en famille la diversité naturelle de la zone humide. Vos sens en éveil permettront de mieux percevoir les petits trésors de nos marais...*

- Prévoir : tenue adaptée à la météo
- Durée : 2h

### Dimanche 18 septembre à 10h (dans le cadre des Journées européennes du patrimoine)

PNR des marais du Cotentin et du Bessin // Randonnée pédestre

*Un animateur vous attend pour emprunter les 5,5 km de sentier de l'ENS des marais des Ponts d'Ouve. Ce parcours vous permettra de découvrir la mosaïque de milieux humides : prairies, plan d'eau, fossés, roselière... Le patrimoine naturel et paysager des marais n'aura plus de secret pour vous !*

- Prévoir : tenue adaptée à la météo
- Durée : 2h

## Une application mobile pour découvrir les Espaces naturels sensibles autrement

Certains ENS de la Manche peuvent également se visiter librement tout au long de l'année grâce à l'application **KIT<sup>M</sup>** qui vous permettra de découvrir les spécificités de ces sites naturels sur votre tablette ou votre smartphone.

Vous pouvez d'ores et déjà profiter de cette application sur les sites de la Fosse Arthour, la tourbière du Pré Maudit et les Roches de Ham. La lande tourbeuse des Cent Vergées vous proposera également cet outil à partir de l'été 2022.

### Comment ça marche ?

L'application lit des cibles (Tags NFC - technologie sans contact et/ou QR code) et donne ainsi accès à de multiples informations. Vous avez la possibilité, en fonction de votre téléphone, d'explorer les différents parcours et points d'intérêts via deux technologies :

- La lecture de tags NFC
- Le scan de QR codes

L'application est compatible Android et iOS, et fonctionne aussi en mode « hors ligne » après avoir téléchargé au préalable l'application et le parcours.



## À vos téléphones et vos tablettes pour découvrir toutes les richesses des ENS de la Manche !

Retrouvez tous les parcours

**KIT<sup>M</sup>**

du département de la Manche et le lien de téléchargement de l'application sur le site

<https://appli.kit-m.fr>

ou en scannant le QR code pour Android et iOS



manche numer:que  
TERRITOIRES - RÉSEAUX - SERVICES



# CONTACT ESPACES NATURELS SENSIBLES DE LA MANCHE



## Conseil départemental de la Manche

Service patrimoine et gestion des milieux naturels

02 33 05 95 25 - Courriel : [decouverte-ens@manche.fr](mailto:decouverte-ens@manche.fr)

[planete.manche.fr](http://planete.manche.fr)



**LA MANCHE**  
LE DÉPARTEMENT



Conception : conseil départemental de la Manche

Crédits photos : A. Guerin (Lithosphère), N. Simon (CPIE du Cotentin), CD50/SPGMN, F. Nimal, P. Delattre, R. Hanivel, R. Bion, A. Hannock, Office de tourisme de Mortain-Bocage, A. Herouard, L. Rose, G. Hedouin, F. LeVallée, A. Tournaille - CD50

