



Un Week end à Caen en mode slow

Tu vas visiter Caen ? Mais tout a été détruit ! Est-ce vraiment intéressant comme ville ? Voilà le résumé du genre de réactions que j'ai eu en annonçant mon week-end prévu à Caen. Tout comme **Amiens** ou **le Mans**, Caen fait partie de ces villes pour lesquelles au mieux les personnes n'ont pas trop de représentations. Au pire, elles en ont une image erronée.

Pourtant, en 3 jours, je peux vous assurer que je n'ai pas foulé un champs de ruine, n'y ne me suis noyée dans mon ennui. Déjà il y a quelques années en allant dans le **Calvados**, nous avons fait un arrêt de quelques heures et j'avais été surprise. Je l'ai été tout autant cette fois.

En 3 jours, j'ai pu visiter Caen sous différentes facettes, des incontournables aux lieux confidentiels, de son passé riche à sa nature exubérante, du trait d'union entre la terre et la mer. Je vous raconte ici ces 3 jours à Caen en solo bien remplis.

Du centre ville de Caen au quartier de Vaucelles

J'entame ma visite de Caen en fin d'après midi. La lumière rasante dore doucement les édifices. La première chose qui me surprend c'est la belle homogénéité qui se dégage du centre ville. Tous de pierres vêtus, les immeubles sont pour la plupart d'un beige doux et lumineux. A peine ma valise déposée à l'hôtel, je ne tarde pas et retourne m'engouffrer dans les ruelles. Le hasard et la faim m'emmènent jusqu'à la place Saint Sauveur.

Les bars et restaurants y étendent leurs terrasses créant ainsi une ambiance conviviale. Atablée au Mazorca, je hume les effluves entremêlées et je saisi le pouls de la ville. Je m'y sens déjà comme chez moi. Après un excellent repas, le sommeil m'appelle et m'invite à prendre des forces pour profiter au maximum de ces 3 jours.

Place Saint sauveur et ses terrasses le soir

Dans cette première partie de l'article, je vous emmène sur un itinéraire où s'étale le patrimoine incontournable de Caen. Je poursuivrai ensuite sur d'autres manières d'appréhender la ville.

Visiter Caen sous l'œil de Guillaume le conquérant

Encore aujourd'hui Caen est liée au destin du célèbre Guillaume le Conquérant. 3 édifices majeurs que sont le château, l'abbaye aux hommes et l'abbaye aux dames en sont des héritages bien préservés. Je démarre mon exploration de la ville en me rendant justement à l'abbaye aux hommes. Comme les autres monuments, Guillaume le conquérant les fit construire pour adoucir le courroux du pape. Celui ci n'ayant pas apprécié que

Guillaume se marie avec Mathilde de Flandre malgré sa désapprobation. L'histoire ne dit pas si ce geste a radouci le pape, mais une chose est sûre, il a considérablement embelli la ville.

Je contemple l'architecture romane et gothique de l'abbaye aux hommes qui m'avait déjà marquée lors de mon premier passage. Cet ensemble de tours pointues semble défier le ciel. Je n'ai pas visité l'intérieur car j'ai voulu me concentrer sur d'autres aspects de la ville. Je sais néanmoins que ça en vaut la peine, que ce soit pour la splendeur de l'abbatiale qui accueille la tombe de Guillaume le conquérant, le cloître ou les bâtiments monastiques.

Visiter l'abbaye aux hommes

Adresse : esplanade Jean-Marie Louvel, 14000 Caen

Tarifs : de 3 à 4€ sans guide. De 5 à 6,50€ avec un guide. Billet combiné en saison à 8,50€ pour les trois abbayes (aux hommes, aux femmes, d'Ardenne)

Activités proposées : visites libres, visites guidées

Site web : [abbaye aux hommes](#)

Libraires et bouquinistes caennais

Irrémédiablement mes pas me conduisent de nouveau, par quelques chemins dérobés, à la place Saint Sauveur. L'ambiance y est tout autre. C'est l'heure des expressos rapidement avalés avant d'aller au bureau, des nouvelles que l'on s'échange sur le pavé, des commerces qui se réveillent et se préparent pour la journée.

D'ailleurs en parlant de café, je n'ai pas pu résister à me rendre au Mémoranda. D'une part car il me faut mes doses de caféine quotidiennes. Je préfère taire ce qui arrive en cas de manque. D'autre part car ce café est niché, caché presque au sein d'une librairie. Mémoranda est une caverne d'Ali baba, un refuge pour les bouquins de seconde main. Ils s'empilent, s'entassent au point d'un avoir le tournis.

Mais ne pensez pas qu'il s'agit de désordre. Les vendeurs sauront très bien vous indiquer où trouver votre bonheur. Sans surprise, après avoir avalé mon double expresso en respirant à plein poumon cette odeur d'encre et de papier, j'ai quitté ce lieu avec 4 livres sous le bras. Je vous met au défi de repartir les mains vides. J'aime tout particulièrement les librairies qui vendent des livres d'occasion, je leur trouve une accessibilité, une âme singulière. J'aime me raconter l'histoire des mains qui ont déjà frôlé ces pages, laisser traîner mes pattes et saisir au hasard un ouvrage. Le lâcher prise de la lectrice.

Il y a une vraie culture de la librairie indépendante à Caen, vous en trouverez de nombreuses. Que ce soit du livre neuf, d'occasion ou ancien, chacune à sa personnalité et sa spécialité. Impossible de ne pas trouver le genre qui vous fait vibrer.

Les libraires indépendants à découvrir à Caen

La librairie Guillaume, 98 rue Saint pierre : sa façade en bois sculpté attirera sans aucun doute votre regard
Mémoranda, 19 rue des croisières : des livres d'occasion à profusion et un café à l'étage
Le coin du Polar, 1 place Jean leteiller : surtout du polar, de la science fiction... de l'intrigue quoi !
Univers BD et BD'Art, rue froide : pour les amateurs du genre

...

Difficile de repartir du Memoranda, c'est typiquement le genre de lieu où je pourrai poser mon ordinateur pour travailler durant des heures en enchainant les tasses de café. Je m'extirpe cependant et débouche directement sur la rue froide. De froide, elle n'en a que le nom et son atmosphère pourrait bien vous retenir un moment. Tout du long se succèdent des librairies, un resto vegan, un coiffeur engagé. Dans les rues autour, les boutiques indépendantes ont aussi une belle place. Avec chacune leur identité, elles ajoutent un charme indéniable aux quartiers, un supplément d'âme.

Traversée dans le moyen âge

Après ce sage lèche vitrine, je cherche de vieilles maisons médiévales qui ont survécu aux affres de l'histoire. Deux d'entre elles, côte à côte, se trouvent dans la rue Saint Pierre. Avant d'y arriver, faites un crochet à l'église Sauveur reconnaissable par le manège installé sur la place attenante. Vous n'aurez aucun mal à débusquer les deux maisons à pans de bois. Leur rénovation a duré 17 ans ! Il faut dire qu'elles ne sont plus très jeunes, 5 siècles ça laisse des traces. Désormais, elles ont retrouvé leur superbe. Les détails des boiseries peintes en rouge sont sublimes.

Ne manquez pas non plus la maison des Quatrans. Cette maison à colombages date de 1460 et est classée aux monuments historiques. Prenez un peu de distance de l'autre côté de la rue pour admirer pleinement toute sa façade.

D'ici, je tourne le dos au château, mais plus pour très longtemps, je vais en effet aller y faire un tour.

Je pénètre dans l'enceinte du château datant de 1060 par une porte fortifiée. A l'intérieur, une immense cour abrite aujourd'hui plusieurs musées (celui de Normandie et des beaux arts). On y trouve également le jardin des simples, des jeux pour enfants, et l'église Saint Georges qui fait office d'accueil pour le public. On peut s'y balader librement et je choisis de prendre de la hauteur sur les remparts. Ils offrent des jolies vues sur la ville de Caen.

J'aime particulièrement l'endroit qui surplombe le jardin de sculptures derrière le musée des beaux arts. Elles m'ont beaucoup intrigué. Mélanger les époques, les styles est toujours une bonne idée. J'aurai bien visité le musée des beaux arts mais je n'ai pas choisi le bon jour car il est fermé le lundi. De toute façon, le soleil éclatant invite plutôt à rester dehors et à jouer avec les ombres.

Quoi faire au sein du château de Caen ?

Au sein du château vous avez plusieurs possibilités :

- Balade libre des remparts et des vestiges du château
- **Visites guidées thématiques**
- **Expositions du musée de Normandie** et/ou **musée des beaux arts**

Petite astuce : il existe des billets combinés pour ces deux musées.

En ressortant du château, je continue en direction des ruelles du Vaugueux, connues des gourmands et des médiévistes. Ce quartier est un beau témoignage de l'époque médiévale avec ses maisons en pierre de Caen et quelques colombages. Il foisonne aussi de restaurants et de bars, ce qui en fait un lieu propice le soir pour se retrouver et passer du temps entre amis. Je vous conseille de vous y perdre et d'y chercher les anachronismes (quand le street art se mêle aux vieilles enseignes de fer forgé).

Ses rues mènent naturellement à un autre édifice en lien avec Guillaume le conquérant, l'abbaye aux Dames. Fondée par sa femme Mathilde de Flandres, elle a connu de multiples vies à travers les époques (couvent de bénédictines, hôtel dieu, hospice...).

Les deux tours romanes de l'église abbatiale invitent à ce qu'on la découvre davantage. C'est ici que repose Mathilde de Flandres.

Pour connaître tous les secrets de cette architecture, je vous conseille de faire une visite guidée. Ainsi vous aurez accès à des lieux habituellement à l'écart du regard des curieux. J'avais prévu de revenir pour prendre davantage le temps de découvrir les bâtiments conventuels et le parc Michel d'Ornano. Malheureusement, un orage a contrecarré ces plans le jour venu.

Visite insolite de Caen dans le quartier de Vaucelles, avec un greeter

Si je ne peux pas rester plus longtemps à l'abbaye aux Dames, c'est parce que j'ai rendez vous avec Carole devant l'église de Vaucelles pour une visite alternative de Caen. En effet, Carole est habitante du quartier et propose de le faire découvrir aux autres, c'est le principe du greeter (déjà testé à **Alençon**). J'aime beaucoup cette initiative car elle permet de découvrir une ville ou un quartier à travers le regard singulier d'une personne. Il ne s'agit pas d'une visite guidée, mais plutôt d'un temps d'échange et de partage. Ces balades peuvent être sur des thèmes particuliers en lien avec le quartier choisi et de la personnalité du greeter.

En regardant sur le site de l'office de tourisme, j'ai pu voir toutes les balades proposées par des greeters à Caen et j'ai tout de suite eu envie de faire appel à Carole. Elle proposait en effet de se balader dans un

quartier non touristique de Caen.

Carole m'accueille avec un large sourire sur le parvis de l'église. Le feeling passe tout de suite tandis que nous pénétrons dans l'église pour y découvrir de magnifiques vitraux modernes. L'un d'eux évoque la seconde guerre mondiale et il m'émeut particulièrement. Sans Carole, je n'aurais sans doute pas posé mon regard avec insistance sur ce détail. Mais ce sont justement dans les détails que se niche toute l'âme d'un quartier. Au fil de notre balade, Carole me montre donc de jolies maisons cachées, des éléments urbains qui rappellent l'histoire du quartier mais aussi des initiatives citoyennes.

L'une d'elle s'appelle Caen au pied du mur. L'idée ? Revégétaliser le bitume. Dans les interstices, certains habitants ont donc planté des graines de différentes plantes. Et pour le côté pédagogique mais aussi artistique, le nom des plantes est peint au sol. Soyez attentif à la police d'écriture employée, elle n'est pas choisie par hasard.

Le quartier possède aussi d'autres curiosités, comme un cimetière dormant (malheureusement fermé au moment de notre passage) ainsi qu'une ancienne carrière où des maisons se sont installées. Impossible de vous retranscrire tout notre échange. D'ailleurs ce serait inutile car c'est bien la rencontre qui est au cœur de cette démarche. Je retiens la douceur, l'écoute et la générosité de Carole. Un joli moment hors des sentiers battus.

Faire appel à un greeter pour vous visiter Caen

Les balades proposées par les greeters de Caen sont nombreuses et diverses. Vous retrouverez le portrait de chaque greeter et les balades qu'ils proposent sur leur site. Ensuite, il suffit de remplir un formulaire pour faire une demande. On vous répondra favorablement ou non en fonction de la disponibilité du greeter qui, je le répète, fait ça à titre bénévole.

[Greeters Caen](#)

Caen à vélo, de jardins en bulles de fraîcheur insolites

Je vous emmène maintenant visiter la facette nature de Caen. Et avec 25 % de son territoire dédié aux espaces verts, il y a de quoi faire si vous êtes en manque de verdure.

Jardin des plantes

Avec mon vélo, je n'ai pas besoin de pédaler beaucoup pour trouver un premier îlot de nature luxuriante au cœur de la ville. Les jardins des plantes sont souvent pour moi une étape incontournable quand je visite une ville.

Même si mon cœur penchera sûrement toujours en faveur de celui de Nantes, j'ai beaucoup aimé celui de Caen pour son côté intimiste. Des allées ombragées m'emmènent de sculptures modernes en points de vue sur les verrières. A cette saison, les fleurs explosent en couleurs dans tous les sens.

La chaleur est accablante alors je me réfugie dans les sous bois et les chemins de rocaille. Je me perds aussi dans les détails architecturaux des serres et de l'institut botanique. Dommage qu'il soit trop tôt pour les visiter. J'aurai pu ainsi voyager grâce à ces espèces exotiques. Peu importe, toutes les autres plantes trouvent grâce à mes yeux. Une très belle parenthèse végétale.

Je m'extirpe de ma torpeur pour poursuivre mon périple nature à vélo. J'ai d'autres beaux coins de nature à fouler, d'autres senteurs florales à humer.

Visiter le jardin des plantes de Caen

Place Blot, Caen

Entrée libre

Visites des serres possibles l'après midi

Site internet : [Jardin des plantes de Caen](#)

La vallée des jardins

Pour rejoindre un autre jardin de Caen d'exception, la colline aux oiseaux, j'emprunte la vallée des jardins. Depuis le jardin des plantes, ce parc de 11 hectares fait le trait d'union entre le centre de la ville et la partie nord. Une piste cyclable le traverse. Autour, de larges prairies et un arboretum invitent à la paresse. Je me verrais bien m'abriter des rayons ardents du soleil, à l'ombre d'un érable, dévorant un bon roman. Je n'ai pas de livre avec moi mais c'est un petit lapin qui me fournira une belle histoire à raconter. Il furète tranquillement dans des broussailles. Un joli prétexte pour m'arrêter faire une pause.

A l'extrémité de ce parc immense, j'aperçois ensuite un ensemble de jardinets personnels. Chacun possède un petit cabanon et un lopin de terre pour y cultiver quelques légumes. Je présume qu'ils sont utilisés par les personnes habitants dans les grands immeubles autour.

Faire du vélo à Caen

Vous trouverez de nombreuses informations pratiques sur le site de la [maison du vélo de Caen](#). Vous y trouverez toutes les possibilités de location de vélo mais aussi les cartes et applications pour faire votre

itinéraire.

Pour mon itinéraire à vélo à Caen, j'ai fait un mix des itinéraires thématiques à vélo (plein la vue, plein les poumons, plein les jambes...) proposés par le blog [Ville à vélo](#). Ils sont très bien fait. On peut les télécharger sur le site en version imprimable.

La colline aux oiseaux

Après m'être un peu perdue (foutu sens de l'orientation !), les grilles d'entrée de la colline aux oiseaux apparaissent. Quand j'ai eu connaissance de ce parc floral, ma curiosité a tout de suite été piquée au vif. En déambulant entre tous ces jardins magnifiques, son aspect insolite n'apparaît pas immédiatement. Avant de vous le dévoiler, je me promène simplement, guettant le moindre banc à l'ombre. Il fait une chaleur tropicale et mon corps réclame des pauses répétées.

La diversité des fleurs, des couleurs, des senteurs m'enivre doucement. Je me perds dans ce parc vallonné de 17 hectares (tout de même). Les ambiances changent au fil des jardins thématiques. Je croise aussi une ferme pédagogique, un belvédère, quelques cascades. Heureusement, qu'il y a des panneaux pour se repérer car le lieu est immense et il y a beaucoup de choses à voir. Le clou du spectacle est sans conteste l'incroyable roseraie.

Située dans une cuvette, on peut la surplomber et la contempler à l'infini. 15 000 roses de plus de 500 espèces différentes s'épanouissent ici. 500 nuances de rose, jaune, orange sous mes yeux ébahis. Je ne résiste pas à l'envie de me rapprocher pour sentir certaines d'entre elles quitte à ce que le soleil de midi achève de me tanner la peau .

Au delà de ce foisonnement floral, il est temps de vous révéler la particularité de ce lieu. Il s'agit en effet d'une ancienne décharge à ciel ouvert. De 1923 à 1972, des tonnes de débris ont été entreposées ici, formant ainsi une colline artificielle de 20 mètres de haut et de 9 hectares. Les déchets organiques attiraient de nombreux oiseaux d'où son nom actuel.

En 1974, une usine d'incération a permis de ne plus avoir besoin d'entasser ces déchets ici. Il faut s'imaginer que des immeubles d'habitations entouraient le site. Pour qu'ils ne subissent plus cet environnement, le projet de réhabilitation en parc floral est né. Après une bonne décennie de travaux, le parc est inauguré en 1994 à l'occasion des 50 ans du débarquement. Il est le symbole puissant que du pire peut naître le meilleur. Au sein de la colline aux oiseaux, il y a un endroit qui raconte en détail cette histoire ainsi qu'une installation permettant de se rendre compte de ce qui se trouve sous nos pieds. Des déchets sont en effet toujours enfouis à quelques mètres.

Visiter la colline aux oiseaux

Avenue Amiral Mountbatten – Caen

Entrée libre

Visite libre, visites guidées, ferme pédagogique, mini golf, aire de pique nique, jardins thématiques....

Site internet : [La colline aux oiseaux](#)

Les cimetières dormants de Caen

En retournant au centre ville de Caen et après un délicieux déjeuner à l'Okara (voir informations pratiques), je fais une pause digestive dans l'un des cimetières dormants de la ville de Caen. Il pourra vous sembler curieux voir déplacé de visiter un cimetière, mais ce sont des lieux que j'aime particulièrement. **Aux quatre coins du monde**, ils sont à leur manière des monuments historiques. Ils en disent plus qu'on ne le croit sur nous, notre culture, notre héritage. Les cimetières dit dormants de Caen sont insolites et rares. Auparavant, les cimetières étaient attenants aux églises. Au XVIII^e siècle, ils sont transférés en dehors des centres ville. Mais à Caen, certains ont été conservés, ce qui est assez inédit en pleine ville.

Depuis ce temps, il n'y a plus d'inhumations, d'où le terme de dormants. Ils ne servent plus, mais sont considérés comme un patrimoine historique. La nature y reprend ses droits. La mousse envahit les pierres tombales, les fleurs poussent entre les stèles et le lierre s'en donne à cœur joie. Il se dégage une ambiance romantique à la fois belle et émouvante. C'est au cimetière des 4 nations que j'ai pu me plonger dans cette atmosphère. En déambulant à travers les allées, j'ai scruté les inscriptions et les décors. Un moment apaisé pour penser aussi à ceux et celles qui m'ont quitté trop vite.

Découvrir les cimetières dormants de Caen

Tous les cimetières dormants de Caen sont en accès libre durant les heures d'ouverture. On peut s'y balader à condition bien sûr d'être respectueux des sépultures et de la nature ! Si vous voulez visiter Caen en dehors des sentiers battus, c'est là qu'il faut aller ! C'est une originalité spécifiquement caennaise.

Cimetière des 4 Nations : 9, rue Desmoueux (à côté du jardin des plantes)

Cimetière Saint-Pierre : 26, rue Doyen Morière

Cimetière Saint-Jean : Rue Canchy (quartier Vaucelles)

Cimetière Saint-Nicolas : 23, rue Saint Nicolas

Cimetière de l'Université : Rue du magasin à Poudre

Longer l'Orne en bateau électrique

Pour terminer cet itinéraire nature à l'intérieur de Caen, je délaisse mon vélo pour un bateau électrique en compagnie de Florence de l'office de tourisme de Caen qui va gentiment me conduire pendant que je prends des photos. Facile à prendre en main, le bateau électrique est une activité accessible à tous.

Depuis l'Orne, au rythme lent du bateau, la ville dévoile d'autres visages. Déjà le décor urbain s'estompe rapidement. L'Orne se faufile dans une vallée encaissée. Ses rives ont été exploitées longtemps en carrière pour l'extraction de la pierre de Caen. Cela a modifié le paysage car il y a comme des petites falaises.

Est ce que vous pensez que cela a empêché les hommes d'y bâtir des maisons ? Que nenni ! A mesure que l'on avance, de belles maisons modernes sur pilotis sont comme suspendues à la roche. Des escaliers interminables descendent jusqu'à la rivière et aux jardins. Avec Florence, on se met dans la peau de futures acquéreuses en choisissant la maison de nos rêves. Notre conclusion : ces maisons sont superbes mais mieux vaut ne pas oublier les glaçons quand on prend l'apéro dans le jardin.

Mon sourire sur la photo suivante est un beau résumé de mon état d'esprit lors de cette balade si relaxante.

Faire du bateau électrique sur l'Orne

Accès : 10 quai Amiral Hamelin (vous repèrerez rapidement les bateaux électriques)

Tarifs : 35€ l'heure pour un bateau 5 places. Tarif dégressif en fonction du nombre d'heures.

Activités proposées : la base nautique propose aussi la location de kayak, bateau à pédales etc...

Site internet : [Au fil de l'Orne](#)

De Caen à Ouistreham en une journée

Même si j'étais déjà venu à [Caen et sur la côte fleurie](#), je n'avais pas conscience de la proximité de Caen avec la mer. Pour m'en rendre compte pleinement, j'ai retrouvé mon fidèle destrier électrique pour une échappée jusqu'à Ouistreham, sur la côte de Nacre. Comme à mon habitude, j'ai fait quelques détours. Que voulez vous, on ne se refait pas !

Le long de la véloroute

Depuis le port de plaisance, mon premier défi est de trouver le début du chemin de halage qui mène jusqu'à Ouistreham et qui longe le canal de l'Orne. Mon sens de l'orientation refait des siennes et je me retrouve sur celui qui mène à la [Suisse Normande](#). Heureusement, je réalise vite mon erreur et retrouve facilement le panneau qui indique le chemin.

Qu'il est agréable d'être au bord de l'eau et d'avancer à son rythme. Sur l'itinéraire, c'est un subtil mélange de nature, patrimoine et activités portuaires qui défilent. La réplique de la chapelle de Lourdes à Hérouville marque un premier arrêt. Un peu plus tard, c'est l'architecture rectiligne du château de Bénouville doré par le soleil matinal qui repose mes mollets le temps d'une pause.

Côté canal, l'eau s'écoule paisiblement, troublée quelque fois par le va et vient des foulques et le survol des hérons. Elle est aussi un immense miroir pour les grues et bateaux. J'arrive bientôt à mon point de bifurcation, le pont Pégasus. Un pont à la fois original par sa forme que son histoire. Il a été le théâtre d'un moment marquant du débarquement. Le 6 juin 1944, un commando britannique débarqué en planeurs en a pris le contrôle. La maison d'à côté fût ainsi la première maison libérée. Après cet événement, il a été rebaptisé en l'honneur des parachutistes dont l'emblème est un cheval ailé.

Les passionnés d'histoire et de mémoire pourront s'arrêter au mémorial du Pégasus Bridge situé à côté. Quant à moi c'est un autre lieu, naturel celui ci, que je rejoins quelques kilomètres après m'être éloigné du chemin de halage.

La maison de la nature et de l'estuaire

J'ai rendez à la maison de la nature et de l'estuaire, de l'autre côté du canal. Ce lieu d'éducation à l'environnement est dédié aux spécificités naturelles et aux enjeux de l'estuaire de l'Orne. Il abrite un centre d'interprétation sur l'estuaire, sa faune et sa flore mais aussi ses activités humaines et transformations. Les éléments didactiques sont très sympas et accessibles pour les enfants.

Au moment de ma visite, une exposition temporaire autour de l'art et de la nature, ART effet'mer, était également exposée au sein de la maison ainsi que disséminée dans l'espace naturel situé autour. Je reste un moment ébahi devant le travail minutieux et superbe du mosaïste Olivier Perret. Il utilise avec beaucoup d'habileté les éléments naturels que sont des fragments de coquillages, du bois flotté, des galets...

Ensuite, j'emprunte le sentier qui va d'installations artistiques en créations naturelles dans l'estuaire. Je traverse différents milieux que sont les prés salés et les prairies humides. A cette saison, elles sont toutes fleuries. Les pois de senteurs rivalisent d'élégance avec les orchidées sauvages. J'ai même la chance de voir une orchidée intrigante, l'orchidée bouc. Je ne sais pas pourquoi elle est appelée ainsi mais ce qui est troublant c'est que même au pic de sa floraison, elle paraît fanée.

Elle volerait presque la vedette aux autres créations. Décidément après le [festival international de jardin d'Amiens](#), cette thématique me poursuit. Je vous rassure, pour mon plus grand bonheur. Je dis toujours que la nature est la plus grande source d'inspiration et de loin l'artiste la plus talentueuse.

Les plasticiens, sculpteurs et autres artistes choisis pour l'occasion l'ont bien compris et ont chacun avec leur sensibilité su faire des propositions tantôt poétiques, tantôt percutantes.

Depuis la maison de la nature et de l'estuaire, de nouveaux itinéraires balisés à pied viennent d'être créés. Pour les emprunter, il suffit de suivre les icônes de différents oiseaux (un par chemin). En parlant d'oiseaux, sachez que juste à côté se trouve la réserve ornithologique du gros banc avec un observatoire.

Nous y étions allés quelques années auparavant, mais la météo avait anéanti nos chances d'observation. De l'autre côté de l'Orne, accessible depuis Ouistreham, la pointe du siège est aussi réputée pour les amateurs d'ornithologie. Je ne regrette pas d'avoir fait ce crochet. Il m'a permis de compléter ma palette de paysages et d'écosystèmes. D'ici j'aperçois Ouistreham, ma prochaine étape.

Visiter la maison de la nature et de l'estuaire

Accès : Boulevard Maritime – Sallenelles

Horaires : 10h00-12h30, 14h-18h00 (Mai, Juin, Septembre); 10h00-18h30 (Juillet et Aout); 14h00-18h00 (Octobre à avril)

Activités proposées : Centre d'interprétation du milieu naturel qu'est l'estuaire, expositions temporaires, sorties découvertes et animations nature, sentiers de randonnée

Mon astuce : Faites y un crochet si vous reliez Caen à Ouistreham. ça fait un petit détour mais ça vaut la peine et cela permet de découvrir un autre écosystème en plus de celui du littoral

Plus d'informations sur leur site internet : [Maison de la nature et de l'estuaire](#)

La délicate, balade sonore sensible à Ouistreham

La longue plage de Ouistreham est éclatante. Le soleil brûle les peaux déconfinées en mal de mélatonine. Cette insouciance balnéaire me fait un bien fou. Je laisse cependant la farniente à d'autres, préférant flâner protégée par une ombrelle pas comme les autres. Ouistreham propose une balade sonore insolite, la délicate, qu'il me tardait de tester. Il n'est pas question d'un audio guide mais d'une réelle immersion sonore. Préparez vous pour une parenthèse, soyez prêt à lâcher prise et laissez vous conter le Ouistreham d'hier et d'aujourd'hui.

A l'office de tourisme de Ouistreham, on me remet donc une ombrelle bleu océan. Elle est connectée et munie d'un casque. Pour suivre la balade, nul besoin de chercher son chemin ou des balises. Il suffit de suivre les indications de la narratrice. Il est alors impossible de zapper une étape et c'est là que je trouve le concept intéressant. Il invite vraiment à se dédier à cette bulle temporelle offerte par la balade sonore.

Au fur et à mesure du parcours, les moments forts de l'occupation et de Ouistreham se faufilent dans mes oreilles entre instant de narration et témoignages émouvants. Je suis troublée par cette dichotomie temporelle instaurée par le dispositif. Auditivement, je suis dans une autre époque, physiquement, je suis en 2021 face aux vacanciers. Le décalage est percutant.

L'émotion que je ressens vient aussi du fait que ce sont des anecdotes personnelles, celles du quotidien d'anonymes qui éclairent la Grande Histoire. Une manière subtile, humaine et sensible qui m'a profondément bouleversée. A chaque étape du parcours, à mesure que nous croisons des mémoriaux, cette émotion est mise au service de la réflexion. Nous sommes invités à nous questionner, à faire le parallèle avec notre histoire actuelle et ses enjeux cruciaux (comme celui des migrations).

Cette réalisation soignée et immersive m'a sonné. A la fin, j'ai mis un certain moment à revenir à l'époque actuelle, à me remettre de toutes ces sensations. Dans ce cas présent la technologie n'est pas un gadget, elle sert vraiment le propos. Si vous aimez ce concept, sachez qu'il existe également une autre balade sonore à Lion sur mer sur les belles villas de bords de mer. Une thématique plus légère que la délicate.

Vivre l'expérience sonore de la délicate à Ouistreham

Accès : auprès de l'office de tourisme de Ouistreham situé esplanade Lofi

Horaires : voir les horaires de l'office de tourisme

Tarif : 6 €

Mon astuce : prévoyez 1h30 pour cette expérience. Il n'est pas possible de sauter des étapes ou de faire autre chose donc réservez vraiment un créneau pour vivre à fond l'idée.

Plus d'informations sur leur site internet : [Balade sonore la délicate](#)

De Ouistreham à Lion sur mer, belles villas et sublimes falaises

Lion sur mer est justement mon étape finale. Si je n'ai pas le temps pour faire une deuxième balade sonore, je n'en découvre pas moins les très belles villas qui font sa renommée. Elles longent ma route et je n'ai qu'à m'arrêter au gré de mes envies. Cependant, c'est un léger crochet qui m'apporte sur un plateau la villa la plus étonnante. Une immense demeure surchargée d'épis de faitage à l'écart du littoral. La profusion de ces décorations, les nombreuses inscriptions sur sa façade détonnent avec les maisons voisines. En lisant les écritures, on comprend qu'il est question d'hommage à Baudelaire.

Qu'on aime ou non cet excès et cette excentricité, il est impossible de rester indifférent. Mais si ces villas trouvent grâce à mes yeux, mon regard attend un autre spectacle, celui de la falaise des confessionnaux de Lion sur mer.

Après tant de découvertes en un long week end à Caen, il est reposant et nécessaire de se poser pour mesurer le chemin parcouru, prendre de la distance et gérer le flot d'émotions. Je respire à plein poumon l'air iodé, je laisse filer le sable entre mes doigts. Mon regard fait des allers retours entre l'horizon calme et cette formation géologique étonnante. La roche semble divisée en des milliers de briques assemblées avec soin. Avec les marées, ce « mur » est grignoté par endroits, formant de petites grottes (attention aux risque d'éboulement). Des cavités qui rappellent les confessionnaux, d'où le surnom donné à la falaise.

On ne le saisit pas au premier regard, mais sachez qu'il s'agit également d'un site géologique et paléontologique renommé à l'échelle internationale. Il n'est pas impossible d'y trouver des fossiles. Le prélèvement avec parcimonie est toléré à condition de ne pas les prendre sur la falaise (pas question de filer

un coup de main à l'érosion !).

Enfin, je retourne à Caen par le même chemin. Les lumières ont changé, elles transforment le paysage, dirigent mon attention à d'autres endroits. Dans le calme de ce début de soirée, en pédalant, j'ai tout le loisir pour me remémorer chaque instant vécu à Caen, un city trip que je ne suis pas prête d'oublier. J'espère de tout cœur que ce récit fera naître en vous le désir de la convoiter à votre tour.

Guide pratique tourisme à Caen

Comment se rendre à Caen ?

Caen se situe à seulement 1h50 de Paris en train. Une vingtaine de train circule chaque jour entre ces deux destinations. C'est la même durée si vous venez du Mans, régulièrement desservi également.

Visiter Caen sans voiture

Une fois à Caen, il est inutile d'avoir une voiture pour se déplacer. Le centre ville et les principaux attraits à Caen même sont accessibles à pied. La colline aux oiseaux est plus excentrée mais des bus la desserve facilement.

Pour accéder à des quartiers plus éloignés ou rejoindre Ouistreham je vous recommande de louer à vélo. Il y a pour cela différentes possibilités :

- **Com'on Gyro** : c'est ici que j'ai loué mon vélo électrique pour l'ensemble du séjour. Leur local est situé 57 rue de bras près de la place saint sauveur. Vous pouvez louer des vélos électriques depuis Caen à partir d'avril et depuis Lion sur Mer en juillet et aout.
- **La maison du vélo** : Le centre névralgique de Caen concernant le vélo. Ils louent des vélos classique et à assistance électrique mais plutôt pour des longues durées (semaine, mois)
- **Twisto, le vélo en libre service de la métropole**. Le principe, vous prenez le vélo à une station, vous l'utilisez le temps que vous souhaitez avant de le rendre à la station de votre choix. Il y a des stations en centre ville, en périphérie et même une à Ouistreham. Il est donc possible de prendre un vélo à Caen, rejoindre Ouistreham, le déposer et revenir ensuite en bus (si vous ne voulez pas faire l'aller retour)

Caen et sa métropole a un réseau de bus et de tram facilitant la mobilité sans voiture. Pour visualiser les lignes en service, les horaires, itinéraires et tarifs [rendez vous le sur site de Twisto](#). On peut notamment facilement se rendre à la mer (Ouistreham, Lion sur mer ...) depuis Caen.

Mes bonnes adresses à Caen

Où manger à Caen ?

Disons le tout de suite, je me suis régalée à Caen, j'ai trouvé plein de bonnes adresses. J'ai privilégié celles favorisant les produits locaux et de saison et qui proposent une cuisine maison (la base !). J'ai même trouvé des établissements encore plus engagés !

- **Le Mazorca**, 43 rue saint sauveur. Une cuisine créative mêlant tradition française et tonalités mexicaine. C'était délicieux et étonnant (comme le cheesecake avocat chocolat !). Un lieu aussi super agréable pour partager des tapas. Le restaurant est très joliment décoré et la terrasse donne quasiment sur la place Saint sauveur donc je valide aussi le cadre. Et pour finir, l'accueil est chaleureux, hyper pro et il est ouvert aussi le dimanche soir.

- **Le Bistrone**, 31 rue praries saint gilles. Autre adresse où j'ai super bien mangé. Une cuisine traditionnelle servie rapidement et avec un personnel hyper sympathique. Un bon rapport qualité prix pour cette adresse près du port de plaisance où il est agréable de faire une balade digestive.
 - **L'aromate**, 9 rue gemare. Mon coup de cœur absolu. Mes papilles en frétille encore. Arrêtez tout et réservez une table dans ce restaurant bistrone. La salle est hyper cozy, la déco est superbe et il y a aussi une terrasse sympa. Côté assiette c'est un sans faute, mes 4 assiettes sont reparties sans aucune miette. La cuisine est inventive, j'ai découvert de nouvelles saveurs, c'est équilibré et tout est savamment dosé. Je me suis même laissé tenter par un cocktail sans alcool avec de l'estragon et de la fraise, un délice. On sent l'amour du travail bien fait dans chaque recoin du restaurant et chaque bouchée. De plus, le chef est très soucieux dans le choix de produits locaux. Et dernier point important, les tarifs des menus sont vraiment raisonnables au regard de la qualité.
-
- **L'Okara**, 24 rue froide. Une cantine végétale, bio et éthique ça ne pouvait que titiller ma curiosité. Je n'ai pas été déçue. Déjà l'Okara est dans la fameuse rue froide dont j'ai parlé plus haut. On peut manger en terrasse ou à l'intérieur dans une ambiance chaleureuse. La saveur de leurs assiettes est un plaidoyer efficace en faveur de la cuisine vegan. C'était délicieux. J'ai discuté un long moment avec les propriétaires qui m'ont partagé leur philosophie. J'ai beaucoup apprécié qu'elles aillent au bout de leur démarche. Car au delà d'une cuisine vegan, elles sont aussi dans une démarche zéro déchet en favorisant les produits bruts et en achetant leurs produits en vrac. Et croyez moi ça n'est pas facile alors ça mérite vraiment d'être encouragé. Elles partagent aussi avec leur clientèle des astuces pour manger plus végétal. Vegans ou non, vous serez très bien accueilli.
-
- Le **greedy guts**, 15 rue du bras (dans la petite impasse). Un peu caché dans une impasse, le greedy guts se repère tout d'abord avec la déco colorée et fantaisie de la petite cour. En entrant, ce bric à brac arc en ciel se poursuit et donne une ambiance joyeuse au lieu qui m'a beaucoup plus. Côté assiette, on retrouve des salades, des tartes et autres plats vegan. C'était bon et hyper copieux. Le greedy guts est aussi investi dans une démarche de réduction des déchets.
-
- **Memoranda café**, j'en parlais plus haut, le memoranda est un café, mais le midi on peut aussi y manger. Je n'ai pas goûté mais on m'en a dit beaucoup de bien. A tester ! Pensez à réserver, il y a peu de tables.

Si vous cuisinez lors de votre séjour à Caen, vous pouvez faire vos provisions au marché Saint sauveur.

Où dormir à Caen ?

Best western plus le moderne

Cet hôtel idéalement situé dans le centre ville de Caen est labellisé Clef verte. L'établissement met en place de nombreux écogestes pour minimiser son empreinte (réduction de l'énergie, tri des déchets, réduction des emballages, utilisation de produits respectueux de l'environnement, producteurs locaux...). L'hôtel est aussi accueil vélo.

Vous pouvez y louer un vélo électrique directement et réserver aussi une place pour stationner votre vélo durant votre séjour. Ma chambre était spacieuse et super confortable. Le buffet du petit déjeuner faisait la part belle aux produits normands. Il y avait l'embarras du choix. Quant à l'équipe, elle était à l'écoute de mes questions et a su m'aiguiller au mieux lors de mon séjour.

[Informations et réservations à l'hôtel Best Western plus le Moderne](#)

Que faire à Caen en un week-end ou plus ?

- Découvrir le patrimoine (château, abbaye aux hommes, abbaye aux dames, églises, mémorial de Caen)
- Se balader dans le centre ville et le quartier Vaugueux
- Rencontrer un greeter pour voir la ville autrement
- Flâner dans un des cimetières dormants
- Faire la tournée des plus beaux jardins (des plantes, collines aux oiseaux, parc michel d'Ornano...)
- Faire du bateau électrique, du paddle ou kayak sur l'Orne
- Rejoindre Ouistreham en vélo
- Tester les balades sonores de Ouistreham et Lion sur Mer
- Visiter la maison de l'estuaire et de la nature
- Découvrir la falaise des confessionnaires à Lion sur Mer
-

[Plus d'idées sur le site de l'office de tourisme de Caen la mer](#)

Que faire autour de Caen ?

[Explorer la côte fleurie](#)

[Prendre de la hauteur en Suisse normande](#)

Ce séjour est le fruit d'une belle collaboration avec [Caen la mer tourisme](#). Je les remercie pour leur accueil et leur confiance.