



DOMAINE LES MARRONNIERS

Gite la Bergerie

Chambres d'hôtes

BIENVENUE



Accès réseaux WIFI

- Réseaux – network « marronniers.... »
 - mot de passe – password = frimousse
- Réseau – network « gite »
 - mot de passe – password = C1secret



Bienvenue au Domaine des Marronniers	3
Quelques suggestions pour un séjour agréable	4
Le domaine des Marronniers	6
Le domaine des Marronniers	6
Quelques mots sur nous ?	6
5 chambres d'hôtes	7
La chambre bien-être Deauville.....	8
La suite Honfleur	9
La suite Cabourg	10
La chambre supérieure Trouville.....	11
La chambre Houlgate	12
Le gîte La Bergerie - 6 personnes	13
Ventes à emporter ou à consommer sur place.....	15
Offrez un séjour aux Marronniers !	15
La Normandie, qu'y voir, qu'y faire.....	16
Focus sur le pays d'Auge.....	16
Accès et balades alentour	17
Le Domaine Les Marronniers, une situation idéale sur la Route du Cidre	18
Et vous, quelles sont vos envies ?	19
Les incontournables en 2 jours.....	27
Panier garni d'idées de découvertes	29
Il pleut, il fait beau, parfois les deux... ..	32
Fêtes et manifestations.....	34
La gastronomie – Déguster - Manger	37
Pour manger sur le pouce ou pique-niquer	38
Adresses pratiques	39
Les marchés	40
Soins énergétiques curatifs et relaxants	41
Les méthodes	41
Soins	42
Tarifs.....	43
Réserver un soin	43



Bienvenue au Domaine des Marronniers

Chers hôtes,

Vous venez d'arriver en chambre d'hôtes ou en gîte. Nous vous remercions de votre visite et **nous espérons que vous passerez un agréable séjour au domaine Les Marronniers.**

Nous ne sommes pas un hôtel, **venir en chambre d'hôtes et en gîte, c'est avant tout chercher une ambiance unique**, c'est la qualité d'un **contact simple, respectueux et chaleureux** avec l'autre qui compte avant tout pour nous, comme au sein d'une famille.

Les Marronniers ont ouvert leurs chambres d'hôtes depuis plus de 25 ans. Nous espérons vous transmettre notre passion des chambres d'hôtes, de ce domaine et de la région.

Nous espérons en vous recevant dans notre maison qu'elle soit un peu la vôtre... que votre séjour vous laisse les **souvenirs de moments agréables** passés autour de la table des petits déjeuners, dans votre chambre douillette, dans le jardin ou dans le bois, jouant avec vos enfants, ou profitant d'un moment de repos et d'un magnifique coucher de soleil sur la vallée de la Dives...

Venir en chambres d'hôtes, c'est aussi **échanger** des idées, **partager** des expériences de vie, ce qu'on aime, parler de nos lieux de vie respectifs, de notre manière de vivre, de jardinage, du dernier livre lu, d'un bon repas, d'une dégustation, d'une émotion... c'est pour cela que nous avons choisi d'ouvrir notre maison, pour qu'elle soit vivante !

Tout au long de votre séjour, nous sommes à votre disposition pour vous écouter, vous informer, vous conseiller, vous aider à passer des vacances les plus agréables possibles.

Les Marronniers sont situés **au cœur du pays d'Auge**, ce qui vous donne une occasion unique de découvrir les richesses de notre terroir, de rencontrer ses habitants et bien sûr de déguster les nombreux et excellents **produits AOC-AOP de Normandie** et spécialement les **produits cidricoles de la Route du Cidre.**

Terre de paysages, d'architecture typique, et de sites touristiques très variés, de la mer à la campagne vallonnée, le Calvados vous offre une **grande diversité de lieux de visites et de loisirs.**

- **Le Pays d'Auge**, région des vergers de pommiers, des manoirs à colombages et du cheval
- **la Côte Fleurie** et ses célèbres cités balnéaires Deauville, Trouville, Cabourg, Honfleur...
- **Le Bessin**, avec ses célèbres plages du débarquement et Bayeux cité médiévale
- **Lisieux**, le carmel, la Basilique et Sainte Thérèse,
- **la Suisse Normande** aux gorges sauvages et vallées pittoresques
- **le Bocage Virois**, terre propice aux promenades en sous-bois et à la pêche en rivière
- les environs de **Caen et le pays de Falaise**, haut lieu de l'histoire normande et fief de Guillaume le Conquérant.

Nous vous remercions d'avoir choisi notre maison et vous souhaitons un excellent séjour



Quelques suggestions pour un séjour agréable

Calme

C'est l'une des remarques les plus fréquentes : quel calme, quel repos ici ! Alors merci de penser à vos voisins, particulièrement à la nuit tombée... ou tôt le matin. Notamment merci de ne pas utiliser les baignoires balnéo après 22h ou avant 8h30.

Clefs

La clef vous permet d'être indépendant, vous la conservez tout le temps de votre séjour. Le jour du départ, merci de la laisser sur la porte ou de la remettre en main propre.

Fumeurs

Toute notre maison est non-fumeur. Nous vous remercions de ne fumer que dans le jardin, en utilisant le cendrier mis à disposition.

Horaires

Les chambres sont disponibles à partir de 17h30. Le matin, merci de les libérer avant onze heures, afin que le ménage soit fait, pour vous ou pour les personnes qui profiteront de la chambre après vous.

Repas

Il est possible de manger dans la salle des petits déjeuners, dans le jardin ou la forêt. Un four micro-onde, un réfrigérateur et de la vaisselle sont à votre disposition. Merci de ne pas manger dans les chambres. Merci de nettoyer la place et la vaisselle ensuite...

Soins énergétiques

Christine vous propose différents soins énergétiques ou curatifs (calmer ou faire disparaître certaines douleurs). N'hésitez pas à consulter la fiche détaillée ou lui poser des questions

Ménage

Il est fait tous les jours pour les « chambres d'hôtes », à chaque changement d'hôtes, mais également si vous restez en séjour. N'hésitez pas à nous signaler tout problème de fonctionnement, ou tout besoin de changement de serviettes de toilettes.

Pour le gîte la Bergerie, il est réalisé avant votre arrivée et le ménage de départ est à votre charge, moyennant éventuellement un forfait si vous souhaitez que nous le fassions à votre place.

Parking

En arrivant vous pouvez approcher votre voiture pour décharger vos bagages, merci ensuite de la garer en épi à l'entrée de la propriété, pour que chacun trouve une place en arrivant.



Petits déjeuners

Ils sont servis à partir entre 8h45 et 10h. Pour les départs matinaux, n'hésitez pas à nous en parler, il y a toujours une solution...

Thé ou café...

Vous avez à disposition tisane, thé ou café dans les chambres, pensez à ne pas poser directement les tasses sur les meubles.

A la belle saison, n'hésitez pas à prendre votre boisson chaude dans le parc, assis sur un transat, une chaise ou dans l'herbe...

Eau adoucie

Nous avons installé une grosse unité de traitement de l'eau pour les chambres d'hôtes et le gîte. L'eau est donc maintenant adoucie pour un meilleur confort d'usage dans les salles de bain. Qui dit eau adoucie, dit nouveaux réflexes : vous pouvez utiliser moins de savons ou produits moussants, et, même si elle est potable, attention aux personnes sensibles au sel.

Chauffage

Les chambres d'hôtes sont reliées au chauffage central pour un confort optimum tout au long de l'année. Vous pouvez régler chaque radiateur. Merci de les baisser quand vous sortez ou si vous ouvrez les fenêtres.

Le gîte est équipé de chauffages électriques. En journée, laissez les appareils en fonctionnement sur 2 ou 3, et augmentez si besoin lorsque vous êtes présents.

Propreté

Des poubelles sont à votre disposition. Nous pratiquons le tri sélectif, merci notamment de mettre à part le verre et le carton. Nous vous remercions de porter vos bouteilles dans des bennes adaptées au village.

Animaux

Nous n'acceptons pas les animaux dans les chambres d'hôtes, merci de votre compréhension.

Robots de tonte

Ils sont mignons, amusants, infatigables pour offrir une pelouse parfaite. Mais ce ne sont pas des jouets. Merci de ne pas les soulever.

Wifi

Il est accessible gratuitement depuis le gîte, la salle des petits déjeuners et les chambres d'hôtes.
Réseaux :

- « marronniers », code « frimousse » (en minuscule).
- « gîte », mot de passe « C1secret »



Le domaine des Marronniers

Le domaine des Marronniers

Le domaine est situé dans le Pays d'Auge, à **proximité du village animé de Cambremer**, dans un Manoir de caractère, ancienne ferme du 17^{ème} siècle.

Les **5 chambres d'hôtes et le gîte « la Bergerie »** sont situés dans le calme d'un **parc paysager, adossé à un bois de 25 hectares et à une vaste prairie plantée d'arbres fruitiers**, notamment de pommiers et poiriers, pruniers, pêchers, cognassiers, cerisiers, arbustes de fruits rouges et bordée de vieux arbres remarquables.

Vous pouvez accéder au **jardin mais aussi au bois et à la prairie**, au trampoline et au portique de jeux. Nous vous recommandons bien sûr la prudence et de bien surveiller vos enfants.

Il y a 3 sources et petites étendues d'eau dans le bois. Si vous souhaitez vous promener dans le bois, nous tenons à votre disposition un plan des allées.

Quelques mots sur nous ?

Nous sommes **originaires du Nord**, de **Roubaix** plus précisément, où nous sommes restés jusqu'à la fin de nos études.

Après notre mariage nous nous sommes installés pour le travail en Picardie et nous avons habité avec bonheur pendant plus de 15 ans à **Amiens**.

Nous avons **3 enfants**, une fille et deux garçons, adoptés au Mexique. Ils gagnent ainsi chaque année le concours de bronzage, même au soleil normand...

Pendant toutes ces années nous sommes venus de nombreuses fois (depuis 1994 !) nous ressourcer au calme du domaine des Marronniers et visiter cette superbe région.

En avril 2008, au hasard d'une discussion du petit déjeuner, les anciens propriétaires nous parlent de leur projet de céder le domaine...

Habités d'une maison largement ouverte aux invités, nous avons depuis longtemps cette idée d'ouvrir des chambres d'hôtes.

Le projet est arrivé plus tôt que prévu et de manière inattendue !

Mais après un temps de réflexion, nous avons décidé de nous lancer dans cette belle aventure ...



5 chambres d'hôtes

Le domaine des Marronniers vous propose **5 grandes chambres** disposant chacune d'une **décoration et d'équipements personnalisés**.

Vous trouverez de nombreuses photos mais aussi des **visites virtuelles** de chaque chambre et du gîte la Bergerie sur notre site internet www.les-marronniers.com

Chaque chambre ou suite bénéficie d'un accès indépendant, d'une salle de bain et de toilettes privatives.

Arrivées de 17h30 à 19h30. Départ avant 11h.

Les tarifs ci-dessous s'entendent petit déjeuner, draps et serviettes de toilette inclus.

Tarifs

Chambres	Surface	Capacités	Situation	Tarifs
Houlgate	24 M ²	1 lit 140 grande douche plein pied	Rez de jardin	2P 68 € à 85 €
Trouville Chambre supérieure	30 M ²	1 lit 160 combiné baignoire balnéo + douche	Rez de jardin	2P 98 € à 115 € remise 5% dès 3 nuits
Deauville. Suite bien- être	35 M ²	1 lit 160 baignoire balnéo, sauna, douche à l'italienne	Rez de jardin + terrasse privative	2P 118 € à 135 € remise 5% dès 3 nuits
Cabourg. Suite familiale	35 M ²	1 lit 140, 1 lit 90, 1 BZ 140 jusque 5 personnes combiné baignoire + douche	1 ^{er} étage	2 P 79 € à 95 € remise 5% dès 3 nuits
Honfleur. Suite familiale	45 M ²	1 lit 160, 2 lits 90 jusque 4 personnes. combiné baignoire balnéo + douche	1 ^{er} étage	2 P 98 € à 115 € remise 5% dès 3 nuits

15€ par enfant supplémentaire dans la chambre. 25€ par adulte supplémentaire dans la chambre.

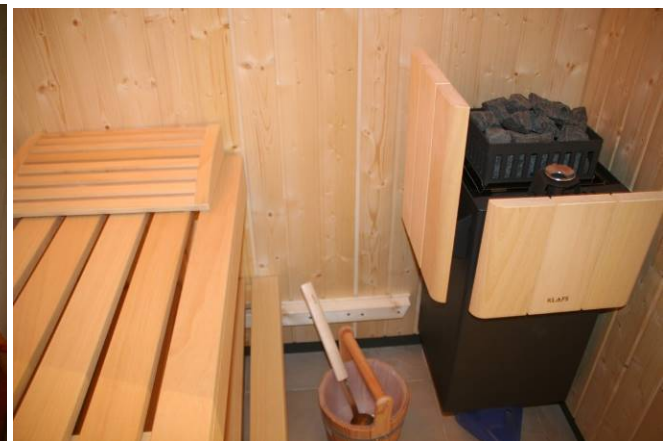
Inclus taxe de séjour de 1€/personne et par jour au profit de la communauté de communes de Lisieux.

Tarifs base 2 personnes partageant le même lit. Complément de 10€ pour lits séparés.

Versement d'un acompte de 25% du séjour ou d'une nuit minimum à la réservation. Paiement du solde sur place par chèque, chèques vacances, ou espèces, ou avant le séjour par virement bancaire ou paypal (frais en sus)



La chambre bien-être Deauville





La suite Honfleur





La suite Cabourg





La chambre supérieure Trouville





La chambre Houlgate





Le gîte La Bergerie - 6 personnes

La Bergerie est un gîte d'environ 120 M2² situé sur le domaine des Marronniers. La construction est à pans de bois, typique du pays d'Auge.

Capacité : 6 personnes (enfants de moins de 2 ans non compris), niveau de très bon confort.

Le gîte est équipé :

- d'un salon de jardin et de son indispensable barbecue werner
- d'une cuisine intégrée ouverte sur la salle à manger et el salon : cafetière électrique, grille-pain, batterie de cuisine, vaisselle, four, four micro-onde, réfrigérateur 2 portes avec partie congélateur, plaques gaz, lave-vaisselle, etc...
- de 3 chambres spacieuses
- de 2 salles de bain (une baignoire e+ douche, une douche) et de 2 WC
- d'un séjour-salon avec table, chaises et canapés, cheminée avec poele, télévision (TNT, lecteur blu-ray).
- Et également : lave linge, fer et table à repasser, aspirateur, nécessaire de ménage. Draps et torchons fournis, serviettes de bain non fournies.

Le plus des Marronniers : nous louons le gîte avec les draps et ... lits faits pour votre arrivée !

Tarifs location du gîte:

Périodes	Basse Autres périodes	Moyenne Vacances printemps, mai, juin, septembre, Noel, nouvel an	Haute juillet-août
Tarif semaine (du samedi AP 16h au samedi matin 10h)	390	490	650
Milieu semaine Du lundi après midi au vendredi matin. Ou WK à pont	320	320	Non
Week-end 2 nuits	320	320	non
Week-end détente (3 nuits) du vendredi après-midi au lundi matin	390	390	Non

Tarifs incluant la location des draps - lits faits, et la consommation d'eau froide. Consommation électrique sur relevé.

Personne supplémentaire dans le gîte au delà de 6: forfait 80€ pour le séjour d'une semaine, 40€ pour un week-end.

Service petit déjeuner en formule gîte: 7€/personne/jour.

taxe de séjour de 1 € par personne et par jour en sus au profit de la Communauté de Communes de Lisieux

Ménage à réaliser par vos soins en fin de séjour, ou forfait 50€.

Animaux acceptés. Complément 30€ pour le séjour.





Ventes à emporter ou à consommer sur place

Vous trouverez tous les commerces nécessaires à Cambremer, mais nous pouvons vous proposer quelques extras à déguster sur place ou à emporter :

- Boite de soda : 1,00€
- Bière blonde: 1,50€
- Glaces : 1,50€
- Jus de pomme du pays de Cambremer : 3€ la bouteille
- Cidre AOC Cambremer ou poiré : 7 € la bouteille (4€ à emporter)
- Pommeau de Cambremer : 13 € la bouteille
- Mauzac nature, vin blanc mousseux méthode gaillacoise : 25,00€, domaine Plageoles, un pur plaisir, attention ... il se boit très facilement ...
- Confitures maison : 4,5 €
- Fruits en saison : pommes, châtaignes

Offrez un séjour aux Marronniers !

Vous avez apprécié votre séjour au domaine des Marronniers ?

Vous avez envie d'offrir un séjour inoubliable pour fêter un évènement particulier, par amitié, ou par plaisir tout simplement?

Discutez en avec nous, nous établissons la formule ensemble, vous choisissez la chambre, des dates ou vous les laissez libres, nous imprimons un bon cadeau, vous l'emprenez ou nous l'envoyons pour vous.

M. Mme Dupont

*Bienvenue au domaine
Les Marronniers*

Cambremer

*Pays d'Auge Calvados
Normandie*

*Fabien, Solenn, Karine et J-C
sont heureux de vous offrir un séjour
de 2 nuits dans
la suite bien-être Deauville*



*Contactez nous pour réserver la date de votre séjour:
Christine et Vincent Delannoy
Les marronniers 4235 route d'Englesqueville 14340 Cambremer
tél: 0231630828 www.les-marronniers.com*



La Normandie, qu'y voir, qu'y faire

Les richesses de la Basse Normandie sont innombrables.

Vous trouverez de nombreux guides et informations dans la salle des petits déjeuners.

La Normandie est un terroir authentique, très varié, avec de vastes espaces naturels préservés : haies naturelles, bocages, grandes plages de sable, falaises, forêts, marais, etc...

Vous y visiterez des bourgs au riche passé historique, de magnifiques églises et abbayes, et dégusterez une gastronomie réputée

Et pour les photos de votre album ou de vos réseaux sociaux: pommiers en fleurs, chevaux, vaches normandes et architecture à pans de bois.

Pour les amoureux de littérature et de peinture, vous pourrez croiser les pas de Monet, Flaubert, Maupassant, Proust, E Boudin....

Voici quelques indications pour un séjour réussi ... et pour préparer les suivants !

N'hésitez pas à consulter notre site web pour trouver toutes les idées à jour, quel que soit le temps, quelle que soit la durée de votre séjour : www.les-marronniers.com

Focus sur le pays d'Auge

Vergers de pommiers, vaches paisibles dans les prés, élevages de chevaux, maisons à pans de bois : vous êtes au cœur de la campagne normande.

A l'est du Calvados, non loin de la Côte Fleurie, le pays d'Auge étend ses paysages verdoyants et vallonnés, typiques de la Normandie.

La **Route du Cidre** côtoie celle des **manoirs et châteaux** disséminés autour de charmants villages à l'architecture préservée.

Produits laitiers (beurre, crème fraîche, fromages), Teurgoule (riz au lait), andouille, **cidre**, **pommeau et calvados** sont les spécialités de ce pays réputé pour sa gastronomie et sa qualité de vie.





Accès et balades alentour

Le village de Cambremer, au cœur du Pays d'Auge, est situé sur la "**Route du Cidre**".

Vous en trouverez tous les détails et les bonnes adresses dans les pages suivantes et dans le livret.

Le domaine des Marronniers est situé à 4,5 km du village.

Les petites routes sont nombreuses, n'hésitez pas à vous y perdre à pied, en vélo ou en voiture.

Le GR65 borde la propriété (chemin de la Capelette), vous pouvez facilement aller jusqu'à Beuvron en Auge à pied.

Vous trouverez dans la salle des petits déjeuners des **guides touristiques et des topoguides** qui regroupent les sentiers du calvados balisés pour les promeneurs, les cyclistes, les randonneurs à cheval.





Le Domaine Les Marronniers, une situation idéale sur la Route du Cidre

Grâce à la qualité de ses produits cidricoles, de son environnement naturel et architectural, et de son accueil touristique, le pays de Cambremer a été distingué en 2015 "**site remarquable du goût**", marque gérée par 4 ministères français.



Nous avons adhéré à l'association gérant cette marque pour Cambremer et nous sommes engagés à en respecter les règles de qualité.





Et vous, quelles sont vos envies ?

Envie de retrouvailles simples et joyeuses pour un séjour en couple, en famille ou entre amis: venez passer un grand moment de détente :

A deux, en toute intimité, par exemple dans la suite bien être Deauville

Avec vos enfants (2 suites familiales, le jardin et la prairie pour courir, les jeux)

En famille élargie ou entre amis (5 chambres et un gîte à votre disposition)... la Normandie est souvent un lieu idéal et "magique" pour se retrouver et vivre des souvenirs inoubliables !



Envie de balades et de découvertes natures à la campagne ou en bord de mer :

Echauffez vous les jambes dans notre bois puis partez à l'aventure et en balades sur les petites routes et chemins bucoliques de la campagne du pays d'Auge. Par exemple: [la ballade des Haras](#) que vous pouvez réaliser à partir de chez nous.

Nous tenons à votre disposition de nombreux circuits de randonnée autour de Cambremer ou en Normandie. Laissez vous émerveiller par un environnement toujours vert où les pommiers en fleurs sont un spectacle unique tout au long de la Route du Cidre.





La Normandie est un lieu idéal pour un séjour au vert, qui propose notamment des jardins et parcs classés "remarquables", comme le jardin du pays d'Auge à Cambremer, une campagne et des zones côtières préservées.

Les parcs animaliers comme le Cerza ou la serre aux papillons de Honfleur (naturospace) vous proposent également des rencontres inoubliables.



La Normandie n'oublie pas non plus les amateurs de pêche, notamment sur la Touques reconnue pour la truite, ou en mer avec la possibilité de monter sur un bateau pour une belle pêche au maquereau

Pour les amateurs de jardinage, Lisieux vous propose en mars la plus vieille foire aux arbres de France (558eme en 2017 !), Pont l'Evêque vous attend en octobre, Cabourg et Honfleur en avril, etc...

Envie de détente sportive ou loisirs ludiques:

A vous les plaisirs de l'eau en piscine, comme la piscine d'eau de mer à Deauville, ou en bord de mer pour pratiquer tous les sports nautiques imaginables (120 km de côtes, 2 » clubs de plage, 110 associations nautiques !). Et n'oublions pas la pratique du kayak en mer, à Trouville par exemple, ou en rivière comme à pont de l'arche ou Clécy.





Evidemment la Normandie, c'est le pays du cheval que vous pourrez admirer lors des courses en hippodromes ou dans les innombrables haras qui couvrent le pays d'Auge. A noter également pour les amoureux du cheval : les ventes de yearling de Deauville, les tournois de polo, et Le haras national du Pin est à moins d'une heure des Marronniers.



Envie de fusion avec le cheval et la nature : La société « Cavalcades » (Cécile et Cédric) vous propose des programmes cousus main (randonnées, initiation, séjours culturels, séjours sur-mesure), avec pourquoi pas en point d'orgue une promenade au coucher de soleil sur la plage.... (www.cavalcades.fr)

ou alors, plus calme en apparence mais très sportif, choisissez un parcours de l'un des [30 parcours de golf](#) dont beaucoup en bord de mer

Si vous aimez les sensations fortes, rendez vous pour pratiquer la varappe en Suisse normande, du saut à l'élastique au viaduc de la Souleuvre, des sports automobiles au circuit de Pont l'Evêque et sur les nombreux circuits de karting, le kite surf à Deauville ou le char à voile à Cabourg

Pour des frissons plus raisonnables vous trouverez en Normandie plusieurs parcours d'accrobranche comme à l'espace normandie aventure à Saint Martin de Boscherville

Au Marronniers, ce sera ping pong, trampoline, rando dans le bois ou sur la route





Envie de détente plus douce ou de séances de soins bien être:

Si vous choisissez nos **chambres bien être** Deauville, Honfleur ou Trouville, vous y trouverez une baignoire balnéo, et dans la suite Deauville un sauna privatif dans la chambre... Et vous pouvez aussi choisir un **soin relaxant** de Christine.

Le Calvados propose un vaste choix de **centres de thalassothérapie** (Ouistreham, Cabourg, Trouville, Deauville, Luc sur Mer, etc...) et de centres aquatiques (Carpiquet, Condé sur Noireau, Douvres la Délivrande, Falaise, Lisieux, etc..).

Après la thalasso, pourquoi ne pas tenter votre chance dans **les casinos normands** ? avec les plus connus bien sûr à Deauville, Trouville, Cabourg, Villers sur mer, etc...



Envie de plaisirs des papilles : la Normandie vous régale !

Commencez par un bon petit déjeuner aux Marronniers



Sur ses marchés hebdomadaires (Saint Pierre sur Dives le lundi, Lisieux le samedi, Trouville le dimanche) ou de ses marchés à l'ancienne en été (Cambremer, Pont l'Evêque).

Un autre incontournable : les magnifiques halles au poisson de Trouville.



Au cours de l'une de ses nombreuses foires (foire au fromage à Livarot, pont l'Évêque)

Chez ses producteurs de produits AOC: sur [la route du Cidre de Cambremer](#) (cidre, poiré, pommeau, calvados).



Chez les producteurs de fromage (domaine de Saint Hyppolite à côté de Lisieux, pont l'évêque, livarot, camembert, cœur de Neufchâtel), le tout accompagné d'un peu de beurre et de crème AOC...

Pour le dessert : tarte aux pommes, teurgoule (riz au lait cuit au four, souvent à la cannelle), aumônières de pommes, et n'oubliez pas de commander votre gâteau « la Route du Cidre » à la boulangerie de Cambremer, vous en deviendrez addict.

Ou dans les nombreux restaurants de qualité (cf notre sélection), dont de nombreux étoilés et d'autres proposant une excellente cuisine de terroir.

Les fromages, la crème fraîche, les crustacés et autres produits de la mer, le jus de pomme, le cidre, le pommeau et le calvados de Normandie vous attendent pour de grands instants de gastronomie gourmande.



cidre et camembert chaud ou sabayon au cidre et fruits rouge ? les deux, merci



Envie de découverte dans un pays d'art et d'histoire : la Normandie est un haut lieu de tourisme et d'histoire, et les idées de visites sont nombreuses tant en bord de mer que dans les terres :

Pays de mémoire des siècles pour un voyage au coeur de la grande et de la petite histoire, en parcourant :

- les sites paléontologiques (falaise des vaches noires à villers sur mer)
- les nombreuses églises de village, les abbayes (route des abbayes normandes : Jumièges, Saint Wandrille, saint Martin de Mondaye, Montligeon, etc...), et la basilique de Lisieux
- et bien sûr en se plongeant dans l'épopée de Guillaume le Conquérant (châteaux de Falaise et Caen, Abbaye aux Hommes et aux Dames, tapisserie de Bayeux, château Gaillard, etc...)



Pays du souvenir sur les plages du débarquement, dans les nombreux musée (à ne pas manquer Pegasus Bridge, Ouistreham, Arromanches, cimetière de Coleville, etc...), et bien sûr au mémorial de la Paix de Caen





La Normandie est riche d'un patrimoine unique, spécialement dans le Calvados, 3eme département français pour le nombre de monuments classés.

Plus de 800 bâtiments civils ou religieux vous racontent 1000 ans d'histoire :

- châteaux et manoirs (Crèvecœur en Auge, Coupesarte, Saint Germain de Livet)
- maisons à colombages du pays d'auge,
- fermes fortifiées du Bessin
- chaumières du bocage
- et bien sûr l'architecture unique de ses stations balnéaires de la côte Fleurie (Cabourg, Houlgate, Trouville, Deauville).

Pour s'imprégner de cette histoire, l'un des meilleurs moyens est donc de se perdre dans les petites routes et de flâner dans l'un des villages, qui comme Cambremer, ont su garder toute leur authenticité. Vous y découvrirez non seulement des architectures typiques et magnifiques (Beuvron en Auge, Beaumont en Auge), mais aussi des lieux de vie actifs et accueillants.



Le Calvados a la particularité de vous proposer 2 magnifiques cathédrales : Bayeux et Lisieux. Et d'Alençon jusqu'au Carmel et à la splendide basilique de Lisieux, vous pourrez suivre les pas de Sainte Thérèse de Lisieux et des époux Martin ses parents.

Le pays d'Auge appartient au réseau national des pays d'art et d'histoire.





Envie de rencontres avec des artisans créateurs dans leurs ateliers d'art, de découvertes artistiques et culturelles :

La Normandie est le berceau de l'Impressionnisme. Elle a attiré et attire de nombreux artistes peintres, écrivains, musiciens: Cabourg et Proust, Honfleur et Boudin ou Satie, Giverny et Monet, le Havre et les impressionnistes

Vous pourrez suivre les traces de nombres d'entre eux et (re)découvrir leurs oeuvres dans les musées de la région: musée des beaux arts de Caen, musée Boudin à Honfleur, MUMA au Havre pour ne citer qu'eux

Mais l'art ce n'est pas qu'une question de musée, de nombreuses expositions sont réalisées avec des artistes contemporains ou locaux dans les villes et villages du pays d'Auge (grange aux dimes de Cambremer, Beaumont en Auge, Honfleur, musée des arts modernes de Caen et du Havre, etc..).



Pays d'art et d'histoire, le pays d'Auge vous propose chaque année la découverte des métiers d'art au château de Canon en avril ou à Deauville en juillet

Envie de rencontres et de grandes émotions :

Le Calvados vous propose de nombreux festivals musicaux, comme celui de Beaugard début juillet, « les Boréales » à Caen ou encore les promenades musicales en Pays d'Auge

Le pays d'Auge c'est également une terre de cinéma : festival du cinéma américain à Deauville, du cinéma russe à Honfleur, du cinéma romantique à Cabourg, film européen à Houlgate, etc...

Envie d'une ambiance différente pour vos déplacements professionnels :

Séjournes dans un cadre reposant, avec un accueil et une chambre personnalisés, où vous ne serez pas un client mais un hôte. Accès wifi gratuit pour ceux qui auront le courage de travailler encore un peu le soir...



Les incontournables en 2 jours

Vous n'avez que 2 jours, quel va être votre [programme d'activités et de visites](#) ?

voici quelques incontournables:

- [Repos et bon petit déjeuner aux Marronniers](#), sauna et/ou balnéo, farniente sur un transat, balade dans le jardin, dans la forêt (la sylvothérapie est à la mode, et sincèrement quel bien être ressenti dans les sentiers, entrez dans un autre monde !) ou sur la route d'Englesqueville.
- et surtout: profiter de la vue imprenable sur la plaine de Caen, une vue sur 30 km à vol d'oiseau !!!



- **Une visite dégustation** dans l'une des **caves cidricoles** de [la Route du Cidre du pays de Cambremer](#). Shopping produits locaux à Cambremer (artisanat, cidres, fromages, saucisson au camembert).





- Si vous aimez les **marchés authentiques**, celui de Lisieux le samedi matin ou celui de Saint Pierre en Auge le lundi matin (halles du 12eme siècle), les halles de Trouville sont incontournables. Et **marché à l'ancienne** à Cambremer tous les dimanches matin d'été et les dimanches de Pâques et Pentecôte.



- visite des expositions de la grange aux dimes de Cambremer, et tournée des boutiques: épicerie fine, fleurs, vêtements, souvenirs (toutes sincèrement top et de très bon goût, et bon accueil au rendez vous !)
- Pour acheter **du fromage en direct**: domaine Saint Hippolyte à côté de Lisieux et fromagerie Graindorge à Livarot (le plus: visite très complète)
- **visites:**
 - visite des jardins du pays d'Auge à Cambremer
 - le château de Crèvecœur en Auge, puis si vous voulez faire un "strike" de belles visites sur la route jusque Falaise: château de Canon, Saint Pierre en Auge, château de Vendeuvre, château de Guillaume le Conquérant, musée des automates, musée des victimes civiles de la guerre
 - le château de Saint Germain de Livet (avec détour par le manoir de Coupesarte et le domaine de Saint Hippolyte)
 - Beuvron-en-Auge, village "carte postale" du Pays d'Auge et ses maisons normandes typiques, son relais de la route du cidre et son panorama depuis la chapelle des forges de Clermont. Remontée vers Beaumont-en-Auge plein Ouest (panorama derrière l'église, boutiques d'artistes), puis direction le bord de mer (Deauville, Trouville, Cabourg, Houlgate, Villers sur mer) pour une balade de mise en appétit.
 - Lisieux: le Carmel, la cathédrale, la basilique
 - Honfleur (le matin, il y a un peu moins de monde, parking gratuit au Naturospace). Visite du bassin, des galeries d'art, des ruelles pittoresques, de l'église Sainte Catherine, des musées (maison Satie, de la marine, du vieux Honfleur, naturospace, etc...) , puis prenez la route côtière vers Trouville et ses halles au poisson (dégustation de fruits de mer sur place), Deauville ou Trouville et leurs "planches" (et beaux magasins), Houlgate et sa plage à coquillages ou Cabourg (longue jetée promenade sur 1,7 km ou ses 4 km de plage)
- **dîner** dans l'un des excellents [restaurants de Cambremer](#), ou dans l'une des adresses de notre sélection

2 jours, c'est vraiment trop court... alors



Panier garni d'idées de découvertes

Que le soleil brille ou que les nuages le masquent temporairement pour vous rafraichir d'une ondée, voici des idées pour :

Ballades et / ou repos en bord de mer sur les plages de la côte fleurie :

Deauville la bling bling, Trouville le port de pêche huppé, Cabourg sur les pas de Proust, Honfleur la romantique, Houlgate et ses villas belle époque, Villers sur mer et ses dinosaures, Ouistreham et ses coquilles saint jacques....

Au passage ou en anticipation, faites quelques emplettes dans les [commerces de Cambremer](#) ou sur [l'un des marchés locaux](#) pour un pique nique sur le sable ou au bord d'une prairie, accompagné bien sûr d'un bon cidre AOC pays d'Auge cru de Cambremer.

Visites du pays d'Auge côté campagne, avec ses beaux villages, ses routes bucoliques et ses métiers d'art:

- Beuvron-en-Auge, un des plus beaux villages de France, circuit promenade jusqu'au point de vue de la chapelle des Forges de Clermont
- Cambremer et les magnifiques jardins du pays-d-Auge
- Pont-l'Évêque (route des Douets, Calvados Expérience)
- Beaumont-en-Auge et ses boutiques d'artistes
- Le Val Richer et ses paysages vallonnés
- les magnifiques églises de campagne et les typiques petites mairies,

mais pas que: le pays d'Auge, notamment le "pays de Cambremer" est un condensé de la campagne à la française telle qu'on la rêve pour passer un séjour reposant: paysages de bocages préservés, doux pâturages, vaches normandes promesses de bons fromages, chevaux élégants à retrouver sur les champs de course, vergers de pommiers et poiriers, hameaux paisibles et bien entretenus, maisons à pan de bois ou en pierre de Caen, toits de chaume, ruisseaux tranquilles et poissonneux, manoirs de rêve au bout de petits chemins, gites et chambres d'hôtes chaleureux,

Et bien sûr une gastronomie renommée. pas de séjour en pays d'Auge sans haltes chez les [producteurs de la route du cidre](#)...

Lisieux :

- la cathédrale Saint-Pierre, le carmel où vécut Sainte Thérèse de Lisieux, la basilique et le marché traditionnel du samedi matin
- le domaine de Saint Hippolyte (excellente fromagerie, son manoir et ses dépendances)



- le château de Saint Germain de Livet
- le château de Boutemont et ses magnifiques jardins

Les cités du fromage de caractère :

- Livarot
- Pont l'Evêque
- Camembert et Vimoutiers, cités du fromage de caractère.
- Avec un petit détour pour découvrir le prieuré de Saint Michel de Crouttes
- Et si vous en avez le temps, poussez jusqu'à Neufchâtel en Bray, déguster le fromage qui serait à l'origine du Camembert !

La route des châteaux jusque Falaise :

- Crèvecœur en Auge
- Saint Pierre en Auge (église abbatiale, halles médiévales)
- Le château de Canon
- Le château de Vendevre
- Falaise (château de Guillaume le conquérant, musée des automates, musée des victimes civiles de la 2eme guerre mondiale).

Si vous continuez un peu plus loin, vous arrivez en pleine "Suisse normande" avec de belles ballades nature notamment à la roche d'Oètre (escalade, randonnées).

Caen :

- Caen, la ville, son secteur piétonnier, ses restaurants
- le château ducal
- les abbayes aux hommes et aux dames
- le mémorial de la Paix

De l'autre côté du Pont de Normandie :

- Le pont de Normandie
- le Havre : ne pas manquer le musée Malraux et la vue extraordinaire sur l'entrée du port depuis son restaurant, la maison Perret, son centre-ville commerçant, sa plage et ses ports de plaisance
- Etretat et ses falaises
- Fécamp et son palais Benedictine.



- Pour les plus courageux Dieppe, Eu et le Tréport ne sont plus loin.

Les plages du Débarquement :

- Les plages du débarquement jusqu'à la pointe du Hoc, voire jusque Sainte Mère l'Eglise, son parachutiste et son intéressant musée, en passant par :
- Bayeux (vieille ville, cathédrale, tapisserie) et Port-en-Bessin (port de pêche)
- Omaha Beach, le cimetière américain de Colleville-sur-Mer et le cimetière allemand de la Cambe
- l'incontournable musée de Pegasus Bridge
- Arromanches, et tous les musées le long de la côte
- Ne pas oublier de visiter le très intéressant musée ouvert à Falaise sur les victimes civiles de la guerre.

Rouen et la Seine :

- Rouen, le parc des boucles de la Seine
- le marais Vernier
- la forêt de Brotonne
- le parc du château de Villequier
- les abbayes de Jumièges, du Bec Hellouin et Saint Wandrille
- château Gaillard
- et pousser jusque Giverny (fondation Claude Monet)

Le haras national du Pin, Carrouges et son château, Bagnoles de l'Orne et ses cures, Alençon et son point de dentelle

Périple dans la Manche :

Le Mont Saint Michel (1h45), Villedieu les Poeles et ses fonderies de cloches, Saint Vaast, Blainville et Cancale pour leurs huitres, Saint Malo et ses remparts, Cherbourg et sa cité de la mer, la pointe de la Hague port Goury et le nez de Jobourg, Granville et son port de pêche, Barfleur, Tatihou et les îles anglo-normandes pour une évasion à portée de bateau côtier



Il pleut, il fait beau, parfois les deux...

quelque soit l'humeur de la météo, vous trouverez toujours une activité ou une visite adaptée pour découvrir la Normandie. Et même quand le temps est grincheux, les changements de marée ramène souvent le soleil au galop.

A côté de chez nous, les incontournables s'il fait beau

- Balade en voiture, à moto, à vélo (électrique) ou à pied dans les petites routes du pays d'auge, entre haras, vaches et vergers.
- N'oubliez pas de bien regarder entre les haies pour admirer l'un des magnifiques manoirs ou les maisons à colombages
- Visite de Cambremer, sa vie pleine de sérénité, ses cidreries (cf la "route du cidre") et ses jardins remarquables ("jardins du pays d'Auge"), puis Beuvron en Auge (classé plus beau village de France, comptez 30-40 mn) et le superbe panorama depuis la chapelle des forges de Clermont (3 km depuis le village, en voiture ou à pied).
- Côté châteaux avec parcs: Crèvecoeur en Auge, Saint Pierre en Auge (ancienne abbatale, admirables halles du moyen âge), Vendeuvre (et ses jets d'eau surprise, collection de miniatures), Canon (parc de 15 ha, ferme pédagogique), Falaise (château de Guillaume le conquérant, musée des automates, musée des victimes civiles de la guerre), et Saint Germain de Livet (en faisant un détour pour admirer le manoir de Coupesarte et la fromagerie de Saint Hippolyte)
- Et direction la mer : Cabourg et sa promenade Marcel Proust, Houlgate – Villers sur Mer et la falaise des vaches noires, Deauville et ses planches,
- Honfleur : son vieux bassin, le jardin des célébrités, l'église Sainte Catherine, le musée Boudin, la maison Satie et ses ruelles romantiques. Et un peu plus loin, d'un côté le Bessin avec Bayeux (cathédrale, tapisserie), Port en Bessin et les plages du débarquement, de l'autre côté Fécamp et Etretat.
- Pour les amoureux des animaux, journée au magnifique zoo de Cerza près de Lisieux





A côté de chez nous, les incontournables si il pleut

Un bon ciré, et la ballade continue !

- Une balnéo ou un sauna aux Marronniers (chambres Deauville, Honfleur et Trouville), ou dans un centre thalasso du bord de mer (Trouville, Deauville, Luc sur Mer, etc...)
- Une visite de cave sur la "[Route du Cidre](#)", et la visite de "Calvados Expérience" à Pont l'Evêque pour une sensibilisation ludique à l'histoire et la géographie du Calvados, et de la fabrication du cidre
- les expositions à la grange aux dimes de Cambremer
- la fromagerie Graindorge de Livarot
- Une visite à l'abri : château de Crévecoeur en auge, Vendevre, Canon ou de Falaise (avec vues en réalité augmentée sur tablette, visite suivie de celle du musée des automates et du musée des victimes civiles de la guerre), le mémorial de la Paix à Caen, les musées de Caen - Rouen ou le Havre (le MUMA) ou l'un des musées de la 2ème guerre mondiale le long des plages du débarquement (Pegasus Bridge, Ouistreham, etc...).
- Si vous êtes en balade à Honfleur, réfugiez vous dans les musées (musée du vieux Honfleur, de la marine, Eugène Boudin, maisons Satie, etc...) et au Naturospace où les papillons se poseront sur vous !
- Ballade à Lisieux sur les pas de Sainte Thérèse: Basilique, Carmel, cathédrale
- Visites et shopping à Caen ou à Rouen
- Un bon restaurant, de la cuisine de terroir à la cuisine étoilée, il y en a pour tous les goûts !





Fêtes et manifestations

Grands Evènements à Cambremer:

- 1^{er} week-end de mai : Cambremer, festival des AOC et AOP
- 13 juillet : repas concert sur la place de l'Eglise
- Fin juillet : festival Hurlu Belles Rues
- 2^{eme} quinzaine d'août : les producteurs de cidre s'exposent à la Grange aux Dimes
- Septembre : randonnée gourmande Pomme Party

Mars

- festival du film asiatique, Deauville
- carnaval de Lisieux et Cabourg
- foire aux arbres à Lisieux
- manifestation « découvrez les métiers d'art en Pays d'Auge »
- salon des métiers d'art, saint pierre sur dives
- exposition des métiers d'art au château de Canon
- marché des potiers, Honfleur
- salon du tourisme à Cabourg

Avril

- avril : dressage pôle international de Deauville
- avril : journées des métiers d'art, Beuvron en Auge
- Festival des planches et des vaches, Hérouville St Clair
- avril : salon passionnément jardin, Honfleur
- fin avril: vive le lin, Honfleur
- festival des tulipes, chateau de Vendevre
- Remarque: mi-avril, début de floraison des poiriers et pommiers

Mai

- Début mai foire aux géraniums, Beuvron en Auge
- salon de la carte postale ancienne, Pont l'Evêque
- salon des écrivains normands, Dozulé
- marché aux fleurs, Breuil en Auge
- Salon littéraire Caen
- la nuit des cathédrales: cathédrale de Bayeux et Lisieux
- festival « Pierres en lumières » dans le Calvados
- Pentecôte, marché à l'ancienne, Cambremer
- Pentecôte : fête des marins - Honfleur
- Mi mai : fête du fromage, Pont l'Evêque
- Mi mai : la nuit des musées : château de Crèveceour en Auge
- Mi mai : les médiévales au château de Crèvecoeur en Auge
- Journées gourmandes, château du Breuil, Breuil en Auge
- jumping de Cabourg, hippodrome de Cabourg
- fin mai : marathon de la baie du Mont St Michel



Juin

- début juin foire à tout, Cambremer
- début juin Festival plein vent , cerfs-volants, Houlgate, plage
- rendez-vous au jardin, château de Canon
- fête de la gastronomie Dives sur Mer, les Halles
- cérémonies commémoratives du débarquement allié. « DDAY festival Normandy »
- le 21, fête de la musique, Cambremer
- festival du film romantique de Cabourg
- festival Cabourg mon amour

Juillet

- tous les dimanches matins, marché à l'ancienne, Cambremer
- estivales de Cabourg, hippodrome de Cabourg
- les médiévales à Bayeux
- Festival de Beauregard Caen.
- banquet fantastique au château de Caen
- le moyen âge en fête : au château de Crèvecœur en Auge
- festival de marionnettes et formes animées, Dives sur Mer
- salon des antiquaires, Beuvron en Auge
- 13 juillet repas champêtre / bal / feu d'artifice, Cambremer
- Festival Hurlu Belles Rues
- 1er critérium d'après tour de France, Lisieux
- Cathédrale de Bayeux : les « lumières de la liberté ».

Aout

- tous les dimanches matins, marché à l'ancienne, Cambremer
- les producteurs de cidre s'exposent à la grange aux Dimes. Pomme Party
- "les Médiévales" au château de Crèvecœur en auge
- fête de la mer, port de plaisance, Dives sur Mer
- fête de la brocante et des antiquités, Beuvron en Auge
- salon antiquité brocante et salon des créateurs, Pont l'Evêque
- festival d'art actuel, les halles, Dives sur Mer
- saut d'obstacles Pôle international de Deauville
- festival FESTIJAZZ, Houlgate
- fête de la mer Ouistreham
- fête médiévales au château de Falaise
- dîner sur la digue, Cabourg

Septembre

- festival du cinéma américain, Deauville
- mi septembre festival Cidre et Dragon, Merville-Franceville
- journées du patrimoine
- randonnée gourmande

Octobre

- fêtes Thérésiennes : Lisieux
- journées musicales Marcel Proust, Cabourg
- fête de la crevette et de la pêche, Honfleur



- mi octobre fête de la Saint Denis, Cambremer
- festival du film européen, Houlgate

- trail Pom'Haies Pommes, Cambremer
- fête du cidre, Beuvron en Auge

novembre

- salon de la gastronomie, Pont l'Evêque
- festival le goût du large, Port en Bessin

- foire aux arbres, Pont l'Evêque

décembre

- début décembre, marché de Noël à Cambremer
- Noël au château, château de Canon



La gastronomie – Déguster - Manger

Crème, fromages, beurre, viande, andouille, poissons et fruits de mer, jus de pomme, cidre, poiré, pommeau et calvados il y en a pour tous les appétits et tous les goûts ! A déguster dans les excellents restaurants de la région mais aussi en pique-nique !

Ceci n'est qu'une petite sélection des excellents restaurants locaux, sans aucun autre engagement que celui de nous avoir plu ou de nous avoir été recommandé. Les jours de fermeture sont donnés à titre indicatif. Il est prudent de réserver à l'avance.

Et pour vous mettre en ap pêtit, n'oubliez pas de vous promener sur la Route du Cidre !

Il existe aussi beaucoup d'endroit idéaux pour un pique-nique, à commencer par notre parc et notre bois.

Notre sélection de restaurants pour passer un bon moment en amoureux, en famille ou entre amis

- **Le p'tit normand** – cuisine de terroir, bon accueil, très bonne qualité des plats - Cambremer, tel 0231320320 - Fermé dimanche soir et lundi.
- **Le café Forges** (terroir, grillades au feu de bois) Beuvron en Auge, tel 0231740178, fermé mardi et mercredi
- **Au fil des saisons**, le Lion d'Or – Méry Corbon, route de Caen, créatif, excellent rapport qualité-prix, tel 0231912863, fermé dimanche soir et lundi
- **Le Baligan** (poissons), 8 av Alfred Piat 14390 Cabourg, tel 0231241092 , fermé le mercredi
- **La Haie Tondue** (cuisine française), Drubec, tel 0231648500, fermé lundi soir et mardi
- **Le Mermoz** (fruits de mer, moules, brasserie) place Jean Mermoz 14640 Villers sur Mer. Tel 0231870168. Fermé le mardi sauf en saison et vacances scolaires
- **Le Vaucelles** (cuisine traditionnelle) 39 rue de Vaucelles 14130 Pont l'Evêque, tel 0231652922, très bon rapport qualité-prix
- **le bouchon du Vaugueux** (cuisine française) 12 rue Graindorge 14000 Caen, tel 0231442626, l'un de nos préférés pour passer un très bon repas
- **le Duplex** (cuisine traditionnelle), 12 avenue Victor Hugo 14100 Lisieux, tel 0231311027, raisonnable et efficace
- **O jardin de l'avenue**, 20 avenue Sainte Thérèse, Lisieux, tel 0231621450, du frais, du fait maison, et généreux
- **Les jardins du pays d'Auge** (crêperie) – Cambremer, tel 0231316740, fermé le mardi en mai et juin, fermé du 15 septembre au 30 avril
- **La Table d'Hôtes**, Ouistreham, tel 0231971844. Il y a de la route, mais si vous avez le courage de la faire, attention à la très bonne surprise...



Gastronomiques et étoilés

notre sélection, forcément subjective...

- restaurants 1 étoile
 - o **Le Pavé d'Auge** – notre coup de cœur, excellent et raisonnable en prix - Beuvron en Auge – tel 0231792671 - Fermé lundi et mardi hors saison
 - o **A Contre Sens** - Caen - le meilleur, tout simplement - mais succès oblige, réservation en ligne sur leur site
- restaurant 2 étoiles
 - o sans hésiter, **Tartarin** au Havre, du pur bonheur

Autres restaurants locaux

Autres restaurants testés par nous, ou connus des guides ou recommandés par des hôtes qui nous en ont parlé.

- le Carlotta à Caen, pour les amateurs de bonne brasserie, du classique très bien fait
- La Pomme Confite (crêperie) –Dozulé, tel 0231793131, fermé le mardi soir, le mercredi et le dimanche soir
- la Colomb'auge (crêperie), Beuvron en Auge, tel 0231390265
- L'Authentic, Cambremer, tel 0231488229
- Le Bognat (viandes) 27 rue Gaston Manneville 14160 Dives sur Mer, tel 0231910613, fermé le soir du dimanche au mercredi, sauf vacances
- Auberge des Dominicaines (terroir) Pont l'Evêque, tel 0231641096
- L'Eden (cuisine française), 7 rue henri Fouchard 14510 Houlgate, tel 0231248437, fermé lundi et mardi
- Les 2 tonneaux, Pont l'évêque, tel 0231646520, original car vous pouvez manger dans d'anciens tonneaux. Fondues aux fromages locaux et les enfants adorent le cadre « ludique ». Ouvert tous les jours.
- Auberge de l'Abbaye, Beaumont en Auge, tel 0231648231, cuisine française
- Le Saint-Pierre, Mézidon Canon, tel 0231404794, fermé samedi midi et dimanche soir
- Augusto chez Laurent, Deauville, gastronomique, 0231883449.
- le Grand Hôtel, Cabourg: y manger suppose un bon budget, mais c'est excellent
- Honfleur, le Bréard tel 0231895340

Pour manger sur le pouce ou pique-niquer

- **Boulangerie, épicerie, épicerie fine, boucherie:** Cambremer
- **sandwichs:** la boulangerie de Cambremer
- **Pizzas:** le camion, nous avons sa tournée à disposition



Adresses pratiques

Médecin : Docteur Rivière, Cambremer, 0231629233

Pharmacie, Cambremer, 0231630144

Dentiste, Cambremer, 0231631024

Garagiste, Bonnebosq, 0231650956 – Crèvecoeur en Auge 0231634362

Essence, le plus proche, système U à Dozulé (24/24), Pont L'Evêque, Intermarché ou Leclerc Lisieux

Distributeur de billets : Cambremer, Crédit Agricole

Cambremer : boulangerie, Vival, épicerie fine, boucherie, fleuriste, pharmacie, PMU - maison de la presse, coiffeur, boutiques artisanat, cadeaux et vêtements, la poste, point info tourisme.

Poissonnerie : pont l'Evêque, Lisieux, Cabourg, Trouville

Supermarchés : Dozulé, Lisieux, pont l'Evêque

Gares SNCF la plus proche : Lisieux ou Mézidon Canon

Culte catholique: le dimanche à 10h30 à Cambremer, en alternance avec Bonnebosq, Le Pré d'Auge, Manerbe. Samedi à 18h30 à Cambremer.

Numéros d'urgence

Samu : 15 / 115

Pompiers : 18

Police : 17

Urgences : 112

- La page facebook des Marronniers : <https://www.facebook.com/marronniers14340?ref=hl>



- La page instagram des Marronniers:
<https://www.instagram.com/marronnierscambremer/?hl=fr>



- Le site web Site Remarquable du goût la route du cidre de Cambremer :
www.routeducidre.com



Les marchés

MARCHES A L'ANCIENNE

CAMBREMER : le dimanche matin des mois de Juillet et Août. Et le dimanche de Pâques, de Pentecôte et Ascension

PONT L'EVEQUE : le dimanche matin des mois de Juillet et Août. Et le dimanche de Pâques et de Pentecôte

MARCHES HEBDOMADAIRES

Dimanche: Mézidon-Canon , Orbec, Cabourg, Trouville S/Mer, Villerville (juillet et Août)

Lundi: Pont L'Eveque, St Pierre sur Dives

Mardi: Dozulé, Deauville, Dives s/Mer (saison), Touques, Villers S/Mer, Villerville

Mercredi: Bonnebosq, Orbec, Cabourg, Trouville

Jeudi: Argence, Blangy le Chateau, Livarot, Houlgate, Merville Franceville, La Rivière ST Sauveur

Vendredi: Cambremer, Blonville (saison), Deauville, Villers /Mer, Villerville

Samedi: Beaumont en Auge, Lisieux, Troarn, Cabourg, Deauville, Dives S/Mer, Honfleur

MARCHES BIOLOGIQUES

Honfleur : le mercredi matin

MARCHES AUX POISSONS

Tous les jours : Trouville sur mer, dives sur mer, Ouistreham, Courseulle sur mer



Soins énergétiques curatifs et relaxants

Christine a choisi et s'est formée à différentes méthodes de **soins énergétiques**. Ce sont des soins « doux » pour se libérer de tensions internes ou de douleurs, sans manipulations.

Les méthodes

L'électromagnétisme ou magnétisme curatif

L'électromagnétisme agit grâce à l'électricité que nous possédons tous dans nos mains. Il permet de **ré-équilibrer l'énergie** dans notre corps en agissant sur les zones en hyper ou hypo activité. Les soins par électromagnétisme peuvent nécessiter plusieurs séances.

Formation réalisée auprès de ARC Formation, Arnault Richard de Chicourt. La méthode ARC® reposant sur un protocole unique fondé sur sa découverte des lois de l'électricité des mains mise en évidence et démontrée scientifiquement pour la première fois par les chercheurs de l'INSERM.

durée d'un soin: environ 45 mn

Access bars

La méthode agit par le toucher de 32 zones de la tête, avec pour effet de libérer les « charges électromagnétiques » qui maintiennent en place des émotions, des idées ou des sentiments que nous avons accumulés et qui nous bloquent parfois ou génèrent un fort stress.

durée d'un soin: 1 h

Lifting facial

le lifting facial consiste à activer des points particuliers sur le torse et le visage, ce qui permet une **détente totale** du visage et du corps.

durée d'un soin: 1 h



Soins

REDUCTION DU STRESS

- par électromagnétisme ou par la méthode access bars
- bénéfiques du soin:
 - une relaxation profonde
 - du lâcher prise
 - une réduction du stress
 - se ré-ouvrir à soi et au monde, s'élargir le champ des possibles, quitter les idées fixes qui vous bloquent

RETROUVER DE LA VITALITE

- par la méthode lifting facial
- bénéfiques du soin:
 - teint plus lumineux
 - visage reposé
 - bien être

Douleurs osteo-tendineuses (tendinites, sciatiques, entorses, tennis elbow)

- par électromagnétisme
- bénéfiques du soin:
 - suppression de la douleur

migraines, otites, maux de dents, maux intestinaux

- par électromagnétisme
- bénéfiques du soin:
 - suppression de la douleur
 - ré-équilibre du fonctionnement interne

problèmes de peau (zona et psoriasis d'origine non génétique, verrues, cicatrisation des plaies, brûlures)

- par électromagnétisme
- bénéfiques du soin:
 - baisse des douleurs et démangeaisons
 - cicatrisation accélérée
 - effet anti-bactérien
 - disparition des boutons
 - ré-équilibre système nerveux



insomnies et problèmes de sommeil

- par électromagnétisme
- bénéfices du soin
 - meilleure qualité de sommeil
 - sommeil plus réparateur

Tarifs

Tarif soins par électromagnétisme: 50€ / séance

Tarif soins Access Bars et lifting facial: 60 € / séance

Réserver un soin

Merci de prendre rendez vous suffisamment à l'avance pour organiser la séance en cohérence avec les besoins des chambres d'hôtes...

par email c.delannoy.therapeute@gmail.com ou téléphone 0231630828

important: les soins proposés soulagent et sont efficaces, mais ils ne remplacent pas un rendez vous chez un médecin seul habilité pour poser un diagnostic.

