



# Terres de Nacre pour tous



Mes bonnes  
adresses et infos  
pratiques pour  
des vacances  
accessibles et  
sereines



# Sommaire

- |      |                                     |
|------|-------------------------------------|
| p.4  | Nous rencontrer                     |
| p.6  | La Marque d'Etat                    |
| p.7  | Petit aparté                        |
| p.8  | Comment venir ?                     |
| p.12 | Où dormir et se loger ?             |
| p.21 | Où se régaler ?                     |
| p.28 | Quels musées et monuments visiter ? |
| p.36 | Où se promener ?                    |
| p.38 | Où se baigner ?                     |
| p.42 | Où sortir et s'amuser ?             |
| p.53 | Comment faciliter votre séjour ?    |



# Bienvenue en Terres de Nacre



Ici, entre Caen et Bayeux, Terres de Nacre est la destination idéale pour prendre un grand bol d'air iodé ! Venez donc chez nous pour vous ressourcer et pour partager des petits bonheurs simples en famille, entre amis ou en amoureux.

Cette brochure a été réalisée afin de faciliter l'organisation de votre séjour, mais aussi de vous aider à découvrir notre destination et les richesses de notre patrimoine. Les renseignements communiqués sont sous la responsabilité des prestataires présentés dans ce guide et n'engagent pas l'Office de tourisme. Ils peuvent faire l'objet de modifications sans préavis.

Nous espérons que votre séjour sera un moment de partage et d'émotions.

Bon séjour en Terres de Nacre !

[www.terresdenacre.com](http://www.terresdenacre.com)



Pour plus d'informations sur l'accessibilité en Terres de Nacre, consultez notre site internet, rubrique "Tourisme et Handicap".

# Nous renconter



©N.Papouin

## Nos bureaux d'information touristique (d'Est en Ouest):

**Luc-sur-Mer (14530), 2 place du petit-enfer.**  
02.31.97.33.25



TOURISME & HANDICAP

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Stationnement PMR : 1 place face à la place du Petit-Enfer  
Toilettes PMR : à 200 mètres de l'office, sur la digue-promenade, près du poste de secours

**Saint-Aubin-sur-Mer (14750), Digue Favreau.**  
02.31.97.30.41.



TOURISME & HANDICAP

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Stationnement PMR : 2 places à 200 mètres de l'office, rue de Verdun (en face de l'Hôtel "Le Saint-Aubin")  
Toilettes PMR : à 200 mètres de l'office, sur la digue-promenade, face à l'Hôtel "Le Saint-Aubin"

**Courseulles-sur-Mer (14470), 5 rue 11 novembre.**  
02.31.37.46.80.



TOURISME & HANDICAP

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Stationnement PMR : situé juste devant l'office  
Toilettes PMR : situées à 250 mètres de l'office, dans la rue de la mer, emprunter le passage Aubert. Les toilettes sont situées sur le parking Pierre Villey derrière la poste.

**Une seule adresse email pour nous contacter : [infos@terresdenacre.com](mailto:infos@terresdenacre.com)**

# Nos équipements et services

Nous travaillons à l'aménagement de nos locaux et au développement continu de nos services pour vous renseigner dans les meilleures conditions. Notre personnel d'accueil permanent est formé pour accueillir des personnes en situation de handicap. Nos deux guides ont été formées au développement des visites adaptées.

Sandrine, une de nos conseillères en séjour, travaillant au bureau de Luc-sur-mer est formée aux bases de la Langue des Signes Française (LSF).

Dans chacun de nos bureaux, vous trouverez :

- un recensement de l'offre adaptée.
- une documentation adaptée (en français facile à lire et à comprendre sur la destination Terres de Nacre et sur le secteur Juno Beach, plans simplifiés de nos 5 communes littorales, document d'appel du Local Handymer, Gros caractères, Braille...)



Un fauteuil roulant est mis à disposition gratuitement dans chaque bureau d'information touristique.



Des fichiers audios sont à écouter et à télécharger sur notre site internet.

En savoir plus



Détails de l'accessibilité de nos bureaux d'information touristique dans nos registres publics d'accessibilités.

# La Marque d'État Tourisme et Handicap



 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Tourisme et Handicap (T et H) est la seule marque d'État attribuée aux professionnels du tourisme qui s'engagent dans une démarche de qualité ciblée sur l'accès aux loisirs et aux vacances pour tous.

Elle a pour but d'apporter une information objective et homogène sur l'accessibilité des sites et des équipements touristiques.

La marque prend en compte les quatre familles de handicaps (auditif, mental, moteur et visuel) et vise à développer une offre touristique adaptée et intégrée à l'offre généraliste. Elle garantit un accueil efficace et adapté aux besoins spécifiques.

En savoir plus



6

Présentation de l'association Tourisme et Handicap et de ses actions <https://tourisme-handicaps.org/>  
Recensement de l'offre nationale marquée Tourisme et Handicap.

# Petit aparté

## Légende de notre guide

Quand aucun pictogramme n'est présent devant le nom d'un site, c'est que ce dernier est considéré comme accessible à tous.

Lorsqu'un pictogramme est présent juste avant un nom, c'est qu'il est uniquement adapté à ce type de handicap.



- Handicap auditif
- Handicap moteur
- Handicap mental
- Handicap visuel

Nous utilisons ces pictogrammes car la grande majorité des prestataires présents dans ce guide ne sont pas marqués Tourisme et Handicap.

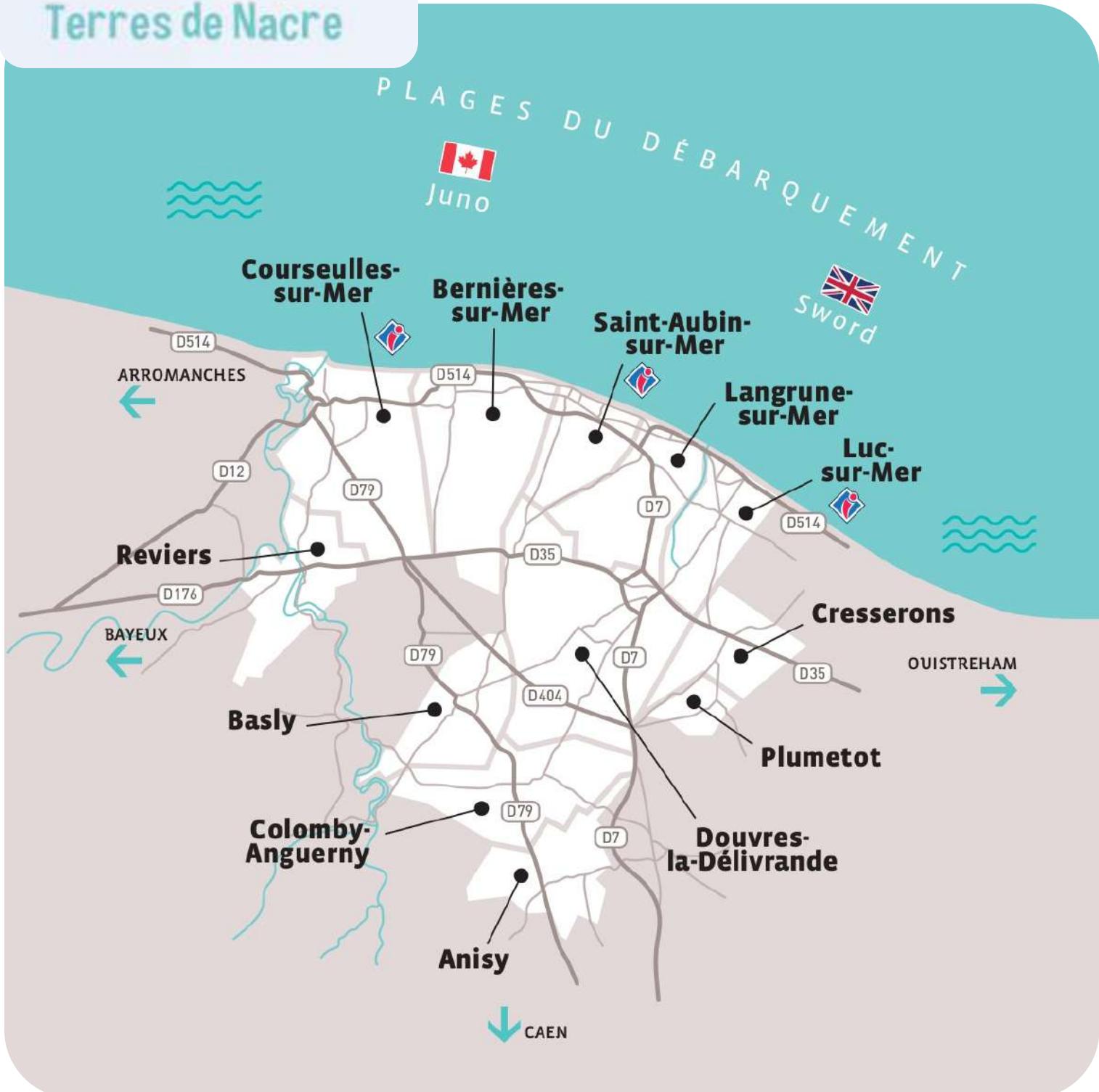


# Comment venir ?





## Terres de Nacre



**Terres de Nacre** est situé à 25 kilomètres des villes de Caen et de Bayeux.



## Venir en Train

**Accès Plus** est le service national d'accueil en gare et d'accompagnement jusqu'au train pour les personnes handicapées et à mobilité réduite. Ce service gratuit doit être réservé au minimum 48h avant votre départ.

Par téléphone au 0890 640 650 (0,12€/min+ coût d'un appel), par mail : [accesplus@sncf.fr](mailto:accesplus@sncf.fr) et sur le site [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf) via le formulaire de réservation.

En gares et boutiques SNCF auprès d'un vendeur.

Une fois arrivé à destination, un service de bus adaptés vous est proposé.



## Venir en Taxi

Mobil Taxi : Une entreprise locale de proximité au service du territoire

Leurs taxis sont équipés pour accueillir les personnes à mobilité réduite et ils sont agréés pour le transport de malades assis.

Adrien et François LECHANTRE : 02.31.44.44.13



©A.Lechantre



24 H/24H- 7J/7



Jusqu'à 20 personnes



Carte Bancaire



Business



Aéroport

**MOBIL TAXI**

Gare



Tourisme



Transport malade assis



Ferry



Transport PMR





## Venir en car

Nomad'car vous propose **Accèocar** ! Ce service est proposé 7j/7, du lundi au vendredi de 7h30 à 19h30 et les week-ends et jours fériés de 9h à 19h30 sur réservation.

**Accè&Car**  
**NO<sub>U</sub>MA<sup>D</sup>** | CALVADOS

Ce service est accessible avec tous les titres Nomad'car, sauf la carte scolaire. C'est un service réservé aux :

- Personnes en fauteuil roulant
- Titulaires de la mobilité inclusion portant la mention stationnement personne handicapée
- Titulaires d'une carte d'invalidité « Cécité étoile verte » ou « canne blanche »,

NB : l'accompagnateur bénéficie de la gratuité si la carte d'invalidité comporte la mention accompagnateur obligatoire. Réservation de l'Accèocar de 7h jusqu'à 18h du lundi au samedi (sauf les jours fériés) au 09.70.83.00.14.



## En louant un véhicule

La société Wheeliz propose la location entre particuliers de véhicules accessibles.

<https://www.wheeliz.com/>



## Où dormir et se loger ?



Vous trouverez ci-dessous la liste de nos hébergements susceptibles de pouvoir vous recevoir tout en répondant à vos besoins. Lors de votre réservation, nous vous invitons à informer nos prestataires de votre situation et de vos besoins afin qu'ils puissent vous proposer leurs chambres adaptées et que vous passiez ainsi, un séjour agréable sur notre territoire.

## En chambre d'hôtes

- À Saint-Aubin-sur-Mer

### Villa Juno



Située dans une maison du XIXème siècle, restaurée avec beaucoup de goût, à moins de 100 mètres du bord de mer et de la digue accessible, cette chambre d'hôtes vous accueille tout au long de l'année pour un séjour minimum de deux nuits. La Villa Juno propose une chambre adaptée en rez-de-chaussée, d'une capacité d'accueil de 2 personnes : la chambre <années 60> à la décoration design et vintage avec salle de bain privative, douche à l'italienne et WC séparés.

Parking privatif dans la cour de la Villa Juno.

Coordonnées : Villa Juno, 25 rue Gustave Canet 14750 Saint-Aubin-sur-Mer / 06.42.62.30.24 / [reservations@villa-juno.fr](mailto:reservations@villa-juno.fr)

## Au camping

### • À Bernières-sur-Mer

#### Le Havre de Bernières\*\*\*\*



Situé en bord de mer, et à moins d'un kilomètre du Local Handymer et de la plage de Bernières marquée Tourisme et Handicap, le camping dispose d'un bungalow entièrement adapté.

L'ensemble du camping est accessible aux personnes à mobilité réduite.

Coordonnées :

Chemin de Quintefeuille  
14990 Bernières-sur-Mer  
Téléphone : 02.31.37.22.56 /  
[havredebernieres@capfun.com](mailto:havredebernieres@capfun.com) /  
[www.capfun.com](http://www.capfun.com)

### • À Courseulles-sur-Mer

#### Le Donjon de Lars \*\*\*\*\*



Localisé en bord de mer, le camping dispose de deux bungalows entièrement adaptés d'une capacité d'accueil de 4/6 personnes. Un tiralo est mis à disposition pour profiter de la piscine couverte.

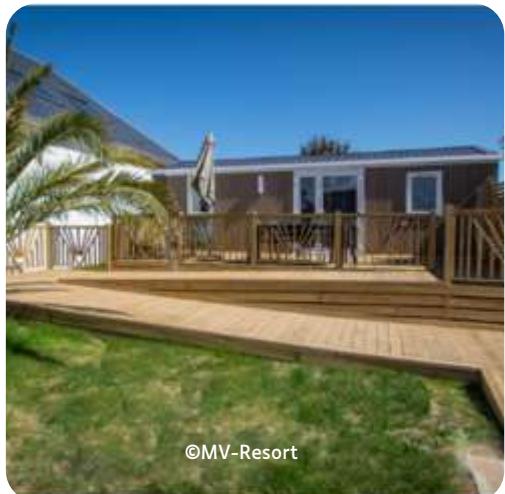
L'ensemble du camping est accessible aux personnes à mobilité réduite.

Coordonnées :

Avenue de la Libération  
14470 Courseulles-sur-Mer  
Téléphone: 02.31.37.99.26 /  
[donjon@capfun.com](mailto:donjon@capfun.com) / [www.capfun.com](http://www.capfun.com)

## • À Langrune-sur-Mer

### M&V Resort\*\*\*\*



Le camping dispose d'un bungalow «Life» pour 4 personnes entièrement accessible. À l'intérieur tout a été conçu pour votre plus grand confort : pièces spacieuses, salle de bain adaptée, terrasse accessible. La rampe extérieure vous permet d'accéder à votre hébergement et de profiter d'une grande terrasse en bois.

Coordonnées : Avenue de la Libération  
14830 Langrune-sur-Mer  
Téléphone : 02.31.85.60.00 /  
<https://www.mv-resort.fr/>

## • À Luc-sur-Mer

### La Capricieuse\*\*\*\*



Le camping dispose d'un bungalow «cottage 3 fleurs» pour 4 personnes entièrement accessible. A l'intérieur, tout a été conçu pour votre plus grand confort : pièces spacieuses, salle de bain adaptée avec chaise Invacare, la rampe extérieure vous permet d'accéder à votre hébergement et de profiter d'une grande terrasse en bois.

Coordonnées : 2 rue Brummel  
14530 Luc-sur-Mer  
Téléphone : 02.31.97.34.43 /  
[info@campinglacapricieuse.com](mailto:info@campinglacapricieuse.com) /  
[www.campinglacapricieuse.com](http://www.campinglacapricieuse.com)

## • À Saint-Aubin-sur-Mer

### La Côte de Nacre\*\*\*\*



La réception et les différents bâtiments du camping sont accessibles de plain-pied. 3 bungalows sont entièrement accessibles pour 4 personnes. La rampe extérieure vous permet d'accéder à votre bungalow et de profiter de la terrasse semi-couverte. Salle de bains entièrement adaptée, pièces spacieuses permettant le déplacement en fauteuil sans difficultés.

Pas de système de mise à l'eau pour fauteuil dans la piscine. Tiralo prêté sur demande hors juillet et août.

Coordonnées : 17 rue du Général Moulton  
14750 Saint-Aubin-sur-Mer

Téléphone : 02.31.97.14.15 /  
[cotedenacre@sandaya.fr](mailto:cotedenacre@sandaya.fr) / [www.sandaya.fr](http://www.sandaya.fr)

## À l'hôtel

### • À Courseulles-sur-Mer

### La Crêmaillère\*\*\*



Cet hôtel 3 étoiles dispose de 5 chambres avec toilettes et salle de bain entièrement adaptées, lumineuses et spacieuses. Parking privatif pour les annexes de l'hôtel. Parking PMR à moins de 50 mètres. Le restaurant de l'hôtel est accessible par ascenseur aux personnes à mobilité réduite et vous offre une vue sur mer.

Coordonnées : 23-25 avenue de la Combattante et  
rue Rhené-Baton, 14470 Courseulles-sur-Mer  
Téléphone : 02.31.37.46.73 / [cremaillere@wanadoo.fr](mailto:cremaillere@wanadoo.fr)  
/ [www.la-cremaillere.fr](http://www.la-cremaillere.fr)

## La Pêcherie\*\*\*



©O.Lecot

Cet hôtel 3 étoiles dispose d'une chambre confortable à la décoration raffinée avec toilettes et salle de bain entièrement adaptées, dans son annexe du Manoir d'à côté. Le restaurant et la salle du petit-déjeuner sont accessibles de plain-pied. Deux places de parking PMR sont situées respectivement à 20 mètres et 50 mètres de la réception qui a lieu à La Pêcherie.

Coordonnées : 7 place du 6 Juin

14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.37.45.84 /

[pecherie@wanadoo.fr](mailto:pecherie@wanadoo.fr)/[www.la-pecherie.fr](http://www.la-pecherie.fr)

## À Luc-sur-Mer

### Hôtel des Thermes et du Casino\*\*\*



©Hôteldesthermes

Cet hôtel 3 étoiles avec vue sur mer dispose de 2 chambres PMR en rez-de-chaussée avec accès au jardin. Le bar, le salon et la salle du petit-déjeuner sont accessibles de plain-pied. L'entrée à l'hôtel se fait par une rampe d'accès en pente douce.

Seuls la piscine et l'espace détente (jacuzzi et sauna) ne sont pas accessibles.

Parking avec 1 place PMR

Coordonnées : Rue Guynemer 14530 Luc-sur-Mer

Téléphone : 02.31.97.32.37 / [hotelresto@hotelresto-lesthermes.com](mailto:hotelresto@hotelresto-lesthermes.com) / [www.hotelresto-lesthermes.com](http://www.hotelresto-lesthermes.com)



©Hôteldesthermes



## En résidence de tourisme

- À Courseulles-sur-Mer

### Résidence Pierre et Vacances "Le chant des oiseaux"\*\*\*

La résidence propose à la location des appartements accessibles. La salle de bain est également adaptée avec douche à l'italienne, un siège rabattable fixé au mur et les barres pour se tenir au niveau de la douche et des toilettes. Ils se trouvent tous au rez-de-chaussée avec une place de parking à proximité. Les bâtiments communs; réception, piscine et sanitaires, sont également accessibles.

Coordonnées : Chemin de la tuilerie 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.97.90.90 / [reception.courseulles@groupepvcp.com](mailto:reception.courseulles@groupepvcp.com) / [www.pierresetvacances.com](http://www.pierresetvacances.com)

### Résidence services seniors domitys " La plage de Nacre"

Plus de 10 appartements (des T2 et des T3) entièrement adaptés sont proposés à la location. Les appartements sont tous de plain-pied, la circulation intérieure se veut sans obstacle. Chaque logement est équipé d'une petite cuisine aménagée avec son kit vaisselle, frigo et micro-ondes sont à disposition. Salle de bain avec douche à l'italienne et toilettes entièrement adaptées. Linges de maison et de toilettes fournis.

La piscine de la résidence est accessible par les escaliers via l'aide d'une rampe.

L'ascenseur permet d'accéder aux différents étages de la résidence.

Coordonnées : 50 rue 8 Mai 1945 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.97.98.99 / [courseulles@domitys.fr](mailto:courseulles@domitys.fr) / [www.domitys.fr](http://www.domitys.fr)

## En hébergement collectif

- **À Bernières-sur-Mer**

### Centre UNCMT "La closerie des djinns"

Les véhicules se garent à l'extérieur. Possibilité de rentrer en voiture ou en minibus dans l'enceinte du centre. La circulation extérieure nécessite un accompagnant car il y a des graviers. Le centre dispose d'une chambre entièrement adaptée avec salle d'eau et toilettes privatives.

Coordonnées : Place de l'Église 14990 Bernières-sur-Mer

Téléphone : 02.31.46.80.40 / [www.uncmt.fr](http://www.uncmt.fr)

- **À Courseulles-sur-Mer**

### Centre "les esnèques"

Centre d'hébergement pour groupes constitués de particuliers, de scolaires, CE ou associations, disposant d'une chambre entièrement adaptée avec salle de bain.

Circulation intérieure et extérieure sans obstacle, bâtiments de plain-pied.

Coordonnées : 37 rue Émile Hérault 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.37.94.26 / 06.27.61.63.48 / [esneques@adpep50.org](mailto:esneques@adpep50.org) / [www.pep50.fr](http://www.pep50.fr)

- **À Douvres-la-Délivrande**

### Accueil Notre Dame de la Délivrande

Situé à deux pas de la Basilique, l'accueil Notre-Dame est un havre de paix. L'accueil dispose d'une chambre adaptée au rez-de-chaussée. Le réfectoire et les extérieurs sont accessibles.

Coordonnées : 10 place de la Basilique 14440 Douvres-la-Délivrande

Téléphone : 02.31.37.67.94 / [www.accueil-delivrande.com](http://www.accueil-delivrande.com)

Où se régaler ?



Vous trouverez ci-dessous la liste des restaurants accessibles disposant à minima d'une entrée de plain-pied ou disposant d'une rampe d'accès, une circulation intérieure sans obstacle et des WC adaptés.

## Bernières-sur-Mer

- **L'As de trèfle - *restaurant gastronomique***

420 rue Léopold Hettier 14990 Bernières-sur-Mer  
Téléphone : 02.31.97.22.60 / [restaurantasdetrefle.com](http://restaurantasdetrefle.com)  
Parking privatif.  
Spécialités : Saint-Jacques, plats terre et mer.

- **L'Auberge de la Lutzerne - *cuisine traditionnelle française***

727 rue du Maréchal Montgomery 14990 Bernières-sur-Mer  
Téléphone : 02.31.25.61.91 / [auberge-luzerne.fr](http://auberge-luzerne.fr)  
Vous annoncer via l'interphone. Ne pas utiliser le parking clientèle mais descendre se garer directement en voiture devant l'entrée du restaurant.

## Courseulles-sur-Mer

- **Au p'tit mousse - *brasserie, crêperie***

2 quai Ouest 14470 Courseulles-sur-Mer  
Téléphone : 02.31.37.46.23 / [auptitmousse.fr](http://auptitmousse.fr)  
Place de parking PMR face à la capitainerie sur le quai Ouest à 150 mètres du restaurant.  
Spécialités : Poissons et fruits de mer.

- **Côté plage - *brasserie, pizzeria***

Avenue de la Combattante  
14470 Courseulles-sur-Mer  
Téléphone : 06.74.67.58.87 / [coteplagecourseullessurmer.fr](http://coteplagecourseullessurmer.fr)  
Parking privatif. Spécialités : spécialités de la région et produits de la mer.



- **La Crêmaillère - *cuisine traditionnelle française***

Avenue de la Combattante 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.37.46.73 / [la-cremaillere.com](http://la-cremaillere.com)

Place de parking PMR à 50 mètres. Ascenseur permettant d'accéder à la salle de restaurant. Restaurant avec vue sur mer. Terrasse non accessible. Maitre restaurateur.

Spécialités : poissons et fruits de mer.

- **La Maison Bleue - *cuisine traditionnelle***

Rue Marine Dunkerque 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.37.45.48 / [restaurant-lamaisonbleue.fr](http://restaurant-lamaisonbleue.fr)

Parking privatif. Maitre restaurateur.

Spécialités : poissons et fruits de mer.

- **La Pêcherie - *cuisine traditionnelle française***

7 place du 6 Juin 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.37.45.84 / [la-pecherie.fr](http://la-pecherie.fr).

Place de parking PMR à 20 mètres. Maître restaurateur. Recommandé par le Guide Michelin.

Spécialités : poissons.

- **L'authentique - *cuisine traditionnelle, bistro nomique***

8 place du 6 Juin 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.37.46.81 / [lauthentique-restaurant.fr](http://lauthentique-restaurant.fr)

Place de parking PMR à 30 mètres.

Spécialités : produits du marché et plats végétariens

- **L'Hôtel de Paris - *cuisine traditionnelle française***

Place du 6 Juin 14470 Courseulles-sur-Mer.

Téléphone : 02.31.37.45.07 /

[hoteldeparis-normandie.com](http://hoteldeparis-normandie.com)

Place PMR sur le parking public à 50 mètres. Maitre restaurateur, marqué qualité tourisme. Terrasse couverte et / ou plein air. Spécialités : poissons et fruits de mer.



©G.Berthaud

- **Le Quai Est - *cuisine traditionnelle***

13 quai Est 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.97.20.90 / [quai-est-restaurant.fr](http://quai-est-restaurant.fr)

Place de parking PMR face à la boulangerie du port à 20 mètres.

Maître restaurateur. Spécialités : spécialités de la région et produits de la mer.

- **O'Resto - *cuisine traditionnelle***

10 place du 6 juin 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.37.42.84. Place de parking PMR à 30 mètres.

Spécialités : plats locaux et moules-frites.

- **Restaurant de l'Île Benoist - *cuisine savoureuse traditionnelle***

Route de Ver 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.77.35.16 / [restaurant-degustationdelile.fr](http://restaurant-degustationdelile.fr)

Restaurant traditionnel. Parking privatif.

Recommandé par l'assiette Michelin 2019

Spécialités : produits de la mer

## Douvres-la-Délivrande

- **Le Petit Flaubert - *restaurant, crêperie***

8 bis place de la Basilique 14440 Douvres-la-Délivrande

Téléphone : 02.31.37.03.61 / [lepetitflaubert.fr](http://lepetitflaubert.fr)

Place de parking PMR Place de la Basilique

Spécialités : galettes au sarrasin



- **Les bons vivants - *bistro gastronomique***

75 rue du Général De Gaulle 14440 Douvres-la-Délivrande

Téléphone : 02.31.77.06.57 / [bonsvivants-douvres.com](http://bonsvivants-douvres.com)

Places de parking PMR sur la place de la Basilique et place Lesage.

Spécialités : Produits en circuit court, menus suivant la production locale

## Langrune-sur-Mer

- **Hôtel-Restaurant de la Mer - *cuisine traditionnelle***

2 rue de la Mer 14830 Langrune-sur-Mer

Téléphone : 02.31.96.03.37 / [hotelrestaurantdelamer.com](http://hotelrestaurantdelamer.com)

Place de parking PMR sur le parking entre l'hôtel-restaurant et la place du 6 Juin. Spécialités : poissons et fruits de mer.

- **La jolie cabane - *restauration rapide et salon de thé***

Place du 6 juin 14830 Langrune-sur-Mer

Téléphone : 06.87.15.29.24. Places de parking PMR sur la Place du 06 juin et le long de la rue du Général Leclerc.

Spécialités : plats salés et sucrés fait maison.

## Luc-sur-Mer

- **La Paillette - *restaurant, crêperie***

25 rue Guynemer 14530 Luc-sur-Mer

Téléphone : 02.31.97.31.29

7 places de parking face au Casino

Spécialités : galettes au sarrasin.

- **L'Aile - *cuisine traditionnelle***

20 rue Guynemer 14530 Luc-sur-Mer

Téléphone : 02.31.97.32.19 /

[luc.groupetranchant.com](http://luc.groupetranchant.com)

7 places de parking face au Casino

Spécialités : plats gastronomiques normands.



- **Le Beau Rivage - *cuisine traditionnelle***

1 rue du Docteur Charcot 14530 Luc-sur-Mer

Téléphone : 02.31.96.49.51 / hotel-beaurivage-lucsurmer.fr

3 places de parking face au Beau Rivage. Maître restaurateur.

- **Les terrasses du mini golf - *brasserie, restaurant***

Rue du Docteur Charcot 14530 Luc-sur-Mer

Téléphone : 02.31.36.05.52

3 places de parking face au Beau Rivage.

Spécialités : planches, fruits de mer et moules.

## Saint-Aubin-sur-Mer

- **La Mama - *pizzeria***

27 rue Pasteur 14750 Saint-Aubin-sur-Mer

Téléphone : 02.31.74.14.14

Place de parking PMR face à la pharmacie à 30 mètres.

Spécialités : cuisine artisanale

- **Les Gourmands Disent - *crêperie***

95 rue Pasteur 14750 Saint-Aubin-sur-Mer

Téléphone : 02.31.96.49.94 /

creperie@lesgourmandsdisent-14.fr

2 places de parking PMR Place de Gaulle à

50 mètres.

Spécialités : galettes salées, crêpes

sucrées, gaufres.



• **Le Saint-Aubin - *cuisine traditionnelle***

26 rue de Verdun 14750 Saint-Aubin-sur-Mer

Téléphone : 02.31.97.30.39 / [www.hotelsaintaubin.com](http://www.hotelsaintaubin.com)

2 places de parking PMR Rue de Verdun face au Saint-Aubin.

Marqué Qualité Tourisme

Spécialités : homards, fruits de mer et poissons du marchés.

• **Restaurant du casino Joa - *brasserie, cuisine traditionnelle***

128 rue Pasteur 14750 Saint-Aubin-sur-Mer

Téléphone : 02.31.96.78.82 / [saintaubin@joa.fr](mailto:saintaubin@joa.fr) / [www.joa.fr](http://www.joa.fr)

Place de parking PMR face à l'entrée du Casino. L'ascenseur permettant d'accéder au restaurant à l'étage est en salle des jeux et est donc soumis au contrôle de pièce d'identité ( + de 18 ans).

Spécialités : plats bistro français, burgers (frites à volonté).



©M.Lelandais

# Quels musées et monuments visiter ?



## Nos sites et monuments accessibles

### Le centre Juno Beach

Unique musée canadien sur les plages du Débarquement, vous pourrez apprécier durant votre visite des films, des bornes interactives, des archives sonores et des collections.



Musée de plain-pied. Dans le cas du handicap auditif, noter que la plupart des films sont sous-titrés.

Visite guidée des bunkers non accessible. Visite libre du Parc Juno accessible à tous.

Coordonnées : Voie des français libres 14470 Courseulles-sur-Mer  
02.31.37.32.17 / [contact@centrejuno.org](mailto:contact@centrejuno.org)

### Le musée franco-allemand Station Radar 44

Le musée a choisi l'application mobile Audiospot, guide numérique pour assurer une visite adaptée et inclusive. Ce service gratuit propose une découverte accompagnée d'une audiodescription de 45 minutes des lieux accessibles.



AudioSpot permet d'enrichir et décrire les différents bunkers étendus sur 3 hectares, vous offrant un compagnon de visite numérique gratuit grâce à votre smartphone.

L'application est téléchargeable sur les plateformes IOS et Android.

Coordonnées : D83 – Route de Bény, 14440 Douvres-la-Délivrande  
07.57.48.77.32 / [contact@musee-radar.fr](mailto:contact@musee-radar.fr)

En savoir plus sur le D-DAY



Retrouvez sur le site [dday.app](https://dday.app) des fichiers audios vous présentant le Débarquement sur chaque secteur.

## La Baronne

©M.Lelandais

Site médiéval restauré, les bâtiments, comme le parc, sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. Le grand logis dispose d'un ascenseur manuel.

Le parc est entièrement accessible à tous.



Coordonnées : 1 rue de la Baronne 14440 Douvres-la-Délivrande



## Nos églises accessibles

Nos églises donnent des messes et accueillent ponctuellement des événements d'envergure et de nombreux concerts, vous trouverez ci-dessous les églises où vous pouvez vous rendre sans rencontrer de difficulté de cheminement dans votre parcours.

Participation aux Journées européennes du Patrimoine, à Pierres en Lumières, concerts de musique classique.. Accédez vous aussi à toutes ces animations proposées dans nos églises.

### Bernières-sur-Mer - Église Notre-Dame de la Nativité

Localisation : rue de l'Église

Accessibilité : entrée latérale accessible de plain-pied

Place de parking PMR : 1 place rue de l'église à 50m.

### Courseulles-sur-Mer - Église Saint Germain

Localisation : au croisement des rues Amiral Robert et Abbé Bourdon.

Accessibilité : entrée accessible disposant d'un plan incliné rue de l'Abbé Bourdon.

Places de parking PMR : 2 places sur la place du Marché à 200m.

### Douvres-la-Délivrande - Basilique

Localisation : place de la Basilique

Accessibilité : entrée accessible de plain-pied.

Place de parking PMR : 1 place sur la place de la Basilique à 50m.

### Douvres-la-Délivrande - Église Saint Rémi

Localisation : rue du presbytère.

Accessibilité : Rampe d'accès permettant d'atteindre le parvis de l'église et d'y rentrer.

Place de parking PMR : 1 place rue de l'Église et 1 rue Abbé Bellée.



## **Langrune-sur-Mer - Église Saint Martin**

**Localisation :** 10 venelle Saint-Martin.

**Accessibilité :** Chemin gravillonné en pente douce accessible demandant la présence d'un accompagnateur pour les personnes à mobilité réduite car épaisseur de gravier relativement importante et franchissement d'un ressaut de trottoir de plus de 4 centimètres.

Non présence de bateau.

**Place de parking PMR :** 1 place rue la mer, à 20m.

## **Luc-sur-Mer - Église Saint Quentin**

**Localisation :** place de l'Abbé Joseph Prieur

**Accessibilité :** Longue rampe d'accès nécessitant la présence d'un accompagnateur.

**Places de parking PMR :** 2 places place de l'Abbé Prieur à 50m de la rampe.

## **Reviers - Église Saint Vigor**

**Localisation :** 12 rue de l'Église

**Accessibilité :** entrée de plain-pied

**Place de parking PMR :** 1 place sur le parking situé au niveau du rond-point du centre-bourg à 600m.

## **Saint-Aubin-sur-Mer - Église**

**Localisation :** rue Abbé Bossard

**Accessibilité :** entrée accessible de plain pied.

**Place de parking PMR :** 1 place rue Canet, intersection rue Foch à 300m.



## Les visites adaptées proposées par l'Office de Tourisme

 **Saint-Aubin à l'époque des bains de mer ; villas, plaisirs et détente.**

Visite accessible aux personnes à mobilité réduite, de l'origine de Saint-Aubin-sur-mer jusqu'à la mode de la villégiature balnéaire, venez découvrir durant notre visite guidée l'évolution de notre casino, de nos belles villas en front de mer mais aussi ce qui rythmait la vie des habitants et des villégiateurs de l'époque du XIXème au XXème siècle.

Proposée ponctuellement en audiodescription.



 **Un port, une île, des huîtres; une histoire courseullaise.**

Visite adaptée aux personnes à mobilité réduite permettant de découvrir l'Histoire du port de Courseulles-sur-mer, son évolution et sa grande histoire avec l'ostréiculture. Visite guidée d'environ deux heures nécessitant la présence d'un accompagnateur car sur le parcours nous empruntons deux pentes.

Cette visite ne sera pas malheureusement accessible à chaque départ car pour notre parcours adapté, nous sommes tributaires des ponts tournants, et donc, par conséquent, des horaires de marées.

Si cette visite vous intéresse, n'hésitez pas à nous contacter.

Proposée ponctuellement en audiodescription.



## Balade découverte littorale.

Visite accessible aux enfants et adultes déficients intellectuels au départ de Saint-Aubin-sur-Mer. D'une durée d'environ 1h/1h30 (à définir avec l'éducateur spécialisé), cette visite permet à votre groupe (minimum 5 personnes et maximum 20 personnes, accompagnants inclus) de découvrir les variations du paysage, la faune et la flore du haut et du bas de plage. La visite se fait de manière interactive et ludique. En fin de visite, nous remettons un livret pédagogique au groupe.



©M.Lelandais

## Les visites adaptées proposées par nos partenaires.

### Label West

Label West propose des circuits privés guidés en véhicule aménagé sur l'ensemble de notre région (plages du Débarquement, Pays d'Auge, Côte fleurie, Giverny, etc..) accessibles aux personnes en situation de handicap dans notre région.

Contact : 02.31.34.63.53 / [contact@label-west.com](mailto:contact@label-west.com)



©Label-West



©Label-West

## Visites au cœur de l'Histoire

Corine Vervaeke, guide conférencière formée à l'accueil des personnes en situation de handicap, rend un maximum de ses visites accessibles. Elle propose sur notre territoire la visite accessible du Débarquement des Canadiens à Juno Beach, ainsi que la visite de l'Église de Bernières-sur-Mer où l'on peut admirer l'évolution architecturale du Roman au Gothique. En fonction de votre situation, elle peut vous proposer un parcours sans obstacles, une visite sensorielle et tactile où l'on peut toucher différents outils pédagogiques ou encore une visite avec en location une boucle magnétique.

Contact : 06.64.74.26.69 /  
[visitescoeurhistoire@gmail.com](mailto:visitescoeurhistoire@gmail.com)



## Sophro Nature Évasions

Estelle ISIDOR, guide conférencière et sophrologue, propose des balades accessibles sur Courseulles-sur-mer. Ses balades allient sophrologie, bien-être et découverte du Patrimoine. La sophrologie vous apprend à être à l'écoute de vos ressentis et à avoir un regard recentré sur vous-même, tout cela, par le biais de l'audiodescription.

Estelle ISIDOR : 06.03.95.48.69 /  
[contact@sophro-nature-evasions.fr](mailto:contact@sophro-nature-evasions.fr)

©M.A.Thierry



## Où se promener ?



©O.Lecot

Le saviez-vous



36

Application mobile et site internet, Cirkwi recense toutes les balades et randonnées à faire autour de vous. Son petit plus ? Grâce au filtre "fauteuil roulant", elle recense aussi les balades accessibles aux personnes à mobilité réduite.

## Dans nos parcs et sur nos voies vertes

### À Bernières-sur-Mer :

- Parc Berthélémy; accessible uniquement par l'entrée située rue Berthélémy.

### À Courseulles-sur-Mer :

- Parc du Chant des Oiseaux
- Parc de l'Édit
- Parc Juno

### À Douvres-la-Délivrande :

- Parc de la Baronne
- Promenade Thomas de Douvres

### À Langrune-sur-Mer :

- Parc du Bois Joli

### À Luc-sur-Mer :

- Parc municipal de la Baleine
- Parc Verdun
- Vallon de la Capricieuse; accessible uniquement par l'entrée sud du vallon (forte pente à l'entrée nord)

### À Saint-Aubin-sur-Mer :

- Parc Pillier

## En bord de mer

Les digues de nos 5 stations balnéaires sont toutes accessibles. Elles disposent de bancs pour se reposer en cas de besoin.



À ne pas négliger



La grande majorité de nos parcs sont dotés d'un revêtement en petits graviers stabilisés. Après des épisodes pluvieux, ils sont moins praticables.

## Où se baigner ?



Nos 5 plages sont toutes dotées d'un tiralo. Vous pouvez donc vous baigner en toute sécurité.



Le fauteuil roulant de baignade tiralo, avec l'aide d'une personne, permet aux adultes et aux enfants de se baigner sans quitter le fauteuil.

### Luc-sur-Mer :

- Digue accessible avec aide (pente raide) depuis la place de parking (casino, hôtel Beau Rivage) vers la digue.
- Mise à disposition gratuitement d'un Tiralo disponible au poste de secours principal sur la digue (entre casino et horloge) en juillet et août.
- Parking PMR (casino, hôtel Beau Rivage) et WC PMR sur la digue.

### Langrune-sur-Mer - Labellisée Handiplage niveau 1 :

- Digue accessible avec aide (pente raide) depuis la place de parking (place du 6 juin) vers la digue.
- Parking et WC PMR Place du 6 juin.
- Mise à disposition gratuitement d'un Tiralo disponible au poste de secours sur la digue en juillet et août. Présence également d'un tapis de sol de 10 mètres accessible depuis les hautes et basses digues, directement par la cale du poste de secours.



©N.Papouin

### Saint-Aubin-sur-Mer :

- Digue accessible et accès plage
- Mise à disposition gratuite d'un Tiralo disponible au poste de secours sur la digue en juillet et août. Présence également d'un tapis de sol de 10 mètres accessible, directement par la cale des menteux (cale située à l'ouest de l'office de tourisme)
- Parking et WC PMR (face hôtel Le Saint-Aubin)

### Bernières-sur-Mer :

- Digue accessible
- Mise à disposition gratuite du Local Handymer, sur réservation
- parking PMR à proximité (Place North Nova Scotia, Place du 6 juin)

### Courseulles-sur-Mer :

- Digue accessible
- Mise à disposition gratuite d'un Tiralo disponible au poste de secours sur la digue près de la piscine en juillet et août.
- Parking PMR : place du 6 juin et devant l'office de tourisme
- WC PMR : sur la digue, près de la piscine municipale de Courseulles-sur-Mer

## Coup de coeur pour la plage - zone de baignade de Bernières-sur-Mer et son Local Handymer



Sécurisée et accessible, la plage - zone de baignade de Bernières-sur-Mer est marquée Tourisme et Handicap.

Le Local Handymer est un vestiaire adapté et est entièrement équipé pour vous permettre de vous changer en toute discrétion.

Douche, WC, espace de change avec lit médicalisé, fauteuil de repos sont à votre entière disposition. Un micro-ondes ainsi qu'un réfrigérateur sont présents afin de mettre votre repas au frais et de le réchauffer si besoin.

Enfin, différents fauteuils sont mis à votre disposition ; un Tiralo, un Hippocampe, un chariot et un fauteuil roulant.

Le Tiralo, avec l'aide d'une personne, permet aux adultes et aux enfants de se baigner sans quitter le fauteuil. L'Hippocampe permet de se déplacer sur le sable, d'entrer dans l'eau et de quitter le fauteuil pour la baignade.

La rampe d'accès avec accès direct à la plage se situe juste en face du Local Handymer.

Contact : Association L'AVIE 06.74.09.30.83 / Mairie : 02.31.96.45.47

Où sortir et s'amuser ?



## Les loisirs adaptés.

### Les salles de cinéma

#### Cinéma de la Gare



Vous disposez d'une place de parking dédiée sur le parking public situé juste en face du cinéma.

Un plan incliné garantit une accessibilité au cinéma sans difficulté, la circulation intérieure comme extérieure se veut être sans obstacle.

Des toilettes adaptées sont à votre disposition.

Coordonnées : 16 place du 6 Juin 14470 Courseulles-sur-Mer  
02.31.31.41.30

#### Cinéma le Foyer

Vous disposez d'une place de parking dédiée.

Un plan incliné garantit une accessibilité au cinéma sans difficulté, la circulation intérieure comme extérieure se veut être sans obstacle.

Des toilettes adaptées sont à votre disposition. Place adaptée également dans la salle de cinéma.

Le cinéma dispose du système Twavox apportant un certain confort aux personnes atteintes des handicaps visuel et auditif. Application à télécharger pour disposer de sous-titres, renforcement sonore et audio description

Coordonnées : 11 rue du Chemin du Bord 14440 Douvres-la-Délivrande - 02.31.37.77.60 (bureau) 02.31.37.34.34 (programmation) / [cinema-le-foyer@wanadoo.fr](mailto:cinema-le-foyer@wanadoo.fr)

Le saviez-vous



L'application Twavox est téléchargeable gratuitement sur le [Google Play Store](#) ou l'[App Store](#).

## Cinéma du Casino Joa

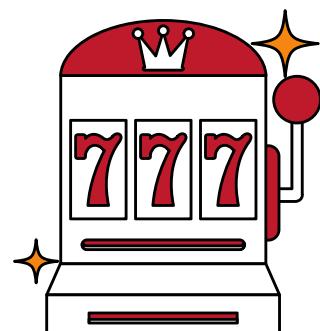
Vous disposez d'une place de parking dédiée. Un plan incliné garantit une accessibilité au cinéma sans difficulté, la circulation intérieure comme extérieure se veut être sans obstacle. Des toilettes adaptées sont à votre disposition. Place adaptée également dans la salle de cinéma. Le cinéma dispose en plus d'un ascenseur afin de vous rendre si vous le souhaitez dans les autres services du casino (salle de jeux, restaurant).

Coordonnées : Avenue Jean Mermoz 14750 Saint-Aubin-sur-Mer.  
02.31.96.78.82 / [contact-saintaubin@joa.fr](mailto:contact-saintaubin@joa.fr)

## Les casinos

### Casino Joa

Vous disposez d'une place de parking dédiée. L'entrée de plain-pied assure une accessibilité au casino et aux salles de jeux sans difficulté, la circulation intérieure comme extérieure se veut être sans obstacle. Des toilettes adaptées sont à votre disposition. Un restaurant se trouve sur place. Vous serez amené à emprunter l'ascenseur afin de vous rendre au restaurant et au cinéma.



Coordonnées : Avenue Jean Mermoz 14750 Saint-Aubin-sur-Mer. 02.31.96.78.82 / [contact-saintaubin@joa.fr](mailto:contact-saintaubin@joa.fr)

Vous disposez d'une place de parking dédiée. L'entrée de plain-pied assure une accessibilité au casino et aux salles de jeux sans difficulté, la circulation intérieure comme extérieure se veut être sans obstacle. Des toilettes adaptées sont à votre disposition. Un restaurant se trouve sur place, la terrasse est accessible depuis ce dernier. Le restaurant et la salle de spectacle se trouvant au niveau inférieur, un ascenseur vous permet d'y accéder.

Coordonnées : 20 rue Guynemer 14 530 Luc-sur-Mer. 02.31.97.32.19

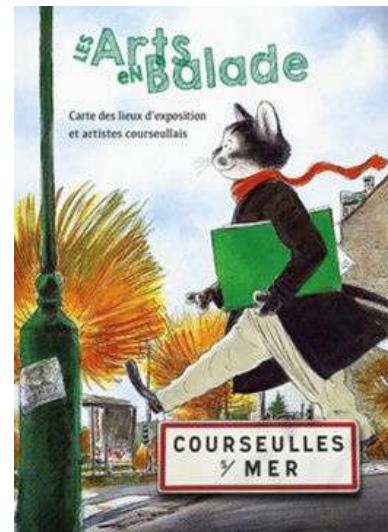


©Canva

## Les galeries d'art et ateliers

### Courseulles-sur-Mer

Disponible au bureau d'information touristique de Courseulles, découvrez la carte des lieux culturels, ateliers, espaces atypiques et galeries virtuelles réunissant des artistes Courseullais.



#### • Atelier l'oeil poché

23 rue de la Mer 14470 Courseulles-sur-Mer  
Téléphone : 02.50.01.61.48

S'annoncer avant de venir. On vous ouvrira un accès sur le côté afin que vous découvriez cet atelier-galerie. Ouvert d'avril à décembre. De nombreuses expositions, actions culturelles et peinture murale sont proposées.

Une place de parking PMR face au 28 rue de la Mer.

#### • Au Charbon

4 rue Émile Hérault 14470 Courseulles-sur-Mer

Téléphone : 02.31.77.06.69. De nombreuses expositions temporaires sont proposées toute l'année de 10h à 19h.

Accessible en passant par la cour et en vous annonçant auprès de la gérante Madame Benoist. Parking privatif.

#### • Galerie de l'Onde

8 ter rue de la Mer 14470 Courseulles-sur-Mer

Prévoir l'aide d'un accompagnateur car présence d'un ressaut supérieur à 2 centimètres à l'entrée.

Téléphone : 06.81.72.49.18 Ouvert pendant les vacances scolaires.  
Une place de parking PMR face au 28 rue de la Mer.

#### • Salle Quiquemelle

Place du Marché 14470 Courseulles-sur-Mer

2 places de parking PMR rue Charles Benoist, devant la salle Quiquemelle. Expositions temporaires ponctuelles, voir agenda.

## Luc-sur-Mer

- Galerie du Petit Enfer

Place du Petit-Enfer 14530 Luc-sur-Mer

Descendre sur la place du Petit-Enfer et entrer dans la galerie par l'entrée Ouest. Expositions temporaires toute l'année.

Places de parking PMR face à la place du petit-enfer et le long de la rue Guynemer.

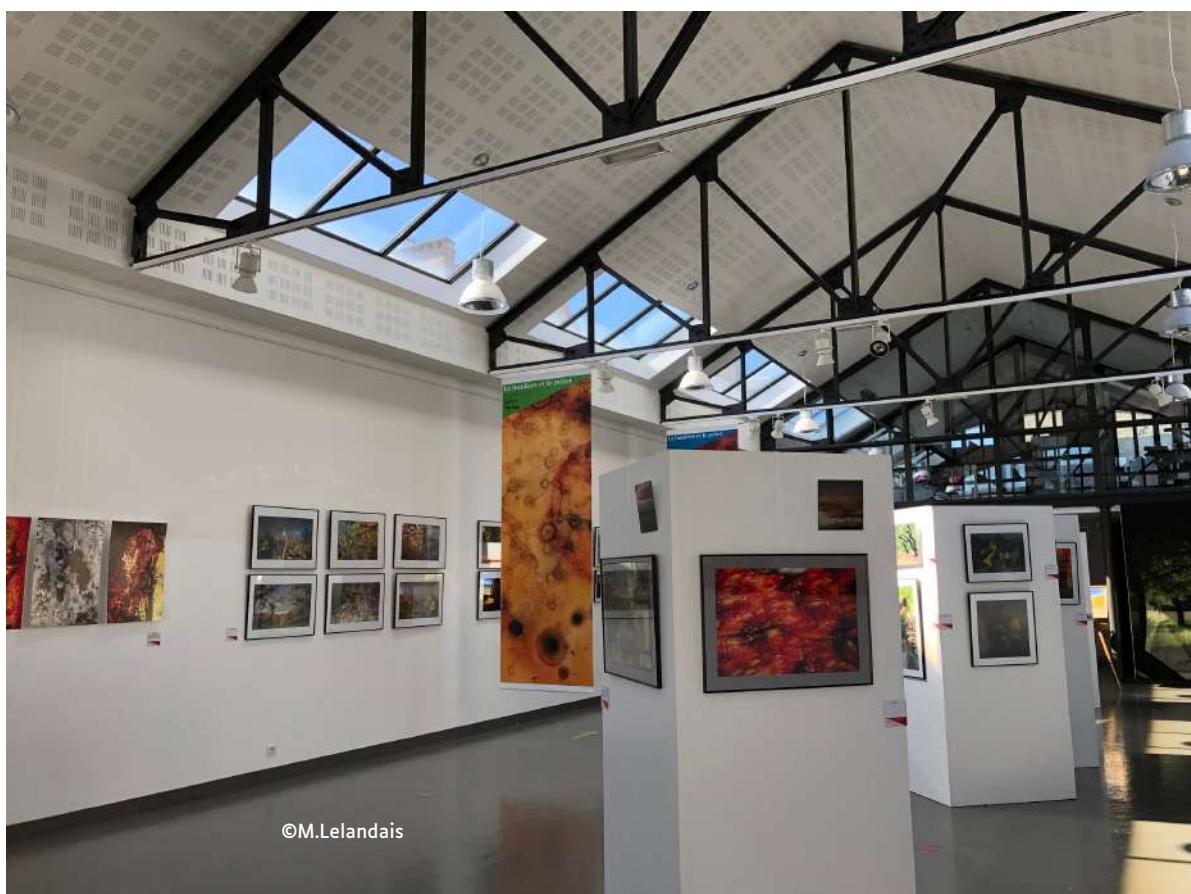
## Saint-Aubin-sur-Mer

- La Halle

72 bis rue Pasteur 14750 Saint-Aubin-sur-Mer

Expositions de photographies et de peintures. Ouvert toute l'année du mercredi au dimanche de 15h à 19h.

Plusieurs places de parking PMR le long de la rue Pasteur notamment face à la pharmacie (à 150 mètres) et face à l'office de tourisme (à 400 mètres).



©M.Lelandais

## Salle de Spectacle



Le Cube propose une programmation variée : théâtre, concerts, cirque, danse pour tous les publics.

Tous les espaces sont adaptés pour les personnes à mobilité réduite (et notamment fauteuils) : places réservées dans la salle de spectacle, toilettes, banque d'accueil et bar. Cependant, l'accès de l'extérieur à l'intérieur est quasi impossible pour une personne en situation de handicap physique non accompagnée (les portes sont très lourdes et difficiles à manœuvrer).

Pour chaque spectacle Le Cube propose des aides auditives (ampli) et des boucles magnétiques. De la même façon, pour la protection de tous, il est mis à disposition des bouchons d'oreille en cas de volume sonore intense. Certains spectacles sont proposés en LSF et pour certaines prestations, des gilets vibrants sont mis à disposition du public.

Coordonnées : C3 - Le Cube, 12 voie des alliés, 14440 Douvres-la-Délivrande. Renseignements au 02.61.53.60.31.

## La croch'coeur - école de musique intercommunale

L'École de musique se situe dans le centre culturel C3 - le Cube. Souhaitant favoriser l'attractivité de la pratique artistique auprès de tous les publics, elle propose une classe musique et handicap.



Les inscriptions se font à l'année pour une pratique allant de septembre à juin. Dans le cadre de la classe musique et handicap, des cours individuels de 30 minutes sont proposés chaque semaine dans une salle sensorielle. Le cours est personnalisé en fonction de la pathologie. Pour certains handicaps, après entretien avec la personne en situation de handicap et ses parents / tuteurs légaux, une inclusion dans un groupe traditionnel est proposée.

Renseignements, tarifs et inscriptions : au secrétariat de l'école la Croch' coeur. Coordonnées : 02 31 37 75 62 ou [musique@c3lecube.fr](mailto:musique@c3lecube.fr) / 12 voie des Alliés 14440 Douvres-la-Délivrande

## Les sports adaptés.

Plusieurs activités sportives adaptées vous sont proposées sur le territoire et à proximité immédiate. Nous vous invitons à vous rapprocher de chaque prestataire en amont de votre venue afin d'adapter au mieux la pratique à vos besoins.

Envie de plus



Le comité régional handisport de Normandie recense toutes les activités adaptées de la région. D'autres sports adaptés sont proposés juste à quelques kilomètres de notre territoire.

## **Les sports adaptés**

### **Tennis santé**

Le club de Tennis de Courseulles propose une activité physique adaptée pour les patients souffrant de pathologies chroniques telles que : cancers, diabète, obésité, problèmes cardiovasculaires, respiratoires. Avec des gestes moins violents, des balles en mousse pour une vitesse moindre, des raquettes légères, en abaissant la hauteur du filet, en réduisant l'espace de jeu, cette pratique permet de retrouver des sensations.

Coordonnées : Parc Jean Pichat. Rue Pierre Villey 14470 Courseulles-sur-Mer. Informations et contact : 06.61.10.51.30.

### **Qi Gong**

Les mardis à Saint-Aubin-sur-mer (salle Aubert) : 10h30-12h00 : Dao Yin doux et Qi Gong traditionnel. Auto-massage approfondi, méditation suivi d'un enchainement traditionnel de Qi Gong. Une séance très complète dont la première partie est accessible aux seniors et aux personnes à mobilité réduite. Cours accessible aux débutants.

Coordonnées : 02.31.74.12.27 / [yigong@laposte.net](mailto:yigong@laposte.net)

### **Balade à vélo**

L'association Norm'Handy Mobi propose un vélo-pousseur PMR à assistance électrique pour 2 personnes (le guide accompagnant et la personne à mobilité réduite) ainsi qu'un tricycle à assistance électrique.

Coordonnées : Madame BIERRE au 06.30.70.89.50 / [normhandymobi@gmail.com](mailto:normhandymobi@gmail.com)

## Les loisirs nautiques et aquatiques adaptés.

### Nautisme à l'école de voile de Courseulles-sur-Mer

Labellisée école française de voile, l'école de voile vous offre la possibilité d'apprendre, de louer, de pratiquer en toute sécurité. Vous pourrez vous adonner à des activités adaptées; chars à voiles bi-places, longe côte, paddle, dériveur collectif... Depuis novembre 2020, l'école de voile de Courseulles s'est vue attribuer le label « Norm'Handi » pour l'accueil des publics en situation de handicap moteur, mental-psychique, auditif et visuel.

Coordonnées : Place du Docteur Lerosey 14470 Courseulles-sur-Mer / 02.31.37.97.59

### Nautisme au Luc Yacht Club

Labellisé école française de voile, le LYC vous propose, en fonction du type de handicap, des activités groupes comme des sorties en goélette et des activités individuelles comme le paddle, le kayak et le catamaran. Toutes ces activités sont encadrées par des moniteurs diplômés.

Coordonnées : Bat. Amiral Brac de la Perrière, rue Guynemer 14530 Luc-sur-Mer / 02.31.96.74.39

### Natation à Aquanacre

Le centre aquatique Aquanacre dispose de six places de parking réservées. L'entrée de plain-pied assure une accessibilité à l'accueil et aux vestiaires sans difficulté, tout comme la circulation intérieure comme extérieure qui se veut être sans obstacle. Des toilettes, des douches et des vestiaires adaptés sont à votre disposition. Afin de faciliter votre mise à l'eau, ne pas hésiter à contacter le centre avant votre arrivée car il existe un système spécifique, et son utilisation se fait sur demande préalable avec l'aide du personnel.

Coordonnées : Allée du Temps Libre RD 35 14440 Douvres-la-Délivrande / 02.31.25.35.60 / [contact@quaranacre.fr](mailto:contact@quaranacre.fr)

## **Les ateliers créatifs adaptés.**

Situé à Courseulles-sur-Mer, le tiers-lieu "Au Charbon" vous accueille avec des artistes présents à l'année, proposant pour certains des ateliers créatifs adaptés.

Majoritairement de plain-pied, le tiers-lieu dispose d'un parking privatif où il est aisément possible de stationner.

Afin de préparer au mieux votre atelier, nous vous invitons à prendre contact en amont avec les artistes.

### **♿️ Polinn - Atelier mosaïque contemporaine**

Pauline propose et encadre toute l'année des ateliers autour de la mosaïque pour adultes et enfants. Possibilité d'adaptation de l'atelier. Atelier ouvert au public individuel et public groupe (8 personnes maximum) Contact : Polinn, 07.69.21.19.71, polinn.atelier@gmail.com

### **♿️ Marc Bisson - Atelier sculpture, modelage, dessin, manga, peinture**

Marc propose des ateliers ouverts aux adultes. Possibilité d'adaptation de l'atelier pour le public déficient moteur et intellectuel (pour ce dernier, présence de l'éducateur spécialisé requise).

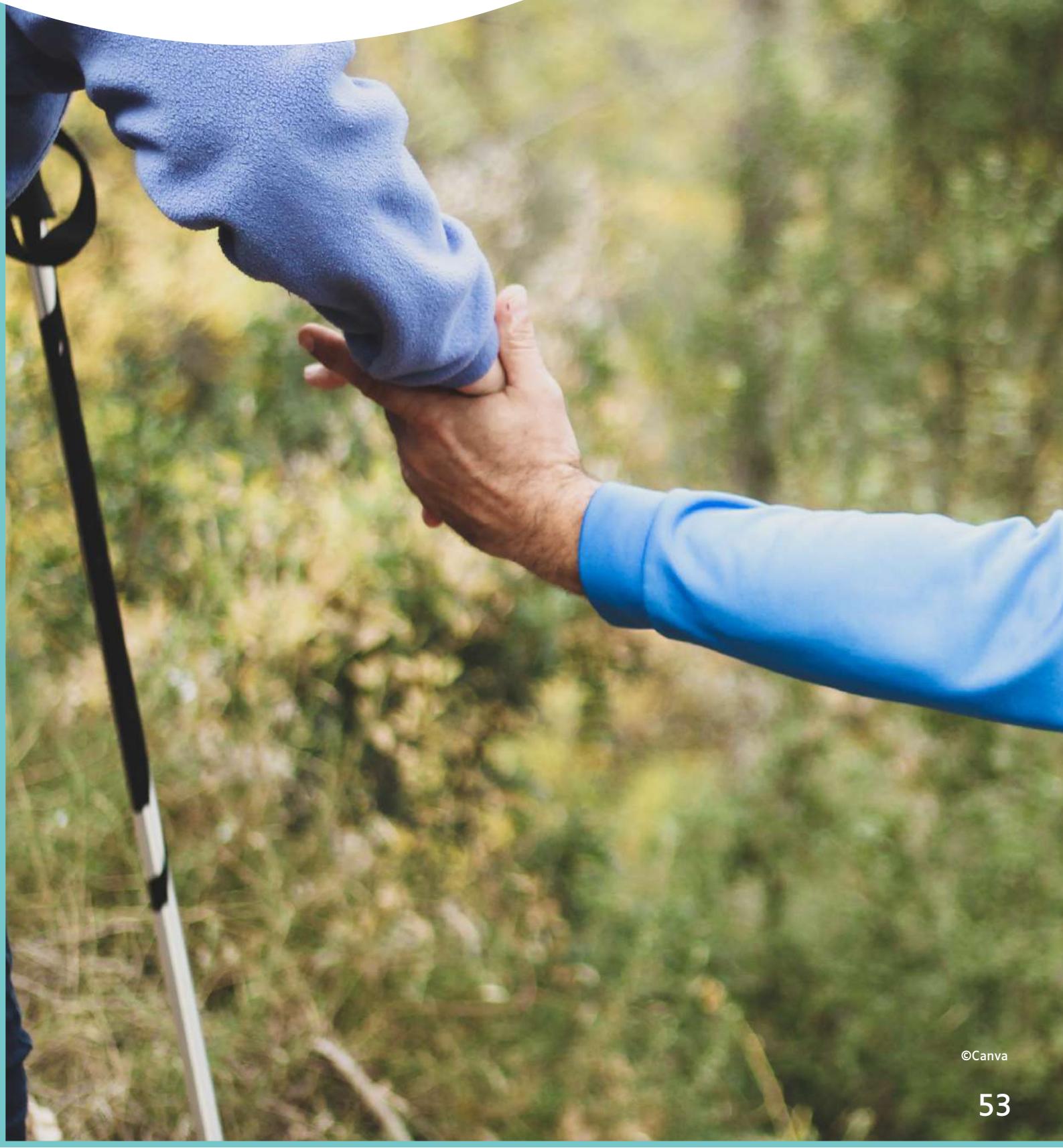
Contact : Marc Bisson, 06.38.88.37.89, marcbb2506@gmail.com

### **♿️ L'Encre Nacrée - Atelier gravure**

L'atelier de gravure produit ou réalise à la demande des estampes ou aquarelles. Il propose régulièrement des ateliers adultes (à partir de 18 ans) des cours de gravure et d'aquarelles.

Contact : Yannick Lebeau, 06.34.09.46.30

## Comment faciliter votre séjour ?



**En préparant votre venue et en prévoyant en amont les services dont vous avez besoin.**

**Nos pharmacies assurent la vente et la location de matériel médical.**

#### **Bernières-sur-Mer**

- Pharmacie de la croix de Bernières - 265 voie du Débarquement  
02 31 96 45 23

#### **Courseulles-sur-Mer**

- Pharmacie Gazengel et Marmontel - 42 bis rue de la Mer  
02 31 37 48 17
- Pharmacie Marette et Vaudoré - 1 rue Amiral Robert  
02 31 37 45 10

#### **Douvres-la-Délivrande**

- Pharmacie Lesage - 78 rue du Général De Gaulle  
02 31 37 29 60
- Pharmacie Rouault - Muller - Voie des Alliés - Hyper U  
02 31 37 21 76

#### **Langrune-sur-Mer**

- Pharmacie de Langrune - 11 avenue de la Libération  
02 31 97 32 90

#### **Luc-sur-Mer**

- Pharmacie de la Mer - Place de l'Étoile - 02 31 97 32 10

#### **Saint-Aubin-sur-Mer**

- Pharmacie de Saint-Aubin - 23 rue Pasteur - 02 31 97 30 28

**Nous pouvons vous faire parvenir également la liste des médecins généralistes, mais aussi des autres professionnels de santé (kinésithérapeutes, infirmiers, ostéopathes, etc...) et du bien-être de notre communauté de communes.**

## Accompagnement - Instant vacances avec Elsa vectoi

Elsa Letellier, monitrice - éducatrice de formation, propose de l'accompagnement particulier pour les personnes en situation de handicap.

Coordonnées : [elsavectoi@gmail.com](mailto:elsavectoi@gmail.com) / 06 95 19 69 01  
<https://elsavectoi.wixsite.com/elsavectoi>

Portage de repas à domicile pour les personnes âgées de plus de 60 ans.



Emera Gourmet vous propose de déguster des repas gastronomiques et gourmands à domicile.

Possibilité de réserver en ligne ou par téléphone, 7 jours au plus tard avant la prestation. Prenant en compte les textures, les habitudes alimentaires et les allergies de chacun, Emera propose en plus des menus classiques des menus personnalisés. Agrémenté "services à la personne", une déduction fiscale est possible.

Livraison possible de Courseulles-sur-mer à Ouistreham, en passant par Douvres-la-Délivrande.

Coordonnées : 06.23.32.18.94 / [www.gourmet.emera.fr](http://www.gourmet.emera.fr)

**Terres de Nacre**  
**Une destination et des loisirs accessibles**  
**à tous, entre mer et campagne**  
**[www.terresdenacre.com](http://www.terresdenacre.com)**

