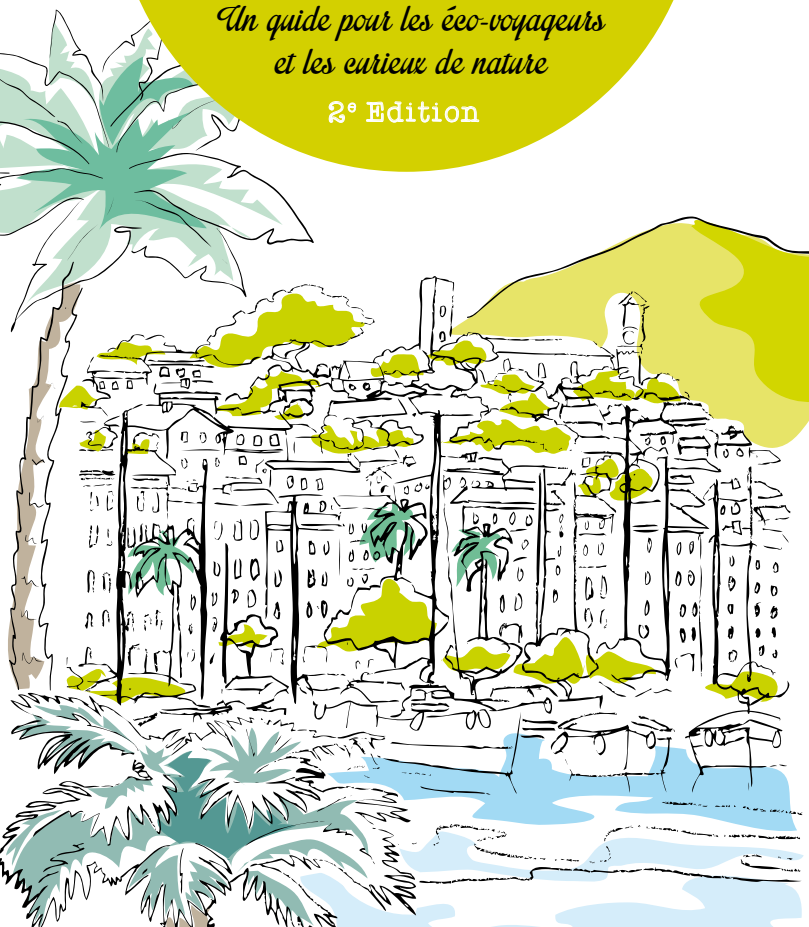


Cannes

VERSION NATURE

*Un guide pour les éco-voyageurs
et les curieux de nature*

2^e Edition



Un choix de vi(II)e...



Si Cannes est une ville d'exception à la renommée internationale, reconnue pour son savoir-faire touristique, sa dynamique culturelle, son essor créatif, n'oublions pas que l'un de ses principaux atouts réside aussi dans son patrimoine naturel.

Depuis 2014, nous nous efforçons de le protéger et le valoriser afin que les Cannois mais aussi nos visiteurs puissent aller à la rencontre de ces lieux magiques, préservés par notre engagement actif en matière de développement durable et de lutte contre l'incivisme, sanctuarisés pour certains dans le cadre de la révision du Plan local d'urbanisme. Une démarche qui fait de notre ville une cité moderne et modèle en matière environnementale.

Ce guide est une invitation à (re) découvrir ces richesses bien connues de Cannois, mais parfois méconnues de nos visiteurs ; à sortir des sentiers battus ; à s'émanciper de certains clichés, en prenant le temps

d'un « retour aux sources » le long du canal de la Siagne, de « prendre le large » vers les îles de Lérins que je souhaite voir inscrites au patrimoine mondial de l'UNESCO ou bien d'une « balade en forêt » au cœur de notre poumon vert qu'est la Croix-des-Gardes.

Ma volonté de faire de Cannes la capitale du sport en plein air est directement liée à cette ambition de poser un autre regard sur notre ville. La première édition du Cannes Urban Trail en janvier 2018 a ainsi permis aux participants d'apprécier nos trésors naturels au cœur même du territoire communal qui compte plus de 100 hectares d'espaces verts urbains mais aussi un littoral et des eaux de baignade au cœur de toute notre attention.

Bien d'autres sites absolument merveilleux, parfois étonnants, sont répertoriés dans ce guide par Méditerranée 2000, conclusion d'un travail remarquable réalisé par les membres de l'association œuvrant sans relâche pour la préservation de l'environnement et qu'il nous faut saluer et soutenir. Il s'adresse à tous ceux qui veulent appréhender, ressentir une autre facette de Cannes, authentique et naturelle, répondant à un vrai choix de vi(II)e pour demain.

David Lisnard
Maire de Cannes

Président de l'Agglomération Cannes Lérins
Vice-Président du Département des Alpes-Maritimes

Nous sommes particulièrement heureux d'avoir contribué à la création de ce guide Cannes, version nature aux côtés de l'association Méditerranée 2000, avec laquelle l'Hôtel Martinez est partenaire depuis 2011.

Ce guide vous apportera des conseils pratiques et suscitera votre envie de profiter du patrimoine historique, naturel et environnemental cannois tout en le préservant.

La forte fréquentation de Cannes, notamment en période estivale, nécessite des aménagements divers pour l'accueil des touristes : nous, professionnels du tourisme, devons nous mobiliser. Notre implication dans cette démarche permettra de réduire notre empreinte écologique.

Nous sommes convaincus que vous ferez bon usage de cette brochure.

Faisons tous ensemble de cette ville, un territoire protégé !

Alessandro Cresta,
Directeur Général Hôtel Martinez



En 2019, notre association, Méditerranée 2000, fête ses 30 ans. 30 ans d'actions de sensibilisation des cannois à la connaissance et la protection de notre environnement. Chaque année, ce sont plus de 2 500 jeunes, citoyens et touristes que nous mobilisons par le biais de programmes scolaires et d'actions sur le terrain.

Nous sommes très fiers d'être soutenus par la Mairie de Cannes et l'Hôtel Martinez et d'avoir reçu le prix « Hyatt Community Grants » en 2016, qui a permis à ce guide de voir le jour : 48 pages de découverte de la biodiversité terrestre et marine, d'informations sur le tourisme durable, d'éco-conseils et d'itinéraires thématiques.

*Eco-voyageurs et curieux
de nature, ce guide est
fait pour vous !*

L'équipe de Méditerranée 2000



www.mediterranee2000.org

PRÉAMBULE

Au-delà des apparences, Cannes est une ville qui possède un patrimoine environnemental et culturel exceptionnel. Découvrez Cannes autrement au fil des pages, pour vivre votre séjour en harmonie avec l'environnement local. On vous déroule le tapis vert !

Qu'est-ce qu'être un éco-voyageur ?



Voyager malin

Visitez les régions les plus proches de vous et limitez les transports. Préférez le train, le bus ou le covoiturage à la voiture ou l'avion quand cela est possible.

Choisissez si vous le pouvez les périodes de l'année avec moins d'affluence.

Prenez votre temps et regroupez vos visites géographiquement, pensez « qualité » plus que « quantité ».

Intéressez-vous à l'environnement et à ses habitants.



Consommer responsable

Favorisez l'économie locale en achetant vos produits chez des producteurs locaux.

Choisissez votre logement, votre restauration et faites vos achats en tenant compte des labels respectueux de l'environnement et de votre santé.



Profiter sans abuser

Respectez l'environnement : jetez et triez vos déchets, économisez l'eau et l'énergie, préservez la biodiversité et renseignez-vous sur la réglementation des sites protégés.

Rencontrez et respectez les habitants : leur tranquillité, leur art de vivre, leurs traditions.

SE METTRE AU VERT
Pages 4 à 9



PRENDRE DE LA HAUTEUR
Pages 10 à 12



BRONZER UTILE
Pages 13 à 15



PRENDRE LE LARGE
Pages 16 à 21



FLÂNER
Pages 22 à 24



BOUGER
Pages 25 à 27



SE RÉGALER
Pages 28 à 30



S'ENGAGER
Pages 31 à 35



SE RENCONTRER
Pages 36 à 37



ITINÉRAIRES
Pages 38 à 43



BIODIVERSITÉ
Pages 44 à 48





Que les nostalgiques d'un littoral naturel et authentique se rassurent, la ville de Cannes recèle encore des oasis de nature préservée sur terre comme en mer. Organisez-vous le temps d'une balade dans l'un des poumons verts de la cité cannoise. Prêts ? Respirez !

Balade en forêt

Le parc naturel de la Croix-des-Gardes

A deux pas du littoral, la colline de la Croix-des-Gardes est un espace protégé de 80 hectares recouvert d'une végétation typiquement méditerranéenne. Un festival de paysages et de panoramas à découvrir le long de 20 kilomètres de sentiers aménagés. Un coin parfait pour les amoureux de la nature !



Vue sur l'Estérel depuis la Croix-des-Gardes © Drone Aventure

A faire :

- ✦ **Montez au pied de la Croix** pour une vue sur l'Estérel puis explorez les sentiers selon vos envies. Ne manquez pas le belvédère du grand cèdre et son panorama sur les îles de Lérins.
Accès : parking de la Croix, croisement avenue Jean de Noailles et avenue de la Croix-des-Gardes, Cannes. Bus n°7 et 7A – Arrêt « Eaux Vives » puis remonter l'avenue Jean de Noailles sur 600 mètres (non sécurisé).
- ✦ **Livret « jeux découverte »**
Seul ou en famille pour découvrir le parc de façon ludique à l'aide d'énigmes et d'indices.
Départ : parking des plate-formes (au-dessus du Liberator), avenue de la Croix-des-Gardes. Parcours facile de 3 km (environ 1h30). Livrets disponibles en Mairie principale, à la Mairie annexe Ferrage, à l'Office du tourisme du Palais des festivals et des congrès ou téléchargeables sur le site www.cannes.fr, rubrique Cadre de vie/Développement durable/Education au développement durable/Livrets jeux découverte.
- ✦ **La promenade de santé** parcourt des paysages naturels et agricoles sur 3,1 km tout en offrant de superbes vues sur la mer. Le sentier balisé de flèches rouges propose des panneaux sur la faune et la flore et des ateliers sportifs.
Accès : parking du Liberator (moteur d'avion) sur l'avenue de la Croix-des-Gardes, ou parking de la Croix sur l'avenue Jean de Noailles.



✦ **Pique-niquez** sur les tables à l'ombre des pins près de la mimosaie cultivée et de la police équestre et promenez-vous sur les sentiers alentour.

Accès : chemin Rose Saint-Jean, sur l'avenue Jean de Noailles. Stationner sur les parkings de l'avenue.

✦ **Kids :** les ânes Riri et Fifi travaillent au débroussaillage de la colline et change d'endroit souvent. Voilà un bon alibi pour faire marcher les enfants pour les trouver, succès garanti !

✦ **Groupes :** Visite guidée gratuite commentée par un éco-garde pour les groupes à partir de 8 personnes. **Informations :** +33(0)4 89 82 24 40

✦ **Vous êtes sur un site naturel protégé :** fumer est interdit à cause des risques d'incendies. Restez sur les sentiers balisés, ne jetez rien et seule la cueillette douce du mimosa non cultivé est tolérée. Chiens en laisse autorisés.

* Le savez-vous ?

Bien avant le festival du cinéma, c'est le mimosa qui fit la renommée mondiale de Cannes. Les tous premiers plants du sud de la France furent introduits sur la Croix-des-Gardes en 1864. Aujourd'hui envahissant, le mimosa sauvage constitue une menace pour la biodiversité et augmente les risques d'incendies. Les éco-gardes le remplacent peu à peu par des pinèdes afin de préserver ce patrimoine précieux.



Mimosa © Ville de Cannes

Biodiversité

Le parc abrite un concentré de végétation méditerranéenne : forêt de pins d'Alep et parasol, chênes liège, vert et pubescent, maquis à cistes, filaires et arbousiers... mais aussi plusieurs espèces protégées comme la Romulée de rolli ou le Sérapias négligé. Des plantations d'eucalyptus, de mimosas, d'oliviers et des restanques témoignent d'une histoire agricole très ancienne. A l'ouest, le vallon de Roquebillière et sa ripisylve recèlent de nombreuses orchidées et fougères rares. Faucons et buses se laissent apercevoir... A vos appareils photos !



Sérapias © Ville de Cannes

Romulée © Ville de Cannes

Croix des Gardes © Ville de Cannes



Une bouffée d'air frais ! *Parc de la Basse Vallée de la Siagne*

A deux pas de la zone commerciale de Cannes la Bocca, se cache un écrin de verdure. Un petit coin de campagne dédié à la détente et aux loisirs en pleine nature. Au programme : une vaste prairie pour pique-niquer et lézarder, des agriculteurs à rencontrer et des activités pour s'amuser.



Canal du Béal, Parc de la Basse Vallée de la Siagne © Ville de Cannes

A faire :

- ❖ **Préparez-vous un pique-nique 100% bio et local** en vous procurant des produits frais auprès des agriculteurs locaux. Fruits et légumes de saison à savourer sur les tables à disposition. Promenez-vous le long du canal du Béal peuplé de libellules, poissons et papillons.

Renseignements : liste des agriculteurs page 28.

Accès : chemin de la plaine Laval, Cannes la Bocca.

- ❖ **Une petite promenade en sous-bois** remonte jusqu'à l'avenue Maurice Chevalier. Ouvrez l'œil, avec un peu de chance vous rencontrerez les écureuils et les perruches sauvages qui nichent dans les arbres.

- ❖ **Livret « jeux découverte »**

Seul ou en famille pour découvrir le site de façon ludique à l'aide d'énigmes et d'indices

Départ : parking devant les jardins familiaux, chemin de la Plaine de Laval. Parcours facile de 2 km (environ 1h15). Livrets disponibles en Mairie principale, à la Mairie annexe Ferrage, à l'Office du tourisme du Palais des festivals et des congrès ou téléchargeables sur le site www.cannes.fr, rubrique Cadre de vie/Développement durable/Education au développement durable/Livrets jeux découverte.

- ❖ **Sentier d'interprétation** pour une promenade ludique et enrichissante en suivant le chemin piétonnier jalonné de panneaux explicatifs.

Accès : chemin de la Plaine de Laval, parking devant le verger.



© Med2000



Parc de la Basse Vallée de la Siagne © Ville de Cannes



Petit pont traversant le Béal © Med2000

* De la Croisette à la binette ...

Qui pourrait croire qu'à dix minutes de la Croisette se trouvent des terres cultivées selon des méthodes biologiques ? Dans la Basse Vallée de la Siagne, un espace est dédié à l'agriculture et aux activités de plein air. Plusieurs agriculteurs s'y sont installés et des jardins familiaux ont été aménagés. Un moyen pour les cannois de renouer avec la nature en cultivant leurs propres fruits et légumes. Une dynamique durable à encourager !



Jardins familiaux © Ville de Cannes



Retour aux sources

Promenade du Canal de la Siagne

Ressourcez-vous le temps d'une promenade dans un petit coin de paradis niché sur les collines de la Californie. Le canal de la Siagne est un lieu de promenade bucolique et historique offrant un panorama exceptionnel sur la Baie de Cannes et les îles de Lérins. Un spectacle unique qui inspira bien des artistes !



Vue sur la ville de Cannes depuis la Californie © Sicasil

A faire :

📍 **Le belvédère de la Californie**, aménagé sur le réservoir, offre un superbe panorama sur la côte et les îles de Lérins. C'est aussi l'arrivée du sentier de la promenade du canal de la Siagne.

Accès : tout en bas du boulevard de l'observatoire, quartier de la Californie.

📍 **La promenade du canal de la Siagne** est un sentier ombragé qui traverse des sous-bois où se mêlent chênes, mimosas, agaves géants et eucalyptus, pour se terminer en apothéose sur le belvédère de la Californie. Le long de cette promenade familiale, marchez sur le canal couvert tout en découvrant son histoire grâce aux panneaux explicatifs. Au point de départ une aire de pique-nique, un boudrome et un parcours sportif sont à disposition. **Durée :** 1H - 2,7 km aller simple.

Accès : parking situé en haut de l'avenue Ziem, Le Cannet



* "Histoire d'eau"

Savez-vous que c'est grâce au canal de la Siagne que les Cannois ont de l'eau à leur robinet ? Depuis sa prise d'eau située à Saint-Cézaire, il parcourt les coteaux de l'arrière pays sur 44 km et termine sa course au sommet de la Californie. Un certain Lord Brougham, politicien et aristocrate anglais qui fit la renommée de Cannes, déplorait le manque d'eau dont souffrait la côte. C'est notamment grâce à sa détermination que le canal fut construit en 1868.

Aujourd'hui encore l'eau est une ressource précieuse dans la région, pensez à la préserver !



Retrouvez la statue de Lord Brougham sur les Allées de la Liberté © Med2000

Au fil de l'eau

Promenade des berges de la Siagne

Le fleuve de la Siagne se jette en mer à la frontière Ouest de Cannes. A son embouchure, les berges constituent un espace naturel de 7 hectares où cohabitent harmonieusement faune, flore, promeneurs et sportifs.



Berges de la Siagne © Med2000

A faire :

📍 **Une promenade aménagée** de 3 km le long des berges offre un moment de détente à l'ombre des arbres. Canards col vert, aigrettes, goélands et de nombreux poissons comme des mulets se partagent le cours d'eau.

📍 **Profitez des grands parcs ombragés** situés le long de la promenade : le parc Robinson idéal pour un pique-nique, le parc Camille et son parcours sportif, le parc des oliviers et son arboretum près du grand boudrome.

➕ **Kids :** les enfants peuvent circuler à vélo ou en trottinette sur les berges et s'amuser sur l'aire de jeux située près du Port Inland.

Accès : parking de Robinson ou parking port Inland, avenue de la mer, Mandelieu-la-Napoule. Bus n°16 ou N20 - Arrêt « Berges de la Siagne »



Parmi les nombreuses collines qui entourent la ville, il en est une qui vit naître Cannes : c'est celle du Suquet. Loïn du tumulte de la Croisette, remontez le temps en arpentant les rues de la vieille ville pour mieux revivre son épopée et prendre de la hauteur...

Historique et authentique

La colline du Suquet

A faire :

✦ **Itinéraire cœur de ville** : partez du **Palais des Festivals et des congrès** et dirigez-vous vers les quais du **Port Saint-Pierre** pour admirer la colline du **Suquet**. Traversez le boulevard pour rejoindre les **allées de la liberté** sous les platanes : lieu de rendez-vous des boulistes cannois et du marché aux fleurs. Remontez la **rue Meynadier** où se trouvent les plus vieilles enseignes de la ville : fromager, cordonnier, chapelier... exerçant leur savoir-faire depuis près de deux siècles. Traversez le **marché Forville** pour un bain de couleurs, saveurs et senteurs locales. Rejoignez la rue de la Miséricorde et sa chapelle puis remontez la **rue Saint-Antoine**. Gravissez les marches de la rue du Suquet vers l'**église Notre-Dame de l'Espérance** construite au 16^{ème} siècle par les moines de Lérins. Du haut des **remparts** et sur la **place de la Castre**, découvrez un fabuleux point de vue sur **Cannes et ses collines, la baie et les îles de Lérins**. Faites un tour dans le **jardin du Musée de la Castre** et montez en haut de la **tour carrée** pour un panorama à 360°.



Ruelle de la vieille ville © Med2000



Suquet et port Saint-Pierre © Ville de Cannes



✦ **Visite guidée historique : « Il était une fois Cannes »**

Les ruelles du Suquet dévoilent leurs secrets, le temps d'un voyage à travers l'histoire cannoise. Départs tous les lundis - Durée : 1h30 - Français ou anglais

Renseignements : +33 (0)4 92 99 8422 - www.cannes-destination.fr
Réservez à l'avance auprès de l'Office du tourisme.

✦ **Le musée de la Castre** situé sur les vestiges du château médiéval des moines de Lérins, expose des collections d'arts primitifs, d'archéologie, ainsi que des peintures illustrant des paysages cannois et provençaux datant du 19^{ème} siècle.

A voir : les expositions, le panorama du haut de la tour carrée, la Chapelle S' Anne et son petit jardin. Visites guidées, ateliers et animations sur réservation.

Renseignements : +33 (0)4 89 82 26 26 ou sur www.cannes.com

Accès : bus n° 1, 2, 4, 6, 7, 10, 12, 20, 21, Palm Impérial et City Palm - Arrêt « Hôtel de ville »

✦ **Livret « jeux découverte »**

Seul ou en famille pour découvrir la ville de façon ludique à l'aide d'énigmes et d'indices

Départ : devant la Mairie principale. Parcours facile de 3,5 km (environ 2h). Livrets disponibles en Mairie principale, à la Mairie annexe Ferrage, à l'Office du tourisme du Palais des festivals et des congrès ou téléchargeables sur le site www.cannes.fr, rubrique Cadre de vie/Développement durable/Education au développement durable/Livrets jeux découverte.

✦ **Application gratuite** «Cannes patrimoine» pour mobile et tablette.



La Croisette et le Suquet en 1876 - Ernest Buttura (1841-1920)
Huile sur toile 42 x 66 cm - Coll. Musée de la Castre, Cannes © Photo Germain

* Un peu d'histoire

Comment ce modeste village de pêcheurs provençal est-il devenu la capitale internationale que l'on connaît aujourd'hui ? Un destin extraordinaire marqué par les invasions, la culture des plantes à parfum, mais aussi par les moines des îles de Lérins qui firent prospérer la ville pendant plusieurs siècles. Attirée par l'installation de Lord Brougham au 19^{ème} siècle, l'aristocratie anglaise puis russe y fait construire de magnifiques demeures. Cannes devient une station d'hivernage puis balnéaire prisée, des hôtels de luxe habillent la Croisette. Enfin, l'âge d'or du cinéma, le palais des festivals et des congrès donnent une aura internationale à la ville qui devient une vitrine française à l'étranger. Une ville à la fois mythique et séductrice, entre mer, collines, légendes et paillettes...



Comprendre le paysage

Panorama sur la ville

- ✦ Une lecture des paysages observés depuis le Suquet (sur la place de la Castre ou en haut de la tour carrée) est une belle occasion de découvrir Cannes et son environnement.

Accès : Place de la Castre, Cannes. Bus n° 1, 2, 4, 6, 7, 10, 12, 20, 21, Palm Impérial et City Palm – Arrêt « Hôtel de ville », puis marcher 10 minutes jusqu'à l'église.



Vue sur Cannes centre et Est, depuis la tour du musée de la Castre © Med2000

Cannes est située au cœur de la baie de Lérins, en face des îles Sainte-Marguerite et Saint-Honorat (1). A l'Est, la Pointe Croisette et le Palm Beach (2) marquent le début de la promenade de la Croisette qui se termine derrière le Palais des festivals et des congrès (3). Au pied du Suquet, le vieux port Saint-Pierre (4) fait face à l'Hôtel de ville et aux Allées de la liberté (5). Le clocher de l'église Notre-Dame de l'Espérance (6) domine la vieille ville située sur la colline du Suquet autrefois abritée derrière ses remparts. Cannes est aussi bordée de nombreuses collines comme celle de la Californie (7) repérable à son observatoire et son château d'eau.



Vue sur Cannes Ouest, depuis la tour du musée de la Castre © Med2000

A l'Ouest de la ville, la colline de la Croix-des-Gardes reconnaissable à sa croix (1) surplombe les plages du midi qui s'étendent jusqu'à Cannes la Bocca (2). En toile de fond, le massif du Tanneron (3) et celui de l'Esterel formé de rhyolites rouges (4) se termine en mer par la Pointe de l'Esquillon (5). Sur le littoral, se succèdent les villes de Mandelieu-la-Napoule, puis Théoule-sur-Mer, limite du département des Alpes-Maritimes.

Si « Croisette » rime avec « bronzette », on peut aussi faire de surprises découvertes sur le sable fin des plages cannoises ! Sous l'eau comme sur le sable, un zeste de curiosité suffit pour s'instruire tout en prenant du bon temps ...



Plages Gazagnaire et Mouré Rouge, colline de la Californie © Drone Aventure

Sport et découverte

Plage Gazagnaire et plage du Mouré Rouge

- ✦ On vous recommande la plage Gazagnaire et celle du Mouré Rouge pour la pratique de sports nautiques et pour découvrir le monde caché des petits fonds marins en **palmes, masque et tuba**. Vous rencontrerez des herbiers de posidonie, des algues brunes ou vertes ainsi que de nombreux animaux marins à reconnaître grâce aux planches pages 44-45 de ce guide.



Blennie © S. Agnelli



Etoile de mer et Codium © J.Payrot



Padine © Med2000

Accès : Boulevard Eugène Gazagnaire, Cannes (entre le Port du Mouré Rouge et la pointe Croisette). Bus n°8 Palm Impérial – Arrêt « Place de l'Etang »

✦ **Ne piétez pas les herbiers de posidonie** : ces plantes fragiles ne poussent que d'un centimètre par an ! Ne rapportez rien, que des souvenirs plein les yeux...



* L'herbier de Posidonie

Les longues feuilles brunes et les pelotes que l'on trouve sur les plages sont les restes d'une plante marine protégée : la posidonie. Elle produit des fleurs et des fruits semblables à des olives vertes. On en trouve exclusivement en Méditerranée entre 0 à 40 mètres de profondeur. Ces « forêts sous la mer » fabriquent une grande quantité de dioxygène. Elles constituent une source de nourriture, un abri et une nurserie pour des milliers d'espèces marines. On y trouve entre autres des saupes, mérours, seiches, étoiles de mer et de nombreux mollusques... La posidonie stabilise les fonds marins, elle amortit la houle et préserve les plages de l'érosion en les recouvrant d'une épaisse banquette.



Posidonie et grande nacre © Réseau mer



Banquette de posidonie © Med2000



Pelotes de posidonie © Med2000

Sable et roche rouge

Plage des Rochers de Cannes la Bocca

Rendez-vous à la **plage des Rochers de Cannes la Bocca** pour un paysage plus pittoresque. Ces rochers rouges de l'Estérel allongés sur le sable blanc confèrent un charme tout particulier à cette plage.

Résultat d'une intense activité volcanique il y a 250 millions d'années, ces rochers ont basculé dans la Méditerranée lors de la formation des Alpes. Leur couleur rouge est due à la présence d'oxydes de fer.

Avec Bijou plage, elle fait partie des deux plages non-fumeur de la ville.

Accès : Boulevard du midi Louise Moreau, Cannes. Bus n°1, 2, et 20 ou train – Arrêt « Gare SNCF Sainte-Marguerite, Cannes la Bocca »



Plage des rochers © Ville de Cannes

Pages à la plage ?

Plage Macé

Chaque été sur la **plage Macé**, livres et magazines s'invitent sur le sable et sont prêtés gracieusement par la Ville. Un moyen original d'apprécier la lecture en plein air.

Accès : 8 Boulevard de la Croisette, 06400 Cannes. Bus n°8 Palm Impérial – Arrêt « Gray d'Albion ». Train : Gare SNCF de Cannes centre.



Les stands Inf'eau mer

Chaque été sur les plages cannoises, devenez incolables sur la préservation du littoral ! L'association Méditerranée 2000 propose des jeux, animations et informations pratiques. Vous pourrez aussi participer à une grande enquête sur votre perception de l'environnement. Inf'eau mer est une campagne régionale du Réseau Mer initiée à Cannes et présente sur tout le littoral PACA et Corse. **Dates et informations :** www.infeauemer.org



* Bons conseils à la plage



Huiles et crèmes solaires : n'en faites pas des tartines !

Elles créent un film à la surface de l'eau qui empêche la photosynthèse et mettent en danger la vie marine. Privilégiez les laits solaires bio plutôt que des crèmes ou les huiles et exposez-vous aux heures les moins chaudes.



Zéro mégots à la plage ! Des cendriers de plage sont offerts par la Ville dans les kiosques, les postes de secours et les points municipaux. Les mégots représentent 40 % de déchets en Méditerranée : 1 seul mégot = 500 litres d'eau polluée (Source : PNUE)

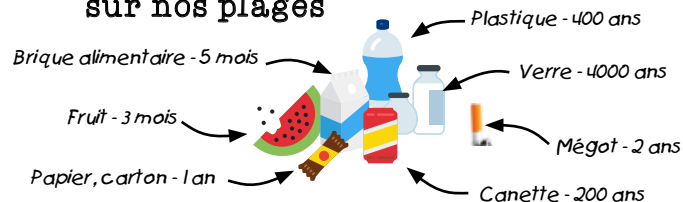


Limitez les douches à une par jour. L'eau est précieuse sur la Côte d'Azur !



Pas de vacances pour les déchets : le tri, c'est aussi sur les plages ! Plastiques, canettes, cartons et papiers vont dans la poubelle jaune.

* La longue vie des déchets sur nos plages



* Le savez-vous ?

Le **Pavillon Bleu** est un label européen qui récompense chaque année les plages et les ports de plaisance menant une politique de développement touristique durable. Retrouvez les plages et les ports de Cannes labellisés Pavillon Bleu reconnaissables à leurs drapeaux sur www.pavillonbleu.org





A quelques encablures de la ville, l'archipel des îles de Lérins est un havre de paix pour les visiteurs en quête de calme, de nature et d'histoire. Occupées par l'Homme depuis l'Antiquité, elles abritent une biodiversité encore préservée. Embarquez, découvrez !



Archipel des îles de Lérins : l'île Sainte-Marguerite à droite, l'île Saint-Honorat à gauche, et l'îlot de la Tradelière et l'îlot Saint-Féréol. © Ville de Cannes

* Un archipel classé Natura 2000

Les îles de Lérins font partie d'un réseau européen de zones naturelles protégées pour la richesse et la fragilité de la faune et de la flore qu'elles contiennent. Afin de préserver cet environnement tout en assurant l'accueil des visiteurs, de nombreuses actions sont menées en concertation avec la population locale.

Départ en bateau pour les îles depuis le Quai Laubeuf, près du port Saint-Pierre. (15 à 20 minutes de traversée).

Renseignements : Office du Tourisme de Cannes + 33 (0) 4 92 99 84 22
www.cannes-destination.fr

Le milieu marin

Explorer avec respect

Les criques rocheuses et les fonds marins proches des îles de Lérins concentrent une biodiversité riche mais fragile.

A faire :

☛ Explorez les **petits fonds marins** des îles en palmes, masque et tuba. Aidez-vous des planches pages 44-45 pour reconnaître les espèces rencontrées.

Sur l'île Sainte-Marguerite, on recommande la plage du cimetière de Crimée au Nord, et celle de la Partègue à l'Ouest. Sur l'île Saint-Honorat, les criques situées au Nord, à l'Est et à l'Ouest sont les plus accessibles.

▲ **Attention !** La baignade n'est pas surveillée et de nombreux bateaux circulent près des îles. Ne vous éloignez pas trop du bord ou utilisez une bouée de signalisation.



☛ **Observez les cétacés lors d'une sortie en mer.** En été, on peut rencontrer le grand dauphin près des côtes, des dauphins bleus et blancs, le roqual et même le cachalot plus au large... Mais attention ! L'approche des cétacés peut causer de nombreuses perturbations si on ne respecte pas certaines règles.



Découvrez les règles d'approche des cétacés sur www.sanctuaire-pelagos.org et retrouvez la liste des professionnels labellisés **High Quality Whale-Watching**® pour des sorties d'observation responsables sur www.whale-watching-label.com

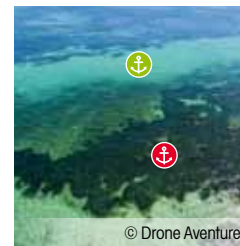
* Bons conseils aux plaisanciers



Jefer l'ancre sur les zones claires sableuses et la relever à l'aplomb du bateau pour éviter d'arracher les herbiers de posidonie (page 14).



Vidanger les toilettes et jeter les déchets une fois rentrés au port pour préserver la vie marine et la santé des baigneurs. Limiter la pêche aux espèces et tailles autorisées.



© Drone Aventure



Retrouvez toutes les bonnes pratiques en mer sur www.ecogestes.com, une campagne du Réseau Mer.

Renseignements : CPIE des îles de Lérins et Pays d'Azur +33 (0)4 93 39 26 80

Biodiversité marine

Autour des îles, à quelques dizaines de mètres du rivage, on trouve une grande diversité d'habitats et d'espèces animales. Sur les rochers, crabes, patelles et anémones rouges vivent à fleur d'eau. Sous l'eau, oursins, girelles et gobies se cachent dans les anfractuosités. Sur les fonds sableux des poissons plats comme le bothus se camouflent et d'autres cherchent leur nourriture comme le rouget avec ses barbillons. Les herbiers de posidonie abritent une multitude d'espèces : des poissons comme la saupe ou encore le serran écriture. Au-dessus de ces différents habitats, daurades, loups, sars, mullets et barracudas évoluent en pleine eau. En profondeur, les tombants s'habillent de gorgones et de coralligène.



Actinie © divewander



Banc de saupes © deinos25



Serran © M.Gatti



Un îlot de verdure

L'Île Sainte-Marquerite

Connue pour la prison de l'homme au masque de fer, la plus grande des îles de Lérins est recouverte d'une forêt classée réserve biologique où cohabitent étang, criques rocheuses et vestiges millénaires.



Crique des pierres plates, Sainte-Marquerite © Med 2000

A faire :

- ✦ **Promenez-vous dans la forêt domaniale** le long des 22 kilomètres de sentiers aménagés de panneaux pédagogiques, tables et bancs.

L'Office National des Forêts propose sur réservation, des animations et visites guidées avec des éco-gardes sur la réserve biologique de l'île.

Renseignements : +33 (0) 4 93 43 49 24 ou +33 (0) 6 73 68 42 26

- ✦ **Observez les oiseaux** de la réserve ornithologique de l'Étang du Batéguier située à l'Ouest de l'île avec jumelles et appareil photo ! Des panneaux sont à disposition.

- ✦ **Visitez le Méditerranoscope®** et ses aquariums situés dans le Fort Royal. Les principaux écosystèmes méditerranéens y sont reconstitués : herbiers de posidonie, fonds rocheux, sableux et coralligènes. Une mine d'informations pour ceux qui veulent en savoir plus sur le monde marin ! Animations et conférences sur réservation.

Renseignements : +33 (0)6 77 88 76 58
www.cpieazur.fr

- ✦ Passez une nuit dans l'unique lieu d'hébergement de l'île, le Centre international de Séjour, labellisé Ecolabel Européen et profitez d'activités nautiques. Accueil groupes, séjours scolaires, comités d'entreprises. Pour les familles uniquement le week-end hors vacances scolaires.

Renseignements : +33 (0)4 97 06 27 20

www.cannes-jeunesse.fr - Mail : cis@cannes-jeunesse.fr



Biodiversité terrestre

La réserve biologique de l'île, gérée par l'Office National des Forêts abrite de nombreuses espèces protégées.

Sa **forêt maritime** constituée de pins d'Alep, pins parasols et chênes verts s'ouvre sur de majestueuses allées d'eucalyptus classées parmi les plus anciennes d'Europe. Sa **garrigue** colorée de cistes blancs et roses est peuplée de pistachiers lentsiques, myrtes et nerpruns entremêlés de salsepareille.

Avec un peu de discrétion, vous pourrez observer les faisans et lapins introduits sur l'île, le hérisson, la grande couleuvre de Montpellier et de nombreux coléoptères qui se nourrissent du bois mort.

A l'Est de l'île, l'**étang du Batéguier**, mélange d'eau douce et d'eau salée constitue une halte migratoire pour une multitude d'oiseaux et un site de nidification pour certaines espèces comme la sterne Pierregarin, le grèbe castagneux, le goéland leucopnée et parfois le martin pêcheur.



Chemin au coeur de l'île © Med 2000



Étang du Batéguier et son îlot © Ville de Cannes



Myrthe © V.Kulesza ONF



Pistachier © V.Kulesza ONF



Filaire © V.Kulesza ONF



Couleuvre de Montpellier © V.Kulesza ONF



Sterne pierregarin © S.Busson

🦋 Plus de 500 000 visiteurs posent le pied sur l'île chaque année. Attention, **marchez sur les sentiers balisés** pour éviter le piétinement de la végétation.



Une escale hors du temps

L'île Saint-Honorat

Gardiennée de l'un des plus anciens foyers monastiques d'occident, cette île vit au rythme des prières d'une communauté de moines Cisterciens. Connue pour son vignoble, son abbaye et sa tour monastère, c'est aussi un lieu idéal pour renouer avec la nature en toute quiétude !



Île St Honorat © J. Kelagopian

« Tu trouveras bien plus dans les forêts que dans les livres. »

Saint-Bernard de Clairvaux, moine Cistercien

A faire :

✪ **Promenez-vous sur les sentiers ombragés** pour découvrir la flore de l'île ponctuée de vestiges historiques. Admirez le panorama en haut du monastère puis traversez les allées bordées du vignoble de l'Abbaye située au cœur de l'île.

✪ **Partez pour 2 heures de balade botanique** guidée par un spécialiste. Hors des sentiers battus, découvrez des espèces remarquables et imprégnez-vous de l'esprit des lieux.

Renseignements : +33(0)6 22 41 56 42 – Mail : antoniolijer@aol.com

✪ **Les premiers vendredis de chaque mois**, l'Abbaye propose un atelier de 15 minutes dans les vignes et dévoile les secrets de fabrication de ses vins.

Renseignements : www.cannes-ilesdelerins.com

✪ **Séjournes à l'hôtellerie de l'Abbaye de Lérins** le temps d'une retraite. Ressourcez-vous en vivant quelques jours au rythme des moines et de la nature.

Renseignements : +33(0)4 92 99 54 00 – Mail : hotellerie@abbayedelerins.com

✪ **Groupes et entreprises** : L'Abbaye propose des séjours clé en main : traversées, visites guidées, dégustations dans les vignes, restauration, location de salles, etc.

Renseignements : +33 (0)4 92 99 54 24 – Mail : tonnelle@abbayedelerins.com

✪ **Par respect pour les moines et leur environnement** : ne pas fumer, garder une tenue correcte, respecter le calme des lieux et tenir les chiens en laisse.



Biodiversité

La **bordure forestière** de l'île et son **cordon littoral** sont particulièrement préservés : une vingtaine de plantes rares ou protégées y trouvent refuge.

Les rochers et falaises calcaires qui ceinturent l'île sont recouverts d'un cortège de plantes résistantes au sel (dites halophiles) comme l'euphorbe épineuse, le statice à feuille cordée, la passerine hérissée et le crithme maritime ou « perce-pierre ». Dans les **milieux ouverts** comme les zones agricoles, on trouve aussi des espèces protégées comme l'ail noir et l'épiaire faux basilic.



Euphorbe épineuse
© J. Antonioli

Statice à feuille cordée
© J. Antonioli

Ail noir
© J. Antonioli

Epiaire faux basilic
© J. Antonioli

* Le savez-vous ?

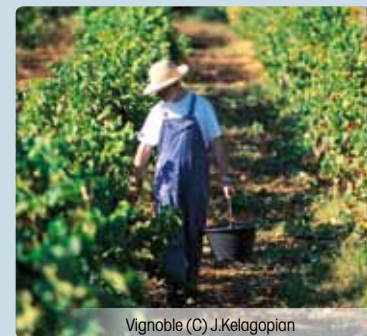
Les caves du monastère abritent quelques individus d'une espèce de chauve-souris protégée qui a presque disparue de la région du fait de l'urbanisation : le minioptère de Schreibers (*Miniopterus schreibersi*). Son vol rapide rappelant celui des hirondelles lui permet de capturer des insectes.



Une pratique agricole raisonnable

Saint-Honorat possède la plus ancienne exploitation agricole cannoise encore en activité. Son vignoble de 8 hectares, relancé dans les années 1990 produit de grands vins réputés mondialement. Une oliveraie aux arbres multiséculaires alimente une petite production d'huile d'olive.

Pour cultiver leur terre et préserver l'équilibre naturel qui règne sur l'île, les moines ont choisi de pratiquer une agriculture respectueuse. Ils n'utilisent ni pesticides ni herbicides. Ébourgeonnage, tailles et vendanges se font à la main.



Vignoble (C) J. Kelagopian



Si la promenade de la Croisette est le lieu mythique où les Cannois aiment à flâner, il est loin d'être le seul. Cannes compte une trentaine de squares et jardins, dispersés sur toute la ville et qui ont chacun leur charme. Il vous de trouver celui qui vous convient !

Le temps d'une balade

Le boulevard de la Croisette

Le long du boulevard depuis la pointe du Palm Beach, 3 espaces verts se succèdent pour une promenade à pied, vélo ou trottinette !

A faire :

- ✦ **Le Square Verdun** qui borde Bijou plage est planté de majestueuses allées de palmiers. Une vaste pelouse offre un lieu de détente face à la mer.
- ✦ **Le Square du 8 mai** surnommé « **la Roseraie** » est entouré de tamaris et de palmiers. Recouvert d'une myriade de rosiers fleuris au printemps, c'est un lieu de détente prisé des cannois. Curiosité : un arbre imposant, l'Erythrine lysistemou ou « arbre corail » s'habille de fleurs rouges au printemps.
- ✦ **Le Jardin Albert 1^{er}** relie ces deux squares pour une promenade à l'ombre le long de la Croisette. Remarquez son bassin à nénuphars et ses trois immenses Ginkgos biloba.

Accès : parking de la Croisette, Cannes. Bus n°8 Palm Imperial – Arrêts « La Roseraie » ou « Bijou plage »

✦ **Kids :** près de la Roseraie, une aire de jeux et d'activités fait la joie des enfants.



La Roseraie © Med2000



Tamaris © Med2000



Arbre corail © Med2000

La butte Saint-Cassien

A deux pas de la zone des Tourrades (Cannes la Bocca), faites une pause sur **la butte Saint-Cassien** : une colline plantée de chênes et de cyprès centenaires autour d'une chapelle provençale chargée d'histoire.

Accès : parking de l'aéroport de Cannes Mandelieu-la-Napoule.



Le temps d'une pause

Près des plages du midi

- ✦ **Le Square Mistral** est idéal pour une pause à l'ombre des palmiers autour des fontaines. Remarquez un araucaria heterophylla, une érythrine crête de coq et un jacaranda aux fleurs violacées.

Accès : boulevard du midi Jean Hibert, Cannes. Bus n° 1 et 2 – Arrêt « Le Riou » ou n° 7 et 12 – Arrêt « Square Mistral »

- ✦ **Le Square de Morès** est un petit coin de fraîcheur et de calme en face de la plage des Rochers. Sa fontaine et ses rocailles plantées d'agaves, magnolias, pins parasols et chênes verts lui confèrent un charme particulier.

Accès : 7/9 av. Francis Tonner, Cannes la Bocca. Accessible depuis la plage des rochers par un passage sous la voie ferrée. Bus n°1, 2, et 20 ou train – Arrêt « Gare SNCF Ste Marguerite, Cannes la Bocca »

✦ **Kids :** ces deux parcs possèdent des jeux pour enfants



Square Morès © Med2000

Pour la vue

« Les suspendus »...

- ✦ **Le square Mont-Chevalier** : ce jardin orne les pentes de la colline du Suquet. Agrémenté de quelques pins parasols, caroubiers et bougainvilliers il offre un panorama exceptionnel sur la baie de Cannes et ses îles. Un hôtel à insectes sert d'abri pour les insectes pollinisateurs.

Accès : rue Louis Perrissol, Square Mont-Chevalier, Cannes. Bus n°1,2, Palm Imperial et City palm – Arrêt « Hôtel de ville » puis marcher 15 minutes ou navette électrique du Suquet

- ✦ **La villa Domergue** : cette magnifique villa art-déco perchée sur la colline de la Californie est entourée de jardins en terrasse, aménagés de bassins et cascades. Observez une vue fabuleuse sur la baie de Cannes. **Renseignements :** +33 (0)4 97 06 44 90

Accès : 15 avenue Fiesole, Cannes Bus n° 9 Arrêt «Maison de retraite»



Villa Domergue © O. Calvel



Pour la biodiversité

Les « naturalistes » ...

A faire :

❖ **La villa Rothschild** : cette demeure néo-classique et son jardin à l'anglaise sont classés monuments historiques. Vous y découvrirez de nombreuses espèces exotiques : une grande variété de palmiers, cèdres bleus, cycas, camphriers, araucarias, dasylirions, encephalartos, érythrines, etc. Le « Jardin Annie Girardot » est aménagé d'un parcours sensoriel destiné aux patients atteints de la maladie d'Alzheimer.

Accès : 1 avenue Jean de Noailles, Cannes. Bus n° 1, 2, 7 et 20 – Arrêt « Beausite »

❖ **Application gratuite** «Cannes jardin» pour une visite en réalité augmentée du jardin d'hier et d'aujourd'hui.



Jardin et villa Rothschild © Ville de Cannes

❖ **Le Jardin Montfleury** comporte une bambouseraie composée de 350 bambous de 19 variétés différentes sur 5 000 m² environ. Il est aménagé d'une aire de jeux, d'une aire de repos décorée de fontaines et d'un snack.

Accès : 19/21 avenue Beauséjour, Cannes. Près de la piscine Montfleury.
Bus n° 7 – Arrêt « Beauséjour »



Washingtonia et Phoenix © Med2000

* Arbres ou herbes géantes ?

L'élégance des palmiers orne les 3 kilomètres de la mythique Croisette depuis le 19^{ème} siècle. Contrairement à ce que l'on peut penser, le palmier n'est pas un arbre mais s'apparente plutôt à une herbe. Il ne fabrique pas de bois mais l'accumulation de ses tiges forme une colonne géante appelée « stipe ». Les espèces emblématiques de la Croisette sont les palmiers californiens Washingtonia et les dattiers du genre Phoenix.

* La palme, tout un symbole...

Ce n'est pas au Festival du Film que Cannes doit sa palme... mais au premier moine de l'île Saint-Honorat ! La légende raconte qu'il se serait réfugié en haut d'un palmier pour échapper à un raz-de-marée qui, selon ses prières, nettoya l'île des serpents qui l'infestaient. La palme est depuis symbolisée sur le blason de la commune.

Gaelt et jet-ski ne sont pas les seuls moyens de pratiquer des loisirs sportifs. Durant vos vacances, découvrez des sports « doux » pour l'environnement : amateurs ou avertis, valides ou à mobilité réduite, nous vous invitons à bouger en plein air !

Côté mer Sports nautiques

❖ **Sur l'eau**, les sources de bruit et de pollution liées aux activités nautiques sont nombreuses, surtout l'été. Privilégiez les embarcations silencieuses et sans carburant. Initiez-vous au **paddle**, au **kayak** ou à la **voile** et découvrez la baie tout en harmonie avec le milieu marin.

La base nautique du Mouré Rouge propose :

▶ **location de matériel et cours particuliers** de planche à voile, kayak, paddle, surf ski, catamaran, etc.

▶ **cours de Stand Up Paddle Fitness** de mai à septembre.

▶ **stages et journées de voile** pour enfants et adultes l'été

▶ **abonnement voile** à l'année

▶ **journées évènementielles** sur demande (anniversaire, comités d'entreprise, team building).

Renseignements : +33 (0)4 92 18 88 88 – www.cannes-jeunesse.fr

Mail : nautisme@cannes-jeunesse.fr

Accès : port du Mouré Rouge, Cannes. Bus n° 8 – Arrêt « Esprit Violet »



Hobie Cat © Med 2000



Stand up paddle © Med 2000



Snorkeling © Med 2000

❖ **Sous l'eau**, partez à la découverte des fonds marins en randonnée palmée ou en plongée accompagnés de professionnels. Plusieurs clubs de plongée cannois dont un club de plongée associatif animé par des bénévoles (Némo Plongée), proposent des sorties dans la baie et autour des îles de Lérins, pour tous niveaux.

Renseignements :

Némo plongée : +33 (0)4 93 70 49 97 - www.nemo-plongee.org

Plongée Club de Cannes : +33 (0)6 11 81 76 17 - www.plongee-cannes.com

Easy Dive : +33 (0)4 93 43 40 42 - www.easydive.fr

📍 **Retrouvez toutes les activités nautiques à Cannes sur le site de l'Office du Tourisme de Cannes www.cannes-destination.fr**



Côté terre

Sports en plein air

❖ **Footing et parcours sportifs** : découvrez ou redécouvrez la ville à pied tout en pratiquant un sport de plein air. Une quinzaine d'itinéraires dédiés à la course à pied et aux parcours sportifs sur 60 km sont matérialisés au sol par le logo « Cannes, capitale des sports de plein air ».

Renseignements : carte des itinéraires disponible sur www.cannes.com dans l'onglet « Sport »

❖ **Pétanque et bouledromes** : tirez ou pointez en toute convivialité ! La pratique de la pétanque sur les bouledromes cannois est ouverte à tous. Rendez-vous sur les allées de la liberté (face au Vieux port) ou sur la place de l'Étang (pointe Croisette).

Renseignements : liste des bouledromes et clubs boulistes sur www.cannes.com dans l'onglet « Sport »

❖ **Beach volley** : profitez de la plage autrement en tapant la balle les pieds dans le sable ! Cinq terrains de Beach volley sont à disposition : boulevard du Midi, kiosque n°16 près du square Mistral (2 terrains) et kiosque n°33 (1 terrain) - Parc Picaut (2 terrains réservés au haut niveau).



Parcours sportif Croix-des-Gardes © Ville de Cannes



Pétanque © JMDZ



Vélo © Med 2000

❖ **Vélo** : quand les embouteillages font rage, pédalez en toute liberté sur les pistes cyclables. Depuis le boulevard du midi, découvrez Mandelieu-la-Napoule et le début de l'Estérel (20 km jusqu'à Mandelieu A/R puis 10 à 20 km supplémentaires sur la corniche d'or) ou encore Golfe-Juan depuis la pointe Croisette (12 km A/R). L'Office du tourisme propose des itinéraires et séjours pour découvrir la région à vélo et des kits de réparation sont mis à disposition sur demande.

Renseignements : +33 (0)4 92 99 84 22 - www.cannes-destination.fr

❖ **Circuit training** : des séances gratuites d'exercices sportifs sont proposées au grand public. Prévoir baskets, serviette et bouteille d'eau.

Renseignements : +33(0)4 97 06 43 35 ou sur www.cannes.com/rubrique-evenements/cannes-agenda

* Le savez-vous ?

Pour faire 1 kilomètre en ville on met en moyenne : 7 minutes en voiture, 4 minutes 30 en bus et 3 minutes à vélo !



Handiplage

La plage pour tous

Créé en 2005, Handiplage est devenu un concept leader dans les Alpes-Maritimes et a obtenu le label Tourisme et Handicap.

❖ **Bijou plage** située près de la pointe Croisette dispose de nombreux aménagements permettant d'accompagner la baignade des personnes en situation de handicap (moteur, visuel, auditif et mental). Horaires et période d'ouverture sur www.cannes.com, rubrique cadre de vie/ mer-nautisme/ handiplage



Bijou plage © Ville de Cannes

Accès : boulevard de la Croisette, pointe Croisette (Kiosque n° 4), Cannes. Bus n°8 Palm Imperial – Arrêt « Bijou plage »

❖ **La plage du midi** situé en face du Square du général Leclerc, près de l'entrée du quai Laubeuf, est également accessible pour les personnes à mobilité réduite.

Accès : quai laubeuf, Cannes. Bus n° 8 Palm Imperial – Arrêt « Quai Laubeuf ».

❖ **Le réseau de bus Handi Palm** permet aux personnes à mobilité réduite de se déplacer facilement en ville.

Renseignements : www.palmbus.fr/handi-palm



Handiplage et activités © Ville de Cannes

📖 Retrouvez toutes les informations sur l'accueil des personnes en situation de handicap (sites accessibles, transports, activités et hébergements adaptés, etc.) en contactant l'Office du tourisme: + 33 (0) 4 92 99 84 22 – www.cannes-destination.fr

Depuis les marchés provençaux jusqu'aux prestigieux fourneaux des chefs étoilés, les adresses ne manquent pas pour consommer local et responsable à Cannes. Découvrez un patrimoine culinaire attaché à la terre et tourné vers la mer. Préparez vos papilles !

Pour consommer local

Marchés et produits cannois

Fruits et légumes

Fèves, poivrons, artichauts et asperges violettes, ou encore fraises, pêches, melons, salades et herbes fraîches sont cultivés sur les terres cannoises et se retrouvent sur les marchés.

✦ **Julien Rostan cultive des fruits et légumes bio et de saison.** En vente directe les jeudis après-midi ainsi qu'au marché Forville tous les jours.

Renseignements : +33 (0)6 23 17 28 88 – www.julienrostan.com

Accès : chemin de la Plaine de Laval, Cannes la Bocca

✦ **La famille Orso et leur boutique « La Campagne »** propose des produits locaux, bio, raisonnés et de saison.

Renseignements : +33(0)4 93 47 95 75 – www.pepiniereabadie-orso.com

Accès : 712 avenue Jean Mermoz, Rond-Point des Vétérans, Mandelieu-la-Napoule



Étal poissons © Med2000

Poissons

✦ **Les pêcheurs du quai Saint-Pierre rassemblés en prud'homme** rapportent chaque jour les produits de leur pêche traditionnelle au marché Forville. Si la prise est bonne, vous trouverez Saint-Pierre, rougets, daurades et même des langoustes.

✦ **Cannes Aquaculture** élève en baie de Cannes des loups, dorades et maigres certifiés Biologiques, disponibles en grandes et moyennes surfaces.

Renseignements : +33(0)4 93 43 53 51



Vendanges © J.Kelagopian

Vins, liqueurs et huile d'olive

✦ **Les moines de l'Abbaye de Lérins** fabriquent des vins, des liqueurs comme la Iérina et de l'huile d'olive : des produits 100% cannois et issus d'une agriculture respectueuse. En vente sur l'île Saint-Honorat, dans la plupart des cavistes et au marché Forville.

Renseignements : +33 (0)4 92 99 54 32

www.excellencedelerins.com

Miel

✦ **Les abeilles de Jean-Louis Lautard** hibernent dans la basse Vallée de la Siagne et produisent 18 variétés de miel médaillés, certifiés Label Rouge et IGP. En vente au Marché Forville.

Renseignements : +33(0)4 93 66 12 15 ou +33(0)4 93 66 46 57

Les marchés cannois

Rendez-vous sur les étals des marchés de la ville pour garnir vos paniers dans une ambiance conviviale et authentique. Vous y trouverez des produits frais et locaux.

Tous les jours sauf le lundi, de 7h à 13h :

✦ **Marché Forville** : place du marché Forville, Cannes.
Les producteurs locaux se trouvent dans l'allée centrale.

✦ **Marché Gambetta** : place Gambetta, Cannes

✦ **Marché de la Bocca** : place du Marché Paul Roubaud, Cannes la Bocca

Uniquement le mardi et vendredi de 8h à 19h :

✦ **Marché place Saint-Jin Jin** : place Saint-Jin Jin, Cannes
(près du Boulevard Gazagnaire).



Marché Forville © Ville de Cannes

Magasins et paniers bio

Il existe de nombreux magasins bio à Cannes et les producteurs locaux livrent des paniers de produits locaux, bio ou raisonnés. Renseignez-vous sur internet !

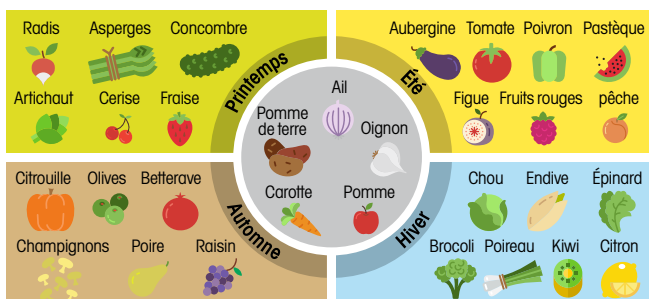


Pour consommer responsable

Labels et saisons

Consommer local, de saison et bio, c'est réduire l'impact de votre alimentation sur l'environnement. En limitant les transports, les engrais et les pesticides de synthèse, vous participez à restaurer la qualité de l'air, des sols et des paysages. Les aliments sont aussi bien meilleurs au goût et pour votre santé ! Voici quelques conseils pour guider vos choix.

Manger de saison !



Zoom sur les labels



Label français de l'agriculture biologique garantissant au moins 95% d'ingrédients sans produits chimiques de synthèse ni OGM et son équivalent européen à droite.



Labels plus exigeants sur le mode de production, garantissant des produits 100% bio et sans OGM. Ils défendent une agriculture plus humaine et plus autonome.



Labels internationaux garantissant des produits issus d'un commerce équitable avec des petits producteurs engagés à prendre soin de leurs ressources naturelles (à gauche) mais aussi issus de l'agriculture biologique bio (à droite).

Un label local



Créé en 2015, le label « Origine qualité mer des Lérins » remet à l'honneur la première activité traditionnelle cannoise : la pêche. Il garantit la qualité des produits de la mer offerts aux consommateurs tout en préservant le patrimoine naturel de la baie de Lérins. Grâce à son logo, repérez les restaurateurs et revendeurs qui soutiennent une pêche locale, durable et responsable.

Point de vente : carré des pêcheurs, marché Forville du mardi au dimanche de 7h à 13h30.

Afin de limiter l'impact environnemental de votre séjour à Cannes, voici quelques informations pratiques qui vous aideront à préparer votre voyage et vos déplacements. Engagez-vous pour un tourisme durable et responsable !

Se loger... ... fûté

Pour choisir un hébergement de qualité faisant preuve d'engagements en faveur de l'environnement, pensez aux labels du tourisme responsable.



Le label **Green Globe** est un label international pour le voyage et le tourisme durable. Il récompense et accompagne les hôtels ayant opté pour une démarche d'amélioration de la gestion environnementale et sociale de leurs activités.

Renseignements : www.greenglobe.com



L'**écolabel européen** garantit des hébergements ayant une démarche pour réduire leur impact sur l'environnement : consommation d'énergie et d'eau limitée, réduction des déchets, énergies renouvelables, sensibilisation du personnel et de la clientèle.

Renseignements : www.ecolabels.fr



Le **Clef Verte** récompense depuis 1998 les hébergements touristiques (campings, hôtels, gîtes) pour leur dynamisme en matière de gestion environnementale : gestion de l'eau, de l'énergie, des déchets, etc.

Renseignements : www.clef-verte.com



Le label **Chouette Nature** récompense les villages vacances qui engagent des actions concrètes en faveur d'un tourisme respectueux : hébergement en harmonie avec l'environnement, découverte du terroir et activités en pleine nature.

Renseignements : www.chouettenature.com



Les labels **Ecogîte** et **Gîte Panda** sont attribués aux Gîtes de France qui répondent à des exigences strictes en matière d'environnement. Accueil, convivialité, gestion environnementale, poste d'observation de la nature... Ils répondent aux exigences d'un tourisme vert et authentique.

Renseignements : www.ecogite.fr - www.gites-panda.fr



La certification ATR est décernée aux voyageurs qui œuvrent dans le sens d'un tourisme plus solidaire et responsable. Les membres s'engagent à impliquer et respecter les populations locales dans le développement et à minimiser l'impact de leur activité sur l'environnement.

Renseignements : www.tourisme-responsable.org



La charte de qualité environnement Clévacances s'applique aux meublés Clévacances qui réduisent leurs impacts sur l'environnement et remplissent un certain nombre de critères.

Renseignements : www.clevacances.com



Le label tourisme et handicap garantit un accueil adapté aux besoins indispensables des personnes en situation de handicap quel qu'il soit.

Renseignements : www.tourisme-handicaps.org

* Les prestigieux hôtels s'engagent

Le Grand Hyatt Cannes Hôtel Martinez, situé sur le boulevard de la Croisette, a été le premier hôtel de luxe cannois récompensé du label Green Globe en 2010. Conscient de son impact environnemental, le Martinez s'est engagé à mettre en œuvre des pratiques plus durables dans toutes ses activités. Son personnel, ses fournisseurs ainsi que sa clientèle sont sensibilisés et participent tous à cette démarche. Nettoyage du linge de chambre sur demande, mise à disposition de vélos, réduction des transports et des emballages, économie d'électricité, recyclage et compostage, produits locaux et de saison en cuisine, parrainage et soutien de nombreuses associations caritatives... Autant d'actions fondées sur le respect de l'environnement, des hommes et des femmes, qui portent aujourd'hui leurs fruits.



Soutenez Cannes

Cannes souhaite protéger son patrimoine naturel, culturel et spirituel en proposant l'inscription sur la liste du Patrimoine Mondial de l'UNESCO des îles de Lérins.

Soutenez la candidature sur www.cannes.com



Circuler... ... sans polluer

✚ En multi-transports

PACA Mobilité est un site de recherche d'itinéraires multimodaux, lancé par la région Provence-Alpes-Côte-d'Azur

Renseignements : www.pacamobilite.fr

✚ A pied ou à vélo

Profitez de la marche à pied et du vélo pour visiter Cannes sans polluer. Retrouvez la carte des itinéraires piétons sur www.cannes.fr dans l'onglet « Sport ».

Pensez aussi aux nouveaux déplacements écologiques et très « tendances » : trottinette à trois roues ou Trikke, vélo électrique, e-Solex, Segway, etc. Silencieux, écologiques, pratiques, n'hésitez pas à en louer.

✚ En bus

Dans la ville de Cannes

Le réseau PALM BUS dessert toute la ville (lignes de jour et de soirée) mais aussi les communes limitrophes. La navette City Palm circule en centre-ville (arrêts à la demande le long de la ligne bleue au sol).

Renseignements : +33(0) 825 825 599 (0,15 € TTC la minute) - www.palmbus.fr

Sur tout le département

Le réseau de bus LIGNES D'AZUR assure des liaisons entre toutes les villes du département des Alpes-Maritimes : Antibes, Cagnes-sur-Mer, Nice et son aéroport, Grasse, Mandelieu-la-Napoule, etc.

Renseignements : +33(0) 800 06 01 06 (numéro vert) - www.lignesdazur.fr

✚ En train

Gare SNCF de Cannes : 4 place de la gare, Cannes

Gare SNCF de Cannes la Bocca : rue Louis Armand, Cannes la Bocca

Halte ferroviaire de Ranguin : rue Châteaubriand, Cannes la Bocca

Halte ferroviaire Le Bosquet : rue Joseph Flory, Cannes la Bocca

Halte ferroviaire de la Frayère : boulevard de l'Estérel, Cannes la Bocca

Renseignements :

36 35 depuis la France
www.ter.sncf.com/paca



**En véhicule électrique**

Sur le territoire de Cannes, 21 sites sont équipés de bornes de recharge permettant aux clients ou à l'ensemble des usagers de recharger leur véhicule électrique, pour un total de 57 points de charge :

4 parkings payants (dont certains avec première heure gratuite) avec recharge gratuite : parkings Suquet-Forville, Palais des festivals et des congrès, Lamy (21 points de charge).

10 bornes mises en place par la Communauté d'Agglomération Cannes Lérins (recharge payante) dans le cadre du réseau Wiiiz : contre-allée Francis Tonner, parking Paul Négrin, parking Correia, Parking Picard, parking Saint Dizier, parking Saint Louis, rue Latour Maubourg, rue Louis Braille, square Mistral, Hôpital Simone Veil (20 points de charge).

3 commerces et 4 hôtels (recharge gratuite réservée aux clients) : supermarché Leclerc de Ranguin, Balitrand et Renault de Cannes La Bocca, Majestic Barrière, Grand Hôtel, Best Western Cannes Riviera & Spa, Villa Garbo (16 points de charge).



Borne électrique © Volker Witt

Piste cyclable © Ascaïn64

En covoiturage | Roulez à plusieurs en utilisant un site de covoiturage.

www.blablacar.fr (national)
www.ottoetco.org (local)
www.equipage06.fr (local)

En auto-partage | Besoin d'une voiture, pensez aux sites de location entre particuliers.

www.ouicar.fr
www.drivy.com
www.koolicar.com

*** La ville s'engage**

L'aventure continue pour Cannes qui met en œuvre son second Agenda 21. Avec lui, la Ville s'engage dans ses projets à tenir compte à la fois des enjeux économiques, environnementaux et socio-culturels afin de préserver la commune de façon durable. Une démarche volontaire qui implique la participation des habitants et des acteurs du territoire.

Rendez-vous sur le forum numérique « 21 place Durable » pour rencontrer, échanger et partager vos idées afin d'améliorer la qualité de vie à Cannes et participer au suivi de l'Agenda 21 de la Ville.

Renseignements : www.21placedurable.cannes.com

**Trier...***... sans se tromper*

Pendant vos vacances à Cannes, pensez à trier vos déchets pour leur donner une seconde vie. Question tri, on vous simplifie la vie !



Plus de renseignements sur le tri et la valorisation des déchets sur le site www.cannes.com dans l'onglet « Cadre de vie ».

*** Le savez-vous ?**

A Cannes, abandonner votre soda ou tout autre déchet par terre peut vous coûter 180 euros d'amende. Quel dommage quand on sait que 230 cannettes en aluminium recyclées suffisent pour fabriquer un nouveau vélo, et seulement 115 pour une trottinette toute neuve !



Le tapis rouge © Ville de Cannes

*** Que devient le célèbre tapis rouge ?**

Chaque année au mois de mai, les 24 marches du Palais des festivals et des congrès s'habillent du fameux « tapis rouge ». Les cinq tonnes de moquette foulées par les plus grands noms du cinéma ne sont pas pour autant jetées à la poubelle. Depuis 2007, le tapis rouge est recyclé et transformé en granules qui sont ensuite réutilisées en plasturgie.

Le Palais des festivals et des congrès, qui accueille chaque année plus de 250000 congressistes, s'est engagé dans une démarche de développement durable (CAP26000) et se voit récompensée depuis 2009 par une triple certification (ISO 9001, ISO 14001 et OHSAS 18001).



Si le Festival de Cannes est l'évènement phare qui met la ville sous les projecteurs, de nombreux autres moments conviviaux liés à l'environnement et aux traditions ont lieu durant l'année. Allez à la rencontre des Cannois, de leur culture et de leur environnement grâce à notre sélection d'évènements !

Nature et culture

- ✦ **Jardin des contes** : représentations et conteurs dans le jardin de la médiathèque de Noailles – Juin/Juillet
- ✦ **Pages à la plage** : bibliothèque gratuite sur la plage Macé – Juillet/Août
- ✦ **Traversée à la nage des îles de Lérins** : évènement organisé par l'association des « Amis de l'île Sainte-Marguerite » – Septembre
- ✦ **Suquet des Arts** : les ruelles de la vieille ville se transforment en galerie dédiée aux artistes cannois (théâtre, peinture, sculpture, art floral...) – Août
- ✦ **Salle de spectacle La Tangente** de la MJC Picault vous fait découvrir les artistes de la scène cannoise – Octobre à janvier – Réservations : www.latangente-smac.fr



Jardin des contes © Ville de Cannes



Suquet des arts © Ville de Cannes

Traditions Cannoises



Joutes provençales © Ville de Cannes

- ✦ **Cuisine cannoise en fête** : spécialités locales, ateliers et dégustations dans toute la ville – Mars
- ✦ **Joutes provençales** : combats nautiques traditionnels – Juin / Juillet/Août
- ✦ **Fête de la Saint-Cassien** : fête traditionnelle, défilés, danses folkloriques cannoises organisés par le comité des fêtes de la Saint-Cassien – Juillet
- ✦ **Parade Fleurie de Cannes la Bocca** : fête traditionnelle cannoise – Août



Régates royales © Ville de Cannes

- ✦ **Régates royales** : course de voiliers d'exception - Septembre
- ✦ **Fête des fleurs de Cannes la Bocca** : défilé, fanfare, groupes folkloriques et festivités - Octobre

Sensibilisation au développement durable

- ✦ **Flore passion** : stands et ateliers pour apprendre à jardiner dans le respect de l'environnement. Square Verdun sur la pointe Croisette – Avril
- ✦ **Semaine du développement durable** : évènements, animations, stands et ateliers avec tous les acteurs de l'environnement cannois – Mai - Juin
- ✦ **Inf'eau mer** : animations et informations sur le milieu marin, sur les plages cannoises – Juillet/Août
- ✦ **Eco-gestes Méditerranée** : campagne de sensibilisation en mer pour les plaisanciers et les usagers de la mer – Juillet/Août



Semaine du développement durable © Med2000



Fête du canal de la Siagne © N.Huffschmitt

- ✦ **Semaine de la mobilité** : évènement pour se déplacer sans polluer – Septembre
- ✦ **Fête du Canal de la Siagne** : animations, jeux et projections sur le thème de l'eau. Renseignements auprès du SICASIL – Septembre

📱 Retrouvez tous les évènements cannois dans la rubrique Agenda du site internet cannes.com ou sur vos mobiles et tablettes avec l'application gratuite Cannes Agenda.



Cannes Est

Entre mer et collines

1



Matin

- ✦ Rendez-vous en bus ou à vélo sur la **plage du Mouré Rouge**. Profitez des activités nautiques ou partez à la découverte des espèces marines en palmes, masque et tuba à l'aide des planches pages 44-45.
- ✦ Faites un tour à la **place de l'Étang** et ses bouledromes pour un agréable moment d'immersion dans la culture cannoise. Puis rejoignez le square Verdun (Port Canto) et flânez le long des jardins de la mythique Croisette jusqu'à la **Roseraie** à pied, vélo ou trottinette.

Midi et après-midi

- ✦ Rendez-vous sur la colline de la Californie jusqu'au point de **départ de la promenade du canal de la Siagne**. Profitez des aménagements (tables, bouledrome, parcours sportif, aire de jeux) pour un pique-nique et un moment de détente.

Puis, partez pour une promenade historique à l'ombre des chênes et des eucalyptus sur le canal de la Siagne qui se termine au panorama du **belvédère de la Californie**.

Durée : 1h – 2,7 km aller simple

- ✦ Sur la route, faites une halte dans les jardins de la **villa Domergue** pour admirer la baie de Cannes et les expositions artistiques. Ouverture de juillet à septembre.

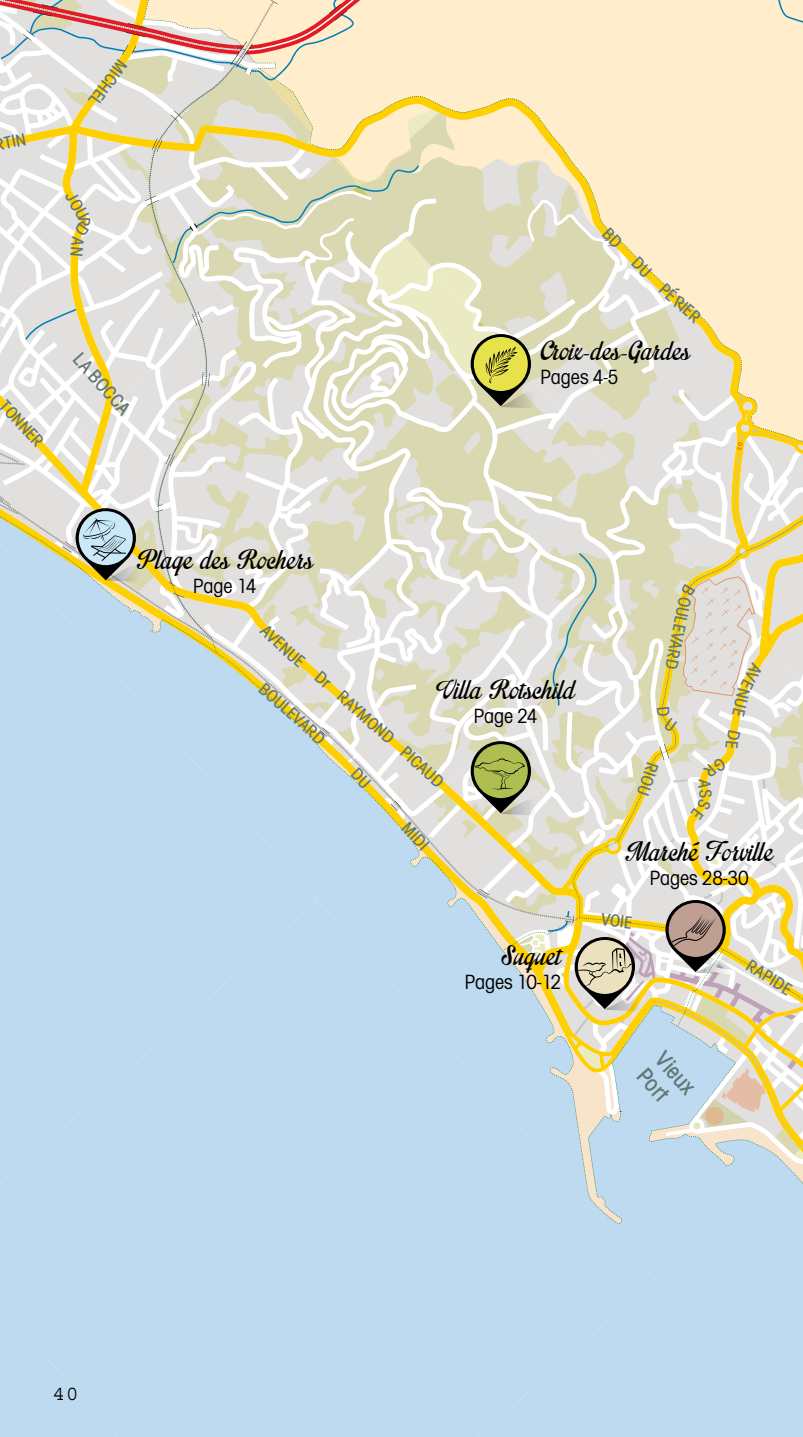
Prévoir : serviette de bain, parasol, palmes, masque et tuba, vélo, roller ou trottinette, boules de pétanque, appareil photo, pique-nique.



Cannes Centre

Histoire et panoramas

2



Matin

- ✦ Commencez la journée en montant dans les ruelles de la vieille ville au **Suquet**, le temps d'un voyage à travers l'histoire cannoise. Du haut de la place de la Castre admirez la superbe vue sur la ville et les îles et faites une lecture de paysage. Des visites guidées sont proposées par l'Office du tourisme.
- ✦ Au retour, arrêtez-vous au **marché Forville** pour vous imprégner de l'ambiance locale et procurez-vous de quoi faire un pique-nique 100 % produits cannois.

Midi et après-midi

- ✦ Partez en bus pour le site naturel de la **Croix-des-Gardes** et mangez sur les tables à l'ombre des pins (chemin Rose Saint-Jean). Promenez-vous sur les sentiers forestiers ponctués de panoramas sur la baie cannoise et découvrez la flore méditerranéenne à l'aide des planches pages 46-47.
- ✦ Sur la route du retour, faites une pause à la **Villa Rothschild** et visitez son jardin classé monuments historique. Poursuivez en bus ou à pied sur les plages du midi jusqu'à la **plage des Rochers**. Prenez un rafraîchissement tout en contemplant le coucher du soleil sur les roches rouges.

Prévoir : baskets, sac à dos, pique-nique, casquette, crème solaire et appareil photo. Réservez une visite guidée historique auprès de l'Office du tourisme si vous le souhaitez.



Passez au **marché Forville** pour vous procurer des produits frais, locaux et de saison. Rendez-vous en bus ou à pied au Quai Laubeuf pour une traversée de 15 à 20 minutes à destination des îles de Lérins.

Baie de Lérins

3A Cap sur l'île Sainte-Marquerite

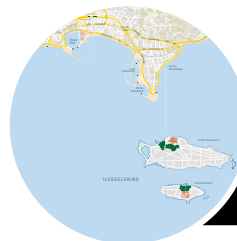
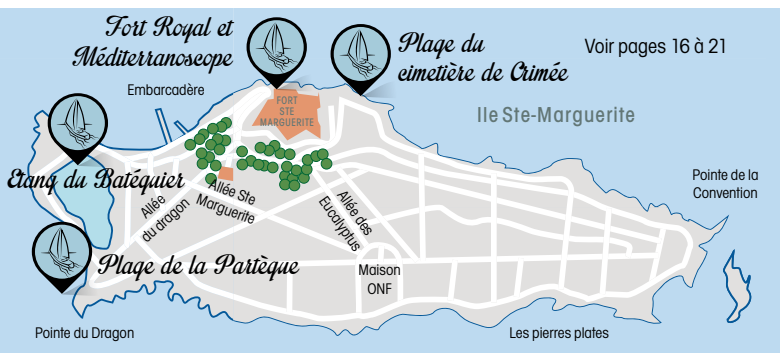
Matin

✦ Depuis l'embarcadère, promenez-vous sur le sentier littoral de l'île en passant par l'**étang du Batéguier** et la **pointe du Dragon**. Les plus sportifs pourront prolonger jusqu'à la pointe de la Convention. Observez les oiseaux, la faune et la flore méditerranéennes à l'aide des planches pages 46-48. Renseignez-vous auprès de l'Office du tourisme pour une visite guidée par l'ONF.

Midi et après-midi

- ✦ Pique-niquez sur les tables aménagées à l'ombre ou isolez-vous sur une crique. Attention ! Pensez à ramener vos déchets avec vous. Restauration possible sur place.
- ✦ Selon vos envies, visitez le Fort Royal et le **Méditerranoscope** ou partez à la découverte des fonds marins en randonnée palmée sur la **plage du cimetière de Crimée** ou sur celle de la **Partègue**.

Prévoir : sac à dos, pique-nique, baskets, jumelles, appareil photo, palmes masque tuba ou chaussures de plage, serviette de bain, carte des sentiers de l'île. Ne partez pas trop chargé !



Baie de Lérins

Cap sur l'île Saint-Honorat

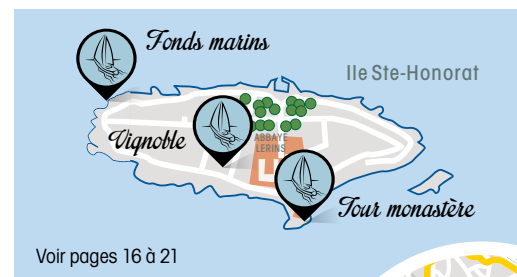
3B

Matin

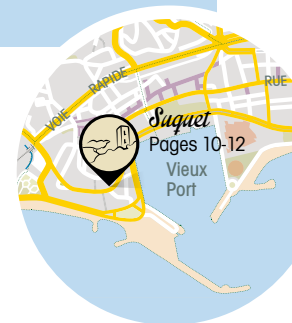
✦ Marchez à votre rythme sur le sentier littoral en direction de l'Abbaye et montez tout en haut de la **tour monastère** pour admirer le panorama sur la côte. Passez par les allées bordant le **vignoble** et découvrez la faune et la flore grâce aux planches pages 46-48. Vous pouvez aussi réserver une visite guidée botanique de 2h alliant histoire et nature.

Midi et après-midi

- ✦ Pique-niquez sur une crique ou sur les tables à disposition le long des sentiers. Restauration possible sur place.
- ✦ Explorez la richesse des petits **fonds marins** les pieds dans l'eau ou en randonnée palmée grâce aux planches pages 44-45.



A votre retour en ville, baladez-vous à pied dans le **Suquet** jusqu'à la place de la Castre pour admirer le panorama. Profitez des cafés, restaurants et des ruelles animées pour terminer votre journée.





BIODIVERSITÉ

Espèces du bord de mer

Les plantes marines



Posidonie (20 à 100 cm)
Posidonia oceanica

Les restes de plantes marines



Feuille avec épiphytes



Rhizome :
tige souterraine



Pelote de mer : fibres de feuilles et de rhizomes
roulées par les vagues

Les algues



Cystoseire
Cystoseira mediterranea



Padine
Padina pavonina



Dictyote
Dictyota dichotoma

Illustrations : S. Pocho



Codium branchu
Codium fragile



Acétabulaire
Acetabularia acetabulum



Udotée
Flabellia petiolata



Laitue de mer
Ulva lactuca



Codium en boule
Codium bursa



Caulerpe
Caulerpa racemosa

Les cnidaires et les cténares



Vélelle
Velella velella



Actinie ou «tomate de mer»
Actinia equina



Anémone verte
Anemonia viridis



Béroé
Beroë



Pélagie
Pelagia noctiluca

BIODIVERSITÉ

Espèces du bord de mer



Les mollusques



Gibbule
Gibbula



Nasse
Nassarius



Patelle
Patella



Arche de Noé
Arca noae



Moule
Mytilus



Cône
Conus

Les échinodermes



Etoile de mer
Ophidiaster ophidianus



Oursin comestible
Paracentrotus lividus



Test d'oursin

Les crustacés



Crevette



Crabe



Bernard-l'Hermite et
son anémone de mer
Dardanus



Balanes et chthamales
Balanus, Chthamalus

Les poissons



Blennie
Parablennius



Gobie
Gobius



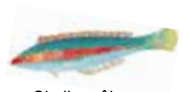
Rouget
Mullus



Saupé
Sarpa salpa



Serran écriture
Serranus scriba



Girelle mâle (femelle marron)
Coris julis

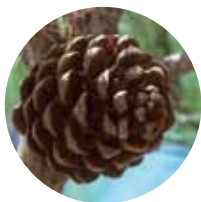
♥ Espèce protégée
▲ Espèce qui brûle ou qui pique
⊖ Espèce invasive



Pin parasol ou **Pin pignon**
Pinus pinea



Aiguilles et cônes mâles
de pin parasol



Cône femelle rempli de
pignons



Eucalyptus
Eucalyptus



Filaire à large feuille
Phillyrea latifolia



Myrte
Myrtus communis



Pin d'Alep
Pinus halepensis



Chêne vert
Quercus ilex



Chêne liège
Quercus suber



Nerprun alaterne
Rhamnus alaternus



Asperge sauvage
Asparagus



Liane de Salsepareille ou
«Herbe à Schtroumpfs»
Smilax aspera



Pistachier lentisque
Pistacia lentiscus



Arbousier
Arbutus unedo



Olivier
Olea europaea



Ciste à feuille de sauge
Cistus salviaefolius



Ciste de Montpellier
Cistus monspeliensis



Ciste rose ou **cotonneux**
Cistus albidus



Eucalyptus
Eucalyptus



Filaire à large feuille
Phillyrea latifolia



Myrte
Myrtus communis



Pin d'Alep
Pinus halepensis



Chêne vert
Quercus ilex



Chêne liège
Quercus suber



Nerprun alaterne
Rhamnus alaternus



Asperge sauvage
Asparagus



Liane de Salsepareille ou
«Herbe à Schtroumpfs»
Smilax aspera



Pistachier lentisque
Pistacia lentiscus



Arbousier
Arbutus unedo



Olivier
Olea europaea



Ciste à feuille de sauge
Cistus salviaefolius



Ciste de Montpellier
Cistus monspeliensis



Ciste rose ou **cotonneux**
Cistus albidus



Sterne pierregarin

Sterna hirundo

Calotte noire et bec rouge à
pointe noire



Mouette rieuse

Larus ridibundus

Nuque blanche,
bec et pattes rouges



Goéland leucophée

Larus michahellis

Bec jaune à tache rouge,
pattes jaunes



Cormoran

Phalacrocorax carbo

Excellent plongeur,
piscivore



Faisan de Colchide (mâle)

Phasianus colchicus

Introduit pour la chasse,
cri rauque



Buse variable

Buteo buteo

Rapace diurne, 120 cm
d'envergure



Aigrette garzetta

Egretta garzetta

Deux longues plumes
sur la nuque au printemps



Canards colvert

Anas platyrhynchos

Femelle marron à droite,
mâle tête verte à gauche



Cygne

Cygnus

Originnaire d'Asie

Photos : Ville de Cannes, Med 2000, S. Busson, itsallgood, rck

Equipe éditoriale

Direction : Estelle BELLANGER, Méditerranée 2000

Conception, rédaction et supervision : Amandine BOUAB TABAILLOUX, Estelle BELLANGER

Maquette : Lionel FEKAR

Illustrations : Lionel FEKAR (couverture), Stéphanie POCHO (espèces du bord de mer)

Fond de carte : Ville de Cannes

Crédits photographiques : les noms des auteurs sont cités au fil des pages.

Impression

Imprimé sur papier Cyclus Print, 100% recyclé, certifié FSC® Recycled
Imprimix, imprimeur labellisé Imprim'vert



Edition

Méditerranée 2000

29 avenue des cigales • 06150 Cannes la Bocca

contact@mediterranee2000.org

www.mediterranee2000.org



5 000 exemplaires édités grâce au soutien de la Mairie de Cannes

Contenu non exhaustif

© Méditerranée 2000 • Année 2019 - 2020

Dépôt légal :

ISBN : 978 2 9557672 0 7

Remerciements

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui ont participé à la réalisation de cet ouvrage : Benoit AGASSANT, Benoit ALBIN, Sophie BRUN, Françoise CAMPBELL, Pierre André COTTRANT, Cécile GARCIN, Lionel GAUCI, Régis HERZFELD, Patrice MESTRE, Xavier PERALDI, Pascal TEISSEIRE (Mairie de Cannes); Le Musée de la Castre; Vincent KULESZA, Christophe PINT GIRARDOT, Vincent SITRUK (ONF); Youri GOLOVKO (S.E.M.E.C); Florence GARDRAT (Grand Hyatt Cannes Hôtel Martinez); Arnaud LERAT (www.droneaventure.com); Jérôme ANTONIOLI, Samuel BOUTON (Abbaye de Lérins); Romain FEYTE (Communauté d'agglomération Pays Lérins); Nadège GIBEAUD (Cannes Jeunesse); Julien ROSTAN, famille ORSO (agriculteurs); Guy ROBINOT (Némo Plongée); l'Office du tourisme de Cannes; Florence OFFENSTEIN, Jamila POYDENOT (CPIE); Sylvie JOFFRE (SICASIL); Françoise LOQUES (CSL); Morgane RATEL (Souffleur d'écume), Caroline VIEILLARD (Méditerranée 2000).

Remerciements particuliers aux services de la Mairie de Cannes pour leur collaboration : le service environnement, la Direction des espaces verts, la Direction de la culture, la Direction des sports, la Direction de la communication, ainsi que Madame VAILLANT, Madame Pourreyron et Monsieur CHIKLI (adjoints au Maire).

Au-delà des apparences, ce guide vous propose de découvrir Cannes autrement, avec le regard et l'empreinte d'un éco-voyageur. Depuis les collines jusqu'aux Îles de Lérins, laissez-vous surprendre par un patrimoine environnemental et culturel étonnant.

Découvrez, au fil des pages, de nombreux espaces de biodiversité terrestre et marine, des informations sur les acteurs du tourisme durable, des éco-conseils et notre sélection d'itinéraires thématiques.

Un brin de curiosité, un zeste d'aventure et une pincée d'éco-responsabilité suffisent pour écrire votre scénario d'un séjour à Cannes, en *version nature et authentique* ...

Bon voyage !



Rejoignez-nous sur Facebook !

Likez, partagez, vivez « Cannes version nature »

Eco-voyageur ou Cannois curieux de nature ?

Partagez vos bonnes adresses, recettes locales, promenades et observations de la biodiversité, éco-conseils, événements ou initiatives pour l'environnement sur :

www.facebook.com/cannesversionnature

Guide réalisé par Méditerranée 2000
grâce au soutien du Hyatt Community Grants
et de la mairie de Cannes

