

Prenez
le temps



Haute Mayenne



GUIDE *Touristique*



Patrimoine



Nature



Activités de loisirs



Fermes & Marchés



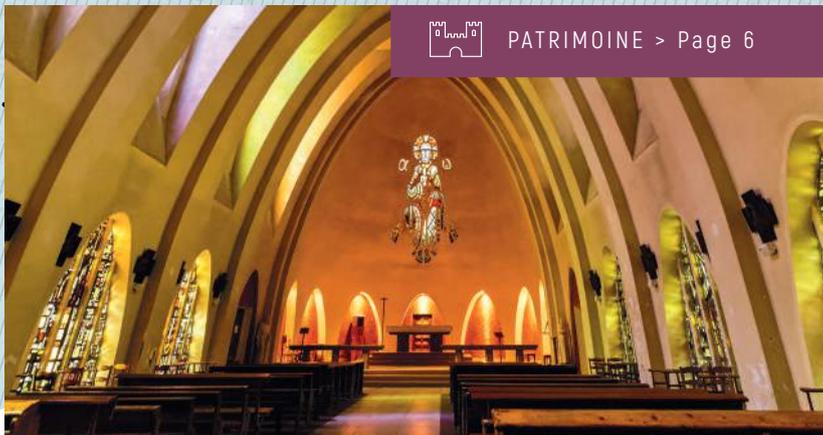
Made in "Chez Nous"



Rencontres

2021

Découvrez
notre
patrimoine



BIENVENUE

En Haute Mayenne



C'est quoi SLOWLYDAYS®

C'est quoi les Slowlydays? C'est un collectif de professionnels mayennais engagés autour de 5 valeurs fortes: Bienveillance, Partage, Eco-responsable, Éthique et Local.

Découvrez les portraits de ces passionnés qui forment ce collectif sur: www.mayenne-tourisme.com/vivre-laccueil-slowlydays



“ La Haute Mayenne, en quelques mots...
 “Beauté, tranquillité, magie”
 “Retour aux sources”
 “Générosité et partage”
 “Un endroit riche culturellement, pleins de petits endroits
 magiques pour se ressourcer.”
 Une région superbe qui gagne à être connue”

Paroles des gens d'ici!

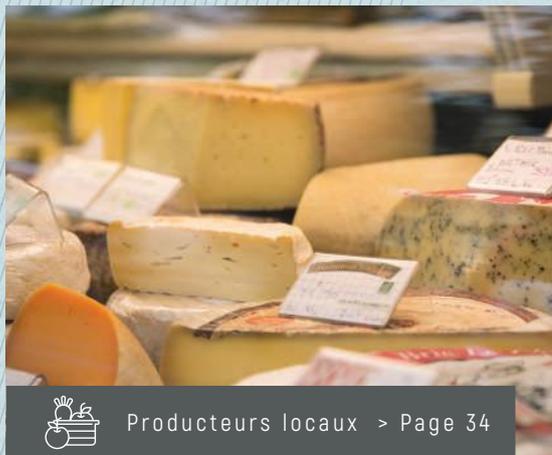


MAY'N PASS

Demandez votre carte May'N Pass dans votre office de tourisme et sur www.mayenne-tourisme.com pour bénéficier des **bons plans**.



MADE IN "CHEZ NOUS" > Page 28



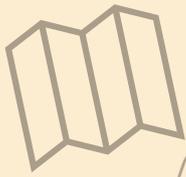
Producteurs locaux > Page 34



Rencontres

Lorsque, au fil de la lecture de votre magazine, vous découvrez **ce logo**, cela signifie que vous avez l'occasion de rencontrer l'un des acteurs qui fait la richesse de notre territoire. **Artistes, producteurs... passionnés qui sauront vous faire partager leurs savoir-faire.**

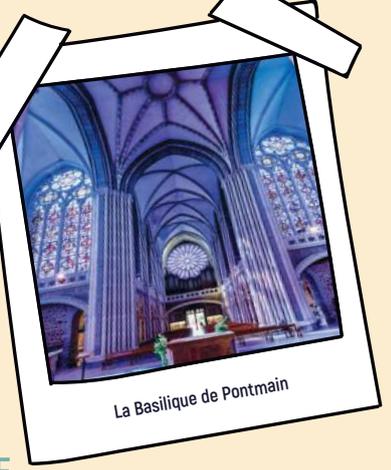




La CARTE

Les incontournables de la Haute Mayenne

Les coups de cœurs des gens d'ici



La Basilique de Pontmain



Cité gallo-romaine de Jublains



Ville de Mayenne



CARINE

Dormir dans la Tiny House au Roc au Loup à Andouillé



Le Jardin de la Pellerine, La Pellerine



Le Jardin de Clivoy, Chailland



Les Jardins des Renaudies, Colombiers-du-Plessis

Mont St Michel
45 min*

MANCHE

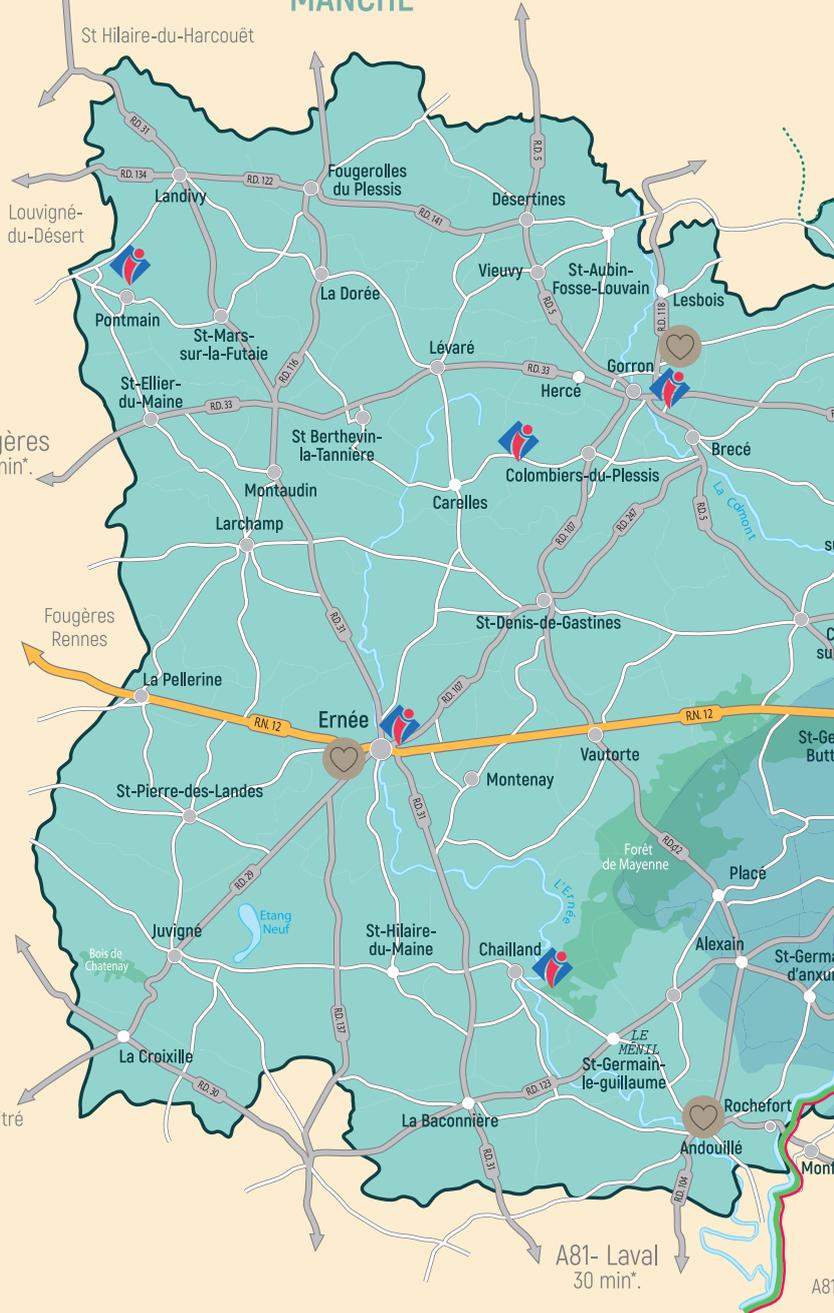
Fougères
15 min*

ILLE ET
VILAINE

Fougères
Rennes

Vitré

A81- Laval
30 min*



EDWIGE

Jouer en famille : rando-jeux à Ernée et Baludik en Vallée de Haute Mayenne



ISABEL

Surplomber le viaduc de la Resserie à bord d'un vélo-trail à Saint-Loup-du-Gast



CATHERINE

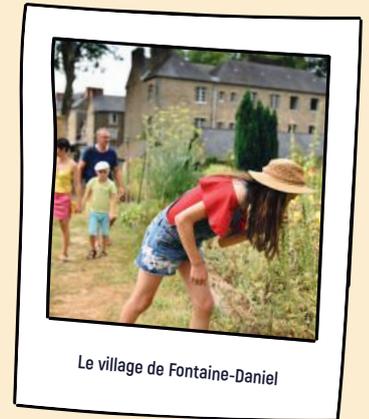
Faire le plein d'activités de plein air au Parc de la Colmont à Gorron



Les offices de tourisme

« Passez nous voir ! »

Voies vertes



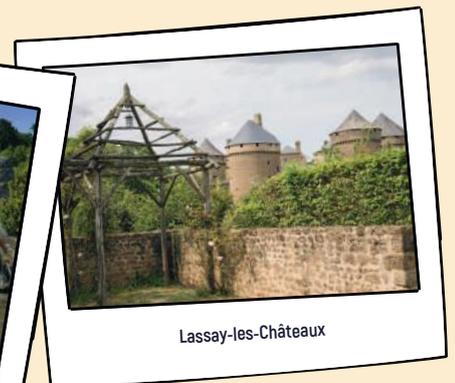
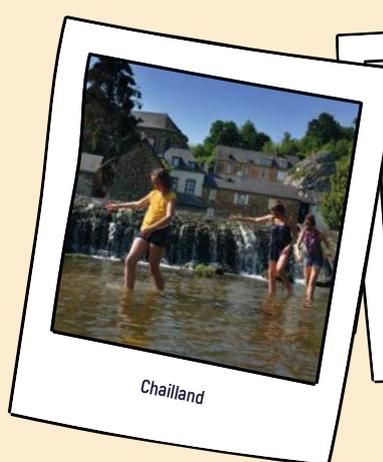
FLORENCE

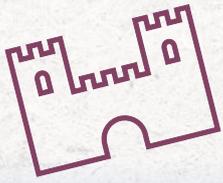
Faire une pause pique-nique sur les bords de la Mayenne



DELPHINE

Pédaler sur la Vélofrancette





Le

PATRIMOINE

Petite(s) & Grande(s) Histoire(s)... à raconter !

“

Avec son cadre naturel encore bien bocagé, ses multiples rivières et forêts, ses châteaux et demeures multiséculaires, la Haute Mayenne est un havre de paix propice aux découvertes, aux lectures et aux randonnées.

”

Clément Moussay,
Le Quai des Flâneurs, Mayenne



Découvrez...

Après vous être baladés au cœur de nos villages plein de caractère, laissez-vous attirer par nos cités regorgeant d'Histoire(s) et de culture. Des châteaux et des musées pour vous donner les clés nécessaires pour comprendre et traverser 2 000 ans d'histoire.

Nos jardins vous inspireront et les artisans d'art seront ravis de partager leur passion avec vous. Revivez nos légendes et traditions en Haute Mayenne...



Musée de l'évolution agricole à Juvigné

Chercheurs de mémoire



Château de Lassay

La vie de Châteaux



Ville de Mayenne

Balades en ville



Fontaine-Daniel

Nos villages ont du caractère !



Basilique Notre-Dame à Pontmain

*Pontmain,
Nature et Spiritualité*

*Nourrissez
votre curiosité*



Jardin de la Pellerine

*Franchissez les portes de
nos jardins (pas si) secrets !*



Alain Legras, sculpteur sur bois

De l'Art !

Découvrez aussi...



Dolmen à Ernée



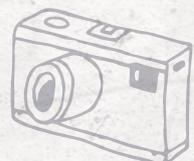
Ecomusée de Brecé



Parc du château de Mayenne

*Temps suspendu au vol
Le temps est calme
Les pierres parlent*

Delphine,
Office de tourisme
Vallée de Haute Mayenne



MUSÉE DU CHÂTEAU DE MAYENNE

MAYENNE

Visitez un des palais carolingiens les mieux conservés d'Europe, qui vous propose de découvrir des collections de jeux d'échec et de tric-trac très rares, grâce à un parcours interactif et ludique.

Tél. 02 43 00 17 17 - www.museeduchateaudemayenne.fr



OUVERTURE

Toute l'année
sauf janvier



TARIF

PLEIN : 4€



CHÂTEAU DE LASSAY

LASSAY-LES-CHÂTEAUX

Construit au XV^e siècle, le château de Lassay vous surprendra par son incroyable état de conservation. Dominé par ses 8 tours, ses courtines et la barbacane, l'édifice est un bel exemple d'architecture militaire du moyen âge. Le guide vous conduira à travers les salles meublées du logis, la découverte du passage couvert et la promenade dans le parc agréablement la visite pour un véritable voyage dans le temps.

Tél. 02 43 04 05 47 - www.chateaudelassay.com



OUVERTURE

Du week-end
de Pâques au
30 septembre



TARIF

PLEIN : 7€

CHÂTEAU DU BOIS THIBAUT

LASSAY-LES-CHÂTEAUX

De cette superbe demeure du XV^e siècle subsiste aujourd'hui une ruine magnifique, plantée au milieu des champs et accessible par un joli chemin creux. Un endroit romanesque qui appelle véritablement à l'imaginaire de chacun. Chaque été le site s'anime et l'accès en visite libre y est possible les week-ends, vous pourrez alors y découvrir la table ronde ou l'histoire de Lancelot du Lac en 24 épisodes. Laissez vous charmer pour ce lieu chargé d'histoire et de mystères.

Tél. 02 43 03 09 59 - lassayculturel.jimdo.com



OUVERTURE

Ouvert les
week-ends de
mai à septembre



GRATUIT

ET AUSSI EN HAUTE MAYENNE...

CHÂTEAU DE GOUÉ

FOUGEROLLES-DU-PLESSIS

OUVERTURE : Du 22 août au 30 septembre de 14h à 20h

Tél. 06 75 81 99 60 ou 02 43 05 94 86

8€

MUSÉE ARCHÉOLOGIQUE DÉPARTEMENTAL

JUBLAINS

Voyage dans le temps à l'époque des Gaulois et des Gallo-Romains! Implanté au cœur des vestiges, ce musée rassemble les collections de l'ensemble du département, des débuts de la métallurgie aux prémices du Moyen Âge.

Tél. 02 43 58 13 20 - www.museedejublains.fr



OUVERTURE
Toute l'année.
Fermé du 15 décembre au 31 janvier



TARIF
PLEIN : 4€



OUVERTURE
De mai à septembre.
Toute l'année sur RDV



TARIF
PLEIN : 5€



MUSÉE DE L'ÉVOLUTION AGRICOLE

JUVIGNÉ

Le Musée de l'Évolution agricole vous propose un voyage dans le temps. Sur une superficie de 1200m², vous serez surpris par les collections exceptionnelles qui retracent 2 siècles d'histoire rurale.

Découvrez le foyer d'antan (année 1930), les 1ères machines à vapeurs, les outils de travail à la main et dans les champs, la galerie des tracteurs et de moteurs rutilants, l'écurie jusqu'à la mécanisation...

Pour mieux saisir l'épaisseur du temps qui passe, tissé dans le quotidien d'enfants, d'hommes et de femmes de 1935 à 1960, tous acteurs d'une histoire commune, visitez notre exposition permanente « Il était une fois l'école... »

Tél. 02 43 68 51 54 - www.juvigne.com

MUSÉE DU CIDRE

LASSAY-LES-CHÂTEAUX

Autour de leur verger, dans une ancienne grange, Aurore et Josselin Le Royer vous font découvrir la fabrication du cidre. Une visite rythmée de vidéos et de mise en scène des outils d'autrefois. A l'issue de la visite, dégustation offerte et petit tour par la boutique pour réaliser quelques emplettes !

Tél. 02 43 04 03 26 - www.museeducidre53.fr



OUVERTURE
De Pâques au 30 septembre.
Boutique et dégustation en hors saison sur RDV.



TARIF
PLEIN : 5€



OUVERTURE
Du 6 Juillet 2021 au 31 Août 2021
Toute l'année sur RDV pour les groupes.



TARIF
PLEIN : 3€



MUSEE DES TISSERANDS

AMBRIÈRES-LES-VALLÉES

Le musée se situe dans d'authentiques maisons de tisserands du XVIII^e siècle. La visite vous fera découvrir le savoir-faire lié au métier et le quotidien de ces familles grâce à qui le tissage du chanvre a fait longtemps la réputation du « Bas-Maine ». On y produisait des vêtements, des cordages et des voiles de bateaux. Le musée se compose de six pièces réparties sur deux niveaux.

Tél. 02 43 08 82 48 - 06 21 06 01 51

ET AUSSI EN HAUTE MAYENNE...

ECOMUSÉE - LA VIE À LA CAMPAGNE

BRECÉ

OUVERTURE : Toute l'année sur RDV

Tél. 02 43 08 47 44

3€

ATELIER DU SABOT

FOUGEROLLES-DU-PLESSIS

OUVERTURE : Toute l'année sur RDV

Tél. 02 43 05 52 71

2€



OUVERTURE
Toute l'année, sauf en janvier.



TARIF
PLEIN : 5€



MÉMORIAL DES DÉPORTÉS DE LA MAYENNE

MAYENNE

Ce site, unique dans la région, rend hommage aux Déportés du département de la Mayenne. A travers leurs témoignages, vous découvrirez la Déportation. Objets ramenés des camps, expositions, mur des noms vous sont dévoilés dans une atmosphère toute particulière et adaptée à tous.

Tél. 02 43 08 87 35 - www.memorial-des-deportes-mayenne.fr



MAYENNE

De nombreuses possibilités vous sont proposées pour découvrir Mayenne et ses 1000 ans d'histoire. L' incontournable passage par le **Palais carolingien** abritant aujourd'hui le musée du château de Mayenne vous permettra de mieux connaître l'histoire de la ville depuis l'Antiquité jusqu'à nos jours. Vous pouvez **déambuler en toute liberté** et même vous perdre dans ses charmantes venelles, souvent méconnues.

Pour aller plus loin, demandez le **"Circuit historique"** à l'Office de tourisme Vallée de Haute Mayenne, ainsi que la documentation éditée par le **Pays d'Art et d'Histoire Coëvrons-Mayenne**.



Et pour les aventuriers, nous vous invitons à suivre Les aventures de Gabin sur Baludik, à travers un jeu de piste ludique et interactif
« Le Voyage de Gabin » : L'office de tourisme Vallée de Haute Mayenne vous propose un jeu de piste à partager en famille, qui vous guidera dans les rues et vous plongera dans l'histoire de Mayenne...

« Entre dans la peau de Gabin, un marinier voyageur !
 Fraîchement arrivé à Mayenne avec ta gabarre halée par un cheval, tu te rends compte que le chemin de halage prend fin ! Tu dois alors redoubler d'ingéniosité pour trouver une solution afin de continuer tes aventures sur l'eau.»



ERNÉE

La Balade des 3 Subious, 14 bornes d'information au coeur de la ville

Trois sifflets ornent le blason d'Ernée. Ces « subious » à l'origine incertaine vous guident dans la ville dont vous découvrez le passé sur des bornes d'information. Partez de la place de l'Hôtel-de-Ville. Un frisson vous parcourt l'échine : ici se dressait la guillotine qui exécuta les quatorze dernières victimes de la Terreur. Une période funeste de l'histoire locale, dont vous trouvez d'autres traces en allant vers le centre-ville. Fuyant ses terres pour l'Angleterre, l'armée vendéenne affamée passa ici, se livrant à des pillages et à des destructions lors de la tristement célèbre « virée de galerne ».

Demandez la plaquette: au Point Info Tourisme à Ernée

“ Vivez l'aventure des jeux de piste en Haute-Mayenne !
 En solo, en famille ou entre amis, des parcours ludiques
 et interactifs pour visiter une ville. ”

EN PRATIQUE :

Parcours interactif

 10 étapes à réaliser entre une 1/2 journée et 2 jours selon vos disponibilités.

Possibilité d'hébergement dans une chambre d'hôtes à la ferme.

APPLICATION gratuite à télécharger sur tablette et smartphone

CONTACT : office de tourisme Vallée de Haute Mayenne



UN PIQUE-NIQUE, CA VOUS DIT ?

MAYENNE

Pour remplir votre panier de bons produits locaux, partez avec Paul et Louise à la découverte des producteurs du territoire en suivant le jeu de piste conçu par l'Office de tourisme Vallée de Haute Mayenne. Vous apprendrez alors à connaître des personnes passionnées par leur métier, leurs savoir-faire et même quelques anecdotes. Une fois votre panier pique-nique complet, notre dernière énigme vous mènera vers un endroit bucolique avec une table de pique-nique à votre disposition pour déguster une partie de la Vallée de Haute Mayenne. Pour les plus gourmands qui auront fait l'ensemble du parcours, une surprise vous attend... A vous de jouer !



LANCEMENT AU PRINTEMPS 2021



EN PRATIQUE :

 PARCOURS DE 3 KM

APPLICATION gratuite Rando-jeu à télécharger ou sur le site internet de la ville d'Ernée
 Disponible également au format papier au point Info Tourisme d'Ernée et à l'accueil de la mairie.
 CONTACT : Ville d'Ernée

RANDO JEU

ERNÉE

Venez découvrir l'histoire, le patrimoine et l'architecture de la ville d'Ernée de manière ludique. Lors de ce rallye-découverte pedestre, à pratiquer en toute autonomie, vous suivez le parcours de « la balade des 3 subious » ponctué de questions et de jeux auxquels vous répondez. Au-delà de 4 joueurs, vous pouvez corser la partie en jouant en équipes concurrentes !



Nos villages ont du caractère (comme leurs habitants !)



CHAILLAND

Vous tomberez sous le charme de la beauté de Chailland : son petit centre pittoresque, la rivière, le pont fleuri, la montée vers le Rocher de la vierge et la vue sur la vallée de l'Ernée... De nombreux témoignages de son passé lié à la transformation du fer sont encore bien présents, dont les anciennes forges, les logements des ouvriers, le vieux pont de la Fenderie et le château de la Forge.



FONTAINE-DANIEL

Charmant petit village, hors du temps, il s'est construit à travers son histoire, des moines cisterciens à l'usine des Toiles de Mayenne qui fait aujourd'hui sa renommée. Vous serez séduits par son atmosphère, ses maisons individuelles et petits immeubles ou encore leurs jardins ouvriers.

“ *Se dire bonjour quand on croise les gens en se promenant, je ne savais pas que cela existait »*
Florence Arkhi.
Les savons de Raphaël à Mayenne (parisienne d'origine) ”



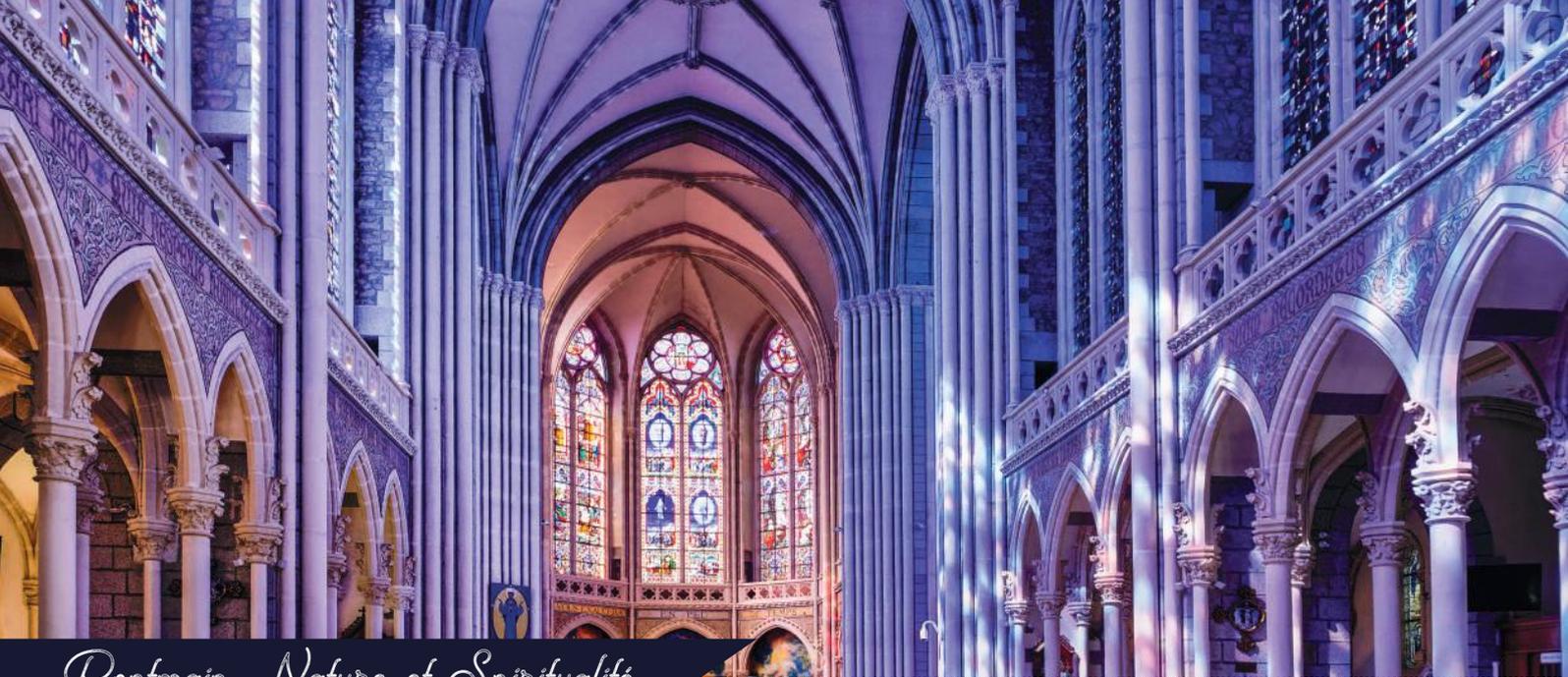
LASSAY-LES-CHÂTEAUX

Dominé par son château fort remarquablement conservé, le village pittoresque de Lassay jouit de nombreuses richesses, un centre ancien avec des maisons du 14^e au 18^e siècles, une dizaine de lavoirs...un jardin médiéval et une superbe roseraie avec 300 variétés de roses. Ne manquez pas une petite visite à l'office de tourisme au décor délicieusement rétro et «comme à la maison».



UNE JOURNÉE AVEC PAULETTE
L'Office de Tourisme Vallée de Haute Mayenne te propose de plonger dans le Lassay des années 50 à travers la vie quotidienne de Paulette, une jeune habitante, lavandière de son métier. Suis-la à travers les ruelles de la cité...





Pontmain, Nature et Spiritualité

Les édifices religieux rythment nos paysages. A Pontmain, la surprise est au bout du chemin car le petit village abrite une magnifique basilique, lieu important de pèlerinage depuis le 17 janvier 1871. A voir aussi : la Grange de l'Apparition, l'église romane, les vitraux de la Chapelle des Oblats. Profitez-en pour flâner dans les 12 hectares du Parc des Oblats : l'arboretum, avec les arbres ramenés du monde entier par les missionnaires, vous mène sur le sentier de randonnée et le château de Mausson.

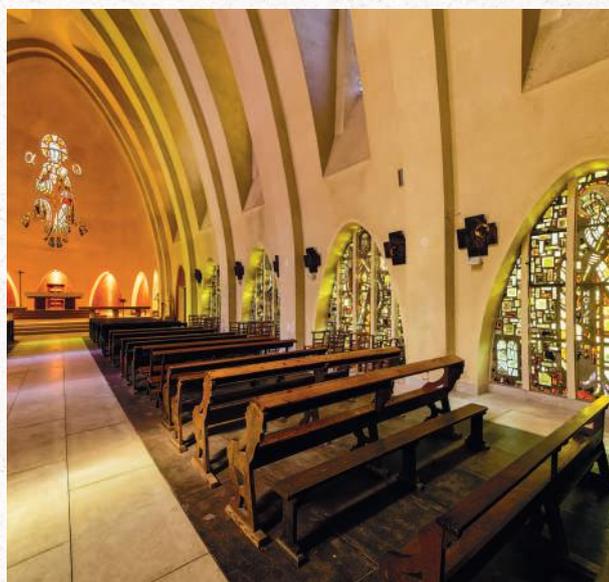


BASILIQUE NOTRE-DAME

PONTMAIN

La majestueuse façade néo-gothique de la fin du 19^e siècle, toute de granit vêtue, est orientée vers la maison de l'Apparition et non est-ouest comme le veut la tradition. Ses 2 flèches abritent 39 cloches visibles à 10 kms à la ronde. Létonnement vient cependant de l'extraordinaire luminosité intérieure provoquée par les 10 verrières et ses 60 nuances de bleus : 6 maîtres-verriers s'y sont succédés. Chemin de croix en émaux de Limoges.

Tél. 02 43 05 07 26 - www.sanctuaire-pontmain.com



“ Dans la vallée pittoresque entre Pontmain et Landivy, faites une pause devant les siècles d'histoire du château de Mausson. ”

Claude Paillard - Gîte La Loussaudrie



OUVERTURE Toute l'année



ENTRÉE LIBRE

À DÉCOUVRIR ÉGALEMENT



LA CHAPELLE DE CHARNÉ

ERNÉE

Construite au XI^{ème} siècle, la chapelle est classée Monument Historique. Ancienne église paroissiale, elle est ceinte d'un cimetière aux tombes très anciennes. Elle se situe sur l'Avenue de Paris. A voir : le transept, la tour-clocher et le chœur romans, une statue polychrome de la Vierge, des peintures murales du 15^e siècle et les retables du 17^e siècle.

www.ville-erneee.fr



OUVERTURE Toute l'année



ENTRÉE LIBRE



OUVERTURE

Atelier et stages
au Forum Métiers
d'Art de Jublains,
tous les mercredis
après-midis



TARIF :

Consulter
le site internet



ALINE JUGÉ

TAILLEUSE DE PIERRES

JUBLAINS



Cette jeune entrepreneuse de 26 ans, originaire de la Mayenne, souhaite transmettre sa passion et ses connaissances techniques pour que chacun puisse réaliser une oeuvre ou un objet en pierre qu'il souhaite et qui lui ressemble, mais surtout pour révéler le potentiel artistique de chaque personne au travers de cette activité. Elle propose des ateliers d'initiation à la taille de pierre et à la sculpture aux petits comme aux grands à partir de 7-8 ans au forum des métiers d'art de Jublains.

Aline a rejoint le collectif Slowlydays.

Retrouvez ses engagements sur www.mayenne-tourisme.com/slowlydays

Tel : 06 29 10 32 41 - www.lepetitmenhir.fr

CENTRE D'ART CONTEMPORAIN

PONTMAIN

Depuis 1999, le Centre d'Art Contemporain de Pontmain propose trois expositions par an : une exposition de deux artistes accueillis en résidence au printemps ; une exposition personnelle d'une artiste reconnue l'été ; et une exposition individuelle ou collective à l'automne. Des conférences, des résidences, des rencontres, des ateliers, et des manifestations ponctuelles sont également organisées tout au long de l'année.

Tél. 02 43 05 08 29 - www.centredartpontmain.fr



OUVERTURE D'AVRIL
À NOVEMBRE
(SELON EXPOSITIONS)



GRATUIT



OUVERTURE :
Sur rendez-vous



Visite de l'atelier :
GRATUIT

L'ATELIER CHALOT

ANDOUILLÉ

Styvens et Sandrine Chalot, peintres à deux styles artistiques vous invitent à découvrir un espace animé et vibrant de couleurs. Dotés d'une expérience de plus de 20 ans, nos artistes allient leurs techniques professionnelles, leur passion et leur inspiration pour créer des oeuvres d'art originales. Des portraits, des toiles acryliques, des paysages, des toiles abstraites... chacun y trouve son compte ! Les toiles peuvent être réalisées également sur commande. Initiation ou perfectionnement, nos peintres vous assurent des cours de dessins et de peinture pour les enfants, ados, adultes et séniors. L'Atelier Chalot... partage, créativité et convivialité !

Tél. 06 82 46 56 20 - www.atelierchalot.fr

NOS ARTISTES ONT DU TALENT ! ALLEZ À LEUR RENCONTRE...

LE DINANDIER D'ANTAN (TRAVAIL DU CUIVRE) > ROBERT SCHWANENGEL

GORRON

OUVERTURE : Toute l'année sur rendez-vous

Tél. 06 09 64 67 93

PEINTURE / ART GRAPHIQUE > KLEIN D'ART

GORRON

OUVERTURE : Toute l'année

Tél. 06 88 48 40 53

ARTISAN POTIER > DOROTHÉE BAJEUX



JUBLAINS

OUVERTURE : Selon ouverture de la boutique

Tél. 06 84 37 69 91

BOUTIQUE DE CRÉATEURS > FORUM MÉTIERS D'ART

JUBLAINS

OUVERTURE : Nous consulter

Tél. 02 43 04 97 92

CRÉATIONS EN LAINE FEUTRÉE > GÉRALDINE MÉZANGE



JUBLAINS

OUVERTURE : Sur rendez-vous

Tél. 06 82 90 59 87

MOBILIER SCULPTURE EN ACIER > CAROLINE CORBEAU

JUBLAINS

OUVERTURE : Sur rendez-vous

Tél. 02 43 08 19 64

ARTISTE PEINTRE > BERTRAND THOMAS

LASSAY-LES-CHÂTEAUX

OUVERTURE : Sur rendez-vous

Tél. 06 34 09 18 14

FEUTRE ET FER > JOSÉE MESNARD & JEAN RENÉ NÉAU

SAINT-LOUP-DU-GAST

OUVERTURE : Sur rendez-vous

Tél. 06 74 19 04 41

SCULPTURE SUR BOIS > ALAIN LEGROS



LASSAY-LES-CHÂTEAUX

OUVERTURE : Toute l'année

Tél. 06 32 53 55 73

LA CHAPELLE DES CALVAIRIENNES > CENTRE D'ART CONTEMPORAIN

MAYENNE

OUVERTURE : de juin à septembre
selon expositions

Tél. 02 43 30 10 16

RENCONTRE AVEC...



*Adeline Tissier
et sa Nomadinette*



“ Embarquez à bord de la Nomadinette
et offrez-vous un moment de détente unique
avec Adeline ! ”

Elle vient à votre rencontre grâce à ce salon de massage itinérant, seul ou avec vos proches, pour vous permettre de profiter d'un moment rempli de bonnes énergies et de bienveillance. Elle propose des interventions de yoga collectif, des formules massages, ou encore des ateliers famille.

Portrait chinois SI J'ÉTAIS ...

UN POINT DE VUE ?

Le musée Robert Tatin.

UNE SPÉCIALITÉ LOCALE ?

Le jus de pomme.

UN ANIMAL DU COIN ?

La buse.

UNE ACTIVITÉ ?

Les randonnées.

UNE SAISON ?

Le printemps.



Coucher de soleil
à Saint Fraimbault de Prières

En Haute Mayenne...

MON COUP DE COEUR ?

Le coucher de soleil en juin à Saint Fraimbault de Prières.

MON LIEU PRÉFÉRÉ ?

Chailland.

MON INCONTOURNABLE ?

Les balades au bord du Halage, à Andouillé.

LA HAUTE MAYENNE EN 1, 2 OU 3 MOTS ?

Authenticité, nature, tranquillité.



EVELYNE LUAIS

Je vous propose de faire ensemble quelques pas régénérants en pratiquant des exercices basés sur le **Tai Chi** et le **Qi Gong**. Tels sont les savoirs que je souhaite partager avec vous. Je vous accompagne à la découverte des lieux habités de la Mayenne, des saveurs locales et des personnes avec qui je suis en lien, comme Aurélien, producteur de plantes aromatiques.

Les échanges me tiennent à cœur. J'amène à nous interroger sur notre humanité, sur les savoirs faire locaux et à nous questionner sur nos origines. Mes savoirs se tournent aussi vers les enfants qui participent à leur manière en collectant des végétaux. Je souhaite, après ces divers partages de sensations, que vous et moi repartions avec un sentiment de bonheur partagé.



D'autres
RENCONTRES sur

WWW.HAUTEMAYENNE-TOURISME.COM



Envies d'évasion tout en se laissant porter par le vent ?

Nous vous avons concocté des idées « escapades en Haute Mayenne ». Rencontres, expériences, découvertes artistiques et gastronomiques sont au programme...

ESCAPADE N°1 *Un patrimoine insoupçonné*

🕒 2 JOURS / 1 NUIT

Dormir au château et découvrir des petits villages de charme... Vous serez séduit par des trésors patrimoniaux insoupçonnés de Petites Cités de Caractère et tomberez sous le charme des fleurs omniprésentes. Le repas et la nuit dans une demeure du 16ème siècle vous feront vivre une expérience inédite !

VOTRE HÉBERGEMENT :

Chambre d'hôtes La Sicorie
à Saint-Germain le Guillaume
- Entre luxe et simplicité

Vous aimerez :

- Le manoir du 16ème siècle
- La vue panoramique des chambres
- La montée vers le rocher à la vierge
- Une épicerie coopérative étonnante



PROGRAMME

JOUR 1

Flânez à Juvigné, village fleuri avec le lavoir, le Musée, mais aussi l'ensemble des rues. Pique-niquez à l'étang neuf, pour un moment de calme et de ressourcement. Découvrez le village de Chailland (forges, fonderie, château...), randonnez jusqu'au Rocher de la Vierge à travers les jardins en terrasse, la roseraie... Partez à la rencontre de votre manoir et de son histoire avant de dîner dans la salle à manger et sa fantastique cheminée en bois sculpté.

JOUR 2

Savourez un petit déjeuner authentique à base de produits locaux. Partez pour Fontaine Daniel et découvrez une ancienne abbaye, un étang et son moulin, un bâti d'une rare harmonie... Dans un cadre cocooning et convivial, régalez-vous avec des crêpes étonnantes au «Petit Monde». Pour vos souvenirs, la boutique-showroom des Toiles de Mayenne et une épicerie coopérative (à découvrir !) sauront vous satisfaire.

ESCAPADE N°2 *Plaisirs gastronomiques et artistiques*

🕒 3 JOURS / 2 NUITS

Amoureux de l'art et des découvertes, ce séjour en chambre d'hôtes vous offre des prestations de qualité. Vos hôtes irlandais, Peter, photographe et pianiste, Linda, cordon-bleu et flûtiste, prendront soin de vous. Cette pause, en couple ou en famille, se fait dans un bâti ancien et les visites sont pour vous seuls : des inédits d'un château du 15e siècle, un sculpteur vous accueille dans son atelier...

VOTRE HÉBERGEMENT :

Chambre d'hôtes Les Quatre
Siècles à Hercé. Charme d'autrefois
et confort d'aujourd'hui

Vous aimerez :

- Un séjour au milieu d'humains passionnés et passionnants
- Des visites exclusives
- Chambre avec terrasse privative. Piscine, véranda, jardin
- La pension complète



PROGRAMME

JOUR 1

Déjeuner avec des produits du potager bio. Installation et temps libre pour profiter de la piscine et du jardin. Séance photo : vos portraits en photoluminescence avec Peter. Dîner et vins choisis avec soin. Soirée en musique par vos hôtes : jazz, classique.

JOUR 2

Petit déjeuner et fruits du jardin. Un guide rien que pour vous pour découvrir des inédits du château de Lassay : tour Lavoisier, barbecues, courtines et manœuvre du pont-levis. Pique-nique dans le grenier à sel. Initiation ou stage de sculpture sur bois avec l'artiste. Table d'hôtes à l'italienne, choix de vos photos et soirée musicale.

JOUR 3

Petit déjeuner. Le cuivre dans tous ses états avec le dinandier. Déjeuner à votre chambre d'hôtes. Balade à pied : paysage bucolique, rivière et patrimoine bâti se côtoient ici sur 7 kms.

Amateurs d'art et de patrimoine, envie de se détendre dans des paysages bucoliques, en couple ou en famille,

Faites-nous confiance, appelez-nous et nous trouverons LE séjour dont vous avez besoin !

Contact

OFFICE DE VALLÉE DE HAUTE MAYENNE / TÉL. 02 43 04 19 37
INFO@VALLEEDEHAUTEMAYENNE.FR / HAUTEMAYANNE-TOURISME.COM

Franchissez les portes de nos jardins (pas si) secrets !



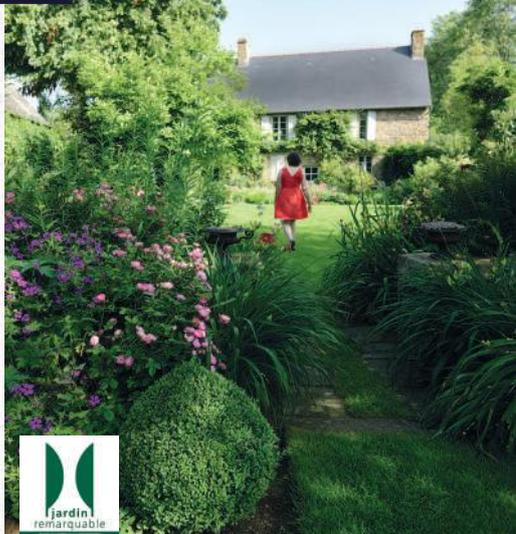
OUVERTURE
Sur rendez-vous

TARIF PLEIN: 6€



OUVERTURE
Du 4 avril au 1^{er} novembre

TARIF PLEIN: 6€



OUVERTURE
Du 1^{er} mai au 30 septembre
Oct. Nov. sur Rdv

TARIF PLEIN: 8€

LE JARDIN DE CLIVOY CHAILLAND

Jardin potager clos de hauts murs recouverts d'ardoises avec fontaine, bassin, serre et orangerie, mais aussi parc à l'anglaise de plus de six hectares, le «Parc et jardin du château de Clivoy» s'étend dans l'un des plus beaux sites de la vallée de l'Ernée.

Tél. 06 07 61 10 10 - www.clivoy.fr

LES JARDINS DES RENAUDIES COLOMBIERS DU PLESSIS

Niché dans un paysage de campagne verdoyante et protégé par des haies de camélias et d'arbres locaux, le parc floral à l'anglaise offre de belles collections avec une vue sans cesse renouvelée d'avril aux gelées. Un écomusée sur la vie d'autrefois complète agréablement la visite. Nombreuses animations toute l'année et jeux pour les enfants. Labyrinthe de maïs de fin juillet à mi-octobre. Salon de thé.

Tél. 02 43 08 02 08 - www.jardinsdesrenaudies.fr

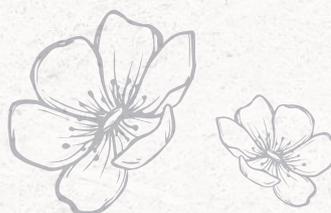
LE JARDIN DE LA PELLERINE LA PELLERINE

Le Jardin de La Pellerine c'est avant tout une histoire de Passion. Sans cesse en projet, Sylvie Douinot pense son Jardin au quotidien, elle y consacre tout son temps. En perpétuelle recherche d'harmonie entre volume, perspectives, textures et couleurs. Au fil des ans, elle en a fait un Jardin magnifique, féminin, élégant et raffiné. Sylvie est une artiste, et cela se voit, surprises et plantes rares, jalonnent ce parcours de petits jardins intimes agencés autour du manoir XVII^{ème}.

Tél. 02 43 05 93 31
lejardindelapellerine.simplesite.com



2^{ème} visite à 3€
aux Jardins des Renaudies



ET AUSSI EN HAUTE MAYENNE...

PARC DE LA GUINEFOLLE	ERNÉE	OUVERTURE : De juillet à octobre	Tél. 06 85 22 94 60	PAYANT
LA BAYETTE	LA DORÉE	OUVERTURE : Toute l'année sur RDV	Tél. 02 43 05 10 72	4€
JARDIN MÉDIÉVAL	LASSAY-LES-CHÂTEAUX	OUVERTURE : Toute l'année, visite idéale de mai à octobre	Tél. 02 43 04 74 33	GRATUIT
LA ROSERAIE	LASSAY-LES-CHÂTEAUX	OUVERTURE : Toute l'année, visite idéale de juin à octobre	Tél. 02 43 04 74 33	GRATUIT
LES JARDINS DU CHÂTEAU DE LA BASMAIGNÉE	MONTENAY	OUVERTURE : Tous les derniers dimanches du mois d'avril à septembre	Tél. 06 45 84 34 81	GRATUIT

NOS VILLAGES FLEURIS



JUVIGNÉ
Visite commentée du village fleuri pour les groupes.
Renseignements : tél. 02 43 68 51 54



LASSAY-LES-CHÂTEAUX - SAINT LOUP DU GAST



AMBRIÈRES-LES-VALLÉES - CHAILLAND - ERNÉE - LA BAZOGE MONTPINÇON
MARTIGNÉ SUR MAYENNE - MAYENNE - ST DENIS DE GASTINES





Pour le plaisir des yeux



*Flâner, sentir, ressentir,
boire un thé
et prendre son temps !*





La

NATURE

Respirez !

Ressourcez - vous...

"Et au milieu coule une rivière...", ou plutôt des rivières, des étangs mais également des chemin creux avec leurs voûtes de feuilles, et de multiples endroits cachés où la nature a été préservée et s'offre à vous...

Au détour d'un sentier, découvrez une charmante chapelle rénovée grâce aux bons soins de bénévoles, une oeuvre impressionniste, une sculpture...

LA TOURBIÈRE DES BIZEULS

Réserve naturelle régionale
ERNÉE

Le site des Bizeuls, à Ernée est une tourbière composée de deux zones humides complémentaires : une prairie d'un hectare et un boisement de 3,4 hectares. Cet espace est reconnu pour sa richesse en invertébrés rares - 18 espèces de criquets, 36 de papillons, 24 de libellules - dont la plupart se reproduisent sur place. On y observe également 130 espèces végétales, dont la potentille des marais, plante remarquable des tourbières. **On aime aussi : le sentier pédagogique et la zone de loisirs des Bizeuls pour profiter des activités nature en plein air.**

Respectez !
Apprenez !

L'Etang Neuf - Juvigné

Écoutez !
Regardez !

Les étangs d'Aron - Aron

LA VALLÉE DE LA COLMONT BRECÉ

La Vallée de la Colmont est une des contrées les plus pittoresques de la Mayenne. La rivière serpente doucement au travers du bocage comme un long filet d'argent. Quand la vallée se rétrécit, elle se transforme en écume blanchissante et s'échappe en grondant à travers les blocs qui encombrant son lit. Les chemins vallonnés relient un patrimoine bâti extrêmement varié qui raconte l'alliance entre l'Homme et la nature.

On aime aussi : le sentier de randonnée Le Saut au Loup pour pénétrer au cœur de la vallée et pratiquer le canoë avec le Parc de loisirs de la Colmont.

L'ÉTANG NEUF JUVIGNÉ

Sur les rives de ce plan d'eau : les canards chipeux, les vanneaux huppés, les martins pêcheurs ou encore les hérons cendrés parquent en toute tranquillité. Munis de vos jumelles, profitez de l'observatoire ornithologique pour les observer, 154 espèces y sont recensés.

On aime aussi : s'organiser une bonne partie de pêche et le musée de l'évolution agricole à proximité.

LES ÉTANGS D'ARON ARON

Ce site regroupant l'étang des Forges, l'étang du Vieil Aulnay et l'étang du Rivage propose des ambiances très différentes : grande étendue d'eau ouverte, îlots boisés, forêt marécageuse. Fréquenté par la loutre, il abrite aussi de nombreuses espèces d'oiseaux.

On aime aussi : le circuit de promenade autour de l'étang. Faire une pause à l'observatoire ornithologique.

LE LAC DE HAUTE MAYENNE

Amoureux de la nature en quête de balades et activités, le lac de Haute Mayenne vous offre de nombreuses possibilités : pêche, canoë-kayak, vélorail, balades à cheval et à vélo... **On aime aussi :** May'N Loisirs, la base de loisirs avec sa plage aménagée, son parcours wibit, son aire de jeux, son snack et son fun

Les Randonnées à pieds



Chouette, un nouveau GR permet de rejoindre Le Mans au Mont St-Michel, en traversant la Haute Mayenne. Avis aux randonneurs en quête de nouvelles aventures!



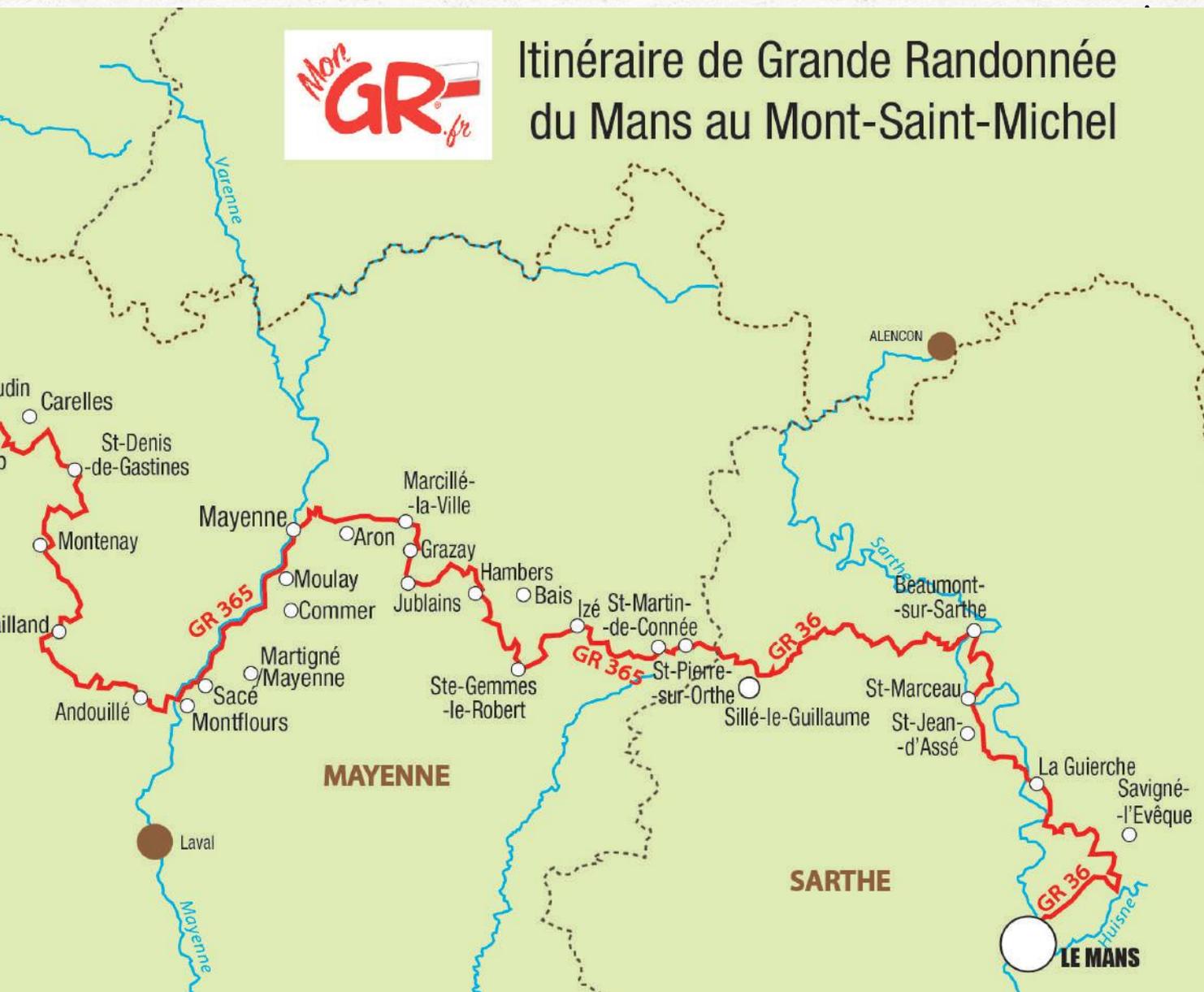
POUR PLUS D'INFOS SUR CE GR, CONTACTEZ LE COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE LA RANDONNÉE

À découvrir aussi...
Des idées balades au Parc Naturel Régional Normandie Maine !





Itinéraire de Grande Randonnée du Mans au Mont-Saint-Michel



PÉDESTRE AU 02 43 53 12 91 OU SUR [HTTPS://MAYENNE.FFRANDONNEE.FR](https://MAYENNE.FFRANDONNEE.FR)

Liste "à ne pas oublier"



NOUVEAU

Préparez
VOTRE RANDO

Retrouvez la carte interactive, les
fiches rando et fichiers GPX
à télécharger sur

WWW.HAUTEMAYENNE-TOURISME.COM

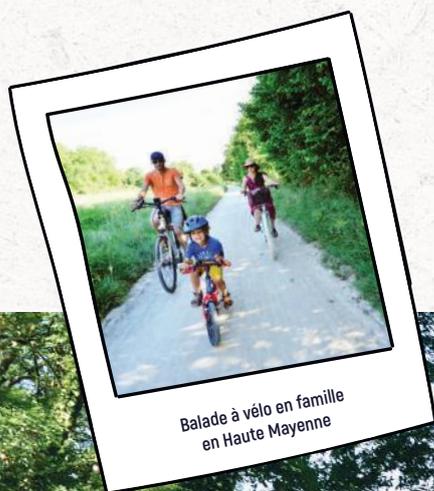
Les Randonnées à vélo



106 km de voies cyclables traversent notre département et s'interconnectent avec 5 grands itinéraires : La Vélofrancette, la Loire à Vélo, la Véloscénie, la Vélodyssée et l'EuroVélo4.

LOCATIONS DE VÉLO

PARC DE LOISIRS DE LA COLMONT (VTT)	GORRON	OUVERTURE : 17 avril au 31 octobre	Tél. 02 43 08 52 93
OHMVELO / THIBAUT BORLA	LASSAY-LES-CHÂTEAUX	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 06 67 45 83 51
LE GRAND BI (VTC)	MAYENNE	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 02 43 04 58 72
GIANT (VTC)	MAYENNE	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 02 43 32 24 31
LES ROUES VERTES	ST-FRAIMBAULT-DE-PRIÈRES	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 06 15 56 56 72



Balade à vélo en famille en Haute Mayenne

Demandez-nous la carte des voies vertes de la Mayenne !



Les Randonnées à cheval



Centre équestre d'Ambrières-les-Vallées

À CHEVAL...

CENTRE ÉQUESTRE	AMBRIÈRES-LES-VALLÉES	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 06 09 75 70 29 www.centre-equestre-ambrieres.ffe.com
LE ROC AU LOUP	ANDOUILLÉ	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 06 26 31 98 77 www.lerocauloup.fr - le.roc.au.loup@wanadoo.fr
LA CHEVRIE	LA BACONNIÈRE	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 06 03 90 47 40 ou 02 43 68 02 76 chevrie-equitation.ffe.com
LA GARE	LA CHAPELLE AU RIBOUL	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 02 43 03 37 35 www.ce-lachapelleauriboul.ffe.com
PONEY CLUB DU BOULAY	LE HORPS	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 02 43 08 34 39 www.poneyclubduboulay.ffe.com
LE GRAND MONTGENARD	MARTIGNÉ SUR MAYENNE	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 02 43 02 55 69 www.legrandmontgenard.ffe.com
FERME ÉQUESTRE DE NEUVILLE	ST DENIS DE GASTINES	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 06 85 35 19 32 cheval53.accueil.fr
L'ECURIE DE FIONA	SAINT-GEORGES-BUTTAVENT	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 06 44 76 78 77 www.lecuriedefiona.com

HALTES ÉQUESTRES

HALTE FLUVIALE DE MONTGIROUX

ECLUSE DE SAINT BAUDELE

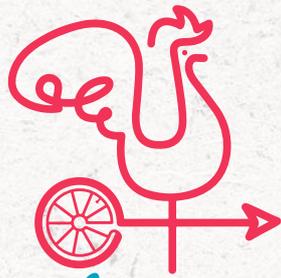
Aménagées sur les itinéraires équestres, les haltes permettent aux cavaliers randonneurs de s'arrêter dans de bonnes conditions de confort et de sécurité pendant leur journée.



Centre équestre de la Chevrie, La Baconnière



Saint-Loup-du-Gast



la Vélo Francette

DE LA NORMANDIE
À L'ATLANTIQUE



La voie verte au départ d'Ambrières-les-Vallées et le chemin de halage à partir de Mayenne permettent d'intégrer La Vélo Francette.



Halte vélo à l'Office de tourisme, Mayenne (box vélos, borne de gonflage)

Ayez le réflexe



La garantie d'un accueil et de services de qualité pour les cyclistes !

Les familles avec enfants et ceux qui ne sont pas des grands sportifs l'apprécient vraiment. Je peux vous assurer qu'il y a beaucoup de choses à promouvoir autour de la Vélo Francette, les paysages, les produits locaux... J'essaie de faire en sorte que les voyageurs trouvent tout cela chez moi.

Laëtitia, Les Refuges du Halage, Sacé



AMIS CYCLISTES, ON A PENSÉ À VOUS !

Des tentes bivouac d'un nouveau genre ont été installées pour vous aux campings du Parc de Vaux à Ambrières-les-Vallées et du Gué Saint-Léonard à Mayenne. Ces cabanes améliorées (5m²) sur pilotis sont dotées d'une structure en bois et d'une toile résistante en guise de toit. Une table de pique-nique au pied permet de profiter de l'extérieur tout en étant abrité en cas de pluie. Elles sont équipées d'un matelas 2 personnes et de 2 prises de courant.



Laëtitia Chorin
Les Refuges du Halage, Sacé



Camping Le Parc de Vaux à Ambrières-les-Vallées

Au calme...

La PÊCHE



*À vos lignes,
prêts, partez !*



Posez-vous au bord de l'une de nos rivières
ou bien dans les nombreux étangs
de la Haute Mayenne.

Patiencez, écoutez, observez, ressentez...!
Vous vivrez une expérience en pleine harmonie
avec la nature.



EXPÉRIENCE...LA PÊCHE AU CLAIR DE LUNE

La Fédération de pêche de la Mayenne propose aux carpestes plusieurs secteurs autorisés à la pêche de la carpe de nuit en Haute Mayenne. D'abord sur le lac de Haute Mayenne mais aussi sur six autres parcours sur la rivière La Mayenne entre la ville de Mayenne et Sacé*.

Et pour les amateurs de pêche sportive, rendez-vous sur la commune d'Andouillé, au Roc au Loup. Un nouveau parcours fait la part belle aux espèces présentes naturellement sur les rivières à dominance salmonicole. Les truites, chevesnes et barbeaux vous attendent pour une confrontation musclée.

* Ces différents parcours répondent à une réglementation particulière, se renseigner auprès de la fédération de pêche de la Mayenne



Et on n'oublie pas sa carte de pêche !

POUR PLUS D'INFOS, CONTACTEZ LA



Fédération Départementale de pêche
de la Mayenne au 02 43 69 12 13
www.fedepeche53.com



Les LOISIRS

Des Activités pour ceux qui ont la bougeotte...



*Vivez une balade atypique sur une ancienne voie ferrée.
Le passage du viaduc au dessus de la Mayenne est tout simplement magnifique!*



Mickaël et Vincent du Parc de la Colmont



Bougez...

Des vacances dynamiques pour partager des moments inoubliables en solo, en duo ou en tribu, ça vous dit ? Dans les airs, sur l'eau et même dans le maïs, suivez le guide !
Passez nous voir, on vous aidera à programmer vos activités en Haute Mayenne.



Vous êtes plutôt...



Karting du Nord Mayenne à Montreuil-Poulay

Les pieds sur terre !



Planeur Passion Mayenne à Aron

La tête dans les nuages !



**IL PLEUT !
CHOUETTE,
ON VA AU
ciné?**



Aquafitness de l'Ernée

Comme un poisson dans l'eau !

Le Majestic

ERNÉE - TÉL. 02 43 05 11 67

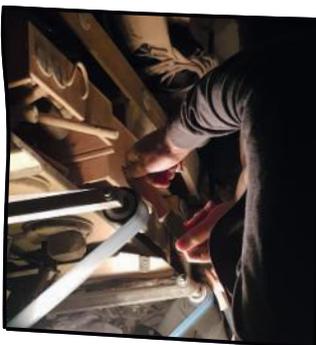
Gorron Cinéma

GORRON - TÉL. 02 43 08 11 67

Le Vax

MAYENNE - TÉL. 02 43 04 10 79

À FAIRE AUSSI EN HAUTE MAYENNE...



Participer à un atelier avec un artisan d'art (p. 13)



Retrouver son âme d'enfant



Partagez vos souvenirs sur





Zone de loisirs des Bizeuls - Ernée

PARC DE LOISIRS DE VAUX Piscine, canoë-kayak, pédalos, centre équestre, mini-golf, tennis, pêche, randonnée	 AMBRIÈRES-LES-VALLÉES	OUVERTURE : D'avril à novembre juillet - août : selon activités	Tél. 02 43 04 90 25 - www.parcdevaux.com
ZONE DE LOISIRS DES BIZEULS Mini-golf, piste de bicross, jeux de plein air, C.R.A.P.A., pétanque, tennis	ERNÉE	OUVERTURE : Du 1 ^{er} mai au 31 août	Tél. 02 43 08 71 10 - www.ville-erne.fr
PARC DE LOISIRS DE LA COLMONT Parcours dans les arbres, swin-golf, canoë-kayak, paint-ball, laser game, multi raid familial	 GORRON	OUVERTURE : Du 17 avril au 31 octobre	Tél. 02 43 08 52 93 www.parcloisirscolmont.wixsite.com/gorron

 **OUVERTURE**
 D'avril à octobre
 (nov à mars/réserv.)

 **TARIF**
 PLEIN : 18€ POUR
 4 PERSONNES



VÉLO-RAIL

ST LOUP DU GAST

Une balade insolite pour parcourir les 6 kms de l'ancienne voie ferrée à bord de votre vélo-rail. La vue est magnifique au viaduc de la Rosserie et il n'est pas nécessaire d'être cycliste professionnel.

Tél. 02 43 00 80 61 ou 06 26 10 60 17
www.st-loup-du-gast.mairie53.fr/le-velo-rail-de-saint-loup-du-gast

LABYRINTHE DE MAÏS

COLOMBIERS-DU-PLESSIS

Un parcours de 1,5 km, pour s'amuser à se perdre dans le labyrinthe éphémère, sera l'occasion d'un grand bol d'air en famille ou entre amis. L'entrée donne également accès au parc floral.

Tél. 02 43 08 02 08 - www.jardinsdesrenaudies.fr



 **OUVERTURE**
 Ouverture :
 du 14 juillet
 à mi octobre

 **TARIF**
 PLEIN : 6€

 **OUVERTURE**
 Début mai à
 fin septembre
 (sauf conditions météo)

 **TARIF**
 EN FONCTION
 DES ACTIVITÉS /
 PLAGE GRATUITE



BASE DE LOISIRS

MAY'N LOISIRS

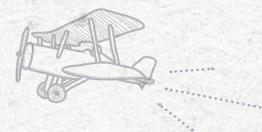
LA-HAIE-TRAVERSAINE

May'n Loisirs, c'est un concentré d'activités de loisirs et de plaisirs nautiques sur le lac de Haute-Mayenne, à la Haie-Traversaine. Une plage dans un cadre magnifique et un environnement exceptionnel pour des événements et des moments festifs inoubliables. Mais aussi : parcours aquatique gonflable Wibit, paddle, bateaux Mississippi, Kayak, plage et baignade

Tél. 02 43 04 23 93 - www.maynloisirs.com

On sort, ce soir ?

L'ÉPICERIE	FONTAINE-DANIEL	Dans ce lieu de vie, plus qu'une simple épicerie, des animations sont organisées en après-midi ou en soirée, pour que l'espace soit aussi un lieu d'échanges, de rencontres et de convivialité.	Tél. 02 43 04 44 07 lepicerie.org
LA CAROTTE	MAYENNE	Un bistro Arts & Concert qui a pour désir de promouvoir la créativité sous toutes ses formes.	Tél. 06 03 03 24 40 www.lacarotte-bistro.com
LE GARDEN'S PUB	MAYENNE	Pub à l'ambiance cosy et chaleureuse proposant 35 références de bière, Cocktail, Vins. Vous pourrez profiter du dépaysement de la terrasse en plein centre-ville. Billard, Fléchettes, diffusion de matchs de football.	Tél. 02 43 11 13 95
CAFÉ CONCERT LE DÉCIBEL	MONTENAY	Un bar chaleureux avec une programmation musicale tout au long de l'année	Tél. 02 43 05 22 28
LA GRANGE	SACÉ	Bar associatif où vous pourrez prendre un verre entre amis, assister aux soirées musicales ou participer aux différentes animations.	saceladetente.com
LA GRANGE À BIÈRES	SAINT-PIERRE-DES-LANDES	Bar à bières situé dans une ancienne grange complètement réaménagée. Concert Atypique !	Tél. 07 69 15 34 53



MAYENNE ULM	AMBRIÈRES-LES-VALLÉES	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 06 32 27 41 15
PLANEUR PASSION MAYENNE	ARON	OUVERTURE : Toute l'année	Tél: 06 43 82 08 91 - www.planeurpassion.free.fr
ESCALADE	ANDOUILLÉ ET MOULAY		Comité départemental : Tél. 02 43 49 17 45
SKATEPARK	AMBRIÈRES-LES-VALLÉES, GORRON, MAYENNE		
PARC DES FORGES	ARON	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 02 43 04 21 02
KARTING DU NORD MAYENNE	MONTREUIL POULAY	OUVERTURE : Toute l'année sur réservation	Tél. 06 50 29 38 32

BATEAU-PROMENADE

MAYENNE

Embarquez à bord du bateau-promenade «La Meduana» pour vous détendre au fil de l'eau et passer un moment convivial en famille ou entre amis.

Tél. 02 43 04 19 37

www.hautemayenne-tourisme.com

Ouverture du 1^{er} mai au 27 septembre

Tarif plein: 8,70€



CANOË-KAYAK	AMBRIÈRES-LES-VALLÉES	OUVERTURE : Juillet - Août (du mardi après-midi au dimanche)	Tél. 02 43 08 84 90 - www.canoekayak-ambrieres.fr
CANOË-KAYAK	 GORRON	OUVERTURE : du 17 Avril au 31 Octobre	Tél. 02 43 08 52 93 - www.parcloisirscolmont.wixsite.com/gorron
CANOË-KAYAK	MAYENNE	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 06 44 96 10 18 - www.kayak-mayenne.fr
PÉDAL'EAU	 AMBRIÈRES-LES-VALLÉES	OUVERTURE : Juillet et août	Tél. 02 43 04 90 25 - www.parcdevaux.com



PISCINES ET ESPACES AQUATIQUES	AMBRIÈRES-LES-VALLÉES	OUVERTURE : De juin à début septembre	Tél. 02 43 00 61 64 - www.ambriereslesvallees.mairie53.fr	3€ ⁴⁰
	ERNÉE	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 02 43 05 03 80 - aquafitness.lerneer.fr	4€
	LASSAY-LES-CHÂTEAUX	OUVERTURE : De juin à fin septembre	Tél. 02 43 08 55 80 - www.lassay-les-chateaux.fr/loisirs	3€ ⁶⁰
	MAYENNE	OUVERTURE : Toute l'année	Tél. 09 82 99 09 84 - www.lavague.net	4€ ⁵⁰





Les FERMES & MARCHÉS

Rencontrez et dégustez...



EMELINE ET STAN LE CARRÉ D'OUAILLES CHANTRIGNÉ



Emeline et Stan vous reçoivent pour vous faire découvrir leur élevage de brebis bio, un des rares de la Mayenne. Toutes les questions sont bienvenues car ils aiment faire connaître leur métier : ils n'auraient pas imaginé être autre chose que bio car ils veulent fabriquer de bons produits et des produits sains. Les enfants aussi peuvent toucher les brebis, les brancher pour la traite... Ici, pas d'obligation d'achat.

Tél. 06 07 19 31 16 / gaec.carredouailles@orange.fr



OUVERTURE
De avril à
mi-septembre,
tous les vendredis
de 16h à 19h



TARIF :
Gratuit

LA GASSELINAIS ERNÉE



Catherine et Florent vous accueillent pour vous faire découvrir leur ferme laitière traditionnelle et biologique et les nombreux animaux : vaches, cochons, poules, chèvres canards et toute la basse-cour. Ils proposent aussi aux écoles (de la maternelle aux primaires) de fabriquer du beurre tout en s'amusant, le ramassage des pommes, le cycle du blé... Pour tous, la promenade dans le bois, la découverte des prairies, un instant de bonheur à la campagne, une nature retrouvée.

Tél. 02 43 05 70 80 - gendron53@orange.fr
www.bienvenuealaferme.net



OUVERTURE
Pour les groupes
sur réservation de
mars à octobre
Fermé le week end

NOUVEAU



OUVERTURE
Toute l'année

LA FERME PÉDAGOGIQUE PAT'À FOIN

CHAMPÉON

À l'origine du projet deux jeunes femmes passionnées par les animaux. L'une infirmière vétérinaire, l'autre soigneuse animalière en parcs zoologiques. Après plusieurs années d'expériences aux côtés des animaux, elles ont décidé d'offrir des conditions de vie dignes et un bien être au quotidien à quelques rescapés. Elles ont donc créé l'aventure PATA FOIN !

Tél : 06 52 64 33 66 - fermepedagogique.patafoin@gmail.com

ET AUSSI EN HAUTE MAYENNE...

LES CABRIOLES

CONTEST

OUVERTURE: Visite de la ferme et participation à la traite des chèvres possible selon la période

Tél. 06 85 50 80 13 - foubertelise@hotmail.fr

FERME PÉDAGOGIQUE DE LA PAPINIÈRE

ST GEORGES-BUTTAVENT

OUVERTURE: Sur réservation

Tél. 02 43 00 27 59 / www.ferme-papiniere.fr

VOS MARCHÉS DE LA SEMAINE

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

► MAYENNE

► ERNÉE
► LANDIVY
► OISSEAU

► GORRON
► LASSAY-LES-CHÂTEAUX

► ANDOUILLE
► ST DENIS DE GASTINES
► MARTIGNE/MAY.
► CONTEST

► FOUGEROLLES-DU-PLESSIS
► CHAILLAND
► LA CHAPELLE AU RIBOUL

► AMBRIÈRES-LES-VALLÉES
► MAYENNE



Empruntez les courts-circuits...

On vous dit où se procurer les bons produits de chez nous:



LA BOUTIQUE DE L'OFFICE DE TOURISME

L'équipe de l'office de tourisme vous propose de découvrir quelques-unes des productions locales et artisanales de la Mayenne, dans ses boutiques. Des T-shirts de confection 100% Mayennaise, aux productions cidricoles du Musée du Cidre, en passant par la librairie, il y en a pour tous les goûts ! Que vous soyez de passage en Vallée de Haute Mayenne ou habitant de la région, faites (vous) plaisir en avec un "p'tit bout de chez nous".

“ *Savourez la Mayenne!* ”

L'ÉPICERIE ASSOCIATIVE DE L'AUBÉPINE - ST MARS SUR LA FUTAIE

Produits bio, vrac, cave à vins, paniers régionaux, coffrets cadeaux, épicerie traditionnelle, légumes du Mont Saint-Michel ou en permaculture, galettes, volailles. L'épicerie associative travaillent avec des producteurs pour vendre de bons produits. Ils sont même revendeurs exclusifs en Mayenne concernant certains vins. Une épicerie qui a comme leitmotiv le partage, avec ses adhérents, avec ses clients et avec ses fournisseurs. Plus de 60 producteurs locaux. Vous serez accueillis par Sylvie et Mathieu, qui auront le plaisir de vous accueillir. Tél. 02 43 05 63 66



L'AUBERGE DU BAILLEUL HERCÉ

Jacques et Sylvie Lefevre proposent des produits locaux en vente dans leur ferme : une quinzaine de producteurs situés dans un rayon de 20 km fournissent le point de vente : produits laitiers, légumes, miel, jus de pommes, pain, farines... Tél: 02 43 08 65 46 <https://app.cagette.net/group/8076>



L'ÉPICERIE DE FONTAINE - DANIEL FONTAINE-DANIEL

Une épicerie mais pas que ! Un réel lieu de vie où vous trouverez bonne humeur et convivialité à travers l'épicerie, la librairie et le bistroquet. Une caverne d'Alibaba avec des produits locaux et biologiques.: pain, miel, légumes, bière, produits laitiers, oeufs, savons...



LOCAL & VRAC - ERNEE

NOUVEAU

Solenne Fouassier vient de créer une boutique en plein coeur d'Ernée, qui propose des produits bios, écologiques, pour beaucoup issus de circuits courts, vendus en vrac ou dans des contenants réutilisables. De l'épicerie salée et sucrée (fruits secs, biscuits mais aussi farine ou encore céréales, du chocolat, des épices, des cosmétiques zéro déchet, des produits pour nettoyer la maison, on y retrouve tout ce dont on peut avoir besoin au quotidien. Tél : 09 51 62 34 02

Retrouvez la liste des producteurs locaux proposant leurs produits en vente directe à la page 34 !



ET AUSSI EN HAUTE MAYENNE...

LE BAR A THYM

GRAZAY

OUVERTURE: Toute l'année

Tél. 06 50 77 03 39

www.facebook.com/epiceriegrazay

ECLUSE DU PORT

SACÉ

OUVERTURE: Toute l'année

Tél. 07 68 51 51 20

www.facebook.com/RDHmayenne



MADE IN "Chez nous"

Savourez & découvrez les produits de notre région

Tradition,
terroir et
savoir-faire



PRODUITS DE LA FERME DU THEIL

ANDOUILLÉ

Nous vous invitons à découvrir notre large gamme de produits cidricoles, issus de nos pommes sélectionnées dans nos vergers. Mais également à venir les déguster lors d'une visite de groupe sur réservation (20 personnes minimum). Productions de la ferme : Vergers cidricoles avec transformation à la ferme des pommes (cidre, jus de pommes, Pommeau du Maine AOC, fine du Maine...) et des poires (Poiré). Cultures spécialisées : arboriculture

Tél. 02 43 69 70 04
www.fermedutheil.com



TOILES DE MAYENNE

FONTAINE-DANIEL

Depuis 1806, cette entreprise mayennaise crée et fabrique des tissus pour la maison, avec notamment une gamme de rideaux prêt-à-poser et des confections sur mesure. La production haute en couleurs est à découvrir dans le showroom, situé à la sortie du village, niché sous les arbres séculaires.

Tél. 02 43 00 34 80
www.toiles-de-mayenne.com

Retrouvez la liste de nos producteurs locaux en page 34 !



MONBANA

ERNÉE

80 ans de passion du chocolat. Société familiale française née en 1934, ce sont trois générations de passionnés de chocolat qui ont permis à la Chocolaterie MONBANA de devenir l'une des plus créatives de son secteur. Spécialiste historique du chocolat en poudre, la Chocolaterie MONBANA a su se diversifier avec succès et propose aujourd'hui une collection de plus de 350 spécialités qui explorent le chocolat sous toutes ses formes : à boire, à croquer, à déguster, à cuisiner, à offrir ou à s'offrir...

Tél. 02 43 05 42 48
www.monbana.com



LE BON MAYENNAIS VAUBERNIER

MARTIGNÉ SUR MAYENNE

La société VAUBERNIER commercialise, depuis plus d'un demi-siècle, ses produits sous la marque BONS MAYENNAIS. Fabriqués uniquement avec du lait du bocage mayennais, les produits de la fromagerie ont su préserver la tradition fromagère qui crée la différence.

Tél. 02 43 02 50 01
www.bonsmayennais.fr



ÉRIC BORDELET

CHARCHIGNÉ

J'ai cherché à appliquer au cidre ce que j'ai appris de l'œnologie «, voici résumé en quelques mots le parcours peu commun d'Éric Bordelet. Fils d'agriculteurs mayennais, Éric Bordelet a commencé sa carrière comme sommelier à Paris où il côtoie de belles maisons. C'est en 1992, qu'il reprend l'affaire familiale, à Charchigné, au château de Hauteville. Il se consacre alors aux pommes et aux poires sur un domaine de 23 hectares de verger en propriété (certifié bio). Éric Bordelet, riche de son expérience passée, élabore alors de grands crus qui se retrouvent aujourd'hui sur les tables des grands chefs.

Tél. 02 43 03 95 72
www.ericbordelet.com



SAVONS DE RAPHAËL

MAYENNE

Florence et Anne-Flore vous proposent une large gamme de produits cosmétiques naturels adaptés aux besoins de chacun: savons à froid, crèmes et sérums pour le visage, baumes, shampoings, après-shampoings, déodorants.

Tél. 02 43 08 54 57



LA GALETIÈRE

GORRON

Production de crêpes et galettes artisanales
Tél. 02 43 08 65 62



LE SOUCÉEN

SOUCÉ

L'apéritif fermier le SOUCÉEN, pomme ou poire, s'invite sur les meilleures tables. Il est élaboré à la FERME de la GÉRAUDAIS par Sylvie et Régis ANGOT.

Tél. 02 43 04 91 05



PRODUITS MONASTIQUES DU BOIS SALAIR

FONTAINE DANIEL (ST GEORGES BUTTAVENT)

Cette communauté monastique orthodoxe s'est installée en 2014 sur le domaine de Bois-Salair, après avoir vécu dans un ancien couvent à Godoncourt, dans les Vosges. Elle propose des produits simples et artisanaux issus de leur travail : baumes et huiles, savons, cierges et bougies, mais aussi confitures, pâtes de fruit, pâtés végétaux...

Tél. 02 43 04 68 35

www.monasteredeboissalair.com



LES VINAIGRES DE LA FORGE

LE HORPS

Comme les vins, les vinaigres vieillissent dans des tonneaux pour mieux en restituer toutes les saveurs subtiles et exquises. Denis Maréchal prépare ses vinaigres dans le respect de la tradition ancestrale à partir d'excellents vins et de produits bios. De quoi ajouter à vos plats des parfums traditionnels, exotiques et riches en arômes !

Tél. 07 87 86 98 84



RILLETES GORRONNAISES

GORRON

Cuites lentement dans des marmites en

fonte, écrasées à la main, les RILLETES GORRONNAISES sont faites dans le respect de la tradition, sans colorant ni conservateur. L'entreprise produit aussi des tourtes mayennaises, des saucisses, boudins...

Tél. 02 43 08 69 56



Pour mieux connaître les savoir-faire locaux :

Nous vous donnons rendez-vous aux visites d'entreprises organisées en Haute Mayenne en période estivale ou lors des Journées Régionales de la Visite d'Entreprise fin octobre. Retrouvez le programme dès sa parution sur www.hautemayenne-tourisme.com



Petit tour des brasseries locales

Pour notre plus grand plaisir, plusieurs microbrasseries artisanales ont vu le jour ces dernières années en Haute Mayenne. Autant de saveurs que de cuvées brassées avec amour par des passionnés...

BRASSERIE GESLIN

AMBRIERES-LES-VALLÉS

A la BRASSERIE GESLIN d'Ambrières-les-Vallées,

Les enfants d'Antoine et Aurore ont largement inspiré le nom de leurs premières bières L'Arona et la Céliaa.

www.brasseriegeslin.com

L'ARBORESCENCE

ST GEORGES BUTTAVENT

Jean-François Guihery, paysan brasseur à St Georges Buttavent, vous propose L'ARBORESCENCE, une série de bières brassées au cœur du terroir familial.

Brasserie ouverte le mercredi et le vendredi de 17h30 à 19h30.

www.brasserie-arborescence.com

BIERPOLJACK

ST HILAIRE DU MAINE

Maxime brasse sa BIERPOLJACK à St Hilaire du Maine. Il vous accueille tous les mardis de 16h30 à 19h dans sa brasserie pour parler "mousse", visiter la brasserie et faire le plein si besoin !

www.facebook.com/Bierpoljak

GUIBS BEER

CIGNÉ

C'est dans une ancienne grange rénovée à Cigné que Guillaume élabore sa GUIBS BEER. Venez le rencontrer tous les mercredis et samedis de 14h à 19h dans sa brasserie, le houblon, le malt ou l'orge n'auront plus de secrets pour vous !

www.guibsbeer.fr

Les PRODUCTEURS LOCAUX

des produits cultivés et fabriqués avec passion !

Fruits & Légumes

ARON	AU PETIT VERGER	Fruits, sirops & confitures	Le Moulin à Tan 53440 ARON Tél. 06 31 44 69 66 - lepetitverger53@gmail.com	
BRECEÉ	GAEC BARBÉ LEPELLETIER	Pommes de terre	La Grande Reignière 53120 BRECEÉ - Tél. 06 82 40 02 94	
BRECEÉ	JEAN-LUC LEFÈVRE	Pommes de terre	Nancé 53120 BRECEÉ - Tél. 02 43 08 42 72	
COMMER	M. GUIDAULT	Fruits & légumes	La Chevrierie 53470 COMMER - Tél. 06 73 02 31 53	
GORRON	FERME DE LA GRILLE MA MIJOT	Fruits & légumes	53120 GORRON - Tél. 07 85 35 71 40	
LASSAY-LES-CHÂTEAUX	STEPHANE BARBIER AU BIO JARDIN	Fruits & légumes	La Baroche Gondouin 53110 LASSAY-LES-CHÂTEAUX Tél. 02 43 00 08 88 - barcocq@orange.fr	
MONTAUDIN	LES JARDINS TY-BIO	Fruits & légumes	La Ruelle, 53220 - Tél. 06 99 86 53 41 lesjardinstybio@gmail.com	
SACÉ	FERME LES NOES	Fruits & légumes	53470 SACÉ - Tél. 06 30 51 36 28 www.noes-legumes.fr	
SAINT-GEORGES-BUTTAVENT	PIERRE GUIHERY	Fruits & légumes	53100 ST-GEORGES-BUTTAVENT www.legumesdeprairie.fr	
SAINT-HILAIRE-DU-MAINE	LA FERME AUX SAVEURS	Fruits & légumes	La Haute Bretonnière 53380 SAINT HILAIRE DU MAINE Tél: 06 09 18 45 40 - gueneau.olive@gmail.com	
SAINT-PIERRE-DES-LANDES	DES CLICS AU POTAGER	Fruits & légumes	53500 ST-PIERRE-DES-LANDES - Tél. 02 43 05 75 61 www.desclicsaupotager.fr	
SOUCÉ	LES VERGERS DE SOUCÉ	Fruits, jus de pomme & légumes	Maison neuve 53300 SOUCÉ - Tél. 06 60 45 01 50 lesvergersdesouce@gmail.com	



Boissons

ANDOUILLÉ	LA FERME DU THEIL	Cidre, jus de pommes, poiré, pommeau, vinaigre...	53240 ANDOUILLÉ - Tél. 02 43 69 70 04 www.fermedutheil.com	
ERNÉE	LA GASSELINAI	Jus de pommes, lait	53500 ERNÉE - Tél. 02 43 05 70 80 gendron53@yahoo.fr	
LA BACONNIÈRE	VERGER DE LA BOUTRUCHÈRE	Cidre, pommeau, fine du Maine	53240 LA BACONNIÈRE - Tél. 02 43 02 74 74 www.pommeaudumaine.com	
LASSAY-LES-CHÂTEAUX	PATRICE DELAUNAY	Pommeau, calvados	Le Domaine de Bignon - Niorrt la Fontaine 53110 LASSAY-LES-CHÂTEAUX - Tél. 02 43 04 74 22	
LASSAY-LES-CHÂTEAUX	MUSÉE DU CIDRE	Productions cidricoles	La Duretière 53110 LASSAY-LES-CHATEAUX Tél. 02 43 04 03 26 / contact@museeducidre53.fr	
LE RIBAY	ROGER BERGUE	Cidre	La Cour 53640 LE RIBAY - Tél. 02 43 03 90 84	
SOUCÉ	FERME DE LA GÉRAUDAIS	Cidre fermier, poiré	53300 SOUCÉ - Tél. 02 43 04 91 05	

Miel

COMMER	LA BUTINERIE	Miel et produits apicoles	53470 COMMER - Tél. 06 52 15 41 78 nicopigache@outlook.fr	
LA DORÉE	ANGE ET MARIE BIGOT	Miel et produits apicoles	7, lot. Lucien Daniel 53190 LA DORÉE Tél. 02 43 05 55 31 - ange.bigot53@orange.fr	

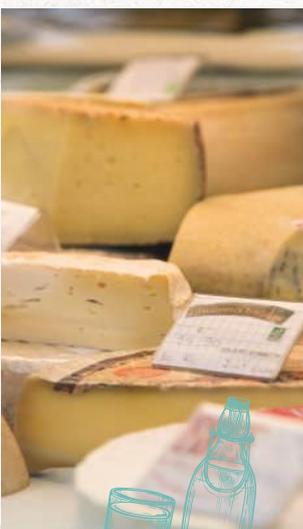


On se régale

Viande



ANDOUILLÉ	LE ROC AU LOUP	Viande bovine	53240 ANDOUILLÉ - Tél.06.26.31.98.77 www.lerocauloup.fr
BRECÉ	MITOPIE	Viande de poules, moutons & légumes	Le Moulin de Favières 53120 BRECE Tél.06 78 81 66 20 - mitopie53@gmail.com
BRECÉ	GAEC PAUTONNIER	Volailles	La Barberie 53120 BRECÉ - Tél. 02 43 03 29 33 laurence.pautonnier@orange.fr
BRECÉ	MARC PREL	Lapins fermiers	La Martinais 53120 BRECÉ - Tél. 06 81 02 28 65 marc.prel@sfr.fr
CHÂTILLON-SUR-COLMONT	MONSIEUR FERMIER	Viande de porc et bovine	Les Barres 53100 CHÂTILLON-SUR-COLMONT Tél.06 47 75 78 05 - www.monsieurfermier.fr
LA BACONNIÈRE	CENTRE ÉQUESTRE DE LA CHÈVRIE	Viande ovine et bovine	53240 LA BACONNIÈRE - Tél. 02 43 68 02 76 www.centre-equestre-mayenne.fr
LA BIGOTTIÈRE	FERME DE LA POTERIE	Volailles	53240 LA BIGOTTIÈRE - Tél. 02 43 68 75 55
LASSAY-LES-CHÂTEAUX	LA FERME DE TOM	Viande bovine	La Noë 53110 LASSAY-LES-CHÂTEAUX Tél. 02 44 29 12 21 - www.lafermedetom.com
MARTIGNÉ-SUR-MAYENNE	L'ARNERIE	Viande bovine	53470 MARTIGNÉ-SUR-MAYENNE - Tél. 06 21 67 24 91 karl.ventedirecte@gmail.com
MONTAUDIN	LAIRE DU BOIS	Viande bovine	53220 MONTAUDIN - Tél. 02 43 05 43 27 l-aire-du-bois@orange.fr
SACÉ	LES BIENHEUREUX GORETS	Viande de porc	53470 SACÉ - Tél. 02 43 02 51 01 ou 06 62 25 51 01
ST-BERTHEVIN-LA-TANNIÈRE	MELAINE LANGELIER	Viande bovine	Hemenard 53220 ST-BERTHEVIN-LA-TANNIÈRE Tél. 06 83 71 75 69
SAINT-DENIS-DE-GASTINES	VOLAILLES DE L'ANGELLERIE	Volailles	53500 ST-DENIS-DE-GASTINES Tél. 02 43 05 30 29 ou 06 72 82 12 67
SAINT-GEORGES-BUTTAVENT	LES FONTAINES	Viande de mouton & légumes	Les Fontaines 53100 SAINT-GEORGES-BUTTAVENT Tél. 02 43 00 89 21 - lafermedesfontaines@gmail.com
SAINT-HILAIRE-DU-MAINE	LES VOLAILLES DU GAULT	Volailles	53380 SAINT-HILAIRE-DU-MAINE Tél. 02 43 02 60 03 ou 06 07 67 12 08
SAINT-MARS-SUR-LA-FUTAIE	VOLAILLES DU NORD MAYENNE	Salaisons, Volailles, Oeufs	Les Grands Moulins Neufs, 53220 SAINT-MARS-SUR-LA-FUTAIE - Tél. 02 43 05 00 63 www.volaillesdunordmayenne.com



Produits Laitiers

CHANTRIGNÉ	CARRÉ D'OUAILLES	Fromage de brebis, tome, yaourts...	La Romelière 53300 CHANTRIGNÉ Tél. 02 43 04 48 63 gaec.carredouailles@orange.fr
CHANTRIGNÉ	PIERRE ET MARIE LEGROS	Fromage et produits laitiers	Ferme des Vallées 53300 CHANTRIGNÉ Tél. 02 43 00 86 06
DÉSERTINES	EMMANUEL PAVIS	Fromage Bio Entrammes	Les Forges 53190 DÉSERTINES - Tél. 02 43 04 76 46
ST-BERTHEVIN-LA-TANNIÈRE	LE ROUËRIE	Fromage de chèvre	53220 ST-BERTHEVIN-LA-TANNIÈRE Tél. 06 32 36 65 56 larouerie.painchaud@outlook.fr
LES CABRIOLES	CONTEST	Produits laitiers (chèvres)	La Louvrière 53100 CONTEST - Tél. 06 85 50 80 13 foubertelise@hotmail.fr
ST-FRAIMBAULT-DE-PRIÈRES	GAEC DE L'HERBE AU FROMAGE	Fromage et produits laitiers	53300 ST-FRAIMBAULT-DE-PRIÈRES - Tél. 07 71 74 99 02



Bienvenue à la ferme



Agriculture biologique

Venez nous rencontrer!

OFFICE DE TOURISME VALLÉE DE HAUTE MAYENNE



BUREAU DE MAYENNE
Halte fluviale, Quai de Waiblingen 53100 MAYENNE
Tél : 02 43 04 19 37
info@valleedehautemayenne.fr
► Ouvert toute l'année



BUREAU DE LASSAY
8 rue du Château 53110 LASSAY-LES-CHATEAUX
Tél : 02 43 04 74 33
lassay@valleedehautemayenne.fr
► Ouvert toute l'année

L'ERNÉE

POINT D'INFORMATION TOURISTIQUE D'ERNÉE
42 place Renault Morlière 53500 ERNÉE
Tél : 02 43 08 71 10 ou 06 40 09 12 86
cœurdeville@ville-ernee.fr
► Ouvert toute l'année

POINT INFORMATION TOURISTIQUE DE CHAILLAND
Tél : 02 43 02 70 11
► Ouvert en juillet et en août

BOCAGE MAYENNAIS TOURISME

Tél : 02 43 11 26 55
Mail : tourisme@bocage-mayennais.fr

BUREAU DE GORRON
Maison du Bocage, 1 grande rue
► Ouvert toute l'année

POINT INFORMATION DE COLOMBIERS-DU-PLESSIS JARDINS DES RENAUDIES
► Ouvert du 4 avril au 1^{er} novembre 2021

POINT INFORMATION D'AMBRIÈRES-LES-VALLÉES
9, rue de la Chaussée
► Ouvert en juillet et en août

POINT INFORMATION DE PONTMAIN
5, rue de la Grange
► Ouvert en juillet et en août

Retrouvez nos horaires d'ouvertures sur :
WWW.HAUTEMAYENNE-TOURISME.COM

RETROUVEZ TOUTES LES MANIFESTATIONS ORGANISÉES EN HAUTE MAYENNE SUR L'AGENDA DE NOTRE SITE INTERNET

Découvrez tous les trésors DE LA HAUTE MAYENNE sur

www.hautemayenne-tourisme.com



Partagez vos souvenirs & suivez nos actualités sur nos réseaux sociaux !



RETROUVEZ TOUS LES RESTAURANTS & HÉBERGEMENTS DE LA HAUTE MAYENNE SUR NOTRE SITE INTERNET !

À TRÈS VITE
Haute En Mayenne

