

Mai  
2009

« Club Accel' Air »  
49 rue Ordener  
75018 Paris  
06 59 03 98 69  
e-mail: jelambre@noos.fr

# Accél'air news

Les vacances scolaires sont terminées, reprenons vite nos activités « Accél'Air » !!! ne perdons pas nos bonnes habitudes ; c'est aussi l'occasion avec l'arrivée des beaux jours de reprendre contact avec les membres de notre association que nous n'avons pas vus depuis quelques temps, et dont nous regrettons beaucoup l'absence.

Que les nouveaux adhérents n'hésitent pas à nous rejoindre, nos sorties sont bien adaptées à notre handicap, notre rythme est tranquille. Nous les attendons avec impatience.

Début avril, nous avons eu une visite guidée de l'Hôtel de la Monnaie. Visite du musée et des ateliers. Vous pouvez consulter le compte rendu de chacune de nos sorties sur le site de recupair dans la rubrique accelair.

Le 28 avril, nous allons voir l'exposition « Le Petit Nicolas » à la mairie de Paris. Vous pouvez retrouver les informations pratiques dans le journal d'avril. Venez nombreux.

Nos projets de sorties du mois de mai seront plus axés vers les promenades en extérieur, les parcs, visites de quartiers ou sortie d'une journée complète.



Le printemps est là !!!

Profitons-en



Saviez-vous  
que le miel de thym a  
localement des vertus  
cicatrisantes et anti-  
inflammatoires ?

Pendant les périodes sans sorties avec Accél'Air,  
n'oubliez pas de « maintenir vos acquis » en  
marchant au moins une heure par jour, en  
montant un étage, en allant à la piscine, en  
faisant du vélo etc....

N'oubliez pas que nous perdons rapidement nos  
acquis si nous cessons nos efforts, même  
momentanément

## Nos projets de sorties du mois de Mai

### Mardi 5 mai

*Pavillon de l'eau Mairie de Paris :*

Seine parisienne Exposition temporaire. Rendez-vous à 14 h 30

77 ave de Versailles Métro Mirabeau ligne 10 RER C Javel

Bus : 62 72 Pont Mirabeau



### Mardi 12 mai

Journée à *Giverny*

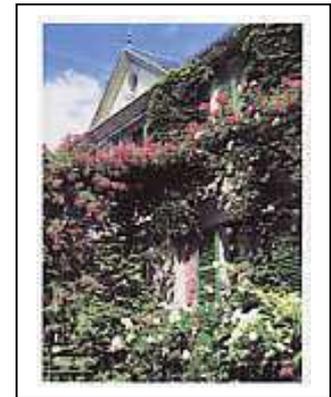
Propriété de Claude Monet où il vécut de 1883 à 1926.

Gérée par la Fondation Claude Monet depuis 1980

Maison au crépi rose au décor intérieur coloré et au charme intime d'autrefois où la précieuse collection d'estampes japonaises est présentée

Les jardins magnifiques et les éblouissants massifs proposent la palette changeante d'un peintre jardinier « fou de fleurs ». Jardin d'eau avec son célèbre pont japonais, ses glycines ses azalées, son étang qui donna naissance à l'univers pictural des nymphéas.

Contactez rapidement Mme Lambre afin d'organiser le co-voiturage (départ vers 10 h et retour vers 18 h)



### Mardi 19 mai

*Parc Monceau*

Petite promenade tranquille dans ce jardin le plus aristocratique de Paris, entouré d'une grille et de riches hôtels privés.

Rendez-vous à l'entrée principale : 33 bd de Courcelles. Métro Monceau ligne 2. Bus 30, 94

### Mardi 26 mai

*La Butte aux Cailles*

Préparée par Paul en espérant qu'il pourra nous guider.

Il nous a gentiment communiqué ses notes, mais ce serait tellement mieux avec lui.

Métro : Place d'Italie côté Bd Blanqui

Bus : 83, 27, 67, 47

Rendez-vous à 14 h 30 à l'angle du Bd Blanqui trottoir de gauche en quittant la place d'Italie.

Nous espérons que ce programme vous conviendra et que nous nous retrouverons nombreux pour partager nos impressions, nos joies et nos difficultés.

Pensez à vous inscrire rapidement pour Giverny

A bientôt

Jeannine Lambre