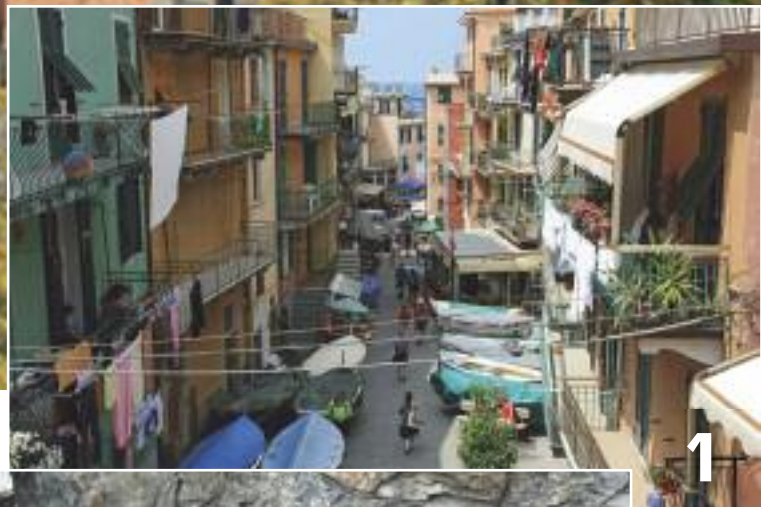


Escapade à Cinque Terre, *Italie*

Manarola. Ce petit village est magnifique. Il est relié à Riomaggiore par un sentier de marche très très facile (accessible aux poussettes et aux fauteuils roulants) permettant ainsi à chacun de bénéficier du plaisir de déambuler dans cette région.



1



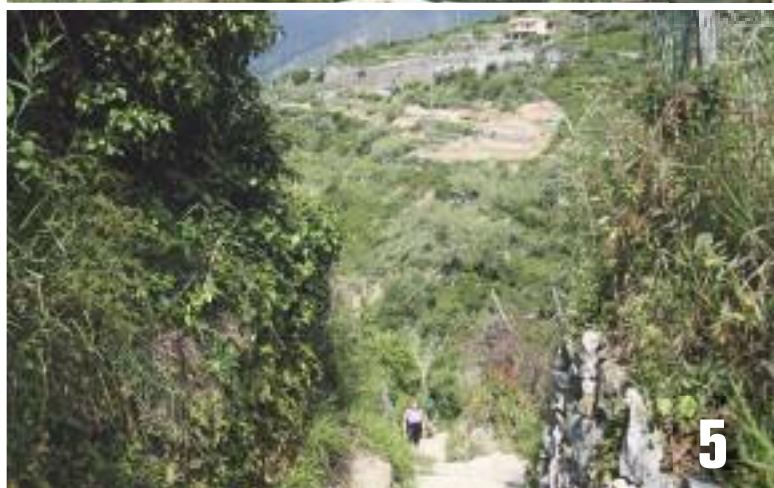
Dre Denise
Drolet
St-Bruno

Diplômée en médecine de l'Université Laval en 1986, la Dre Denise Drolet s'est, depuis toujours, consacrée à la médecine familiale. Elle a exercé dans divers milieux, mais principalement en cabinet privé. Depuis 2002, elle travaille à temps partiel comme médecin-conseil à la Direction de l'indemnisation des victimes d'actes criminels. Soucieuse de la santé de ses collègues, elle a accepté de collaborer avec le Programme d'aide aux médecins du Québec à titre de médecin traitant pour des confrères en difficulté et comme conférencière pour le volet prévention du Programme. Elle est également maman de deux jeunes adultes dont elle est très fière. La nature et l'activité physique sont pour elle des façons de se ressourcer, et elle est bien heureuse d'en partager quelques minutes avec ses collègues.



2

La région des *Cinque Terre* en Italie représente une très belle destination voyage. Il suffit d'une bonne paire de chaussures, d'une bouteille d'eau, et vous êtes équipés. Les randonnées proposées dans cette région n'ont comme objectif que le plaisir des sens. La mer côtoie les montagnes. On y retrouve des vignobles, des oliviers, des fleurs, de magnifiques couleurs, tout pour reposer votre cerveau!



- 1 Une rue traversant Manarola de la montagne à la mer. Manarola vit du tourisme, de sa vigne et de la pêche.
- 2 Il y avait de nombreux gros cactus en fleur sur notre chemin.
- 3 Vignoble à Manarola. Considérant la pente de cette montagne et la largeur des sentiers qui parcourent le vignoble, les vignerons méritent notre respect!
- 4 Vernazza. Vue du sentier qui relie Monterosso à Vernazza. Ce magnifique village a subi de multiples dégâts lors d'inondations survenues en octobre 2011. Si cette prise de vue reste magnifique, le village en soi a subi de grandes pertes, et, présentement, on y retrouve plusieurs petits chantiers de construction rendant la visite de ce village moins agréable. La randonnée qualifiée de facile par les Italiens nécessite une paire de jambes bien entraînées!
- 5 Personne n'a dit que ce serait facile!
- 6 Contente de s'être entraînée régulièrement!