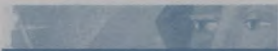


sanitaires particuliers. Un peu de planification et de recherche avant votre départ se révéleront fort précieuses lorsque vous serez à l'étranger.

Même si vous choisissez les hôtels de luxe de préférence aux auberges bon marché, vous devez faire preuve de vigilance à tout moment pour assurer votre bien-être et votre sécurité. Comment faire pour éviter le harcèlement sexuel ou être plus en sécurité dans sa chambre d'hôtel? Comment faire appel à l'assistance consulaire en cas de difficulté?

Vous trouverez dans la présente brochure une foule de conseils pratiques qui abordent ces problèmes, entre autres, du point de vue d'une femme. Elle vise avant tout à inciter les Canadiennes à adopter une approche préventive pour voyager en toute sécurité. Pour en apprendre davantage sur la façon de planifier un voyage sécuritaire et agréable, veuillez consulter la brochure intitulée *Bon voyage, mais...* ou visiter le site Web des Affaires consulaires à l'adresse www.voyage.gc.ca. Bon voyage!



« Voyager ouvre immanquablement des horizons et constitue une véritable école de la vie. J'encourage toutes les femmes à oser voyager pour découvrir à quel point nous, les êtres humains, sommes liés les uns aux autres. Le voyage est synonyme de découverte; il enrichit l'âme et l'esprit. »

Son Excellence la très honorable Michaëlle Jean, gouverneure générale du Canada

SURMONTER LE CHOC CULTUREL

La voyageuse avisée se renseigne le plus possible sur la culture et les coutumes des pays où elle compte se rendre et sur la place qu'y occupent les femmes. Elle s'informe pour savoir à quoi s'attendre et se prépare au plus grand nombre d'éventualités possibles.