

## Atténuer le choc culturel

« Savoir, c'est pouvoir. » La femme qui voyage intelligemment se renseigne le plus possible sur la culture et les coutumes des pays où elle se rend et sur le rôle qu'y jouent les femmes. Il est tout à fait logique de se renseigner pour savoir à quoi s'attendre et se préparer au plus grand nombre d'éventualités possible.

### Sources d'information

Les autres voyageuses représentent l'une de vos meilleures sources d'information sur les voyages. Communiquez avec elles et demandez-

leur des conseils. Prenez note des hôtels, des gîtes touristiques et des restaurants qu'elles recom-

mandent. Demandez-leur si elles ont des amis à l'endroit où vous allez ou si elles connaissent des organismes avec lesquels vous pourriez communiquer ou une librairie où vous pourriez aller une fois à destination. Les conseils et les renseignements que vous pouvez obtenir auprès de ces sources peuvent se révéler très utiles.

En Asie du Sud-Est, des écriteaux à l'entrée des lieux à caractère religieux demandent aux femmes de s'abstenir d'y pénétrer si elles ont leurs règles.

leur journal de voyage. Si elles acceptent, ce sera un moyen formidable de vous familiariser avec d'autres cultures du point de vue d'une femme. En outre, cette lecture vous préparera aux hauts et aux bas susceptibles de se produire sur le plan émotif au cours de votre voyage.

Ne comptez pas sur les médias destinés au grand public pour diffuser de l'information répondant aux besoins particuliers des femmes qui voyagent. Complétez vos lectures au moyen de guides et de bulletins à l'intention des

voyageuses ou de magazines féminins. Ces publications savent se mettre à la place des femmes quand elles traitent des

plus importants problèmes avec lesquels sont aux prises les voyageuses en ce qui concerne la santé, la sécurité, la culture et l'aspect émotif.

Naviguez sur le Web et posez vos questions sur des babillards électroniques. Des voyageuses du monde entier pourraient y répondre adéquatement.

- 4 Demandez à d'autres femmes la permission de lire des extraits de

Le Canada est un pays multiculturel. Trouvez dans votre collec-