

consultez un avocat avant de partir. Pour en savoir plus, vous pouvez consulter notre publication intitulée *Enlèvements interna-*

tionaux d'enfants – Guide à l'intention des parents (voir la section « Sources d'information »).

L'adoption internationale

Au Canada, l'adoption internationale est de compétence provinciale et territoriale. Si vous songez à adopter un enfant à l'étranger, vous devez tout d'abord obtenir de l'information sur les règlements en matière d'adoption de la province ou du territoire où résidera l'enfant. L'adoption d'un enfant relève des provinces et des territoires, mais l'entrée au Canada d'un enfant adopté relève de Citoyenneté et Immigration Canada (CIC). Sans un visa d'immigration approprié, un enfant pourrait se voir refuser l'entrée au Canada; or la demande de visa peut être refusée, même si l'adoption est déjà effectuée.

Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter la publication de CIC intitulée *Processus d'immigration en adoption internationale* (diffusée sur Internet seulement) ou contacter les autorités de votre province ou de votre territoire ou le centre d'appel de CIC le plus près de chez vous (voir la section « Sources d'information »).

Voyager au troisième âge

Le troisième âge est une merveilleuse période de la vie pour voyager. Dans la plupart des cultures, les personnes âgées ont droit à un respect particulier. Les enfants seront attirés par vous. Les femmes du pays vous protégeront et vous souffrirez moins des avances masculines non désirées.

Renseignez-vous à votre bibliothèque pour connaître les nombreux guides de voyage s'adressant aux personnes du troisième âge. Vous y trouverez de précieux

renseignements sur les rabais offerts, la façon d'éviter de payer le supplément parfois imposé aux personnes voyageant seules, les voyages d'étude et les nombreuses possibilités de voyage en groupe offertes aux personnes d'âge mûr.

Vous planifiez des vacances d'aventure comportant une randonnée pédestre ou beaucoup de marche? Si vous ne pratiquez habituellement aucune activité physique, vous avez tout intérêt à commencer un programme d'exercices approprié au moins un mois avant votre départ.