

ou un cri perçant peuvent être utiles pour chasser un agresseur, dissuader un intrus ou appeler à l'aide. Vous voudrez peut-être porter un collier muni d'un sifflet ou une alarme de sécurité personnelle qui émet un son aigu.

Si vous voyagez seule

Voyager seule a ses avantages. Vous pouvez vous déplacer à votre propre rythme, avoir un contact plus direct avec les cultures étrangères et vous faire de nouveaux amis plus facilement. Cependant, dans certaines régions du monde, une voyageuse seule peut aussi attirer une attention non désirée ou se heurter à des obstacles considérables. Par exemple, dans certains pays où la charia est appliquée de façon stricte, il se peut que les femmes n'aient pas le droit de conduire, de voyager seules ou même de sortir en public sans être accompagnées par un proche de sexe masculin ou un groupe de femmes.

Si vous voyagez seule, vous voudrez peut-être choisir des pays qui ont une attitude moins stricte envers les voyageuses autonomes, et où les défis seront moins grands.

Sinon, il serait peut-être sage de faire équipe avec une amie. Il est en effet souvent plus sécuritaire de voyager accompagnée.

Lorsque vous voyagez seule, tenez compte des mesures de sécurité suivantes :

- Évitez de vous retrouver dans des situations où vous seriez isolée et vulnérable. Lorsque vous voyagez en autobus ou en train, prenez place à côté d'une femme. Dans un taxi, assoyez-vous sur la banquette arrière, derrière le chauffeur. Évitez les cabines de train où vous êtes la seule passagère. N'allez jamais marcher, courir ou partir en excursion seule dans des endroits isolés, en particulier la nuit.
- Si vous partez seule pour la journée, laissez une note dans votre chambre indiquant votre destination. Si vous ne rentriez pas comme prévu, cette information faciliterait les recherches.
- Prenez des précautions supplémentaires si vous sortez le soir. Il faut comprendre que, dans plusieurs régions du monde, les femmes « respectables » ne sortent pas seules après la