

Hygiène et sécurité personnelle

Les conditions d'hygiène communautaire ne posent pas un problème majeur. Les bons restaurants ne manquent pas à Lima, mais ailleurs il vaut mieux manger dans un hôtel de tourisme et prendre des précautions raisonnables. Il n'est pas conseillé de manger les aliments que les marchands itinérants offrent dans la rue.

Bien que l'eau soit traitée à Lima, il est conseillé de consommer de l'eau embouteillée. Ailleurs, il faut faire bouillir l'eau. En dehors de Lima, de ses environs et de la région côtière au sud de Lima, la malaria présente un risque au Pérou. En haute altitude, dans les Andes, le manque d'oxygène peut causer des maux de tête que peuvent soulager des comprimés comme la *coramina glucosa*, le thé de coca (*mate de coca*) et les pauses fréquentes pendant les premiers jours.

Le certificat de vaccination contre la variole n'est pas obligatoire pour entrer au Pérou, mais le vaccin contre la fièvre jaune et les antipaludiques sont recommandés à ceux et celles qui séjournent dans la jungle et des injections de gammaglobuline sont conseillées pour se protéger contre l'hépatite.

Dans la plupart des grands hôtels, on peut obtenir un médecin sur demande. Pour votre information, les cliniques suivantes ont un service d'urgence disponible 24 heures sur 24 et un des membres du personnel parle habituellement anglais : Clinica Anglo-Americana, av. Salazar s/n, San Isidro, n° de téléphone 403570; Clínica Internacional, Jr. Washington 1475, Lima, n° de tél. 288060; Clinica San Borja, av. del Aire 333, San Borja, n° de tél. 413141.

Au centre de Lima et de Cuzco, les pickpockets et voleurs sont très entreprenants et il y en a de tous les âges. Ne portez jamais de beaux bijoux. Si vous vous asseyez pour vous reposer, gardez vos sacs à main et paquets sur vos genoux; ne les posez ni sur une chaise, ni par terre près de vous.

Méfiez-vous des personnes qui vous appellent dans votre chambre d'hôtel ou qui vous interpellent dans la rue en prétendant qu'ils représentent une agence de voyage, un service de guides touristiques ou une boutique spécialisée. Elles ne représentent que leurs intérêts personnels. Si votre passeport est volé, communiquez avec l'Ambassade du Canada.