

matière synthétique. Pour de plus grandes quantités d'eau, utiliser Micropur en poudre, vendu dans des sachets en papier résistant.

Toilette

Contrairement à ce que pensent certains, la toilette quotidienne complète est nécessaire, ne serait-ce que pour éviter de nombreuses maladies de peau, dont elle constitue la meilleure prévention.

Dans certaines régions chaudes et sèches, la toilette peut être faite sans savon afin d'éviter de dessécher la peau. Accorder un soin particulier aux plis des membres, aisselles, aines, etc. En cas de besoin, une toilette complète peut être faite avec peu d'eau, en utilisant la méthode saharienne: dans une cuvette, se rincer les mains, puis nettoyer son visage, ensuite toilette corporelle complète, puis jambes et pieds. Enfin cette eau sert à rincer ses sous-vêtements de la journée, et à réhumidifier les gourdes pour les conserver fraîches.

D - CONDUITE

La circulation dans des pays différents de nos régions exige l'adaptation de votre conduite à des circonstances nouvelles. Exemple: au lieu du super-carburant à 98-100 octanes avec lequel vous nourrissez habituellement votre voiture, vous pouvez être amené à voyager dans un pays où vous ne trouverez que de l'essence à 85 octanes. Il faudra modifier votre façon de conduire en conséquence : vous abstenir de monter les régimes et n'accélérer que progressivement.

LA CIRCULATION

D'une manière générale, sur les pistes, méfiez-vous des semi-remorques qui vous croisent. Ils roulent à des vitesses supersoniques et au centre de la piste pour éviter les effets de la tôle ondulée. A vous de vous ranger, c'est la loi du poids. De toute façon, ils sont le plus souvent trop lourdement chargés pour freiner. Lorsqu'ils vous ont croisés, le danger reste aussi grand, car le panache de poussière qui suit vous enlève toute visibilité pendant un long moment. Prenez garde aussi, surtout en Afrique noire, aux passages à niveaux profonds, non gardés et souvent non signalés, où les rails en relief sont friands de pneumatiques et de jantes. De nombreux troupeaux de toutes sortes passent leur temps sur la piste. Si les pintades n'endommagent pas trop une carrosserie, il n'en est pas de même pour les moutons, les vaches ou les zèbres.

Autre danger, celui des ânes, un coup de klaxon ne saurait les faire déguerpir de la piste, car ils ont très souvent les pattes avant entravées. Autre point extrêmement important: dans les traversées de petits villages en brousse, les enfants, les vieillards et même les adultes sont peu habitués aux voitures et ne se rendent pas compte de leur vitesse et du danger qu'elles représentent. Qu'ils soient à pied ou à bicyclette, ils peuvent se décider brusquement à traverser la piste alors que vous arrivez à une dizaine de mètres d'eux.

water per minute. It takes up little room (length 25 cm) and weights 650 g. It provides bacteriologically pure water as long as its ceramic filter element is intact. The life of the element depends on the degree of pollution of the water as well as frequency of use. For additional information, contact Katadyne France, 24, rue du Château, 94500 Champigny, France.

Micropur: a water-soluble salt, chlorine-free, light resistant, a compound in which silver is fixed. When this salt is dissolved in water, the silver ions are freed and destroy any pathogenic bacteria which may have contaminated the water (disinfection). The excess ions remaining in the water protect it from recontamination (preservation).

To treat small quantities of water: Micropur effervescent tablets sealed in plastic-coated aluminium foil. For larger quantities of water, use Micropur powder, sold in strong paper packets.

Personal hygiene

Contrary to what some people think, complete daily washing is necessary, if for no other reason than the prevention of many skin diseases, against which it provides the best prevention.

In certain hot, dry regions (desert), washing may be done without soap to avoid drying the skin. Give particular care to folds in the skin, armpits, groin, etc.

If need be, a complete "bath" can be taken with very little water by using the Sahara method: in a basin, rinse the hands, then wash the face, then the body, then legs and feet. Finally, use the water to rinse the day's undergarments and to moisten the canteen covers to keep them cool.

D - DRIVING



Motoring conditions in the different countries of these regions require that you adapt your driving to new circumstances.

For example: instead of the premium 98-100 octane petrol you normally use in your car, you may find yourself travelling in a country where you will find only 85-octane petrol. You will consequently have to modify your way of driving: refrain from using high speeds, and accelerate gradually.

TRAFFIC

On the trails, as a general rule, be careful when meeting lorries. They drive at supersonic speeds in the middle of the road to avoid the washboard effect. It's up to you to get out of the way; weight rules. In any case, they are too heavily loaded most of the time to brake. When