

## Module 2: Vigilance situationnelle et sécurité personnelle

Bonjour, c'est un plaisir de vous retrouver pour ce module 2 de notre cours en ligne consacré à la sécurité des femmes journalistes. Je rappelle que ce cours s'adresse aux personnes qui se reconnaissent comme femmes et à leurs soutiens : les collègues, la rédaction en chef. Ces conseils de sécurité sont des réflexes que vous pouvez adapter selon le pays et le contexte dans lesquels vous exercez ce métier.

Si vous tombez sur cette vidéo, pensez à regarder le premier module: nous avons parlé de votre analyse des risques, un processus indispensable avant tout départ sur le terrain! Nous avons aussi parlé du protocole de communication efficace, et de votre équipement personnel de protection.

Vous connaissez peut-être l'adage : *en amour comme en reportage, la routine et l'habitude tuent.*

Dans ce module, nous allons donc parler des déplacements, des lieux et de ce que l'on appelle la **vigilance situationnelle** - le fait de savoir reconnaître une situation à risques. Regardez aussi notre entretien avec la journaliste et fondatrice de l'organisation MaMa Project, qui soutient les femmes journalistes en Afrique. Tatiana a été grand reporter pendant quinze ans à travers le continent, elle vous livre dans notre entretien ses conseils et bonnes pratiques.

**La vigilance situationnelle**, aussi appelée **l'intelligence des situations**, c'est le fait de savoir reconnaître ce qui est en train de se passer. La nature étant bien faite, nous avons un instinct de survie qui peut nous aider : nous sommes capables de savoir lorsqu'il y a un danger. Selon votre culture et vos croyances, vous appellerez cela le 6e sens ou donnerez même une dimension spirituelle à ce sentiment, ce *feeling* qui nous fait ressentir les choses avant même que notre cerveau puisse les expliquer - d'autres disent que l'instinct est aussi le savoir qui vient de la somme de nos expériences.

On parle aussi des **signaux faibles** : la capacité à détecter et analyser ces signaux peut vous permettre d'anticiper une situation dégradée ou tendue.

Ce qu'on va chercher à faire, ici, c'est 1. **Identifier** le risque 2. **Évaluer** rapidement le risque 3. **Contrôler le risque. IEC.** Souvenez-vous de cet acronyme quand vous serez sur le terrain. Une situation se présente : IEC. Identifier, évaluer, Contrôler.

Face au danger, nous avons deux types de réaction : **fuir ou se battre**. On peut aussi rester figé.e, comme un petit animal devant les phares d'une voiture, dans un état de sidération. Pourquoi je le mentionne? Parce que c'est important de savoir comment nous fonctionnons face au danger et comment ces réactions peuvent affecter notre capacité à gérer les risques - voici aussi pourquoi on établit tous ces protocoles de sécurité, pour nous aider à prendre des décisions dans un moment où l'on va perdre nos moyens.

Notre intuition, donc, va nous aider à détecter "**la présence de l'anormal, et l'absence du normal**". Cela peut être un léger changement dans l'environnement que vous avez l'habitude de fréquenter. Un éclairage restreint. Une route, auprès de laquelle les enfants

jouaient, mais ce jour-là, même les marchands ambulants ne sont pas sortis, c'est un *je ne sais quoi*, quelque chose d'imperceptible à qui n'y prêterait pas attention, mais justement, vous, vous allez y prêter attention. On ne sait pas, à ce stade, quel est le risque ou la menace exacte, mais nous "sentons" que quelque chose ne va pas. C'est généralement à ce moment-là que notre corps frissonne, et vos poils se hérissent. Ça peut paraître étrange, mais d'une certaine manière, notre corps sait, avant nous, que quelque chose se passe.

On sait, donc, que quelque chose ne va pas. Mais comment prendre une bonne décision sur ce qu'il faut faire pour rester en sécurité? Il existe plusieurs méthodes. Certains préconisent d'imaginer un code couleur - on va prendre le code couleur de Dean Cooper. Vous pouvez voir que quand vous êtes dans la zone blanche, vous ne savez pas ce qui se passe autour de vous, par exemple vous êtes sur votre téléphone portable - bref, vous n'êtes pas forcément très attentive à votre environnement extérieur. A ce moment-là, vous n'avez pas conscience de ce qui se passe.

Attention, la conscience de ce qui vous entoure dépend aussi du type de travail que vous menez. Si vous êtes en train de tenir une caméra, à la minute où vous la placez devant votre visage, votre vision est bloquée. C'est pourquoi nous vous encourageons à travailler avec un ou une collègue, car si vous filmez par exemple, c'est important d'avoir quelqu'un derrière vous qui vous guide si vous vous déplacez au sein d'une foule.

En jaune, je suis en éveil, mais pas en alerte. Et ça va augmenter en fonction de la proximité de la menace. Pourquoi ce système de code couleur? Parce qu'en fait, nous ne voulons pas être en alerte rouge tout le temps, c'est uniquement quand une menace directe vous touche.

Dans ces moments-là, vous êtes sous adrénaline et être sous adrénaline tout le temps, c'est totalement épuisant. Le cœur se met à battre, vous respirez rapidement, vos paumes de main sont moites. Votre corps est votre meilleur allié : il réagit pour que vous n'ayez pas envie de rester là où vous êtes trop longtemps. Nous devons donc penser à des manières de nous sortir de cette zone rouge de sorte à ce que notre système nerveux soit plus calme.

Cet instinct - parfois on dit aussi qu'on sent les choses "dans nos tripes" - c'est quelque chose que vous apprenez à reconnaître avec l'expérience. Ecoutez toujours ce ressenti, ne l'ignorez pas. Peut-être que certains de vos collègues qui sont habitués à prendre des risques, et l'ont normalisé en quelque sorte parce qu'ils y ont été énormément exposés, vont vous dire d'ignorer ce ressenti. N'en faites rien. Cela demande du courage d'écouter cette sensation, et d'agir en conséquence.

OK, donc à ce stade, j'ai identifié le danger. Et maintenant, je fais quoi? Premier moyen de gérer le danger: l'éviter. Pas évident, si vous prenez des photos ou que vous filmez en plein milieu d'une manifestation. Dans ce cas, une manière de gérer ce risque est de limiter le temps d'exposition au risque. Vous n'avez pas à rester dans une situation au-delà du temps nécessaire pour obtenir les photos dont vous avez besoin par exemple. D'où l'intérêt, d'un point de vue sécuritaire aussi, à bien définir son objectif éditorial. Vous savez pourquoi vous êtes là, et ce dont vous avez besoin.

Autre stratégie d'évitement : pensez à la communication non verbale. Imaginez, quelqu'un marche dans votre direction de manière un peu trop hâtive à votre goût... Danger potentiel,

vous êtes en zone jaune orangé. Pensez à la manière dont vous vous tenez. Le buste dégagé, la tête haute, et le fait de sembler avoir confiance à ce moment-là peut faire toute la différence, même si crevez de trouille au fond de nous. Certains préconisent parfois d'hausser la voix pour dissuader l'agresseur - soit en parlant fort, en criant, ou en ayant l'air fou - essayez de voir, selon la situation, quelle stratégie vous conviendrait le mieux.

Attention aussi aux situations potentiellement tendues où vous préférerez la jouer profil bas. A la douane, au check-point. N'oubliez pas que *"Face à un homme armé, mieux vaut passer pour un imbécile que de déclencher l'hostilité"*. On ne s'énerve pas, on reste ferme et polie.

Encore une fois, je tiens à signaler ici que nous sommes en train d'évoquer des *tentatives* visant à limiter les risques de menaces directes à votre intégrité physique et psychique. Cela ne veut pas dire évidemment que la personne ne va pas s'en prendre à vous - nous n'avons malheureusement pas de pouvoir sur le comportement des agresseurs.

Vous vous souvenez, dans notre analyse des risques, on a imaginé des hypothèses pour fuir le danger. Pensez aussi à la manière dont vous pourrez potentiellement utiliser vos compétences journalistiques ou en communication pour négocier un moyen de vous en sortir. C'est difficile à dire, mais parfois faire preuve d'empathie avec la personne qui essaie de s'en prendre à vous peut vous permettre de mieux comprendre ce qu'ils veulent. Gardez un ton toujours poli (= vous ne les agressez pas) et ferme - pour montrer que vous n'êtes pas une personne vulnérable.

En cas d'agression, ça peut être aussi utile d'avoir un sac ou un portemonnaie dont vous pouvez vous débarrasser en le jetant à vos assaillants, s'ils en ont après votre argent. Ça peut vous donner du temps et de l'espace, pour trouver une porte de sortie ou fuir.

Attention : conservez cet état de vigilance situationnelle tout au long de votre reportage, et aussi quand vous quittez les lieux risqués et plutôt dangereux, parce que nous avons tendance à baisser notre garde lorsque nous changeons de lieu. Essayez de conserver ce niveau de conscience jusqu'à l'endroit où vous logez et où vous pouvez décompresser.

Voilà qui nous amène donc à la question de l'endroit où vous logez, et où vous aurez besoin de vous reposer. Souvenez-vous, quand vous traversez des situations difficiles, vous êtes sous adrénaline et votre système nerveux tourne en boucle. Par conséquent, il vous faut réfléchir à la meilleure manière de décompresser.

Que vous logiez dans une chambre d'hôtel, chez des contacts, dans une ONG ou une famille d'accueil, une habitation personnelle ou un Airbnb, vous devez pouvoir vous sentir bien dans votre lieu de repos.

Souvenez-vous, dans le module 1, on a parlé de la phase de la planification. Quand vous regardez où vous allez rester, c'est utile de savoir où l'hôtel se situe par rapport à l'aéroport et d'où vous allez voyager. Tout le monde ne va pas prendre l'avion, certains iront en voiture, certains vont voyager à travers les Etats... Assurez-vous que vous visualisez bien le temps et la distance requises.

Où est situé le village le plus proche, quelles sont les différentes localisations aux alentours... Si on interview des personnes qui sont à risques, vous devrez les interviewer dans un lieu facile d'accès et sûr pour elles et vous. Attention à l'effet "hôtel de journalistes". En zone hostile, cela peut vous protéger d'être dans un hôtel sécurisé avec les confrères /consoeurs, mais cela peut aussi faire de vous une cible. Prenez le temps d'évaluer les risques inhérents à chaque choix de localisation. Parlez-en avec des collègues journalistes - et croisez les sources :)

Concernant la réservation, maintenant. En amont de votre voyage, il est peut être préférable de réserver un lieu en utilisant votre carte bancaire personnelle si vous travaillez pour une organisation, car cela pourrait alerter quelqu'un sur le fait que vous arrivez, et ça vous rendrait plus vulnérable. On pourrait faire des recherches sur vous, installer un micro dans votre chambre, etc.

Quand vous réservez une chambre, vous pouvez simplement utiliser la première initiale de votre nom et un surnom pour éviter de faire référence à votre genre. Prenez une chambre avec un lit double et demandez deux clés - comme ça, les gens penseront que vous n'êtes pas seule. Vous pouvez aussi réserver au nom de Mr et Mme.

N'en dites pas trop sur votre arrivée et soyez vigilante avant de partager des éléments sur votre itinéraire - où vous étiez avant, où vous allez ensuite, surtout si vous sentez que c'est risqué. Ne dites pas sur les réseaux sociaux que vous allez voyager et où.

Si vous êtes hébergée dans un hôtel, essayez de choisir où vous serez, mais ne mettez pas en avant votre besoin de sécurité, ça va mettre la puce à l'oreille. Ne dites pas : "je veux rester entre le 2nd et le 5e étage de l'hôtel, ni : "je veux être près d'une cage d'escalier, parce que les criminels ciblent plutôt ces chambres là, comme ils disposent d'un échappatoire facile d'accès" ou bien "je veux une chambre proche d'un ascenseur - il y a plus de passage, c'est donc plus sûr." Mais vous pouvez demander à changer de chambre sous prétexte que la vue ne vous convient pas, ou qu'un truc ne va pas dans la chambre. En un mot : **dis-cré- tion**. On ne veut pas que les employés de l'hôtel ou les personnes présentes à l'hôtel, qu'on ne connaît pas, sachent que l'on s'inquiète pour notre sécurité. Vous pouvez demander à la personne à la réception qu'elle écrive votre numéro de chambre sur un papier, plutôt que de l'annoncer haut et fort avec plein de monde autour.

Une fois dans votre chambre, vérifiez les loquets, les verrous. Mettez une cale en bois sous la porte, ça permet de la bloquer si quelqu'un tente d'entrer dans la nuit. Certains préconisent de mettre une alarme de porte - si quelqu'un tente de la forcer, vous en êtes informée et c'est dissuasif. Si vous couvrez une catastrophe naturelle et que vous dormez sous une tente, vous pouvez aussi avoir une **corne de brume**. Oui, oui. Une corne de brume. C'est assez dissuasif pour l'agresseur. Dans tous les cas, faites-vous confiance et écoutez votre instinct.

Si vous voyagez avec des collègues, assurez-vous que vous connaissez les numéros de chambres de chacun. Au moins, si vous avez besoin d'aide, vous savez quelles chambres appeler, et inversement.

C'est bien aussi de savoir où se situe la sortie de secours de l'hôtel. Je vous recommande de prendre une photo du plan de secours que vous trouvez souvent à l'intérieur des ascenseurs, vous savez. L'un des plus grands dangers dans le fait de rester dans les hôtels, ce sont les **attaques terroristes ou les tireurs fous**. Dans ces situations de confusion et de chaos, vous devez savoir combien de sorties sont disponibles pour vous.

Si une telle attaque se produit, vous avez deux options ici. Courir et fuir. Ou bien rester dans la chambre parce que prendre le temps de chercher une sortie vous exposerait à un risque additionnel. Dans ce cas, verrouillez votre porte, mettez votre téléphone sur silence. Fermez vos lumières et utilisez tout ce qui se trouve à votre disposition pour barricader la porte - un matelas, des chaises, une table, l'objet le plus épais que vous trouverez sous la main. Un matelas est toujours une bonne option. Cachez-vous et restez là jusqu'à ce que quelqu'un arrive. Si vous décidez de rester dans la chambre, restez dans la chambre. Si vous décidez de courir, courez parce que vous n'aurez pas beaucoup de temps à ce moment-là. La réception, le hall de l'hôtel sont les endroits les moins sûrs dans ces cas-là. Il est également recommandé de prendre une chambre qui donne sur la cour intérieure plutôt que sur la rue.

Concernant les lieux de rendez-vous, c'est bien de voir aussi en amont où sont les sorties et les entrées, et de vous assurer que vous savez comment vous y rendre, mais aussi que vous connaissez quelques routes alternatives, pas seulement la route la plus simple. Si vous pensez que quelqu'un vous suit dans ce lieu, vous pourrez ainsi facilement changer de direction. Vous pourrez alors prendre une route complètement illogique et si la personne continue de rester près de vous, alors elle est potentiellement en train de vous suivre. A ce moment-là, vous pouvez annuler ce rendez-vous et le reprogrammer un autre jour.

Encore une fois, c'est très important de faire une évaluation des risques pour vous, mais aussi pour les personnes - les sources - que vous emmenez dans ces lieux de rendez-vous. Votre présence les met-elles en danger? Votre responsabilité journalistique, c'est de poser ces questions en amont à la personne que vous allez rencontrer - leurs besoins, d'un point sécuritaire, peuvent être différents.

Sur la sécurité du lieu lui-même, demandez-vous si vous voulez un lieu pas trop bondé pour ne pas être entendu. Ou un endroit dans lequel il y a du monde, pour éviter de donner le sentiment que vous allez parler de quelque chose de sensible? Y aura-t-il une autre personne, qui fera la traduction par exemple? Dans ce cas-là, est-ce que quelqu'un garde un oeil sur les sorties, ou vient vous chercher? Attention - si un groupe armé a kidnappé un membre de la famille de votre traducteur, les risques pour vous ne sont pas les mêmes.

En fonction des contextes, si vous êtes dans une zone où vous êtes la seule journaliste noire ou la seule journaliste blanche par exemple, cela a forcément une incidence sur la manière dont vous allez attirer ou non l'attention, et donc pour votre sécurité. En avoir conscience vous permet d'évaluer l'impact potentiel et de mettre en œuvre des stratégies d'adaptation.

C'est la fin de cette vidéo. Nous avons donc parlé dans ce module de la nécessité de vous fier à votre instinct - encore faut-il savoir interpréter ces signes.

Nous avons aussi parlé de la sécurité de votre hébergement, des différents lieux dans lesquels vous vous rendrez, et notamment des endroits dans lesquels rencontrer des sources que vous allez interviewer.

En matière de sécurité, c'est du cas par cas et il y a tout un tas de points que nous n'abordons pas évidemment. Pensez à en discuter avec des collègues et à faire des recherches préalables systématiquement pour adapter ces conseils à votre contexte et votre situation.

Regardez aussi, comme toujours, les ressources en lien.

Je vous retrouve pour le module trois, dans lequel nous allons parler de harcèlement sexuel et de violence basée sur le genre. C'est un point essentiel pour la sécurité des femmes journalistes, et nous en parlerons avec notre invitée, la journaliste béninoise Angela Kpeidja.

N'oubliez pas : ne **vous** oubliez pas. Écoutez-vous, et prenez soin de vous autant que possible.