

## Accidents et blessures dans les plans d'eau destinés aux loisirs

Les plans d'eau destinés aux loisirs – notamment les plages en bord de mer, les lacs et les rivières d'eau douce, les piscines et les spas – peuvent poser des risques pour la santé et la sécurité. Faites preuve de bon sens lorsque vous êtes près de l'eau. Lorsque vous êtes à bord d'une embarcation, évitez l'alcool, portez un gilet de sauvetage et prenez les précautions suivantes :

- Sachez reconnaître les eaux dangereuses, comme les courants de retour (l'eau est habituellement décolorée ou anormalement agitée, spumeuse ou couverte de débris). Si un courant fort vous entraîne loin de la plage, nagez parallèlement à la rive jusqu'à ce que le courant cesse, puis nagez vers la plage.
- Évitez les eaux où des attaques de requins ont déjà eu lieu.
- N'utilisez pas les prises de courant dans les spas ou près des piscines.

- Ne faites jamais de plongée sous-marine seul ou sans formation. Soyez bien hydraté et reposé avant de plonger, ne dépassez pas les limites de votre formation et suivez les directives locales en matière de plongée. Si vous plongez en apnée, faites attention aux méduses, aux poissons pouvant mordre ou piquer ainsi qu'aux coraux.
- Surveillez vos enfants! Utilisez des gilets de sauvetage certifiés et de la bonne taille. Le manque de surveillance de la part des adultes est le facteur le plus courant dans les noyades d'enfants.

## Violence en voyage

La violence est un risque dans de nombreux pays. Les criminels ciblent souvent les touristes et les voyageurs d'affaires, en particulier dans les pays où le taux de criminalité est élevé. Consultez la section « Conseils aux voyageurs et Avertissements » du site [www.voyage.gc.ca](http://www.voyage.gc.ca) pour obtenir des conseils pour les pays particuliers que vous comptez visiter.