



## Water Safety During Travel

### General Advice

Choose to stay in hotels that have lifeguards to supervise the swimming areas. For large groups, you may want to consider hiring a lifeguard.

As a responsible adult around water, you should know:

- How to swim
- How to prevent drowning
- How to begin CPR
- First aid
- Emergency response should there be a drowning.

If you know of a death related to drowning, report it to the Canadian Embassy so they can keep records of travellers that are affected by these kinds of accidents. The embassy will help you with emergencies or when evacuation (leaving the country) may be needed.

### Water Safety

Do NOT assume the water level in any pool, or body of water, is high enough to prevent an injury to the head. Always enter the water feet-first. Know how deep the water is and where there may be any risks under the water before jumping or diving in.

Be aware of any posted signs, showing surf and weather conditions, or other possible risks in the water. Examples of these kinds of risks could include animal or plant life in the water, objects that may be hidden under the water, drop offs that may not be expected, and cloudy or dirty water. Big waves and strong tides and currents should also be avoided.

Learn about risks that are related to sea life and other risks that are in, or near, the water.

Try not to touch reefs, plants or animal life with your hands, feet, or body while you are in the ocean.

### Alcohol and Drugs

**The risk of drowning increases when alcohol or drugs are used in and around the water.**

If you are planning to drink more than one drink of alcohol, you should not:

- Swim
- Supervise children around the water
- Drive
- Be a passenger in a boat.

Avoid riding in a boat where the driver is not experienced, especially if you think they are under the influence of alcohol or drugs.

### Diving and Snorkeling

Scuba dive only if you have taken lessons and have become certified. Make sure you always follow the diving rules and regulations.

For travellers who plan to scuba dive, a doctor should check your physical and mental health on a regular basis, especially after you have been sick or injured.

Never dive or snorkel alone. Always have a buddy.

Identify that you are a scuba diver by using the “diver-down flag”. Place it on the boat or drag it along with a buoy and line.



## Water Safety During Travel

### Personal Flotation Devices (PFDs) or Lifejackets

Bring PFDs along if you think one will not be available, especially for children, and adults who cannot swim. **PFDs will keep you from sinking but maybe not from drowning.** Choose a PFD that is the right size and has a label stating it is approved.

People should wear PFDs if they are around water and:

- Cannot swim
- Are water skiing or being pulled by a boat
- Are driving a boat
- Are participating in white water boating activities
- Are sail boarding
- Are on a boat that is 4.8 m metres (16 ft) and over.

While on a yacht or a cruise ship, look for where the PFDs are kept, and make sure there are enough for all members in your group, especially for older people, adults who cannot swim, and for children.

### Boating

If you plan on driving a boat, make sure you have the proper training & experience. Take a boating course from an agency that is certified before leaving Canada, to learn about boating rules, emergency procedures, and the effects of wind, water and weather conditions.

The following equipment should be available on the boat:

- The proper number of PFDs
- An oar (or paddle)
- A fire extinguisher (if on a boat with a motor)
- A first aid kit

- An oxygen kit (if boat is being used for scuba diving).

### Advice for Travellers with Children

If you are travelling with young children, check with your hotel to make sure that the children will not have direct access to the water (ocean, lake, river, or pool) where they could possibly drown.

Swimming pools should be completely surrounded by a fence that cannot be climbed, with a minimum height of 1.2 metres (4 ft), and with a gate that closes on its own. This helps protect children you may be travelling with, and the children who may live or play nearby.

Before your trip, decide who will be responsible for supervising the children, and those adults who do not swim. This person should be an adult who is:

- Not drinking
- Who is able to pay full attention to the child
- Who knows CPR and how to begin an emergency response plan

**Do not have older children responsible for younger children.** Even children who are very good swimmers need to be supervised when in and around the water.

Hot tubs and spas should be covered when not in use to protect children from drowning.



## Sécurité aquatique pendant les voyages

### Conseils généraux

Choisissez un hôtel qui a un maître nageur pour surveiller les endroits où l'on peut nager. Si vous voyagez avec un grand groupe de personnes, vous pourriez considérer embaucher un maître nageur.

Les adultes responsables devraient :

- savoir nager;
- savoir comment prévenir la noyade;
- être capables de commencer la réanimation cardio-respiratoire;
- pouvoir prodiguer les premiers soins;
- savoir quoi faire en cas de noyade.

Si vous savez qu'une personne s'est noyée, signalez cela à l'ambassade du Canada, pour que cet accident soit inscrit dans ses dossiers. L'ambassade vous aidera en cas d'urgence ou de nécessité d'évacuation (si vous devez quitter le pays d'urgence).

### Sécurité aquatique

NE PRÉSUMEZ PAS que l'eau d'une piscine ou d'une autre étendue d'eau est assez profonde pour que vous ne vous blessiez pas à la tête en plongeant. Entrez toujours dans l'eau les pieds les premiers. Avant de sauter ou de plonger, examinez la profondeur de l'eau et repérez les endroits où il peut y avoir des risques sous l'eau.

Soyez conscient(e) des panneaux indiquant la force des vagues ou du courant, les conditions météorologiques et les autres risques qu'il peut y avoir dans l'eau. Ces risques peuvent venir de plantes ou d'animaux, d'objets cachés, de dénivellations inattendues ou du fait que l'eau soit trouble ou sale. Évitez aussi les grosses vagues et les marées et courants forts.

Renseignez-vous sur les risques que posent les espèces marines et les autres risques qui existent dans l'eau ou à proximité.

Essayez de ne pas toucher les récifs, les plantes ou les animaux avec la main, le pied ou le corps quand vous nagez en mer.

### Alcool et drogues

**Le risque de noyade augmente lorsqu'on boit ou lorsqu'on se drogue dans l'eau ou à proximité.**

Si vous avez l'intention de boire plus d'un verre d'alcool, vous ne devriez pas :

- nager;
- surveiller des enfants qui sont à proximité de l'eau;
- conduire;
- être passager d'un bateau.

Ne montez pas dans un bateau dont le pilote est inexpérimenté, surtout si vous pensez que cette personne a trop bu d'alcool ou est droguée.

### Plongée libre ou plongée sous-marine

Ne faites pas de plongée sous-marine si vous n'avez pas suivi de cours et que vous n'êtes pas certifié(e). N'oubliez jamais de suivre les règles de la plongée.

Si vous avez l'intention de faire de la plongée sous-marine en voyage, un médecin devrait vérifier votre état de santé physique et mentale régulièrement, surtout si vous avez été malade ou blessé(e).

Ne partez jamais en plongée libre ou en plongée sous-marine sans un compagnon ou une compagne de plongée.

Indiquez votre présence en utilisant un « drapeau de plongée », que vous placerez sur le bateau, ou que vous traînerez au moyen d'un câble et d'une bouée.



## Sécurité aquatique pendant les voyages

### Vêtements de flottaison individuels (V.F.I.) ou gilets de sauvetage

Amenez des V.F.I. si vous pensez qu'il n'y en aura pas là où vous allez, surtout pour les enfants et les adultes qui ne savent pas nager. **Un V.F.I. vous empêchera de couler, mais pas nécessairement de vous noyer.** Choisissez un V.F.I. de la bonne taille et qui porte une étiquette indiquant qu'il est homologué.

Les gens devraient porter un V.F.I. lorsqu'ils sont à proximité de l'eau si :

- ils ne savent pas nager;
- ils font du ski nautique ou se font tirer par un bateau;
- ils pilotent un bateau;
- ils font du bateau en eau vive;
- ils font de la planche à voile;
- ils sont sur un bateau de 4,8 mètres (16 pi) et plus.

Si vous êtes sur un yacht ou un bateau de croisière, repérez l'endroit où se trouvent les V.F.I. et assurez-vous qu'il y en a assez pour tous les membres de votre groupe, surtout les personnes âgées, les adultes qui ne savent pas nager et les enfants.

### Navigation de plaisance

Si vous avez l'intention de piloter un bateau, veillez à avoir la formation et l'expérience nécessaires. Avant de quitter le Canada, suivez un cours auprès d'un organisme certifié, afin d'apprendre les règles, les précautions d'urgence, ainsi que l'effet du vent, de l'eau et des conditions météorologiques.

L'équipement suivant doit être présent sur le bateau :

- le nombre voulu de V.F.I.;
- un aviron ou une pagaie;
- un extincteur (si le bateau a un moteur);

- une trousse de premiers soins;
- une trousse d'oxygène (si le bateau est utilisé pour aller faire de la plongée sous-marine).

### Conseils pour voyageurs avec enfants

Si vous voyagez avec des jeunes enfants, vérifiez auprès de l'hôtel que les enfants n'auront aucun accès direct à l'eau (océan, lac, rivière ou piscine) pour qu'il n'y ait pas de risque de noyade.

Les piscines devraient être complètement entourées d'une clôture d'une hauteur minimale de 1,20 mètre (4 pi) que l'on ne peut pas escalader et qui a un portail se fermant automatiquement. Ceci permet de protéger les enfants avec lesquels vous voyagez, ainsi que les enfants qui vivent ou jouent dans les environs.

Avant le voyage, décidez de la personne qui sera chargée de surveiller les enfants et les adultes qui ne savent pas nager. Cette personne devrait être un(e) adulte qui :

- ne boit pas;
- est capable de consacrer toute son attention aux enfants;
- connaît la réanimation cardio-respiratoire et sait quoi faire pour commencer à intervenir en cas d'urgence.

**Ne demandez pas à un enfant plus âgé de s'occuper des petits.** Même les enfants qui nagent très bien devraient être surveillés lorsqu'ils sont dans l'eau ou à proximité.

Les cuves thermales devraient être couvertes lorsqu'elles ne sont pas utilisées, afin d'empêcher les enfants de se noyer.