



Dreaming of getting away for a vacation somewhere new and exciting? You can enjoy your trip even more when you feel prepared for whatever may come your way. These four simple travel safety tips will help ensure that your next adventure is fun, relaxing and safe.

Plan ahead

Planning your next vacation can be very exciting, but make sure to research your destination before booking your trip. Take note of contact information for emergency services in the area you will be visiting, and unsafe neighborhoods or activities that should be avoided. If you are traveling internationally, review the [Government of Canada's](#) travel advisories. Remember your travel insurance could be voided if you travel somewhere with a government-issued travel advisory.

Be safe while using public Wi-Fi

Staying connected while traveling can be very helpful for getting around but accessing public Wi-Fi can put you at risk. A good rule of thumb is to keep your Wi-Fi turned off, so your phone does not automatically connect to

unsecure public Wi-F networks, and to use your mobile data whenever possible. If you need to access personal information, such as banking or insurance, set up your device with a VPN (Virtual Private Network), which will allow you to use the internet securely.

Check in with loved ones

Staying safe, while having a good time, is important. Before you go on your trip, share your itinerary with a friend or family member. Check in with them frequently and let them know if you make any changes to your plan. Make this a habit for any type of trip, whether you are going on a road trip for the weekend or flying overseas for a month. Better to be safe than sorry!

Stay sun safe

As the days get colder and winter approaches, a trip to somewhere hot and sunny is welcome. Be sun smart on your trip by wearing light, breathable fabric, and a hat and sunglasses. Decrease your risk of dehydration by drinking lots of water, and make sure to reapply sunscreen often – remember even if it is cloudy, you can burn!

Resources

- [Government of Canada | Sun and heat safety tips for travelers](#)
- [Government of Canada | Get Cyber Safe: Public Wi-Fi](#)



Vous rêvez de partir en vacances dans un endroit nouveau et passionnant ? Vous profiterez d'autant plus de votre voyage que vous vous sentirez préparé à tout ce qui pourrait vous arriver. Ces quatre conseils simples de sécurité en voyage vous aideront à faire en sorte que votre prochaine aventure soit amusante, relaxante et sûre.

Planifiez à l'avance

Planifier vos prochaines vacances peut être très excitant, mais assurez-vous de faire des recherches sur votre destination avant de réserver votre voyage. Prenez note des coordonnées des services d'urgence dans la région que vous visiterez, ainsi que des quartiers ou des activités dangereuses à éviter. Si vous voyagez à l'étranger, consultez [les conseils aux voyageurs du gouvernement du Canada](#). N'oubliez pas que votre assurance voyage pourrait être annulée si vous voyagez dans un endroit où le gouvernement a émis un avis aux voyageurs.

Soyez prudent lorsque vous utilisez le Wi-Fi public

Rester connecté en voyage peut être très utile pour se déplacer, mais l'accès au Wi-Fi public peut vous mettre en danger. Une bonne règle consiste à désactiver le Wi-Fi, afin que votre téléphone ne se connecte pas automatiquement aux réseaux Wi-Fi publics non sécurisés, et à utiliser vos données mobiles chaque fois que possible. Si vous devez accéder à des informations personnelles, comme des données bancaires ou d'assurance, configurez votre appareil avec un VPN (réseau privé virtuel), qui vous permettra d'utiliser l'internet en toute sécurité.

Connectez-vous avec vos proches

Il est important de rester en sécurité, tout en passant du bon temps. Avant de partir en voyage, partagez votre itinéraire avec un ami ou un membre de votre famille. Contactez-les fréquemment et informez-les si vous apportez des modifications à votre plan. Faites-en une habitude pour tout type de voyage, qu'il s'agisse d'un week-end sur la route ou d'un mois à l'étranger. Mieux vaut prévenir que guérir !

Restez à l'abri du soleil

Alors que les jours se refroidissent et que l'hiver approche, un voyage dans un endroit chaud et ensoleillé est le bienvenu. Faites attention au soleil pendant votre voyage en portant des vêtements légers et respirants, un chapeau et des lunettes de soleil. Réduisez le risque de déshydratation en buvant beaucoup d'eau et veillez à renouveler souvent l'application de votre écran solaire. N'oubliez pas que même si le temps est nuageux, vous pouvez brûler.

Ressources

- [Gouvernement du Canada | Pensez cybersécurité](#)
- [Gouvernement du Canada | Conseils sur la sécurité au soleil](#)

The Manion Living Well Team

www.manionwilkins.com

[Send to a Friend](#) · [View this Online](#) · [Unsubscribe](#)

Manion: 500 – 21 Four Seasons Place, Toronto, Ontario M9B 0A5 CA 1-833-344-6944