Profiter des vacances l'esprit TRANQUILLE

GENERALI

Profiter des vacances l'esprit TRANQUILLE

GENERALI

15 518 876

INTERVENTIONS
d'assistance ont été réalisées par Europ Assistance en 2015, soit **3,9 millions d'appels** traités et 7 appels en moyenne par minute.

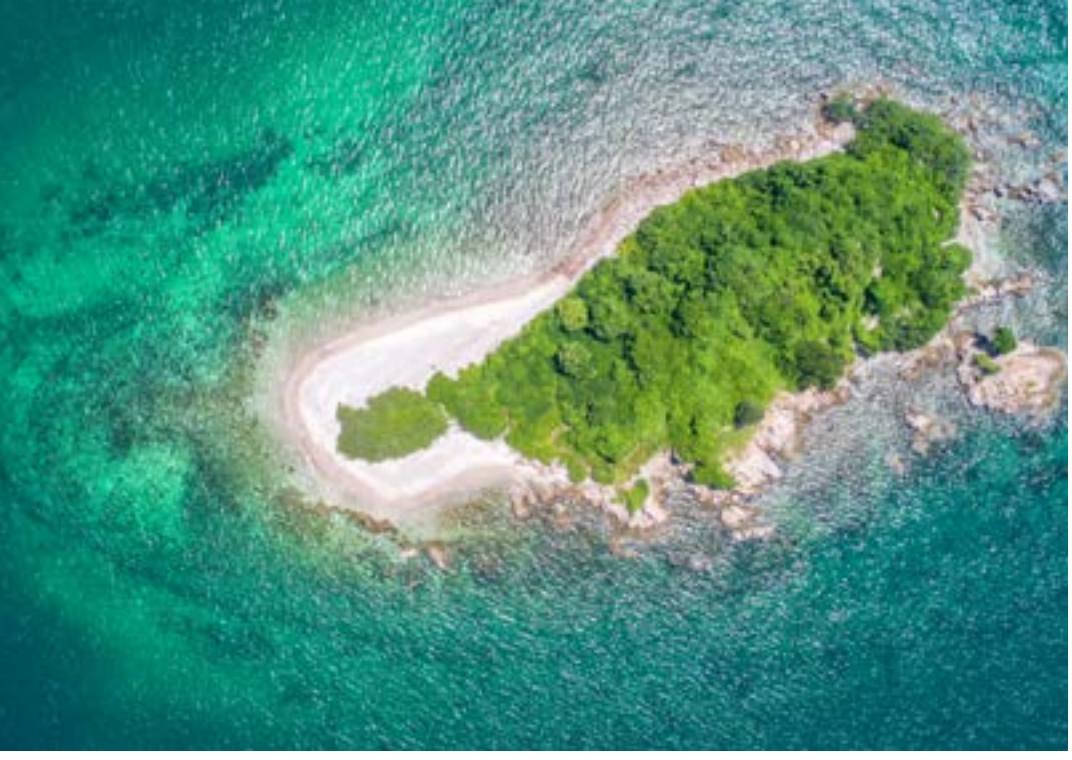
Profiter des vacances l'esprit TRANQUILLE

Les vacances arrivent enfin ! Au soleil, à la mer ou à la montagne, en France ou à l'étranger... Qu'elles soient calmes, actives ou sportives, elles permettent de déconnecter. Mais gare à trop d'insouciance : pour en profiter, mieux vaut mettre un peu de prévention dans ses bagages…

Vacances, j'oublie tout ! Entonner ce refrain est tentant. Qui n'en a pas rêvé ? Selon un récent sondage BVA pour la presse régionale, les Français souhaitent avant tout passer des vacances tranquilles et ensoleillées. Nous désirons, en majorité, nous reposer à la mer, au calme et au soleil. Pour 47 % d'entre nous, la priorité est d'abord d'éviter la foule, et pour 36 % la pluie. Avec cinq semaines de congés payés et onze jours fériés, la France se situe parmi les pays européens les mieux lotis, juste derrière l'Autriche, Malte et la Pologne. Entre mer et montagne, les Français peuvent facilement changer d'air tout en restant dans l'Hexagone.

Le risque zéro n'existe pas

Pourquoi s'inquiéter, surtout si l'on n'aspire à rien d'autre qu'à se reposer ? Un sondage de la société Europ Assistance (filiale du Groupe Generali) révèle en 2018 que 39 % des Français estiment ne pas avoir besoin d'une assurance voyage pour la simple raison… qu'ils pensent ne prendre aucun risque durant leurs vacances ! Cela peut être vrai, à condition de penser à tout. Or les statistiques prouvent que le risque zéro n'existe pas. Certaines précautions, il est vrai, dépendent de nous : bien fermer la maison et penser à la faire surveiller un minimum, préparer la trousse à pharmacie familiale en fonction des âges et des traitements de chacun, choisir le bon équipement avant de partir.



Les Européens prennent en compte les risques avant de partir

Pour choisir leur destination de vacances estivales, les Européens considèrent en priorité le budget et le climat*. C'est bien naturel, seulement la perception des risques prend aussi une part importante dans les choix : la crainte des attentats joue pour 42 %, les risques sanitaires pour 37 %, d'attaque personnelle pour 36 % et d'infection par le virus Zika pour 32 %. Une prise de conscience qui ne protège pas de tous les imprévus.

* Baromètre Europ Assistance « Les vacances d'été des Européens, des Américains et des Asiatiques », édition 2018

Des risques sous toutes les latitudes

L'imprévu fait partie du voyage, le danger parfois aussi. En été comme en hiver, en France comme à l'étranger, la nature du risque dépendra bien sûr de la destination choisie. S'y ajouteront d'autres aléas liés aux circonstances naturelles, au hasard ou simplement à une baisse fugace du niveau de vigilance. Autant d'éléments susceptibles de venir gâcher nos vacances et que l'on peut en partie anticiper. Il faut parfois penser au pire… pour ensuite profiter au mieux.

4 morts par noyade par jour

et **1 266 accidents** en mer, rivière, lac ou piscine chaque été en France.

Source : Enquête noyades 2015 de l'Inpes

VRAI ou FAUX

Êtes-vous prêt pour les vacances ?

Évaluez-vous et jouez avec vos proches. Retrouvez les solutions ci-dessous et, si vous avez quelques points à réviser, rendez-vous dans les pages qui suivent.

	VRAI	FAUX
1 La gendarmerie peut surveiller mon logement si je lui signale mon absence *(p. 6)*	◯	◯
2 Aucun vaccin n'est obligatoire pour voyager à l'étranger (p. 7)	◯	◯
3 Les médicaments sans leurs ordonnances sont autorisés sur toutes les compagnies aériennes (p. 8)	◯	◯
4 En Europe, chaque membre de la famille doit avoir sa propre carte d'assurance maladie (p. 9)	◯	◯
5 En voiture, je dois faire pause toutes les 4 heures *(p. 10)*	◯	◯
6 Les enfants n'ont plus besoin de siège auto à partir de 2 ans *(p. 11)*	◯	◯
7 Il n'est pas nécessaire de couper l'eau, le gaz et l'électricité pendant mon absence *(p. 12)*	◯	◯
8 Les méduses mortes sur la plage sont inoffensives *(p. 14)*	◯	◯
9 Lorsque je pêche à pied, je ne crains rien *(p. 15)*	◯	◯
10 Sur un bateau, je ne quitte jamais mon gilet de sauvetage *(p. 16)*	◯	◯
11 La consommation d'alcool réchauffe : j'en bois davantage à la montagne ! *(p. 18)*	◯	◯
12 Mieux vaut avoir des chaussures toutes neuves pour partir randonner *(p. 19)*	◯	◯
13 Je fais régler mon matériel avant chaque nouvelles vacances au ski *(p. 20)*	◯	◯
14 « Appelez un médecin » se dit « Catch a clinicor » en anglais (p. *22)*	◯	◯
15 Dans les zones à risque, je ne mange que des aliments cuits, bouillis ou pelés *(p. 23)*	◯	◯
16 Si je suis victime d'un vol d'argent à l'étranger, je contacte tout de suite l'ambassade *(p. 24)*	◯	◯
17 Un enfant ne peut pas se noyer dans 20 cm d'eau *(p. 26)*	◯	◯
18 Si un enfant se fait piquer par une tique, je dois seulement veiller à ce qu'il ne se gratte pas *(p. 27)*	◯	◯

Réponses 1 : V - 2 : F - 3 : F - 4 : V - 5 : F - 6 : F - 7 : F - 8 : F - 9 : F - 10 : V - 11 : F - 12 : F - 13 : V - 14 : F - 15 : V - 16 : F - 17 : F - 18 : F

Avant le DÉPART

Des vacances sereines s'organisent, en grande partie, avant le départ. Adoptez les bons réflexes à J-30, J-7 et jusqu'à la veille du voyage.

C'est une actualité saisonnière : en France, un cambriolage surviendrait en moyenne toutes les 90 secondes, avec un pic en été. Les deux tiers des effractions ont lieu pendant les mois de juin, juillet et août, selon l'Observatoire national de la délinquance et des réponses pénales (ONDRP). En révélant ces chiffres, l'ONDRP n'entend pas gâcher votre départ mais juste inviter les vacanciers à la vigilance. Combien d'entre nous ne savent pas encore, par exemple, qu'ils peuvent prévenir la gendarmerie de leur absence ?

Voiture, santé, maison…

Tomber en panne sur l'autoroute, ou malade, faute d'avoir effectué des contrôles nécessaires ou de s'être fait vacciner avant le départ... Ce sont des ennuis, plus ou moins graves, qui n'arrivent pas qu'aux autres et qui peuvent assurément gâcher un séjour. Si la plupart des précautions ne prennent pas forcément beaucoup de temps, encore faut-il les anticiper. À J-30, on pourra ainsi tranquillement s'occuper des questions de santé, des démarches administratives ou des préparatifs qui prennent du temps. Pour ensuite, à J-7, se concentrer sur son trajet. Et pouvoir, le jour J, partir sereinement…

3 millions

de personnes en France **souffrent du mal des transports** (cinétose ou naupathie). Si c'est votre cas, n'oubliez pas de **prévoir des cachets** avant de partir !

Source : Doctissimo

J-30 Diminuer les risques de cambriolage

Prudence, vigilance, anticipation… Pour sécuriser au mieux votre logement, quelques précautions sont à prendre.

Sécurisez votre habitation

1 - Faites installer une alarme qui se déclenche en cas d'intrusion dans votre domicile et alerte la société de surveillance.

2 - Changez votre serrure en cas d'emménagement récent ou de perte de clés.

3 - Pensez à bien fermer vos fenêtres et vos volets en partant.

Équipez-vous d'un coffre-fort

Rangez-y vos objets de valeur (argent, bijoux, papiers…).

Signalez votre congé

Rendez-vous dans votre gendarmerie ou votre commissariat de police pour indiquer vos dates d'absence. Des patrouilles de surveillance seront effectuées et dissuaderont les cambrioleurs.

Ne clironnez pas votre départ

Rien de tel que l'annonce de vos vacances sur votre répondeur ou sur les réseaux sociaux pour avertir d'éventuels cambrioleurs.

• ➤ Évitez de publier vos photos de vacances et désactivez votre géolocalisation, qui constituent de précieux indices. Veillez à ce que vos enfants fassent de même.

Aux États-Unis, plus de 75 % des cambrioleurs utiliseraient les réseaux sociaux pour repérer leurs prochaines victimes.

Réduisez les indices de votre absence

Simulez votre présence.

• ➤ Faites suivre votre courrier sur votre lieu de vacances ou demandez à une personne de confiance de le relever.

• ➤ Demandez à vos voisins d'allumer de temps en temps ou installez un programmateur de lumière, de télévision…

• ➤ Transférez vos appels téléphoniques.

LE SAVIEZ-VOUS ?

95 % des cambrioleurs prennent la fuite lorsqu'une alarme se déclenche !

J-30 S'occuper des formalités essentielles

Certaines démarches, si elles sont négligées avant le départ, peuvent compromettre vos vacances, sur le plan matériel comme sur le plan médical.

Faites contrôler votre voiture

Avant de partir pour un long trajet, une révision chez le garagiste est conseillée. Prévoyez également l'équipement requis en cas de panne.

Demandez votre carte européenne d'assurance maladie

Si vous voyagez en Europe, rendez-vous sur le site ameli.fr et commandez une carte pour chaque membre de votre famille.

Prévenez votre banque

Annoncer votre départ à votre banquier vous évitera de mauvaises surprises. Vérifiez vos plafonds de dépenses et vos garanties et renseignez-vous sur les frais à l'étranger.

Déclarez votre déplacement

Si vous partez à l'étranger, enregistrez-vous dans la rubrique Ariane du site du ministère de l'Europe et des Affaires étrangères (diplomatie.gouv.fr). Vous recevrez ainsi des alertes et des consignes de sécurité en fonction de votre destination.
Vos proches pourront aussi être prévenus rapidement en cas de problème.

Renseignez-vous sur les vaccins

Selon votre destination, certains sont obligatoires, d'autres conseillés.

Consultez le site de l'Institut Pasteur : pasteur.fr
ou celui du ministère de l'Europe et des Affaires étrangères : diplomatie.gouv.fr

Certains vaccins et documents d'identité requièrent une préparation supérieure à 30 jours.
Renseignez-vous à l'avance !

LES DOCUMENTS INDISPENSABLES

- Vérifiez quels papiers sont nécessaires à votre voyage (passeport à longue validité, visa, autorisations…).
- Assurez-vous de la validité de vos documents d'identité.
- Envoyez-vous un scan par mail de ces documents pour avoir une copie en cas de perte.
- Pensez aussi à vos certificats de vaccination, à votre carte de groupe sanguin, à votre permis de conduire…

J-7 Anticiper les problèmes de santé…

Votre trousse à pharmacie est un élément essentiel à mettre dans vos bagages.

À J-15, **rendez-vous chez votre médecin pour les ordonnances, les certificats et les bons conseils.**

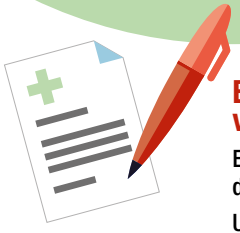
À J-7, **allez chez le pharmacien chercher vos médicaments et les dernières recommandations.**

Préparez votre trousse à pharmacie

Équipez-vous des médicaments essentiels :

- paracétamol ou aspirine contre la fièvre et les douleurs,
- ibuprofène contre les douleurs inflammatoires,
- antihistaminique pour les allergies,
- antispasmodique et antiémétique pour calmer nausées et vomissements,
- antidiarrhéique.

• ➤ En fonction de votre destination, prévoyez aussi de la crème solaire, du baume à lèvres, du produit anti-moustiques…



Emportez vos ordonnances

Et pensez à prendre les notices d'utilisation des médicaments.

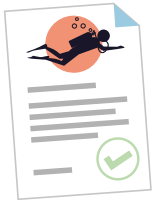
Une autorisation de transport, l'accord de votre médecin et une attestation sur l'honneur pour la caisse d'Assurance maladie peuvent aussi être demandés par votre pharmacien.

• ➤ Si vous prenez l'avion, renseignez-vous sur les protocoles propres à chaque compagnie aérienne.

Prévoyez un stock conséquent

Emportez si possible une quantité supérieure à celle nécessaire à la durée de votre voyage. Séparez vos médicaments en deux parties : une dans votre sac, l'autre dans votre bagage.

• ➤ Cette précaution vous permettra de ne pas en manquer en cas de perte ou de vol.



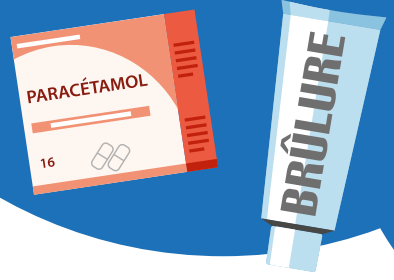
Pensez aux certificats médicaux

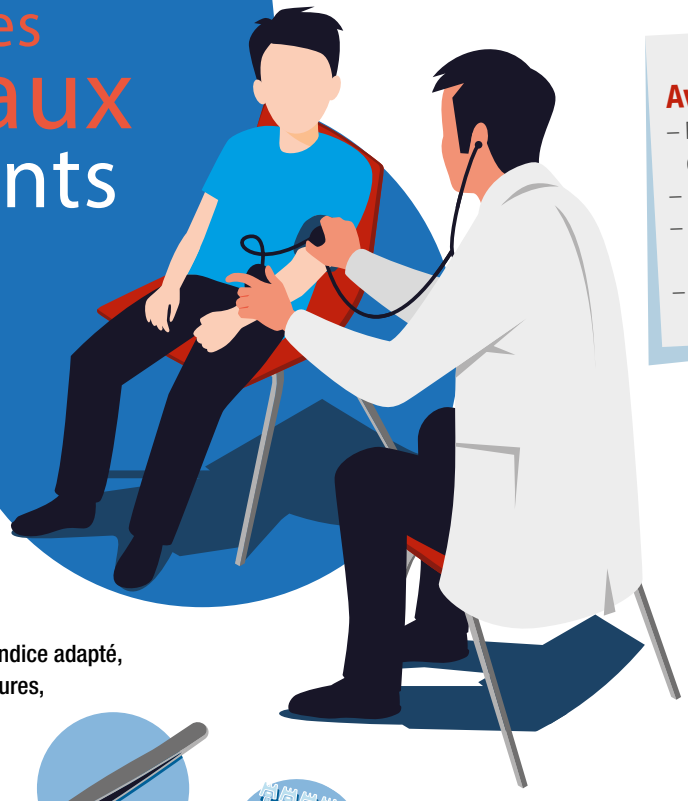
Consultez le médecin avant de partir, avec vos enfants. Certaines activités comme la plongée ou le saut en parachute nécessitent un certificat.

LE SAVIEZ-VOUS ?

12 % des Français estiment tomber malades plus souvent en vacances que le reste de l'année. Selon des chercheurs norvégiens, la « maladie des loisirs » viendrait d'une incapacité à se relaxer.

J-7... et les petits maux des enfants



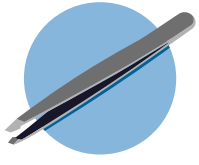


Avec un bébé :

- Produits de stérilisation des biberons.
- Sachets de réhydratation orale.
- Crème apaisante pour coups de soleil et brûlures légères.
- Gel antidémangeaisons.

En plus de votre trousse à pharmacie, prévoyez :

- des mouchoirs, des serviettes,
- une ou plusieurs crèmes solaires avec un indice adapté,
- un tube de crème apaisante en cas de brûlures,
- une crème contre les piqûres d'insectes,
- un antiseptique,
- de l'arnica pour les bosses,
- des pansements,
- un thermomètre,
- quelques dosettes de sérum physiologique,
- une pince à épiler pour les échardes.



Emportez impérativement son carnet de santé et, en Europe, sa carte européenne d'assurance maladie *(cf. p. 7)*!

QUAND CONSULTER UN MÉDECIN ?

- Dès que la température orale dépasse 38,5 °C (38 °C pour les moins de trois mois) ou se poursuit sur plusieurs jours.
- En cas de diarrhées ou de vomissements persistants.
- Si l'enfant a des maux de tête importants, une raideur à la nuque.
- Lorsque vous constatez une déshydratation.
- Dès que la respiration devient difficile.

J-7 Préparer les trajets en voiture

Si comme 64 % des Français vous vous rendez sur votre lieu de vacances en voiture, adoptez les bons réflexes pour un voyage en toute sécurité.

Reposez-vous les nuits précédant le voyage

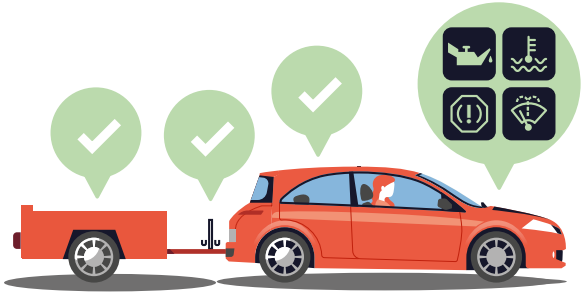
Un long trajet nécessite généralement 7 à 8 heures de sommeil réparateur.

• ➤ Soyez conscient des dangers de la fatigue et de la somnolence : elles altèrent vos capacités de concentration.

Prévoyez votre itinéraire et vos lieux de pause

Recherchez votre trajet « idéal » (autoroute ou petites routes, le plus court ou le plus agréable…) et renseignez-vous sur les habitudes locales si vous roulez à l'étranger.

• ➤ Prévoyez des pauses toutes les deux heures pour contrer tout risque de somnolence.



Contrôlez les équipements de chargement de votre voiture

Porte-vélo, coffre de toit, remorque, caravane… votre matériel a pu se détériorer lors de vos dernières vacances ou durant son stockage. Assurez-vous suffisamment tôt qu'il est en bon état.

Vérifiez les niveaux de votre véhicule

Huile, liquide de refroidissement, liquide de frein, lave-glace… avant un long voyage, pensez à les contrôler.

IMPORTANT

Assurez-vous d'avoir le nombre suffisant de gilets jaunes et votre triangle de signalisation, obligatoires en cas d'accident.

LE SAVIEZ-VOUS ?

La somnolence provoque 3 % des accidents mortels sur la route.

J-7 Partir avec des enfants

Voyager avec vos bambins peut être source de stress et de débordements. Quelques astuces peuvent vous aider à aborder paisiblement le trajet.

Organisez des activités pour le voyage

Un enfant occupé, c'est un enfant calme et moins susceptible de perturber le trajet. Prévoyez des distractions adaptées à votre moyen de transport.

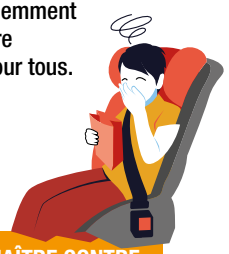
– Dans la voiture : écouter de la musique douce, des histoires, faire deviner ce à quoi on pense, compter le nombre de voitures rouges...

– Dans l'avion : dessiner, lire, faire un cahier d'activités...

– Dans le train : jouer aux figurines, aux voitures, faire un puzzle...

Prévenez le mal des transports…

Les enfants y sont fréquemment sujets, ce qui peut rendre un trajet désagréable pour tous.



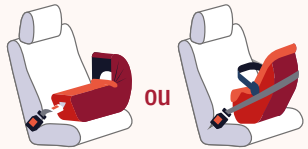
6 TRUCS À CONNAÎTRE CONTRE LE MAL DES TRANSPORTS

- Installez l'enfant malade (s'il est suffisamment grand), au milieu du siège arrière, pour qu'il regarde vers l'avant et non sur les côtés. Fixer la route réduit les risques de maux de cœur.
- Servez-lui un en-cas léger avant le départ et donnez-lui régulièrement à boire et à manger.
- Préférez l'autoroute et évitez les freinages brusques ainsi que les accélérations trop rapides.
- Encouragez-le à dormir. Fermer les yeux aide à réduire le mal des transports.
- Faites circuler de l'air frais en ouvrant les fenêtres. Lorsqu'il fait froid, ne chauffez pas trop votre voiture.
- Arrêtez-vous régulièrement et permettez-lui de se défouler lors des pauses.

QUEL SIÈGE AUTO pour votre enfant ?

LIT-NACELLE OU COSY

Naissance jusqu'à 15 mois
(jusqu'à 80 cm)



À l'arrière — À l'avant*

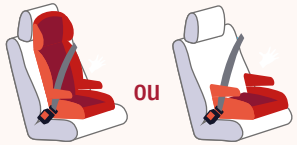
GROUPE 1

15 mois jusqu'à 4 ans
(de 80 cm à 1 m)

À l'arrière

GROUPES 2-3

4 ans jusqu'à 10 ans
(de 1 m à 1,50 m)



À l'arrière

Attention : ces indications d'âge et de taille s'appliquent pour les sièges homologués avec la norme i-Size.

*Désactiver l'air-bag.

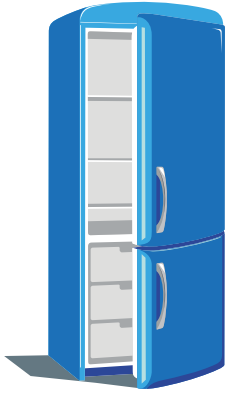
J-1

Bien fermer la maison

C'est (presque) le grand jour ! Pour prévenir les risques d'incendie ou d'inondation mais aussi vous permettre de faire des économies d'énergie, vérifiez les points suivants.

Faites un grand ménage

Ne laisser aucun déchet dans votre maison vous évitera insectes et mauvaises odeurs à votre retour. De plus, vous aurez le plaisir de rentrer dans un logement sain et en ordre.



Videz le réfrigérateur

Afin d'éviter la prolifération des bactéries, débarrassez votre frigo des aliments périssables. En cas d'absence prolongée, il est conseillé de le débrancher et de laisser la porte ouverte. Si vous éteignez votre congélateur, videz-le également.

Coupez l'eau et le gaz

Ces démarches essentielles vous protègent des incendies et des ruptures de canalisations lors d'une absence de longue durée.

• ➤ Vous pouvez installer des détecteurs de fuite qui vous alertent directement sur votre téléphone.

Éteignez vos appareils électriques

Lors d'épisodes orageux, la foudre peut les altérer via des perturbations électriques. Débranchez ordinateur, téléviseur, micro-ondes, box, téléphone fixe...

METTRE SA MAISON HORS GEL

En cas d'absence lors de périodes de grand froid :
- installez le mode hors gel de votre chauffage afin de protéger l'installation ;
- si votre climatisation n'est pas équipée de détecteur de présence, mettez-la également en position hors gel.

À la MER

Il ne suffit pas de choisir une plage surveillée pour être hors de tout danger. À la mer, il faut aussi se protéger des risques inhérents au site et à l'eau. Et plus encore en cas de sortie en bateau ou lors d'une plongée sous-marine.

Avec, pour la seule France métropolitaine, 1 948 km de côtes sableuses et 2 269 km de côtes rocheuses, le littoral est une destination séduisante qui attire près de 6 Français sur 10 chaque été. Une fréquentation qui génère aussi son lot de dangers plus ou moins bien mesurés. L'activité des centres régionaux opérationnels de surveillance et de sauvetage (CROSS) en témoigne. Assurant une mission de sécurité en mer, ils effectuent 80 % de leurs interventions entre les mois de juin et de septembre.

Ne pas perdre pied

Il y a le ciel, le soleil et la mer, certes. Mais aussi les courants, parfois traîtres, et la météo, pas toujours clémente avec les vacanciers. Selon une récente étude réalisée par l'institut Ipsos, 72 % des vacanciers pensent à appliquer une protection solaire à la plage. C'est bien, mais loin de préserver de tout : bronzer n'est pas la seule activité pratiquée au bord de la mer. Il y a aussi la baignade et les sports nautiques (plongée, planche à voile, sorties en bateau). Et ces derniers ne sauraient être pratiqués à la légère, même par les plus expérimentés. Pas question de perdre pied pour autant, mais juste de ne pas se jeter à l'eau trop vite sans réfléchir.

10 000 **opérations de sauvetage** en mer par an : c'est le volume moyen **des interventions des CROSS** (centres régionaux opérationnels de surveillance et de sauvetage).

Source : CROSS

Savoir repérer les menaces

En France, un grand nombre de plages sont surveillées. Sachez en profiter et respectez la signalisation.

Consultez le balisage

Sur les plages et dans l'eau, des bouées, des marques ou encore des panneaux indiquent les zones de baignade autorisée et surveillée, ainsi que les avis de coups de vent ou de courants risqués. Ils signalent les endroits dangereux tels que rochers, épaves, fosses, baïnes (cf. p. 15)…

Renseignez-vous sur la présence de méduses

Bien qu'elles soient rarement dangereuses sur les côtes, évitez-les pour échapper à de douloureuses piqûres. Faites également attention aux oursins et aux vives.

• ➤ Ne touchez pas les méduses, même mortes ! Les tentacules peuvent encore être venimeux.

Informez-vous en regardant les panneaux d'affichage

Déployés aux postes de secours, ils informent sur les prévisions météo, les marées, les avis de coups de vent et de tempête ainsi que les dangers locaux.

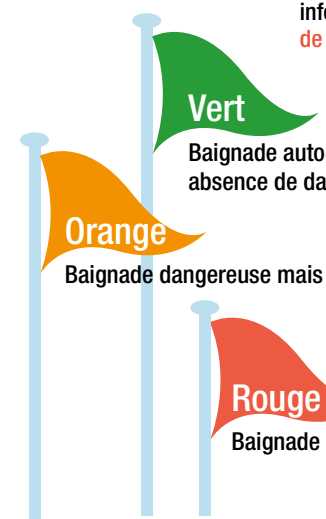
Maîtrisez les gestes qui sauvent

Sortir une personne de l'eau, évaluer son état, effectuer un bouche-à-bouche ou un massage cardiaque ne s'improvisent pas. « L'Appli qui sauve » de la Croix-Rouge propose des instructions concises et des outils pratiques pour agir en quelques secondes.

• ➤ N'intervenez que si vous avez les compétences ou la maîtrise nécessaires.

Apprenez la signification des drapeaux

Hissés sur les plages, ils vous informent des conditions de baignade.



En cas de problème, contactez immédiatement le poste de secours, le **15** pour le SAMU, le **18** pour les pompiers ou, en Europe, le **112**.

Rester vigilant par tous les temps

Si 74 % des Français portent des lunettes de soleil avec filtres anti-UV et 43 % pensent à se couvrir la tête, ces précautions seules ne sont pas suffisantes. Quelques conseils avant de vous jeter à l'eau ou de vous allonger sur la plage.

Protégez-vous du soleil

- Évitez-le entre 12 h et 16 h : les rayons ultraviolets sont alors plus intenses.
- Équipez-vous d'un parasol et d'un chapeau qui diminuent l'intensité du rayonnement et évitent les coups de chaud et les insolations. Pensez également à vos lunettes de soleil.

Évitez l'hydrocution.
Mouillez-vous et entrez progressivement dans l'eau afin de vous préserver d'un choc thermique.

Mettez de la crème solaire toutes les 2 heures

Pour prévenir les coups de soleil et ainsi limiter les risques de cancers cutanés.

Méfiez-vous des vents forts et des marées

- Si des objets s'envolent vers la mer, n'essayez pas de les récupérer à tout prix : vous risquez d'être emporté loin du bord.
- L'eau peut vite monter et venir de tous les côtés. Si vous pêchez à pied, restez à proximité d'un point de repli.
- Soyez prudent lors de phénomènes météo : le vent et une forte marée peuvent déclencher une lame de fond ou une vague violente et vous happer si vous êtes au bord de l'eau.

Les courants de baïne

Ces cuvettes creusées par les vagues passant sur les bancs de sable créent de forts courants dangereux.

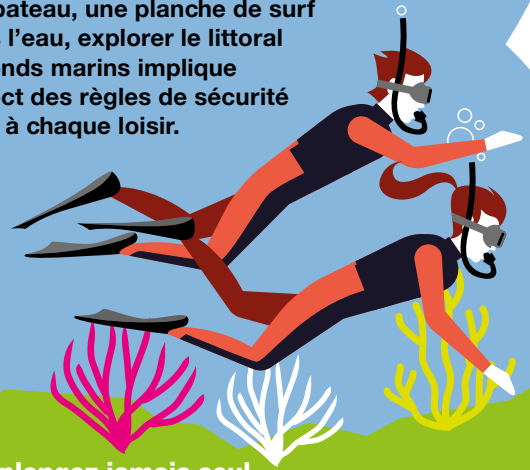
• ➤ Si vous vous retrouvez en difficulté :
– ne cherchez pas à lutter et laissez-vous porter par le courant sans paniquer,
– nagez parallèlement à la plage, avant de la rejoindre lorsque vous serez sorti du courant,
– appelez à l'aide le plus vite possible.

SUR LE SABLE

Pas toujours propre, le sable peut causer des problèmes dermatologiques.
– Lavez régulièrement votre serviette et vos maillots de bain et douchez-vous après chaque sortie.
– Les coquillages, débris de verre ou morceaux de métal peuvent provoquer des coupures. Nettoyez et désinfectez immédiatement l'entaille en vous assurant qu'aucun grain de sable ne s'y est introduit. Appliquez un pansement et consultez un médecin si nécessaire.

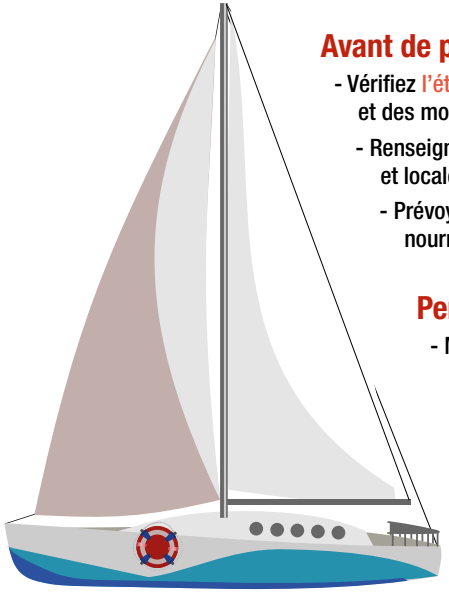
Pratiquer les activités nautiques avec prudence

Sur un bateau, une planche de surf ou dans l'eau, explorer le littoral et les fonds marins implique le respect des règles de sécurité propres à chaque loisir.



Ne plongez jamais seul

Découvrir les fonds marins n'est pas sans risque et, en cas de problème, mieux vaut être accompagné. Les organismes de plongée mettent généralement en place des binômes, chacun étant chargé de veiller sur l'autre.



Avant de prendre la mer

- Vérifiez l'état du navire, des équipements de sécurité et des moyens radio VHF.
- Renseignez-vous sur les conditions météorologiques et locales de navigation.
- Prévoyez toujours un kit de survie : boisson, nourriture, pharmacie et vêtements de protection.

Pendant la navigation

- Mettez de la crème solaire toutes les deux heures.
- Enseignez à chaque membre de l'équipage les bases de la sécurité (utiliser la radio, lancer un message de détresse).
- Portez toujours votre gilet de sauvetage.

Si vous êtes témoin ou victime d'un problème en mer

Appelez le 196,
le numéro d'urgence national en mer.

Si vous ne pouvez pas vous servir d'un téléphone, utilisez la fréquence internationale de détresse via le canal 16 de votre radio VHF. Elle permettra aux bateaux alentour de capter votre signal.

NAVIGUEZ EN TENANT COMPTE DU VENT

– Restez toujours vigilant sur les changements météo soudains.
– En bateau, faites particulièrement attention aux vents de terre qui poussent vers le large. Ne prenez pas la mer si vous débutez.
– En cas de difficulté ou de tempête, n'hésitez pas à changer de destination afin de mouiller dans un abri protégé et accessible.

À la MONTAGNE

Elle attire des vacanciers été comme hiver. Aussi belle que dangereuse, la montagne impose d'être très prudent.

Il n'y a pas de saison pour ses amateurs. L'été, 18 % des vacanciers qui choisissent la France vont se reposer ou randonner sur nos massifs. Et, pour les vacances d'hiver, 4 Français sur 10 vont encore à la montagne selon l'Association nationale des maires des stations de montagne (ANMSM). Mais les sportifs doivent être prudents : les secours rappellent que 150 000 skieurs sont blessés chaque année sur les cimes, plus ou moins grièvement. Et si l'on anticipait davantage certains risques ?

« La montagne n'est ni juste, ni injuste. Elle est dangereuse », Reinhold Messner*

Entre le 1er octobre 2016 et le 30 septembre 2017, l'Association nationale pour l'étude de la neige et des avalanches (ANENA) a recensé 45 avalanches, qui ont causé le décès de 22 personnes. Ces victimes, souvent expérimentées, avaient négligé certaines consignes élémentaires de prudence. Chaque année, le peloton de gendarmerie de haute montagne (PGHM) recense ainsi plus de 5 000 opérations de sauvetage, dont la moitié en été.

*Alpiniste italien, premier homme à avoir atteint seul le sommet de l'Everest et à avoir gravi sans oxygène les 14 sommets de plus de 8 000 mètres de la planète.

8 millions

de pratiquants de ski
et **de sports de glisse** en France.

Source: Rapport Médecins de montagne, 2016

Connaître les pièges

Été comme hiver, pour skier, faire des randonnées, de l'alpinisme, des raquettes ou tout simplement profiter de l'air pur, la montagne reste une destination très prisée, qui comporte son lot de risques.

Préparez-vous physiquement

Entraînez-vous pendant les semaines précédant votre départ et passez une visite médicale.

Pour randonner : effectuez régulièrement des marches de 3 à 4 heures avec votre sac à dos chargé, au moins 2 mois avant votre départ.

Pour skier : marche rapide, vélo, natation ou encore footing sont des sports stimulant le système cardio-vasculaire.

• ➤ En plus de jouer sur votre endurance et vos capacités respiratoires, ces entraînements vous éviteront des blessures et des courbatures.

Faites le plein d'énergie

Ajuster son alimentation aide à combattre le froid et l'humidité, mais aussi la fatigue.

• ➤ Partez en randonnée avec une quantité suffisante de nourriture pour votre trajet et pensez à vous hydrater régulièrement. Prévoyez une ration de 3 000 à 3 300 calories par jour.

Méfiez-vous du froid et du soleil

Il est fortement conseillé de se protéger avec de la crème solaire, particulièrement entre 12 et 16 heures, et de s'équiper de lunettes de soleil anti-UV (indice 3 ou 4) et enveloppantes, qui vous préserveront d'un coup de soleil oculaire.

• ➤ L'intensité des rayons UV n'est pas liée à la température mais aux horaires d'exposition. Sans sensation de chaleur, ces rayons peuvent ainsi vous tromper, alors que l'altitude et la réverbération du soleil sur la neige amplifient leur action.

RESTEZ VIGILANT EN ÉTÉ

La météo peut se dégrader très rapidement et plus vous prenez de l'altitude, plus la température diminue (en moyenne 0,6 °C pour 100 mètres, soit 6 °C de moins pour 1 000 mètres de dénivelé !).

Couvrez-vous

De la tête aux pieds, avec si possible des habits thermiques. N'hésitez pas à porter plusieurs couches de vêtements pour conserver la chaleur. Soyez aussi prévoyant l'été.

• ➤ C'est le grand froid lorsque la température tombe en dessous de 0 °C le jour et - 5 °C la nuit. À ce stade, les risques pour votre organisme sont multipliés : hypothermie, gelures des extrémités du corps, aggravation des éventuels problèmes cardio-vasculaires…

LE SAVIEZ-VOUS ?

Consommer de l'alcool ne réchauffe pas.

Il dilate les vaisseaux sanguins, ce qui donne cette impression. Avec l'engourdissement, il peut réduire ou faire disparaître des signaux d'alerte du froid, ce qui vous empêche de bien vous protéger.

Partir sereinement en randonnée

18 millions de Français pratiquent la randonnée. En haute montagne, l'altitude, un mauvais équipement ou les températures peuvent poser quelques problèmes.

Pensez à votre matériel

Équipez-vous de chaussures montantes et antidérapantes et mettez d'épaisses chaussettes en coton pour limiter les ampoules. Évitez les chaussures neuves : elles doivent êtres portées plusieurs fois avant une grande échappée. Testez également votre sac et assimilez le montage de votre tente avant de partir.

• ➤ Emportez des vêtements légers et chauds, en hiver comme en été, et prévoyez toujours un coupe-vent et une polaire.

20 % de votre poids

C'est la charge que votre sac ne doit pas dépasser.

Ne prenez pas trop vite de la hauteur

À partir de 1 700 mètres d'altitude, évitez de grimper plus de 700 mètres par jour. Cette précaution vous permettra de lutter contre le mal des montagnes.

LE MAL DES MONTAGNES

Il peut survenir même à de basses altitudes. Si vous en ressentez les symptômes (maux de tête, nausées, vomissements, bourdonnements d'oreilles, palpitations, vertiges et lassitude), redescendez au plus vite.

Balisez votre parcours

Si vous partez sans guide, évaluez les temps de marche, analysez les dénivelés et répertoriez les points de halte. Emportez toujours une carte hors ligne avec vous.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Chaque été en France, 3 000 personnes sont secourues en montagne.

Dévaler les pistes de SKI

Ski alpin, de fond, snowboard... La neige offre une multitude de possibilités de sports de glisse. Pour qu'ils restent un plaisir, observez les règles de préparation et de sécurité.

Protégez-vous avec un casque

Quels que soient votre âge et votre niveau de pratique, porter un casque vous protège des traumatismes crâniens.

Évitez le hors-piste

Les dangers naturels de la montagne ne sont pas signalés et des avalanches peuvent se produire.Sortir des pistes exige un bon niveau technique, une connaissance de la montagne et un équipement adapté. Attention, même avec un guide, vous ne serez pas forcément couvert par votre assurance.

Faites régler vos skis

Qu'ils soient à vous ou loués, vous devez faire ajuster vos fixations à chaque début de vacances pour éviter des accidents, particulièrement des entorses au genou.

Respectez les règles de bonne conduite

- Observez le balisage et la signalisation.
- Maîtrisez votre vitesse et adaptez votre comportement à l'environnement, aux conditions de temps, de neige, de trafic…
- Conformez-vous aux priorités : en descente, le skieur en aval (plus bas) sur la piste est prioritaire sur celui en amont (au-dessus).

Attention aux avalanches

Avant de skier, renseignez-vous sur les conditions météo et les risques d'avalanche, indiqués sur les pistes ou par des bulletins d'estimation. En hors-piste, ne partez jamais seul, empruntez les pentes les moins raides et ne vous arrêtez jamais en dessous des traces des autres car le risque d'avalanche y est décuplé.

• ➤ **Emportez une balise ARVA***
Si vous allez loin, pensez à prendre une balise pour être localisé en cas d'avalanche.

*Appareil de recherche de victimes d'avalanche.

LE SAVIEZ-VOUS ?

La moitié des accidents de ski sont causés par des fixations mal réglées.

À L'ÉTRANGER

Deux Français sur 10 passent leurs vacances à l'étranger. Si c'est votre cas, suivez ces quelques recommandations. Surtout si vous partez vers certaines contrées lointaines…

Avec près d'un demi-million d'interventions recensées par Europ Assistance chaque année (plus d'un appel enregistré toutes les dix secondes), il y a quelques raisons d'être inquiet dans certains pays éloignés. Plus près de nous, rien qu'en Europe, le 112, numéro d'urgence communautaire, gratuit et même accessible sans carte SIM, génère aussi à lui seul des dizaines de millions d'appels par an. Pas très rassurant… Pour autant, l'idée n'est pas, loin de là, de décourager les Français qui partent à l'étranger. Comme souvent, beaucoup de pépins rencontrés sont des problèmes de santé qui peuvent s'anticiper par des vaccins ou quelques bonnes habitudes à adopter.

Une dimension particulière loin de chez soi

Le moindre problème, fût-il administratif, prend vite des dimensions particulières quand on est loin de chez soi. Avant de partir, il peut donc être utile de savoir quoi dire, comment et surtout à qui pour éviter qu'une situation ne s'enlise ou ne s'aggrave…

134 379 374

appels vers le 112 ont été enregistrés en 2017, dans toute l'Europe.

Retrouvez toutes les informations nécessaires à votre voyage (conseils par destination, informations pratiques, risques, législation...) sur le site du ministère des Affaires étrangères **diplomatie.gouv.fr**

Communiquer en cas d'urgence

Se faire comprendre en voyage est parfois difficile. Quelques astuces et bonnes pratiques pour vous permettre de prévenir et d'alerter.

Utilisez un dictionnaire visuel

Ces guides imagés permettent de se faire comprendre partout, par tout le monde et dans toutes les situations : une morsure de serpent, le besoin de se déplacer, une allergie…

Téléchargez un logiciel de traduction

Logiciels ou applications permettent de traduire instantanément vos propos ou ceux de votre interlocuteur.

Imprimez l'essentiel

Équipez-vous de quelques formules usuelles, dans leur alphabet d'origine et en phonétique. Essayez d'apprendre les phrases les plus utiles et celles d'urgence.

Révisez votre anglais

L'anglais est devenu la langue du tourisme et la plus commune à l'international. Pour augmenter au maximum vos chances de communiquer, révisez les bases !

Emportez un petit dictionnaire

Gardez-le à proximité durant votre séjour, il pourra vous être d'une grande aide.

	Appelez un médecin	Appelez une ambulance	Appelez la police
Espagnol	Llame un médico	Llame una ambulancia	Llame la policia
Anglais	Call a doctor	Call an ambulance	Call the police
Arabe	Atasil bitabib	Atasil bisayarat 'iiseaf	Atasil bialshurta

Se protéger des ennuis de santé

Même au soleil, sur les plages de sable fin, sous les cocotiers à l'autre bout du monde, restez sur vos gardes en ce qui concerne l'eau, la nourriture et les animaux.

80 %

des maladies contractées en voyage sont dues à une eau contaminée.

Mangez et buvez en toute sécurité

Élément vital, l'eau peut représenter une menace, particulièrement dans les pays tropicaux. Si certaines maladies peuvent être écartées par les vaccins, le respect strict des règles d'hygiène reste la meilleure prévention.

– Buvez de l'eau minérale en bouteille ou dans des récipients scellés.
– Ne consommez pas de boissons contenant des glaçons.
– Utilisez des pastilles de purification en cas de doute.
– Ne lavez pas vos aliments avec de l'eau non désinfectée.
– Ne consommez aucun aliment qui n'ait été bouilli, cuit ou pelé.

Prévenez les autres risques liés à l'eau

- N'avalez pas d'eau quand vous vous lavez les dents ni sous la douche.
- Évitez de prendre de l'eau dans votre bouche ou votre nez lorsque vous vous baignez.

Méfiez-vous de certains animaux

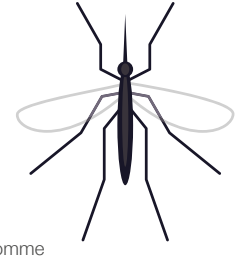
– En zone tempérée ou froide, attention aux tiques qui peuvent transmettre la maladie de Lyme (cf. p. 27).

– En zone tropicale, prenez garde aux araignées et aux scorpions.

• ➤ Localisez les centres de toxicologie du monde entier grâce à la base de données de l'OMS. Ils assurent toujours un service d'information et d'aide au diagnostic. Certains sont dotés d'un laboratoire de toxicologie et/ou d'une unité de prise en charge clinique.

apps.who.int/poisoncentres/

Évitez les piqûres



Portez des vêtements longs, amples et clairs, utilisez des répulsifs (sprays, bracelets, prises…) et installez des moustiquaires imprégnées.

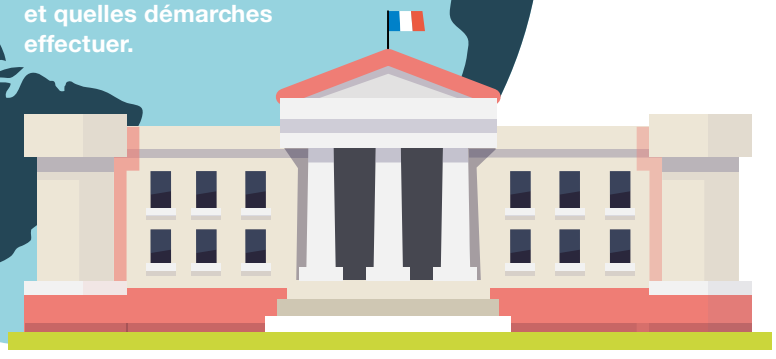
• ➤ S'ils sont dans la plupart des cas inoffensifs, les moustiques peuvent véhiculer des maladies comme la dengue, le chikungunya, la fièvre jaune ou le paludisme.

Protégez-vous du paludisme

Pour prévenir la maladie, prenez un médicament antipaludique et protégez-vous des piqûres de moustiques.

Savoir réagir face à un problème

À l'étranger, sachez qui contacter et quelles démarches effectuer.



Si vos papiers d'identité ont été perdus ou volés

Déclarez la perte ou le vol auprès des autorités locales de police. Puis appelez le consulat français pour faire enregistrer la déclaration. En cas de nécessité, ce dernier pourra vous remettre un laissez-passer ou un passeport d'urgence.

L'ANNUAIRE DES REPRÉSENTATIONS FRANÇAISES À L'ÉTRANGER

diplomatie.gouv.fr
Rubrique :
- le ministère et son réseau
- annuaires et adresses du ministère de l'Europe

En cas d'urgence médicale

Dans l'Union européenne, rendez-vous dans un hôpital public avec votre carte européenne d'assuré. Prévenez aussi votre assistance.

Retenez le 112

Le numéro d'urgence européen (équivalent du 15, du 17 ou du 18) est valable en Europe et dans certains pays voisins.

Si de l'argent vous a été volé

Contactez le commissariat le plus proche et portez plainte. Ensuite, informez le consulat de France des circonstances de l'incident. Selon le vol, il vous faudra prévenir votre banque.

Vers qui vous tourner en cas de souci de santé non vital ?

Cherchez un médecin francophone sur le site de l'ambassade.

• ➤ Vous pouvez également demander conseil au personnel de votre hôtel ou dans une pharmacie.

Ne contactez votre ambassade qu'en cas de force majeure

Situées uniquement dans les capitales, les ambassades ont un rôle principalement diplomatique et ne sont à joindre qu'en situation extrême : attentat, conflit, catastrophe naturelle…

AVEC LES ENFANTS

C'est LA grande inquiétude des parents : à la mer ou à la montagne, les enfants sont particulièrement vulnérables. Pour se reposer tout en restant vigilant, il faut demeurer intraitable sur certains points.

Première cause de mortalité par accident chez les enfants, la noyade provoque en France la mort d'une centaine d'enfants chaque année. Quand la température monte, la baignade devient vite le loisir favori des plus jeunes. Or, en cas de chute ou de malaise, la Croix-Rouge rappelle qu'il suffit de 30 secondes d'inattention, y compris dans quelques centimètres d'eau pour les plus petits, pour créer des dommages irréversibles.

Une surveillance constante

Face à l'insouciance naturelle de leurs enfants, les parents, souvent à proximité, devront absolument redoubler de vigilance. Partout, dans l'eau comme en dehors. Entre les risques liés au soleil et ceux de la baignade, les enfants méritent une attention particulière. Sans paniquer, il faut juste se poser une question. Ai-je pensé à tout ? Essayons ensemble…

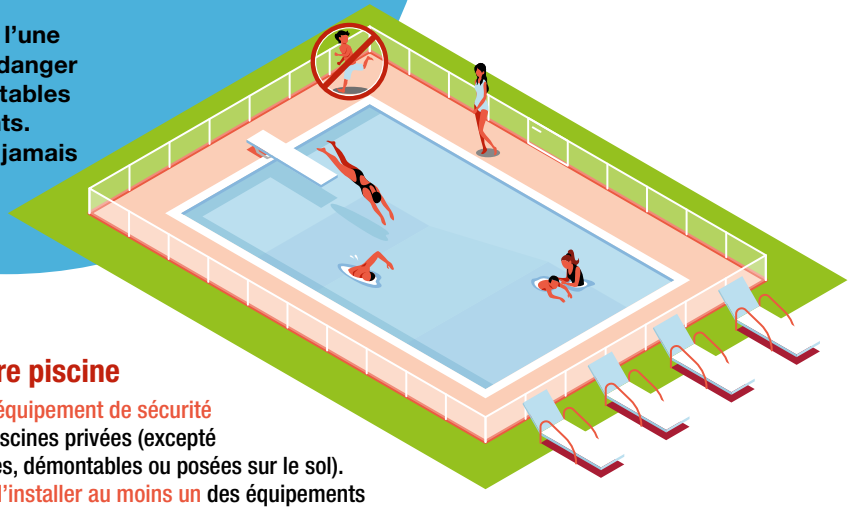
1,7 millions

de piscines privées en France en 2015 (contre 750 000 en 2000).

Source : Enquête « Noyades 2015 »

Piscine redoubler d'attention

La piscine est l'une des zones de danger les plus redoutables pour les enfants. Ne les quittez jamais des yeux.



Protégez votre piscine

La loi impose un équipement de sécurité dans toutes les piscines privées (excepté pour les gonflables, démontables ou posées sur le sol). Il est obligatoire d'installer au moins un des équipements suivants : alarme immergée ou périphérique, barrière ou clôture, abri, volet roulant ou couverture de sécurité.

• ➤ Il est d'ailleurs fortement conseillé d'en installer plusieurs.

Le manque de surveillance est impliqué dans 55 % des noyades en piscine privée chez les moins de 13 ans.

LES PROTÉGER DE L'HYDROCUTION

En se mouillant et en entrant progressivement dans l'eau, ils éviteront un choc thermique.

Mettez-leur des brassards en permanence

Ils doivent être habitués à garder leurs flotteurs tant qu'ils sont dans le périmètre de la piscine : dans l'eau, bien sûr, mais aussi dans la zone alentour (enceinte de la barrière).

Interdisez aux enfants de courir autour de la piscine

Ne les laissez pas jouer et s'agiter autour d'une piscine. Pensez également à entretenir le sol autour, souvent glissant, pour empêcher les chutes.

Ne les laissez jamais sans surveillance

Y compris à côté d'une piscine gonflable.

Enseignez-leur la nage dès 6 ans

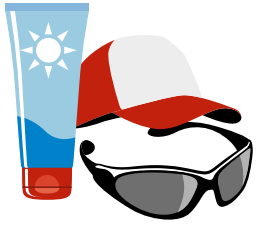
Plus tôt ils sauront nager plus les risques seront réduits. Sensibilisez-les à l'eau et aux dangers qu'elle représente. Apprenez-leur à appeler au secours.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Un enfant peut se noyer dans 20 centimètres d'eau.

Repérer les dangers et avoir les bons réflexes

Pour bien profiter des vacances avec vos enfants, sachez les mettre en sécurité.



Restez attentif dans le jardin

– Empêchez les enfants d'approcher du barbecue et des produits d'allumage.

– Les accidents de toboggan, balançoire ou trampoline sont nombreux chez les 5-10 ans. Ne les laissez pas sans surveillance.

– Certaines plantes du jardin peuvent provoquer des intoxications, des irritations cutanées ou oculaires, des allergies…

LES ENFANTS NE PERÇOIVENT PAS TOUS LES DANGERS

Un enfant ne prend réellement conscience des risques que vers 8-9 ans. Avant cet âge, une voiture qu'il voit arriver est pour lui très éloignée, sans qu'il fasse le lien avec le fait qu'elle arrive très vite.

Sachez réagir en cas de piqûre ou de morsure

Tique : retirez immédiatement l'intégralité de l'insecte (tête comprise) avec un tire-tique ou une pince à épiler. Surveillez les signaux d'alerte de la maladie de Lyme (fièvre, frissons, maux de tête, courbatures, plaques rouges) et consultez le cas échéant rapidement un médecin.

Serpent : utilisez votre pompe à venin et appelez le 15 pour consulter le centre antipoison.

Si vos enfants voyagent seuls

Fabriquez une fiche d'identification dans une petite pochette plastifiée, avec son nom et votre numéro de téléphone, à garder autour du cou.

• ➤ Prévoyez de quoi les divertir ainsi qu'un en-cas.

• ➤ Une autorisation de sortie du territoire (AST) sera nécessaire s'ils voyagent hors de France. Vérifiez les documents nécessaires : pièce d'identité, photocopie du titre d'identité du parent signataire, visa éventuel.

Protégez-les du soleil

Jusqu'à la puberté, la peau et les yeux des enfants sont particulièrement fragiles et sensibles aux rayons UV.

– Appliquez-leur de la crème sur la peau toutes les deux heures.

– Équipez-les de lunettes de soleil anti-UV.

– Mettez-leur un chapeau ou une casquette pour éviter les insolations.

• ➤ Évitez de les exposer entre midi et 16 heures et donnez-leur beaucoup d'eau pour éviter la déshydratation.

Protéger et améliorer la vie de nos clients

GENERALI EN BREF

Generali France est une filiale du groupe Generali, l'un des principaux groupes mondiaux d'assurance et de services financiers, **accompagnant plus de 55 millions de clients dans plus de 60 pays, avec 73000 collaborateurs à travers le monde.** Par sa solidité financière, sa dynamique d'innovation mais aussi son implantation historique dans l'Hexagone, Generali France compte parmi les principaux assureurs du pays. L'entreprise propose **des produits et des services qui couvrent tous les besoins :** assurance dommages, épargne et protection sociale pour les particuliers, les entreprises ou encore les professionnels… Mais aussi l'assistance grâce à sa filiale Europ Assistance.

La prévention est au cœur du métier de l'assurance.

Pour Generali, être assureur, c'est d'abord savoir anticiper les risques, les usages et les besoins.
Cette politique se traduit dans toutes nos activités, en matière d'innovation, de services, mais aussi dans le développement de vastes dispositifs de prévention.
Notre métier est de protéger nos clients et d'améliorer la vie des gens.
Pour cela, la prévention est un levier essentiel permettant tout à la fois de contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des assurés et de réduire le coût des dommages.
Ce principe de bon sens s'applique à tous les domaines, y compris les loisirs et les vacances de nos clients. Il s'agit de développer des réflexes efficaces au quotidien, pour la sécurité et le bien-être de chacun.

Que faire en cas d'urgence ?

Contactez nos chargés d'assistance Europ Assistance. Disponibles 24 h/24, 7j/7, ils vous guident tout au long de votre besoin d'assistance (problème de santé, accident…).

En cas de besoin d'assistance ou d'hospitalisation, veillez à appeler Europ Assistance avant toute intervention.

Seules les prestations d'assistance organisées par et en accord avec Europ Assistance seront prises en charge.

Avant de nous contacter, pensez à vous munir de votre numéro de contrat d'assurance.

- France : 01 41 85 84 83.
- De l'étranger : + 33 1 41 85 84 83.

Que faire en cas de dommage causé à un tiers ?

La responsabilité civile couvre l'ensemble des dommages corporels, matériels et immatériels que vous pourriez causer à autrui dans le cadre de votre vie privée.

Contactez Generali au 09 69 32 27 25.

Que faire si vous êtes assuré GAV (garantie des accidents de la vie) ?

En cas d'accident de la vie privée, contactez Generali au 09 69 32 27 25.

Lors de vos vacances, nous vous assistons dans le monde entier dans les cas suivants :

les accidents domestiques (morsures d'animaux, brûlures, chutes...) ;
les accidents de la circulation (piéton ou conducteur d'un véhicule 2, 3 ou 4 roues, tondeuses autoportées et fauteuils roulants électriques) ;
les accidents médicaux (maladies contractées en milieu hospitalier, erreur de diagnostic lors d'une opération...) ;
les accidents sportifs (hors professionnels) ;
les sports à risques extrêmes, de loisirs, de vacances (plongée sous-marine autonome, parapente, escalade, canyoning, ski hors piste, rugby, karaté...) ;
les catastrophes naturelles (avalanches, tempêtes, inondations...) ;
les agressions (attentats, voitures piégées, bombes...).

Que faire en cas d'accident de voiture ?

Protégez-vous, alertez les autres conducteurs et les secours

Garez votre voiture, allumez vos feux de détresse.
Sortez de votre véhicule accompagné de vos passagers, munis de vos gilets de sécurité.
Placez le triangle de sécurité à 30 mètres de votre voiture puis passez derrière la barrière de sécurité ou sur le côté de la route.
Appelez les secours s'il y a des blessés, même légers.

Déclarez votre accident

Remplissez un constat amiable avec la ou les personne(s) concernée(s) si un autre véhicule est impliqué. Le constat peut être établi sous format électronique ou papier si les dégâts sont matériels.
Transmettez-le à votre interlocuteur privilégié dans les 5 jours suivant l'accident.
S'il y a des témoins de l'accident, relevez leur identité et leurs coordonnées.

Vous avez souscrit l'option Assistance ? Sur simple appel, Europ Assistance vous conseille pour remplir le constat amiable, y compris en langue étrangère.

LES DIFFÉRENTES ASSURANCES POUR VOUS

Europ Assistance

« You Live, We Care » (Vous vivez, nous veillons). Pionnier de l'assistance, Europ Assistance vous aide à vous préparer aux risques éventuels et à réagir en toute circonstance.

- Une assistance 24h/24 et 7j/7 dans le monde entier
- Une équipe médicale dédiée
- 300 millions de clients couverts
- Un service pour l'urgence et le quotidien

La GAV

La garantie des accidents de la vie Generali vous couvre partout en France et dans le monde entier en cas d'accident de la vie privée (chute, agression...), lors de séjours n'excédant pas trois mois. Si vous êtes victime d'un accident garanti, vous êtes indemnisé des préjudices subis dans la limite d'un million d'euros tous postes de préjudices confondus. La GAV comporte de plus des garanties d'assistance.

Un logement bien protégé pendant votre absence

- Vérifiez que votre contrat d'assurance habitation couvre le vol (meubles, objets personnels, appareils électriques) et les sinistres (incendie, dégâts des eaux…) survenus pendant votre absence.
- Vérifiez les moyens de protection de votre habitation : certains contrats d'assurance habitation exigent des équipements de protection (serrures, barreaux, alarme...) pour bénéficier d'une indemnisation en cas de sinistre. À défaut, votre indemnisation risque d'être réduite en cas de cambriolage.
- Vérifiez la garantie de vos biens pendant votre absence : votre contrat d'assurance habitation peut prévoir une diminution de votre indemnité en cas de sinistre, voire une exclusion de garantie lors de longues périodes d'inoccupation.

Quelle protection pour votre santé ?

Faites le point avant de partir sur les garanties offertes par votre mutuelle ou votre complémentaire santé.

Papiers ou portefeuille volés ?

Vous pouvez souscrire une garantie « Vol sur la personne » qui vous protégera efficacement en cas de vos papiers ou vol de vos effets personnels.

Document non contractuel à caractère publicitaire. Les garanties peuvent donner lieu à exclusions, limitations et franchises. Pour connaître le détail, l'étendue et les conditions de la garantie, reportez-vous aux dispositions générales et particulières du contrat. La souscription d'un contrat ou de certaines garanties demeure soumise à nos règles d'acceptation des risques.

Generali Iard, Société anonyme au capital de 94 630 300 euros - Entreprise régie par le code des assurances - 552 062 663 RCS Paris - Siège social : 2 rue Pillet-Will - 75009 Paris

Generali Vie - SA au capital de 332 321 184 euros. Entreprise régie par le Code des assurances - 552 062 663 RCS Paris - Siège social : 2 rue Pilet Will 75009 Paris.

Société appartenant au Groupe Generali immatriculé sur le registre italien des groupes d'assurances sous le numéro 026.

Création éditoriale et graphique, réalisation et illustration : Accroche-com' - Sauf illustrations d'après Idix : p.6 : image principale, gendarmerie - p.10 : image principale, voiture avec caravane - p.11 : sièges auto - p.15 : femme et homme sous un parasol - p.18 : femme avec une écharpe - p.26 : piscine - Photos : Shutterstock