

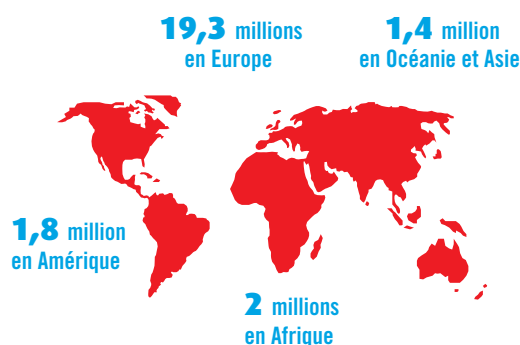
# Préparer son séjour à l'étranger



© Dima Sidelnikov / Fotolia

Un visa est-il nécessaire pour le pays dans lequel vous souhaitez séjourner? Une carte d'identité est-elle suffisante pour y aller? Où allez-vous loger? Quel moyen de paiement allez-vous utiliser? Avant de partir, anticipez ces différents points!

## DÉPLACEMENTS TOURISTIQUES DES FRANÇAIS-ES EN 2017



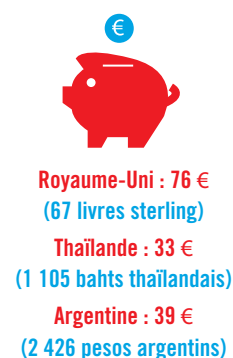
Source : DGE, chiffres clés du tourisme.

## DESTINATIONS PRÉFÉRÉES DES FRANÇAIS-ES EN ERASMUS



Source : staterasmus.fr

## EXEMPLE DE BUDGET PAR JOUR SUR PLACE



Source : planificateur.a-contresens.net

## Formalités

### Préparer ses papiers

Au sein de l'Union européenne, on peut circuler librement. Pour se rendre dans un pays hors Union, un passeport et/ou un visa s'imposent. Voir liste 1 du carnet d'adresses.

#### ■ Carte d'identité ou passeport

Pour voyager dans l'Union européenne et dans les pays limitrophes de la France (Monaco, Suisse, Andorre), une carte nationale d'identité en cours de validité suffit. Au-delà des frontières européennes, il faut un passeport.

Ces documents s'obtiennent, selon l'endroit où vous habitez, auprès des mairies ou dans les commissariats et préfectures de police. Pour les pièces à fournir et les délais d'obtention, renseignez-vous directement auprès de ces structures.

Attention, il est recommandé de vous y prendre suffisamment en amont de la date de départ, les délais avoisinant 2 à 3 semaines (voire plus pendant les périodes précédant les vacances).

[www.service-public.fr](http://www.service-public.fr) rubrique Papiers - Citoyenneté

Avant de partir, faites des copies de vos papiers d'identité et envoyez-les sur votre boîte mail. Cette petite astuce vous rendra service si vous les perdez ou si on vous les vole. En cas de perte, adressez-vous à l'ambassade ou au consulat français.

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

### À LIRE AUSSI

Partir à l'étranger : toutes les idées n° 8.1  
Travailler à l'étranger n° 8.21  
Partir en stage à l'étranger n° 8.22  
Partir au pair à l'étranger n° 8.23  
Étudier en Europe n° 8.52  
Dossiers Actuel-Cidj par pays

### ■ Visa

Apposé sur le passeport, le visa est souvent obligatoire pour entrer dans les pays hors Europe. Il constitue la preuve qu'une autorisation a été donnée au demandeur. On distingue différents types de visas (tourisme, affaires, études), dont la validité varie en fonction de la législation du pays d'accueil.

Pour les documents à fournir, les délais d'obtention et le coût, consultez les dossiers Actuel-Cidj par pays et renseignez-vous auprès du consulat du pays que vous voulez visiter.

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

### SITES ET PORTAILS SUR LA MOBILITÉ INTERNATIONALE

Eurodesk : [www.eurodesk.eu](http://www.eurodesk.eu)  
Eures : <http://europa.eu/youth/EU.fr>

### Programme Vacances Travail (PVT)

Le Programme Vacances Travail (Working Holiday Visa) permet de découvrir un pays étranger tout en y travaillant, grâce à l'obtention d'un permis ou visa de travail valable de 6 à 12 mois.

### Témoignage Julien, 25 ans, a fait un PVT au Brésil

Avant mon départ pour le Brésil, j'ai consulté les pages Conseils aux voyageurs sur le site du ministère de l'Europe et des Affaires étrangères. Ça m'a rendu un peu parano. Mais c'est bien d'être sur la réserve au début, jusqu'à ce qu'on identifie les endroits plutôt sûrs et ceux plutôt dangereux. Pour ma part, j'ai trouvé la ville de São Paulo moins dangereuse que la description qui en est faite, particulièrement le jour.

Destinations possibles : Australie, Nouvelle-Zélande, Canada, Japon, Corée du Sud, Hong Kong, Argentine, Russie, Taïwan, Chili, Colombie, Mexique, Uruguay, Brésil... À noter qu'un accord a été signé en octobre 2018 pour un futur PVT Pérou.

Selon le pays, la limite d'âge se situe à 30 ou 35 ans.

[www.pvtistes.net](http://www.pvtistes.net)

> Cf. dossier Actuel-Cidj *Travailler à l'étranger* n° 8.21.

### BREXIT : OÙ EN EST-ON ?

Au moment de la rédaction de notre dossier, les débats autour de la sortie du Royaume-Uni de l'Union européenne se poursuivent et l'issue des négociations autour du Brexit reste incertaine. Tant que la sortie du Royaume-Uni n'est pas officielle, le principe de libre circulation reste d'actualité.

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr) rubrique Services aux citoyens / Brexit en pratique

### ■ Voyager quand on est mineur·e

Depuis janvier 2017, tout mineur qui souhaite voyager à l'étranger sans un accompagnant titulaire de l'autorité parentale devra être muni d'une autorisation de sortie du territoire (AST).

Quelques pays peuvent demander des démarches particulières pour les mineurs. Les documents nécessaires sont indiqués sur le site du ministère en charge des Affaires étrangères.

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

### ■ Déclaration aux douanes

Au départ comme à l'arrivée, certaines marchandises sont interdites ou soumises à une réglementation particulière : argent liquide, alcool, cigarettes, aliments frais...

[www.douane.gouv.fr](http://www.douane.gouv.fr)

## Soyez prévoyant·e!

Pour un séjour serein, il est conseillé de prendre certaines précautions, notamment de vérifier la validité de vos vaccins. Voir liste 3 du carnet d'adresses.

### ■ Couverture médicale

Selon la durée et le cadre de votre séjour à l'étranger, différents cas de figure se présentent.

**Court séjour en Europe:** demandez la carte européenne d'assurance-maladie. Elle permet la prise en charge de vos soins pendant 2 ans aux mêmes conditions que les assurés du pays.

[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) rubrique Droits et démarches / Carte européenne d'assurance-maladie

**Études, stage ou salarié détaché d'une entreprise française:** vous continuez de cotiser à la Sécurité sociale française. Si les coûts médicaux de votre pays d'accueil sont élevés, prenez en plus une assurance complémentaire (mutuelle). Les mutuelles étudiantes (LMDE, SMEREP...) peuvent aussi proposer des garanties internationales.

**Autres cas de figure:** si vous vous installez pour un long séjour à l'étranger (résidence hors de France supérieure à 183 jours par an), vous devez cotiser au régime du pays d'accueil et vous n'êtes plus couvert par la Sécurité sociale française. Consultez le site du Cleiss pour vous informer sur les différents régimes de protection sociale à l'international.

[www.cleiss.fr](http://www.cleiss.fr)

Pour conserver le lien avec la Sécurité sociale française et bénéficier de la continuité du régime à votre départ, votre retour et pendant les séjours temporaires en France, vous pouvez adhérer de manière volontaire, en plus du système local, à la Caisse des Français de l'étranger (CFE).

[www.cfe.fr](http://www.cfe.fr)

Pour les jeunes de moins de 30 ans, la CFE propose une offre spéciale JeunExpat Santé.

[www.cfe.fr/offre-jeunexpat](http://www.cfe.fr/offre-jeunexpat)

Enfin, il est également possible de cotiser, en plus du système local s'il existe, à une assurance privée. Assurez-vous bien que l'assurance vous garantira une continuité du régime à l'aller comme au retour avec le système d'assurance-maladie français.

### ■ Vaccins

Avant de partir, assurez-vous auprès de votre médecin traitant que vos vaccins sont à jour. Selon votre destination, des précautions particulières sont peut-être à prendre. Il est recommandé de vous en occuper suffisamment à l'avance, certains vaccins ou traitements préventifs ne peuvent être effectués de façon simultanée ou sont prohibés si vous êtes souffrant.

### ■ Assistance et rapatriement

Dans certains pays, il est recommandé d'éviter d'être hospitalisé sur place. Dès lors, une assurance assistance et/ou rapatriement peut s'avérer utile.

#### RISQUES SANITAIRES

Différents sites internet, dont celui de l'institut Pasteur, proposent des conseils très pratiques pour les candidats au voyage: recommandations par pays (vaccinations, prévention des maladies infectieuses, trousse à pharmacie, précautions à prendre), actualité épidémiologique, droits et démarches liés à la Sécurité sociale...  
Voir liste 3 du carnet d'adresses.

# T transports

## Choisir son mode de transport ■ ■ ■ ■

À chaque pays son réseau de transport, aussi bien pour s'y rendre que pour y circuler. Pour obtenir les meilleurs tarifs, inscrivez-vous aux newsletters des compagnies et agences de voyages.

### ■ Avion

Vols réguliers, vols charters, vols low cost, promotions de dernière minute, tarif jeunes ou étudiants..., le choix est vaste! Mais attention, voyager au meilleur prix implique parfois quelques contraintes: escales, services payants à bord, aéroports éloignés des villes, horaires non compatibles avec ceux des transports en commun...

Prenez toutes les précautions pour que l'embarquement s'effectue en toute sérénité. Arrivez à l'heure, assurez-vous que vous n'emportez pas de produits interdits en soute ou en cabine.

Sites à consulter :

- liste noire des compagnies aériennes : [www.service-public.fr/particuliers/actualites/A13364](http://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A13364)
- contre-indications au voyage en avion : [www.esculape.com/fmc/avion.html](http://www.esculape.com/fmc/avion.html)
- mesures de sûreté et articles prohibés dans les avions, droits des passagers... : [www.ecologique-solidaire.gouv.fr/politiques/aviation-civile](http://www.ecologique-solidaire.gouv.fr/politiques/aviation-civile)
- service utile pour préparer son voyage dans les aéroports parisiens : [www.aeroportsdeparis.fr](http://www.aeroportsdeparis.fr)

Par ailleurs, de très nombreux sites proposent des vols pas chers (low cost) :

[www.lastminute.com](http://www.lastminute.com)  
[www.tui.fr](http://www.tui.fr)  
[www.govoyages.fr](http://www.govoyages.fr)  
[www.opodo.fr](http://www.opodo.fr)  
[www.expedia.fr](http://www.expedia.fr)  
[www.lowcost.fr](http://www.lowcost.fr)  
[www.aeroportbeauvais.com](http://www.aeroportbeauvais.com)  
[www.edreams.fr...](http://www.edreams.fr...)

N'hésitez pas à passer par des comparateurs de prix pour acheter des billets d'avion (Easyvols, Skyscanner, Expedia, Go Voyages...). Sachez également que selon l'heure à laquelle vous effectuez votre achat, certaines agences de voyages en ligne ne vous font pas payer les mêmes frais. En général, c'est avant 6h du matin qu'ils sont les moins élevés.

À noter : quand vous achetez des billets d'avion, des assurances annulation et multirisque vous sont proposées. Avant de les accepter, vérifiez bien ce que couvrent vos propres assurances (carte bleue, assurance habitation...), cela vous évitera des doublons.

### EN CAS DE LITIGE

En cas de tromperie sur la marchandise ou de publicité mensongère, il faut constituer un dossier : photos, témoignages... et contacter, pour un règlement à l'amiable, le vendeur ou l'organisateur. En cas d'échec, contactez les associations de consommateurs ou la DGCCRF (Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes).

[www.economie.gouv.fr/dgccr](http://www.economie.gouv.fr/dgccr)

### ■ Train

En Europe, il existe une très grande diversité de trains, chaque compagnie ayant ses avantages et sa façon de vous faire voyager. La plate-forme de vente en ligne InterRail fédère l'ensemble de cette offre via les pass InterRail :

- Global Pass : voyage en train illimité dans 31 pays d'Europe. À partir de 168 €.
- One Country Pass : découverte en train d'un pays européen de son choix. À partir de 59 €.
- Interail Premium Pass : découverte de l'Espagne ou de l'Italie en réservant gratuitement vos billets. À partir de 123 €.

Le pass est valable sur les chemins de fer nationaux, à l'exception de ceux du pays de résidence.

[www.interrail.eu](http://www.interrail.eu)

> Voir liste 5 du carnet d'adresses.

Une fois sur place, chaque pays dispose de sa propre offre tarifaire.

Pour les pays non européens, renseignez-vous sur les sites et guides de voyage. Des pass existent, comme le Japan Rail Passe, à réserver en France avant votre départ.

## Discover EU pour les jeunes de 18 ans

Cette initiative permet aux citoyens européens âgés de 18 ans de découvrir l'Europe, principalement en train, grâce à un « Pass » à gagner. Pour cela, vous devez répondre à 5 questions à choix multiples et à 1 question subsidiaire. La sélection des candidats ayant bien répondu sera effectuée par nationalité en fonction du nombre de titres de transport alloués à chaque pays.

Si vous êtes sélectionné, vous pourrez sillonner les pays européens durant 1 à 30 jours. Avec l'option flexible, vous avez le droit de prendre le train pendant sept jours au total durant cette période d'un mois pour voyager dans les pays que vous souhaitez, tandis que l'option fixe vous permet de vous rendre dans 2 pays maximum. L'hébergement et la nourriture ne sont pas compris.

[https://europa.eu/youth/discovereu\\_fr](https://europa.eu/youth/discovereu_fr)

## ■ Autocar

Avec la loi Macron qui libéralise le transport par autocar, une centaine de nouvelles lignes d'autocar ont vu le jour. Leur particularité: elles proposent des prix défiant toute concurrence.

Avec 2 000 destinations dans 29 pays, Flixbus est le premier réseau de lignes régulières européennes. Les départs se font depuis de nombreuses villes françaises à des tarifs plutôt économiques, mais soyez prêt à passer du temps sur la route.

[www.flixbus.fr](http://www.flixbus.fr)

À noter: Flixbus vient de racheter Eurolines en mai 2019. [www.eurolines.fr](http://www.eurolines.fr)

Ouibus, géré par la SNCF, a été racheté par Bla-blaCar et devient BlablaBus. La compagnie propose 300 destinations dans plus de 10 pays.

[www.oui.sncf/ouibus](http://www.oui.sncf/ouibus)

En Amérique du Nord, les bus Greyhound sont le moyen le plus économique de voyager aux États-Unis, mais aussi depuis les États-Unis vers le Canada ou le Mexique.

[www.greyhound.com](http://www.greyhound.com)

### SITES ET FORUMS DE VOYAGE

Il existe de nombreux sites dédiés au voyage sous toutes ses formes, parmi lesquels :

[www.routard.com](http://www.routard.com)

[www.lonelyplanet.fr](http://www.lonelyplanet.fr)

[http://voyageforum.com](http://http://voyageforum.com)

[www.geo.fr/voyages](http://www.geo.fr/voyages)

Pour les destinations lointaines, renseignez-vous sur la sécurité sur place :

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

## ■ Voiture

### Partir avec son propre véhicule

Circuler en voiture dans l'Espace économique européen n'implique pas de modalités particulières, à condition d'avoir un permis de conduire valide et votre carte verte d'assurance, indispensable pour circuler à l'étranger avec son véhicule.

Hors de l'Union européenne, certains pays exigent que votre permis soit accompagné d'un permis de conduire international. Celui-ci est délivré gratuitement par la préfecture et est valable 3 ans. Pour vous en assurer, renseignez-vous auprès des services consulaires des pays concernés.

Pour les règles applicables en matière de permis de conduire: [http://ec.europa.eu/youreurope/citizens/vehicles/driving/index\\_fr.htm](http://ec.europa.eu/youreurope/citizens/vehicles/driving/index_fr.htm)

### Conseil

#### Louer un véhicule à l'étranger: les précautions à prendre

Vérifiez bien les clauses du contrat de location. Ce sont elles qui s'appliqueront en cas de problème. Si le contrat est rédigé dans une langue que vous ne maîtrisez pas, soyez vigilant sur les assurances, les franchises et les cas d'exclusion. Pour éviter les mauvaises surprises, faites-vous traduire le contrat par une personne de confiance. N'hésitez pas à prendre une assurance complémentaire qui vous permettra de ne pas payer les franchises, souvent élevées, en cas de vol ou d'accident.

I. Fagotat, rédactrice au CIDJ

## Préparer son séjour à l'étranger

Parallèlement, un CPD (carnet de passage en douane) est parfois nécessaire. Il s'obtient auprès du service douanier de l'Automobile Club Association. N'oubliez pas le tampon de sortie!

[www.automobile-club.org](http://www.automobile-club.org)

### Louer un véhicule

À défaut de partir avec son propre véhicule, il est possible de louer une voiture sur place. Les loueurs et les sites proposant des offres sont nombreux.

En principe, chaque agence doit afficher les conditions générales de location, notamment en ce qui concerne l'âge et l'ancienneté du permis. Beaucoup d'entre elles exigent que les conducteurs aient au moins 23 ans et 1 an d'ancienneté de permis.

### ■ Covoiturage

Des sites vous permettent de contacter des personnes pour partager vos trajets en voiture, que vous ayez ou non un véhicule. En contrepartie, vous participerez aux frais, variables suivant le nombre de kilomètres.

> Voir liste 6 du carnet d'adresses.

Pour des sites de covoiturage à l'étranger ou dans des régions en particulier : dans votre moteur de recherche, tapez « car sharing » et le pays de destination.

Pour le stop traditionnel, renseignez-vous pour savoir s'il se pratique dans le pays concerné. Dans tous les cas, restez vigilant avec ce mode de déplacement.

### ■ Transports locaux

Une fois sur place, si vous devez avoir recours aux moyens de transport locaux, renseignez-vous au préalable sur leur sécurité et leur mode de fonctionnement.

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr) rubrique Conseils aux voyageurs / Conseils par pays



Consultez notre sélection de sites et d'organismes de référence en liste 1 du carnet d'adresses.

## H Hébergement

### Des formules à tous les prix ■ ■ ■ ■

*Pour votre logement sur place, il existe plusieurs solutions moins chères que l'hôtel. Voir liste 2 du carnet d'adresses.*

### ■ Campings

Bien que situés à l'écart des villes, les campings sont assez bon marché. Renseignez-vous auprès des offices de tourisme.

### ■ Auberges de jeunesse

Ouvertes aux baroudeurs de tous les âges, elles proposent un hébergement simple mais correct, avec la possibilité de faire la cuisine, de laver son linge et de se connecter à Internet. Le tout, pour une somme assez modique. Certaines imposent d'avoir une carte d'adhésion à leur réseau, d'autres sont ouvertes à tous (les tarifs sont majorés pour ceux qui n'ont pas de carte).

La Fédération unie des auberges de jeunesse (Fuaj) compte 4000 auberges dans 90 pays, regroupées au sein de Hostelling International (HI). L'adhésion annuelle coûte 11 € pour les plus de 26 ans et 7 € jusqu'à 25 ans inclus.

[www.fuaj.org](http://www.fuaj.org)

[www.hihostels.com](http://www.hihostels.com)

En collaboration avec la Ligue française pour les auberges de jeunesse (LFAJ), l'Union internationale des auberges de jeunesse des pays francophones (UIAJPF) regroupe un important réseau d'auberges, notamment dans les pays francophones d'Afrique du Nord, d'Afrique de l'Ouest et de l'océan Indien.

La carte d'usager LFAJ donne accès à toutes les auberges de jeunesse en France et à l'étranger pendant 1 an. Elle coûte 7 € jusqu'à 25 ans et 11 € à partir de 26 ans.

[www.auberges-de-jeunesse.com](http://www.auberges-de-jeunesse.com)

Vous pouvez aussi passer par des moteurs de recherche d'auberges de jeunesse dans le monde entier ou consulter les rubriques dédiées au logement des guides de voyage dans lesquelles vous trouverez souvent les coordonnées des auberges de votre destination.

[www.french.hostelworld.com](http://www.french.hostelworld.com)

## ■ YMCA

Les YMCA (Young Men's Christian Association) ou les UCJG (Unions chrétiennes de jeunes gens) proposent des solutions d'hébergement dans les pays où elles sont présentes.

[www.ymca.int](http://www.ymca.int)

[www.ymcaeurope.com](http://www.ymcaeurope.com)

## ■ Résidences universitaires

Presque toutes les villes étudiantes d'Europe ont des résidences universitaires dont les chambres sont vides l'été. Renseignez-vous directement auprès des universités.

## ■ Pensions chez l'habitant

Logé chez l'habitant, vous aurez votre propre chambre et partagerez les repas avec la famille. Les arrangements sont souples et vous paierez un faible loyer.

## ■ Échange d'hébergement familial

Swap & Study est une plateforme qui permet de mettre en relation des étudiants et leurs familles pour un échange d'hébergement. Par exemple, si vous habitez Marseille et que vous partez à Toronto pour vos études, vous pouvez rechercher un étudiant habitant à Toronto qui vient faire ses études à Marseille. Vous irez vivre dans sa famille et vice-versa. Ce service est gratuit, il faut s'inscrire sur [www.swapandstudy.com](http://www.swapandstudy.com).

## ■ Colocations et locations

La colocation est une solution abordable et relativement répandue. Scrutez les petites annonces et faites jouer votre réseau : université, centre culturel...

[www.accommodationforstudents.com](http://www.accommodationforstudents.com)

Pour trouver un studio meublé ou un appartement, prévoyez un mois de caution et un mois de loyer d'avance. Petites annonces et réseau permettent souvent de trouver ce que vous cherchez.

Sur place, surveillez les annonces dans les journaux locaux et dans les vitrines des magasins.

Informations sur le coût du logement à l'étranger :

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

<http://eryica.org>

## ■ Partages ou sous-locations d'appartements

Dans certains pays anglo-saxons, la sous-location ou le partage d'appartements sont fréquents. Renseignez-vous auprès des universités, des centres culturels, des centres d'information pour jeunes et des centres d'accueil pour étrangers.

Des sites spécialisés existent :

<https://housinganywhere.com>

<http://fr.bedycasa.com>

[www.airbnb.fr](http://www.airbnb.fr)

[www.morningcroissant.fr](http://www.morningcroissant.fr)

## ■ Couchsurfing pour dépanner

Le couchsurfing vous permet d'être hébergé gratuitement chez l'habitant pour un court séjour. Prudence tout de même : consultez bien les annotations des voyageurs précédents sur vos hôtes potentiels avant de faire une demande.

[www.couchsurfing.org](http://www.couchsurfing.org)

### WWOOFING

Sous le nom de Wwoof (World Wide Opportunities on Organic Farms) se cachent des voyages solidaires, écologiques et économiques. Le principe : vous êtes nourri et logé par des familles vivant à la campagne, en échange de votre participation à différentes tâches 4h à 6h par jour, jusqu'à 6 jours par semaine.

Pour débiter, il est conseillé d'adhérer à l'association de wwoofing locale.

[www.wwoof.fr](http://www.wwoof.fr)

# A rgent

## Vos dépenses

*Pour ne pas vous retrouver en difficulté financière à l'étranger, calculez bien votre budget avant de partir.*

### ■ Évaluez votre budget

Pour estimer vos dépenses, renseignez-vous avant de partir sur le coût de la vie dans votre pays de destination : visa, logement, taxes, dépenses courantes (nourriture, transports, vêtements, médicaments...).

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr) rubrique Services aux citoyens / Préparer son expatriation / Dossiers pays de l'expatriation / Vie pratique.

### ■ Aides financières

Si vous avez besoin d'un coup de pouce pour financer votre voyage, renseignez-vous sur les dispositifs d'aide qui existent en fonction de votre profil et de l'objectif de votre projet (humanitaire, professionnel, artistique...).

> Voir liste 4 du carnet d'adresses.

### ■ Ouvrez un compte bancaire à l'étranger

Sur place, vous devrez présenter à la banque votre passeport, une attestation de votre employeur ou de votre centre de formation, votre contrat de travail et une attestation d'hébergement.

Bon à savoir : votre banque en France peut vous ouvrir un compte à l'étranger dans une banque partenaire. Ce service est facturé 150 € environ. Renseignez-vous auprès de votre conseiller bancaire.

### ■ Méfiez-vous de votre téléphone !

Les frais d'itinérance en Europe sont supprimés depuis juin 2017. Cela signifie qu'au sein de l'Espace économique européen, vous pouvez utiliser votre forfait téléphonique ainsi que vos données comme si vous étiez en France. Mais cela s'applique uniquement aux déplacements ponctuels. Votre opérateur peut vérifier votre utilisation durant 4 mois, s'il est avéré que vous séjournez plus longtemps dans un autre pays européen et que vous utilisez davantage votre forfait en itinérance que lorsque vous êtes en France, il peut vous facturer des frais.

En revanche, l'itinérance des données n'est pas valable en dehors de l'EEE. Pensez à désactiver la connexion automatique au réseau local.

## Vos moyens de paiement

*Tout dépend de votre destination et de son appartenance ou non à la zone euro.*

### ■ Carte bancaire

Avant de partir, assurez-vous que votre carte de paiement internationale (Visa, Mastercard, American Express) a une durée de validité suffisante et que sa capacité de retrait et de paiement convienne à vos besoins.

[www.visaeurope.com](http://www.visaeurope.com)

[www.mastercard.com](http://www.mastercard.com)

[www.americanexpress.com](http://www.americanexpress.com)

Notez le numéro de votre carte, le téléphone et l'adresse de votre banque, ainsi que le numéro du centre des déclarations en cas de perte ou de vol.

À l'étranger, la carte est acceptée partout où figure le logo Visa, Mastercard ou American Express.

En cas de perte ou de vol, contactez immédiatement votre agence pour mettre votre carte en opposition (numéro direct disponible auprès de votre banque). À défaut, composez le numéro du centre local d'opposition mentionné sur les distributeurs.

Faites attention aux frais bancaires : chaque fois que vous payez par carte ou retirez de l'argent à l'étranger (en dehors de la zone euro), votre banque vous facture des frais de change qui s'élèvent généralement à quelques euros par opération.



Regroupez donc vos retraits autant que possible.

**À savoir :** la carte Visa classique propose une assistance médicale si vous tombez malade ou êtes blessé à l'étranger. Une partie des frais médicaux et le rapatriement peuvent être pris en charge. Vous pouvez aussi bénéficier d'une assistance juridique à l'étranger. Il faut avoir payé avec la carte en question pour en bénéficier. Avec une carte Visa premier ou une Mastercard, les assurances sont évidemment plus importantes : bagage perdu ou volé, retard ou annulation de vol ou de train, interruption ou annulation de voyage, garantie responsabilité civile à l'étranger... Bien sûr, la carte bancaire ne remplace pas le système de protection sociale du pays dans lequel vous vous trouvez.

### ■ Chèques de voyage

Moyen de paiement universel, les chèques de voyage, ou travellers cheques, sont remplacés dans les plus brefs délais en cas de perte ou de vol. Dans ce cas, contactez 24h/24 l'organisme émetteur. Les chèques de voyage peuvent être commandés à la banque, à La Poste ou auprès des organismes émetteurs les plus connus (American Express, Travelex), parfois même en ligne. Il existe aussi des cartes multidevises (Paytop, Mastercard...).

S'il n'existe pas de chèques de voyage dans la monnaie du pays de destination, choisissez une monnaie facilement négociable sur place ou l'euro pour éviter une double opération de change.

### ■ Cartes de réduction

Les cartes Isic (carte d'étudiant internationale) et IYTC (carte jeune internationale) vous permettent de bénéficier de réductions dans de nombreux domaines (transports, presse magazine, cartes cadeaux, loisirs...). La première est réservée aux étudiants, la seconde aux jeunes de moins de 30 ans. Elles coûtent 13 € et sont valables 1 an.

<https://isic.fr>

<http://carteiyc.fr>

### ■ Taux de change

Si vous partez hors de la zone euro, vous devez disposer de la monnaie locale. Elle est disponible dans les bureaux de change ou sur place, dans les distributeurs automatiques et auprès des banques. Les monnaies les plus courantes peuvent être commandées auprès de votre banque avant votre départ.

Pour les taux de change de toutes les monnaies du monde : [www.xe.com](http://www.xe.com)

#### EN CAS D'URGENCE

Il est possible de se faire expédier de l'argent dans l'heure, en contactant Travelex ou Western Union.

[www.travelex.com](http://www.travelex.com)

[www.westernunion.fr](http://www.westernunion.fr)

# Carnet d'adresses

## ■ LISTE 1

### Pour en savoir plus

#### Sites de référence

<http://europa.eu/youth>

Édité par : Commission européenne  
Sur le site : informations par pays sur les possibilités de vivre, étudier, voyager et travailler en Europe. Dossiers et articles sur l'éducation, l'emploi, le volontariat, les droits et les services, la santé, la culture. Fil d'actualités et formulaire pour poser une question. Accès direct à la page dédiée au Corps européen de solidarité (CES).

[www.abm.fr](http://www.abm.fr)

Édité par : Aventure du bout du monde (ABM)  
Sur le site : conseils pratiques, blogs sur les voyages, festivals des globe-trotters.

[www.adonet-france.fr](http://www.adonet-france.fr)

Édité par : Adonet (Association des offices nationaux étrangers de tourisme en France)  
Sur le site : fiches pratiques présentant les 50 pays membres de l'Adonet, adresses de l'office du tourisme et de l'ambassade en France, liens utiles.

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

Édité par : ministère de l'Europe et des Affaires étrangères  
Sur le site : informations et conseils pour les voyageurs et les expatriés, par pays, pour étudier, se déplacer à l'étranger ou en France. Renseignements sur les carrières, emplois, stages et concours du ministère.

[www.eurodesk.eu](http://www.eurodesk.eu)

Édité par : Eurodesk  
Sur le site : Informations, majoritairement en anglais, sur les possibilités de mobilité des jeunes en Europe. Description des bourses et des prix attribués pour des projets étudiants, culturels, professionnels ou solidaires. Moteur de recherche permettant de trouver des stages et des missions de volontariat, dont le volontariat en ligne.

[www.expat.com/fr](http://www.expat.com/fr)

Édité par : Expat-blog  
Sur le site : guide de l'expatrié listant les informations nécessaires à l'expatriation pour les visas, le logement, l'emploi ; offres d'emploi, offres logements et petites annonces à destination des futurs expatriés et des expatriés déjà installés. Ce site collaboratif propose des informations pour 197 destinations classées par continent.

[www.routard.com](http://www.routard.com)

Édité par : Guide du Routard  
Sur le site : fiches pays, magazine en ligne, conseils pratiques pour préparer son séjour, moteur de recherche pour trouver un billet, un hôtel, un séjour ou louer une voiture, petites annonces (trouver un compagnon de voyage, covoiturage, colocation, vente, emploi...), forums.

#### Organismes de référence

**International student identity card - ISIC France (ISIC)**

9 rue René-Goscinny  
75013 Paris  
Tél : 01 42 18 20 20  
[www.isic.fr](http://www.isic.fr)  
Réseau : 1 boutique à Paris  
Vente en ligne ou par correspondance de la carte ISIC qui propose des réductions en France ou à l'étranger dans 134 pays (coût 13 € et validité 16 mois).

#### Bibliographie

**Expatriation : 15 clés pour partir l'esprit tranquille**

France diplomatie. Paris : France Diplomatie, janvier 2018.  
Conseils pratiques et adresses indispensables pour réussir son expatriation : préparer son départ, vivre à l'étranger, préparer son retour en France. (Mise à jour : mai 2019)  
En ligne : [www.diplomatie.gouv.fr/IMG/pdf/guide\\_expatriation\\_dfae\\_2018-web\\_cle012ec1.pdf](http://www.diplomatie.gouv.fr/IMG/pdf/guide_expatriation_dfae_2018-web_cle012ec1.pdf)

**Expatriation : la check-list**

France Diplomatie, janvier 2018.  
rappel de toutes les formalités administratives à réaliser avant son départ à l'étranger, une fois sur place et avant de revenir en France ; contacts utiles (mise à jour : mars 2018)  
En ligne : [www.diplomatie.gouv.fr/IMG/pdf/checklist-mars2018\\_meae\\_cle817c6e.pdf](http://www.diplomatie.gouv.fr/IMG/pdf/checklist-mars2018_meae_cle817c6e.pdf)



Infos près de chez vous  
Plus de 1 500 centres d'information jeunesse vous accueillent à travers toute la France.  
Vous y trouverez conseils, infos et adresses de proximité.  
[www.cidj.com](http://www.cidj.com)  
Rubrique réseau IJ

## Liste 1

Pour en savoir plus

p. 10

## Liste 2

Logement

p. 10

## Liste 3

Santé

p. 10

## Liste 4

Aides aux projets

p. 10

## Liste 5

Carte de réduction transports

p. 11

## Liste 6

Services de covoiturage

p. 11

## ■ LISTE 2

### Logement

Ces sites permettent de trouver un hébergement bon marché partout dans le monde.

<http://fr.bedycasa.com>

Édité par : Bed and Learn  
Sur le site : offres de chambres chez l'habitant dans 185 pays.

<http://ymca.fr>

Édité par : YMCA France  
Sur le site : informations sur les centres de séjour, les associations d'insertion.

[www.auberges-de-jeunesse.com](http://www.auberges-de-jeunesse.com)

Édité par : Ligue française des auberges de jeunesse de France (LFAJ)  
Sur le site : annuaire des auberges de jeunesse de la ligue en métropole et dans l'île de la Réunion.

[www.couchsurfing.com](http://www.couchsurfing.com)

Édité par : Couchsurfing international  
Sur le site : informations sur les hébergements temporaires (canapé) gratuits dans le monde entier. Inscription obligatoire pour accéder aux services.

[www.eurocampings.fr](http://www.eurocampings.fr)

Édité par : ACSI  
Sur le site : bases de données de 10 000 campings dans 31 pays d'Europe, recherche par pays ou thématiques, réservation en ligne.

[www.french.hostelworld.com](http://www.french.hostelworld.com)

Édité par : Web Reservations International (RWI)  
Sur le site : moteur de recherche d'auberges de jeunesse, d'hôtels et de chambres d'hôtes dans le monde entier, réservation en ligne.

[www.hihostels.com](http://www.hihostels.com)

Édité par : Hostelling International  
Sur le site : moteur de recherche d'auberges de jeunesse dans le monde entier. Réservation en ligne.

[www.spotahome.com](http://www.spotahome.com)

Édité par : Spotahome  
Sur le site : offre de location immobilière à moyen et long terme (minimum 30 jours).

[www.swapandstudy.com](http://www.swapandstudy.com)

Édité par : Swap and Study  
Sur le site : offres de partage et d'échange de logements pour les étudiants.

## ■ LISTE 3

### Santé

Ces structures renseignent sur les systèmes de santé à l'étranger, les risques sanitaires et la prévention liée aux voyages.

[www.cleiss.fr](http://www.cleiss.fr)

Édité par : Centre des liaisons européennes et internationales de sécurité sociale (Cleiss)  
Sur le site : informations sur la protection sociale à l'étranger, conseils sur les droits et les démarches, adresses des organismes de sécurité sociale à l'étranger.

[www.pasteur.fr](http://www.pasteur.fr)

Édité par : Institut Pasteur  
Sur le site : rubrique Centre médical : présentation des services et horaires, recommandations générales et par pays, actualités épidémiologiques, FAQ santé-voyages.

[www.who.int](http://www.who.int)

Édité par : Organisation mondiale de la santé (OMS)  
Sur le site : information sur les maladies et les épidémies dans le monde (fiches pays).

## ■ LISTE 4

### Aides aux projets

Les organismes ci-dessous proposent des aides aux jeunes désirant s'investir dans un projet de voyage.

**Agence Erasmus+ France Jeunesse et sport**

Agence du Service civique  
95 avenue de France  
75013 Paris  
Tél : 09 74 48 18 40  
<http://site.erasmusplus-jeunesse.fr>  
[www.erasmusplus-jeunesse.fr](http://www.erasmusplus-jeunesse.fr)

> Programme Erasmus+ Soutien financièrement les projets des jeunes et des organismes qui favorisent la mobilité, le CES (Corps européen de solidarité), les rencontres entre jeunes européens, le partage de pratiques entre professionnels de différents pays.

#### Association Zellidja

60 rue Regnault  
75013 Paris  
Tél: 01 40 21 75 32  
www.zellidja.com

> Bourse de voyage Zellidja La bourse Zellidja, destinée aux jeunes de 16 à 20 ans, subventionne un projet de voyage d'un mois minimum combiné à un sujet d'étude précis. Le candidat choisit librement sa destination et le thème abordé. Il rendra un rapport d'étude, un journal de route et un carnet de compte. Une bourse pour un deuxième voyage est possible sous certaines conditions.

#### European Cultural Foundation (ECF)

Fondation européenne de la Culture  
Jan van Goyenkade 5  
1075 HN Amsterdam  
Tél: 00 31 (0) 20 573 38 68  
http://ecflabs.org/step-travel-grants  
www.culturalfoundation.eu

> STEP Travel Grants Cette bourse de voyage est destinée à soutenir la mobilité des jeunes acteurs. Son objectif est d'encourager la coopération et les échanges transfrontaliers entre les pays européens, y compris ceux qui ne sont pas membres de l'Union européenne.

#### Institut français

8-14 rue du Capitaine-Scott  
75015 Paris  
Tél: 01 53 69 83 00  
www.institutfrancais.com

> Programme Stendhal Ce programme soutient des auteurs francophones qui séjournent un mois minimum à l'étranger pour leur projet d'écriture. En contrepartie d'une allocation forfaitaire de séjour, les écrivains apportent leur concours aux actions d'échanges culturels menées par le réseau culturel français à l'étranger: colloques, lectures publiques, rencontres, ateliers d'écriture.

> A Room With a View Résidence d'écriture à San Francisco de 5-6 semaines consécutives, réservée à des auteurs français ou résidant depuis au moins 5 ans en France. Les disciplines concernées sont les suivantes: fiction, BD, littérature jeunesse, poésie, essai.

> Programme Etant donné Le programme est destiné aux artistes des disciplines arts visuels. Il propose 3 dispositifs:

- le soutien aux institutions américaines pour des expositions et projets impliquant des artistes français ou basés en France,

- le soutien à des commissaires d'exposition américains désireux de poursuivre une recherche en France dans le domaine de l'art contemporain, - le soutien à des résidences d'artistes français aux Etats-Unis à condition que ces résidences soient accompagnées par un partenaire américain (musée, centre d'art, université, galerie...).

> Résidences à la Villa Kujoyama Ce programme est destiné aux créateurs français et japonais qui souhaitent développer un projet de recherche ayant un lien avec le Japon. Trois dispositifs d'accueil en résidence sont proposés: en solo, en binôme, en duo.

> Résidences Sur Mesure Programme de résidences à l'international, ce dispositif est un accompagnement personnalisé pour des artistes confirmés, français ou étrangers, résidant en France. Ces artistes effectuent ou approfondissent une recherche dans l'un des pays indiqués pour une durée de 1 à 3 mois. Les Résidences Sur Mesure sont mises en place chaque année selon un principe d'alternance entre les arts concernés.

> Résidence Les Collectifs d'artistes Ce programme est destiné aux collectifs d'artistes constitués (français ou domiciliés en France depuis plus de cinq ans). Durant 1 à 2 mois, il concerne tout projet de recherche ou de création à développer dans l'Union européenne.

#### La Guilde européenne du raid

7 rue Pasquier  
75008 Paris  
Tél: 01 43 26 97 52  
www.la-guilde.org  
www.microprojets.org  
> Bourses de l'Aventure Aide à la concrétisation de projets d'exploration à caractère sportif (à pied, à cheval, à vélo, en canoë, en ULM...), en France ou à l'étranger.

#### Office franco-allemand pour la jeunesse (Ofaj)

Deutsch-Französisches Jugendwerk  
51 rue de l'Amiral-Mouchez  
75013 Paris  
Tél: 01 40 78 18 18  
www.facebook.com/ofaj.dfw  
www.ofaj.org  
www.volontariat.ofaj.org

> Stage pour étudiant-e-s engagé-e-s dans la vie étudiante

Programme d'immersion dans un Studentenwerk (CROUS allemand) destiné aux élus en conseil d'administration ou de résidence, tuteurs, étudiants employés au sein d'un Crous. Le niveau B2 minimum en allemand est requis.

Bourse accordée uniquement aux jeunes ayant le moins d'opportunités. Non compatible avec une gratification et/ou une autre aide financière supérieure à 1 000 € par mois

> Bourse pour étudiant-e-s en formation artistique

Aide de mobilité internationale pour effectuer un semestre d'études dans une école d'art ou dans une école supérieure de musique et de théâtre en Allemagne. Choix de la destination et inscription appartiennent au candidat.

Bourse accordée uniquement aux jeunes ayant le moins d'opportunités (voir critères sur le site)

> Stage pour étudiant-e-s engagé-e-s dans la vie étudiante

Programme d'immersion dans un Studentenwerk (CROUS allemand) destiné aux élus en conseil d'administration ou de résidence, tuteurs, étudiants employés au sein d'un Crous. Le niveau B2 minimum en allemand est requis.

Bourse accordée uniquement aux jeunes ayant le moins d'opportunités. Non compatible avec une gratification et/ou une autre aide financière supérieure à 1 000 € par mois

> Job dans la ville jumelée

Ce programme soutient, par une aide financière, tout séjour professionnel de 4 semaines dans la ville ou dans la région jumelée. Effectué dans une entreprise, une institution ou une administration, ce stage ou cet emploi permet de découvrir le marché du travail et les offres d'emploi en Allemagne.

Les dossiers des jeunes ayant le moins d'opportunités sont prioritaires.

#### Pépinières européennes de création

Transcultures Europe  
15 bis rue de Maubeuge  
75009 Paris  
Tél: 07 56 90 50 70  
http://pepinieres.eu  
> MAP Résidence d'artistes

« Mobility in art process » est un dispositif qui soutient la professionnalisation des jeunes artistes et leur émergence sur la scène artistique internationale. L'artiste qui remporte l'appel à candidature obtient une bourse de 4 000 \$ CAD pour passer 2 mois au Québec où il profite d'équipements spécialisés et de soutiens technique et logistique.

Les arts concernés sont chorégraphiques, visuels ou médiatiques.

#### Schwarzkopf-Stiftung Junges Europa

Schwarzkopf Foundation Young Europe  
Sophienstr. 28-29  
10178 Berlin  
Tél: 0049 30 726 21 95 27  
www.schwarzkopf-stiftung.de

> Prix du Jeune européen de l'année La fondation Schwarzkopf et le Forum européen de la Jeunesse soutiennent un-e jeune de 18-26 ans qui s'engage en faveur de la compréhension entre les peuples et de l'intégration en Europe.

> Bourse de voyage Bourse attribuée à des jeunes pour leur permettre de découvrir le continent. Le voyage, d'une durée de 2 à 6 semaines, vise à promouvoir

une meilleure compréhension des politiques actuelles et des questions sociales européennes.

## ■ LISTE 5

### Carte de réduction transports

Les sites ci-dessous proposent des informations sur les pass permettant de voyager à tarif réduit.

#### www.interrail.eu

Édité par: InterRail  
Sur le site: informations sur les pass permettant de voyager dans 30 pays européens, horaires des trains, commande en ligne, conseils de voyages.

#### www.isic.fr

Édité par: Global student community  
Sur le site: avantages et réductions pour les étudiants, tarifs préférentiels pour voyager, commande en ligne de la carte, liste des revendeurs.

#### www.snccf.com/fr/tarifs-reduits/carte-jeune

Édité par: SNCCF  
Sur le site: informations sur la carte Avantage Jeune (entre 16 et 27 ans).

## ■ LISTE 6

### Services de covoiturage

Les sites ci-dessous proposent des services de covoiturage en France et à l'étranger.

#### www.blablacar.fr

Édité par: BlaBlaCar  
Sur le site: annuaire des covoiturage et de bus à tarifs réduits.

#### www.ecotrajet.com

Édité par: Ecotrajet  
Sur le site: annuaire des transports (terrestres, maritimes, aériens) à tarifs réduits.

#### www.idvroom.com

Édité par: Klaxit  
Sur le site: consultation et dépôt d'annonces de covoiturage après inscription gratuite dans toute la France.

#### www.mobicoop.fr

Édité par: Coopérative Mobicoop  
Sur le site: services de covoiturage et d'auto-partage pair à pair.

# Actuel Ile-de-France

<b>Liste 1</b>	
Permis de conduire international	p. 12
<b>Liste 2</b>	
Centre de vaccination à Paris	p. 12

## ■ LISTE 1 (IDF)

### Permis de conduire international

Dans certains pays, le permis national n'est pas suffisant, il faut donc un permis international. Renseignez-vous auprès des services consulaires du pays où vous devez vous rendre. Pour obtenir le permis de conduire international, les Parisiens doivent s'adresser à la Préfecture de police.

La délivrance du permis de conduire international s'effectue désormais uniquement par correspondance. L'accueil du public est définitivement fermé.

[www.prefecturedepolice.interieur.gouv.fr/Demarches/Particulier](http://www.prefecturedepolice.interieur.gouv.fr/Demarches/Particulier)

Sur le site, rubrique Permis de conduire/obtention d'un titre de conduite.

Faire une pré-demande en ligne sur <https://permisdeconduire.ants.gouv.fr> et fournir les pièces ci-dessous en version numérisée :

- votre pièce d'identité en cours de validité
- un justificatif de domicile de moins de six mois
- votre permis de conduire.

Une fois terminée votre pré-demande en ligne, vous devez envoyer les documents suivants par courrier :

- attestation de dépôt de demande en ligne
- 2 photographies d'identité
- enveloppe préaffranchie tarif lettre suivie et libellée à vos nom, prénom à l'adresse d'envoi souhaitée (les recommandés ne sont pas acceptés).

#### Préfecture de Police

Direction de la Police générale  
Bureau des permis de conduire  
1 bis rue de Lutèce  
75195 Paris Cedex 4.

## ■ LISTE 2 (IDF)

### Centres de vaccination à Paris

Ces centres municipaux proposent une vaccination gratuite, sur rendez-vous, contre la diphtérie, le tétanos, la polio, le BCG et la grippe (pour les personnes âgées, à l'entrée de l'hiver). Seul le centre Charles Bertheau propose des vaccinations internationales.

#### 75004 Paris

Centre gratuit de vaccination  
Parvis Notre-Dame  
Hôtel-Dieu  
Tél : 01 42 34 84 84

#### 75012 Paris

Centre gratuit de vaccination  
43 rue de Picpus  
Tél : 01 53 44 18 70  
[www.paris.fr/vaccinations](http://www.paris.fr/vaccinations)

#### 75013 Paris

Centre gratuit de vaccination  
13 rue Charles-Bertheau  
Tél : 01 45 82 50 00  
[www.paris.fr/vaccinations](http://www.paris.fr/vaccinations)

#### 75015 Paris

Centre gratuit de vaccination  
12 rue Tiphaine  
Tél : 01 53 95 47 00  
[www.paris.fr/vaccinations](http://www.paris.fr/vaccinations)

#### 75017 Paris

Centre médico-social Boursault  
54 B rue Boursault  
Tél : 01 53 06 35 60  
[www.paris.fr/vaccinations](http://www.paris.fr/vaccinations)

#### 75018 Paris

Centre gratuit de vaccination  
16-18 rue Cavé  
Tél : 01 53 41 35 90  
[www.paris.fr/vaccinations](http://www.paris.fr/vaccinations)

#### 75020 Paris

Centre gratuit de vaccination  
218 rue de Belleville  
Tél : 01 47 97 47 82  
[www.paris.fr/vaccinations](http://www.paris.fr/vaccinations)