

# PARTIR À L'ÉTRANGER



## ✓ Ma Check list

indispensable pour un départ à l'étranger en toute tranquillité !



SÉCURITÉ



SANTÉ



DOCUMENTS OFFICIELS



ASSURANCES



ARGENT



LES INDISPENSIBLES À EMPORTER



## SÉCURITÉ

A consulter avant tout départ à l'étranger, le **site du Ministère des affaires étrangères** pour connaître les zones à risque et les conditions sanitaires de votre lieu de destination :

<http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/>

**Fil de sécurité d'Ariane** pour signaler votre départ à l'étranger : <https://pastel.diplomatie.gouv.fr/fildariane/dyn/public/login.html>



## SANTÉ

**Vaccins** : renseignez-vous sur les vaccins nécessaires, voire obligatoires.

Il est vivement conseillé d'avoir les vaccins les plus courants à jour : diphtérie, tétanos, polio (DTP) et hépatite A.

**Prescriptions médicales** : n'oubliez pas d'emporter vos médicaments pour la durée de votre séjour et une copie de votre ordonnance.



## DOCUMENTS OFFICIELS

**Carte d'identité** : à vérifier sa date de validité.

**Passeport** : à vérifier sa date de validité.

**A savoir** : votre passeport doit parfois être valide au moins 6 mois après la date de retour de l'étranger.

**Visa** : renseignez-vous pour savoir si un visa est obligatoire et sur son délai d'obtention auprès du consulat de votre pays de destination.

**IMPORTANT** : Conservez une copie de ces documents dans différents bagages et si possible laissez une copie à votre famille ou à un contact proche, en cas de perte ou de vol de papiers. Idem pour vos billets d'avion et votre assurance santé.



## ASSURANCES

**A l'étranger, tout peut arriver :** une intoxication alimentaire, une rage de dent, une entorse, etc.

Il est **ESSENTIEL** de partir avec une assurance santé "Départ à l'étranger".

- ✔ La SMERAG vous propose **l'Assurance WORLD PASS SMERAG MONDE et EUROPE** à petit prix et adaptée à la durée de votre séjour. C'est une formule complète avec remboursements de vos frais médicaux à leurs coûts réels, une prise en charge directe des frais d'hospitalisation, l'assistance rapatriement, etc. Toutes les infos sur [smerag.fr/rubrique](http://smerag.fr/rubrique) **NOS ASSURANCES – WORLD PASS SMERAG**. Souscription directe en ligne ou en accueil SMERAG.

- ✔ Pour un Départ en Europe, commandez votre CEAM (Carte Européenne d'Assurance Maladie) depuis votre espace personnel et gratuit MY SMERAG, au moins 15 jours avant votre départ.

**En complément, il est recommandé de prendre une assurance voyage comme exposé ci-avant :** le WORD PASS SMERAG EUROPE, pour une protection étendue et optimale.

**IMPORTANT :** n'oubliez pas si vous avez des soins à l'étranger de conserver tous vos justificatifs pour vos remboursements de soins.



## ARGENT

**Avant de partir :**

- ✔ Vérifiez le plafond de retrait de votre carte bancaire afin de ne pas être limité dans vos retraits.
- ✔ Prenez toujours des espèces à échanger au cas où vous auriez un souci avec votre carte bancaire.
- ✔ Pensez à mettre de l'argent dans différents endroits en cas de vol.
- ✔ N'oubliez pas d'avoir sur vous le n° de votre banque en cas de perte ou de vol de votre carte bancaire pour faire opposition.



## LES INDISPENSABLES À EMPORTER

- ✔ Une trousse de Secours (à mettre dans sa valise en soute, si vous avez une paire de ciseaux dedans).
- ✔ Des vêtements de pluie, un pull ou gilet chaud et une paire de chaussure tout terrain.
- ✔ Dans l'avion, pensez à une écharpe et des chaussettes.
- ✔ **En cas de perte de bagages,** emportez en cabine un nécessaire de rechange adapté à la température du pays d'arrivée et une brosse à dents.
- ✔ Une paire de lunette solaire.
- ✔ Un adaptateur pour vos branchements selon votre pays de destination.
- ✔ Votre chargeur de téléphone, tablette et/ou ordinateur.
- ✔ Les n° de téléphone importants inscrits sur un carnet, en dehors de votre portable.
- ✔ **Demandez conseil à votre pharmacien ou votre médecin traitant** pour savoir quel médicament emporter en cas de maux de tête, problème digestif, piqûre d'insectes, etc.

**Excellent VOYAGE !**

L'équipe de la SMERAG



Retrouvez notre **VIDÉO** « Partir à l'étranger » sur la chaîne **YOUTUBE SMERAG** :

[https://www.youtube.com/watch?v=Ktm4snAW\\_Ic&t=2s](https://www.youtube.com/watch?v=Ktm4snAW_Ic&t=2s)

**Stage, job, ou séjour à l'étranger ?**

**ASSURANCE WORLD PASS SMERAG**

