

# Check list!



## Préparation du voyage

### Quelques mois avant

- Vérifier la validité du passeport
- Se procurer des photos d'identité (pour le visa et les autorisations sur place)
- Demander un visa » [globetrotter.ch/visum](https://globetrotter.ch/visum)
- Lire des guides de voyage
- Pour les voyages de longue durée: sous-louer son appartement ou résilier son bail » [ums.ch](https://ums.ch)
- Vérifier que les assurances maladie, accidents et responsabilité civile sont valables dans le monde entier
- Assurance bagages et assurance pour frais d'annulation » [globetrotter.ch/reiseversicherung](https://globetrotter.ch/reiseversicherung)
- Bilan de santé
- Vérifier le contrat de téléphone mobile (frais d'itinérance)
- Acquérir des connaissances de base dans la langue du pays

### Quelques semaines avant

- Se faire vacciner si nécessaire » [healthytravel.ch](https://healthytravel.ch)
- Si nécessaire, demander un permis de conduire international (auprès du TCS ou du service des automobiles)
- Enregistrer ses données personnelles auprès de la Confédération » [dfe.admin.ch/itineris](https://dfe.admin.ch/itineris)
- Contrôler l'équipement photographique, éventuellement se procurer une carte mémoire
- Acheter des vêtements et un équipement
- Porter ses chaussures neuves pour les assouplir
- Vérifier les dates d'expiration des cartes bancaires
- Communiquer les projets de voyage à la société de cartes de crédit (pour que les cartes fonctionnent à l'étranger)
- Suspendre la livraison des journaux et des magazines
- Effectuer un mandat permanent auprès de la banque ou de la poste pour les factures courantes

- Faire vider la boîte aux lettres
- Versements: qui se charge des factures arrivées à échéance?
- Transférer le courrier ou le faire garder
- Avertir Globetrotter en cas de transport d'équipement sportif
- Organiser l'arrosage des plantes et la garde des animaux de compagnie
- Se noter les numéros d'urgence des proches
- Enregistrer le numéro de la ligne d'assistance de Globetrotter
- Numériser ses documents personnels de voyage et les conserver en ligne
- Remettre des copies des documents de voyage à des parents ou à des amis

### Quelques jours avant

- Faire ses valises à titre d'essai: poids? Qu'est-ce qui est autorisé? » [bazl.admin.ch/passagiergepaeck](https://bazl.admin.ch/passagiergepaeck)
- Instaurer, si nécessaire, une prophylaxie contre le paludisme
- Se procurer des médicaments délivrés sur ordonnance
- Derniers versements
- Contrôler encore une fois les documents de voyage
- Se procurer de la monnaie étrangère (pièces et petites coupures) » [oanda.com](https://oanda.com)

### Un jour avant le départ

- Préparation définitive des bagages, pesage
- Tenir compte de la réglementation concernant le transport de liquides en bagage à main
- Étiqueter chaque bagage
- Éteindre ou baisser le chauffage
- Retirer les appareils électriques des prises de courant
- Confier les clés d'appartement à des parents, à des amis ou à des voisins
- Déposer son SwissPass (AG)
- Check-in en ligne » [globetrotter.ch/mytrip](https://globetrotter.ch/mytrip)

## Liens utiles

DFAE (conseils à l'intention des voyageurs et adresses des ambassades)  
» [dfe.admin.ch](https://dfe.admin.ch)

Vols retardés ou annulés  
» [bazl.admin.ch](https://bazl.admin.ch)  
» [airhelp.com](https://airhelp.com)

Rapatriement par la Rega  
» [rega.ch](https://rega.ch)

Envoyer de l'argent  
» [westernunion.ch](https://westernunion.ch)

Skimming  
» [stop-skimming.ch](https://stop-skimming.ch)

Connecteurs électriques, etc.  
» [countrycode.org](https://countrycode.org)

Pourboire dans le monde  
» [tippingaroundtheworld.com](https://tippingaroundtheworld.com)

Équité en voyage  
» [fairunterwegs.org](https://fairunterwegs.org)

Protection de l'enfance  
» [kinderschutz.ch](https://kinderschutz.ch)

Service sous-location  
» [ums.ch](https://ums.ch)

## Numéros d'urgence disponibles 24h/24 lors du voyage

Numéro gratuit: 00800 1003 1003  
À partir des USA et du Canada:  
011 800 1003 1003  
À partir de l'Australie: 0011 800 1003 1003  
(Les appels sur les téléphones portables occasionnent des frais d'itinérance.)

Si le numéro gratuit n'est pas joignable:  
0041 848 103 103  
À partir des USA et du Canada:  
01141 848 103 103  
À partir de l'Australie: 001141 848 103 103

## À emporter

### Les indispensables

- Passeport (avec visa) ou carte d'identité, carnet de vaccination, certificat de vaccination contre la fièvre jaune
- Argent liquide en devise étrangère
- Cartes bancaires
- Conserver séparément les copies du passeport/ de la carte d'identité des originaux
- Programme de voyage/billet électronique, bons d'échange («vouchers»)
- Numéros d'appels d'urgence et listes d'adresses
- Permis de conduire et, si nécessaire, permis de conduire international
- Cartes d'assurance

### Vêtements

- Pantalons longs
- Pantalons courts
- Ceinture
- Jupe, robe, tunique
- Sous-vêtements
- Bas, leggings
- T-shirts
- Pull-over
- Chemises/chemisiers à manches longues
- Tenue correcte, éventuellement cravate/nœud papillon
- Veste polaire, gilet
- Coupe-vent et protection contre la pluie
- Chaussettes, bas de contention
- Chaussures robustes pour la randonnée/le sport
- Chaussures élégantes
- Sandales
- Tongs
- Pantoufles
- Pyjama
- Vêtements de sport
- Maillot de bain/bikini
- Couvre-chef, pour les femmes: foulard
- Écharpe, gants

### Équipement

- Porte-documents
- Cadenas et clé pour le sac à dos/la valise
- Petit sac à dos pour la journée
- Protection imperméable pour les bagages
- Sac de couchage
- Sac de couchage en coton ou en soie
- Adaptateur universel
- Canif (à ne pas emporter dans le bagage à main)
- Lampe de poche et/ou lampe frontale avec piles de rechange
- Serviette de bain
- Lunettes de soleil
- Porteurs de lunettes: lunettes (normales et de rechange), copie de l'ordonnance
- Porteurs de verres de contact: verres de contact (normaux et de rechange), produit d'entretien
- Trousse de couture de voyage
- Mouchoirs
- Sachets multi-usages, sachets refermables en plastique, sac étanche
- Masque de repos et oreiller de voyage
- Protection auditive
- Chargeurs (également portable et solaire), accumulateurs, clé USB

### Hygiène

- Trousse de toilette
- Gant de toilette, petite serviette éponge
- Savon et gel douche
- Shampoing et après-shampoing
- Brosse à dents, dentifrice, fil dentaire
- Déodorant, parfum
- Peigne, brosse à cheveux
- Protection solaire
- Soins après-soleil
- Lingettes rafraîchissantes
- Produits de soin pour le visage, crème pour le corps
- Barrettes pour les cheveux
- Tampons, protège-slips
- Ustensiles de rasage
- Ciseaux et lime à ongles
- Cotons-tiges
- Miroir à main
- Rouleau de papier toilette
- Soins pour les lèvres
- Désinfectant pour les mains
- Produit pour lessive à la main
- Corde et pinces à linge
- Sac à linge sale

### Pharmacie de voyage

- Médicaments prescrits par le médecin
- Informations concernant ses propres allergies
- Prophylaxie et/ou médicament d'urgence contre le paludisme
- Répulsif à moustiques
- Médicaments contre le rhume
- Médicaments contre la diarrhée
- Laxatifs
- Comprimés de purification d'eau
- Médicaments contre le mal des transports et la nausée
- Fébrifuge
- Analgésique
- Gel apaisant en cas de piqûres de moustiques ou de coups de soleil
- Gel en cas de foulures et de contusions
- Éventuellement antibiotiques à large spectre
- Gouttes pour les yeux
- Pilules contraceptives
- Préservatifs
- Désinfectant
- Thermomètre médical
- Pansement adhésif, pansements pour les ampoules
- Bandage élastique
- Pince
- Épingles de sûreté
- Notices de tous les médicaments

### Photographie

- Sac pour appareil photo
- Appareil photo/caméra vidéo
- Chargeur pour appareil numérique
- Cartes mémoire pour appareil numérique
- Piles de rechange pour le flash et les dispositifs électroniques de la caméra
- Dispositif de déclenchement à distance
- Objectifs interchangeables
- Filtres polarisants
- Pare-soleil

- Cache
- Flash
- Trépied
- Produit de nettoyage

### Documents personnels

- Carte de groupe sanguin
- Guides touristiques, cartes géographiques, plans des villes, dictionnaire visuel
- Guide linguistique
- Crayons, bloc-notes
- Cartes de visite
- Journal intime
- Carnet d'adresses
- Photos de son pays d'origine

### Autre

- Hamac
- Bâtons de randonnée
- Sac à chaussures
- Parapluie
- Lecteur MP3, ordinateur portable, tablette, liseuse
- Écouteurs
- Livres
- Tuba et lunettes de plongée
- Brevet de plongée, livre de bord, attestation médicale
- Bonnet de bain
- Lunettes de natation
- Sèche-cheveux
- Jumelles
- Moustiquaire
- Jeux
- Souvenirs, cadeaux

### Équipement spécial pour le trekking

- Natte isolante/matelas gonflable
- Veste fonctionnelle toutes saisons
- Pantalon de trekking
- Surpantalon (imperméable et coupe-vent)
- Éventuellement des guêtres
- Lunettes de ski avec protection nasale
- Bouteille thermos
- Sac à eau
- Cartes
- Permis de trekking si nécessaire
- Pourboire pour les guides locaux
- Bougies et allumettes
- Papier toilette et briquet (pour brûler du papier)
- Savon biodégradable
- Lacets de rechange
- Tente et accessoires
- Équipement de cuisine
- Mini-couverts
- Portions alimentaires de secours non périssables
- Vêtements de protection contre le froid, sous-vêtements thermiques
- Équipement d'escalade
- Altimètre
- Boussole
- Couverture de survie
- GPS
- Téléphone satellite