CHECK-LIST GRATUITE · APRÈS 50 ANS

Partir seul(e) après 50 ans : préparer votre voyage, vous protéger, et savoir quoi faire si tout va mal à l'autre bout du monde

Les actions du guide, à cocher au fur et à mesure. Les explications, les délais et les lettres prêtes à adapter sont dans le guide complet.

Partie 1. Décider, et choisir où aller

Les questions à se poser seul(e) (bon sens)

- [ ] Y a-t-il un hôpital à une distance raisonnable de l'endroit où je dors ?
- [ ] Où est le consulat de France ? (annuaire officiel)
- [ ] Puis-je me déplacer sans conduire, et le soir ?

Partie 2. Le bon prix, et une réservation sans piège

Le surcoût d'une personne seule

- [ ] Le prix pour une personne, en chambre seule, tout compris ?
- [ ] Une chambre à partager est-elle proposée ? Et si personne ne se présente ?
- [ ] Le nombre minimum de participants ?
- [ ] Les transferts, repas et excursions qui restent à payer ?

Forfait ou achats séparés : la vraie différence

- [ ] Je vérifie le vendeur sur le registre d'Atout France, qui met lui-même en garde contre de fausses attestations de garantie

- [ ] Je lis la taille du groupe, la langue utilisée, le nombre minimum de participants
- [ ] Je fais écrire « chambre seule », régime, rythme : ces « exigences particulières » font partie du contrat
- [ ] Je note le contact local, et je garde contrat et facture

Partie 3. Papiers, santé, assurance

Vos papiers

- [ ] Photocopie recto verso, rangée à part
- [ ] Scan envoyé à ma propre messagerie, et copie dans l'espace de stockage de mon compte service-public
- [ ] Au moins 2 photos d'identité dans la valise
- [ ] Test (bon sens) : j'ouvre ma messagerie depuis un autre appareil, sans mon téléphone

Le contrat : assurance et assistance

- [ ] Un numéro d'urgence joignable 24 h sur 24 depuis l'étranger, et des correspondants sur place
- [ ] Médecin, médicaments et soins dentaires d'urgence, transport d'urgence, avance des frais
- [ ] Rapatriement avec équipe médicale, et rapatriement du corps
- [ ] Annulation et interruption de voyage
- [ ] Aucun pays ni région exclu de votre itinéraire
- [ ] Y a-t-il une limite d'âge, ou un plafond qui baisse avec l'âge ?
- [ ] Mes maladies connues sont-elles exclues, même stabilisées ?
- [ ] L'assistance de ma carte joue-t-elle si je n'ai pas payé le voyage avec elle ?

Votre médecin et vos médicaments

- [ ] Médicaments dans leur **emballage d'origine,** avec la notice
- [ ] **Répartis** entre le bagage à main et la valise

- [ ] Un peu plus que la durée du séjour, sans excès à cause de la douane
- [ ] **Ordonnance** avec le nom international (la DCI), si possible en anglais
- [ ] Certificat médical pour les seringues et les aiguilles

Partie 4. Votre personne-relais

Le faux appel à l'aide

- [ ] Je ne demanderai jamais d'argent par message, sans le mot convenu
- [ ] En cas de doute, on rappelle l'hôtel ou le consulat avant tout virement

Partie 5. Votre argent et votre téléphone

Avec votre banque, avant de partir

- [ ] Mon plafond de retrait **par jour et par semaine**, et les frais hors zone euro
- [ ] Une seconde carte, sur un autre compte (bon sens)
- [ ] Le numéro d'opposition à appeler **depuis l'étranger,** noté à plusieurs endroits, pas seulement dans le téléphone

Votre téléphone

- [ ] Code de verrouillage, et contact d'urgence affichable sans déverrouiller, si votre téléphone le permet
- [ ] Batterie de secours dans le sac de la journée
- [ ] Carte de la ville enregistrée hors ligne
- [ ] Billets, adresses et contrat aussi sur papier

Partie 6. Sur place, seul(e)

Chaque jour

- [ ] Je ne sors que ce qu'il me faut pour la journée
- [ ] Mon sac reste devant moi, ou attaché à la chaise
- [ ] Je dis à la réception où je vais si le lieu est isolé
- [ ] Je rentre avant la nuit tant que je ne connais pas le quartier

- [ ] J'envoie mon message à l'heure dite

Le guide complet

Partir seul(e) après 50 ans : préparer votre voyage, vous protéger, et savoir quoi faire si tout va mal à l'autre bout du monde : 25 pages, en PDF et en EPUB, 7,90 €.

Chaque étape y est expliquée, avec ses délais, les sources officielles et des lettres prêtes à adapter.

https://lesguidesuniques.com/fr/apres-50-ans/voyager-seul-50-ans/

Auteur : Yvan (micro-entreprise, Bastia). Mis à jour le 1er novembre 2026. Ce guide ne remplace pas un avocat ou un conseiller.