

Voyager sereinement en solo après 60 ans : votre préparation idéale

Formalités administratives et sécurité

- Vérifiez la validité de votre passeport : il doit être valide au moins 6 mois après la date prévue de votre retour.
- Anticipez les visas ou autorisations électroniques (type ESTA, AVE) en utilisant uniquement les sites officiels pour éviter les fraudes.
- Inscrivez-vous sur le portail Ariane pour recevoir des alertes de sécurité par SMS ou e-mail durant votre séjour.

Santé et bien-être avant le départ

- Effectuez une visite médicale 4 à 8 semaines avant le départ pour vérifier vos aptitudes et mettre à jour vos vaccinations.
- Souscrivez une assurance voyage complète incluant obligatoirement le rapatriement sanitaire, la prise en charge des frais médicaux élevés et l'annulation.
- Demandez votre Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM) au moins 15 jours avant le départ si vous voyagez en Europe.

Gestion des bagages et trousse médicale

- Constituez une trousse médicale complète avec vos ordonnances originales (nom DCI) et un certificat médical pour tout matériel spécifique.
- Vérifiez le poids autorisé en soute et en cabine auprès de votre compagnie aérienne.
- Privilégiez une valise à 4 roulettes multidirectionnelles pour limiter les efforts physiques lors de vos déplacements.
- Préparez un petit sac à main contenant vos documents essentiels, médicaments vitaux, lunettes et coordonnées d'urgence à garder sur vous.

Numérisation et accès aux documents

- Numérisez tous vos documents importants (passeport, billets, contrats d'assurance, ordonnances).
- Stockez ces fichiers sur un espace cloud sécurisé pour y accéder facilement en cas de perte ou de vol des originaux.