

NOVO MONDE présente:



*Préparer son*  
**Tour Du Monde**



*Tout Ce A Quoi Il Faut  
Penser Pour Partir Serein*



*Ebook Gratuit réalisé par  
Fabienne et Benoit du Blog:  
<http://www.novo-monde.com>*



# COMMENT UTILISER CET EBOOK?

Ce petit cadeau que nous vous offrons sur le site a pour but de vous aider dans la préparation de votre voyage. Vous n'aurez probablement pas le besoin ni forcément l'envie de tout lire... ;)

Dans le sommaire vous trouverez tous les points abordés, vous pouvez ainsi lire seulement les chapitres dont vous avez besoin et revenir y chercher des informations au fur et à mesure de l'avancée de vos préparatifs.

***Note: Cet ebook a été initialement écrit en 2013, période à laquelle nous préparions notre tour du monde. Après une petite mise à jour en 2015 nous avons décidé de lui offrir un "petit coup de jeune" en 2020.***

***Beaucoup d'éléments ont été repris de l'ancienne version, mais nous avons ajouté de nombreux conseils supplémentaires issus de nos 5 dernières années passées sur les routes.***

Préparer un tour du monde ou tout simplement un voyage au long cours n'est pas une mince affaire... Même si le but d'un tel voyage c'est bien de se laisser surprendre au quotidien par ce que la vie a à nous apporter et d'avancer tranquillement au gré des rencontres ; une telle aventure nécessite tout de même quelques préparatifs.

Dans nos préparatifs on s'est rendu compte qu'il n'existait pas encore de guide gratuit qui vous aide à préparer un tel périple. On s'est donc promis d'essayer de donner un coup de main aux futurs voyageurs en proposant un petit résumé du chemin que nous avons parcouru avant le grand départ le 17.08.2013 et en vous offrant des conseils basés sur nos plus de 19 mois sur les routes !

Cet Ebook se veut informatif, mais nous n'avons aucunement la prétention de tenir la vérité absolue. Vous trouverez toujours des exemples de gens qui s'en sont parfaitement sortis en ne planifiant absolument rien de leur voyage, qui sont partis sans argent, sans assurance et en auto-stop depuis devant leur porte... A l'inverse vous trouverez des gens qui ont planifié leur voyage à la demi-journée près... Nous sommes, je pense, un peu à mi-chemin entre tout cela. Nous avons décidé de planifier soigneusement tout ce qui touche à la santé ainsi qu'au financement afin de ne pas nous retrouver dans le pétrin une fois en route, mais par contre notre voyage en lui-même n'est pas du tout planifié...

**ALORS PRÊTS? ON VOUS EMMÈNE EN TOUR DU MONDE!**



# A PROPOS

Avant d'attaquer le vif du sujet on s'est dit qu'on allait peut-être quand même se présenter un peu, non?

Nous c'est Fabienne et Benoit, deux petits suisses nés au milieu des années 80 qui avons décidé de mettre le voyage au centre de nos vies. Ou disons plutôt que c'est le voyage qui nous a totalement capturés. En 2013 nous sommes donc partis pour ce qui devait être un tour du monde de 12 mois... 19 mois sur les routes plus tard nous sommes revenus en Suisse, mais rien n'aura plus jamais vraiment été comme avant.

En 2016, nous avons à nouveau refait nos sacs et fondé notre petite entreprise dans le tourisme et depuis nous parcourons les routes et sentiers de randonnée du monde. Backpackeurs dans l'âme vous aurez toujours plus de chances de nous trouver en train de faire un bivouac ou boire une bière artisanale dans un bar de quartier que de siroter un cocktail dans un hôtel de luxe. ;) #OnNeSeRefaitPas

En lire plus

---

## Notre livre



Vous lisez actuellement notre ebook. Sorti en 2013, ce guide a été notre toute première expérience dans la publication d'un livre de voyage. En 2018, nous sommes allés un petit pas plus loin et avons sorti notre premier livre au format papier. Plus riche en illustration, anecdotes de voyage mais également de portraits d'autres voyageurs, il est le parfait complément à cet ebook. On vous en reparle plus loin dans l'ebook, mais sachez qu'il se trouve facilement en librairie ou en ligne. ;)

# TABLER DES MATIÈRES

## **1. OSER SE LANCER**

<i>Oser partir</i>	<b>7</b>
<i>Pourquoi partir voyager?</i>	<b>8</b>
<i>Arrêtez de vous</i>	<b>9</b>
<i>Partir seul ou à plusieurs?</i>	<b>16</b>

## **2. LE BUDGET**

<i>Combien prévoir?</i>	<b>19</b>
<i>A quoi cela ressemble chez nous?</i>	<b>20</b>
<i>Les postes de dépenses</i>	<b>22</b>
<i>Comment économiser</i>	<b>34</b>

## **3. L'ITINÉRAIRE**

<i>Combien de temps partir?</i>	<b>38</b>
<i>Faut-il prévoir un itinéraire?</i>	<b>39</b>
<i>Les points à prendre en compte</i>	<b>41</b>

## **4. LA SANTÉ**

<i>Les vaccins</i>	<b>47</b>
<i>Les traitements anti-palu</i>	<b>51</b>
<i>Les assurances voyage</i>	<b>52</b>
<i>La trousse de pharmacie</i>	<b>63</b>

## **5. L'ADMINISTRATIF**

<i>Les billets d'avion</i>	<b>65</b>
<i>Les Visas</i>	<b>68</b>
<i>L'argent</i>	<b>69</b>
<i>Les autres choses à penser</i>	<b>74</b>

# TABLER DES MATIÈRES

## 6. LE MATÉRIEL

<i>Sac à dos ou valise?</i>	<b>77</b>
<i>Contenu du sac à dos</i>	<b>82</b>

## 7. LES RISQUES

<i>Les maladies et les accidents</i>	<b>94</b>
<i>Les accidents de la route</i>	<b>94</b>
<i>Les soucis intestinaux</i>	<b>97</b>
<i>Les pickpockets</i>	<b>99</b>
<i>Les animaux et insectes</i>	<b>100</b>
<i>Agression ou vol</i>	<b>103</b>
<i>Arnaques</i>	<b>104</b>
<i>Mal des montagnes</i>	<b>106</b>
<i>Le Mal du pays</i>	<b>108</b>
<i>La fièvre du voyage</i>	<b>109</b>

## 8. PLANNING

<i>Planning récapitulatif</i>	<b>111</b>
-------------------------------	------------

## 9. MOT DE LA FIN

<i>Nous soutenir</i>	<b>117</b>
<i>Notre livre</i>	<b>118</b>
<i>Merci</i>	<b>119</b>



**1.**

**Oser se lancer**

## 1.1 OSER PARTIR

Il existe de nombreuses raisons de partir faire un voyage au long cours, et mon petit doigt me dit que si vous avez téléchargé cet ebook c'est que déjà l'idée ne vous refroidit pas...

En fait, pour avoir pas mal échangé avec des amis je dirais que je vois 2 catégories de personnes qui ne le font pas...

Les premiers sont ceux qui n'en ont tout simplement pas envie (si si ça existe je vous le jure) : ils ont peur de l'inconnu, ne veulent pas quitter leur confort quotidien, ou préfèrent simplement ne pas quitter leurs proches. Je ne critique pas du tout ces personnes, au contraire je respecte leur choix si elles en sont convaincues... Mais ce n'est pas mon cas...

La deuxième catégorie est celle dans laquelle rentre bon nombre d'entre nous (nous aussi on en faisait partie) : ces personnes rêvent de tout quitter pour vivre une aventure hors du commun **mais n'osent pas se lancer**.

Trouver des raisons pourquoi on ne doit pas faire un tour du monde, ou pourquoi maintenant n'est pas le bon moment est bien plus simple que de prendre la décision de partir. On pense à son travail, à son appartement, à ses amis et on se dit qu'on le fera un jour, mais que maintenant ce n'est pas le bon moment...

**Croyez-moi, le bon moment ne vous tombera pas dessus par hasard, il faut forcer un peu le destin !**

Et une fois que la décision sera prise, la machine sera lancée ! Vous verrez, la partie la plus difficile c'est d'arrêter de faire en sorte que votre tour du monde soit un rêve, mais que cela devienne un PROJET CONCRET.

Dans 6 mois, dans 1 an, dans 10 ans peu importe, mais n'abandonner pas l'objectif que vous vous êtes fixé!



**17**

Ceci est le nombre de mois qui se sont écoulés entre le moment où nous avons décidé que nous voulions partir et le jour où nous sommes montés dans notre premier avion. Se fixer un objectif permet de mieux s'organiser et surtout, avoir une date butoir aide énormément à réaliser les petits sacrifices souvent nécessaires avant le jour J.

## 1.2 POURQUOI PARTIR VOYAGER?

Des raisons je peux vous en citer des centaines, mais une fois de plus si vous êtes arrivés sur notre blog et que cet ebook vous a parlé alors vous ne devez pas être une personne difficile à convaincre que le voyage est une des plus belles choses qui puisse exister.

Ce que le voyage nous inspire :

V

ivre une aventure hors du commun

O

ser se dépasser et faire des choses qui sortent de l'ordinaire

Y

ourte, Hamac, Train, bus, tente, hôtel, bateau, tatami, futon, tant  
d'alternatives à notre maison douillette

A

pprendre à comprendre ce qui nous entoure et respecter notre  
belle planète bleue

G

agner en confiance en soi et en les autres : faire des rencontres  
qui changeront notre vie et notre façon de penser

E

tancher sa soif de nouveauté, de savoir et donner un nouveau  
sens à sa vie

R

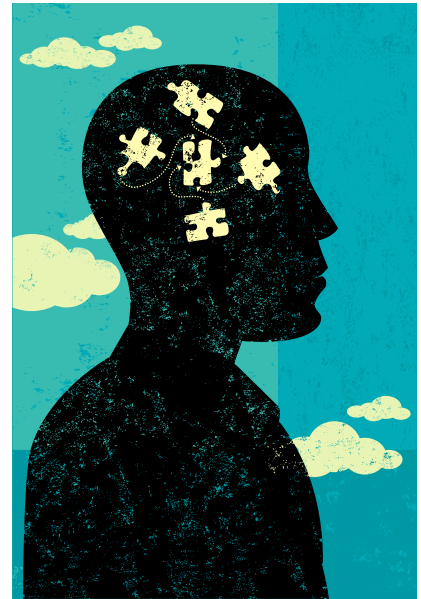
êver de ses prochaines destinations et des prochains voyages

## 1.3 ARRÊTEZ DE VOUS TROUVER DES EXCUSES

La plupart d'entre nous qui ne partons pas voyager c'est parce qu'on trouve toujours des raisons de ne pas le faire ou de le repousser à plus tard.

Certes il existe des contraintes de la vie quotidienne qui sont propres à chacun, mais selon moi il est vraiment important de se poser les bonnes questions et surtout de relativiser...

Alors si vous êtes en bonne santé et que le rêve de partir à la découverte du monde vous hante depuis un moment, lisez ce qui suit et essayez de poser bien à plat les raisons qui vous retiennent de partir et tentez d'y trouver une solution...



**A chaque problème sa solution, il suffit de trouver le mode d'emploi !**

### 1.3.1 LE BOULOT: DÉMISSION OU CONGÉ SABBATIQUE?

La question du travail est souvent un point crucial qui pousse bon nombre de personnes à repousser un projet de voyage au long cours. La peur de perdre une année d'expérience sur son CV, ne pas savoir si on retrouvera un travail qui nous plait et nous passionne à notre retour, la peur de demander un congé sabbatique à son patron par hantise qu'il ne comprenne pas notre décision, etc...

Pour être honnête c'est une question que nous nous sommes longuement posée. Avec Benoit, au moment du départ, nous avons fini nos études depuis un peu plus de 3 ans, et étions tous deux dans notre «premier vrai job», au début de notre « carrière » si on peut parler ainsi. Mais honnêtement nous étions tous les deux convaincus que ce voyage allait nous apporter un réel plus dans notre vie, on ne savait juste pas encore exactement dans quelle mesure. ;)

Un tour du monde ne se rajoute pas à son CV comme une expérience professionnelle mais c'est sans aucun doute quelque chose qui a une valeur qui va bien au-delà. Pour nous la question du congé sabbatique ne s'est pas posée car nous n'étions pas salariés depuis assez longtemps dans nos boîtes, mais à vrai dire nous n'en sommes pas plus malheureux.

La démission a l'avantage non négligeable de laisser des portes ouvertes: que ce soit pour prolonger votre voyage ou alors trouver une nouvelle voie professionnelle à votre retour... qui sait !

## **C'est bien connu, l'être humain développe des ressources insoupçonnées en cas de besoin.**



### **Mise à jour 2020**

On va être honnêtes, au moment de notre départ le point du CV était carrément une grande inconnue. Après cela ne nous paniquait pas car nous étions tous les deux prêts à faire des sacrifices au retour et à "accepter un peu n'importe quel job en rentrant" si nous y avions été contraints. Comme disait ma grand-mère: "Il n'y a pas de sots métiers" et c'est un peu avec cet état d'esprit que nous sommes partis.

Au final nous avons tous les 2 été très agréablement surpris de constater que notre tour du monde n'avait nullement créé de "trou" sur notre CV, au contraire même! Lors de mes entretiens, plusieurs recruteurs m'ont confié avoir sélectionné mon dossier car il "détonnait un peu" par rapport aux autres, le voyage les intriguait et ils voulaient en savoir plus.

Au final, nous avons tous les 2 retrouvé des jobs qui nous plaisaient à notre retour.

Personnellement, j'ai retrouvé un travail dans mon domaine (gestion de projet dans le web) mais pour Benoit ce voyage aura été l'occasion d'un virage à 180° dans ses choix de carrière. Avant notre départ Benoit faisait un doctorat en biomécanique numérique et il partait clairement pour finir dans une carrière scientifique ou académique. Pendant le voyage il s'est découvert une vraie passion pour le monde du web et surtout le développement de logiciels. Il s'est formé en ligne, a monté plein de petits projets persos pendant que nous étions en route et à notre retour il s'était donné 6 mois pour décrocher un poste de "Junior" dans le développement. A peine 2 mois après notre retour, une boîte a décidé de lui faire confiance en le prenant à l'essai avec un statut de "freelance" et 3 mois plus tard il était engagé en fixe en tant que "Software Developer".

Mais sinon, une excellente alternative est de demander un congé sabbatique.

Qui y a droit ? (En France)

Toute personne salariée qui, à la date de départ, bénéficie d'un minimum de 3 ans (36 mois) d'ancienneté dans l'entreprise (consécutifs ou non) et de 6 années d'activité professionnelle, sans avoir bénéficié, au cours des 6 années précédentes, dans l'entreprise, d'un congé sabbatique, d'un congé pour création d'entreprise ou d'un congé de formation d'au moins 6 mois. La durée d'un congé sabbatique varie de 6 mois à 11 mois maximum.



Votre employeur peut vous refuser le congé si vous ne respectez pas les conditions ci-dessus. Votre employeur peut aussi décider de reporter votre congé sans avoir à se justifier: mais sachez qu'il peut le reporter de maximum 9 mois si vous êtes dans une entreprise de moins de 200 salariés et de 6 mois si votre entreprise compte plus de 200 salariés.

Après le congé sabbatique vous retrouvez votre ancien emploi ou un poste équivalent, avec un salaire qui a l'obligation d'être au minimum égal à ce que vous touchiez avant votre départ.

Par contre attention: si vous décidez de rentrer plus tôt de votre voyage, alors votre employeur ne peut pas être contraint à vous reprendre avant la fin de votre congé sabbatique. Mais le plus simple reste encore d'en discuter entre 4 yeux... Je suis sûre que votre patron n'est pas un monstre et qu'il ne mord pas ! Au pire si il vous mord vraiment vous aurez des indemnités de départ pour coups et blessures! ;)



### 1.3.2 L'APPARTEMENT OU LA MAISON

Quand on part voyager pour une longue période la question du logement peut être délicate.

Pour notre part nous étions locataires à Vienne en Autriche. Ne sachant pas si nous voulions retourner en Autriche ou en Suisse à notre retour de voyage nous avons décidé de résilier le bail de notre appartement. Nous avons vendu nos quelques meubles, et notre vie au moment du départ tenait dans quelques cartons dans la cave de nos parents. Bien évidemment notre situation n'est peut-être pas la norme, mais sachez qu'il existe de nombreuses alternatives.

Si vous êtes propriétaire vous pouvez louer votre maison ou appartement en votre absence: cela vous permettra de couvrir les frais courants durant votre absence et aussi de vous assurer un petit revenu pendant la durée du voyage.

Vous pouvez louer votre appartement/maison meublé ou alors si vous préférez ne pas laisser vos meubles à des inconnus vous pouvez envisager le stockage de vos affaires dans un garde-meuble le temps de votre voyage.

Si vous êtes locataire vous pouvez envisager de sous-louer votre appartement. Pour cela il vous faudra simplement remplir deux conditions:

- Avoir l'accord écrit de votre bailleur
- Ne pas sous-louer votre appartement à un prix supérieur à celui que vous payez à votre bailleur, ou si vous le sous-louer avec les meubles vous pouvez augmenter légèrement le loyer mais cela doit rester raisonnable. Le mieux est d'en discuter directement avec votre propriétaire !



### Echange de maisons



Quelque chose que nous n'avons pas fait mais qui est de plus en plus populaire parmi les voyageurs c'est l'échange de maisons. De nombreuses plateformes existent et ont des règles variables, mais l'idée étant toujours qu'on peut profiter de logements gratuits à l'étranger en laissant, en contrepartie, son logement à disposition pendant son absence.

### 1.3.3 LES AMIS

Alors ça c'est une fausse excuse, les amis - les vrais je vous garantis qu'ils seront toujours là à votre retour!

Nous sommes partis vivre 2 ans à Zürich, puis 2 ans à Vienne, 19 mois de tour du monde, 18 mois à Zürich suivi de 4 ans de nomadisme un peu partout dans le monde et nos amis sont toujours là! Avec les moyens de communication actuels tels que whatsapp, skype, les emails, les blogs, et bien évidemment les traditionnelles lettres et cartes postales vous n'aurez aucun mal à garder toutes vos amitiés intactes pendant votre voyage, et en plus vous aurez plein de choses à leur raconter à votre retour ! ;)



### 1.3.4 LES ENFANTS

Pour ce point-là nous ne sommes probablement pas les mieux placés pour en parler, car nous n'avons pas d'enfants et partons donc toujours seuls.

Il est évident que l'organisation est un tantinet différente lorsqu'on décide de prendre la route avec des petites têtes blondes, mais ce n'est de loin pas impossible; beaucoup l'ont fait avant vous, et pour les enfants c'est forcément une expérience unique qu'ils garderont avec eux toute leur vie!

Quelques blogs que nous suivons de familles qui sont parties avec enfants pour vous inspirer:

**A-contresens**

**Here We Are**

**Four Fly Away**

**Trip and Twins**

**Les Globes Blogueurs**

**Family Coste**

**Smarttrippers**

**Détour Local**

**Team Ballet**

### 1.3.5 LES ANIMAUX DE COMPAGNIE

Probablement le point le plus délicat pour moi au moment de commencer la planification de notre voyage.

Cela faisait plus de 7 ans que j'avais une petite boule de poil dans ma vie (non pas Benoit je vous rassure), j'ai nommé pepsi. Un petit carlin tout noir, qui ronflait plus qu'un mec bourré, pouvait manger en continu et adorait se prélasser sur le canapé avec sa maman...

Je ne vous le cache pas, les larmes ont coulé à flot le jour où j'ai dû la laisser, mais ce qui me rassurait c'est que nous avons trouvé une famille EN OR pour s'occuper d'elle pendant notre absence.



*On aurait bien emporté le chien mais comme vous pouvez le constater sa vision de la randonnée était un peu "compliquée";)*

Malheureusement je n'aurais pas retrouvé ma boule d'amour au retour car en notre absence elle a développé un cancer de l'estomac qui aura été foudroyant. Elle avait plus de 10 ans, ce qui pour un carlin avec de multiples pépains de santé est déjà beaucoup et je savais que je pensais ce risque. Malgré tout, c'était une rude épreuve pour moi durant le voyage... Mais je sais aussi qu'elle a été ultra bien entourée, sa famille d'adoption a même pris le soin de lui lire nos dernières cartes postales au moment où elle partait définitivement rejoindre les bras de Morphée.

Mon conseil: Prenez le temps de planifier le séjour de votre boule de poil à temps. Prenez le temps de lui chercher le meilleur domicile, dans l'idéal auprès de votre famille ou vos amis proches, bref des gens en qui vous avez une pleine confiance.

Et au moment de partir préparez-vous à l'éventualité qu'il puisse se passer quelque chose en votre absence... C'est le pire des scénarios, mais comme cela a été le cas pour moi il n'y a parfois rien à faire, malheureusement...

Il est souvent plus facile de choisir des personnes qui ont déjà des animaux car pour des gens qui n'en ont pas cela pourrait représenter un trop grand changement d'organisation et ils pourraient se retrouver débordés après quelques semaines ou mois...

Et franchement je n' imagine pas pire situation que de devoir rechercher une nouvelle famille d'adoption depuis l'autre bout de la planète...

### 1.3.6 L'ARGENT

Comme bien souvent, l'argent c'est un peu le nerf de la guerre. (mouahahaha)

Le plus important quand on prévoit un voyage au long cours c'est de bien établir son budget à l'avance et de considérer tous les points de dépenses potentiels afin d'éviter les mauvaises surprises en cours de route. Une fois que vous aurez déterminé le montant dont vous avez besoin vous pourrez commencer à établir un plan pour économiser...

On consacre d'ailleurs un chapitre à ce point un peu plus loin dans cet ebook.

Mais sachez-le, un voyage autour du monde vous coûtera bien moins cher qu'une année de vie en France ou en Suisse, la seule différence c'est que vous risquez de devoir vous en sortir sans revenus...

Encore que... Il existe de nombreuses professions qui permettent de travailler à distance grâce à internet, donc pensez-y !

**Peut-être qu'au lieu de partir un an sans revenu, vous pourriez décider de partir sur une plus longue période en travaillant par internet à temps partiel?**



## 1.4 PARTIR SEUL OU À PLUSIEURS?

Au moment de planifier son voyage, une des grandes questions est de savoir si on préfère partir seul ou accompagné. Pour nous la question ne s'est pas vraiment posée car nous rêvions tous les deux de partir faire ce voyage, donc le jour où nous avons réalisé que cela était faisable du côté de notre budget nous ne nous sommes pas posés tellement plus de questions...

Mais les personnalités sont toutes différentes!

Par exemple je sais que Benoit serait probablement parti faire son tour du monde en solitaire si nous ne nous étions pas rencontrés, tandis que moi j'aurais plutôt eu tendance à partir avec une amie (du moins pour un bout de chemin).



Il existe de nombreux voyageurs qui sont partis en solo comme par exemple Alex dont sa vidéo et son site nous ont plus que donné des ailes pour nous lancer dans notre projet, ou encore Romain.

Mais ne croyez pas que le voyage en solo est un truc réservé uniquement aux mecs, non non ! Plusieurs filles ce sont également lancées dans l'aventure comme par exemple Adeline, Lucie ou encore Astrid.

L'avantage non négligeable de partir seul c'est qu'on est 100% libre, on n'a de comptes à rendre à personne, et on fait exactement ce qu'on veut quand on le veut!

Et qu'on se le dise, voyager seul ne veut de loin pas dire être seul sur les routes! Si vous êtes ouverts aux rencontres alors vous risquez bien de ne pas passer tant de temps seul que ça, vous rencontrerez de nombreux voyageurs sur votre route avec qui vous aurez peut-être envie de faire un bout de chemin!

Mais pour moi il y a aussi des inconvénients à partir seul (heureusement vous me direz vu qu'on a décidé de partir à 2).

Voyager seul implique aussi ne pas avoir une épaule sur laquelle se reposer lorsqu'on a un coup de blues, cette personne qui vous tiendra la main quand vous serez cloué au fond du lit à l'autre bout du monde avec un satané virus, ou tout simplement quelqu'un avec qui vous pourrez partager tous ces moments incroyables que vous avez vécus!

Et mine de rien, ces souvenirs partagés à deux, n'ont juste pas de prix une fois de retour «à la vie normale»... On pourra toujours se regarder en coin les jours où le temps sera gris, et en esquissant un sourire on se dira:

«Ahhh rappelle toi tout ce qu'on a vécu pendant cette année!»

Après voyager à deux, ce n'est pas toujours évident non plus. Il faut soigneusement choisir la personne avec qui on décide de se lancer dans l'aventure!



Que ce soit en couple ou entre amis il faut avoir la certitude que l'on pourra se supporter pendant 1 an, 24/24, 7/7 (ou presque)...

Avec Benoit je ne me faisais aucun souci, on est une bonne équipe, on se soutient, on rigole énormément et nous sommes les deux des personnes qui faisons assez facilement des compromis... Plus de 7 ans sur les routes au moment où j'écris ces lignes, et tout se passe à merveille pour nous ! mais après 13 ans passés côte à côte je pense qu'on commence à bien connaître tous les petits défauts de l'autre et on a appris à «gérer la bête»! ;)

Alors prenez bien le temps de réfléchir à la question, demandez-vous si vous êtes prêt à «partager» votre voyage avec quelqu'un ou si vous ne préférez peut-être pas le vivre seul. Ce n'est pas égoïste que de dire qu'on préfère partir seul, loin de là !

**Je n'ai qu'une chose à vous dire, peu importe que vous partiez seul,  
avec votre âme soeur, votre hamster, la belle-mère ou le facteur:  
PARTEZ ET PROFITEZ!**



# 2.

## Le budget

## 2.1 COMBIEN PRÉVOIR?

Ca c'est probablement LA grande question que tout le monde nous pose... C'est assez difficile d'y donner une réponse claire et précise car il existe probablement autant de budgets tour du monde que de voyageurs...

Mais à défaut de pouvoir répondre à cette question à votre place on va vous montrer un peu ce qu'il existe dans le monde, et vous parler un peu plus en détail de notre budget afin que vous puissiez vous faire une idée !

L'autre jour je suis tombée sur un article parlant d'une agence de voyage qui propose dans son catalogue un tour du monde à 1,5 millions d'euros... Ce voyage emmènera son heureux propriétaire dans un tour du monde de 2 ans dans une version très « luxe »...

### **Vous voulez savoir la meilleure ? Ce tour du monde a apparemment trouvé preneur...**

Bref, vous l'aurez sûrement deviné, nous ne sommes pas les acquéreurs de ce charmant petit voyage... En même temps, au risque de paraître hypocrite aux yeux de certains, je vous garantis qu'un tel voyage ne nous ferait pas rêver...

A côté de ces voyages pour millionnaires en mal de sensations d'évasion vous trouverez également des gens sur la toile qui ont décidé de partir parcourir le monde avec des budgets absolument minimes.

Comme par exemple Thierry et Killian qui sont partis en tour du monde à pied avec un budget de 2€ par jour...

Vous l'aurez compris, entre le tour du monde luxueux dont on a parlé ci-dessus dont le budget journalier se monte à la coquette somme de 2054€ et le tour du monde des deux amis partis à pied avec un budget de 2€ par jour il y a tout un monde...



## 2.2 CHEZ NOUS CA RESSEMBLE À QUOI?

Notre tour du monde nous avons décidé de le vivre de manière simple mais sans toutefois renoncer à tout confort et à un minimum de sécurité...

### ça veut dire quoi ça ?

#### Les Logements

Nous ne séjournons jamais dans des hôtels 4 étoiles ou des logements dits "exclusifs".

Pour nous c'est plus auberges de jeunesse, campings, location d'appartement, couchsurfing et petites guesthouses sympas en alternance avec des nuits dans des bus, trains ou bateaux afin d'économiser quelques nuits quand c'est possible.



Durant le voyage on essaie de favoriser au maximum les transports locaux en évitant de prendre l'avion trop souvent (hormis pour les grandes distances). Benoit a certes essayé de me convaincre de découvrir l'Amérique du Sud à vélo, mais étant vraiment la reine des pommes sur un deux roues j'ai comme qui dirait gentiment décliné sa proposition ! Bref l'Amérique du sud chez nous cela s'est fait en bus !

Niveau nourriture on adore tester toutes les saveurs des pays que nous traversons, la street food, des petits restaurants authentiques mais aussi de partir à la découverte des rayons des supermarchés locaux afin de pouvoir nous préparer des petits pique-niques.

Après plus d'un an et demi sur les routes le constat est sans appel : on s'est régalé !



## 2.3 LES POSTES DE DÉPENSES

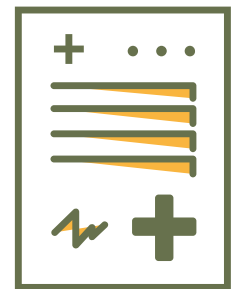
Le mieux pour préparer son budget est de décomposer ses dépenses en estimant chaque poste au plus près. Une fois le budget établi on ajoute 10% de marge de sécurité pour les petits extras, et on obtient déjà une excellente estimation !

Les différents postes de budget à prendre en compte lors d'un tour du monde :

### 2.3.1 LES ASSURANCES

Afin de partir serein il est important de partir bien assuré. Les offres dans le domaine sont très vastes, et nous y consacrerons un chapitre entier un peu plus loin dans cet eBook.

Pour vous donner une idée sur le coût, une assurance voyage va de 300€/ an à 2000€/an selon les prestations que vous souhaitez avoir...



Donc vous l'aurez compris, rien qu'à ce niveau là les écarts entre les budgets des différents voyageurs peuvent déjà se creuser... Pour notre part nous avons opté pour une assurance très complète pour 1980€/an pour les 2, soit 990€/an par personne.

[Aller au Chapitre des Assurances](#)

### 2.3.2 LES VACCINS

Là aussi l'écart peut continuer à se creuser, les vaccins sont une décision qui est propre à chacun... Vous croiserez de nombreux voyageurs qui ont pris la décision de partir sans le moindre vaccin, et d'autres qui seront vaccinés contre des maladies qui n'existent même pas dans la région où ils séjournent mais qui ont préféré faire la totale...



Le mieux est encore de vous rendre à l'Institut Pasteur ou chez un médecin du voyage de votre région pour prendre un conseil personnalisé adapté à vos besoins. Nous avons également préparé un petit chapitre spécial vaccins un peu plus loin dans cet eBook. Sachez que pour notre part nous avons dépensé 700€ par personne pour rafraîchir nos vaccins indispensables, et faire quelques vaccins spécifiques aux destinations que nous allons visiter, mais c'était en Autriche... et apparemment en France la note est bien moins salée ! (par contre pour nos amis suisses... ben... on vous laisse deviner pourquoi on a profité de le faire en Autriche)

[Aller au Chapitre des Vaccins](#)

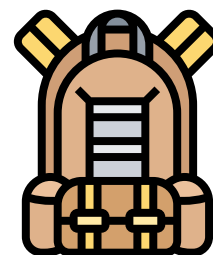
### 2.3.3 LE MATÉRIEL

Un peu comme pour les assurances, il en existe pour tous les goûts et les couleurs.

Vous pouvez par exemple décider de vous équiper uniquement auprès de grandes marques de trekking et de montagne, ou alors utiliser vos vieux habits et compléter un peu votre garde-robe en allant chez Decathlon...

**Le budget matériel peut être multiplié du simple ou quintuple suivant l'option choisie...**

Idem pour le matériel informatique... Pour notre part nous avons décidé de partir avec nos ordinateurs portables, un appareil photo, disque dur externe, caméra, et j'en passe... Donc bien évidemment cela vient se rajouter au budget. Pensez aussi au fait que votre matériel informatique de valeur a tout intérêt à être assuré pour un voyage comme celui-ci... Plus votre matériel vaudra cher, plus il vous en coûtera pour l'assurer en cas de perte ou de vol.



On vous donne rendez-vous au chapitre sur le matériel, ou nous détaillons tout ce que nous emportons pour plus de détails.

#### **Aller au Chapitre du Matériel**

Niveau financier nous avons dépensé environ 500€ par personne en achetant principalement des vestes de type softshell et polaire ainsi que du petit matériel (cadenas, trousse, brûleur essence, housse de protection, sac à dos, rangements, adaptateur universel, vaisselle de voyage, etc...). Nous avons tous les deux décidé d'emporter notre matériel électronique existant (ordinateur, mobile et appareil photo) donc pas d'investissement de ce côté là.

Par contre s'il y a bien une chose de sûre, c'est qu'on vous conseille vraiment de n'acheter en avance que les choses que vous pensez ne pas trouver ailleurs ! Car que ce soit en Asie ou en Amérique du sud vous trouverez tout sur place pour bien moins cher ! Alors n'allez pas investir 80€ pour un maillot de bain de marque avant le départ hein, vous en trouverez assez en Asie du sud est pour 3€ et à ce prix vous aurez même le luxe d'en changer en cours de route... Idem pour les T-shirt en coton, les bonnets et écharpes en laine, etc...

On a par exemple acheté notre trépied pour appareil photo en Chine pour la modique somme de 4€, et après 16 mois de voyage il est toujours impeccable... Le même modèle se vend en Suisse pour 40€, et si vous voulez mon avis c'est exactement le même !

**Partez avec l'essentiel, et dites vous bien que tout se trouve en route !**

## 2.3.4 LES TRANSPORTS

Le budget transport est le poste de dépense qui est généralement largement sous-estimé.

Dans l'hypothèse où vous partez en avion (et non en van, bateau, vélo ou à pied), les billets seront très certainement votre poste de dépense de transport le plus important.

Au niveau des billets d'avion il y a un premier choix à faire:

### Billet tour du Monde ou achat de billet individuel?

Pour vous aider à répondre à cette question nous avons consacré un chapitre dans cet eBook au choix de votre itinéraire ainsi qu'aux différentes possibilités pour acheter un billet d'avion. On vous laisse y jeter un œil ci-dessous.



Dans cette section de budget nous avons décidé de nous pencher davantage sur l'option que nous avons choisie, c'est-à-dire les billets tour du monde.

Les billets dits «tour du monde» sont très flexibles ce qui est bien, mais cela implique également que leur prix peut varier avec un facteur 10!

En fait tout dépend de vos envies, mais sachez que le prix est calculé en fonction des dimensions suivantes:

- Le nombre de kilomètres parcourus
- Le nombre de continents
- Le pays ou même la ville de départ
- Le nombre de destinations

Mais pour donner un ordre d'idée, un billet tour du monde coûte généralement entre 2500€ et 5000€.

Pour nous, notre billet nous a coûté 3078€/personne pour l'itinéraire suivant:

Lyon - Pékin // Canton - Taipei - Hong Kong - Bangkok // Jakarta - Sydney - Santiago - Ile de Paques - Santiago - Punta Arenas // Bogota - Lyon

- représentent les vols et // représentent les tronçons que nous effectuons par la route.

Bien entendu vous pouvez également choisir de ne pas prendre de billet tour du monde et d'acheter vos billets au fur et à mesure...

## Lire l'article où nous expliquons ce choix

Au final, je pense que les billets tour du monde vous feront peut-être perdre un peu en flexibilité mais ils vous éviteront surtout de vous arracher les cheveux en cours de route car vous voudrez quitter un pays ou une région et que vous ne parviendrez pas à trouver un vol à un prix raisonnable pour les dates voulues... Mais après c'est une question de choix, nous avons simplement décidé que nous voulions partir sereins sans avoir à passer nos soirées sur les comparateurs de vol afin de dénicher la prochaine bonne affaire...

### Les autres moyens de transport:

La plupart du temps les personnes qui partent en tour du monde comptent dans ce poste leur billet d'avion mais oublient bien souvent les autres moyens de transports locaux.



Le pourcentage moyen de nos dépenses dans les pays qui aura été consacré aux transports locaux (hors vols).

En gros, cela veut dire que si nous avons un budget journalier de 20€ dans un pays, nous consacrons environ 3,4€ à nous déplacer!

Donc même si en Asie les bus, trains et autre tuk-tuk ne sont pas très chers, il faut tout de même penser à les budgétiser.

De plus en Amérique du Sud ou en Australie, se déplacer peut très rapidement faire grimper considérablement l'addition... surtout dans des pays comme le Chili ou encore l'Argentine et le Brésil !

Mais il existe d'excellents outils qui permettent de trouver le coût moyen des dépenses par pays, et ce coût moyen comprend généralement les transports (sauf si spécifié autrement). Nous vous présenterons certains de ces outils dans quelques lignes...

## 2.3.5 LES VISAS

Les visas sont un poste de dépense auquel il faut penser, mais bien souvent ce n'est pas un poste particulièrement important (du moins pour les pays les plus souvent visités).

Et tant que vous évitez le Bhoutan (le visa y coûte 5433€ pour un mois!!!!!! bon ok, le visa coûte 20\$ mais après c'est une taxe de 200\$ par jour à payer) vous devriez ne pas avoir de mauvaise surprise.

Les visas les plus chers se trouvent en Asie, mais cela reste bien souvent tout à fait raisonnable.

Les prix des visas sont assez évolutifs, je ne vais donc pas vous donner ici une liste des prix en vigueur (cela serait rapidement dépassé). Selon votre nationalité et votre pays de destination, la donne peut changer du tout au tout.

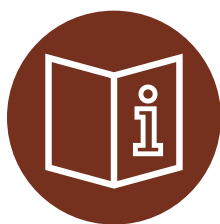


### Conseil

En ligne on trouve un nombre considérable d'agences qui "s'occupent de votre visa" à votre place. Personnellement, j'aurais tendance à vous recommander de vous en tenir éloigné. Pratique pour les voyageurs d'affaire qui n'ont pas de temps à perdre et qui passent ces dépenses en note de frais, j'estime pour ma part que pour les backpackers la note peut rapidement devenir salée.

Regardez toujours sur les sites officiels des ambassades en premier. Si le visa doit être fait en avance ou s'il faut un e-visa, la démarche y sera en général bien détaillée.

Pour plus d'informations sur les conditions d'entrée de chaque pays on vous recommande de vérifier sur le site officiel de votre pays:



- [France: Diplomatie.gouv Rubrique Conseil par pays](#)
- [Suisse: Le site de la DFAE - choisir Voyage à l'étranger](#)
- [Belgique: Diplomatie.belgium](#)

## 2.3.6 LES FRAIS BANCAIRES

La question des banques est souvent un peu sous-estimée... Assez intuitivement on se dit qu'on a une banque, une carte de crédit et qu'on est "tout bon". Alors, en théorie c'est vrai! Mais sur un voyage au long cours, les cartes bancaires sont un endroit où on peut faire de grosses économies si on s'y intéresse un peu.

La situation va bien évidemment dépendre de votre pays de résidence (ou plutôt votre domicile fiscal).

### Pour les suisses



Etant suisses ceci est le premier cas sur lequel nous nous sommes penchés. Afin de déterminer la meilleure solution nous avons fait un comparatif des banques principales et les avons soumises à un scénario "tour du monde". Dans ce scénario nous avons comparé les frais de retraits à l'étranger, frais de transaction et frais de carte pour un voyage d'un an (en nous basant sur une moyenne de 8 retraits par mois et 20 paiements en ligne).

[Voir le comparatif sur le blog](#)

Avant notre départ nous avons respectivement un compte chez la Raifaisen ainsi qu'un compte au Crédit Suisse. Rapidement, on s'est rendu compte que les frais allaient être importants sur 1 année.

Nous avons donc décidé d'opter pour Postfinance et son compte Privé Plus. Pour 5 CHF par mois on a les retraits gratuits et illimités à l'étranger. Les frais pour les paiements par carte sont de 1,2% et pour avoir 2 cartes de crédit (pour les paiements en ligne) et 2 cartes de débit (pour les retraits gratuits) cela nous revenait à 70 CHF par an.



### Mise à jour 2020

Nous avons été ravis de notre choix pendant l'ensemble de notre tour du monde! Nous avons d'ailleurs gardé cette banque depuis (nous voyageons toujours beaucoup). En 2020 nous avons opté pour une addition; en complément de Postfinance nous avons maintenant un compte Neon. Ce compte nous permet de faire les paiements par carte sans frais!

[Voir notre avis complet sur le blog](#)

## Pour les français



La première solution: Les banques traditionnelles.

Une grande majorité des banques françaises proposent leurs services en ligne et permettent de gérer son compte depuis un mobile ou depuis un espace client. Ceci est un bon point. Le hic, c'est que bien souvent les banques traditionnelles ont des frais bancaires assez élevés sur les retraits. Ces frais peuvent soit prendre la forme d'un montant fixe par retrait ou alors un pourcentage du montant retiré. Le plus simple est encore que vous vous renseigniez auprès de votre banque actuelle de quelles sont les conditions. Une fois ces chiffres en main, faite une estimation de combien cela va vous coûter sur la durée de votre voyage. Sachez que dans pas mal de pays les montants de retraits sont limités et que vous risquez de devoir retirer régulièrement... Il est donc mieux d'éviter un modèle de frais fixe par retrait.

L'alternative: les banques mobiles et Néo-banques

Le concept d'une banque mobile c'est qu'on reçoit une carte physique, mais qu'ensuite tout se passe depuis le mobile! C'est vraiment de loin l'option la plus pratique lorsqu'on est en voyage! Ici, le choix ce n'est pas ce qui manque, il existe plus d'une dizaine de banques mobiles et toutes ont leurs avantages et inconvénients. Notre conseil ici serait de bien déterminer vos besoins et de comparer les frais en essayant d'estimer les choses suivantes:

- Le nombre de retraits
- Le nombre de paiements par carte
- Le volume de transaction
- Les plafonds de retraits /paiement dont vous pensez avoir besoin

Certaines banques ont des frais fixes plus importants mais par contre cela réduit les commissions / frais de retraits, donc ça vaut vraiment la peine de prendre le temps de comparer selon vos besoins.



[Notre article sur N26](#)

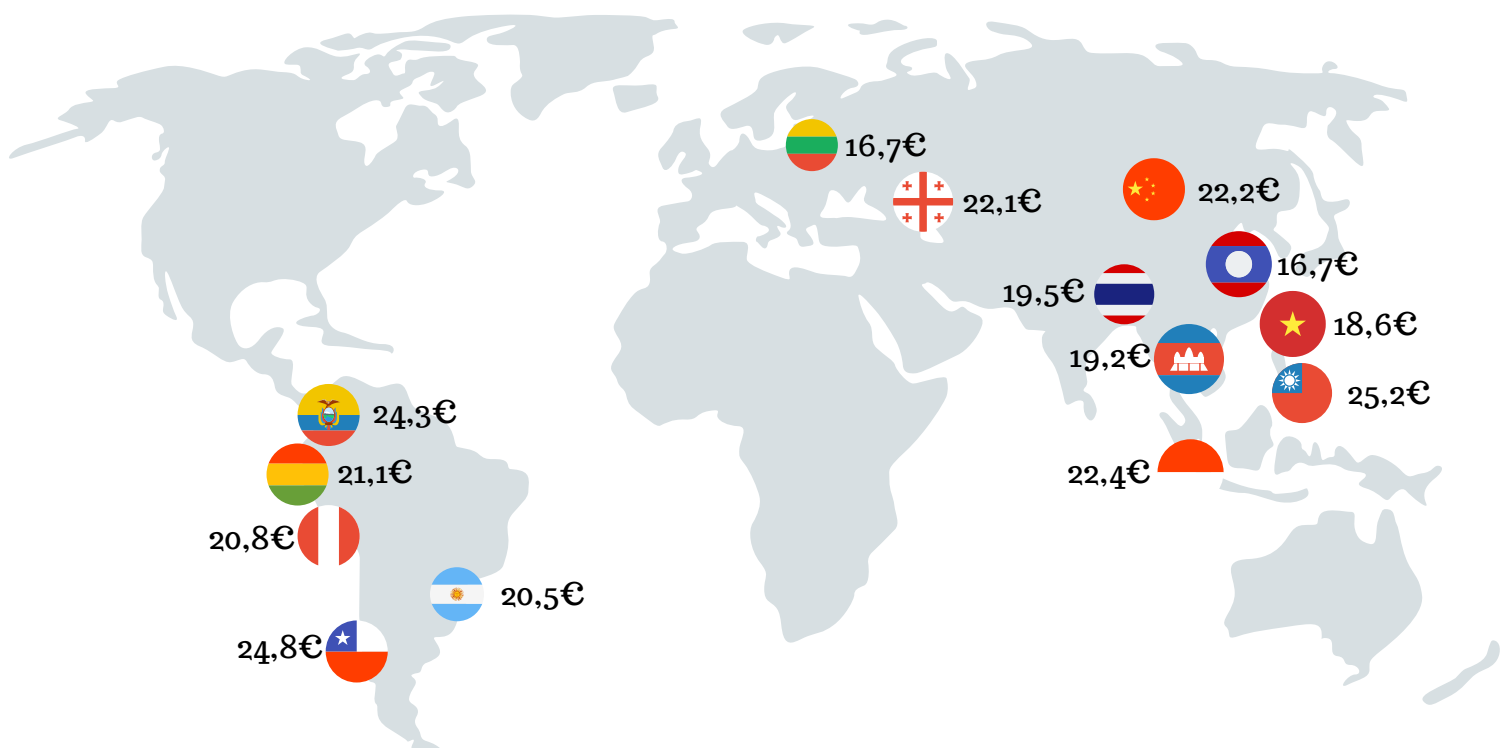
## 2.3.7 NOURRITURE, LOGEMENTS, ACTIVITÉS & TRANSPORTS TERRESTRES

Le poste de dépense qui sera probablement le plus lourd durant votre voyage. Une fois de plus ce budget peut varier fortement en fonction de vos attentes en terme de confort. Certains décident de dormir à la belle étoile pour un budget proche de 0€ tandis que d'autres opteront pour des hôtels 4\*...

Si comme nous ainsi que de nombreux autres voyageurs sac au dos, vous avez décidé de partir dans un esprit de découverte, avec des attentes pas trop élevées quant au confort mais en voulant tout de même passer des nuits en sécurité et si possible dans des draps plus ou moins propres alors vous pourrez sans autre utiliser les chiffres trouvés sur des planificateurs de voyage qui calculent un budget moyen par pays.

**En effet, votre budget tour du monde variera considérablement en fonction des pays que vous avez choisi de visiter ainsi que le temps que vous avez décidé d'y passer!**

Quelques exemples de nos budgets par pays (par jour et par personne):



[Voir tous nos budgets par pays](#)

## Le planificateur à-contresens

Absolument impensable pour nous de vous parler de budget voyage et de ne pas vous mentionner l'outil de notre ami Nico: le planificateur à-contresens

Nicolas est un voyageur passionné mais aussi un vrai geek. Rentré de son premier voyage, il a eu envie de concocter un outil pour aider les futurs voyageurs à planifier leur budget et leur itinéraire.

Anecdote

Nous sommes tombés sur l'outil du planificateur par hasard en 2011. Totalement fans on s'est inscrit de suite (on ne le savait pas mais nous étions en fait que les 2èmes inscrits). On l'a utilisé pendant tout notre voyage et y avons entré scrupuleusement nos chiffres. En 2015, lors d'une conférence on a rencontré Nicolas et depuis c'est devenu un très bon ami qu'on revoit très régulièrement. Comme quoi... même de belles amitiés peuvent sortir d'une planification de budget ;)

Comment ça marche?

Aude et Nico ont rassemblé de nombreuses données de voyageurs comme vous et moi et ont procédé à une mise en commun.

Il existe une fiche pour chaque pays, sur laquelle vous verrez le budget maximum, minimum, moyen et médian ainsi que le nombre de références. Bien entendu plus le nombre de références est élevé, plus vous pourrez vous y fier!

Le budget que vous pourrez voir sur cette page comprend la nourriture, l'hébergement, le transport dans le pays, les visites ainsi que d'éventuels frais administratifs comme les visas dans certains cas.

Voir le planificateur

Typologie de voyage  
 Road-trip  
 Tour du monde  
 Circuit organisé  
 City trip

Participants  
Durée  
Budget (par personne)  
Temporalité  
Mode de transport  
Empreinte carbone du voyage

le tour du monde réalisé du 18/03/2015 au 26/07/2015 par FamilyCDSTE  
14 pays - 230 étapes - 10 vols - 102035 vues  
Pays traversés: [Flags]  
Continent traversé: [Continent]  
Voyager - Dupliquer

le voyage de notre vie de la Chine à l'Indonésie suivi de l'Equateur à la Patagonie en 58 mois  
Plus d'informations sur cet itinéraire sur <https://www.novo-monde.com/>

Calculs basés sur les dépenses des autres voyageurs  
Budget moyen calculé sur 124 références avec des budgets voyage allant de 8€ à 110€ (le 30 Soléniole Péruvien De Nuevo à 411 Soléniole Péruvien De Nuevo)  
Le budget médian est de 28€ /j/pers. (103 Soléniole Péruvien De Nuevo)  
[Voir la liste des budgets voyage au Pérou](#)

**29€**  
109 Soléniole Péruvien De Nuevo  
Par jour et par personne  
Top 40: [Liste des pays les moins chers pour voyager]

**BUDGET VOYAGE PÉROU**  
Quel budget prévoir pour voyager au Pérou?

AJOUTER À MON ITINÉRAIRE !  
Ou commencer un itinéraire par le Pérou  
[Ajouter](#)

Le Pérou est classé 31<sup>ème</sup> parmi les pays les moins chers au monde pour voyager (sur 215 pays présents dans la base de données).

- Budget moyen journalier des voyageurs en solo au Pérou 28€ /j/pers. (calculé sur 25 références)
- Budget moyen journalier des voyageurs en couple au Pérou 28€ /j/pers. (calculé sur 77 références)
- Budget moyen journalier des voyageurs en famille au Pérou 31€ /j/pers. (calculé sur 13 références)
- Budget moyen journalier des voyageurs routard/backpacker au Pérou 27€ /j/pers. (calculé sur 108 références)

## 2.3.8 LES EXTRAS

Pensez à prévoir un petit extra pour vous faire plaisir en route ou tout simplement pour palier à un petit pépin de dernière minute.

Mise à jour d'après voyage:

Au final nous n'avons pas vraiment fait les extras que nous avions planifiés... Enfin si... bien évidemment on a fait un petit peu de shopping mais bien moins que prévu et on a rarement craqué sur des nuits plus "luxueuses".

MAIS... On a quand même eu quelques bons extras

Exemple: Je me suis achetée un MacBook Air à Hong Kong pour remplacer mon ordi qui avait rendu l'âme et... suite à une belle demande en mariage sur la grande muraille on en a profité pour faire faire nos habits de mariage au Vietnam sur mesure et les renvoyer en Suisse. Bref, avoir un peu de réserves de côté permet de se faire plaisir sur des choses très variées croyez-moi. ;)



Janvier 2014: Hoi An, Vietnam

Juillet 2016: Suisse

## 2.3.9 LES FRAIS COURANTS

Il est important de ne pas négliger les frais courants que vous pourriez avoir chez vous pendant votre absence.

Que ce soit un crédit auto, un remboursement de prêt, vos impôts, une assurance ménage et bien d'autre...



**Vérifiez bien tous vos contrats et essayez de limiter autant que possible ces frais en résiliant à temps tout ce qui n'est pas indispensable.**

## 2.3.10 LE BUDGET RETOUR

C'est un poste de dépense qui est mis de côté par la majorité des voyageurs au long cours. Mais il nous est paru indispensable de mettre une certaine somme de côté pour avoir de quoi tourner au moment de rentrer. C'est vrai, déjà qu'on risque de squatter chez nos parents quelques temps, on ne va pas en plus leur demander de nous nourrir et de nous payer nos sorties le temps qu'on trouve du travail ;).

Difficile de vous donner une somme idéale, ça peut varier en fonction de votre pays, du temps que vous pensez mettre à retrouver du travail ou si comme nous, vous avez des parents assez cool pour vous héberger quelques temps...

### Exemple concret: notre retour

Afin que vous puissiez un peu mieux vous le représenter on s'est dit qu'on allait vous partager notre expérience de retour. Pour nous, les choses se sont passées très vite. Sachant qu'on allait rechercher du travail au retour nous avons entamé les postulations en ligne 2 mois avant le retour. Résultat des courses? Après quelques rounds de premiers entretiens en ligne, j'ai eu des seconds entretiens le lendemain de notre retour. Pendant 15 jours on a vécu chez les parents mais après cette période nous avons déménagé à 250km pour que je commence mon nouveau travail. Résultat? Avant que je touche mon premier salaire nous avons dû avoir les reins solides:

- 3 mois de caution pour l'appartement
- Nos abonnements de transport pour aller au travail / entretiens pour Benoit
- Une première vague de meuble pour au moins avoir un lit et une table dans notre nouveau chez nous
- Des petits achats qui font vite une sacrée somme comme de la vaisselle, un aspirateur, des draps...

Nous avons certes récupéré quelques trucs à droite et à gauche, mais la liste des achats a tout de même été longue!

## 2.3.10 BUDGET TOUR DU MONDE EN RÉSUMÉ

Bref vous l'aurez compris c'est très vaste... Une personne ultra assurée, vaccinée contre tout, en possession d'un billet d'avion avec de nombreuses destinations et avec un matériel dernier cri **pourra sans problème avoir dépensé près de 15'000€ déjà avant le départ...**

### **Mais je vous rassure ce n'est pas la moyenne...**

Je n'aime pas particulièrement les moyennes, mais sachez qu'un tour du monde comme nous le faisons **coûte en général entre 10000€ et 17'000€** suivants les activités en extra que l'on décide de s'offrir (plongée, treks, croisières, saut en parachute, quad, etc..) et surtout suivant les pays qu'on décide d'inclure ou non à son itinéraire

Vous trouverez nos chiffres exact sur notre article sur le sujet [ici](#)

Après on va être honnête, ces chiffres sont TRES théoriques. Vous trouverez toujours quelqu'un qui vous dira qu'il est parti avec 150€ en poche et qu'il a voyagé 3 ans, tout comme vous entendrez peut-être aussi des gens vous dire qu'à moins de 100€ par jour le voyage n'est pas fun... Bref, prenez ces chiffres comme des purs indicateurs et essayez de vous faire votre propre opinion.

Après, j'ai envie de vous dire que c'est toujours difficile de s'imaginer comment on va gérer son budget lorsqu'il s'agit du premier voyage de ce type. Personnellement, avant qu'on se lance, les logements étaient ma grande hantise. Je me disais que j'allais forcément vouloir qu'on aille dans des hôtels un peu plus sympas de temps en temps et surtout j'ai toujours dit qu'on ne me verrait pas dormir dans un truc où il y a des bestioles partout... Mouais... Une fois en route j'ai vite changé d'avis. Je me suis rendue compte que je préférais largement renoncer à un peu de "cachet" pour avoir davantage de budget à disposition pour des activités ou un verre de vin. Tant que le lieu était sûr et à peu près propre j'étais en général aux anges. ;)

Si vous prévoyez de voyager un peu comme nous, ou si vous voulez vous servir de nos chiffres pour estimer les vôtres n'hésitez pas à passer sur le blog ! Nous tenons à jour nos comptes pendant le voyage, et en venant faire un tour sur le blog vous trouverez tous les derniers chiffres par pays au fil de notre voyage, on a même créé une catégorie spéciale Budget par pays pour que vous vous y retrouviez plus facilement :

**Nos budgets par Pays**

## 2.4 COMMENT ÉCONOMISER?

Une des réactions que nous avons le plus entendue avant de partir c'est:



«**Mais comment faites-vous pour vous payer un tour du monde, vous avez gagné au loto?**»



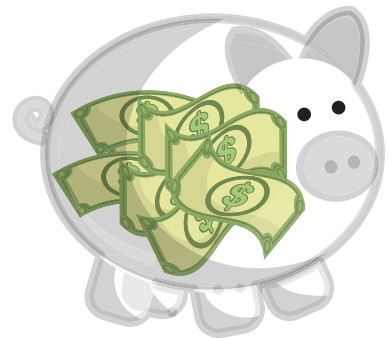
Alors la réponse est très clairement non (malheureusement), mais par contre nous avons changé un peu nos habitudes de vie avant le départ, ou disons plutôt que nous avons un peu continué à vivre comme des étudiants malgré qu'on soit salariés...

Ce qui me fait généralement sourire, c'est que 90% des gens qui me font la remarque sur notre soi-disant fortune, ils pourraient également se payer un tour du monde en moins de temps qu'il n'en faut pour le dire s'ils faisaient quelques minimales sacrifices...

**De toute manière pour économiser il n'y a pas de miracle, c'est soit on dépense moins, ou alors on gagne plus! Le top c'est encore de faire un peu des deux!**

### DÉPENSER MOINS

- Limitez un peu les sorties au restaurant: les jeunes salariés ont tendance à sortir régulièrement pour «manger un petit quelque chose». Ce petit quelque chose ne coûte jamais bien cher, mais c'est toujours plus cher qu'un bon repas à la maison.
- Au lieu de faire des sorties ciné, pensez à louer un film (en dvd ou en ligne).
- A midi privilégiez les repas emportés de la maison plutôt que d'aller à la cantine / resto du coin ou fast-food. C'est moins cher, et bien plus sain en plus!
- Posez vous réellement la question de l'utilité de votre voiture... Parfois elle est indispensable je vous l'accorde, mais si vous habitez en ville, est-ce qu'un abonnement de transport en commun ne pourrait pas faire l'affaire pour 1 année? Entre la valeur de la voiture, les assurances, l'essence, les réparations, le parking et j'en passe, je vous garantis que le potentiel d'économie représente à lui tout seul déjà une bonne partie d'un budget tour du monde!



- Arrêtez de fumer... Ca paraît bête hein, mais à 1 paquet par jour pendant 1 an ça commence gentiment à faire la valeur d'un billet d'avion tour du monde... oui oui!
- Arrêtez le superflu! Personnellement je n'étais jamais adepte, mais dans mes amies qui me faisaient des remarques sur le budget certaines sont des accros de l'esthéticienne pour l'épilation, le coiffeur tous les deux mois, la manucure toutes les 3 semaines, le massage relaxant 2 fois par mois... Mis bout à bout, le budget «beauté» représente plus de 200€ par mois!!!

*Non mais Allo quoi! Apprends à tenir un pinceau de vernis et un épilateur et laisse moi pousser ces cheveux, tu verras en voyage ça ne va pas faire de différence!*

- Limitez le shopping: alors ceux qui me connaissent sauront que c'est le point où j'ai fait le plus d'efforts! Avant j'étais ce qu'on pourrait appeler une accro au shopping, mais là pendant 2 ans je me suis VRAIMENT refrénée... on prend sur soi, et on apprend un peu à réfléchir à la réelle utilité d'un énième petit T-shirt avant de l'acheter...
- Arrêtez tous les abonnements inutiles! Je parle de ce fitness où on se promets d'aller 3 fois par semaine et qu'on est content s'y on y va 2 fois dans le mois... Idem pour les abonnements payants à Netflix, Spotify and Co... Oui c'est cool, mais non ce n'est clairement pas indispensable!
- Forcez-vous à noter ce que vous dépensez ! Ca paraît bête, mais je vous garantis que tenir un petit carnet où on note toutes ses dépenses aide à se rendre compte des endroits où on peut économiser....

*Par exemple, j'avais la manie de m'acheter un petit coca-light en retournant au boulot après la pause de midi... 2€ chaque midi...*

*Oui sauf que si j'achetais les cocos en pack de 12 au supermarché cela me revenait à moins de 1€ pièce...*

*bref, je n'ai pas renoncé à mon Coca mais par contre je le prenais depuis la maison... 1,1€ chaque midi d'économisé, et ce pendant une année de travail, soit 251 jours ouvrés, soit une économie toute bête de 280€ rien qu'avec mes coca light... Et en Asie par exemple 280€ ça représente presque 2 semaines de voyage!*



## GAGNER PLUS

Ca paraît bête dit comme ça, mais je vous garantis qu'il y a plein de moyens!

- Faites des heures sup'! Ce n'est pas toujours possible, mais si vous en avez la possibilité, alors foncez! Dites vous qu'en travaillant 20 minutes de plus par jour vous pourrez largement contribuer à financer votre voyage!



- Prenez un petit job à côté... Là aussi c'est vite dit vous me direz, mais pourquoi pas chercher un petit boulot en soirée ou le weekend pour arrondir vos fin de mois? Serveur, vendeur, magasinier, faire le marché le samedi, livreur, etc... les possibilités sont nombreuses! Et quand vous en aurez marre, dites vous bien qu'avec 20€ vous vivez une journée entière dans de nombreux pays en Asie (logement, nourriture et transport compris), ça devrait vous aider à vous motiver quelques mois!
- Proposer vos connaissances. Vous êtes bilingues? Vous savez programmer? Vous avez un talent de graphiste? Vous aimez écrire des articles? Vous savez dénicher les meilleures offres de vols sur le net? Alors proposez vos services sur des sites communautaires tels que Odesk ou encore Darjeelin.
- Vendez! On a tous chez nous des dizaines, que dis-je, des centaines de choses dont nous ne nous servons plus! Alors n'hésitez pas à les mettre en vente en ligne ! Un vieil iPhone qui traîne dans votre tiroir? Retirez-en une centaine d'euros: vous ferez un heureux et vous aurez financé 1 semaine en Asie! Personnellement j'ai gagné plus de 1000€ en vendant uniquement des choses dont je ne me servais plus! Vieil iPad, sacs à main, parfums, habits, tableau, miroir, meubles divers, articles de déco, couverture, anciens rideaux, lampe, etc... Si vous avez beaucoup de babioles vous pouvez aussi penser à aller les vendre aux puces!



# 3.

## L'itinéraire

## 3.1 COMBIEN DE TEMPS PARTIR?

Un sujet qui fait pas mal de débat au sein des voyageurs...

*Quelle est la durée optimale d'un voyage?*

Il est difficile de répondre à cette question car tout le monde est différent. Mais sachez que la majorité des globe-trotteurs partent entre 6 mois et 1 an.

Vous pouvez bien entendu choisir de voyager plus longtemps, mais là le budget devient généralement plus conséquent, même si cela n'est pas exactement linéaire comme relation. Car bien entendu, si vous voyagez plus longtemps, vous restez aussi plus longtemps à un même endroit, ce qui vous permettra de faire des économies non négligeables, par exemple en louant un logement pour plusieurs semaines voir plusieurs mois! Une autre alternative pour voyager plus longtemps est aussi de pouvoir avoir un travail qui permet d'être mobile, et ainsi travailler en route ou encore faire du volontariat contre le logement et la nourriture.

Quelle est la durée idéale par pays?

Il n'y a pas de règle d'or dans ce domaine, mais disons qu'il est rare de pouvoir bien profiter d'un pays et de sa culture si on y reste que 1 semaine. ;) A nouveau, si on prend les moyennes, on observe que les gens restent en moyenne 1 mois par pays.

La durée du voyage est une savante équation qui dépendra principalement de vos envies de découvertes, votre budget, mais aussi de vos possibilités professionnelles (congé sabbatique par exemple). Mais je vous recommande tout de même de prendre un minimum de 6 mois si vous voulez vraiment avoir la possibilité de vous couper complètement de votre quotidien et de visiter plusieurs pays.

En fait 6 mois me paraît être une bonne durée si vous décidez par exemple de faire un tour sur un seul continent ou une région en particulier: Amérique du Sud, Océanie ou Asie s'y prêtent parfaitement.



Si vous souhaitez faire plusieurs continents alors je vous conseille de prolonger le voyage en conséquence!

## 3.2 FAUT-IL PRÉVOIR UN ITINÉRAIRE?

Là aussi il y a deux écoles... Si vous partez sans date de retour alors honnêtement un itinéraire n'est pas indispensable, du moins pas sur la totalité du voyage...

Mais par contre si vous disposez d'un temps limité (6 mois, 1 an) alors un itinéraire est un bon moyen de structurer un peu son voyage selon nous.



Après c'est uniquement notre avis, vous trouverez de nombreuses personnes sur la toile qui ne le partagent pas...

Mais personnellement je préfère construire un itinéraire que je pourrais toujours modifier en cours de route au gré des envies (Edit : le nôtre a été drastiquement modifié), mais qui me permettra de prendre conscience des différentes conditions pour voyager. Car il ne faut pas se leurrer, même si on décide de partir «à l'arrache» il y aura toujours un moment où on va devoir se soucier un peu du côté administratif (comme les visas par exemple) ou les climats.

Certains pays comme la Russie ne délivrent de visa que dans votre pays de domicile (ou sous certaines conditions qui sont souvent très très strictes), donc si vous ne faites pas le visa avant votre départ, alors c'est ballo, mais vous ne verrez pas le lac Baïkal à moins de faire un crochet par la maison.

Et après on est bien d'accord qu'un voyage c'est aussi une part d'aventure, mais perso si je pouvais éviter de tomber pile poil dans la saison des pluies en Asie ou alors quand il fait -25°C en Mongolie c'est quand même mieux non?

**Bref, faire un itinéraire ne veut pas dire qu'on va se faire un planning jour par jour pour l'année à venir, mais uniquement avoir un ordre d'idée des endroits où on veut aller, et à quel moment...**

Par exemple nous savions que nous commencerions notre périple en Chine, avant de rejoindre Taiwan pour ensuite passer 4-5 mois en Asie du sud Est. L'ordre dans lequel nous avons vu les pays d'Asie du sud est ainsi que les durées de séjour ont été radicalement modifiées en cours de route...

par exemple le Vietnam nous devions y rester 20 jours, au final ça aura plutôt été 7 semaines !!!

On a éliminé l'Australie de nos plans, et inversé complètement l'ordre des pays en Amérique du sud pour optimiser les saisons (car on est arrivé au final 3 mois plus tard que prévu sur le continent américain), du coup notre logique de climat et itinéraire a été chamboulée du tout au tout.



## 3.3 DE QUOI FAUT-IL TENIR COMPTE EN PRÉPARANT SON ITINÉRAIRE?

Il y a plusieurs choses qu'il faut garder en tête quand on commence à préparer son itinéraire, voici une petite liste non exhaustive.

### 3.3.1 LE SENS DE SON VOYAGE



Si vous optez pour un billet tour du monde alors vous serez obligés de choisir un sens à votre voyage: soit en direction de l'est ou de l'ouest.

Avec les billets tour du monde vous ne pourrez traverser que une seule fois l'Atlantique et une fois le Pacifique.

Alors oubliez tout de suite l'idée de faire le printemps en Argentine, les cerisiers en fleurs au Japon, puis un surf en Australie, un cigare à Cuba puis profiter de l'été en Russie et ensuite aller passer l'hiver en Asie en faisant un crochet par Tahiti! Niet!

En fonction du moment de l'année où vous partez il peut être plus pertinent de partir dans un sens que dans l'autre!

### 3.3.2 LA "DIFFICULTÉ" DES PAYS



OK, celui-là est TRES subjectif je vous l'accorde et avec le recul ce n'est plus réellement un point qui me "travaille". Mais je vous le mets quand-même car quand nous préparions notre tour du monde cela avait été un critère pour moi.

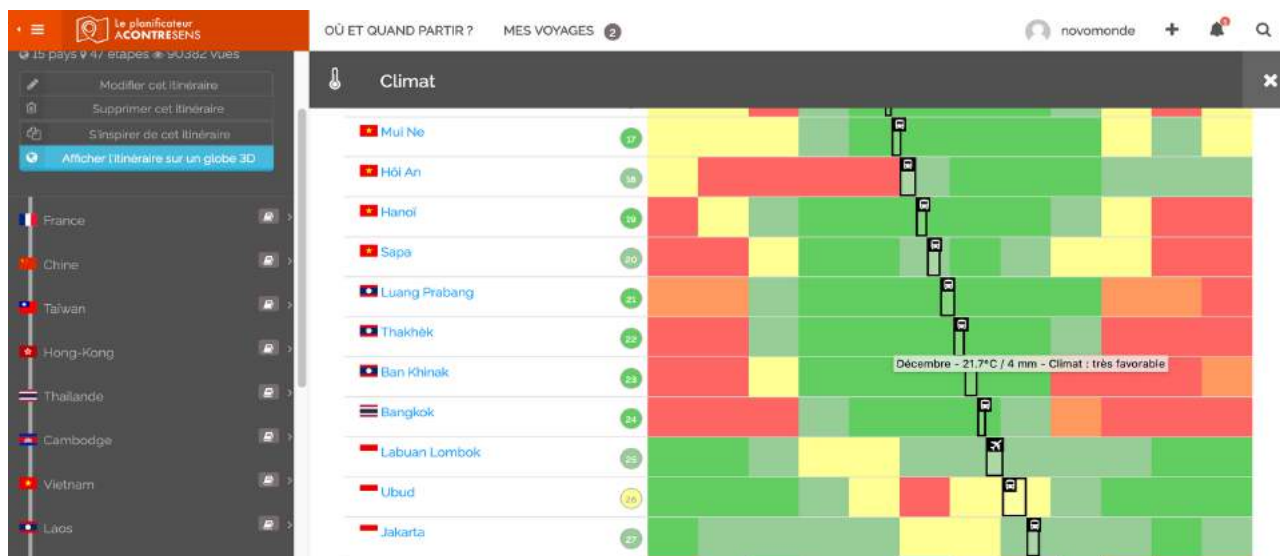
Tous les pays ne sont pas égaux, et certains peuvent demander un peu plus d'expérience de voyageur que d'autres. Les facteurs qui influencent la difficulté d'un pays peuvent notamment être l'insécurité, la pauvreté extrême, une instabilité politique, une fermeture aux européens, etc...

Prenez bien en compte la situation de chaque pays pour prendre votre décision. Par exemple, pour notre part nous avons décidé de commencer par l'Asie au lieu de l'Amérique du Sud, car nous nous sentions plus rassurés à l'idée d'avoir un peu plus d'expérience de backpackers et surtout d'avoir acquis quelques bons réflexes avant de nous aventurer dans certains pays d'Amérique latine «réputés plus dangereux ». Après je ne vous le cache pas, je met volontairement des guillemets, car bien évidemment un incident peut arriver n'importe où, et que ce n'est pas parce qu'on se trouve dans un pays qui a un plus fort taux de criminalité qu'on va forcément se retrouver avec une arme sur la tempe, loin de là!

### 3.3.3 LES CLIMATS

Je l'ai mentionné avant, l'Asie par exemple c'est magnifique, mais un séjour peut vite se transformer en une grosse galère si on y est en pleine saison de moussons et qu'on se retrouve rincé absolument tous les jours. Bien évidemment il est tout à fait possible de voyager pendant les périodes dites «mauvaises» climatiquement parlant, mais dans la mesure du possible nous avons essayé d'éviter le pire...

Pour les pays que nous avons décidé de traverser nous avons utilisé le tableau avec les saisons «idéales» données par le planificateur a-contresens.



Mais comme on le disait avant, faire un itinéraire ne signifie de loin pas qu'on se met des barrières fixes...

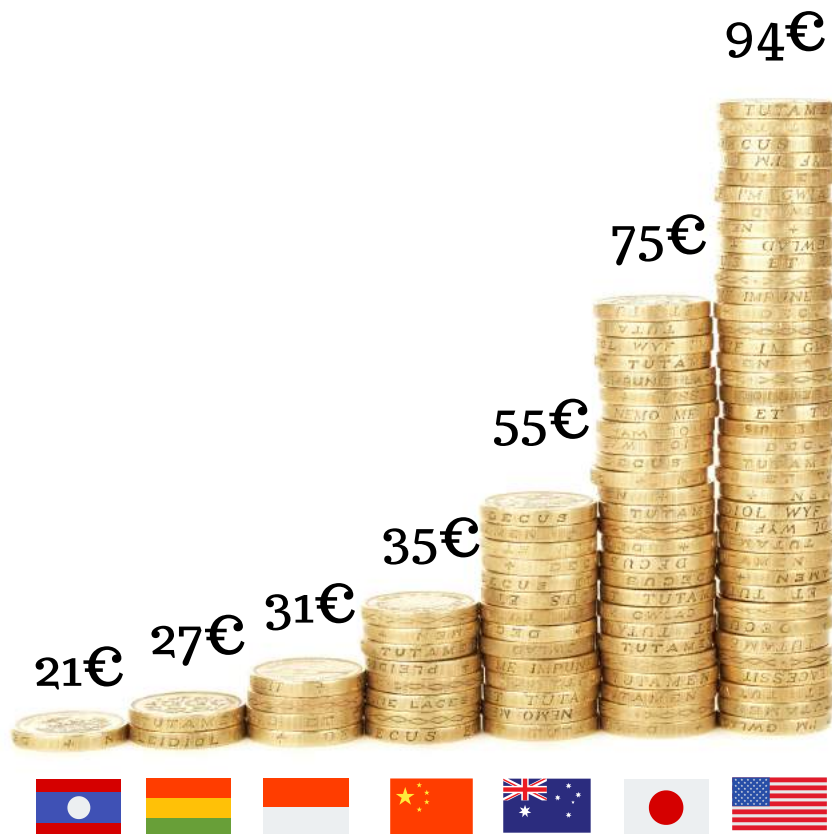
Par exemple l'illustration ci-dessus était notre planning initial. Alors on s'y est plutôt bien tenu jusqu'à Taiwan... Après nous avons réalisé que nous ne voulions pas voyager aussi vite, et par exemple nous ne sommes arrivés au Laos qu'à la mi-février, et sommes arrivés en Indonésie en avril au lieu de février ! Par la suite nous avons éliminé l'Australie de notre planning car nous voulions prolonger le voyage, et donc économiser un peu sur le budget australien !

Au final nous sommes arrivés en Amérique du Sud en Mai... Nous devons commencer par la Patagonie, mais au mois de mai cela devenait déjà limite au niveau du climat... Du coup on a tout chamboulé, et avons pris un vol pour Quito où nous avons appris l'espagnol 2 mois ! Et au lieu de visiter l'Amérique du Sud du sud au nord, nous l'avons fait du nord au Sud ! Bref nous avons terminé notre périple sud-américain en janvier en Patagonie alors que nous devions, à la base terminer en août en Colombie. ! :)

**ref faire un itinéraire c'est bien, mais se laisser la liberté de ne pas s'y tenir c'est encore mieux !**

### 3.3.4 LE COÛT DE LA VIE PAR PAYS

Une fois de plus, l'argent peut également être un facteur important lorsqu'on planifie son itinéraire.



*Par exemple le coût moyen d'une journée au Laos est d'à peine 21€, alors que cette moyenne passe à 55€ pour l'Australie ou même à 94€ par personne pour les USA...*

Vous l'aurez compris, un an dans les pays d'Asie du Sud-est et en Amérique du Sud ne vous coûtera pas la même chose que 1 an entre l'Australie, le Japon la Nouvelle-Zélande, les USA et l'Europe...

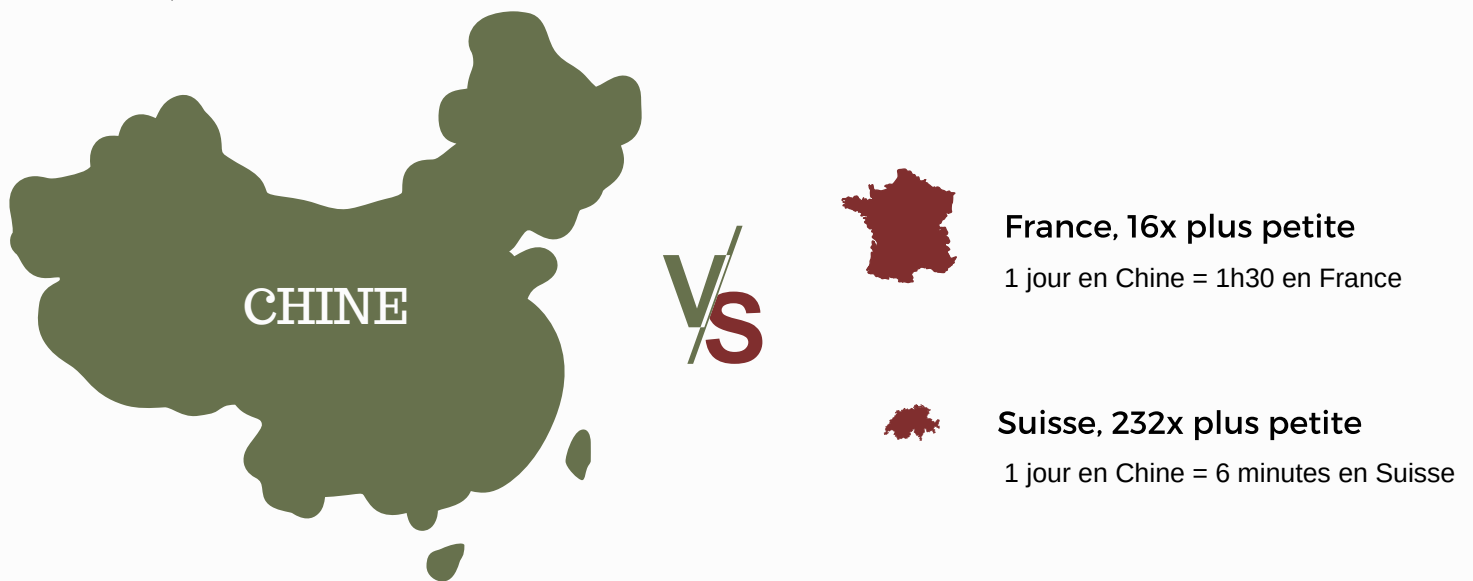
**Une fois de plus il faut faire des choix!**

C'est exactement pour cette raison que nous avons décidé (en cours de voyage) d'éliminer l'Australie de notre itinéraire final... 1 mois en Australie zappé, nous permettait financièrement de faire 2 voir 3 mois de plus en Amérique du Sud avec le même budget !

### 3.3.5 PRENDRE LE TEMPS

Une année c'est long, mais c'est court à la fois... Il ne sert à rien de prévoir 30 pays à visiter en un si court laps de temps!

Par exemple un pays immense comme la Chine qui fait 9'597'000 km<sup>2</sup> comparé à la France et ses 551'000 km<sup>2</sup>... A peu de chose près la Chine fait donc 16 fois la France (et 232 fois la Suisse)... Donc pensez vous sérieusement pouvoir visiter la Chine en 2 semaines? C'est comme si quelqu'un vous disait qu'il a moins d'une journée pour voir la France et qu'il aimerait savoir ce qu'il doit voir à tout prix... Impossible!



Et entre nous soit dit, si vous prenez une année de break dans votre vie, ce n'est probablement pas pour faire une course contre la montre, alors allez-y mollo, prévoyez un nombre raisonnable de pays et profitez en!

Vous aurez encore tout le temps de découvrir les autres pays du monde plus tard dans votre vie, ou qui sait, peut-être prendrez vous tellement goût au voyage que vous resterez 10 ans sur les routes!



**"Si tu cours trop vite tu finiras comme ces pandas!"**

### 3.3.6 LES ATTENTES DE CHACUN SI VOUS PARTEZ À PLUSIEURS

Une étape qui peut être critique lorsqu'on s'apprête à partir à deux (ou plus): il faut se mettre d'accord!

Généralement chacun a des attentes bien particulières, et a sa petite liste personnelle de ses «immanquables» !

**Notre conseil : faites un itinéraire chacun de votre côté (sans tricher !)**

Puis une fois que les deux personnes ont leur itinéraire ont procédé à la mise en commun et on commence les négociations! L'idéal c'est que chacun fasse un petit classement entre les pays qu'il veut «absolument voir» et ceux où il aimerait bien aller, puis c'est un peu comme à l'école: on compte les points... ;)

Heureusement pour nous il n'y a pas eu trop de discussions, nous étions assez d'accord ! Benoit a simplement dû laisser tomber son envie de découvrir le Japon et moi l'Afrique du Sud. Mais pour des raisons budgétaires assez évidentes c'était la décision la plus raisonnable! Et ce n'est que partie remise !





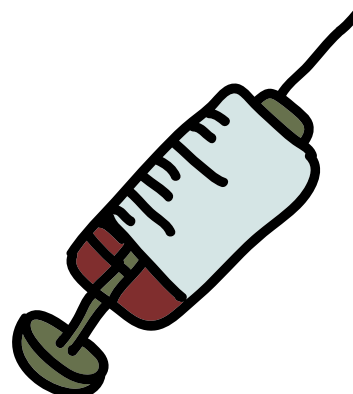
# 4.

## La Santé

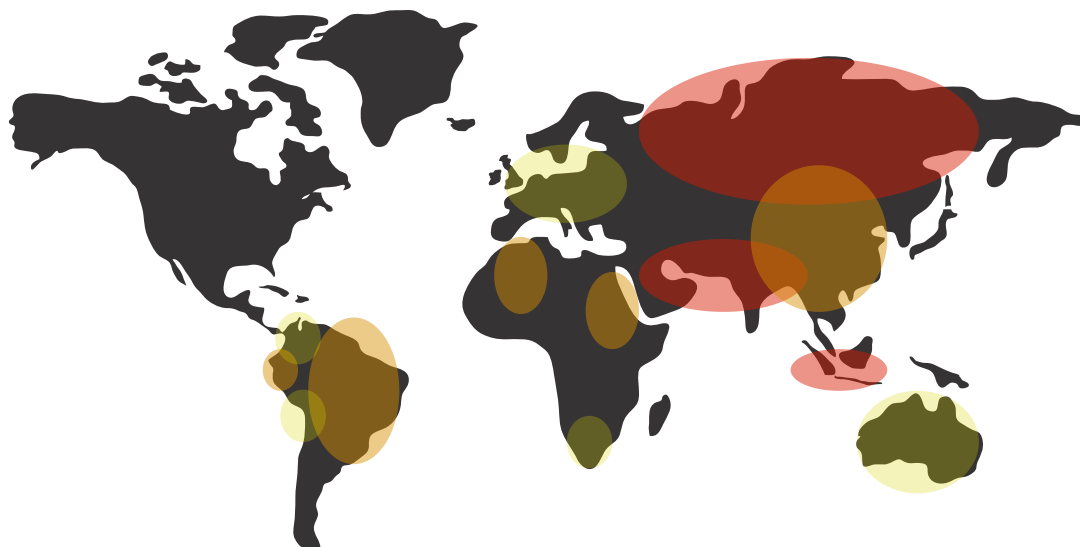
## 4.1 LES VACCINS

Petit tour d'horizon des vaccins conseillés en fonction des régions du monde.

**Attention ceci est uniquement notre expérience, rien ne remplacera jamais un visite chez votre médecin. Nous vous conseillons de prendre un rendez-vous avec votre généraliste ou à un institut pasteur pour un conseil personnalisé.**

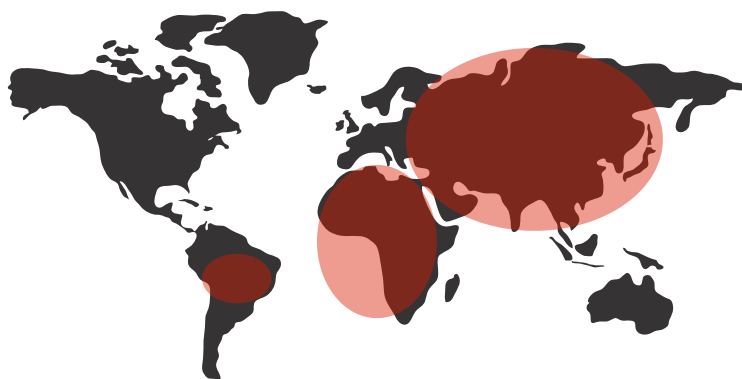


1er Vaccin: Un combiné pour la diphtérie, le tétanos, la coqueluche et la polyomyélite. Prix du Vaccin : environ 35€ en pharmacie + 10€ de frais d'injection. Ce vaccin est une dose unique à injecter en intramusculaire et offre une protection de 10 ans . Ce vaccin est généralement le premier recommandé pour les voyageurs. Le tétanos, la coqueluche sont présents dans le monde entier. Tandis que la polyomélite a été plus ou moins éradiquée dans les années 2000 (il reste quelques cas de contagion au Pakistan et en Afghanistan) la diphtérie est encore bien présente dans certaines zones.



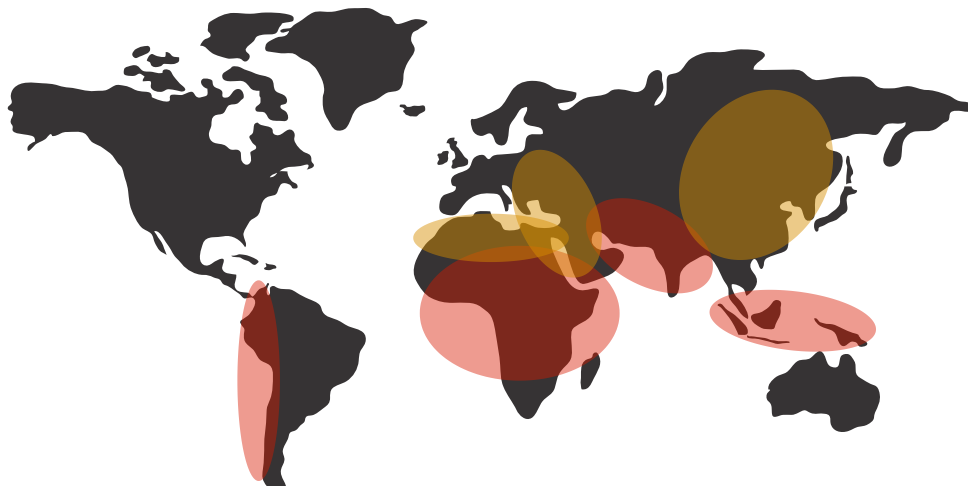
*Représentation schématique de la présence de diphtérie dans le monde au début des années 2000. Les cas de diphtérie sont rares mais ils restent possibles,*

2ème Vaccin: Vaccin contre les méningocoques, ce vaccin était plus cher (70€ + 10€ pour l'injection). Au moment de préparer notre tour du monde ce vaccin avait été recommandé par notre médecin même si il est principalement présent en Afrique subsaharienne. Des apparitions sporadiques sont cependant possibles dans le monde entier.

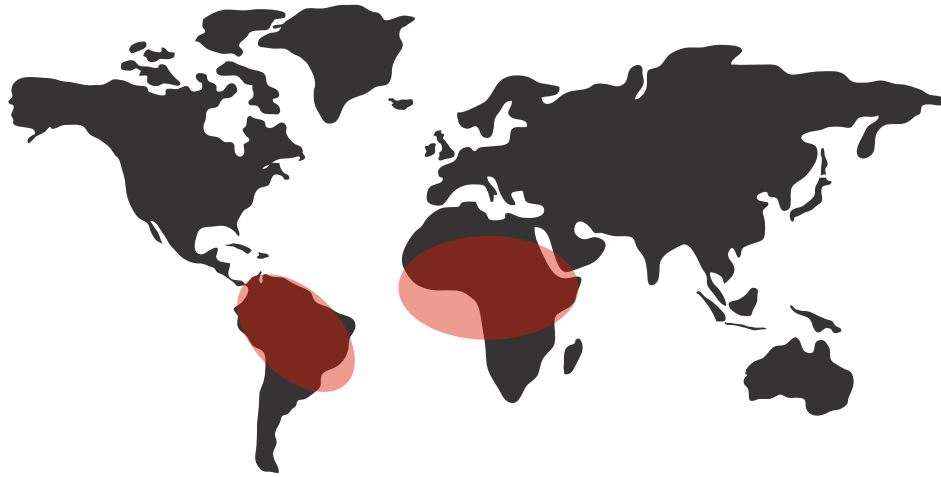


3ème Vaccin: La rage, ça c'est pas drôle car ça nécessite trois injections (aïe aïe aïe), mais c'est un vaccins qui nous avait été vivement recommandé (notamment en cas de morsures d'animaux dans des zones où les soins ne sont pas rapidement accessibles). Son prix était d'environ 70€ ...

4ème Vaccin: La typhoïde. Ce vaccin est vivement recommandé pour les séjours prolongés en Asie... Son prix : environ 25€. Ce vaccin reste valable environ 3 ans



5ème Vaccin: La fièvre jaune. Ce vaccin doit être fait dans un centre vaccination agréé car le généraliste n'est pas autorisé à la faire. Il est obligatoire pour entrer dans certains pays d'Amérique latine notamment. Prix de ce dernier : environ 50€

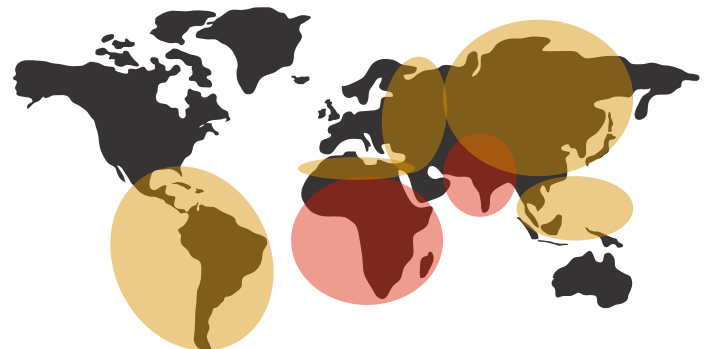


6ème Vaccin: Les Hépatites. Avant de faire ces derniers nous avons été faire une prise de sang histoire de tester notre système immunitaire.

Et ohhhhh Joie je suis immunisée contre l'hépatite A, donc pour moi ça a été uniquement un rappel de l'Hépatite B.

Par contre pour Benoit, le résultat a été sans appel : zéro immunité ! Du coup pour lui ce fût 1 voir 2 injections du combiné hépatite A + B.

Prix du combiné environ 70€ (45€ pour la B uniquement)



Hépatite A



Hépatite B

7ème et dernier Vaccin: l'Encéphalite japonaise. Celui-ci a été un peu notre petit point d'interrogation dans la série : « suis-je parano et je me vaccine contre tout, ou est-ce que je fais l'impasse sur ce dernier ? ».



#### **Les pous :**

- Tant qu'on y est autant le faire
- Quand on regarde les séquelles que peuvent laisser la maladie on se dit que mieux vaudrait ne pas attraper cette saleté (1/3 de chance d'y rester, 1/3 de chance de finir dans le coma et seulement 1/3 de s'en sortir indemne)...

#### **Les contres**

- Son prix... En Autriche il est aux alentours des 115€ pour une injection, et il est recommandé d'en faire deux
- La maladie est extrêmement rare
- Ca fait encore un vaccin de plus, apparemment le foie n'apprécie pas trop les vaccins, et ce n'est pas top de trop lui en imposer...

Au final nous avons décidé de le faire... Au point où nous en étions de toute manière j'ai envie de vous dire... Non plus sérieusement ce qui nous a décidé c'est que nous serons probablement en Indonésie pendant la saison des pluies et c'est là que le risque est le plus élevé...

## 4.2 LES TRAITEMENTS ANTI-PALU

Grande question au moment des préparatifs également... La maman de Benoit étant pharmacienne nous avons préféré l'écouter et sommes partis avec une boîte de Doxycycline.

Pour savoir s'il faut prendre ou non un traitement rien ne vaut les conseils de votre médecin, renseignez-vous, et faites lui part de votre itinéraire détaillé !



Pour nous la donne était claire, nous évitions à priori les périodes de moussons et n'avions pas prévu de faire de séjour prolongé dans des fermes où nous aurions été en contact régulier avec des cochons notamment, donc notre médecin nous a conseillé de ne pas prendre le traitement de manière préventive en Asie du Sud est mais par contre l'envisager une fois en Indonésie (nous devions y être en saison des pluies d'après notre planning initial).

Au final nous avons pris du retard dans notre voyage et sommes arrivés après la saison des pluies en Indonésie, nous avons donc choisi de ne pas prendre de traitement. Mais une fois de plus, cela est un choix 100% personnel, et nous ne sommes pas médecins... Donc ne prenez pas nos paroles pour du pain béni ! Il ne nous est rien arrivé et c'est tant mieux, mais allez consulter avant votre départ !

### **Prévention contre les moustiques:**

Que vous ayez (ou non) un anti-palu avec vous il est vraiment important de bien se protéger des moustiques en tout temps (la soeur à Benoit est rentrée de voyage avec la Dengue une fois - maladie contre laquelle il n'y a pas de vaccin ni médicaments). Les mesures à prendre:

- Portez de préférence des habits longs et couvrant s'il y a des moustiques (typiquement à l'heure de l'apéro au bord de l'eau)
- Utilisez des répulsifs (sur la peau, imprégnation des habits)
- Dormez sous une moustiquaire et évitez de laisser les fenêtres ouvertes à la tombée de la nuit (surtout si la lumière est allumée!)
- Ne virez pas les éventuels geckos ou araignées de vos chambres... ils se nourrissent de moustiques! ;)

## 4.3 LES ASSURANCES VOYAGE

Les assurances voyage sont aussi un sujet très vaste qui pose souvent des débats parmi les voyageurs. Vous trouverez toujours un exemple de personnes qui ont décidé de partir en renonçant aux assurances, et pour qui tout s'est passé à merveille!

Le hic, c'est qu'il existe aussi quelques récits de gens pour qui cela s'est moins bien passé, et sans assurance adéquate la facture peut devenir sacrément salée s'il vous arrivait quelque chose de plus sérieux ou que vous nécessitez un rapatriement.

Pour nous la question ne s'est pas posée, nous ne voulions pas prendre de risques, et avons donc décidé de nous assurer correctement pour ce voyage, même si on ne vous cache pas que nous espérons que nous n'aurons pas besoin de faire appel à notre assureur!

*Vous aussi vous avez décidé de vous assurer ?*

C'est bien, mais c'est exactement à ce moment là que le cauchemar des comparatifs commence... En premier lieu il faut voir vos conditions d'assurances actuelles ainsi que les éventuels compléments qui peuvent être pris!

Pour bien choisir son assurance voyage il est important de bien se renseigner sur ce qu'il existe sur le marché, ce marché évolue constamment, mais de manière générale il y a tout de même 4 assurances qui sortent grandement du lot parmi les voyageurs au long cours.

On vous propose un petit comparatif un peu plus loin dans ce chapitre.

**Voir le comparatif**

Afin de faire son choix correctement il est dans un premier temps important d'évaluer ses besoins et de se poser les bonnes questions.

### 4.3.1 Comment choisir son assurance?

Avant de regarder plus en détail si vous avez réellement besoin d'une assurance, commençons par comprendre plus en détail à quoi servent les assurances voyage à longue durée et quels types de garanties elles proposent. Il vous sera ainsi plus facile de décider si vous avez besoin ou non d'une telle couverture !

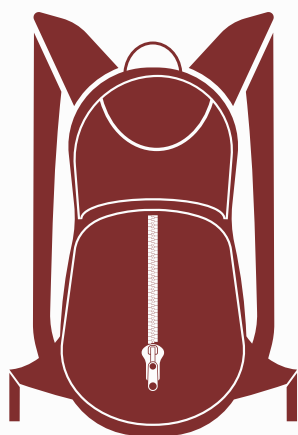


#### EN CAS DE PÉPIN, QUI PAIE QUOI?

S'il vous arrive un grave problème qui nécessite une rapatriation d'urgence, les frais médicaux peuvent très vite grimper (particulièrement aux USA... une hospitalisation pourrait endetter une famille sur plusieurs générations!). Il sera dès lors très important qu'une compagnie d'assurance puisse vous avancer la somme nécessaire à votre traitement.

Certaines assurances facturent des frais de dossier pour chaque demande de prise en charge, veillez à bien comparer ces frais... Souvent ces frais permettent de réduire la prime annuelle, après à vous de voir ce que vous préférez!

#### ET MES BAGAGES?



Il se peut que vos bagages soient abîmés pendant un transport en avion, volés dans différentes conditions ou encore détruits par un feu ou une inondation.

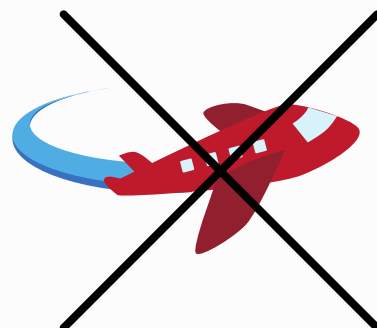
Vous serez donc très contents d'avoir souscrit à une assurance qui vous remboursera au moins une partie du montant total de votre matériel.

Mais attention, la couverture de vos bagages et objets de valeur variera beaucoup en fonction de l'assurance choisie (certaines vous rembourseront même une partie de votre argent cash).

## ET SI JE DOIS INTERROMPRE MON VOYAGE?

L'assurance annulation ou retour anticipé est également un point important d'une assurance voyage.

Il est possible que vous ayez à interrompre votre voyage à cause de la mort d'un proche. Il se peut aussi que vous tombiez fortement malade le jour où vous devez prendre l'avion pour l'Amérique du sud. Il se peut même que vous ne puissiez pas commencer votre voyage pour x ou y raisons. Dans ces cas, il est important d'être assuré... C'est déjà assez désagréable de devoir annuler un voyage alors autant être remboursé.



## ET MA RESPONSABILITÉ CIVILE DANS TOUT ÇA ?

Si par accident vous blessez quelqu'un ou que vous endommagez le matériel d'autrui, les frais peuvent rapidement grimper (procédure judiciaire plus dommages). Il est donc indispensable d'être assuré pour ce genre de cas de négligence... Imaginez combien ça peut coûter si vous cassez la jambe de quelqu'un ou même pire.

## ET SI J'AI ENVIE DE ME LA JOUER RAMBO PENDANT MON VOYAGE ?

Partir en tour du monde, c'est pour certain l'occasion de faire monter un peu l'adrénaline en pratiquant des activités comme le rafting, parachute, canyoning, etc (c'est mon cas eheh)...

Malheureusement, être couvert en cas d'accidents pendant la pratique de ces activités requiert souvent de payer un complément à votre assureur, donc vérifiez toujours les activités comprises dans votre contrat

**Bien entendu votre choix dépend aussi grandement de votre pays de résidence!**

### 4.3.2 Les assurances pour les suisses

Vous le savez peut-être déjà mais nous sommes suisses, donc notre recherche s'est, dans un premier temps, concentrée sur cette situation, mais pas seulement... On vous parle de la situation pour les français plus loin dans l'ebook.

Les problématiques liées à l'assurance voyage pour les suisses qui partent en tour du monde ou pour un voyage au long cours sont bien différentes que pour les français. En Suisse, l'équivalent de la Sécurité sociale en France s'appelle la Lamal. Cette assurance est obligatoire pour toutes les personnes domiciliées en Suisse et coûte surtout TRES cher!



Au moment de partir pour notre tour du monde nous avons, à l'époque, opté pour un statut de Globetrotteur. Cette "autorisation" délivrée par notre commune nous a permis de retirer nos papiers de Suisse et ainsi annuler notre Lamal tout en ayant la possibilité de cotiser à notre retraite. Une solution de rêve? Probablement un peu oui!

Malheureusement, il semble que la donne ait pas mal changé (notamment depuis 2017 où un nouvel article a été publié par l'OFSP (notre cher office pour la santé publique). Dans cet article il est clairement indiqué noir sur blanc que cela n'est plus possible à ce jour.

Sur le blog nous avons publié un article spécialement dédié à cette thématique et plutôt que prendre le risque de mettre des informations qui seront peut-être rapidement dépassées dans ce PDF je préfère vous conseiller d'aller y jeter un oeil. Nous essayons au maximum de le maintenir à jour et surtout, nous vous encourageons à mettre des commentaires pour expliquer la solution que vous avez trouvée.

Bref, si vous êtes suisse et que vous préparez un voyage, l'article ainsi que la section des commentaires devraient vous être d'une aide précieuse!

**LIRE NOTRE ARTICLE**

### 4.3.3 Les assurances pour les français

Si vous étiez salarié en France (ou étudiant / demandeur d'emploi), vous êtes couvert par la sécurité sociale jusqu'à 6 mois après votre dernière cotisation (ensuite vous serez radié de la sécu si vous êtes à l'étranger). Mais ne croyez pas que l'assurance maladie de la sécurité sociale va vous couvrir partout dans le monde. Il faut bien distinguer 2 cas :

- Voyage en Europe : Pour un voyage en Europe, vous pouvez être couvert par l'assurance maladie de la sécurité sociale. Vous devrez demander au préalable votre carte européenne d'assurance maladie avant votre départ et vous serez remboursé en fonction des règles en vigueur dans le pays que vous visitez. Il est aussi possible que vous deviez avancer le montant de vos frais médicaux pour être ensuite remboursé à votre retour (sous présentation des factures). Évidemment , cela ne concerne que l'assurance maladie et vous n'êtes en aucun cas couvert pour la responsabilité civile, les bagages ou les autres aspects d'une assurance voyage.
- Voyage hors de l'Europe : Si vous voyagez en dehors de l'union européenne, vous ne serez en général pas couvert par la sécurité sociale. Dans certaines situations d'urgence, vous pourriez éventuellement être pris en charge mais vous devrez avancer les frais et vous serez peut-être remboursé aux barèmes français à votre retour sous présentation des factures (sans aucune garantie)



Il est possible que votre mutuelle vous couvre en plus pour vos voyages à l'étranger. Il faut savoir que les mutuelles fonctionnent en complément de la sécurité sociale. Donc pas de sécurité sociale implique pas de mutuelle (pour des voyages de plus de 6 mois par exemple). Et surtout vérifiez bien si les garanties que propose votre mutuelle sont suffisantes si vous envisagez de vous passer d'assurance voyage !

Vous avez peut-être déjà entendu que si vous avez un cartes Visa et Mastercard, vous avez déjà une assurance voyage. C'est effectivement le cas mais il vaut mieux se renseigner un peu plus pour comprendre ce que couvre votre carte bancaire en cas de problème.



La première chose à savoir est que si vous avez une carte Visa ou Mastercard classique, votre couverture est quasi inexistante. Il vous faut absolument posséder une carte Visa Premier ou Mastercard Gold pour bénéficier d'une couverture décente.

Maintenant, si vous avez une Visa Premier ou une Mastercard Gold, vous bénéficierez d'une couverture correcte pour les frais médicaux, la responsabilité civile, l'annulation, les bagages mais avec quelques inconvénients :

- L'assurance n'est valable que pendant les 90 premiers jours du déplacement.
- Vous devez avoir réglé votre voyage avec votre carte bancaire.
- Les plafonds sont moins importants que pour une assurance voyage standard.

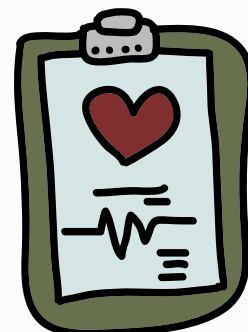
## Notre Avis

- Voyage de moins de 3 mois : Si vous avez une carte Visa Premier ou Mastercard Gold et que vous jugez les garanties suffisantes, l'assurance de votre carte peut suffire et il n'est pas forcément nécessaire de prendre une assurance voyage internationale.
- Voyage de plus de 3 mois : A notre avis, une assurance voyage internationale est indispensable. Dans tous les cas, même si la sécurité sociale pourrait couvrir vos frais médicaux en Europe jusqu'à 6 mois de voyage, vous ne seriez pas couvert pour des choses super importantes comme la responsabilité civile. Le jeu n'en vaut pas la chandelle à nos yeux !

### 4.3.4 Comparatif des assurances voyage

On a mis notre nez dans les conditions générales des sociétés d'assurance voyage. Nous avons retenu 7 offres qui, à notre avis, sont les meilleures chacune dans leur catégorie. Pour vous aider à faire votre choix on a donc décortiqué un peu ces assurances en essayant de trouver les points forts et les points faibles des principales assurances utilisées par les backpackers lors d'un tour du monde !

Dans cet ebook on vous propose un aperçu rapide de chaque assurance. Si vous souhaitez plus de détails on vous invite à aller voir le comparatif sur notre site ou les pages dédiées à chacune des assurance (en lien plus loin dans le document).



[Voir le comparatif](#)

#### Globe Partner ACS

C'est la moins chère des assurances tour du monde que nous vous proposons dans cet article (avec SafetyWing qui arrive juste après). Souscrire à une couverture chez eux vous coûtera à peine 400€/an.



- Point fort: L'assurance voyage pas chère par excellence pour une couverture suffisante en cas de pépins graves.
- Point faible: appareils numériques non couverts ainsi que la pratique de certains sports à risque

[Plus d'infos sur Novo-Monde](#)

[Aller direct sur le site d'ACS](#)

## Safety Wing

Nouveau venu sur le marché des assurances, SafetyWing se veut la 1ère assurance voyage et médicale pour les Digital Nomad (mais elle convient aussi très bien aux voyageurs). Elle a quelques particularités qui la rendent assez intéressante comme le fait qu'elle fonctionne comme un abonnement (pas besoin de savoir en avance la durée du voyage).



- ✓ Point fort: le système d'abonnement très flexible et la couverture partielle dans le pays de domicile .
- ✗ Point faible: plafond de garanties pour la responsabilité civile trop bas à notre goût et site web uniquement en anglais

[Plus d'infos sur Novo-Monde](#)

[Aller direct sur le site de Safety Wing](#)

## GobyAVA

Pour 47€ par mois (si vous avez moins de 35 ans) vous serez très bien couvert pour toutes les choses importantes (frais médicaux, responsabilité civile) avec des plafonds de garanties attractifs. Elle a peut-être des plafonds un peu moins bons pour des critères moins importants mais franchement c'est du solide!



- ✓ Point fort: très compétitive niveau prix pour les voyageurs solos et les couples
- ✗ Point faible: 80€ de franchise pour les cas de responsabilité civile (mais pas de franchise pour les soins)

**Et spécialement pour nos lecteurs, AVA offre 5% de rabais sur la couverture plan santé AVAnture avec le code promo: **NOVO**. C'est pas cool ça????**

[Plus d'infos sur Novo-Monde](#)

[Aller direct sur le site GobyAVA](#)

## Chapka Assurance - Cap Aventure

Probablement la plus connue des assurance tour du monde. Sa couverture est très bonne et complète. Ce n'est pas la moins chère du marché mais elle a une bonne réputation bien établie.



- Point fort: Complète et très compétitive niveau budget. Appareil électroniques assurés à hauteur de 1000€
- Point faible: Des prix moins compétitifs sur les couvertures Europe, monde (avec Amérique du Nord) et famille par rapport à d'autres

[Plus d'infos sur Novo-Monde](#)

[Aller direct sur le site de Chapka](#)

## AVI

Cette assurance voyage longue durée est un peu particulière car elle est personnalisable. Vous souscrirez pour une version de base assez complète (similaire à Chapka assurance) que vous pourrez compléter en ajoutant des options.



- Point fort: Personnalisable en fonction de vos besoins. Pas de franchise une bonne application mobile
- Point faible: Des plafonds de garanties en général un peu moins bons que Chapka

**Et spécialement pour nos lecteurs, AVI offre 5% de rabais sur la couverture si vous passez par notre lien.**

[Plus d'infos sur Novo-Monde](#)

[Aller direct sur le site de AVI](#)

## Assur Travel

Les prix de la couverture Premium sont très attractifs surtout pour les globetrotters qui vont aux USA / Canada et les familles mais elle ne comprend pas la responsabilité civile. La couverture Summum ajoute une bonne couverture pour la responsabilité civile et des plafonds plus élevés dans les pays chers mais les prix en deviennent un peu moins attractifs



Point fort: Une application mobile qui vous permet d'accéder à vos documents, de gérer les remboursements, d'envoyer des factures de soins



Point faible: la responsabilité civile n'est pas incluse dans la couverture Premium

[Plus d'infos sur Novo-Monde](#)

[Aller direct sur le site d'Assur Travel](#)

## WorldNomads

C'est l'assurance tour du monde la plus chère (et de très loin) mais aussi la plus complète. Elle existe en version standard (890€/an) ainsi qu'en version explorer (990€/an)



Point fort: La plus complète de toutes les couvertures d'assurance voyage. En Explorer, il ne peut rien vous arriver



Point faible: C'est la plus chère et vous n'avez pas forcément besoin de tout ça

[Aller direct sur le site de WorldNomads](#)

### 4.3.5 Notre Choix

A l'époque de notre tour du monde, nous nous étions décidés pour l'assurance WorldNomads explorer car il était important pour nous d'être couvert pour la pratique des sports jugés plus dangereux (et Chapka n'assurait pas les suisses à ce moment là #CaCommenceàDater). Évidemment, le prix plus élevé de cette couverture rentrait dans notre budget sinon nous nous serions orienté vers une autre assurance voyage.

Si c'était à refaire, nous prendrions plutôt GObyAVA (n'oubliez pas les 5% de rabais avec le code promo NOVO) ou ACS avec une assurance complémentaire pour notre matériel informatique et photo. A l'heure actuelle, nous voyageons la plupart du temps avec du matériel assez cher (appareil photo, objectifs et laptops) et même la WorldNomads explorer ne couvre plus le prix de nos affaires. Et dans la pratique, on s'est aussi rendu compte que les sports que couvrent GObyAVA sont suffisants pour nous (et leur prix est BEAUCOUP plus intéressant).

#### Note

*Si vous souscrivez à une assurance via un de nos liens, vous payerez la même chose mais nous toucherons une petite commission. Cela n'a en aucun cas influencé le choix des assurances présentées ci-dessus (nous avons sélectionné les assurances avant de prendre contact avec eux pour l'affiliation) mais cela nous aidera à continuer notre travail sur le site web et à continuer de voyager tout en continuant à vous proposer des contenus gratuits comme cet ebook ! ;)*

## 44.LA TROUSSE DE PHARMACIE

Nous ne sommes pas infirmiers ni même médecins, mais il nous paraissait tout de même important d'avoir le minimum sur nous en cas de petit pépin... Nous sommes en route depuis plus de 5 ans, et pour le moment, on touche du bois, il ne nous est rien arrivé de sérieux, mais malgré tout notre trousse a déjà été ouverte à de maintes reprises, que ce soit pour des petits maux de ventres, des petites coupures, ou une saleté de migraine qui ne veut pas passer...

La maman de Benoit étant pharmacienne nous avons eu droit à une trousse de pharmacie de compétition au moment de partir en tour du monde, dont voici le contenu :

- Anti-paludique: On a opté pour la Doxycycline qui est beaucoup (mais alors vraiment beaucoup) moins chère que la Malarone. On a 2x 20 comprimés.

*EDIT : On a gardé la boîte sur nous sans nous en servir jusqu'en Argentine, puisB avons offert nos comprimé à une voyageuse qui se rendait en Amazonie... Depuis on en a plus.*

- De l'imodium pour les diarrhées ;-)
- Du Motilium pour l'estomac
- Du Dafalgan/Irfen contre les douleurs et la fièvre
- Du Micropur pour purifier l'eau en cas de besoin
- Du désinfectant
- Un produit anti-moustique bien concentré et un produit pour les piqures d'insectes.
- Divers pansements (pour les ampoules ou blessures) et compresses ainsi qu'un petit ciseau
- Une bande avec attache et un petit rouleau de scotch.



Voilà vous savez tout sur notre trousse de secours!

Bien entendu si vous avez des maladies antérieures ou des allergies, pensez à prendre vos médicaments!

Un conseil « gain de place » : Enlever toutes les boîtes et noter la posologie (ou simplement le dosage) sur un petit post-it que vous pouvez coller sur la plaquette de médicament ou envoyez les vous par mail. Il n'y a pas de petite économie de poids et de place quand on part avec un sac à dos !



# 5.

## L'administratif

## 5.1 LES BILLETTS D'AVION

Lorsqu'on décide de partir faire un tour du monde, l'une des questions cruciales est le transport. Certains voyageurs optent pour un tour du monde en empruntant uniquement des moyens de transport terrestres et quelques bateaux ; cette façon de voyager est probablement celle qui permet le plus de vraiment prendre complète conscience de l'évolution du paysage...

*Bah oui, avec l'avion il faut moins de 3 heures de vol pour se retrouver dans un environnement complètement dépaysant !*

En ce qui nous concerne, nous avons décidé d'emprunter l'avion pour les changements de continents ainsi que quelques vols «pratiques» d'un point de vue administratif (surtout pour l'obtention de visas).

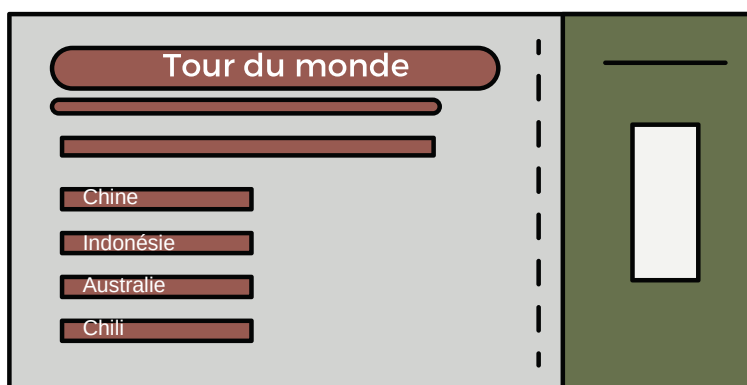


Il existe de nombreuses façons de préparer et d'organiser un tour du monde en avion... Voici un petit aperçu des possibilités qui s'offrent aux futurs globes trotteurs ainsi que notre avis sur chacune de ces solutions.

Notre itinéraire de vol a été le suivant (sauf pour le dernier vol que nous n'avons finalement pas pris):

Lyon - Pékin // Canton - Taipei - Hong Kong - Bangkok // Jakarta - Sydney - Santiago - Ile de Paques - Santiago - Punta Arenas // **Bogota - Lyon**

- représente les vols et // représente les tronçons que nous effectuons par la route.



## 5.1.1 Acheter ses billets au fur et à mesure

Certains voyageurs décident simplement de partir sans se fixer d'itinéraire et achètent uniquement leur premier vol.

Les vols suivants seront réservés en cours de route en fonction des envies et des offres trouvées directement sur les sites des compagnies aérienne ou sur les comparateurs de vols. Nous avons longtemps considéré cette option, car c'est celle qui nous paraissait offrir le plus de libertés...

Et c'est effectivement le cas, par contre l'inconnue quand au budget à prévoir et surtout les offres que nous avons eues ailleurs nous ont finalement faites changer d'avis...

## 5.1.2 Acheter son billet auprès d'une alliance

La première façon d'acheter un billet tour du monde est de passer par une des trois grandes alliances aériennes en utilisant leurs outils online:

- Oneworld
- StarAlliance
- SkyTeam

A cela s'ajoutent aussi les compagnies Emirates et Air New Zealand qui proposent des billets tour du monde mais croyez nous, on a bien essayé mais on n'a jamais réussi à obtenir des prix intéressants et compétitifs en utilisant les alliances et compagnies aériennes (évidemment si vous ne nous faites pas confiance, on vous laisse vous faire votre propre expérience en passant par les liens ci-dessus). D'ailleurs on ne connaît aucun tourdumondiste qui est parti avec un alliance aérienne.



### 5.1.3 Passer par une agence spécialisée

L'alternative la plus courante est de passer par une des différentes agences spécialisées dans les billets tour du monde.

"Mais pourquoi les agences spécialisées sont-elles meilleur marché que les alliances aériennes directement?"

C'est en fait assez simple à comprendre. Comme les agence spécialisées ne sont pas limitées à certaines compagnies aériennes, elles peuvent combiner les offres de compagnies de différentes alliances. Elles ont aussi accès aux offres tour du monde des alliances mais peuvent en plus ajouter des vols différents entre deux. Et comme beaucoup de professionnels du voyage, ils ont accès à des offres spéciales qui ne sont pas disponibles au grand public.

Pour acheter un billet tour du monde avec une agence spécialisée, il vous suffit de les contacter et de leur demander un devis gratuit (qui sera en général retravaillé par e-mail ou téléphone en contact avec l'agence). Voici les agences francophones ou internationales que nous vous recommandons:

**Cercle des Vacances**

**Zip World**

**Travel Nation**

**Aller plus loin** 

Si vous voulez en lire davantage sur les billets d'avion et les différentes options on vous recommande de venir jeter un coup d'oeil sur notre dossier publié sur le blog. Beaucoup plus long et plus complet, vous devriez y trouver toutes les infos qu'il vous manque.

**Lire l'article**

## 5.2 LES VISAS

Les Visas sont probablement le second point à considérer avant votre départ. Même si votre itinéraire n'est pas gravé dans le marbre on vous recommande de poser sur le papier la liste des pays "potentiels" et ensuite de regarder un peu les conditions de visas.

Personnellement je ne vous recommande pas de prendre tous vos visas en avance car vos plans vont inévitablement changer un peu. Par contre il est important de connaître les pays de son itinéraire qui demandent peut-être davantage d'organisation et qui ont des conditions d'entrées sur le territoire particulières.

Exemple: Durant notre tour du monde nous voulions vraiment passer en Chine et si possible y rester 3 mois. Même si dans l'absolu il est possible d'obtenir un visa chinois en route (notamment à Hong Kong) il était sacrément plus simple pour nous de le faire en Suisse.

La Chine est un bon exemple de visa qui demande pas mal de paperasse. Lors de notre demande nous avons du fournir:

- Un billet d'avion aller-retour (pas besoin que le retour soit chez vous, un billet de sortie de territoire est suffisant)
- Nos attestations d'assurance voyage
- Des extraits de comptes bancaires pour prouver que nous étions solvables
- 2 photos passeport
- Des preuves de réservation de logement

Notre conseil: assurez-vous de noter les pays qui vont demander des démarches et préparez tous vos documents (au format papier mais également une sauvegarde numérique que vous pouvez stocker dans vos mails ou Dropbox).

Assurez-vous surtout d'avoir des papiers d'assurances en règle, votre carnet de vaccination pour la fièvre jaune (obligatoire dans certains pays).

Pensez aussi à faire un petit stock de photos passeport avant le départ. Vous en aurez régulièrement besoin aux frontières et nous avons trouvé qu'il n'était pas forcément évident de les faire sur place aux douanes (cela dépend bien évidemment des pays, mais globalement c'est mieux d'avoir quelques photos en stock).

Important: Même si vous faites vos recherches avant, pensez toujours à vérifier les conditions en vigueur avant votre passage de frontière.



## 5.3 L'ARGENT

Quand on voyage pour une longue période on a forcément quelques économies de côté, mais une grande question est de savoir comment on doit gérer son argent liquide en voyage.

Lors de votre voyage vous serez probablement amené à changer de pays ainsi que de devises assez régulièrement, et comme vous le savez probablement déjà, les retraits de liquide coûtent cher à l'étranger (frais et commissions des banques).

Pour en savoir plus sur les banques et les frais associés on vous donne rendez-vous au chapitre dédié au budget

[Aller au chapitre Budget](#)

### Cartes de crédit

Visa, Mastercard ou Américan Express. De manière générale il est plutôt recommandé d'opter pour Visa ou Mastercard car elles sont plus répandues que Américan Express. De nombreux sites de réservation en ligne n'acceptent que les deux premières...



Pour notre voyage nous avons choisi de partir avec une Visa pour moi et une MasterCard pour Benoit.

### Cartes de débit (pour les suisses)

Pratiques pour les retraits dans le monde entier selon les conditions de votre banque. Mais bien évidemment elles ne permettent pas de faire de paiements en ligne, mais ce n'est pas si mal, car c'est plus sûr en cas de vol... Les cartes de débit prélèvent directement le montant sur votre compte courant et non un compte de crédit.



Conseil important : Si vous avez un code à 6 chiffres, veillez à le changer pour un code à 4 chiffres ! De nombreuses banques à travers le monde n'acceptent que des codes à 4 chiffres, donc si vous avez un code à 6 il vous sera tout simplement impossible de retirer de l'argent...

## Traveller Check

Les chèques de voyage sont une forme de devise qui est un peu passée de mode. Beaucoup utilisés il y a encore quelques années, ces chèques sont un peu une espèce en voie de disparition, du moins hors du continent américain.

Mais si vous avez l'habitude de voyager avec, rien de vous empêche d'en prendre « au cas ou », mais évitez de compter dessus pour vos retraits d'argent au quotidien.

## Paypal

Un système de paiement vraiment pratique pour les paiements sur le net. Paypal fonctionne un peu comme un compte en ligne sur lequel vous pouvez virer une certaine somme dans la devise de votre choix. Ensuite pour le paiement il vous suffit d'entrer votre eMail et votre mot de passe en ligne et c'est payé! L'avantage principal de ce système est d'offrir une alternative aux cartes de crédit pour les paiements en ligne.



En effet, certains sites ne sont pas toujours très « sûrs », ou parfois vous vous trouverez sur un réseau wifi public, et dans ces cas là ce n'est jamais une bonne idée de commencer à entrer les données de sa carte de crédit en ligne. Les cas de piratage ne sont pas si rares, et la note peut s'avérer très salée ! Avec Paypal vous risquez au pire de perdre le montant qui se trouve sur votre compte, donc notre conseil : Ayez toujours une petite somme sur le compte pour les petits paiements, et ajoutez de l'argent à votre compte en faisant un virement bancaire (cela prend en général entre 3 et 5 jours).

## Des dollars ou des Euros

Il peut s'avérer utile d'avoir toujours sur soi quelques dollars ou euros. Mesdemoiselles, cachez ces billets dans votre soutien-gorge par exemple ! Les dollars sont généralement reconnus et acceptés partout dans les banques, et ainsi vous aurez toujours un petit filet de sécurité « au cas où ».

Cet argent « caché » n'est pas destiné à être utilisé au quotidien, c'est plus pour les cas d'urgence : Votre carte a été avalée par le distributeur, vous vous êtes fait voler toutes vos affaires, les distributeurs sont vides (c'est du vécu, sur une île grecque tous les distributeurs se sont retrouvés à cours de liquide pendant 4 jours jusqu'à l'arrivée du prochain ferry lorsque nous y étions!)

Bref avec ces dollars ou euros vous devriez toujours avoir de quoi prendre un bus ou un taxi pour vous rendre à votre ambassade, vous payer un hôtel ou vous acheter à manger !

## Des espèces dans la devise du pays

Oui bon ça c'est logique me direz vous ! Ici le premier réflexe des voyageurs c'est de penser aux bureaux de change. Pourtant, sauf très rare occasion, les bureaux de change NE SONT JAMAIS AVANTAGEUX!

Dans la grande majorité des cas il sera plus économique de retirer de l'argent que d'en changer (même dans les bureaux où ils indiquent ne pas prendre de commission qu'on se le dise! Ces bureaux qui ne prélèvent pas de commission ont en général des taux de change pourri!)

Quand nous arrivons dans un pays on essaie toujours de trouver un distributeur en premier lieu. L'unique raison qui nous pousserait éventuellement à changer serait si on a encore des restes de devises d'un pays qu'on a déjà quitté.

Note: S'il vous reste des devises d'un pays c'est souvent mieux de faire des échanges entre voyageurs. Vous fixez un taux qui arrange les 2 et ça revient moins cher qu'en agence.

Faites attention aux montants que vous retirez aux distributeurs. Si vous avez des frais de retrait fixes il peut être plus judicieux de retirer des grosses sommes plus rarement! Idem si vous prévoyez de vous rendre dans une région un peu plus reculée d'un pays :

*Pensez toujours à avoir assez de liquide sur vous !*

### Anecdote

En Chine nous avons du radicalement changé nos plans pour causes de liquidités...

Oui oui, nous qui vous donnons plein de conseils, ben on s'est fait avoir comme des bleus ! Nous avons quitté Chengdu en Chine pour nous rendre dans l'ouest du Sichuan. Nous étions prévenus : pas de bancomats (distributeur pour les français) dans cette partie de la Chine !

Pas de problème, nous avons anticipé le coup et avons pris assez de liquide pour tenir une 15aine de jours (sachant que nous avons prévus d'y passer entre 5 et 7 jours). Au final la région nous a tellement plu que nous sommes restés 10 jours, mais jusqu'à là toujours pas de problème ! Après nous sommes allés aux gorges du saut du tigre dans le Yunnan, là bas pas de bancomat non plus, mais cela ne nous a pas inquiété plus que tant car nous avons encore du liquide...



*Le Sichuan*

Notre prochaine destination : le village de Shaxi. ... Là où ça s'est gâté...  
Prévoyants nous avons demandé où nous pourrions trouver un distributeur, et on nous a assuré qu'à Shaxi cela ne posait point de problème. Parfait !

C'est donc rassurés que nous sommes partis à Shaxi, mais une fois sur place nous avons vite déchanté... Il y avait bien un distributeur, mais uniquement un distributeur de la banque régionale.

Visa, mastercard, Maestro? Jamais entendu parler !

Et même mes dollars de secours dans mon soutien-gorge nous ont été refusé catégoriquement... «No Change!»

Bon! Apparemment il y a une grande banque dans la ville de Jianchuang à moins d'une heure de bus de là! Parfait, voilà notre programme du lendemain fixé ! Alors le lendemain, et arrivant gentiment mais sûrement à cours de liquidité cette fois-ci, nous sommes partis dans cette «grande ville».

Là-bas nous avons effectivement trouvé une immense banque qui affichait des logos Visa, Mastercard, Plus, Maestro sur ses vitrines !  
VICTOIRE !!!!!

Ouais sauf qu'on a parlé trop vite... Nos cartes ont TOUTES été refusées (nous avons quand même une visa, une mastercard, une maestro et une carte plus) !

Bref nous avons fait 1 heure de queue pour atteindre le guichet sur lequel étaient toujours collés ces fichus autocollants Visa, Mastercard et j'en passe...

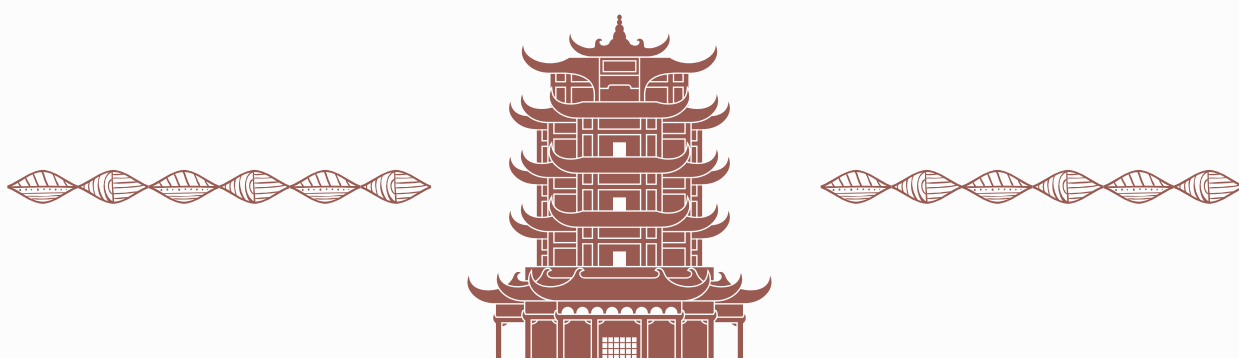
La dame au guichet a regardé nos cartes comme si elle n'en avait jamais vues des pareilles auparavant... Cette même dame ne parlait pas un mot d'anglais, et nous pas un mot de chinois... Bref après un équivalent d'une partie de « Pictonnary endiablé » pour nous faire comprendre nous avons compris que ces autocollants étaient une pub, mais que les cartes n'étaient pas acceptées... Et les dollars par la même occasion non plus !

Elle nous a conseillé de nous rendre à Lijiang, une ville ultra touristique à 3 heures de là... Bonne idée me direz-vous, sauf que à cours de cash nous n'avions plus de quoi nous payer le ticket... Bref, prise de pitié, la Agricultural Bank of China nous a fait don de 100 yuans pour nous payer le bus... Grand moment de solitude !

Nous avons donc du renoncer à notre petit séjour pittoresque dans un petit village et avons été contraints de reprendre la route des sentiers touristiques...

Forcément, à peine arrivé à Lijiang nos cartes étaient à nouveau acceptées PARTOUT ! Tout est bien qui finit bien !

Morale de l'histoire: Pensez à cacher de l'argent local «de secours» dans son soutien-gorge également! Ah oui, et un autre conseil, ne révélez JAMAIS où vous cachez votre argent, surtout pas dans un ebook! ;)



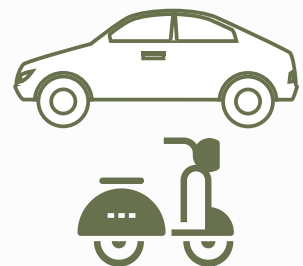
## 5.4 LES AUTRES CHOSES À PENSER

Bien évidemment quand on se lance dans un voyage au long cours comme ça il ne suffit bien souvent pas de quitter son job et d'acheter un billet d'avion... Il y a encore plein de petits détails et formalités auxquelles il faut penser pour partir la conscience tranquille.

A la fin de cet ebook on vous propose un petit récapitulatif avec un planing approximatif vous indiquant à quel moment il faut commencer à vous inquiéter de quel problème...

**Mais avant cela voici une petite liste en vrac des choses auxquelles il faut encore penser :**

- **Résiliation de ses abonnements** : Pensez à résilier tous vos abonnements dont vous n'avez pas besoin : internet, téléphone, mobile, TV, carte de transport, magazines et journaux, etc...
- Si vous comptez louer des véhicules pendant votre voyage n'oubliez pas de faire une demande de **permis international**. Important: Si vous voulez louer des scooter pensez bien à vérifier que vous avez le permis A1 qui est coché. Si tel n'est pas le cas, suivez les quelques heures de moto-école pour avoir un permis en règle.
- **Faites des photocopies de tous vos documents importants** : passeport, carnet de vaccination, confirmation d'assurance, permis de conduire international, numéros d'urgence pour votre assurance ainsi que pour bloquer vos cartes bancaires. Imprimez ces documents et ranger les bien au fond de votre sac. Une assurance supplémentaire consiste à se les envoyer par e-mail ou à ouvrir un compte de stockage en ligne (exemple : Dropbox)
- Faites **une procuration** à l'un de vos proches afin qu'il puisse régler d'éventuels problèmes administratifs pendant votre absence
- Faites **dévier votre courrier** chez un proche de confiance



- Renseignez-vous sur le pays de destination et des éventuels problèmes que vous pourriez rencontrer. Par exemple pour la Chine, la majorité des réseaux sociaux sont bloqués, nous avons ainsi décidé de **prendre un VPN** avant notre départ.

## VPN en voyage

En voyage le VPN est souvent un très bon atout. Si les VPN sont souvent utilisés pour faire des téléchargements ils ont aussi plein d'autres utilités. La principale? Cela encrypte vos données! En voyage, surtout si on se connecte à un réseau WiFi non sécurisé il vaut vraiment mieux utiliser un VPN dès qu'on souhaite utiliser sa carte bancaire ou se connecter au moyen d'un login.

Important: Si vous souhaitez installer un VPN pour contourner la censure vous devez impérativement le faire avant d'arriver dans le pays. La Chine par exemple bloque tous les sites de VPN et vous ne pourrez donc pas l'installer facilement une fois sur place.



### Plus d'informations sur les VPN

- Vérifiez la validité de votre **passport** et assurez vous qu'il lui reste encore suffisamment de pages vierges pour votre voyage.
- Vérifiez la **date d'expiration de vos cartes bancaires**, ainsi que les plafonds de retraits



- Assurez-vous que votre téléphone est débloqué pour tous les opérateurs, ainsi vous pourrez acheter une carte SIM dans les pays traversés.



# 6.

## Le Matériel

## 6.1 SAC À DOS OU VALISE?

Pour nous cette question ne s'est pas vraiment posée, avec le type de voyage que nous prévoyions il était évident que nous allions partir avec un sac à dos, mais cela n'est pas forcément le cas de tout le monde...

### 6.1.1 Partir avec une valise?

Si vous partez à un endroit fixe, et que vous ne prévoyez pas de vous déplacer régulièrement cela peut être envisageable. Par contre pensez bien que les routes goudronnées ne sont pas légion partout dans le monde, alors essayez de vous imaginer en train de tirer votre valise à roulette sur une route en terre, ou pire un chemin de boue.



#### Cela ne vous effraie pas? Alors pourquoi pas!

Personnellement je préfère prendre une valise lorsque je pars par exemple en voiture pour une semaine dans une maison de location. Les habits sont moins froissés, et on a un meilleur aperçu global, mais à partir du moment où je sais que je vais devoir marcher plus de 5 minutes, alors c'est automatiquement le sac à dos qui l'emporte!

### 6.1.2 Les sacs à dos à roulettes

Je vous l'avoue j'ai trouvé cette idée merveilleuse au départ!

L'idée de pouvoir tirer mon sac sur les routes goudronnées et ne pas avoir à tout le temps le porter entre les hôtels m'a emballée...

Mais perso j'ai vite déchanté. Ce type de sac sont certes un bon compromis si vous partez en vacances pour 2 semaines mais pour un voyage comme le nôtre, ce type de sac a très vite été éliminé.

Pourquoi?

Premièrement le confort de ces sacs, une fois mis sur le dos est souvent limité. Les roulettes ont tendance à gêner plus qu'autre chose.

Mais l'inconvénient principal c'est le poids. Ce type de bagage est bien plus lourd qu'un simple sac à dos lorsqu'il est vide. Donc autant vous dire que si vous visez de partir avec moins de 13-14kg, alors le kilo (ou plus) additionnel des roulettes et des renforts ne vaut vraiment pas la peine!

Bon on est d'accord? ça sera sac à dos !

### 6.1.3 Comment choisir son sac à dos?

Alors je ne vais pas trop rentrer dans tous les détails, car chaque individu a sa propre morphologie.

Mais un bon sac dos doit tout de même remplir certains critères de bases:

- Il doit avoir au moins deux compartiments séparés accessibles individuellement de manière frontale (généralement les 2/3 supérieurs sont séparés du tiers inférieur). Cela permet une bonne organisation et un meilleur accès au matériel.
- Le dos doit être rigide et réglable. C'est très important pour régler la position du sac afin que la majeure partie de poids repose sur les hanches et non sur les épaules.
- Le sac doit être adapté à votre morphologie! Une fille d'1m60 pour 50kg ne devrait en aucun cas avoir le même sac que son copain d'1m90 et 90kg! Et je ne parle pas que du poids du sac, mais bien de sa structure!



- Les bretelles doivent être assez larges et bien rembourrées.
- J'aime les sacs qui ont un nombre suffisant de sangles et poches externes. C'est toujours pratique pour le matelas, la tente, les bâtons de randos et aussi pour faire sécher ses habits ;- ) (et pour tout ce que vous voulez...).
- Une bâche imperméable en cas de pluie intégrée au sac.
- Un bon rapport poids vide/litrage (20-25gr / litre).
- La taille peut-être variable entre 50l et 70l pour un voyage au long cours. Je doute que ça serve à grand chose de voir plus grand. Fabienne a un sac 60l et Benoit un sac 70l qui n'est pas complètement rempli.
- Si ça ne rentre pas, mieux vaut revoir votre matériel à la baisse!

En ce qui concerne les prix, c'est très variable (80-450€) en fonction des marques et des gadgets associés. Pour notre part, il était hors de question de mettre plus de 300€ pour un sac de grande marque alors que des sac à dos comme les Quechua (que beaucoup de voyageurs utilisent et que nous utilisons aussi) remplissent tous les critères sus-mentionnés.

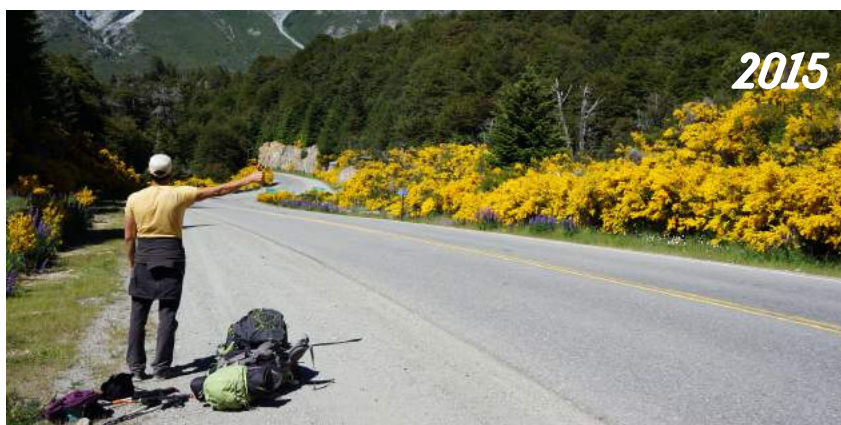
Nous avons aussi investi dans une housse de sac à dos pour le protéger dans les transports (on vous en dit davantage plus bas).

## 6.1.4 Retour d'expérience - 2020

### Nos sacs à dos Décathlon

Benoit est parti avec un modèle 70l+10 et moi avec un 60l. On l'avoue c'est le prix qui nous avait décidé, et on se demandait un peu comment ça allait se passer sur les routes... Alors premier constat : On est toujours aussi ravis de nos sacs !

Pour rappel, nous avons acheté nos sacs en 2013, juste avant notre départ en tour du monde! Au moment où j'écris ces ligne (avril 2020) nous avons toujours LES MEMES SACS! Nous nous y sommes furieusement attachés et ils nous ont suivi sur absolument tous nos voyages depuis 2013.



### Les points forts des sacs Decathlon :

- Le prix bien évidemment ! Imbattable selon nous au niveau du rapport qualité-prix !
- La résistance des zips et fermetures
- La résistance du tissu (pas de trou ou de déchirure à déclarer...)
- Le confort du sac une fois sur le dos est vraiment très bon. Nous avons fait des treks allant jusqu'à 3 semaines avec ces sacs.



### Les points négatifs des sacs Décathlon :

- Il manque de sangles sur les côtés pour bien équilibrer le poids du sac plein. On a donc eu recours à 2 petites sangles supplémentaires pour fixer des objets à l'extérieur et pour correctement serrer le sac.
- La version fille du sac est trop grande au niveau du tour de taille... Bête erreur de ma part, j'ai essayé le sac chez Decathlon en portant une veste (grave erreur...) Résultat des courses le sac s'ajuste parfaitement quand je suis en veste, par contre en T-Shirt c'est une autre histoire. J'ai beau avant réglé les sangles ventrales au minimum, le tour de taille est simplement trop grand ! Pourtant je suis loin d'être maigrichonne, donc à ce niveau là je trouve que Décath n'a pas assuré : impossible de bien serrer le sac au niveau des hanches pour moi quand il fait chaud et que je suis en T-Shirt, du coup tout le poids se retrouve sur mes épaules... Pas top ! *Mise à jour 2020: j'ai clairement pris un peu de poids depuis 2013... ce problème n'existe plus (malheureusement j'ai envie de vous dire)*
- Pour le sac de Benoit : le serrage des bretelles est un peu limite... Même serrées au maximum, cela ne suffit pas (pourtant il a quand-même des bons bras mon homme... ben quoi ??? J'suis pas objective ? Peut-être...) ;)

*Morale de l'histoire : Essayez bien le sac en magasin avec et SANS veste ! Chargez le et testez de régler toutes les sangles avec le sac pesant plus de 10 kilos (la plupart des magasins mettent des sacs de sable à disposition pour essayer les sacs « remplis »).*

## Nos housses de sac à dos

Alors là c'est sans hésitation qu'on vous dit que c'est l'un de nos meilleurs achats ! Elles nous ont beaucoup servies, que ce soit lors des transports en avion, mais aussi des nombreux transports en bus !

Pour nous l'avantage principale c'est qu'on peut glisser notre backpack en entier dedans, puis fermer le tout avec un simple petit cadenas : et hop le sac est protégé des regards indiscrets ! Ça dissuade un peu la tentation pour les voleurs de simplement ouvrir le sac pour voir le contenu ! Bien évidemment la housse pourrait très bien s'ouvrir avec un simple coup de couteau, mais on pense qu'elle dissuade la curiosité...

Et mine de rien on s'en est aussi également beaucoup servi lorsque nous partions en trek avec nos gros sacs à dos. On mettait simplement toutes nos affaires dont nous n'avions pas besoin pour le trek en vrac dans les housses, on mettait le cadenas, puis nous déposions les housses dans le local à bagages de notre guesthouse !

*Aujourd'hui, en 2020, nous avons toujours ces mêmes housses et nous les prenons systématiquement avec nous. Cela protège le sac pendant les transports et évite aussi de se faire abimer les bretelles ou sangles (ainsi que de tâcher davantage le sac).*

**Voir les housses sur Decathlon**



## 6.2 CONTENU DU SAC À DOS

Pas évident de prévoir les vêtements quand on sait qu'on aura affaire à des climats très variés. Le mieux si vous partez pour un voyage au long cours c'est de prévoir une garde-robe qui ira « pour la majorité des cas ».

*Vous prévoyez de commencer par 8 mois dans les pays tropicaux avant de vous rendre en Sibérie pour 2 semaines ?* Franchement, évitez de prendre tous vos habits chauds... De un vos plans peuvent changer et de deux, il existe de nombreuses possibilités de se faire envoyer des affaires (Poste restante par exemple), ou au pire vous pourrez même vous acheter une bonne veste sur place...

Idem dans l'autre sens: Pensez à renvoyer toutes les choses dont vous n'aurez plus besoin !

*Vous commencez par 3 mois en camping à travers l'Europe?* Une fois en Asie vous risquez de trouver des hébergements tellement bon marché que votre matériel de camping risque bien de ne plus vous servir à grand chose hormis à sur-charger un peu votre dos... Alors vendez, donnez, ou renvoyez un colis à vos proches !

### 6.2.1 Notre garde-robe

Dans cette liste on vous met tout ce que nous avons initialement emporté, ainsi qu'en italique nos remarques après 19 mois de tour du monde et près de 4 ans sur les routes.

- **Une veste chaude de type softshell**

*On était ravi de ce choix, même depuis quelques années on a décidé de changer et voyageons maintenant avec une doudoune chaude ultra-compacte. Nous avons ce modèle (en version homme et femme) et on ne les quitte tout simplement plus.*



- **Une polaire pas trop épaisse qui passe sous la soft-shell / doudoune.**

*Très contents! Même si maintenant on aurait plutôt tendance à avoir un pull de type hoodie qui est plus passe-partout qu'une polaire.*

- **Une veste légère et imperméable type gore-tex (ou autre matière moins chère) suffisamment large pour pouvoir l'enfiler sur les autres couches.**

*Vraiment un indispensable! Nous avons celles de chez Decath depuis des années et on ne les quitte plus. Ça protège de la pluie, du vent, ça rajoute un peu de chaleur en combiné avec la doudoune, bref le top!*

*Celle à Fabienne et celle à Benoit*



- **Un pantalon de trekking léger (qui ressemble le moins possible à un pantalon de trekking ;-)) pour les longues balades et les treks**

*C'est devenu un grand classique de notre garde-robe. Nous en avons chacun 2 paires maintenant (mais nous faisons aussi clairement plus de rando qu'en tour du monde).*

- **Les vêtements standards: 1 pull léger/hoodie, 4 T-shirts (2 synthétiques, 2 en coton), 2 Shorts, 1 shirt manches longues ou chemise (pratique car on peut redescendre les manches en soirée pour se protéger des bestioles ;-)), 1 maillot de bain.**

- **Tenue de sortie: un polo pour Benoit, un robe pour Fabienne**

*C'est marrant mais c'est un truc qu'on a avec nous depuis le tour du monde. 1 tenue un peu plus "normale" et un peu moins rando pour les soirées resto, les grandes villes ou une soirée improvisée.*

- **Un leggings (pour moi Fabienne)**

*J'avoue que je n'en avais jamais porté avant le voyage mais maintenant c'est devenu une base dans mon backpack. Le leggings permet de rajouter une couche s'il fait froid, ça fait pyjama en dortoir ou dans un bus de nuit, et avouons-le, c'est super confortable aussi! ;)*

- **Les sous-vêtements: 4-5 Culottes – soutien-gorge – boxers, 4 paires de chaussettes courtes, 2 paires de chaussettes randos.**

- **1 paire de baskets trekking, des tongs**

*Maintenant, les chaussures que nous prenons dépendent du trip, mais pour un tour du monde je pense que les chaussures de type trail sont les plus polyvalentes. Avec Benoit nous sommes des grands fans des Salomon XA Pro GTX. Nous en avons déjà usé de nombreuses paires et on continue de les acheter. Voir les Salomon XA Pro GTX*

## 6.2.2 Matériel de voyage

- **2 Cadenas à code**

*Très utiles ! Par contre ceux de Decath sont plein de suspens... l'un des miens ne veut plus s'ouvrir... Et il est facile de craquer ces cadenas car au moment d'atteindre le bon chiffre dans la combinaison il y a un « click » clair et précis... J'ai réussi à craquer mon propre cadenas qui avait fait un changement de code au fond de mon sac...*



- **1 “sac à viande” ou sac de soie pour protéger le sac de couchage et augmenter un poil la thermicité. Il est aussi possible de dormir seulement avec le sac de soie dans les contrées chaudes, ou lorsque les draps sont un peu douteux (c'est du vécu!).**

*Utile pour plein de raisons, mais finalement on s'en est extrêmement peu servi... On aurait pu le laisser à la maison je pense... Disons que si vous voyagez sans sac de couchage cela est utile, si vous avez un sac de couchage cela fait un peu doublon... Depuis notre tour du monde nous ne les avons plus emporté avec nous.*

- **1 carnet de route et 1 stylo**

*Je m'en sers souvent pour des petites notes, des dessins mais également noter notre budget au quotidien (je transfère ensuite sur excel pour les stats)*



- **1 grande serviette microfibre qui prend peu de place et qui sèche rapidement .**

*Soyons honnête ces serviettes ne sèchent pas vraiment... Mais le rapport taille-poids est tellement bon qu'on en a toujours une avec nous. Même si on est content quand les hôtels ou auberges proposent des serviettes. :)*

- **1 kit pour dormir (coussin de nuque, boules quies et "loup" pour les yeux)**

*Impossible pour Benoit de dormir dans un bus sans tout son attirail... Pour moi tout est rapidement passé à la poubelle, je ne m'en servais jamais !*



- **2 poches permettant de vider l'air sans aspirateur.**

*Pfiouuu... probablement notre truc le plus vite jeté en tour du monde. Rapidement percées, elles ne nous ont rapidement servies à rien. Depuis on a des simple pochettes de rangement pour le sacs qui font parfaitement l'affaire. Voir ces pochettes*

- **1 (pour les deux) super couteau suisse qui sert à tout**

*En bons suisses on n'osera jamais critiquer notre fierté nationale... On aime et on adore ! :)*



- **1 sangle pour par exemple attacher le sac sur une moto ou éviter que toute la charge soit sur les fermetures éclair.**

*On s'en sert pour fixer les sacs de couchage à l'extérieur du sac, super pratique !*

- **1 ceinture cache billet pour Benoît et 1 poche secrète pour Fabienne.**

*Très utile, même si la ceinture cache-billet oblige a plier les billets en 6, et souvent les agents de change n'aiment pas trop ça... Bref la pochette ventrale c'est mieux !*

- **1 lampe frontale**

*Très utile, et les piles sont increvables... Top !*



- **Mini Kit de couture**

*J'aurais pas pensé mais on s'en sert pas mal (en fait rectification, JE m'en sers pas mal... quand Benoit à quelque chose à recoudre il me fait ses yeux de pandas).*

- **Une petite bouteille de lessive pour laver à la main de temps à autre**

*Honte à nous.. mais nous n'avons fait la lessive qu'une fois à la main... c'était la première semaine ! Depuis notre linge on le donne à laver... pas cher, et ça revient en sentant bon (pour de vrai).*

### 6.2.3 Matériel de trekking

Ahhhh la grande question!! Ca c'est probablement la question que nous recevons le plus régulièrement quand il s'agit de matos: faut-il prendre une tente et un sac de couchage en tour du monde?

Malheureusement il n'y a pas de réponse toute trouvée à cette question, mais avec le recul on peut quand même vous donner quelques conseils.

A l'époque où nous sommes partis en 2013 nous n'avions aucune idée de ce qui nous attendait et clairement notre équipement n'était pas idéal. Nous sommes partis sans tente mais avec des sacs de couchage avec une température de confort de 15°C. Au final on aura acheté une tente en route ainsi que des nouveaux sacs de couchage plus chauds. N'ayant pas un budget infini une fois partis et surtout confrontés à un choix restreint, notre matos se sera avéré peser une tonne. Au fil des ans notre matos a bien changé et depuis 3 ans maintenant nous avons vraiment trouvé une combinaison qui nous plait.

Si nous repartions en tour du monde demain voici ce que nous aurions dans nos sacs:

- Une tente ultra-light 3 places. Nous avons celle-ci, mais ici l'important c'est surtout d'avoir une tente légère et une place de plus que le nombre de personnes (pour avoir la place de mettre les sacs à l'intérieur)



- 2 sacs de couchage avec une température de confort adaptée aux climats que vous allez rencontrer. Si vous prévoyez l'Amérique du sud avec des treks en altitude ou la Patagonie ou vous recommande d'avoir au minimum une température de confort de 0°C. Voir nos sacs de couchage
- 2 matelas de sols bien isolants. Cela fait une grande différence d'avoir un matelas avec une bonne R-Value. Nous avons les Thermarest Traillite et en sommes très contents
- 2 paires de bâtons de rando (indispensables selon nous si on marche avec une lourde charge en trek)
- Un réchaud MSR Whisperlite International - réchaud à essence. Ultra pratique d'avoir l'essence au lieu du gaz car cela se recharge partout!
- Du petit matos de cuisine comme une popote, 2 fourchettes et éventuellement un thermos.
- Une bouteille filtrante Lifestraw pour boire l'eau partout sans se poser de questions.

Vous voulez plus de détails sur notre matos de rando? Alors on vous donne rendez-vous sur le blog:

**Notre matos pour la Via Alpina**

**Notre matos pour la voie lycienne**

Avec tout ça je ne vous ai même pas dit si oui ou non il fallait emporter tout ça ;) Tout cumulé, ce matos représente pas loin de 7-8kg (à répartir entre nous deux) et clairement savoir si on le prend ou non se réfléchit!

*Prévoyez-vous de faire plusieurs treks avec bivouac?*

*Aimez-vous camper si cela vous permet d'économiser un peu sur les logements dans les pays chers (je pense notamment à la Patagonie)?*

*Vous avez l'habitude d'organiser des treks en indépendant ou c'est quelque chose qui ne vous effraie pas?*

Oui? Alors prenez votre matos! Vous serez clairement plus à l'aise dans vos propres trucs et surtout les avoir avec vous vous poussera sûrement à vous lancer davantage dans des randos que si vous devez louer à chaque fois!

Par contre si la marche ce n'est pas spécialement votre dada mais que vous prévoyez de vous lancer 2-3 défis pendant votre tour du monde avec par exemple une ascension de volcan en Indonésie et un petit trek au Pérou, là je vous conseillerais plutôt de vous économiser ce poids en plus et de faire ces 2-3 excursions avec des agences qui vous prêteront le matos.

## 6.2.4 La trousse de toilette

Je ne vais pas vous faire un dessin de ce que dois contenir une trousse de toilette, mais la base serait un savon et un shampoing solide, un déodorant, dentifrice, brosse à dent, brosse à cheveux, une pince à épiler.... Voilà ! C'est tout !

Et non, mesdemoiselles, ne pleurez pas, c'est suffisant ou presque....

PS: truc de voyageurs: Les troussees qui s'accrochent ne sont pas les plus belles, mais croyez-moi elles sont vraiment de loin les plus pratiques! Voir un exemple



## 6.2.5 les trucs de fille

Quoi? On peut être une fille une vraie de vraie même si notre garde-robe tient dans un sac 50L ?

Oui oui je vous jure que c'est possible! Bon ok, ça demande un peu de structure! Mais la clé c'est de prendre uniquement des habits «basiques» qui vont TOUS ensemble! Donc on ne prend pas ce petit haut trop mimi qui va uniquement avec ce short... Non, chaque haut doit pouvoir aller avec chaque bas !

Et un conseil, prenez des habits pas dommages, vous aurez une occasion supplémentaire de craquer pour un peu de shopping et remplacer vos habits au fil du voyage !

Bon et sinon c'est quoi mes trucs girlyes que j'ai pris ?

- **2 vernis à ongle et des lingettes imbibées de dissolvant**

*Mouais... j'ai du mettre du vernis 3 fois en 19 mois...*

- **Une petite palette de fard à paupière, un crayon noir et un petit mascara**

*J'avoue ne pas m'en être servi tous les jours, mais ça a fait du bien de temps en temps*

- **Anti-cerne**

*Anti-quoi ??? Pffff... jamais servi !*

- **Quelques barrettes et élastiques pour les cheveux.**

## Les laissés pour compte et le bilan après 19 mois de vadrouille:

### Les chaussures...

Je suis partie uniquement avec des chaussures de trail et des tongs. J'ai longuement hésité entre prendre des petites ballerines ou des baskets légères. N'arrivant pas à me décider je n'ai pris ni l'un ni l'autre. Et bien finalement maintenant je voyage avec 4 paires... :) Mais ces achats se sont fait en route, et je ne regrette pas !



### Le fer à lisser :

oui oui je l'ai sérieusement envisagé, j'en avais même acheté un miniature...;) Bilan: Pas de regrets de l'avoir laissé! Je ne m'en suis d'ailleurs plus jamais servie depuis notre voyage et tant le grand que le mini ont été donné.



### L'épilateur :

fortement décidée à le prendre, mes lectures d'avant voyage ont fini par me décider de le laisser... On me disait qu'on trouve des instituts partout et que le rasoir fait l'affaire. Pas franchement convaincue j'y suis quand même allée... Ouais ben j'ai regretté les amies ! Heureusement ma meilleure amie m'en a amené un lorsqu'elle nous a rendu visite au Vietnam, car en Asie ces petites bêtes sont impossibles à trouver... Depuis l'épilateur est toujours dans mon sac (sauf en trek bien évidemment)

### Les bijoux :

c'est vite vu je n'ai rien pris ! Et j'en suis ravie ! Ca me permet de faire des petites emplettes sur les marchés et de varier mes bijoux sans me ruiner. La plupart des trucs sont des babioles, mais du coup pas de scrupule à les laisser quand on trouve un petit remplaçant ! ;)

## 6.2.6 Le matériel informatique

Sur ce point là nous ne rentrons probablement pas dans la moyenne des voyageurs. Déjà à l'époque de notre tour du monde nous étions partis "très équipé" et depuis que nous travaillons en voyageant les choses ne se sont clairement pas améliorées à ce niveau-là. :)

Voici la liste du matériel que nous avons pour ainsi dire toujours avec nous:

- 2 ordinateurs portables. Benoit a toujours eu des Lenovo Thinkpad Carbon, tandis que moi je suis une adepte du MacBook Pro (note: en tour du monde j'avais un MacBook Air mais il a été remplacé par un Pro depuis)



- 1 appareil photo. Pendant le tour du monde nous avions un hybride Sony Nex 5N. En 2015 nous avons changé pour un plein format et nous avons maintenant un Sony a7ii ainsi qu'une gamme d'objectifs.

### Voir notre matériel Photo actuel

- Un espace de stockage. Pendant le tour du monde nous avions un petit disque dur externe de 700GB. Maintenant nous voyageons avec 2 disques durs de 4TB chacun.
- 2 smartphone. Là-dessus nous ne sommes pas très pointilleux... Nos photos on les fait principalement avec nos appareils. On a eu des iPhone et des téléphones Android. Maintenant on prend des trucs pas trop chers car ça nous suffit largement (actuellement nous avons 2 Huawei à moins de 200€ pièce)
- 1 caméra. Nous ne sommes pas très vidéo mais on aime bien ramener quelques images de temps en temps. En tour du monde on avait une copie bas de gamme d'une goPro et par la suite une vraie GoPro. Depuis 1 an environ nous avons un Osmo Pocket dont nous sommes très satisfaits.
- 1 adaptateur universel
- 1 multiprise Suisse. Cela nous permet de tout charger en même temps et de n'avoir besoin que d'un adaptateur.
- Pour travailler nous avons maintenant également un rehausseur d'ordi, un clavier externe et une souris.

### Plus d'infos sur notre matériel

## 6.2.7 Trucs et astuces pour gagner de la place dans son sac

Quand on voyage sac au dos, un des points crucial est de voyager léger. Car votre sac sera votre compagnon au quotidien, et le vous allez forcément le trimballer souvent que ce soit pour prendre les transports, chercher un hôtel, ou tout simplement quand vous serez contraint d'attendre dans une ville ou un aéroport!

Après je ne vous le cache pas, je ne suis pas une adepte de partir uniquement avec 2 T-shirts, 2 strings et un short et voir ce qui viendra... J'aime garder un certain confort, et emporter un minimum de choses. Mais sachez qu'il existe quelques astuces toutes bêtes qui vous feront gagner une place certaine ainsi que quelques grammes autre que le fameux conseil :

«Prenez que ce dont vous avez besoin»

(Conseil qui cela dit en passant je trouve assez ridicule, mais tellement vrai...)

- Pensez à retirer tous les emballages de vos médicaments et produits. Si vous n'êtes pas certain de vous rappeler la posologie, notez la simplement au marqueur indélébile sur la plaquette de médicaments ou sur un petit post-it.
- Rangez vos habits dans des sacoches. De une cela permettra de maintenir un certain ordre dans vos affaires, mais de plus ils resteront au sec! Et en comprimant vous pouvez faire sortir l'air. Quechua en propose des très bien qui sont vendues en set avec des pochettes de différentes tailles...
- L'alternative aux sacoches c'est de rouler ses habits plutôt que de les plier. Cela économise pas mal de place!
- Rangez toujours les gros éléments en premier dans votre sac (tente, sac de couchage, brûleur, chaussures) puis comblez les trous avec des chaussettes, foulards, sous-vêtements
- Portez toujours vos chaussures de rando/trail sur vous quand vous vous déplacez avec le sac. Ca économise de l'espace et vos genoux seront soulagés... Porter un sac de plus de 10kg avec des claquettes n'est que rarement une bonne idée (ou alors que sur des petites distances)
- Préférez les shampoings et savons solides. Ca prend moins de place, ça ne coule pas et cela se garde bien plus longtemps. J'étais sceptique au début, mais mon shampoing Lush est devenu mon allié N°1!

- Emportez une sangle: elle vous permettra d'accrocher des choses SUR votre sac si vous avez un peu trop craqué niveau shopping en cours en de route.. :)
- Nous ne l'avons pas fait, mais une amie me l'avais conseillé : Faites raccourcir vos câbles de matériel électronique ! Un chargeur pour le portable, l'appareil photo, l'ordinateur, l'ipod, et j'en passe ça représente une sacrée jungle de câble dans votre sac et ça pèse lourd. Un câble de 30 cm suffit, pas besoin d'avoir 1m pour chaque gadget!
- Vous voyagez à plusieurs ou en couple? Prenez qu'un seul adaptateur universel et emportez une multi-prise. Cela vous permettra de charger tout votre matériel en une fois, et limitera la place prise dans le sac.  
Et assurez-vous de ne pas avoir de doublons. Une pince à épiler, un coupe-ongle, un kit de couture, une trousse de secours, un couteau suisse, etc... sont largement suffisants.

## Vous hésitez à prendre quelque chose que beaucoup vous déconseillent?

Par exemple on m'a mille fois répété de ne pas prendre de jean: c'est lourd, ça ne sèche pas bien, et bla et bla et bla...

Oui sauf que moi je voulais prendre un jean parce que j'aime ça! Alors j'ai simplement pris un jean pas dommage et j'étais prête à m'en séparer "au cas où".

Spoil 2020: Je voyage toujours avec un jean et je ne le regrette toujours pas! #FilleAJeans



**Alors ne vous basez pas uniquement sur ce que vous lisez, tenez compte de vos envies en essayant de faire preuve de raison!**



# 7.

## Les risques en voyage

## 7.1 LES MALADIES ET LES ACCIDENTS

Première cause d'interruption de voyage, les maladies ou les accidents font malheureusement partie des risques du voyage... Mais vous voulez une bonne nouvelle ? Rester chez vous ne vous protégera en rien ! :)

Les risques de maladies et accidents ne sont pas franchement liés à l'endroit où vous êtes, mais plus aux mesures de sécurité que vous prenez, à votre hygiène de vie, et soyons honnête parfois aussi à la chance !



Le meilleur moyen de les prévenir est encore de prendre des mesures préventives tels que les vaccins pour les maladies typiques du voyageurs, mais aussi de savoir écouter son corps en voyage ! Car ne nous leurrions pas, voyager n'est pas toujours de tout repos, et parfois on a tendance à vouloir trop en faire, trop voir ! Sachez aussi vous reposer, accordez vous des journées de pause, des grasse-mat si vous en ressentez le besoin et bien évidemment évitez de vous mettre inutilement dans des situations à risque !

Et en cas de pépin, dites vous bien qu'avec une bonne assurance voyage vous êtes couverts, et que dans la majorité des cas vous pourrez poursuivre votre voyage une fois rétabli !

## 7.2 LES ACCIDENTS DE LA ROUTE

Malheureusement une réalité en voyage ; les accidents de la route sont fréquents (tout comme chez nous d'ailleurs), mais en voyage le risque est selon nous même un peu plus grand... Une circulation d'enfer en Asie, des conducteurs un peu bargeots, des règles de circulation presque inexistantes parfois, des routes en piteux état (souvenir laossien et bolivien en tête de classement), et bien souvent des voitures ou bus qui ne sont pas franchement aux dernières normes en termes de sécurité !

Comment prévenir les risques d'accidents ?

Bien souvent ce ne sera pas vous au volant, du coup il faut savoir faire confiance, mais il y a tout de même quelques règles à respecter !

## En Scooter

Surtout présente en Asie, la location de scooter est très courante pour les touristes... Alors certes c'est un excellent moyen de découvrir une région de manière indépendante et avec une incroyable sensation de liberté, mais veuillez bien à respecter quelques règles de base :

- Portez toujours votre casque ! Oui oui, je sonne comme votre mère, mais c'est vrai ! Les loueurs ont tendance à ne pas vous donner de casques en Asie, alors exigez-le et portez le ! C'est certes moins glamour, et oui il fait chaud en Thaïlande, mais votre petite tête mérite vraiment d'être protégée !
- Vérifiez toujours l'état du scooter qu'on vous prête ! Testez les freins... on a rencontré quelques voyageurs qui ont eu la surprise de ne plus avoir de freins sur le scooter de location, frayeur assurée !
- Vous ne savez pas conduire ? Alors abstenez vous ! Combien de personnes n'ont jamais conduit un 2 roues en Europe sur nos routes nickel avec des règles de circulation définies, et qui une fois en Asie se sentent pousser des ailes ? Vous croyez franchement qu'une route en terre, avec des animaux qui déboulent, une circulation d'enfer et aucune règle de priorités sont les clés d'un apprentissage réussi du deux-roue ? Hmmm... j'en doute !
- Habillez-vous ! Oui il fait chaud, et c'est sacrément cool de rouler en bikini, cheveux aux vents et en claquettes... mais pensez bien qu'en cas d'accident cela ne vous laisse presque aucune chance ! On a rencontré des voyageurs avec de sacrées cicatrices sur tout le corps, pour une simple chute à 15km/h ! Bref un jean et une veste sont vraiment recommandés !
- Ne roulez pas si vous avez bu ! Ca paraît bête, mais combien de personnes roulent complètement ivres dans les villages touristiques... Un bucket ne mojito ne vous rend pas invincible, et non, le red bull ne donne pas des ailes !
- Adaptez votre conduite à la conduite locale, n'essayez pas de rouler « comme chez vous ». Un conseil ? La règle numéro un sur les routes asiatiques c'est « la priorité va au plus gros ! » Bref à scooter vous êtes le dernier élément de la chaîne, et ne vous attendez surtout pas à ce qu'un bus vous laisse la priorité !



## En voiture

Louer une voiture est un bon moyen de découvrir une région, nous l'avons d'ailleurs fait dans le nord de l'Argentine... Mais pensez ici aussi à respecter quelques règles !

- Bien évidemment l'alcool est à proscrire, ne serait-ce que pour des raisons d'assurances. Si un pays a une limite à 0 (comme l'Argentine), même une simple bière pourra avoir de graves conséquences ! Pas que vous ne soyez pas capable de conduire après une bière, mais si quoi que ce soit devait se passer, l'assurance ne paiera rien car en Argentine c'est 0.00 de tolérance ! Bref renseignez vous sur les règles du pays !
- Attachez votre ceinture ! C'est bête je sais, mais c'est pas parce que c'est les vacances que vous ne passerez pas à travers les pare-brise en cas de choc !
- Adaptez votre conduite ! Par exemple en Argentine les limitations de vitesse sont une notion assez floue... Y a certes de panneaux, mais personnes ne les respectent. Trouvez un juste milieu !
- Informez-vous sur les règles de circulation... Par exemple la priorité de gauche dans les rond-points ne semble pas exister en Argentine. C'est la notion de « route principale » qui l'emporte... Bref c'est celui qui est sur la route la « plus importante » qui gagne... Parfois c'est évident, parfois c'est plus tendu !

## En bus

En Asie comme Amérique du sud vous risquez bien de faire de nombreux kilomètres en bus, que ce soit de jour comme de nuit...

Dans ces cas là, pas grand chose à faire hormis faire confiance au chauffeur... Même si attacher votre ceinture (s'il y en a une, ce qui en soit est assez rare) peut s'avérer être un bon conseil !

Après, si vous n'êtes vraiment pas à l'aise dans un bus, n'hésitez pas descendre. Vous perdrez un peu de temps, mais sincèrement le jeu n'en vaut pas la chandelle... et du temps vous en avez!



## 7.3 LES SOUCIS INTESTINAUX

Hehe la fameuse tourista ! Alors celle là on ne s'y attendait pas, du moins pas comme ça... On avait, avant le départ plus d'appréhension sur l'Asie, mais au final ça aura été l'Amérique du sud qui aura gagné par KO face à nos estomacs !

Rien de bien grave en soi, juste quelques journées (ou un trajet en bus de 23h pour Benoit) pas franchement folichons...

### Quelques conseils pour éviter de (trop) tomber malade :

- Méfiez-vous vraiment de l'eau ! Buvez uniquement de l'eau en bouteille ou de l'eau purifiée grâce à un filtre/ des pastilles ou bouillie ! Certains pays comme le Chili et l'Argentine font exception, car l'eau du robinet y est potable, mais pour les autres pays ne prenez pas de risque ! Par contre pas la peine de rentrer dans la parano, nous nous sommes toujours brossé les dents à l'eau du robinet et n'avons pas eu de problèmes avec ça...
- Ne croyez pas qu'un restaurant plus cher sera forcément mieux ! L'exemple s'applique surtout à la Chine ! De nombreux voyageurs optent uniquement pour des restaurants « touristiques » car ils ont peur de tomber malade... Et devinez quoi ? Bingo ils tombent malade presque à coup sur ! Et nous, ben avec nos petits boui-boui parfois bien douteux : RIEN !

La raison ? Pensez débit de nourriture ! Un restaurant qui sert uniquement quelques plats par jour à des touristes a un débit bien plus faible que la petite mamie qui sert 300 plats à la journée dans la rue ; la petite mamie vend tellement, qu'elle s'approvisionne quotidiennement !

Règle d'or selon nous :

*« Mangez là où les locaux vont, et si possible là où il y a du monde ! Et évitez de commander les trucs trop spéciaux... Nous étions bien plus en confiance en commandant des nouilles au poulet et légume qu'une pizza hawai... »*



- Ne rentrez pas dans la parano ! Plus vous penserez tomber malade, plus il y a de chance que cela vous arrive ! Nous avons mangé des centaines de fruits (bien souvent sans les laver ni les peler), nous avons goûté des milliers de spécialités (certaines meilleures que d'autres) et pas d'ombre au tableau !
- Les seuls repas qui nous ont vraiment rendus malades étaient à chaque fois des repas où « on n'avait pas pensé ». Un végétarien super bien noté dans les guides à La Paz a d'ailleurs presque eu notre peau... pfiou... et pourtant c'était délicieux !



## 7.4 LES PICKPOCKETS

Yep, ça arrive... Tout comme en Europe d'ailleurs ! Pour nous, nous avons été victime 2 fois de pickpockets dans notre vie... Une fois à Vienne en Autriche, et une fois à Barcelone...

Bref, même pas en tour du monde ni en voyage depuis !

Bien souvent il n'y a pas grand chose à faire, vous ne vous en rendez d'ailleurs souvent même pas compte... Mais il y a tout de même quelques règles qui peuvent compliquer un peu la tâche aux pickpockets !



- Messieurs, ne mettez jamais votre porte-feuille dans la poche arrière de votre pantalon, à moins que cette dernière puisse se fermer avec un bouton (encore que..)
- Ne laissez pas traîner votre portable ou porte-feuille sur la table d'un bar ou restaurant.
- Évitez d'afficher vos valeurs, et de donner une impression de posséder 3 fois plus d'argent que le PIB national du pays vous aidera à ne pas attirer l'attention
- Gardez de l'argent de secours dans un lieu sûr, à l'abri des mains baladeuses des pickpockets. Pochette ventrale, dans le soutien gorges pour ces demoiselles, dans les chaussettes, peu importe, mais évitez d'avoir des grosses sommes à portée de main.
- Mesdemoiselles, gardez votre sac à main sur les genoux dans les bars... Jamais accroché à une chaise, et encore moins posé par terre ! Les sacs en bandouillère sont très pratique à ce niveau-là.

## 7.5 LES ANIMAUX ET LES INSECTES

liiihhhh les petites bêtes... Une phobie pour beaucoup de personnes, et soyons honnête je ne suis pas franchement une référence en la matière, surtout quand ces bestioles ont 8 pattes ! Avant le voyage je me demandais un peu comment ça allait se passer et surtout comment j'allais réagir quand j'aurai mon premier cafard face à moi... Oui ben j'ai rapidement pu me mettre dans le bain, car lors de notre première semaine de voyage un cafard m'est tombé dessus sous la douche en Chine... En levant la tête j'ai vu qu'il y en avait des dizaines au plafond de cette douche bien glauque d'auberge ! liiihhhh cris, stridents, panique, je suis sortie illico de la douche... Oui oui, la fille toute nue dans un couloir d'hôtel en Chine en train de crier c'étais moi !:D Maintenant j'en ri, car oui le voyage forge le caractère et croyez moi ou pas, on s'habitue à tout !

Pour notre part on a croisé bien plus d'insectes et araignées en Asie, et au fil du temps on s'habitue... Alors non, je ne suis pas encore une passionnée d'araignées qui les cajole, mais disons que maintenant je suis plus zen !

Les types d'animaux et leur dangers et comment prévenir les risques :

### Les moustiques :

Problème numéro 1 des voyageurs... les moustiques sont comme le touriste, il aime bien le chaud, et sont présents en fin de journée sur les terrasses, bars, mais pas seulement. Pour prévenir les piqûres il existe de nombreuses tactiques, on les a d'ailleurs un peu toutes testées : crèmes, gels, spray, patchs, huiles essentielles, prises anti-moustique, encens... Mouais alors premier constat : ça marche certes un peu, mais pas à 100%. Ne vous leurrer pas, vous vous ferez probablement piquer ! ;) La bonne nouvelle c'est que les maladies transmises par les moustiques existent certes, et il vaut mieux essayer d'éviter de se faire piquer, mais pas la peine de faire une fixette non plus... Les chances d'attraper le palu ou autre sont somme tout assez mince ! Mais la meilleure technique reste encore de penser à se couvrir dans les zones à risque. Un pantalon en lin, une chemise à manche longue seront vos meilleurs alliés, bien plus que tout ce qu'on pourra essayer de vous vendre dans le commerce !



Salut! Moi c'est  
Monique et je kiffe  
les moustiques



## Les araignées

Beurk... pour moi c'est probablement les créatures les plus ignobles... Quoique... avec le voyage j'ai aussi appris à les tolérer, car hehe elles se nourrissent de moustiques ! Bref, toujours pas fan, surtout si elles sont grosses et velues, mais honnêtement vous n'en croiserez probablement pas tant que ça, et la majorité des espèces sont inoffensives pour l'homme !

## Autre petites bêtes rampantes et joyeusetés à 6 pattes (ou plus)

Souvent inoffensifs, les cafards, mille-pattes et autres font partie du tableau. Pas très ragoûtants ils sont en général pas bien dangereux... bref vous allez apprendre à vivre avec ! Évitez de les toucher, et si la bête vous paraît dangereuse (scorpion par exemple) n'hésitez pas à demander un coup de main à un local... Ça les fera généralement bien marrer de voir le petit européen avoir peur d'une si petite bête, mais ils vous aideront sûrement à vous en débarrasser... Expérience faite en Amazonie.

## Les serpents

J'avoue ils me font peur... Mais en 19 mois de voyage on en a vu très exactement 4 ! et 3 fois c'était dans la jungle avec un guide qui nous l'a montré ! (la 4eme c'était en randonnée en solo, et là j'avoue il m'a bien fait peur... Donc oui il y en a, mais croyez moi ils vous sentent arriver de loin, et en général ils préféreront amplement aller se planquer plutôt que de se retrouver face à vous ! D'ailleurs celui qu'on a croisé en rando a vite foutu le camps quand il nous a vu !

PS: J'en ai officiellement croisé plus en randonnée en Suisse et en France qu'en voyage.

## Les autres animaux sauvages

Eléphants, hippopotame, lynx, lion, etc... Oui ils existent et peuvent être dangereux, mais si on est honnête l'homme passe bien plus de temps à les chercher pour les prendre en photo que ce que ces pauvres bêtes passent de temps à « chasser » l'humain. Bref, foutez leur la paix, et tout ira bien !

Oh et si un éléphant vous charge, grimper sur un arbre, ou tourner autour d'un arbre, ça devrait le dissuader... N'essayez pas de courir, car malgré leur air penauds les éléphants courent bien plus vite que vous !



## Les chiens errants

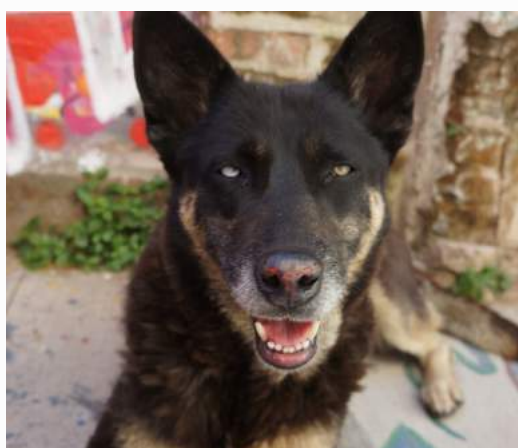
Un problème dans certaines régions, surtout si vous faites de la randonnée... Mais de notre expérience les chiens errants sont quand même sacrément indifférents à votre présence, et bien souvent il viendront simplement vous trouver en remuant la queue dans l'espoir d'avoir un petit quelque chose à manger ou une caresse !

D'ailleurs en Amérique du sud il n'est pas rare qu'ils vous suivent toute une journée en randonnée, mais rares sont ceux qui vous veulent du mal.

Les chiens les plus dangereux selon nous sont ceux qui sont dans la nature, et qui sont plus ou moins domestiqués. Comprenez par là qu'ils sont vaguement nourris par une personne et que « en échange » ils gardent les terres de leur propriétaire.

Alors ceux là il faut s'en méfier, on a d'ailleurs eu quelques belles frayeurs en randonnée en Chine avec les chiens qui gardaient les troupeaux de yak... Notre conseil, gardez vos distances avec les habitations, restez calmes et dans le doute garder un ou deux cailloux dans la main pour vous défendre au cas où ils se rapprochent dangereusement.

Mais dans l'ensemble les chiens errants ça donne plutôt ça :



## 7.6 AGRESSIONS OU VOLS VIOLENTS

Très médiatisé, ce type d'agressions existe partout, mais il est vrai qu'elles sont plus courantes en Amérique du sud qu'en Asie... question de culture peut-être, mais en Asie ils sont plus dans l'arnaque que dans la violence physique. Alors même si c'est une réalité il ne faut pas croire que cela se passe à tous les coins de rue non plus... 19 mois de voyage, dont 9 en Amérique latine et pas le moindre souci pour nous ! Il y a néanmoins quelques règles de sécurité à respecter.

Les règles de sécurité « de base » à respecter (valable partout dans le monde cela dit en passant)

- Évitez d'afficher ouvertement vos richesses, surtout dans les grandes villes. Vous promenez au centre de Quito avec votre appareil photo autour du coup et des dollars qui sortent de vos poches n'est pas franchement une bonne idée...
- Prenez toujours des taxis officiels !
- Ne vous baladez pas seuls la nuit dans les grandes capitales, et surtout pas dans les petites rues non éclairées avec peu de passage
- Suivez votre instinct ! Si vous ne vous sentez pas à l'aise dans un endroit, prenez un taxi, rentrez dans un boutique ou un café et retournez là où vous vous sentez à l'aise.
- Évitez de dégager du stress et de la méfiance. Une personne décontractée attire bien moins l'attention, soyez sûr de vous et avancez d'un pas décidé.
- Évitez d'avoir l'air perdu... si vous l'êtes vraiment demandez à quelqu'un !
- Gardez votre passeport et carte de crédit sur vous, dans une pochette ventrale par exemple !
- Ne traversez jamais des parcs publics de nuit.
- Demandez conseil à votre hôtel ou auberge sur les quartiers « à éviter », et suivez les recommandations des locaux.
- Et le plus important, en cas d'agression n'essayez pas de résister, donnez ce que vous avez et rappelez vous bien que rien n'est irremplaçable !

## 7.7 LES ARNAQUES

Hmmm on ne sait pas si on est très objectif là dessus, mais on l'avoue l'Asie nous a un peu usé à ce niveau là... Nous avons très souvent l'impression de nous faire avoir, et il est vrai que cette impression nous a totalement quittée en Amérique du sud. Bien évidemment il y a quelques pièges à touristes sur le continent américain aussi, mais rien comparé à l'Asie d'après nous.

Nos conseils :

- Essayez de vous habituer rapidement à la devise d'un pays et d'avoir des références de prix pour les choses de tous les jours. Une bouteille d'eau, une heure de bus, une nuit d'hôtel... Avoir des références permettra de vous faire une meilleure idée du degré d'arnaque...
- Sachez ce que vous voulez, et avant de demander le prix fixez vous un prix que vous êtes prêt à mettre... et tenez vous y ! Vous avez acheté un super bracelet que vous vouliez absolument à 3€ qui doit en valoir 1 tout au plus ? Bah... le vendeur est content, et vous aussi, point barre !
- Lorsque vous prenez un taxi ou un tuk-tuk, essayez de savoir quelle distance vous avez à parcourir à l'avance cela vous aidera à négocier le prix. Ah oui, et bien évidemment négociez toujours le prix avant de monter !!!



- Restez cool et relativisez ! Vous voulez absolument boire un coca et vous avez vu un local l'acheter pour 40 centime... On vous en demande 80... la personne qui vend n'en démord pas ! Vous avez 2 options : soit vous partez, ou alors vous achetez. Mais si vous achetez, il ne sert à rien d'être grincheux... c'est à prendre ou à laisser, et il faut savoir relativiser...



- N'hésitez pas à observer le prix payé par un local avant vous. Par exemple pour de la street food ou pour des boissons achetée dans la rue ou encore dans un bus.. Faites la queue, préparer la monnaie et tendez la d'un air convaincu. Si le vendeur vient de vendre la même chose 2 secondes avant et que vous montrez que vous connaissez le prix il n'y a (en général) pas de problème.
- Lorsque vous louez un véhicule faites toujours un état des lieux détaillé et assurez-vous que tous les défauts sont notés sur le contrat. N'hésitez pas à prendre des photos de toutes les bosses ou rayures avant de prendre la route.
- Lorsque vous négociez, faites le avec le sourire !
- Si vraiment vous êtes dans une situation compliquée, n'hésitez pas à prétendre vouloir appeler la police... Même si bien souvent cela ne servirait à rien cela peut aider. Cela nous était arrivé avec un chauffeur de taxi au Vietnam qui voulait nous facturer 10 fois le prix de la course... il prétendait qu'il manquait un 0 à son compteur, sauf qu'on avait fait cette même course la veille, et du coup on connaissait le prix... D'autant que le montant qu'il nous demandait avoisinait un demi salaire vietnamien mensuel moyen, et pour 11 minutes de taxi faut pas déconner coco !



## 7.8 LE MAL D'ALTITUDE

En Asie vous avez peu de chance de vous voir confronté au problème, ou du moins en Asie du Sud Est... Le Népal et certaines régions de la Chine sont une autre histoire...

Mais par contre en Amérique du sud vous pourriez bien vous y retrouver confronté, et ce même si vous ne faites pas de randonnée !

Ben oui, rien que la ville de La Paz se trouve déjà presque à 4000m d'altitude, et un tour dans le sud lipez vous fera approcher des 5000m !

Le mal d'altitude est quelque chose qui peut toucher n'importe qui, peu importe que vous soyez un grand sportif ou un amateur de foot-canapé ; votre condition physique n'a pas d'impact sur ce phénomène...

Les risques du mal d'altitude sont graves : embolie pulmonaire, embolie cérébrale peuvent entraîner la mort !

Mais dans la plupart des cas, le mal d'altitude se traduit simplement par une fatigue extrême, un manque de force, des vomissements, et un mal de tête.

Alors il existe sur le marché des médicaments qui peuvent aider à prévenir ce problème, mais croyez nous, rien ne remplacera jamais une bonne acclimatation et quelques conseils de bons sens...

Quelques règles de bases concernant le mal d'altitude :

- Tout d'abord le plus important est de s'acclimater! Essayez de monter progressivement, et si par exemple vous atterrissez directement à la Paz alors prévoyez quelques jours pour vous habituer avant de vous lancer dans des grandes activités sportives.
- Hydratez-vous! En altitude il faut boire au minimum 2 litres d'eau par jour. Plus, si vous faites de la randonnée!
- La Coca! En Amérique du sud la feuille de Coca est considérée avoir des vertus pour réduire le mal d'altitude. Elle se consomme en tisane, le Maté de coca, ou alors on mâche directement la feuille. Nous avons bu le Mate (qui est plutôt bon), par contre nous n'avons pas essayé la feuille. Lors de notre premier jour de trek, 3 de nos compagnons ont allégrement chiqué la feuille et tous se sont retrouvés avec une belle diarrhée pour la première nuit de camping... ;) ABE



- Si les symptômes deviennent trop forts, l'unique solution est de redescendre en altitude, et ce le plus rapidement possible! Evitez au maximum de dormir en altitude si vous avez des symptômes qui dépassent le simple petit mal de tête!
- Sachez écouter votre corps ! Vous avez toujours rêvé de monter à 6000m mais vous vous sentez déjà mal à 4000m ? Alors ne tentez pas le diable... si vous avez du temps devant vous vous pouvez repousser l'ascension et vous acclimater en douceur, mais si tel n'est pas le cas, ne forcez pas !

Mais rassurez-vous hein, en faisant un tout petit peu attention vous ne remarquerez presque rien ! Pour nous par exemple l'altitude n'a jamais été un problème car nous avons toujours fait attention à ne pas nous sur-estimer... Benoit est même parvenu sans le moindre souci au sommet du Parinacota en Bolivie (6342m tout de même...) :)

Le Parinacota, août 2014:



## 7.9 LE MAL DU PAYS, COUP DE BLUES DU VOYAGEUR

Quoi ? Comment ça ? On part faire un tour du monde, on vit des trucs de fous tous les jours, tous nos collègues nous envient, et nous on arrive encore à se plaindre ???

Ehhh bien oui... enfin presque ! Disons simplement que voyager c'est une expérience unique, mais il ne faut pas se leurrer, passez toutes ses journées à bouger, à négocier, à changer de lit, à se faire des frayeurs dans les transports, à se retrouver confronté à la barrière de la langue, à ne pas manger ce qu'on a vraiment envie, etc... eh bien ça peut fatiguer... Et beaucoup de voyageurs au long cours vous le diront, il y a parfois un moment où on n'a plus vraiment envie... On aspire à une vie plus tranquille, plus routinière, on a envie de savoir de quoi demain sera fait...

On va être honnête on ne comprenait pas bien ce phénomène avant de partir, et il nous aura fallu presque 16 mois, mais ce petit coup de blues nous n'y avons pas échappé !

Rien de bien méchant hein, mais juste un peu moins « la patate » pour aller découvrir un xieme parc, un xieme temple, etc... Notre vie sur les routes est incroyable, on l'aime, on en redemande, mais parfois y a comme un petit coup de mou...

Pas de quoi fouetter un chat je vous rassure, ces petites périodes passent en général tout seul, et chaque voyageur a sa propre façon d'y remédier. Pour nous ça passe en général par le repos, et surtout le fait « de ne rien faire ». Ca nous est arrivé quelques fois dans le voyage où nous avons décidé de rester une petite semaine à un endroit, et finalement de ne pas faire grand chose... Par exemple nous sommes restés 5 jours à Sucre en Bolivie, et n'avons absolument rien fait de ce qui est recommandé dans les guides... Non, nous avons simplement profité d'une jolie petite auberge, nous nous sommes baladés, avons mangé des glaces, et c'est tout !

Idem pour Mendoza, nous avons loué un appartement pour 3 semaines, et ohhh scandale nous ne sommes même pas allé faire le tour des vignobles à vélo comme tout bon visiteur devrait le faire... Non, on a simplement profité de ce temps pour bosser sur des projets persos, on a fait des apéros sur notre terrasse, on a invité des amis de passage à venir manger, on allait faire nos petites courses au marché et on se préparait des bons repas ! Bref, on a repris l'espace de 3 semaines, une vie 100% ordinaire, et ça ça fait du bien !

## 7.10 LA FIÈVRE DU VOYAGE

Hmmm... là pour le coup on est vraiment désolés, mais nous n'avons pas trouvé de solution pour l'éviter... Et malheureusement cette grave maladie finit par toucher 99,9% des voyageurs... Seule solution pour atténuer le mal ? Une fois rentré, aussitôt faire des projets pour une prochaine escapade !

Notre retour a d'ailleurs bien illustré tout cela... En mars 2015 nous avons atterri en Suisse et repris ce qu'on appellera une vie "classique". Un appart, un boulot, et une chouette petite routine.

Mais après 18 mois seulement la bougeotte nous a, à nouveau, gagnée. Nous avons tout revendu, avons démissionné, et monté notre boîte pour repartir sur les routes.

**En savoir plus sur notre mode de vie nomade**

Les endroits où nous avons vécu plus d'un mois depuis 2016:





**8.**

**Quand penser à  
quoi?**

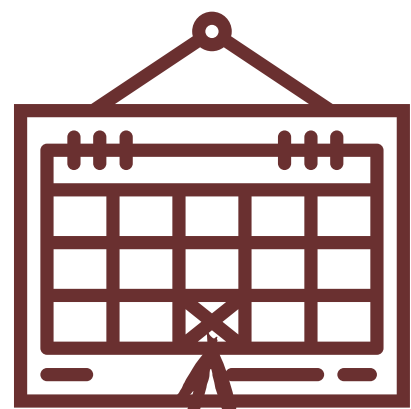
## 8.1 TIMING RÉCAPITULATIF

Quand on commence les préparatifs on a parfois un peu l'impression de se retrouver face à une masse de paperasse énorme... On se demande parfois si on va y arriver, si on n'a pas tout simplement envie de partir en claquant la porte sans s'encombrer de l'administratif... Mais je vous le garantis, avec un petit planning tout devient tout de suite plus facile!

On ne vous promet pas que cette liste soit à 100% complète, mais elle devrait contenir l'essentiel... Si vous trouvez qu'il manque quelque chose vous pouvez bien sur nous écrire un petit mail et on le mettra à jour au fur et à mesure...

### Un an avant le départ

- Commencez à planifier votre itinéraire et établissez un budget par pays ainsi qu'un budget total.
- Si vous décidez de prendre un congé sabbatique c'est le moment de commencer à vous renseigner sur les conditions et les délais dans votre entreprise.
- Si possible, fixez-vous une date de départ! C'est un bon moyen de concrétiser la chose et cela vous aidera à faire les petits sacrifices pour les économies...
- Laissez-vous rêver et gardez des portes ouvertes. Planifier c'est bien, mais pas trop! :) Vous verrez, les 6 mois qui viendront vous serez en mode „éponge“, vous commencerez à flâner sur des blogs, noter des idées mais c'est aussi le moment où votre voyage commencera à prendre une dimension plus concrète!



**date de départ**

Le rêve est maintenant devenu un projet, félicitations!

## 6 mois avant le départ



- Prenez rendez-vous avec votre médecin pour un conseil sur les vaccins. Détaillez lui votre itinéraire et commencez à établir un plan de vaccination. Il est important de commencer cette étape assez tôt, car certains vaccins ne peuvent pas être administrés en même temps, et les vaccins ont tendance à affaiblir votre système immunitaire, plus vous prenez votre temps et répartissez les injections, plus vous limitez les risques de réactions.

- Entamez les démarches pour vendre/louer/sous-louer votre logement
- Demandez des devis pour vos billets d'avions. Que ce soit auprès d'une agence ou d'une alliance, commencez à faire vos recherches. Référez vous au chapitre consacré à ce sujet dans cet ebook pour plus de détails.
- C'est le moment de commencer à vendre vos objets personnels dont vous n'avez plus besoin (voiture, meubles, livres, etc...) Un bon moyen de faire le tri avant le déménagement à venir mais aussi un excellent moyen de compléter votre budget!



- Si vous partez dans un pays dont vous ne parlez pas la langue, c'est le bon moment pour commencer des cours de langue. Que ce soit en école ou en indépendant chez vous, acquérir un vocabulaire de base vous aidera fortement à vous débrouiller dans les premiers temps!

### 3 mois avant le départ



- Prenez vos différents rendez-vous médicaux pour un dernier check-up d'avant départ: Dentiste, hygiéniste dentaire, gynéco, généraliste, ophtalmologue, etc... C'est toujours mieux de partir en pleine forme avec des dents saines...
- Souscrivez à une assurance voyage. Demandez des des devis, comparez les offres et contactez votre assurance actuelle pour obtenir les démarches à faire pour la suite. On vous laisse jeter un oeil au chapitre consacré aux assurances dans notre ebook.

#### Voir le chapitre des Assurances

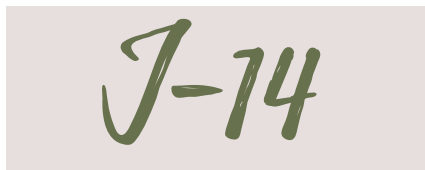
- Pensez à résilier vos abonnements à temps: Téléphone, internet, TV, transports en commun, gym, etc... La plupart des abonnements ont un délai de résiliation de 3 mois.
- Vérifiez la validité de votre passeport ainsi que le nombre de pages vierges à disposition. Si besoin, faites refaire votre sésame de voyage!
- Prenez contact avec votre banque afin de trouver une solution adéquate pour votre voyage. Veillez à bien vérifier la date d'expiration de vos cartes également!
- Contactez les impôts pour connaître les démarche à effectuer: déclaration anticipée ou retrait complet de votre domicile.
- Trouvez un endroit pour stocker vos affaires durant le voyage: garde-meuble, chez la famille ou les amis, à vous de voir!
- Faites une demande de permis de conduire international

## 1 mois avant le départ



- Généralement le moment du déménagement (bon courage!)
- Pensez à faire dévier votre courrier chez une personne de confiance
- Commencez les achats de votre matériel de voyage
- Faites votre demande de visa pour le premier pays traversé, et vérifiez les conditions d'obtention de visa des autres pays traversés.
- Commencez à préparer votre trousse de pharmacie, rendez-vous chez votre médecin traitant ou pharmacien pour prendre quelques conseils.
- Commencez à préparer votre blog voyage, et partagez l'adresse avec vos proches!

## 2 semaines avant le départ



- Probiotiques: Si vous avez tendance à être fragile de l'estomac en voyage, alors 2 semaines avant le voyage est le bon moment pour commencer une cure de probiotiques. Cela renforcera votre flore intestinale et vous aidera à vous adapter en douceur à une nouvelle alimentation.
- Rassemblez toutes les adresses et numéros de téléphones dont vous aurez besoin dans un petit carnet ou envoyez vous la liste par mail: Adresses de vos proches, numéros d'urgence, numéro pour faire opposition sur votre carte bancaire, etc...
- Commencez à organiser votre fête de départ! ;)

## 1 semaine avant le départ



- Faites une procuration à l'un de vos proche pour la durée de votre absence
- Commencez à préparer vos affaires et faites les achats de dernières minute (je vous garantis qu'il y en aura) ;)
- Photocopiez tous vos documents importants: Passeport, Carnet de vaccination, permis de conduire. Gardez une copie sur vous, et envoyez vous une version électronique sur votre mail.
- Allez faire une série de photos d'identité: utile pour les différents visas que vous ferez en cours de route
- Imprimez des attestation d'assurance: elles vous seront également demandées pour certains visas.
- Mangez autant de chocolat, fromage et charcuterie que possible! :)

## La veille du départ



- Finissez de tout mettre dans votre sac. Un petit essai de ballade autour du pâté de maison pour voir comment vous gérer le poids de votre sac n'est peut-être pas une mauvaise idée... Et si vos voisins vous prennent pour un fou, donnez l'adresse de votre blog, ça les fera rêver un peu! :)
- Faites la fête !

Oh et DETENDEZ-VOUS! L'aventure qui vous attend est magnifique, ne perdez pas de temps à stresser, ça n'en vaut pas la peine!



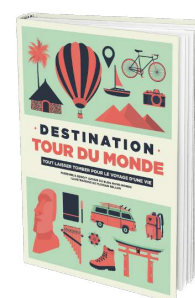
**9.** **Fin**

## 9.1 NOUS SOUTENIR

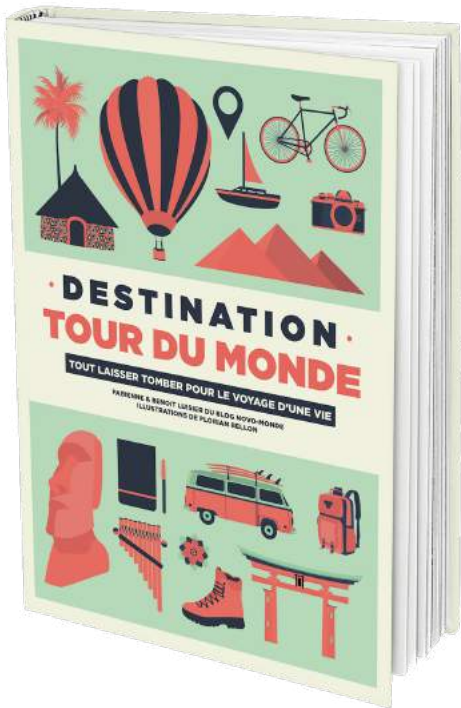
Nous avons initialement sorti cet ebook en 2013 et dès le début c'était une priorité pour nous de le mettre à disposition gratuitement. En 2020 nous avons décidé de lui offrir un nouveau look et surtout de le compléter encore davantage, A nouveau, la question de le vendre ou pas ne s'est pas posée. Le partage d'informations gratuites est quelque chose qui nous tient à cœur et on espère vraiment que cet ebook aidera un maximum d'entre vous à vous lancer dans l'incroyable aventure d'un tour du monde.

Nous avons toute fois reçu plusieurs messages de personnes qui nous demandaient si elles ne pouvaient pas nous soutenir d'une manière ou d'une autre. Aucune obligation là-dedans, mais si le cœur vous en dit, voici comment vous pouvez nous aider:

- Partagez cet ebook et notre blog autour de vous: c'est grâce à vos partages qu'on arrive à se faire connaître et à toucher de plus en plus de monde
- Utilisez nos liens affiliés pour vos achats (notamment les assurances voyages). Nous avons passé beaucoup de temps à compiler un guide ultra complet. En utilisant nos liens vous ne payez rien de plus (pour certaines assurances vous avez même un rabais), mais par contre nous toucherons une petite commission.
- Procurez-vous notre livre "Destination Tour Du Monde": Notre petit bébé sorti en 2018 qui complète parfaitement cet ebook (plus d'infos ci-dessous)



# 9.2 NOTRE LIVRE



Destination tour du monde

- Disponible au format papier et Kindle
- Prix 24,9€ / 29,9 CHF
- en vente en librairie en France et en Suisse
- En ligne sur le site de la Fnac, Amazon, Nature et Découverte et Helvetiq

**Lire notre article**



# MERCI!

Vous avez aimé cet Ebook ?

On espère que ce petit cadeau vous aura été utile ! Si vous avez aimé et que vous voulez nous remercier alors vous pouvez sans autre venir nous suivre sur notre page Facebook, on serait ravis de vous compter dans notre petite communauté !



*En tout cas, si vous avez décidé de partir on ne peut que vous féliciter, c'est définitivement la plus belle expérience au monde! On vous souhaite tout le bonheur du monde dans votre périple !*

Et si vous voulez entrer en contact avec nous n'hésitez pas à nous écrire un petit mail avec votre feedback sur l'ebook, ou simplement pour nous dire coucou ; on adore recevoir vos mails !

On vous embrasse,

*Fabienne + Benoit*

