

## Avant de partir à l'étranger

- Titre de voyage en cours de validité (passeport ou carte d'identité selon mon pays de destination). Attention : une durée de validité de passeport de plus de six mois est exigée à l'entrée de certains pays.
- Obtention, si nécessaire, d'un visa auprès de l'ambassade ou du consulat du pays dans lequel je me rends. J'ai les documents qui me permettront d'obtenir un permis de séjour ou de travail sur place.
- Je bénéficie d'une couverture sociale adaptée
- Point avec mon médecin sur les vaccinations recommandées, le suivi de mon traitement médical et les éventuels risques médicaux encourus dans mon pays de destination.
- Souscription d'une assurance rapatriement.
- J'informe le centre des impôts auquel je suis rattaché en France de mon changement d'adresse.
- J'avertis ma caisse de retraite de mon départ à l'étranger.
- Demande d'un permis de conduire international auprès de la préfecture.
- Inscription des enfants dans une école à l'étranger.
- J'organise mon déménagement avec une société de déménagement international certifiée et je me renseigne sur les formalités douanières (animaux domestiques, importation de véhicule...). Ou je trouve une solution pour garder mes affaires en France comme dans un [garde-meuble](#) sécurisé et sain.
- Signalisation de mon changement d'adresse à la Poste.



---

## Une Fois à l'Étranger

- Je respecte la législation locale et les coutumes du pays.
- J'effectue les démarches obligatoires auprès des autorités locales (permis de séjour, administration fiscale, affiliation à la sécurité sociale).
- Je m'inscris au registre des Français établis hors de France auprès de l'ambassade ou du consulat de France dont je dépends.
- Je m'inscris en même temps sur la liste électorale consulaire si je veux participer aux élections françaises organisées à l'étranger.
- Je demande au consulat dont je dépends la transcription des actes relatifs aux événements d'état civil (naissance, mariage) qui surviennent au cours de mon séjour.
- Je m'assure régulièrement de la validité de mon passeport et de ceux de mes enfants.



---

## *A la Fin de mon Séjour*

- Je demande ma radiation du registre des Français établis hors de France et de la liste électorale auprès de l'Ambassade ou du Consulat de France.
- J'organise mon déménagement en tenant compte des délais et des formalités douanières nécessaires.
- Je prends mes dispositions pour bénéficier d'une couverture sociale à mon retour en France.
- Je signale mon changement d'adresse auprès des services postaux locaux.
- Je signale mon retour et ma nouvelle adresse au Service des impôts des particuliers non-résidents ou au centre des impôts de mon nouveau domicile.
- J'inscris mon enfant dans une école en France. Son acte de naissance ou le livret de famille ainsi que son carnet de santé à jour des vaccinations seront demandés.
- Je conserve tous les justificatifs importants relatifs à ma situation à l'étranger (emploi, revenus, santé).

---

## *De Retour en France*

- Je m'entoure pour faire face à mon « impatriation » sorte de nouvelle expatriation mais en France, dans son pays, tant au niveau psychologique, professionnel, qu'amical.



---

## Adresses Utiles

### Informations générales

Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères : Préparer son expatriation : [diplomatie.gouv.fr](http://diplomatie.gouv.fr)

### Protection Sociale

Information sur la législation en matière de sécurité sociale en France et à l'étranger  
Centre des liaisons européennes et internationales de sécurité sociale (CLEISS)  
[cleiss.fr](http://cleiss.fr)

11, rue de la Tour-des-Dames  
75436 Paris Cedex 09  
Tél. : +33 (0) 1 45 26 33 41

Cotisations assurance maladie et retraite à l'étranger Caisse des Français de l'étranger (CFE) : [cfe.fr](http://cfe.fr)

12, rue la Boétie  
75008 Paris  
Tél. : 08 10 11 77 77 (depuis la France)  
Tél. : +33 (0)1 40 06 05 80 (depuis l'étranger)

Cotisations retraite à l'étranger : Humanis  
[international.humanis.com](http://international.humanis.com)

Cotisations chômage à l'étranger : Pôle emploi expatriés : [pole-emploi.fr](http://pole-emploi.fr)  
[expatriation@pole-emploi.fr](mailto:expatriation@pole-emploi.fr)

Sécurité sociale française : [ameli.fr](http://ameli.fr)  
Tél. : 3646

### Retraite

L'Assurance retraite : [lassuranceretraite.fr](http://lassuranceretraite.fr)

### Impôts

Service des impôts des particuliers non-résidents : [impots.gouv.fr](http://impots.gouv.fr)

### Scolarité - Etudes

Agence pour l'enseignement français à l'étranger (AEFE) : [aefe.fr](http://aefe.fr)  
Tél. : +33 (0)1 53 69 30 90

Mission laïque française : [mlfmonde.fr](http://mlfmonde.fr)  
Tél. : +33 (0)1 45 78 61 71

Centre national d'enseignement à distance : [cned.fr](http://cned.fr)  
Tél. : +33 (0)5 49 49 94 94

Reconnaissance des diplômes : [ciep.fr](http://ciep.fr)

Portail européen de la jeunesse : Agence ERASMUS : [erasmusplus.fr](http://erasmusplus.fr)

## Accueil

Fédération internationale des Accueils français et francophones à l'étranger (FIAFE) : 91 rue du Faubourg Saint Honoré 75008 Paris  
Tel. : +33 (0)1 39 56 42 88  
Mobile : +33 (0)6 86 79 78 28  
[contact@fiafe.org](mailto:contact@fiafe.org)

## Représentation Auprès des Pouvoirs Publics

L'Union des Français de l'étranger (UFE) : 25 rue de Ponthieu, 75008 Paris  
Téléphone : 01 53 25 15 50 -  
[info@ufe.org](mailto:info@ufe.org)

Français du monde - ADFE (Association démocratique des Français à l'étranger) : 62 boulevard Garibaldi, 75015 Paris  
Téléphone : 01 43 06 84 45 -  
[adfe@wanadoo.fr](mailto:adfe@wanadoo.fr)

La Fédération nationale des anciens combattants résidant hors de France (FACS) :  
Caserne de Reuilly 34, rue de Chaligny 75613 Paris cedex 12  
Téléphone/Télécopie : 01 44 64 24 57

## Organisations professionnelles

Le Comité national des conseillers du commerce extérieur de la France (CNCCEF) : 22 avenue Franklin D. Roosevelt - BP 303 - 75365 Paris cedex 08  
Téléphone : 01 53 83 92 92 -

L'Union des chambres de commerce et d'industrie françaises à l'étranger (UCCIFE) : 46 avenue de la Grande Armée - CS 50071 - 75858 Paris cedex 17  
Téléphone : 01 40 69 37 60 -  
[infos@uccife.org](mailto:infos@uccife.org)

## Culte

L'Aumônerie générale des Français à l'étranger (AGFE) et Amitiés catholiques françaises dans le monde (ACFM) : 58 avenue de Breteuil 75007 Paris  
Téléphone : 01 72 36 68 81 -  
Courriel AGFE : [snmue.agfe@cef.fr](mailto:snmue.agfe@cef.fr)  
Courriel ACFM-><mailto:a.c.f.m@free.fr>

## Enseignements

Alliance française

Service accueil et information : 101 boulevard Raspail 75270 Paris cedex 06

Téléphone : 01 42 84 90 00 -

Courriel

Alliance française Paris-Ile-de-France

La Mission laïque française : [www.mlfrmonde.org](http://www.mlfrmonde.org)

L'Alliance israélite universelle (AIU) : 45 rue La Bruyère 75428 Paris cedex 09

Téléphone : 01 53 32 88 55 -

Courriel

L'Association nationale des écoles françaises de l'étranger (ANEFE) : 25 rue de Ponthieu 75008 Paris

Téléphone : 06 33 54 62 31 -

Courriel

La Fédération des associations de parents d'élèves des établissements d'enseignement français à l'étranger (FAPEE) : 101 boulevard Raspail 75006 Paris

Téléphone : 01 45 44 08 49 -

Courriel

La Fédération des conseils de parents d'élèves (FCPE) : 108-110 avenue Ledru-Rollin 75544 Paris cedex 11

Téléphone : 01 43 57 16 16 -

Courriel

L'Union fédérale des associations de parents d'élèves de l'étranger (UFAPE) 89 boulevard Berthier  
75847 Paris cedex 17

Téléphone : 01 44 15 18 18 –

Courriel

