



Viaja a Francia sin olvidarte de nada

Francia está al lado y se entra con el DNI, pero pagas primero al médico y solo te devuelven una parte, las estaciones de esquí pueden cobrar el rescate y hay huelgas.

Documentación

- ☐ DNI o pasaporte en vigor, uno por viajero. Sin visado, ETIAS ni registro EES para españoles
- ☐ Francia hace controles en su frontera con España: lleva el documento encima también en coche o tren
- ☐ Menores sin sus padres: su DNI y la autorización de salida de la Policía Nacional o la Guardia Civil
- ☐ Tarjeta Sanitaria Europea de cada viajero, o el Certificado Provisional Sustitutorio
- ☐ Póliza del seguro de viaje y teléfono de asistencia 24 h, en papel y sin conexión en el móvil

Salud y medicamentos

- ☐ Sin vacunas obligatorias y agua del grifo potable. En verano, repelente: hay mosquito tigre
- ☐ Con la TSE pagas tú la consulta y la CPAM te devuelve una parte. Guarda la «feuille de soins»
- ☐ Cada día de ingreso cuesta 23 € que no se recuperan. La TSE no cubre clínicas privadas ni repatriación
- ☐ Ansiolíticos, somníferos u opioides: pide a la AEMPS el certificado para viajar con ellos en Schengen
- ☐ Medicación habitual en su envase original, con la receta o el informe médico

En la maleta

- ☐ Sin adaptador: el enchufe es de tipo E, a 230 V, como en España
- ☐ En coche, chaleco y triángulo. Del 1/11 al 31/3, cadenas o neumáticos de invierno en la montaña
- ☐ En verano, gorra, crema solar y botella: las olas de calor llegan también a París y al norte
- ☐ Chubasquero para Normandía, Bretaña o la costa atlántica: llueve a menudo
- ☐ Bolso con cremallera por delante: hay carteristas en el metro, las estaciones y los monumentos

No lleves o declara en aduana

- ☐ 10.000 € o más en efectivo: decláralo al entrar o salir, también desde otro país de la UE
- ☐ Tabaco y alcohol solo para ti: hasta 800 cigarrillos, 10 litros de licores y 90 de vino
- ☐ Falsificaciones de bolsos, relojes o ropa de marca: llevarlas es infracción aduanera
- ☐ Cannabis y cualquier otra droga: prohibidos; el tráfico se castiga con 10 años de cárcel o más
- ☐ Estupefacientes o psicótopos sin el certificado de la AEMPS o en más cantidad que tu tratamiento

Antes de salir de casa

- ☐ Contrata el seguro de viaje: la TSE no cubre la sanidad privada, la repatriación ni el rescate en pistas
- ☐ Si vas a esquiar o hacer alpinismo, comprueba que tu seguro de viaje incluye esa actividad y el rescate
- ☐ Zonas de bajas emisiones (París, Lyon, Grenoble): pide el Crit'Air solo en certificat-air.gouv.fr
- ☐ Revisa tu tren, metro o vuelo la víspera: las huelgas de transporte son frecuentes
- ☐ Apúntate al Registro de Viajeros de Exteriores y deja tu itinerario a alguien en España

Lo que solo pasa en Francia

Bonjour primero

Saluda siempre al entrar en una tienda o un restaurante: se valora mucho.

Sin fumar al aire libre

Prohibido en playas, parques, paradas de autobús y a la entrada de los colegios: multa desde 135 €.

Propinas

El servicio va incluido por ley («service compris»): la propina es solo un detalle si te han atendido bien.

Rescate en pistas

En las estaciones de esquí el ayuntamiento puede cobrar el rescate al herido, también en el fuera de pista.

Peaje sin barreras

En la A13 y la A14 (París-Normandía) y en la A79 no hay cabinas: paga en la web en 72 h o llega una multa.

Mareas y corrientes

No cruces a pie la bahía del Mont-Saint-Michel sin guía. En el Atlántico, báñate solo en playas vigiladas.





Los datos de mi viaje a Francia

Rellénalo antes de salir y llévalo en papel y en una foto en el móvil: funciona sin batería ni cobertura.

VUELOS

Ida (nº y hora)
Vuelta (nº y hora)
Aerolínea y localizador

SEGURO DE VIAJE

Aseguradora
Nº de póliza
Asistencia 24 h

ALOJAMIENTOS

1. Nombre, dirección y teléfono
2. Nombre, dirección y teléfono
3. Nombre, dirección y teléfono

DATOS MÉDICOS

Grupo sanguíneo
Alergias
Medicación habitual

CONTACTO EN ESPAÑA

Nombre
Teléfono
Banco (bloqueo de tarjetas)

Teléfonos de emergencia en Francia

112	Emergencias europeas, también en inglés
15 · 17 · 18	SAMU (urgencias médicas) · Policía y Gendarmería · Bomberos
196	Salvamento en el mar
+33 6 15 93 87 01	Emergencia consular del Consulado General de España en París (solo urgencias graves). Marsella: +33 6 08 71 79 88
+33 1 44 43 18 00	Embajada de España en París (horario de oficina) · 22 avenue Marceau

Frases para una urgencia

Necesito un médico	J'ai besoin d'un médecin	Yé besuán dan medsán
Llame a una ambulancia, por favor	Appelez une ambulance, s'il vous plaît	Aplé ün ambülans, sil vu plé
¿Dónde está el hospital?	Où est l'hôpital ?	U e lopital
Tengo seguro de viaje	J'ai une assurance voyage	Yé ün asüráns vuayách

Antes de una urgencia médica, llama a la asistencia 24 h de tu seguro si tu situación lo permite: te indicará el centro adecuado y gestionará el pago. Este documento es orientativo y no sustituye la información oficial ni las condiciones de tu póliza. Las normas de entrada pueden cambiar: compruébalas antes de viajar. Fuentes: Ministerio de Asuntos Exteriores (recomendaciones de viaje, Embajada de España en París y Consulados Generales en París y Marsella), AEMPS (viajar con medicamentos), Service-Public y Aduanas francesas (efectivo), Assurance Maladie (forfait hospitalier), Gobierno de Francia (espacios sin tabaco y equipos de invierno), Ministerio de Transición Ecológica (Crit'Air y peajes en flujo libre), Sanef y prefecturas marítimas (196).