

Préparer les aspects santé.

Avant de partir à l'étranger pour un séjour prolongé ou définitif, il est essentiel de bien préparer les aspects liés à votre santé. Voici les étapes à suivre et les organismes belges à contacter pour vous assurer une couverture médicale adéquate :

1. Vaccinations et santé préventive

- **Consultation médicale préalable** : Prenez rendez-vous avec votre médecin traitant au moins six semaines avant votre départ. Il vérifiera si vos vaccinations sont à jour et vous administrera, si nécessaire, les rappels ou nouveaux vaccins requis en fonction de votre destination.

https://www.belgium.be/fr/sante/en_voyage/vaccins

- **Centres de médecine des voyages** : Pour certaines vaccinations spécifiques, comme celle contre la fièvre jaune, il est obligatoire de se rendre dans un centre agréé de médecine des voyages. Ces centres peuvent également vous conseiller sur les traitements préventifs et les précautions sanitaires à prendre.

https://www.belgium.be/fr/sante/en_voyage/vaccins

- **Ressources en ligne** : Le site www.medecinedesvoyages.be offre des informations détaillées sur les vaccins recommandés selon votre destination, ainsi que des conseils pour constituer votre trousse de pharmacie de voyage.

2. Médicaments et dossier médical

- **Trousse de médicaments** : Préparez une trousse contenant vos médicaments habituels en quantité suffisante, ainsi que des médicaments de base pour les maux courants. Il est recommandé d'emporter une copie de vos ordonnances et une attestation de votre médecin détaillant les médicaments transportés, surtout si vous voyagez avec des quantités importantes ou des substances réglementées.

<https://diplomatie.belgium.be/fr/conseils-aux-voyageurs/sante-et-hygiene>

- **Documents médicaux** : Emportez avec vous une copie de votre dossier médical, incluant votre groupe sanguin, vos antécédents médicaux et les coordonnées de votre médecin en Belgique. Ces informations peuvent être cruciales en cas d'urgence à l'étranger.

3. Assurance santé et couverture médicale

- **Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM)** : Si vous voyagez au sein de l'Union européenne, en Suisse, en Norvège, en Islande ou au Liechtenstein, demandez votre CEAM auprès de votre mutualité. Cette carte atteste de vos droits à l'assurance maladie et facilite la prise en charge de vos soins médicaux dans ces pays.

https://www.belgium.be/fr/sante/en_voyage/carte_europeenne

- **Séjour hors Europe ou de longue durée** : Si vous partez vivre ou travailler en dehors de l'Espace économique européen ou en Suisse, il est recommandé de souscrire une assurance santé complémentaire. La Sécurité Sociale d'Outre-Mer (SSOM) offre une couverture pour les expatriés belges, incluant des assurances pension, incapacité de travail et soins de santé.

ONSS : <https://www.onss.be/marins-et-expats/expats>

4. Organismes belges à contacter

- **Mutualités** : Avant votre départ, informez votre mutualité de votre projet de séjour à l'étranger. Elles pourront vous fournir les documents nécessaires et vous informer sur les démarches à effectuer pour maintenir votre couverture santé. Par exemple, la Mutualité Chrétienne propose une assistance santé à l'étranger via Mutas, accessible 24h/24 en cas de besoin.

Mutualité chrétienne : <https://www.mc.be/fr/avantages-remboursements/mutas-assistance-voyage>

- **INAMI** : L'Institut fournit des informations sur le remboursement des soins de santé reçus à l'étranger, que ce soit pour des vacances, un travail ou une résidence permanente.

INAMI : <https://www.inami.fgov.be/fr/themes/soins-de-sante-cout-et-remboursement/international>