

A photograph of a tropical beach. In the foreground, there is a sandy shore with some footprints. The water is clear and blue, with gentle waves lapping at the shore. In the background, there are palm trees and a clear blue sky. The text 'LES 7 CLEFS POUR RÉUSSIR SON TOUR DU MONDE' is overlaid in the center of the image.

# LES 7 CLEFS POUR RÉUSSIR SON TOUR DU MONDE

# 1# DEPASSER SES PEURS

pour être prêt dans sa tête

Des peurs, des doutes, des angoisses peuvent nous bloquer dans la prise de décision de partir en voyage.

Peur de l'inconnu, qu'il nous arrive quelque chose ou notre famille, du regard des autres, de l'avion, de changer d'environnement, de perdre ses repères, de se sentir en insécurité, de ne pas arriver à communiquer, de la préparation du voyage, de ne pas avoir assez de budget... Et bien d'autres !

Rassurez-vous, la peur est naturelle. Elle fait partie intégrante de nous et est donc éprouvée par tous les voyageurs!

Face à ses peurs, nous pouvons alors agir de deux manières : les écouter, rester figés avec nos rêves en tête sans jamais oser les réaliser (comme 98% des gens qui finalement ne partent pas), ou apprendre à les surmonter pour avancer.

Pour dépasser ses peurs tout en développant son courage, voici comment nous pouvons procéder:

1. Se demander si notre survie est engagée. Si la réponse est non, observer quelles sont les solutions rationnelles qui existent pour sortir de la situation.
2. S'informer pour rassurer son cerveau. De nombreuses peurs sont diminuées par l'étude d'une information sérieuse, objective et rationnelle.
3. Passer à l'action. Toute nouvelle situation amène son lot de déséquilibre et d'inconfort. Engager nos actions va permettre de grandir et de s'élever. Moins nous agissons, plus nous restons statiques et plus nous perdons confiance en nos capacités à passer à l'action.

Commencer à se renseigner sur l'organisation de son voyage est donc une manière de dépasser ses peurs en passant à l'action.



## 2# BIEN PREPARER SON VOYAGE

pour se sentir serein et libre à l'autre bout du monde

La préparation d'un tour du monde ou voyage au long cours, varie selon les personnes.

Certaines auront besoin de tout planifier, d'autres moins et d'autres pas du tout.

Il n'y a pas qu'une seule manière de voyager. Chaque individu est unique et par extension, chaque voyage est unique !

Mais il y a certains points sur lesquels il est important de s'attarder, quelque soit notre manière de voyager.

Si nous voyageons avec le stress qu'il nous arrive quelque chose car nous n'avons pas pris d'assurance ou si nous serrons dans dents à chaque fois que nous retirons de l'argent car nous n'avons pas anticipé les frais bancaires, cela nous procurera certainement des sentiments négatifs.

Ainsi, nous ne profiterons pas pleinement de notre voyage et cela est bien dommage après tant d'efforts pour l'organiser !

La santé, les assurances, les frais bancaires, les visas, l'itinéraire ou le sens du voyage, l'achat des billets d'avion sont des points qui méritent une grande attention.

Ces facteurs, s'ils sont plus ou moins bien pris en considération peuvent nous faire économiser ou à l'inverse perdre de l'argent.

Si notre budget en prend un coup avant même d'être partis, nous risquons d'être frustré !



### 3# SAVOIR ANALYSER SES BESOINS

pour partir avec un budget adapté et suffisant



Nous avons tous ce désir profond et commun : réaliser un rêve, partir découvrir le monde et se sentir libre.

Savoir identifier ses besoins est un grand pas vers la conscience et la connaissance de soi, de ses émotions et de ses ressentis.

Cela va nous permettre de voyager en adéquation avec ce que nous sommes réellement.

Il faut alors se poser les bonnes questions. Prenez un stylo et un papier et répondez à celles-ci.

Quels pays ou quels continents j'aimerais visiter ? Quelles activités incontournables je souhaite réaliser dans chaque pays ? Avec quels moyens de transport je souhaite me déplacer dans les pays et entre les continents ? Suis-je prêt à dormir sans parfois trop de confort ou suis-je plutôt à cheval sur la propreté ? Si je compte faire un PVT, est-ce que j'ai l'intention d'acheter un van ou une voiture ? Combien de temps j'aimerais partir au minimum ?

En fonction des réponses à ses questions, vous pourrez à votre tour déterminer votre style de voyage et votre budget. Le nôtre est [ici](#).

Notre bonheur quotidien tout au long de notre tour du monde dépend en grande partie de la réponse que nous apporterons à nos besoins.

Nous n'avons pas à les justifier. Chacun à ses propres besoins et cela ne doit être discuté en aucun cas à partir du moment où l'identification du besoin est juste.

Lorsque nous répondons à nos besoins les plus fondamentaux, nous accédons à un bien-être largement supérieur. Plus de frustrations ni de rancœurs, nous n'avons plus à déployer d'énergie pour y penser. Il ne reste plus qu'à profiter !

Nous arrivons à la fin de cette étude avec un budget journalier par pays correspondant à vos besoins/envies sur place.

## 4# RESPECTER LE BUDGET FIXE

pour éviter d' être frustré

Pour voyager sur le long terme, c'est essentiel de faire attention à notre budget et de le respecter au mieux.

Pendant la préparation de notre tour du monde, nous accordons une bonne partie de notre temps à déterminer le budget et à réunir cette somme.

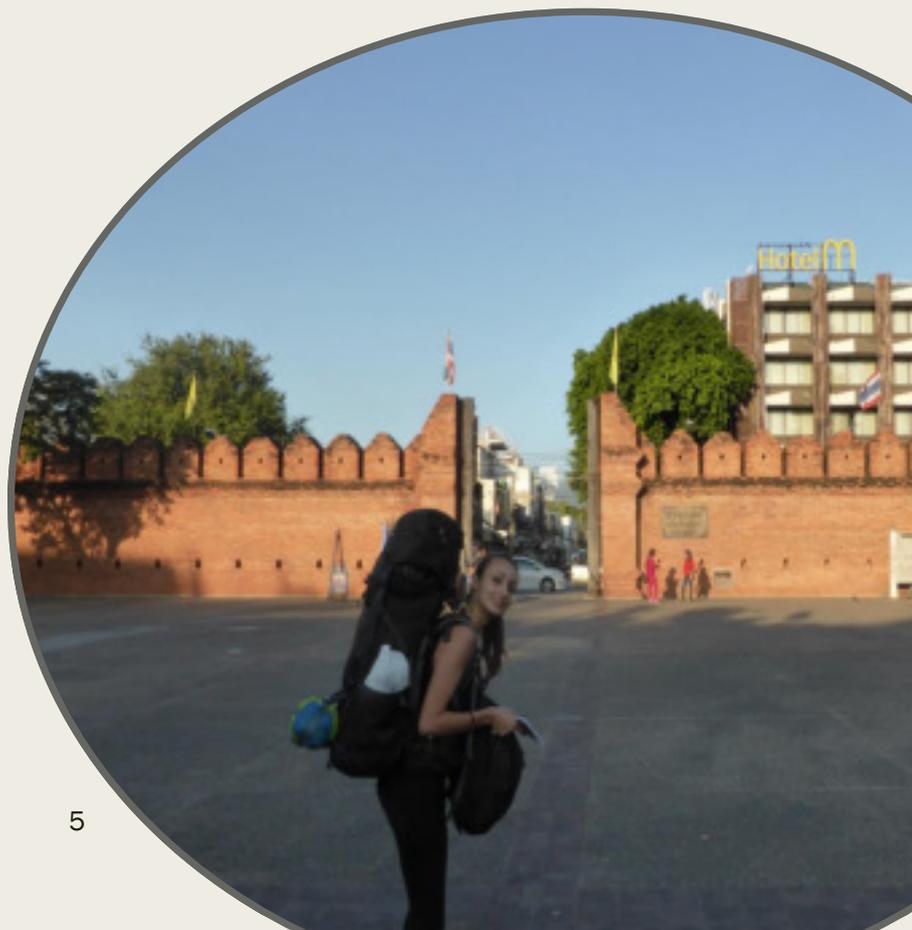
Il est très tentant de s'emballer surtout au début car le compte bancaire est plein, une petite bière par ci par là! Selon les pays, les prix peuvent être ridiculement bas par rapport à l'Europe.

Très logiquement, si nous dépensons la moitié de notre budget le premier mois, nous allons devoir revoir, soit notre itinéraire soit la durée de notre voyage.

De quoi occasionner bien plus de frustrations que celle provoquée parce qu'on s'est raisonné à un moment donné !

Au final, en voyage, nous pouvons facilement nous tourner vers des choses sublimes et gratuites !

Tout est découverte, des paysages, des rencontres, c'est tout aussi riche et ça ne coute pas un centime !



## 5# RALENTIR LA CADENCE

pour prendre le temps d'apprécier davantage

Les premiers mois, portés par l'excitation, nous avons l'envie (et l'énergie) de courir partout pour en voir le maximum. Nous avons notre petite liste de villes, lieux, et monuments à visiter, et nous souhaitons la suivre coûte que coûte !

C'est tout à fait logique mais il faut penser à lever le pied et à ralentir le rythme à un moment ! Ainsi nous prendrons le temps de savourer chaque instant, de laisser place à l'imprévu et de faire de belles rencontres...



## 6# RESTER SOUPLE ET FLEXIBLE DANS L'ITINERAIRE

pour s'adapter aux imprévus

Peut-être avez-vous planifié en détails votre parcours avec les incontournables dans chaque pays, puis l'ordre des pays à visiter...? C'est bien, tout cela fait partie de l'organisation du voyage. Et il en faut, rien que pour prévoir le budget.

Cependant, laissons-nous la possibilité de changer d'avis en cours de route, de réadapter le voyage à nos besoins sur le moment. Il est fort probable que ceux-ci évoluent.

Prendre le temps à cet endroit car nous y sommes tout simplement bien, c'est ça la liberté du voyage !

Aussi, nous ne sommes pas à l'abri d'être confrontés à une situation imprévue qui nous poussent à changer de plan à la dernière minute.

Le mieux est donc d'éviter toute réservation à l'avance, sauf dans des cas exceptionnels.



## 7# LIMITER LA DEPRIME DU RETOUR

pour atterrir en douceur

Vous vous en doutez, une vie en voyage est bien différente d'une vie sédentaire, sur beaucoup de points.

Du coup, à notre retour, il y aura un gros écart entre le chemin personnel que nous aurons parcouru et ce que vos amis/famille auront vécu.

Cela peut-être très difficile à gérer pour le moral...

Aussi, il faudra nous replonger dans tout le bazar administratif : Sécurité sociale, CAF, Pole emploi... Cela demande énormément d'énergie!

Selon notre expérience, penser à un nouveau projet pour le retour, vous aidera fortement à affronter tout ça.

Le fait de garder une dynamique, de s'investir et de continuer la découverte, permettra à notre cerveau une transition en douceur !

