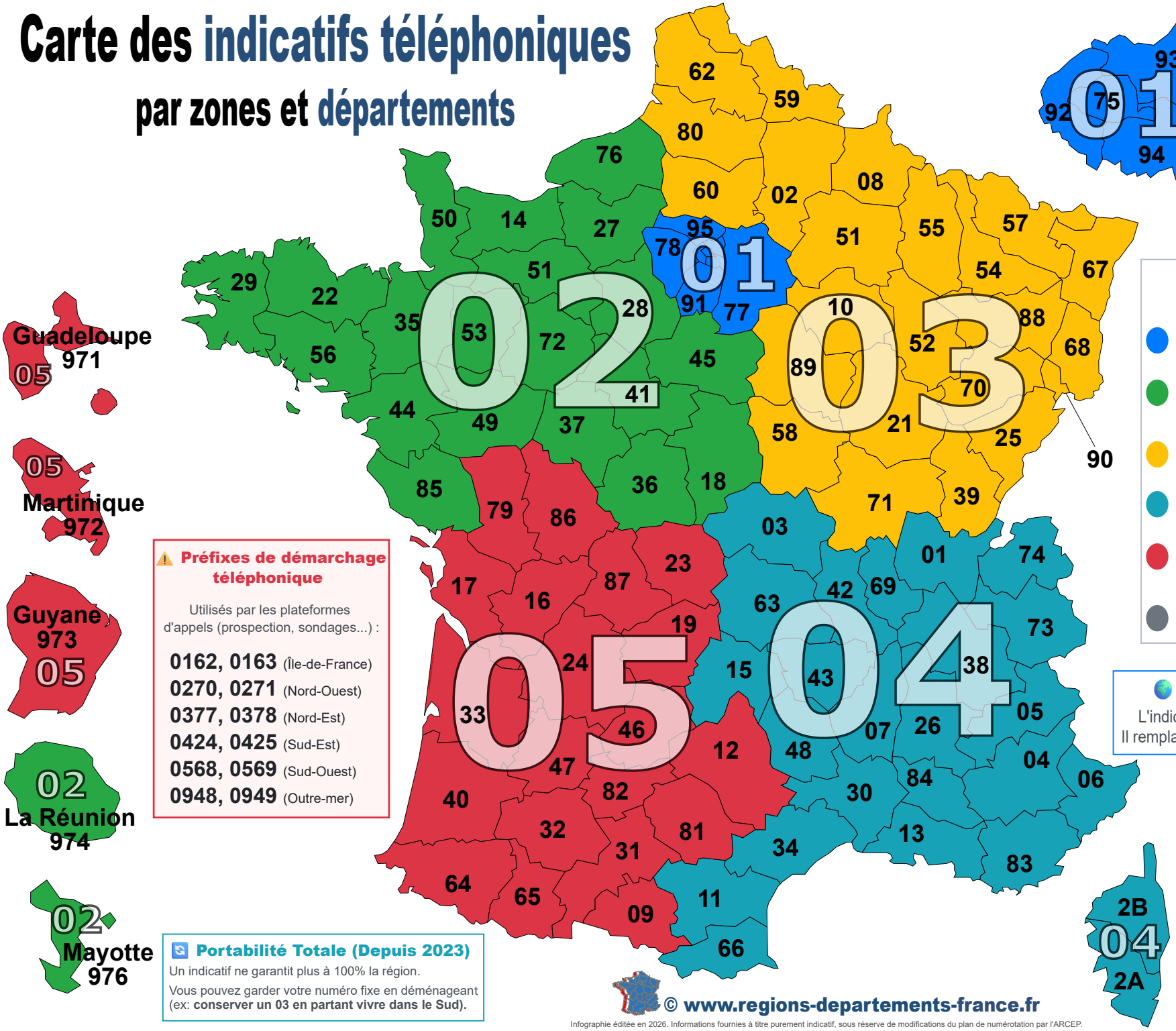
Carte des indicatifs téléphoniques par zones et départements



Les 5 grandes zones téléphoniques

- **Zone 01** : Numéros commençant par 01
- **Zone 02** : Numéros commençant par 02 (inclut La Réunion et Mayotte)
- **Zone 03** : Numéros commençant par 03
- **Zone 04** : Numéros commençant par 04
- **Zone 05** : Numéros commençant par 05 (inclut Guadeloupe, Martinique et Guyane)
- **Zone 09** : Box Internet (Non géographique)

Préfixes de démarchage téléphonique

Utilisés par les plateformes d'appels (prospection, sondages...) :

- **0162, 0163** (Île-de-France)
- **0270, 0271** (Nord-Ouest)
- **0377, 0378** (Nord-Est)
- **0424, 0425** (Sud-Est)
- **0568, 0569** (Sud-Ouest)
- **0948, 0949** (Outre-mer)

Appeler depuis l'étranger

L'indicatif de la France est le **+33** (ou 00 33).
Il remplace le premier "0" (ex: 01 40 → **+33 1 40**).

Portabilité Totale (Depuis 2023)

Un indicatif ne garantit plus à 100% la région.
Vous pouvez garder votre numéro fixe en déménageant (ex: **conserver un 03 en partant vivre dans le Sud).**

Indicatifs téléphoniques en France

© www.regions-departements-france.fr

Infographie éditée en 2026. Informations fournies à titre purement indicatif, sous réserve de modifications du plan de numérotation par l'ARCEP.