

Így költözz külföldre Csekklista

“Hogy ne maradjon ki semmi!”



Készítette: Votisky Petra expat-coach, pszichológus

Tartalom

6-12 hónappal a költözés előtt	5. oldal
4-6 hónappal a költözés előtt	8. oldal
2-3 hónappal a költözés előtt	11. oldal
1 hónappal a költözés előtt	16. oldal
2 héttel a költözés előtt	18. oldal
A költözés napja	19. oldal
A költözés után	20. oldal

Ki vagyok én?

Votisky Petra

Expatriate coach, pszichológus, a külföldön élők tanácsadója.
A www.nokkulfoldon.hu megálmodója.

Szakterületeim:

Kulturális beilleszkedés, felkészülés a költözésre, munkamagánélet egyensúly, külföldi karrier, gyermeknevelési-, és életvezetési tanácsadás.



Bemutakozás:

Szakpszichológus, megoldásközpontú coach és HR végzettséggel rendelkezem. Több évig dolgoztam pszichológusként, majd HR területen tevékenykedtem. Jelenleg pedig coachként és pszichológusként segítem a külföldre költözőket és külföldön élőket.

Én is éltem külföldön, ismerem ezeket az élethelyzeteket. Többször is váltottam országot, éltem több helyen Európában és az arab világban, az Egyesült Arab Emírségekben is. Jelenleg átmenetileg Budapesten vagyok.

A költözések miatt személyesen is átéltem az álláskeresés és kulturális beilleszkedés nehézségeit, az állásváltoztatás kihívásait és megoldottam a kapcsolatépítéshez kapcsolódó számtalan feladatot.

Ügyfeleim között külföldön és Magyarországon élő szakemberek is vannak. Projektvezetővel, pénzügyessel, jogással, gyógytornással, mérnökkel, orvossal és nővérrel is dolgoztam együtt sikerrel.

Elérhetőség, időpont kérés:

petra.votisky@nokkulfoldon.hu

<http://nokkulfoldon.hu/>

<http://coachingformastery.com/hun/>

Kedves Költözést Tervező Sorstársam!

Úgy döntöttél, hogy kipróbálsz magad egy másfajta élethelyzetben, más országban, más kultúrában. A bátorságodhoz és a döntésedhez gratulálok. A külföldi élet - akkor is, ha csak rövidebb időtartamú - óriási tanulási, fejlődési lehetőség.

Most a költözést tervezgetve gondolom óriási hegynek és átláthatatlannak tűnik számodra a tennivalók listája. Én is így voltam vele annak idején.

Éppen ezért készítettem ezt a csekklistát, ami a segítségedre lesz abban, hogy lépésről-lépésre végigmenj a tennivalókon.

Egy 6-12 hónapos időtartamot fed le a tennivalóid listája. Ez egy kényelmes tempó. Ne aggódj azonban akkor sem, ha kevesebb időd van. Lehet, hogy sok lépést átugorhatsz, mert már megtetted. Kezeld rugalmasan ezeket az időhatárokat.

Ebben a csekklistában nem írom le a részletes információkat a különböző tennivalókról. Ezekről vagy linket találsz itt a munkafüzetben vagy pedig egyértelmű, hogy hol kell intézni.

Ha elakadtál, bizonytalan vagy, akkor nyugodtan írd a petra.votisky@nokkulfoldon.hu címre. Tudok abban segíteni, hogy hol nézz utána a kérdéseidnek vagy kihez fordulj.

Azt javaslom, hogy hiteles forrásból tájékozódj, ne fórumokról, blogokról. Mi az, ami hiteles forrás: hivatalok oldalai, ügyfélszolgálatok, szakértők, tanácsadók, hivatalos tájékoztató oldalak (pl. EU-s).

Egy kérésem is van hozzád. Sok munkám és energiám fekszik ebben a munkafüzetben. Kérlek ne terjeszd, ne add oda másoknak. Ha van olyan ismerősöd, aki szeretne ilyen, akkor szóljon nekem, mert van lehetőség ennek a megvásárlására.

Köszönöm a megértésedet és együttműködésedet!

Sikeres külföldi életet kívánok!

Uy Petra

FIGYELEM!
AZ ALÁBBI OLDALAK, CSAK RÉSZLETEKET
TARTALMAZNAK A LISTÁBÓL!

4-6 hónappal a költözés előtt

- Frissítsd fel az önéletrajzodat.**

Ezt természetesen korábban is megteheted, különösen, ha hosszú álláskeresésre számítasz a szakmád vagy a célország jellegzetességei miatt.

- Csatlakozz szakmai csoportokhoz a LinkedIn-en vagy Xing-en, ha eddig nem tetted meg.**

Ez akkor is fontos, ha vállalkozóként mész és akkor is, ha alkalmazottnak.

- Kezdd el az álláskeresést.**

Szakmától és célországtól függő intenzitással. Használj külföldi állásportálokat, vedd fel a kapcsolatot kinti fejedelmekkel, más szakemberekkel, építs kapcsolatokat a LinkedIn-en.

- Ha már intenzíven keresel állást, akkor legyen kinti telefonszámod.**

Ezt pl. itt szerezhetsz. <https://tollfreeforwarding.com/free-call-forwarding.html>

- Nézz utána, hogy milyen okiratok szükségesek a célországban.**

Pl. anyakönyvi kivonat, házassági anyakönyvi kivonat, diplomák.... stb. Konzulátuson, leendő munkahelyen, iskolában érdeklődhetsz ezzel kapcsolatban. Azt is nézd meg, hogy mennyire frissnek kell lennie. Ha nem számít, akkor már elkezdheted a hitelesítését. FONTOS! Vannak olyan országok, ahol a munkavállalási engedély megszerzése 6-12 hónap is lehet onnan kezdve, hogy van állásod. Erre figyelj az információgyűjtés során. Itt kezdheted az okiratokkal kapcsolatos információszerzést:

<http://nokkulfoldon.hu/okiratok-hitelesitese-kulfoldre-utazas-elott/>

1 hónappal a költözés előtt

- Kezdd el összeszedni azokat a holmikat, amiket vinni szeretnél.**

Szerezz megfelelő hordozóeszközöket: táskákat, dobozokat. Amire már nem lesz szükséged a következő időszakban, azt el is pakolhatod. Legyél kritikus: amihez egy éve nem nyúltál, arra tutira nem lesz szükséged az első időszakban. Nyugodtan folytathatod a lomtalanítást is. A gyerek is vegyen részt ebben a pakolásban.

- Már van állásod vagy tudod, hogy hogyan alapítod meg a céget (esetleg meg is alapítottad) - Egyeztess a munkáltatóval még egyszer a munkakezdésről.**

Időpont, mi az, amiben segít a kezdeti időszakban stb.

- Ha van gyereked, akkor szólj a jegyzőnek és az iskolában, óvodában, hogy külföldre költöztök, hogy ne keressék a gyereket.**

- Nézd meg, hogy mi az, amit még át tudsz állítani online-ra.**

Állítsd is át. PI. számlák, bank stb.

- Legyenek online kommunikációs lehetőségeid.**

PI. Skype, Viber

Itt kezd: <http://nokkulfoldon.hu/hogyan-tarthatjuk-a-kapcsolatot-baratainkkal/>

- A háziállatod legyen felkészítve az utazásra.**

Megfelelő oltások, papírok legyenek rendben.

Még egy kis egészségügyi felkészülés:

- Váltsd ki a gyógyszereket, készítsd össze a legfontosabb gyógyszereket, amelyekre szükséged lehet:**

Fájdalomcsillapító, lázcsillapító stb. Kint lehet, hogy nem fogod rögtön megtalálni a megfelelőt vagy csak recepttel tudod kiváltani.

Sikeres külföldi életet kívánok!

Vg Petra

UI: Ne feledd, ha bármi kérdésed van, írd a petra.votisky@nokkulfoldon.hu-ra. ☺