

De complete checklist voor Belgen die correct, veilig en met rust willen vertrekken



door Steffy Paenen - Emigratie coach

3 Inleiding

5 Waarom ik dit deel.

7 De zeven domeinen

27 De emigratie checklist

30 BONUS : Printables & online
emigratiemap

48 Belangrijke websites voor wie België
wil verlaten

50 Outro

Waarom deze checklist bestaat?

Emigreren is een van de grootste administratieve en persoonlijke veranderingen in je leven.

Je moet zoveel regelen, op zoveel verschillende plaatsen, in zoveel verschillende volgordes... dat het heel logisch is dat je op een bepaald moment denkt:

“Waar moet ik beginnen? En hoe zorg ik dat ik niets vergeet?”

Die vraag krijg ik bijna dagelijks.

Want zelfs de meest georganiseerde mensen verliezen overzicht zodra het gaat over:

- documenten
- verzekeringen
- belastingen
- bankzaken
- contracten
- gezondheid
- auto
- uitschrijving
- buitenlandse regels

En dat is geen fout.

Dat is gewoon hoe complex een emigratie is.

Daarom heb ik deze checklist gemaakt:
Niet als een e-book, niet als theorie,
maar als een praktisch, superduidelijk
document
dat je stap voor stap door je volledige
voorbereiding loodst.

Zodat jij:

- overzicht hebt
- in de juiste volgorde werkt
- geen belangrijke stappen overslaat
- rust krijgt in je hoofd
- tijd, geld en frustratie bespaart
- correct en zonder fouten vertrekt uit België

Zie dit als jouw persoonlijke emigratie-assistent:
afvinkbaar, logisch opgebouwd en makkelijk te
volgen.

Emigreren wordt nooit perfect.
Maar met deze checklist wordt het wel
duidelijk, beheersbaar en veel rustiger.



Over mij en waarom ik dit voor je maak.

Hey, ik ben Steffy Paenen.

Vlaamse emigratiecoach, mama van twee, ondernemer en sinds augustus 2024 ook iemand die haar hele leven naar Zuid-Spanje verhuisde.

Toen wij vertrokken, ontdekte ik één ding heel snel:

Het praktische stuk van emigreren is geen kleine administratieve taak.

Het is een volledige, complexe transitie.

Ik ben zelf door:

- de papierwinkel,
- de discussies met diensten,
- de onverwachte documenten,
- de verkeerde info,
- de dubbele kosten,
- en de stress van dingen die “nog in orde moeten komen”gegaan.

En net daardoor weet ik hoe belangrijk het is dat je:

- een duidelijk overzicht hebt
- in de juiste volgorde werkt
- weet wat wél en niet moet
- en vooral: dat je rust voelt tijdens je vertrek

Vandaag begeleid ik Vlaamse vrouwen die willen emigreren of al verhuisd zijn en ik zie keer op keer dezelfde nood:

Geef mij gewoon alles op een rij, zonder gedoe, zonder ruis, zodat ik met vertrouwen kan vertrekken.

Daarom maakte ik deze checklist.

Niet om je te overrompelen,
maar om je precies dat te geven waar je in dit proces het meest nood aan hebt:
duidelijkheid, overzicht en praktische houvast.
Veel succes met jouw voorbereiding
en neem het stap voor stap.

Veel liefs,
Steffy



Domein 1

Persoonlijke documenten

Zonder de juiste documenten kun je in het buitenland niets regelen:

geen inschrijving, geen school, geen bank, geen zorg, geen werk.

Daarom begint een correcte emigratie altijd bij dit domein.

Gebruik onderstaande checklist stap voor stap alles wat hier in orde is, bespaart je later uren frustratie.

Identiteitskaart (EID)

- ☐ Geldigheid controleren (min. 6 maanden na vertrek)
- ☐ Indien onvoldoende geldig → vernieuwen voor vertrek
- ☐ PIN & PUK codes verzamelen en bewaren
- ☐ Kopie maken (fysiek én digitaal)

Paspoort

- ☐ Geldigheid controleren (min. 6 maanden)
- ☐ Tijdig vernieuwen indien nodig
- ☐ Reservepasfoto's voorzien
- ☐ Digitale kopie opslaan

Let op: Sommige landen ook binnen Europa (en scholen/banken daar) vragen alsnog een paspoort.



Rijbewijs

- ☐ Enkel nog kaartmodel is in veel landen geldig → papieren rijbewijs vernieuwen
- ☐ Geldigheid nakijken

Veelgemaakte fout:

Belgen vertrekken nog met een papieren rijbewijs en lopen vast bij verzekering of autohuur.

Documenten burgerlijke stand

- ☐ Uittreksel gezinssamenstelling
- ☐ Geboorteakten (internationaal model)
- ☐ Huwelijksakte / burgerlijke staat (indien relevant)
- ☐ Eventuele echtscheidingsdocumenten

Let op: Sommige landen eisen beëdigde vertalingen, vraag dit tijdig na.

Verklaringen & officiële stukken

(optioneel per situatie)

- ☐ Strafblad (uittreksel model 596.2 indien gevraagd)
- ☐ Werkgeversattest
- ☐ Schoolattesten van kinderen
- ☐ Bewijs van inkomen of zelfstandige activiteit



Extra zekerheid

- ☐ Internationaal pasfoto-set
- ☐ Kopieën van ALLE documenten in één fysieke map
- ☐ Digitale back-up in cloud (Google Drive / iCloud / Dropbox)
- ☐ USB-stick met documenten (optioneel)

Waarom:

Administratie in het buitenland is minder gestroomlijnd.

Een document dat je vandaag niet nodig hebt, kan morgen wel gevraagd worden.

Dit domein is je fundament.

Hoe beter dit in orde is, hoe vlotter alle volgende stappen zullen verlopen.



Domein 2

Belgische administratie

Wanneer je België verlaat, verandert niet alleen je adres, je administratieve relatie met België verandert automatisch mee.

Dit domein zorgt ervoor dat je vertrek klopt en dat je later geen verrassingen krijgt.

Gemeente & officiële uitschrijving

- ☐ Informeer bij je gemeente wanneer je je moet uitschrijven
- ☐ Vraag of uitschrijven op afstand mogelijk is
- ☐ Registreer nooit te vroeg je vertrekdatum
- ☐ Bewaar bewijs van uitschrijving

Let op: Te vroeg uitschrijven kan gevolgen hebben voor verzekeringen, mutualiteit en belastingen.

My eBox / officiële digitale post

- ☐ Activeer vóór vertrek
- ☐ Meldingen aanzetten
- ☐ Check welke diensten eraan gekoppeld zijn

Waarom: De Belgische overheid communiceert digitaal, ook nadat je vertrokken bent.



Belastingen

- ☐ Noteer dat je bij emigratie meestal een aparte aangifte hebt
- ☐ Boekhouder/fiscalist contacteren vóór vertrek
- ☐ Overzicht maken van Belgische inkomsten die nog belast worden
- ☐ Documenten van het lopend jaar verzamelen

Veelgemaakte fout: Mensen weten niet dat ze na emigratie vaak nog één laatste Belgische aangifte moeten indienen.

Sociale zekerheid & mutualiteit

- ☐ Informeer hoe je rechten veranderen na vertrek
- ☐ Mutualiteit nog niet meteen opzeggen (tijdstip is belangrijk)
- ☐ Kinderbijslag / groeipakket controleren (indien van toepassing)

Tip: De timing van opzeg en inschrijving in een nieuw zorgsysteem verschilt per land.



Post en volmachten

- ☐ Optioneel: postdoorzending aanvragen
- ☐ Volmacht aan vertrouwenspersoon voor belangrijke documenten
- ☐ Check welke diensten nog fysieke brieven sturen

Waarom: Sommige banken, verzekeringen en overheidsdiensten sturen nog papier.

Notities & overzicht

- ☐ Lijst maken van alle Belgische diensten waar je actief staat
- ☐ Alles markeren wat gekoppeld is aan je Belgisch adres
- ☐ Bewijzen van opzeg of uitschrijving digitaal bewaren

Dit domein zorgt ervoor dat je duurzaam, officieel en zonder losse eindjes uit België vertrekt.

Correct afronden = minder stress en minder verrassingen achteraf.



Domein 3

Wonen en contracten

Wanneer je België verlaat, laat je meer achter dan een woning.

Je laat ook een heel netwerk van contracten, abonnementen en lopende verplichtingen achter.

Dit domein vraagt vaak veel meer tijd en opvolging dan je verwacht. Zeker omdat elk bedrijf zijn eigen opzegtermijnen en procedures heeft.

Woning (huur of eigendom)

Als je huurt:

- ☐ Opzegtermijn in je contract controleren
- ☐ Huur officieel opzeggen (schriftelijk)
- ☐ Overdrachtsdocument opmaken bij vertrek
- ☐ Meterstanden correct doorgeven
- ☐ Waarborg tijdig terugvragen

Als je eigenaar bent:

- ☐ Beslissen: verkopen, verhuren of leeg laten?
- ☐ Makelaar contacteren indien nodig
- ☐ Overdracht regelen bij verkoop
- ☐ Verzekering aanpassen na verandering van gebruik

Veelgemaakte fout: Mensen denken dat energiecontracten automatisch stoppen wanneer ze “de sleutel afgeven”. Dat is niet zo.



Nutsvoorzieningen

(Gas – Elektriciteit – Water)

- ☐ Contracten opzeggen
- ☐ Of overzetten naar nieuwe bewoner/huurder
- ☐ Eindmeters noteren + foto's maken
- ☐ Schriftelijke bevestiging opzeg bewaren

Tip: Plan dit op tijd, sommige maatschappijen rekenen 30 kalenderdagen.

Internet & Telefonie

- ☐ Contract nakijken op looptijd en opzegtermijn
- ☐ Modem/TV-box retour regelen
- ☐ Abonnementen stopzetten of pauzeren

Opmerking: Providers rekenen vaak een resterende contractduur aan. Check dit vooraf.

Verzekeringen gelinkt aan de woning

- ☐ Brandverzekering opzeggen of overzetten
- ☐ Inboedelverzekering stopzetten
- ☐ Schadegevallen afsluiten voor vertrek

Tip: Sluit deze pas af nadat nutsvoorzieningen en woningstatus geregeld zijn



Abonnementen & lidmaatschappen

(Deze vergeten mensen het vaakst)

- ☐ Sportclub
- ☐ Kinderopvang / jeugdbeweging
- ☐ Kranten / magazines
- ☐ Streamingdiensten (bijv. Play Sports)
- ☐ Bibliotheeklidmaatschap
- ☐ Lokale verenigingen

Waarom dit belangrijk is:

Abonnementen blijven stilzwijgend doorlopen als je ze niet actief stopzet.

School & kinderadministratie

(indien van toepassing)

- ☐ Uitschrijven volgens schoolprocedure
- ☐ Attesten en rapporten opvragen
- ☐ Zorg- of begeleidingsplannen meenemen

Overzicht & bewijs

- ☐ Bewijzen van alle opzeggingen bewaren
- ☐ Datum van stopzetting noteren
- ☐ Documenten in één map houden (digitaal + fysiek)

Pro-tip:

Maak een Excel- of Google Sheet met alle contracten + opzegdatum.

Dit geeft meteen overzicht.



Dit domein rondt je oude leven netjes af.

Hoe sneller je dit regelt, hoe minder losse eindjes en kosten je meeneemt in je nieuwe hoofdstuk.

Domein 4 - Verzekeringen

Bij emigreren merk je dat sommige verzekeringen vanzelf wegvallen of mee verhuizen, maar andere blijven gewoon doorlopen als je ze niet actief beëindigt. Dat zijn precies de polissen die in dit domein thuishoren.

Dit domein voorkomt dat je in België onnodig dubbel verzekerd blijft of dat belangrijke contracten blijven verderlopen zonder dat je het doorhebt.

Familiale verzekering

- ☐ Controleren of de polis geldt bij permanent verblijf in het buitenland
- ☐ Eventueel stopzetten als je deze niet meeneemt
- ☐ Documentatie bewaren

Let op: In veel landen bestaat “familiale” niet zoals in België.

Levensverzekering

- ☐ Polisvoorwaarden controleren bij verhuis naar buitenland
- ☐ Nuttig of relevant houden?
- ☐ Eventuele fiscale gevolgen bespreken met adviseur

Tip: Sommige levensverzekeringen veranderen van statuut bij emigratie.



Schuldsaldoverzekering

(indien je eigenaar bent)

- ☐ Polisvoorwaarden nakijken
- ☐ Controleren of er wijzigingen nodig zijn als je verhuurt of verkoopt
- ☐ Bewijsstukken bewaren

Ongevallenverzekering

(persoonlijk of voor kinderen)

- ☐ Check dekking bij langdurig verblijf in buitenland
- ☐ Stopzetten indien niet meer relevant
- ☐ Alternatieven in nieuwe land bekijken

Rechtsbijstand

- ☐ Polisvoorwaarden controleren bij emigratie
- ☐ Stopzetten als de dekking enkel in België geldt
- ☐ Bewijs van stopzetting bewaren

Veelgemaakte fout: Mensen laten deze lopen terwijl ze in het buitenland niets aan de dekking hebben.

Administratief overzicht

- ☐ Overzicht maken van ALLE lopende verzekeringen
- ☐ Beslissen: behouden, aanpassen of stopzetten
- ☐ Opzegtermijnen controleren
- ☐ In één map alle polissen en bewijzen bewaren



Dit domein ruimt de verzekeringen op die anders onnodig blijven doorlopen.

Je bespaart geld, voorkomt dubbele dekking en maakt ruimte voor nieuwe polissen in je nieuwe land.

Domein 5

Financiële voorbereiding

Financiën zijn één van de grootste stressfactoren bij emigratie.

Niet omdat het ingewikkeld is, maar omdat er veel kleine dingen fout kunnen lopen als je vertrekt zonder duidelijk overzicht.

Dit domein focust op alles wat je in België moet afronden, controleren of voorbereiden voor je vertrekt zodat je niet voor verrassingen komt te staan.

Belgische bankzaken

- ☐ Bank informeren over je verhuis naar buitenland
- ☐ Controleren of je bank buitenlandse adressen accepteert
- ☐ Limieten instellen voor internationaal gebruik
- ☐ Kaarten controleren op geldigheid (debit/credit)
- ☐ Online banking updaten en testen

Tip: Meld je verhuis voor je vertrekt.



Domiciliëringen & automatische betalingen

- ☐ Overzicht maken van ALLE automatische betalingen
- ☐ Stopzetten van abonnementen die niet meer nodig zijn
- ☐ Controleren welke domiciliëringen stilzwijgend doorgaan
- ☐ Betalingen koppelen aan een rekening die je behoudt

Veelgemaakte fout:

Streamingdiensten, sportabonnementen of nutsbetalingen blijven maanden (zelfs jaren) doorlopen.

Kredieten & leningen (indien van toepassing)

- ☐ Overzicht maken van lopende leningen
- ☐ Bank op de hoogte brengen van verhuis
- ☐ Controleren of aanvullende documenten vereist zijn
- ☐ Contactgegevens updaten bij financiële instellingen

Buffer & noodfonds

- ☐ Minimale buffer bepalen voor de periode rond je verhuis
- ☐ Reservebudget opzijzetten voor onverwachte kosten
- ☐ Rekening houden met dubbele kosten tijdens overgangperiode

Pro-tip:

Emigreren kost meestal meer dan gedacht. Een noodbuffer geeft enorm veel gemoedsrust.



Belgische inkomsten

(indien nog van toepassing)

- ☐ Overzicht maken van welke inkomsten blijven na vertrek
- ☐ Documenten verzamelen voor toekomstige belastingaangifte
- ☐ Eventuele contracten of bijberoepen administratief afronden
- ☐ Nagaan welke inkomsten in België belast blijven

Overstapmoment & planning

- ☐ Datum bepalen wanneer je Belgische administratie 'sluit'
- ☐ Dubbele kosten vermijden door correcte timing
- ☐ Duidelijke overgangsperiode inplannen (België → buitenland)

Pro tip : check je planning goed na, dit kan je enorm veel geld kosten of opleveren door je goed te informeren over de wetgeving in het land waar je naartoe gaat. BV voor Spanje is dit enorm belangrijk om dubbele belastingen op je overwaarde van je huis te vermijden!

Dit domein geeft je financiële rust en voorkomt onaangename verrassingen.

Overzicht = minder stress, minder fouten en een veel lichter vertrek.



Domein 6

Mobiliteit

Mobiliteit wordt vaak pas op het einde bekeken, maar dit domein bevat enkele van de meest vergeten en foutgevoelige stappen van een emigratie.

In bijna elk land gelden andere regels voor nummerplaten, verzekeringen en geldigheid van documenten.

Rijbewijs

- ☐ Controleren of je een kaartmodel hebt (papieren rijbewijzen worden in veel landen niet aanvaard)
- ☐ Geldigheid nakijken
- ☐ Kopie maken (fysiek + digitaal)
- ☐ Eventuele categorieën checken (motor, aanhanger, enz.)

Veelgemaakte fout:

Vertrekken met een papieren rijbewijs geeft problemen bij verzekering of autohuur.

Auto — beslissen wat je doet

- ☐ Kies: meenemen / verkopen / achterlaten / later invoeren
- ☐ Informatie verzamelen over invoerregels (indien van toepassing)
- ☐ Tijdslijn bepalen zodat verzekering correct blijft lopen

Waarom belangrijk:

Een verkeerde timing kan leiden tot onverzekerde periodes of boetes.



Autoverzekering (BE)

- ☐ Verzekeraar informeren over je verhuis
- ☐ Controleren hoelang je verzekerd blijft met Belgische nummerplaat
- ☐ Dekking checken voor langdurig verblijf in buitenland
- ☐ Polis aanpassen of stopzetten wanneer auto verkocht of ingevoerd wordt
- ☐ Bewijs van stopzetting bewaren

Veelgemaakte fout:

Denken dat een Belgische autoverzekering geldig blijft wanneer de auto permanent in het buitenland staat.

Nummerplaat & inschrijving

- ☐ Controleren hoelang je met Belgische nummerplaat in het buitenland mag rijden
- ☐ Nummerplaat correct inleveren bij verkoop of schrapping
- ☐ Document inschrijving voertuig bewaren (formulier DIV)

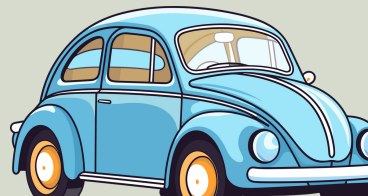
Let op:

Regels verschillen per land en verzekeraar.

Keuring & technische staat

- ☐ Controleren of keuring nog geldig is bij vertrek
- ☐ Keuring regelen vóór verkoop of overdracht
- ☐ Bewijsstukken bewaren

)



Documenten voertuig

- ☐ Inschrijvingsbewijs Deel 1
- ☐ Inschrijvingsbewijs Deel 2
- ☐ Certificaat van Overeenstemming (COC)
- ☐ Verzekeringsbewijs (groene kaart)
- ☐ Onderhoudsboekje of belangrijke facturen (bij verkoop)

Tip: Maak van elk document een digitale scan.
Buitenlandse diensten vragen vaak kopieën.

Alternatieven indien auto niet meegaat

- ☐ Tijdelijke huurauto's bekijken
- ☐ Openbaar vervoer info in buitenland opzoeken
- ☐ Eventuele mobiliteitskosten opnemen in je budgetplanning

Bewijzen & administratie

- ☐ Digitale map maken met ALLE voertuig- en verzekeringsdocumenten
- ☐ Kopieën bewaren van: opzeg, verzekering, keuring, export, verkoop...
- ☐ Tijdslijn bijhouden (wanneer auto weg is, wanneer verzekering stopt, enz.)

Mobiliteit bepaalt je vrijheid in de eerste weken na je verhuis.

Door dit domein op tijd te regelen, vermijd je risico's, boetes en onverwachte blokkades.



Domein 7

Gezondheid en welzijn

Emigreren is niet alleen papierwerk.

Het is ook een fysieke en mentale overgang naar een nieuw leven.

En net dat maakt dit domein belangrijker dan veel mensen denken.

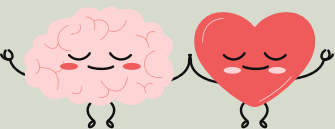
Mutualiteit

- ☐ Informeren hoe je uitschrijving werkt wanneer je emigreert
- ☐ Mutualiteit nog niet te vroeg stopzetten (veel mensen doen dit fout)
- ☐ Documenten opvragen die je nodig hebt voor inschrijving in je nieuwe land
- ☐ Eventuele terugbetalingen afronden vóór vertrek
- ☐ Contactgegevens en dossierinformatie bewaren

Waarom dit belangrijk is:

Je mutualiteit geeft een deel van de administratieve basis voor je zorgcontinuïteit. Te vroeg uitschrijven kan problemen geven met:

- terugbetalingen
- hospitalisatie die nog loopt
- documenten die je nodig hebt voor het buitenland



Medisch dossier

- ☐ Medisch dossier opvragen bij huisarts
- ☐ Specialistenverslagen verzamelen
- ☐ Overzicht medicatie + dosering laten afdrukken
- ☐ Vaccinatieoverzicht downloaden of meenemen

Medicatie

- ☐ Voorraad voor de eerste weken/maanden voorzien
- ☐ Voorschriften op papier opvragen indien nodig
- ☐ Controleren of medicatie verkrijgbaar is in het buitenland

Vaccinaties

- ☐ Vaccinatiekaart meenemen
- ☐ Check of bepaalde vaccinaties aangeraden worden in je nieuwe land

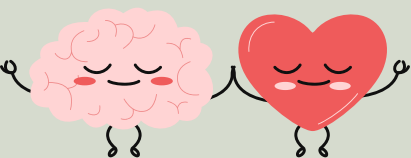
Tandarts

- ☐ Laatste controle voor vertrek
- ☐ Lopende behandelingen afronden
- ☐ Röntgenfoto's opvragen indien beschikbaar

Gezondheid van kinderen

(indien van toepassing)

- ☐ School- of CLB-dossiers opvragen
- ☐ Allergieën / medicatie overzicht maken
- ☐ Vaccinatiestatus controleren

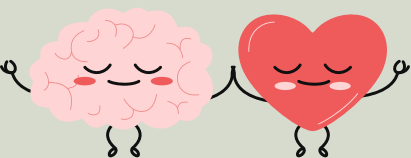


Psychisch & emotioneel welzijn

- ☐ Tijd nemen om afscheid en overgang te verwerken
- ☐ Stress minimaliseren door planning en realistische verwachtingen
- ☐ Gezinsafspraken maken rond de verhuisperiode

Mutualiteit + medische voorbereiding = je sterkste bescherming tijdens de overgang.

Een goede voorbereiding hier voorkomt stress én praktische problemen in de eerste weken na aankomst.



De mega checklist :

DOMEIN 1 — Persoonlijke documenten

- ☐ Identiteitskaart geldig (min. 6 maanden)
- ☐ Paspoort geldig (min. 6 maanden)
- ☐ Papieren rijbewijs vernieuwd naar kaartmodel
- ☐ Kopieën maken (fysiek + digitaal)
- ☐ Documenten burgerlijke stand (gezinssamenstelling, geboorteakten, huwelijk...)
- ☐ Eventuele attesten (werk, inkomen, school)
- ☐ Documenten digitaal opgeslagen

DOMEIN 2 — Belgische administratie

- ☐ Gemeente informeren over uitschrijving
- ☐ Bewijs van uitschrijving bewaren
- ☐ My eBox activeren + meldingen aan
- ☐ Boekhouder gecontacteerd over laatste aangifte
- ☐ Documenten lopend belastingjaar verzamelen
- ☐ Mutualiteit timing besproken (niet te vroeg uitschrijven)
- ☐ Kinderbijslag/Groeipakket controleren
- ☐ Postdoorzending regelen (optioneel)
- ☐ Volmacht aan vertrouwenspersoon (indien nodig)
- ☐ Overzicht maken van alle gekoppelde Belgische diensten

DOMEIN 3 — Wonen & contracten

- ☐ Huur opzeggen of afspraken regelen bij verkoop/verhuur
- ☐ Overdrachtsdocument + meterstanden
- ☐ Nutsvoorzieningen (gas/water/elektriciteit) stopzetten of overzetten
- ☐ Internet & telefonie opzeggen / aanpassen
- ☐ Brand- en inboedelverzekering afronden
- ☐ Sportclubs stopzetten
- ☐ Streamingdiensten opzeggen
- ☐ School/opvang uitschrijven
- ☐ Bewijzen van ALLE opzeggingen bewaren

DOMEIN 4 — Overige verzekeringen

- ☐ Familiale verzekering controleren / stopzetten
- ☐ Levensverzekering checken op gevolgen bij emigratie
- ☐ Schuldsaldoverzekering updaten (indien eigenaar)
- ☐ Ongevallenverzekering (persoonlijk/kinderen) checken
- ☐ Rechtsbijstand stopzetten indien onbruikbaar in buitenland
- ☐ Overzicht maken van ALLE lopende verzekeringen

DOMEIN 5 — Financiële voorbereiding

- ☐ Bank informeren over verhuis
- ☐ Kaarten & limieten controleren
- ☐ Domiciliëringen overlopen
- ☐ Lopende leningen/contracten gecheckt
- ☐ Financiële buffer bepaald
- ☐ Overzicht van Belgische inkomsten na vertrek
- ☐ Belangrijke bank- en financiële documenten downloaden

DOMEIN 6 — Mobiliteit

- ☐ Rijbewijs geldig + kaartmodel
- ☐ Plan gemaakt: auto meenemen / verkopen / invoeren
- ☐ Autoverzekeraar geïnformeerd
- ☐ Dekking voor buitenland gecheckt
- ☐ Keuring geldig
- ☐ Inschrijvingsbewijs deel 1
- ☐ Inschrijvingsbewijs deel 2
- ☐ COC (gelijkvormigheidsattest)
- ☐ Groene kaart
- ☐ Onderhoudsboekje

DOMEIN 7 — Gezondheid & welzijn

- ☐ Mutualiteit info + timing op orde
- ☐ Medisch dossier opgevraagd
- ☐ Medicatievoorraad
- ☐ Voorschriften
- ☐ Vaccinatiekaart
- ☐ Tandartscontrole
- ☐ CLB / schooldossiers (indien kinderen)
- ☐ Psychische/emotionele voorbereiding afgestemd met gezin

EXTRA TO-DO'S

- ☐ Digitale map “Emigratie 202X” maken
- ☐ Papieren map “Belangrijke Documenten” klaarzetten
- ☐ Alles dubbel opslaan (online + fysiek)

BONUS — Tools voor meer overzicht & rust tijdens je voorbereiding

Een goede checklist helpt je bepalen wat je moet doen.

Maar overzicht bewaren tijdens je voorbereiding is minstens even belangrijk.

Daarom krijg je hier twee extra tools die je emigratie nog rustiger, overzichtelijker en georganiseerder maken:

- 1. Printbare voorbladen voor je fysieke emigratiemap**
- 2. Een digitale mapstructuur die je meteen kan gebruiken in Google Drive**

Deze bonus maakt het makkelijker om alles op een plek te bewaren, duidelijk, gestructureerd en altijd terugvindbaar.

Inleiding op de printables

Maak je eigen Emigratiemap

Emigreren brengt veel papierwerk, documenten en bevestigingen met zich mee.

En eerlijk: het is vaak niet het werk zelf dat overweldigend voelt, maar het overzicht dat je onderweg verliest.

Daarom vind je op de volgende pagina's printbare voorbladen die je kan gebruiken om jouw eigen Emigratiemap samen te stellen.

Je kan:

- een ordner gebruiken,
- elk domein een aparte sectie geven,
- documenten erin schuiven zodra je ze verzamelt of afrondt,
- en makkelijk terugvinden wat je al gedaan hebt en wat nog moet.

Zie het als jouw fysieke ankerpunt tijdens de voorbereiding.

Een plek waar alles samenkomt.

Een plek die rust brengt.

De printables zijn verdeeld per domein, zodat je administratie net zo overzichtelijk voelt als jouw checklist.

Gebruik ze op jouw manier:

kleurcodes, stickertjes, notities...

alles wat jou helpt om overzicht te bewaren.

Je hoeft emigreren niet perfect te doen, maar een goed georganiseerde map maakt het wel een heel stuk lichter.



Mijn Emigratiemap

*Alle belangrijke documenten voor mijn
vertrek uit België*



Persoonlijke documenten

*Alle identiteits-, en officiële documenten
die ik nodig heb voor mijn vertrek uit
België.*

Documenten in dit domein

Notities

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no text or other markings on the paper.



Administratie België

*Documenten en verplichtingen die ik moet
afmaken bij gemeente, mutualiteit,
belastingen en andere Belgische
diensten.*

Notities



Wonen & Contracten

*Alle papieren en opzeggingen rond huur,
verkoop, nutsvoorzieningen,
abonnementen en andere lopende
contracten.*

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Overige verzekeringen

*Familiale, levensverzekering,
schuldsaldo, ongevallen &
rechtsbijstand.*

*Alles wat moet worden aangepast,
stopgezet of gecheckt bij emigratie.*

Notities

[illegible]

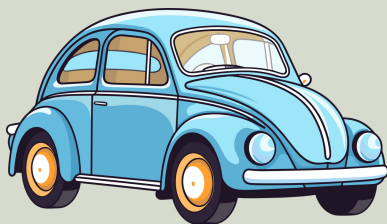


Financiële voorbereiding

*Bankzaken, domiciliëringen , leningen,
budget, buffer en financiële documenten
die ik nodig heb voor vertrek.*

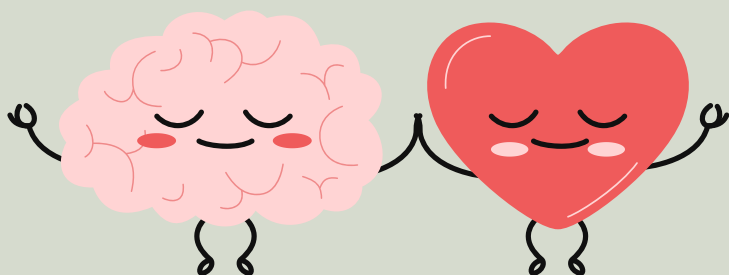
Notities

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no text or other markings on the paper.



Mobiliteit

*Rijbewijs, voertuigdocumenten,
autoverzekering, keuring, verkoop of
invoer van het voertuig.*



Gezondheid & Medisch dossier

*Medisch dossier, mutualiteit, medicatie,
vaccinaties, tandarts, schoolverslagen
van kinderen en zelfzorg tijdens
emigratiestress.*

Notities



Bewijzen en overdrachten

Hier komen alle print screens van opzeggingen, bevestigingen, e-mails, bewijsstukken, tijdslijnen en officiële antwoorden.

Jouw Digitale Emigratiemap

Emigreren brengt veel documenten met zich mee.

En hoe goed je fysieke map ook werkt, je hebt bijna altijd ook een digitale plek nodig waar alles veilig, overzichtelijk en snel terugvindbaar is.

Daarom heb ik voor jou een kant-en-klare online emigratiemap gemaakt in Google Drive.

Met één klik krijg je toegang tot een volledig uitgewerkte mappenstructuur, verdeeld per domein, klaar om te gebruiken.

Je hoeft zelf niets meer aan te maken of te organiseren je maakt gewoon een kopie van de template en vult ze aan met jouw documenten.

Het is de manier om:

- alles overzichtelijk te bewaren,
- niets kwijt te raken,
- documenten makkelijk terug te vinden,
- en stress te vermijden tijdens je voorbereiding en je vertrek.

👉 Klik hieronder om je digitale emigratiemap te openen en te kopiëren naar je eigen Drive:

👉 **[KLIK HIER VOOR DE LINK NAAR JOUW GOOGLE DRIVE TEMPLATE](#)**

Hoe gebruik je de digitale emigratiemap (Google Drive)

1. Klik op de link op de vorige pagina in dit e-book

2. Je komt terecht in de map:

“Emigratiemap – TEMPLATE” in Google Drive.

3. Log in met je Google-account

Heb je nog geen Google-account? Maak er eerst eentje aan (gratis).

4. Zorg dat de map in jouw Drive verschijnt

Klik bovenaan op “Toevoegen aan Drive”

→ zo komt de template-map in jouw eigen Google Drive te staan.

5. Maak er jouw persoonlijke map van

- Ga in jouw Google Drive naar de map
- Hernoem ze naar:
- “Emigratie 2026 – [jouw naam]”
- Gebruik de 7 domeinmappen + BONUS-map zoals ze zijn
- en voeg daar je eigen documenten aan toe.

6. Bewaar hier alles wat belangrijk is

Scan of fotografeer je documenten en sla ze op in de juiste domeinmap. Zo heb je altijd een digitale back-up bij je op je laptop én op je telefoon.

Tip: maak ook een snelkoppeling naar deze map op je smartphone, zodat je tijdens afspraken of in het gemeentehuis altijd alles bij de hand hebt.

Belangrijke officiële websites voor wie België verlaat

RIZIV : Ziekteverzekering in het buitenland (EU & buiten EU)

Hoe je verzekerd blijft wanneer je verhuist, info over het S1-document en de Europese ziekteverzekeringskaart.

<https://www.riziv.fgov.be/nl/thema-s/verzorging-kosten-en-terugbetaling/internationaal/wonen>

FOD Financiën — België verlaten (fiscale regels)

Wat gebeurt er met je belastingaangifte wanneer je vertrekt?

Wanneer ben je nog belastingplichtig in België?

<https://fin.belgium.be/nl/particulieren/internationaal/belgie-verlaten>

FOD Buitenlandse Zaken — Sociale zekerheid in het buitenland

Informatie over kinderbijslag, ziekteverzekering, pensioen en je rechten/plichten bij emigratie.

<https://diplomatie.belgium.be/nl/voor-belgen-het-buitenland/sociale-zekerheid-buitenland>

Groeipakket Vlaanderen — Kinderbijslag bij verblijf in het buitenland

Alles over kinderbijslag wanneer je naar het buitenland verhuist, binnen of buiten de EU.

<https://www.groeipakket.be/tegemoetkomingen/buitenland>

Laat je niet afschrikken door de hoeveelheid.

Een checklist zoals deze kan in het begin overweldigend lijken.

En eerlijk?

Toen ik zelf emigreerde had ik géén checklist zoals deze...

en bij mij was de helft ook niet in orde toen we vertrokken.

En toch kwamen we er.

Emigreren hoeft niet perfect te zijn.

Je hoeft niet alles tegelijk te regelen.

Je hoeft niet elke stap foutloos te doen.

Wat deze checklist vooral doet, is rust brengen in je hoofd.

Het geeft je overzicht, richting en een duidelijk verschil tussen

“wat moet nu” en “wat kan later”.

Gebruik dit document als een houvast, niet als een rapport.

Elke stap die je afvinkt is één stukje meer rust in je vertrek.

Je doet dit goed.
Echt.



Waarvoor je bij mij terecht kan als je merkt dat je meer nodig hebt dan een checklist

Deze checklist geeft je structuur, maar emigreren raakt meestal meer dan alleen papierwerk.

Daarom begeleid ik mensen op verschillende manieren van praktische helderheid tot emotionele rust en verbinding.

Je bent welkom in wat jij nu nodig hebt:

1. De Emigratie Crew — jouw veilige community

Voor vrouwen die willen emigreren of al in het buitenland wonen.

Hier vind je:

- herkenning (zoveel!)
- echte gesprekken
- oefeningen voor rust & zelfvertrouwen
- maandelijks thema's
- een plek waar je niet moet uitleggen "hoe het voelt"

[!\[\]\(4278337c65c15731be80e79a843d9a8b_img.jpg\) Klik hier om jouw intake call te boeken — zo ontdek ik welke noden jij hebt en of The Crew iets voor jou kan zijn..](#)

2. Emigratie Talks — live verbinding & echte gesprekken in België

Mijn live gatherings in België waar we samenkomen rond de emoties van emigreren.

Een namiddag vol herkenning, inzichten, humor, en zachte eerlijkheid.

We werken met beperkte plaatsen.

De volgende editie wordt binnenkort aangekondigd.

[!\[\]\(df25e928c649ee1d7f36b411ba46b2e6_img.jpg\) Schrijf je hier in op de interesselijst van Emigratie Talks](#)

✨ 3. Emigratie Clarity — één-op-één helderheid

Voor als je voelt dat je:

- vastzit in twijfel
- heen-en-weer geslingerd wordt tussen België en het buitenland
- emoties wilt verwerken
- keuzes wil maken die echt bij jou passen
- rust en richting wil, zonder 1000 meningen van anderen

In Clarity kijken we samen naar jouw situatie en vind je het vertrouwen terug in jezelf en je beslissing.

[!\[\]\(2a4282dc455b24a8719bbd3b8683d6a8_img.jpg\) Ontdek hier Emigratie Clarity.](#)

Je hoeft dit niet alleen te doen.
Echt niet.

December Extra — enkel tijdelijk beschikbaar

🌟 29/12 — Dream & Vision Workshop 2026(BE)

Voor iedereen die zijn nieuwe jaar bewust wil vormgeven.

🌟 29/12 — Emigratie Roadmap 2026(BE)

Voor wie in 2026 wil vertrekken en nood heeft aan een duidelijk plan.

🌟 Emigratie Calibration Sessies (BE)

Exclusieve, één-op-één sessies voor wie het jaar wil starten met focus, rust en richting.

👉 Wil je meer info over de decemberworkshops of de 1:1 Emigratie calibrations?

Stuur me gewoon een berichtje op Instagram (@steffypaenen) of via e-mail info@steffypaenen.com

Ik stuur je met plezier alle details door.

“Niemand vertrekt perfect
voorbereid.
Maar wie weet
wat belangrijk is,
vertrekt wel met vertrouwen.”



www.steffypaenen.com



[steffypaenen](https://www.instagram.com/steffypaenen)



Podcast : Families over de grens