

Arbeitsblätter zum Auswanderer-Handbuch

Druckfassung für die praktische Vorbereitung. Jede Tabelle enthält ein Beispiel und freie Felder zum Ausfüllen.

Arbeitsblatt: Weg-von/Hin-zu-Liste

Weg-von: Was stört mich?	Hin-zu: Welches Ziel löst das besser?	Neuer Preis / neues Risiko	Mein eigener Beitrag / Mehrwert
Beispiel: Ich will weniger Bürokratie.	Philippinen: manche Alltagsdinge sind informeller.	Visa, Krankenversicherung und Dokumente muss ich selbst stärker im Griff haben.	Ich bleibe respektvoll, lerne lokale Abläufe und beschwere mich nicht permanent über Unterschiede.

Arbeitsblatt: Sparphase und Kapitalaufbau

Bereich	Meine Zahl / Entscheidung	Nächste Aktion
Beispiel: Zielkapital	50.000 Euro bis 31.12.2028	Monatliche Sparrate auf 900 Euro prüfen
Aktueller Stand		
Monatliche Sparrate		
3-Monats-Ausgabenprotokoll gestartet am		
Größte Geldlecks		
Abos / Mitgliedschaften		
Versicherungen zur Prüfung		
Verkaufsliste Hausrat		
Einkommenshebel Job / Gehalt		
Nebenverdienst / Zusatzprojekt		
Alltagskonto / Puffer / Auswanderungskonto / Notfallreserve getrennt?		
Partner-/Familienabstimmung		

Arbeitsblatt: Notfallkarte und medizinische Notfallmappe

Punkt	Meine Angabe
Beispiel: Nächstes geeignetes Krankenhaus	Chong Hua Hospital Cebu, Notaufnahme vorher prüfen
Lokale Adresse	
Notfallkontakt vor Ort	
Kontakt in Deutschland	
Versicherung / Policennummer	
Notfallnummer der Versicherung	
Blutgruppe / Allergien	
Medikamente / Diagnosen	
Zahlungsweg für Notfall	

Arbeitsblatt: Vorrats- und Ausfallliste für 72 Stunden, 7 Tage und 14 Tage

Bereich	72 Stunden	7 Tage	14 Tage
Beispiel: Trinkwasser	6-10 Liter pro Person	Kanister auffüllen / Lieferquelle klären	Backup-Quelle und Transport klären
Essen			
Medikamente			
Licht / Strom			
Internet / Kommunikation			
Bargeld / Zahlung			
Dokumente			
Haustiere / Familie			
Ausweichort			

Arbeitsblatt: Digitaler Notfalltest

Frage	Antwort / Ersatzweg
Beispiel: Komme ich ohne Haupt-Handy an meine E-Mail?	Ja, Backup-Codes liegen ausgedruckt in der Notfallmappe.
Komme ich ohne Haupt-Handy an mein Bankkonto?	
Habe ich Zugriff auf Passwortmanager-Notfallzugang?	
Sind Passkopie und Visadaten offline verfügbar?	
Gibt es eine Ersatz-SIM oder zweites Gerät?	
Wer kann im Notfall helfen?	
Welche Accounts muss ich zuerst sperren?	
Wo liegen Backup-Codes?	

Arbeitsblatt: Jährlicher Auswanderer-TÜV

Bereich	Geprüft am	Ergebnis / nächster Schritt
Beispiel: Passgültigkeit	01.01.2026	Noch 30 Monate gültig, Erinnerung 12 Monate vor Ablauf setzen.
Visa / Aufenthalt		
Krankenversicherung		
Bank / Karten / 2FA		
Steuern / Rente		
Medikamente / Ärzte		
Rücklagen		
Wohnort / Sicherheit		
Netzwerk / Alltag		
Rückkehrplan		

Arbeitsblatt: Plan-B-Rückkehrmappe

Bereich	Meine Angabe / Status	Nächste Aktion
Beispiel: Rückkehrampel	Gelb, Reserve reicht noch 5 Monate	Krankenkasse und mögliche Landeadresse diese Woche anschreiben
Aktueller Kontostand / Reserve		
Monatliche Kosten im Ausland		
Monatliche Mindestkosten in Deutschland		
Rückflug und Gepäckkosten		
Erste Unterkunft in Deutschland		
Wohnungsgeberbestätigung möglich?		
Zielstadt / zuständiges Jobcenter		
Arbeitsagentur / Jobsuche gestartet?		
Krankenkasse / GKV / PKV / Anwartschaft		
Auslandsversicherung nicht zu früh kündigen		
Steuerberater / Rückkehr-Steuercheck		
Bankzugang / Karten / deutsche SIM / 2FA		
Benötigte Unterlagen gesammelt		
Ansprechpartner im Ausland		
Ansprechpartner in Deutschland		
Erste 7 Tage nach Ankunft		
Erste 90 Tage nach Ankunft		

Arbeitsblatt: Rentner-Jahreskalender

Monat / Frist	Aufgabe	Nachweis / Ablage
Beispiel: Juli	Lebensbescheinigung prüfen und Termin einplanen	Scan in Rentenordner speichern
	Rentenpost prüfen	
	Krankenversicherung prüfen	
	Medikamentenvorrat prüfen	
	Steuerunterlagen sammeln	
	Visa-Termine prüfen	
	Pass- und Bankkartengültigkeit prüfen	
	Notfallkontakt aktualisieren	

Arbeitsblatt: Vorsorge- und Nachlassmappe

Thema	Wo liegt es?	Wer weiß Bescheid?
Beispiel: Patientenverfügung	Ordner Auswanderung / Scan in Cloud	Schwester und Partnerin
Vorsorgevollmacht		
Testament / Erbregelung		
Versicherungen		
Bankkonten / Karten		
Passwortmanager / digitaler Nachlass		
Bestattungswunsch		
Kontaktliste im Ernstfall		
Haustiere / Wohnung / Verträge		