

– GRENZENLOOS –

Emigratie *magazine*

Editie

44

juli

2025

**Hét magazine voor wie wil
wonen, werken en leven in
het buitenland!**



– GRENZENLOOS –

Emigratie magazine

Nieuwe horizonnen ontdekken!



Eric Jan van Dorp

Uitgever

Wat was het een feest om te zien hoeveel mensen het vorige nummer van ons magazine hebben gelezen. Zoveel enthousiaste reacties, verhalen van herkenning en zelfs een paar spontane bedankjes – dat doet een mens goed. Blijkbaar zijn we met z'n allen nog altijd op zoek naar nieuwe horizonnen, frisse inzichten en praktische tips om van emigreren geen sprong in het diepe te maken, maar een doordachte stap vooruit.

In dit nieuwe nummer vind je opnieuw een mix van persoonlijke verhalen,

actuele informatie en praktische handvatten. Of je nu droomt van een huisje in Portugal, overweegt om te werken vanuit Zweden, of gewoon nieuwsgierig bent naar hoe anderen het aanpakken – ik hoop dat dit magazine je verder op weg helpt.

En zoals altijd: laat van je horen. Want jouw ervaringen, twijfels en plannen zijn misschien precies wat een ander nodig heeft om de volgende stap te durven zetten.

Veel leesplezier!

deze maand:



4

Emigratiebelasting van kracht. Maar voor wie?

5

Emigratiebeurs verhuist naar de Jaarbeurs

6

Heimwee. Een stille metgezel.

8

De verborgen kosten van emigreren

10

Durf lekker te dromen en volg je hart!

12

Een schaduw over het Zweedse stadsleven

14

Vertrek uit Nederland? Vergeet het M-biljet niet!

16

'We gaan hier nooit meer weg!'

18

Emigreren naar Kroatië?

20

Emigreren en pensioen

24

Emigreren naar Spanje? 10 tips om te onthouden

26

Ontsnappen aan Nederland

28

Recept van de maand: Noors lamsvlees gestoofd met kool en peperkorrels



Emigratiebelasting van kracht. Maar voor wie precies?

Wie overweegt Nederland te verlaten, krijgt sinds 1 januari 2025 mogelijk te maken met een nieuwe fiscale maatregel. De overheid heeft namelijk besloten een aangepaste vorm van emigratiebelasting in te voeren die zich vooral richt op Nederlanders met een hoog inkomen of aanzienlijk vermogen.

In de praktijk betekent dit dat bepaalde vermogende emigranten, ondanks hun vertrek uit Nederland, toch belastingplichtig blijven. Deze belastingplicht geldt voor een periode van vijf jaar na emigratie, en is met name van toepassing op wie verhuist naar landen waar de belastingdruk beduidend lager is dan in Nederland – bijvoorbeeld Monaco, de Verenigde Arabische

Emiraten of sommige delen van het Caribisch gebied.

De regeling is vooral bedoeld om te voorkomen dat mensen zich aan de Nederlandse belasting kunnen onttrekken door op papier in het buitenland te wonen, terwijl hun economische belangen of vermogen nog sterk met Nederland verbonden zijn. Zo wordt er gekeken naar bijvoorbeeld aandelen in eigen vennootschappen of andere vormen van privévermogen die tot nu toe vaak onbelast konden blijven bij emigratie.

De maatregel is in ieder geval van toepassing op:

- *Inkomen in box 1: Jaarinkomens boven het algemene bezoldigingsmaximum voor de*

Wet Normering Topinkomens, dat in 2025 is vastgesteld op €246.000.

- *Aanmerkelijk belang in box 2: Een waarde in het economische verkeer van het aanmerkelijk belang van minimaal €1 miljoen.*

Voor de doorsnee emigrant zonder uitzonderlijke vermogenspositie zal deze wijziging weinig tot geen directe gevolgen hebben. Maar het onderstreept wel het belang van goede fiscale planning bij emigratie. Vooral ondernemers, beleggers en DGA's doen er verstandig aan tijdig advies in te winnen, zodat zij niet voor verrassingen komen te staan wanneer zij hun vertrek naar het buitenland voorbereiden.



Emigratiebeurs verhuist naar de Jaarbeurs

Vanaf 2026 verhuist de Emigratiebeurs van Expo Houten naar de Koninklijke Jaarbeurs in Utrecht. Deze stap markeert een nieuw hoofdstuk voor het grootste emigratie-evenement van Europa, dat in de afgelopen editie meer dan 14.000 bezoekers trok.

De eerstvolgende editie vindt plaats op zaterdag 21 en zondag 22 maart 2026 in de Jaarbeurs Utrecht. De verhuizing naar het hart van Nederland biedt niet alleen een centrale ligging, maar ook meer ruimte voor exposanten en bezoekers. Met 12.000 m² beursvloer, verdeeld over drie hallen, kunnen bezoekers zich oriënteren op wonen, werken, studeren en ondernemen in het buitenland.

De overname van de Emigratiebeurs door Koninklijke Jaarbeurs werd onlangs aangekondigd door de energieke organisator Sterre van de Kerkhof. De Koninklijke Jaarbeurs, uit monde van CCO Herman Mantel, benadrukte dat

de beurs perfect aansluit bij de ambitie van Jaarbeurs om betekenisvolle ontmoetingen te organiseren die mensen en werelden met elkaar verbinden.

Grenzenloos, het platform voor mensen met internationale ambities, is sinds 2006 onafgebroken aanwezig op de Emigratiebeurs. Met een breed scala aan emigratieboeken en advies over emigratie, biedt Grenzenloos bezoekers de kans om zich goed voor te bereiden op een toekomst in het buitenland.

De EmigratieBeurs 2026 vindt plaats op zaterdag 21 en zondag 22 maart in de Koninklijke Jaarbeurs Utrecht. De beurs is geopend van 10.00 tot 17.00 uur. Tickets zijn verkrijgbaar via de officiële website van de Emigratiebeurs, maar Uitgeverij Grenzenloos stelt in aanloop van de beurs jaarlijks ook een aantal vrijkaarten beschikbaar. Via de nieuwsbrief van Grenzenloos blijf je daarvan op de hoogte.



Heimwee. Een stille metgezel.

Verlangen naar het oude vertrouwde reist stiekem mee in de koffer

Wie emigreert, begint aan een nieuw hoofdstuk. Een avontuur vol plannen, dromen en het verlangen naar zon, ruimte of rust. Maar heimwee reist vaak stiekem mee in de koffer. Niet iedereen spreekt erover, want het past niet bij het beeld van de gelukkige emigrant. Toch is heimwee een reëel, vaak onderschat fenomeen, zeker bij Nederlanders die zich elders in de wereld vestigen.

Heimwee is meer dan alleen het missen van familie of vrienden. Volgens soci-aalpsycholoog Ruut Veenhoven, bekend van het World Database of Happiness, is heimwee een vorm van verliesverwerking. "Het gaat over rouw. Niet over een overleden persoon, maar over het verlies van het bekende, het voorspelbare, het vertrouwde," zei hij ooit in een interview op Human.nl. Deze vorm van rouw kent geen strak tijdpad. Sommige emigranten voelen het vooral in de eerste maanden, anderen pas jaren later, bijvoorbeeld op symbolische momenten zoals Sinterklaas, Koningsdag of de verjaardag van een ouder.

Taal

Uit onderzoek van de Taalunie blijkt dat ruim 85 procent van de Nederlanders in het buitenland de Nederlandse taal als een van de belangrijkste onderdelen van hun identiteit beschouwt. En dat is niet voor niets. Taal is verbonden aan emotie. Het verklaart waarom emigranten ontroerd kunnen raken van een oud kinderliedje of plots tranen in hun ogen krijgen bij het horen van een typisch

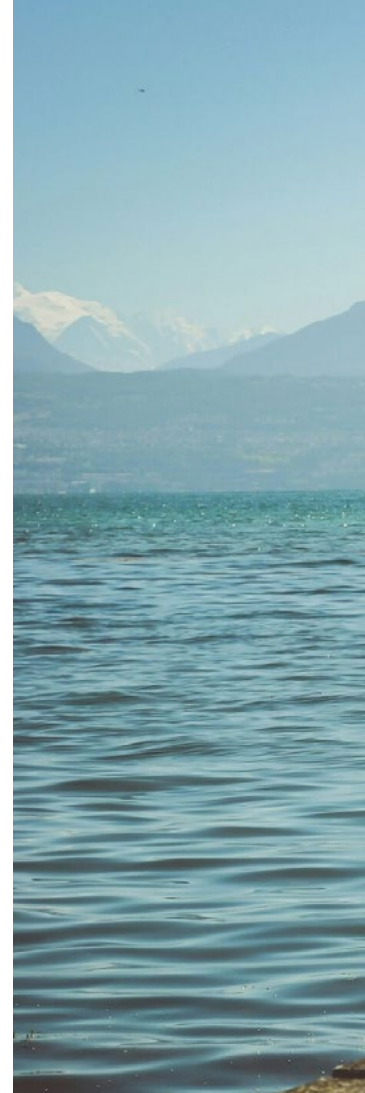
Nederlandse reclameslogan. Diezelfde studie toont aan dat 97 procent van de ondervraagden wekelijks Nederlands spreekt, zelfs na jaren in het buitenland. Het vasthouden aan taal is daarmee ook een manier om heimwee hanteerbaar te maken.

Voedsel

Ook voedsel speelt een opvallend grote rol in het heimweegevoel. Het Meertens Instituut bevestigt dit in meerdere interviews met emigranten. Producten als haggelag, drop en stroopwafels fungeren als tastbare herinneringen aan het thuisland. Supermarkten in landen met een grote Nederlandse gemeenschap spelen daarop in. Maar wie in een afgelegen deel van Frankrijk of Hongarije woont, moet vaak zelf improviseren. Het ontbreken van een 'broodje kroket' of 'Zaanse mayonaise' kan dan gek genoeg meer gemis oproepen dan het ontbreken van een familielid in de buurt.

Verlangen

Volgens onderzoeker Dios Hack-Polay, gespecialiseerd in migratie en cultuuradaptatie, is het belangrijk om onderscheid te maken tussen verschillende vormen van heimwee. In een artikel in het Journal of Global Mobility legt hij uit dat er sprake kan zijn van 'spatial nostalgia' (verlangen naar de plek) en 'temporal nostalgia' (verlangen naar een vroeger leven). Beide vormen komen voor bij Nederlandse emigranten. Zeker wie niet permanent vertrekt, maar met het idee 'ooit terug te keren', blijft tussen twee werelden in leven.





Social media

Sociale media versterken dat gevoel. Facebookgroepen als ‘Nederlanders in Spanje’ of ‘Hollanders in Zweden’ bieden herkenning en verbondenheid, maar houden je ook permanent verbonden met wat je hebt achtergelaten. Sommige deskundigen, zoals cultuurpsycholoog Hans Thijssen, waarschuwen dat overmatig digitaal contact met Nederland heimwee juist kan voeden in plaats van verzachten. Dat zei hij in een uitzending van NPO Radio 1 over identiteitsverlies bij expats. Heimwee is dus geen teken van zwakte, maar een logische reactie op verandering. Wie zijn hele leven in Nederland heeft gewoond, moet wennen aan een andere manier van omgaan met tijd, gezag, cultuur of stilte. Psychiater Damiaan Denys benadrukte in een column in

Trouw dat het brein zich instinctief verzet tegen verandering, zelfs als die verandering positief is. “Verlangen naar het oude is evolutionair ingebakken,” schreef hij.

En dan is er nog de lange adem. Uit gesprekken met Nederlandse emigranten in het tijdschrift VertrekNL blijkt dat heimwee soms pas jaren later opkomt, als het nieuwe leven minder spannend is geworden. Wie eenmaal gesetteld is, voelt plots ruimte om te rouwen. Want in de eerste maanden is er te veel te regelen: werk, huisvesting, scholen, verblijfsvergunningen. Pas als de rust komt, dient het gemis zich aan.

Betekenisvol

Toch is heimwee niet alleen maar negatief. Het kan ook een motor zijn voor verbinding. Emigranten die actief zoeken naar lokale net-

werken, zich openstellen voor de cultuur, of nieuwe rituelen ontwikkelen, ervaren vaak minder last van het gemis. Wie de Nederlandse identiteit meeneemt, maar zich niet eraan vastklampt, vindt makkelijker een nieuwe balans. Zoals de Vlaamse psychiater Dirk De Wachter zegt in zijn lezingen over verlies en verlangen: “Heimwee hoort bij het leven. Het herinnert ons aan wat betekenisvol was.”

Voor wie zich voorbereidt op emigratie, is het goed te beseffen dat heimwee erbij hoort. Het helpt om het te benoemen, te erkennen en er zelfs ruimte voor te maken. Want alleen dan kan het langzaam transformeren van een beklemmend gemis tot een milde herinnering aan waar je vandaan komt. Niet als last, maar als ankerpunt.

De verborgen kosten van emigreren

Een financiële buffer is geen luxe, maar noodzaak.

Wie de stap zet om te emigreren, droomt vaak van meer rust, ruimte of avontuur. Maar naast de emotionele voorbereiding is er ook iets veel harders nodig: geld. En meer dan je denkt. Want een emigratie is zelden een rechte lijn. Vertraagde vergunningen, kapotte auto's, dubbele lasten, tijdelijke huisvesting, of een kind dat zich niet meteen aanpast – het zijn onverwachte gebeurtenissen die geld opslokken. Een financiële buffer is daarom geen luxe, maar noodzaak.

Veel mensen overschatten hun financiële veerkracht. Volgens het Nibud is het in Nederland al lastig om een goede buffer op te bouwen, laat staan als je je vaste inkomen achterlaat en in een nieuw land opnieuw begint. De meeste emigranten bouwen op hun overwaarde of spaargeld, maar vergeten vaak dat dit geld snel kan verdampen door wiselkoersen, transactiekosten of noodzakelijke aanpassingen aan de woning in het buitenland.

Optimisme

Een veelgemaakte fout is het plannen met een te optimistische begroting. “Je moet uitgaan van het slechtste scenario, niet van het beste,” zegt financieel planner Roelof Meijer in een artikel op IamExpatri.nl. Hij raadt aan om minimaal zes maanden aan vaste lasten als buffer te hebben, bovenop het geld voor de verhuizing zelf. En dat betekent: een bedrag dat alle woonlasten, verzekering,



voedsel, vervoer én onvoorziene kosten dekt – in het land waar je naartoe verhuist.

Want juist die onvoorziene kosten zijn verraderlijk. Denk aan:

- het huren van tijdelijk onderdak omdat de koopwoning nog niet beschikbaar is
- dubbele woonlasten in Nederland en het buitenland
- medische kosten die (nog) niet gedekt worden door de lokale verzekering
- extra taallessen of bijles voor kinderen
- kapotte apparatuur die je opnieuw moet aanschaffen

Daarnaast komt er vaak vertraging in inkomsten. Een eigen bedrijf opzetten duurt langer dan gedacht, lokale werkgevers zijn terughoudend met het aannemen van nieuwkomers, of je moet eerst allerlei documenten re-

gelen voordat je überhaupt mag werken. Ondertussen gaan de kosten gewoon door.

Exitstrategie

Een veel gehoorde tip onder ervaren emigranten: plan niet alleen je vertrek, maar ook een exitstrategie. Wat als het toch niet bevalt? Heb je dan nog geld om terug te keren? Dat klinkt somber, maar is juist een vorm van nuchter denken. “Emotioneel voorbereid zijn is één ding, maar zonder buffer ben je overgeleverd aan de grillen van het lot,” zei budgetcoach Marian van Dijk in een uitzending van Radar over financiële misstappen bij emigratie.

- Maak vooraf een overzicht van alle maandlasten, zowel in Nederland als straks in je nieuwe woonland.
- Check de gezondheidszorg: wat wordt wel en niet vergoed? Wat moet je zelf regelen?
- Houd rekening met wisselkoersen en juridische kosten.
- Reserveer geld voor extra ondersteuning, zoals hulp bij belastingaangifte of vertaalwerk.

Kortom: emigreren kost geld. Niet alleen vooraf, maar vooral onderweg. Een ruime buffer zorgt ervoor dat je niet in de stress schiet bij de eerste tegenslag. Het maakt je flexibeler, veerkrachtiger en uiteindelijk ook gelukkiger in je nieuwe thuisland. Want pas als de basis klopt, kun je écht gaan bouwen aan dat nieuwe leven.



Durf lekker te dromen en volg je hart!

Elisabeth Arts vertelt over haar emigratie naar Frankrijk

“Zelfs nu ik er alleen voor sta ben ik dankbaar en gelukkig met mijn leven in Frankrijk” zegt Liesbeth Arts resoluut. “Ik geniet van het heerlijke huis en prachtige natuur, van alles wat Henk en ik hier samen opgebouwd hebben! Ik kijk terug op een enorm avontuur waar we met veel liefde en enthousiasme aan begonnen zijn en waar we, ondanks de ook moeilijke perioden, beiden enorm van genoten hebben!”

Het emigratieavontuur van Henk en Elisabeth Arts begint nadat ze elkaar begin 2002 op een bedrijfsfeest ontmoeten. Hij is de contrabassist van het jazzorkest en zij verzorgt als waarzegster het entertainment voor die avond. Het is liefde op het eerste gezicht en de relatie is vanaf dat moment een feit.



Het blijkt al snel dat zij er beiden van dromen om ooit in Frankrijk te gaan wonen. In eerste instantie willen ze wachten tot Henk met pensioen kan. Maar het zaadje is geplant en het laat hen niet meer los, waarom nog zeventien jaar wachten? Ze worden steeds enthousiaster bij het idee en eind 2004 verkoopt Henk zijn huis in Nederland en kopen ze een oude herberg in de Auvergne, met de bedoeling om dat om te toveren tot muziekstudio.

Omdat ze toch nog in Nederland werken blijft Amsterdam hun thuishaven en reizen ze elke vrije dag af naar Frankrijk om de herberg te verbouwen. Dit verandert als ze in 2006, met behulp van investeerders, een oud hotel erbij kopen. Hiermee is beslist dat ze definitief gaan emigreren.

Voor de zekerheid neemt muzikleraar Henk een sabbatical year en reist Liesbeth voor optredens terug naar Nederland. Het verbouwingstempo wordt opgevoerd en in 2007 komen de eerste muzikanten vanuit Nederland om een cd op te nemen. Het oude hotel is omgetoverd tot 'La maison des Arts': een centrum voor muziek met podium. Henk neemt vervolgens ontslag in Nederland.

Er volgen turbulente jaren met veel muziek, concerten, opnames, en blijde muzikanten, uit Nederland en Frankrijk. Het 'Café des Arts' wordt gewaardeerd in de regio. Maar ondanks al het harde werk en hun enthousiaste inspanningen blijkt het bedrijf niet rendabel te zijn, er zijn dus ook veel zorgen.

Eind 2011 besluiten ze de stekker eruit te trekken. Teleurgesteld verkopen ze 'Maison des Arts' en trekken zich terug in de voormalige herberg. Onder het mom van privé feest, zetten hun concerten in de tuin voort. Er volgt een financieel moeilijke maar creatief inspirerende periode waarin Liesbeth twee boeken schrijft over hun emigratie en Henk muziek componeert voor zijn eerste jazz cd. Daarnaast hebben ze beiden regelmatig optredens, Henk als muzikant en Liesbeth als waarzegster. Eind 2016 kan Henk met vervroegd pensioen, dus komt er meer rust en financiële zekerheid.

Elisabeth benut deze periode om NLP (Neuro-Linguïstisch Programmeren) en Hypnose te studeren.

Maar dan slaat het lot toe; Henk wordt ziek. Er volgt een zware periode want het is duidelijk dat hij niet beter wordt. Weg toekomst samen, weg droom, veel angsten en spanning. Drie jaar later na een enorme strijd overlijdt Henk eind 2024, een paar maanden voordat hij 72 zou worden.

“Het is nu bijna tien maanden geleden dat ons leven samen stopte, ik mis Henk enorm maar ik wil ook verder met mijn leven,” vertelt Liesbeth. “Langzaam begin ik weer te dromen over mijn toekomst, nieuwe plannen

te maken. Naast mijn werk als artiest/ waarzegster geef ik nu ook online Tarotkaart readings waarin ik mensen wil ondersteunen en inspireren bij het maken van keuzes in hun leven waar ze gelukkig van worden. ‘Durf te dromen en volg je hart’, is mijn motto. Juist de dood van Henk heeft mij hierin nog meer gesterkt!”

De twee boeken van Elisabeth Arts (**Toekomstmuziek in Frankrijk** en **La guinguette Hollandaise**) zijn te bestellen via elke (online) boekhandel of via grenzenloos.nl

Luister ook naar de podcast van Elisabeth (**De emigranten-podcast**) of bezoek haar site: elisabeth-arts.com



Een schaduw over het Zweedse stadsleven

Wat betekent bendegeweld voor nieuwe emigranten?

Zweden stond jarenlang bekend als een van de veiligste landen ter wereld. Met zijn schone straten, goed functionerende verzorgingsstaat en sterke democratische traditie was het een droomland voor velen die rust en stabiliteit zochten. Maar dat beeld begint te wankelen.

De afgelopen jaren is Zweden steeds vaker in het nieuws vanwege gewelddadige bendes, schietpartijen en bomaanslagen – vooral in de grote steden. In Stockholm, Göteborg, Malmö en Uppsala is het straatbeeld veranderd. Waar vroeger vooral stilte en veiligheid heersten, klinkt nu met regelmaat het geluid van explosies en geweerschoten.

In januari 2025 alleen al werden er meer dan dertig explosies geregistreerd in en rond Stockholm (bron: europarl.europa.eu). Dit zijn geen incidenten meer, maar een structureel probleem dat de Zweedse samenleving ontwricht. Politie en hulpdiensten spreken inmiddels van een “bendoorlog”, waarbij geweld steeds vaker gericht is tegen willekeurige burgers of als intimidatie wordt ingezet in woonwijken.

Van TikTok tot huurmoord

Wat deze ontwikkeling extra schrijnend maakt, is de betrokkenheid van jonge kinderen. Bendes maken steeds vaker gebruik van tieners onder de vijftien jaar – strafrechtelijk nog onschendbaar in Zweden – om huurmoorden uit te voeren. Via TikTok en Snapchat worden jongeren gerekruteerd



met beloftes van geld, status en groepsgevoel (bron: *Le Monde*, 9 juni 2025).

En het blijft niet bij Zweden alleen. In november 2024 pakte de Spaanse politie een netwerk op dat Zweedse en Deense jongeren rekruteerde voor huurmoorden in Spanje (bron: Reuters, 21 november 2024). Ook in Duitsland, België en het Verenigd Koninkrijk zijn inmiddels aanwijzingen dat Zweedse bendes betrokken zijn bij aanslagen op bestelling, in samenwerking met andere Europese criminele groeperingen. De Amerikaanse regering zette zelfs Foxtrot-leider Rawa Majid op de sanctielijst vanwege zijn rol in aanslagen op Joodse doelen (bron: Wikipedia – Foxtrot).

Veel onderzoekers en journalisten zien de oorsprong van dit probleem in de enorme migratiegolf die Zweden sinds 2015 toeliet. In korte tijd werden tienduizenden niet-westerse migranten opgenomen, vaak zonder goede integratie. In plaats van sociale opwaartse mobiliteit ontstonden er in veel steden parallelle samenlevingen. Jongeren uit kansarme wijken voelden zich buitengesloten, vonden weinig perspectief op werk en opleiding, en raakten vatbaar voor de lokroep van bendes (bron: *The Telegraph*, april 2025).

Nederlandse emigranten

Voor wie overweegt te emigreren naar Zweden, rijst natuurlijk de vraag: moet ik mij hier zorgen over maken? Het eerlijke antwoord: dat hangt af van waar je gaat wonen. In de binnensteden van Stockholm of Malmö loop je als nieuwkomer een grotere kans om in aanraking te komen met deze problematiek. Niet omdat je er direct doelwit bent, maar omdat explosies en geweld soms plaatsvinden in ogenschijnlijk rustige wijken. Voor gezinnen met kinderen kan dat een onveilig gevoel geven.

Maar buiten de steden is het beeld heel anders. In landelijke gebieden – van Dalarna tot Värmland en van Småland tot Jämtland – merk je weinig tot niets van dit probleem. Daar overheersen nog altijd de rust, ruimte en natuur waar Zweden beroemd om is. In dorpen en kleinere gemeenschappen zijn sociale banden vaak hecht, en het leven kalm en overzichtelijk.

Dan maar niet naar Zweden?

Wie bewust kiest voor een woning buiten de stedelijke zones, hoeft zich doorgaans weinig zorgen te maken over bendeproblematiek. Juist in de uitgestrekte landelijke gebieden blijft het leven kalm, overzichtelijk en veilig. Voor veel Nederlandse emigranten is Zweden dan ook nog altijd een bijzonder aantrekkelijke bestemming – vooral voor wie verlangt naar rust, ruimte en een hechte band met de natuur.

Tegelijkertijd is het belangrijk om met een open en realistische blik naar je nieuwe thuisland te kijken. Zweden is in beweging. Wie zich hier wil vestigen, doet er verstandig aan zich goed voor te bereiden: volg het lokale nieuws, lees je in over regionale verschillen en leg contact met andere emigranten. Zo krijg je een eerlijk en volledig beeld van het leven in Zweden anno nu. Want hoewel het land nog altijd veel moois te bieden heeft, is de vanzelfsprekende veiligheid van vroeger helaas niet meer overal gegarandeerd.



Vertrek uit Nederland? Vergeet het M-biljet niet!

De belastingaanslag na vertrek

Wie Nederland verlaat om zich in het buitenland te vestigen, krijgt te maken met extra administratieve verplichtingen. Naast de conserverende aanslag is dat ook het invullen van het zogenaamde M-biljet. Dit is een speciale belastingaangifte voor mensen die in de loop van het kalenderjaar zijn geëmigreerd of juist geïmmigreerd. In deze aangifte wordt het belastingjaar opgedeeld in een binnenlandse en buitenlandse periode.

Het M-biljet is vaak uitgebreider dan een gewone aangifte en wordt door de Belastingdienst met name gebruikt om vast te stellen wat je nog aan belasting moet betalen of kunt terugkrijgen. Daarbij worden je inkomsten tot aan het moment van emigratie volledig belast volgens de Nederlandse regels. Inkomsten ná vertrek worden – afhankelijk van het type – vaak buiten beschouwing gelaten, tenzij je bijvoorbeeld nog een woning in Nederland bezit of inkomsten uit Nederland ontvangt.

Laten we dit eens bekijken met een voorbeeld uit de praktijk.



Voorbeeld: vertrek op 1 juni

Stel: Pieter, 35 jaar, werkt als marketeer met een modaal inkomen van €45.000 bruto per jaar. Op 1 juni 2025 vertrekt hij definitief naar Spanje. Hij heeft geen eigen woning in Nederland en zijn arbeidsovereenkomst stopt per 31 mei.

Hoe zit het dan met zijn belastingaangifte?

Pieter moet in 2026 aangifte doen over het jaar 2025 via het M-biljet. Voor de periode 1 januari tot en met 31 mei was hij fiscaal inwoner van Nederland. Hij verdiende in die vijf maanden dus 5/12 van €45.000, oftewel €18.750.

De belasting wordt berekend alsof dit bedrag zijn jaarinkomen is, maar met toepassing van tijdsevenredige heffingskortingen. Hieronder een versimpelde berekening op basis van 2025-tarieven:

- Inkomstenbelasting over €18.750 (box 1): ongeveer €3.750
- Algemene heffingskorting (evenredig met 5 maanden): circa €1.153
- Arbeidskorting (evenredig met 5 maanden): circa €810
- Totale belasting na verrekening kortingen: ongeveer €1.787

Pieter moet dus nog ongeveer €1.787 aan inkomstenbelasting betalen over het deel van het jaar dat hij in Nederland woonde. Eventueel ingehouden loonbelasting door zijn werkgever wordt daarmee verrekend.

De Belastingdienst controleert bij het M-biljet ook of je daadwerkelijk bent geëmigreerd. Schrijf je daarom op tijd uit bij de gemeente (voor Pieter was dat uiterlijk 1 juni) en bewaar bewijzen van je nieuwe woonadres, zoals in dit geval een huurcontract of inschrijving in Spanje.

Conserverende aanslag

Naast het invullen van het M-biljet kunnen emigranten ook te maken krijgen met een zogenaamde conserverende aanslag van de Belastingdienst. Dit is een soort belastingclaim die wordt opgelegd over bepaalde (nog niet belaste) vermogensbestanddelen, zoals een pensioen dat je hebt opgebouwd via een lijfrente of een aanmerkelijk belang in een eigen bedrijf. De Belastingdienst doet dit om te voorkomen dat je Nederland verlaat zonder ooit belasting te betalen over deze opgebouwde rechten. Deze aanslag hoeft je meestal pas te betalen als je het betreffende pensioen, de lijfrente of het aandelenbezit daadwerkelijk verzilvert. Onder bepaalde voorwaarden – zoals emigratie naar een land met een belastingverdrag – wordt de aanslag zelfs (deels) uitgesteld of kwijtgescholden. Het is dus geen directe belastingbetaling bij vertrek, maar wel een latente verplichting waar je rekening mee moet houden in je financiële planning. Voor de meeste mensen zonder bijzonder vermogen zal dit overigens geen rol spelen.

(Bronnen: Belastingdienst.nl, CBS, Nibud)



'We gaan hier nooit meer weg!'

Schrijver en meesterverteller Ludique le Vert over zijn emigratie

Het is heus niet zo moeilijk hoor, emigreren. Je hoeft het alleen maar te doen. Gewoon inpakken en wegwezen. Rollen met die bak. Afgevuld met thuiszooi. Gáán! Hebben wij ook gedaan, Lief en ik. Lief had in d'r luier al emigratiejeuk. Dus u begrijpt, wij tweeën op naar Frankrijk. Mét hond en 'n kwintet katten. Hopla. Pakweg twaalfhonderd kilometer zuidwaarts met onze ouwe trouwe rooie bestelbus. Richting licht, lucht, zicht, zon, ruimte en rust. Dát is waar wij behoefte aan hadden.

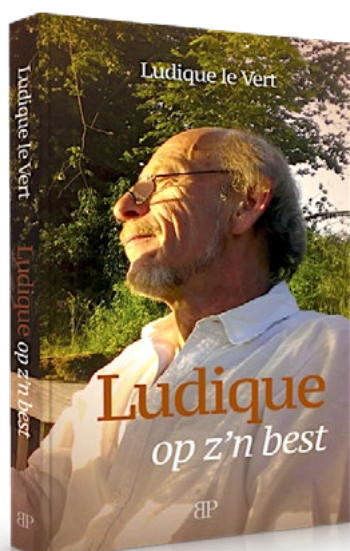
Aangekomen In het paradijselijk Franse zuidwesten 'n makelaar opgescharreld. De beste brave borst wist ons niets dan roze gebaksdozen met terras, ligstoelen en 'n helblauw zwembad voor te schotelen. Niet onze stijl. Geen behoefte aan een vakantieparadijs

of emigrantenhangplek. Geen Nederlandse enclave. Wij zochten 'n woonhuis. Gewoon, tussen de Fransen. Meer precies, iets landelijks, iets ouds, boers, iets simpels en eenvoudig. De wanhoop nabij belde de makelaar 'n collega die in meer ongeregeld ontroerend goed handelt. De gebelde bleek warempel juist op dát moment in hét huis te zijn dat wij nú zochten. Héél toevallig! Je moet er maar op komen. Of Lief en ik nu maar meteen even ter plekke konden komen kijken. Dat konden wij wel. Een half uurtje verderop draaiden we een boerenerf op. "We zijn thuis." zeiden Lief en ik tegelijk. We hebben er vele jaren met liefde gewoond, gewerkt en geleefd tussen én met de allerhartelijkste lieve Franse families. In alle vrijheid, respect en onderlinge waardering. Lief en ik, wijzelf zijn totaal 'verfranst' of waren wij dat wellicht altijd al...? Fransen zijn per slot van rekening geen Nederlanders en Nederlanders zijn geen Fransen. Toch?

Afijn, Lief en ik hebben onze boerderij na vele, vele jaren verkocht en elders verderop in zuidwest Frankrijk een woonhuis in een klein dorp gekocht. En ook hier klikt het weer opperbest tussen de Franse inwoners en ons. Wij, Lief en ik, we zijn hier thuis. Welkom, gerespecteerd en gewaardeerd. Volop betrokken en geïntegreerd. Ingedaald. Een warme deken. Lief en ik, we zijn inmiddels bijna 20 jaar verder. We gaan hier nooit meer weg.

Het verhaal van de emigratie én het leven in Frankrijk van Ludique le Vert en Maria is in vier prachtige bundels opgeschreven en oa te bestellen via grenzenloos.nl





Jaarlijks vertrekken er vele Nederlanders om te gaan wonen in Frankrijk, waarvan Ludique le Vert (pseudoniem) er dus een was. De verhalen van Ludique over Frankrijk en de Fransen zijn hilarisch en hebben al velen weten te betoveren.

Wie zelf plannen heeft om in Frankrijk te gaan wonen moet de verhalen van Ludique gelezen hebben. Zijn boeken zijn overal te bestellen, bijvoorbeeld via Grenzenloos.nl of Bol.com

Emigreren naar Kroatië?

**Parel aan de Adriatische zee
steeds meer in trek**

Kroatië, gelegen in het zuiden van Centraal-Europa en grenzend aan de Adriatische Zee, is een land dat de afgelopen jaren steeds populairder is geworden onder expats en buitenlandse investeerders.

Laten we eens kijken naar wat Kroatië te bieden heeft op het gebied van werk, huisvesting, onderwijs en gezondheidszorg voor Nederlanders die een verhuizing overwegen.

Werk

Op het gebied van werkgelegenheid biedt Kroatië kansen in diverse sectoren, waaronder toerisme, IT, engineering en zakelijke dienstverlening. De groeiende toeristische industrie zorgt voor seizoensgebonden werkgelegenheid, terwijl de IT-sector sterk groeit en veel mogelijkheden biedt voor hoogopgeleide professionals. Kroatië heeft ook gunstige belastingregels voor buitenlandse investeerders, wat het aantrekkelijk maakt voor ondernemers.

Wonen

Wat betreft huisvesting kun je in Kroatië diverse opties vinden, variërend van appartementen in de bruisende steden zoals Zagreb en Split tot idyllische villa's aan de kust. De vastgoedprijzen zijn over het algemeen redelijk, vooral in vergelijking met West-Europa, en er zijn programma's beschikbaar om buitenlanders te helpen bij het kopen van onroerend goed.

Onderwijs

Op het gebied van onderwijs heeft Kroatië een goed ontwikkeld onderwijssysteem, inclusief internationale scholen en universiteiten met Engelstalige programma's. Dit kan aantrekkelijk zijn voor gezinnen met kinderen die in Kroatië willen wonen.

Ten slotte biedt Kroatië een degelijk gezondheidszorgsysteem met moderne faciliteiten, vooral in de grote steden. De zorgkosten zijn over het algemeen lager dan in veel West-Europese landen.

Taal

Hoewel Kroatië zeker veel te bieden heeft, is het belangrijk om de culturele en bureaucratische aspecten van een verhuizing naar een ander land in overweging te nemen. Een goede kennis van de Kroatische taal en een begrip van het lokale zakelijke klimaat kunnen ook van groot belang zijn.

Bevolking en cultuur

De Kroatische bevolking staat over het algemeen bekend om hun gastvrijheid en vriendelijkheid jegens buitenlanders. Ze hebben een sterke hechting aan familie en gemeenschap, wat zich uit in warme relaties met anderen. Bezoekers en nieuwkomers worden vaak hartelijk verwelkomd en vinden snel aansluiting in sociale kringen.

Cultuur speelt een belangrijke rol in het leven van de Kroaten. Ze zijn trots op hun rijke geschiedenis, tradities en kunst. Muziek, dans en festivals zijn in-





tegrale onderdelen van de Kroatische cultuur en worden vaak gedeeld met enthousiasme, zelfs met degenen die nieuw zijn in het land. Religie, met name het katholicisme, speelt ook een aanzienlijke rol in het leven van veel Kroaten. Kerken en katholieke feestdagen worden serieus genomen, en dit aspect van de cultuur kan invloed hebben op het dagelijks leven.

Kroaten staan bekend om hun culinaire tradities, met een focus op verse ingrediënten en lokale gerechten. Je zult genieten van heerlijke gerechten zoals cevapi, pasticada en diverse visgerechten, allemaal bereid met passie en trots.

Een ander opvallend kenmerk van de Kroaten is hun liefde voor sport,

met name voetbal. Het nationale voetbalteam heeft een trouwe aanhang en succes op internationaal niveau. Sportevenementen zijn vaak gelegenheid om de lokale gemeenschap samen te brengen.

Diversiteit

Het is echter belangrijk op te merken dat, zoals in elk land, individuen variëren en niet iedere Kroaat dezelfde eigenschappen deelt. Kroatië heeft een diverse samenleving met stedelijke en landelijke gebieden, en de aard van de mensen kan enigszins verschillen afhankelijk van de regio.

Over het algemeen kun je verwachten dat Kroaten open en vriendelijk zijn, en ze waarderen het als je in-

teresse toont in hun cultuur en tradities. Een bereidheid om de Kroatische taal te leren en te begrijpen, zelfs op basisniveau, zal vaak worden gewaardeerd en kan helpen bij het opbouwen van sterke relaties in het land.

Kortom, Kroatië biedt kansen en voordelen voor Nederlanders die overwegen daar te wonen, maar een grondige voorbereiding en onderzoek zijn essentieel. Het land combineert een prachtige natuurlijke omgeving met een groeiende economie, wat het tot een aantrekkelijke bestemming maakt voor diegenen die de stap willen zetten.

Emigreren en pensioen

Wat ontvang je van wie na je pensioen?

Als je overweegt te emigreren, denk je waarschijnlijk eerst aan het klimaat, de woningmarkt of de kwaliteit van leven. Maar er is nog een ander onderwerp dat je niet over het hoofd mag zien: je pensioen. Hoe zit het met je Nederlandse AOW? En wat gebeurt er met het aanvullend pensioen dat je in al die jaren hebt opgebouwd? In dit artikel geef ik je een overzicht van de belangrijkste punten.

AOW bij emigratie

De AOW (Algemene Ouderdomswet) is het basispensioen voor mensen die in Nederland hebben gewoond of gewerkt. Voor elk jaar dat je tussen je 15e en je AOW-leeftijd (meestal 67 jaar) in Nederland hebt gewoond of gewerkt, bouw je 2% van het volledige AOW-bedrag op. Heb je bijvoorbeeld 40 jaar in Nederland gewoond, dan ontvang je 80% AOW.

Bij emigratie stop je in principe met het opbouwen van AOW, tenzij je een

vrijwillige AOW-verzekering afsluit bij de Sociale Verzekeringsbank (SVB). Dit kan zinvol zijn als je later geen grote pensioenen verwacht. Let op: je moet deze vrijwillige verzekering aanvragen binnen één jaar na je vertrek uit Nederland. Wacht je te lang, dan vervalt die mogelijkheid definitief.

Belasting en inhoudingen

Als je buiten Nederland woont en AOW ontvangt, kan er loonbelasting en een bijdrage voor zorgkosten (Zvw) van je AOW worden ingehouden. Of en hoeveel je betaalt, hangt af van het belastingverdrag tussen Nederland en je nieuwe woonland. Soms betaal je belasting in Nederland, soms in het buitenland. Het is dus verstandig om vóór vertrek te checken wat er in jouw geval van toepassing is.

Bij een verblijf buiten de EU kunnen er ook andere regels gelden, bijvoorbeeld rond dubbele belasting of inhoudingen voor de zorg. In sommige landen moet je bovendien zelf actie ondernemen om te zorgen dat je geen onnodige inhoudingen hebt.

Aanvullend pensioen

Aanvullende pensioenen die je in Nederland hebt opgebouwd – bijvoorbeeld via je werkgever – worden in principe bruto uitbetaald. Ook hierbij geldt: waar je belasting betaalt, hangt af van het verdrag tussen Nederland en je woonland. In de meeste gevallen betaal je belasting in je nieuwe land, maar er zijn uitzonderingen. Sommige



landen, zoals Hongarije, belasten deze pensioenen niet, waardoor je netto meer overhoudt.

Let erop dat pensioenfondsen in het buitenland vaak extra bewijsstukken willen, zoals een “bewijs van in leven zijn”, om misbruik te voorkomen. Dit moet je jaarlijks regelen via de ambassade of lokale gemeente.

ABP-pensioen

Heb je gewerkt in overheidsdienst en pensioen opgebouwd bij het ABP? Dan is er een belangrijke afwijking. ABP-pensioenen vallen onder de regels voor overheidspensioen en worden in de meeste gevallen belast in Nederland, ook als je in het buitenland woont. Houd hier rekening mee, zeker bij het plannen van je netto-inkomen na emigratie.

Staatspensioen in je nieuwe woonland

Als je in je nieuwe land ook werkt, kun je daar recht op een lokaal staatspensioen opbouwen. De regels hiervoor verschillen sterk per land. Binnen de Europese Unie zijn er afspraken gemaakt over het samenvoegen van pensioenrechten. Dit betekent dat je later van elk land waarin je hebt gewerkt een deel van het pensioen krijgt, op basis van de gewerkte jaren. De uitbetalingen kunnen wel op verschillende momenten ingaan, dus goed plannen is belangrijk.

Praktische tips voor een soepele overgang

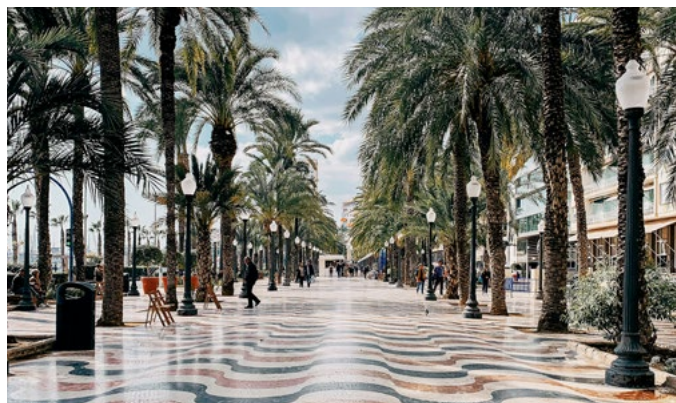
- Geef je nieuwe adres tijdig door aan je pensioenfondsen en de SVB
- Regel jaarlijks het “bewijs van in leven zijn”
- Controleer of je nog recht hebt op zorg vanuit Nederland, of dat je een lokale verzekering moet afsluiten
- Bewaar belangrijke documenten en houd contact met je pensioenuitvoerders

Tot slot

Emigreren is een spannend avontuur, maar wel een-tje dat je goed moet voorbereiden – ook financieel. Door je op tijd te verdiepen in je pensioenrechten en AOW-opbouw, voorkom je verrassingen en zorg je

ervoor dat je ook na je pensioen onbezorgd kunt genieten van het leven in het buitenland.

Heb je een specifieke vraag over je situatie? Neem dan contact op met de SVB, je pensioenfonds of een gespecialiseerde adviseur.



Voorbeeld: emigreren naar Spanje op je 57e

Stel, je bent 57 en besluit om naar Spanje te emigreren. Je hebt je hele werkzame leven in Nederland gewoond en gewerkt. Tot nu toe heb je dus 42 jaar AOW opgebouwd (van je 15e tot je 57e), goed voor 84% van het volledige AOW-bedrag.

Vanaf het moment dat je je uitschrijft uit Nederland, bouw je geen AOW meer op. Tenzij je binnen een jaar na vertrek een vrijwillige AOW-verzekering afsluit bij de SVB. Daarmee kun je de ontbrekende jaren tot je AOW-leeftijd (waarschijnlijk 67) bijverzekeren. Doe je dat niet, dan mis je straks 16% van je AOW.

Je aanvullende pensioen wordt in Spanje meestal netto uitgekeerd, omdat Spanje en Nederland een belastingverdrag hebben. Je betaalt dan belasting in Spanje. AOW daarentegen blijft meestal in Nederland belast, maar dat hangt af van je totale inkomen en de Spaanse regels.

Wonen in Spanje heeft dus invloed op je uiteindelijke pensioenbedrag, maar met een goede planning kun je verrassingen voorkomen. Een vrijwillige verzekering en belastingadvies maken daarbij het verschil.

Samen houden we het gratis!

*Emigratie Magazine is wel gratis,
maar niet goedkoop*

Elke dag vind je op Grenzenloos.nl nieuwe gratis tips, eerlijke artikelen en inspirerende verhalen die je écht verder helpen. En we beantwoorden alle mailtjes die we dagelijks krijgen met vragen over het emigratieproces. En één keer per maand publiceren we ook nog dit emigratiemagazine.

Achter de schermen werkt een klein, toegewijd team keihard om jou te voorzien van actuele en betrouwbare informatie. We vragen niets voor onze content. Er is geen betaalmuur, geen abonnement, geen storende advertenties, geen gedoe.



Vind jij dit net als honderden andere lezers ook waardevol?

Je kunt op grenzenloos.backme.org laten zien dat je ons werk steunt. Hier kun je eenvoudig een kleine donatie doen. Eenmalig, of maandelijks, aan jou de vrije keuze. Al is het maar de prijs van een kop koffie, het houdt Grenzenloos gratis én onafhankelijk.

Dankzij jouw steun kunnen we doorgaan met wat we het liefste doen: jou helpen je emigratiedroom waar te maken!

Boek van de maand

Een nieuw leven in de bergen

Een nieuw leven in de bergen is het persoonlijke en meeslepende verhaal van Annika, die jarenlang droomde van een bestaan in Oostenrijk – en uiteindelijk de sprong waagde. Wat begint als een jeugdige verliefdheid op het land, groeit uit tot een serieus emigratieplan dat niet alleen haar leven, maar ook dat van haar gezin op z'n kop zet. In dit openhartige boek beschrijft ze hoe verlangen en werkelijkheid elkaar raken: van romantische bergdromen tot bureaucratische hindernissen, van heimwee tot nieuwe thuisgevoelens. Voor iedereen die zelf weleens fantaseert over een ander leven in het buitenland, biedt dit boek herkenning, inspiratie én realisme.

Annika brengt tijdens haar jeugd, samen met haar ouders, diverse zomervakanties door in Oostenrijk. Wanneer ze later haar grote liefde Mario leert kennen, komen daar de wintersportvakanties bij. Annika is zo verliefd op Oostenrijk dat ze na iedere vakantie heimwee ervaart naar dit mooie land. Ze droomt er zelfs van om er ooit te wonen. Maar ja, willen Mario en haar zoontje Huub dat ook? Wat moet er allemaal gebeuren op het gebied van werken en wonen om dat te realiseren? En ook stelt ze zich de vraag of ze het zich niet allemaal mooier voorstelt dan het in werkelijkheid misschien is.

In dit boek beschrijft Annika hoe de droom om te vertrekken is ontstaan en hoe de plannen concreet zijn geworden. Vervolgens geeft ze een inkijkje in het reilen en zeilen rondom het vertrek. Ook neemt ze je mee in de avonturen tijdens het eerste jaar in de nieuwe Heimat en de jaren daarna. Ze schuwt daarbij niet om ook de negatieve kanten van het wonen in een ander land te beschrijven.

Een nieuw leven in de bergen is een leuk, open en 'met vlotte pen' beschreven verhaal waar anderen met plannen om te emigreren zeker iets aan hebben.

Een nieuw leven in de bergen is te verkrijgen via elke (online) boekwinkel of via grenzenloos.nl

Een nieuw leven in de bergen

Annika Derksen

isbn 9789461853431

Prijs: €20,00



Emigreren naar Spanje?

10 tips om te onthouden

Handige weetjes ter voorbereiding van je emigratie

Een huis onder de zon, een ontspannen levensstijl, lagere kosten — het is geen wonder dat Spanje al jaren tot de populairste emigratielanden behoort voor Nederlanders. Maar wie denkt dat emigreren naar Spanje vooral een kwestie is van koffers pakken en in de zon gaan zitten, komt vaak voor verrassingen te staan. Hier lees je 10 willekeurige inzichten die je leven als emigrant in Spanje niet alleen makkelijker, maar ook aangenamer maken.

Denk verder dan je fysieke verhuizing: vestig je maatschappelijk

Veel Nederlanders kiezen voor regio's met al gevestigde Nederlandse gemeenschappen, zoals de Costa Blanca of Costa del Sol. Dat voelt vertrouwd — maar kan onbewust integratie in de weg staan. Overweeg juist om je te vestigen in een gebied waar je echt in contact komt met de lokale bevolking. Daarmee leer je de taal sneller, begrijp je de cultuur beter en bouw je een sociaal netwerk op dat verder reikt dan andere expats.

Een NIE-nummer is pas het begin

Zonder NIE (Número de Identidad de Extranjero) kun je in Spanje vrijwel niets — geen huis huren, geen bankrekening openen, geen auto kopen. Maar het is slechts één van de formaliteiten. Veel emigranten realiseren zich pas later dat ze zich ook moeten inschrijven bij de Seguridad Social (de Spaanse sociale zekerheid) om toegang te krijgen tot publieke gezondheidszorg. Dit geldt ook als je niet werkt maar bijvoorbeeld gepensioneerd bent of ondernemer. Informeer vooraf goed over je rechten en plichten, en laat je zo nodig adviseren door een gestor (Spaanse administratief dienstverlener).

Centraal-Europa: goedkoop en volatiel

Centraal-Europese landen zoals Roemenië (4,9%), Hongarije (4,2%) en Estland (4,4%) kampen met

veel hogere inflatie. Hoewel het levensonderhoud daar in absolute zin nog steeds lager ligt dan in West-Europa, zorgen de prijsschommelingen voor minder stabiliteit. Als je daarheen verhuist, kun je profiteren van lage startkosten, maar houd rekening met snelle prijsstijgingen voor bijvoorbeeld huur of energie.

Huurcontracten: laat je niet verrassen

huurders kwetsbaarder zijn voor onduidelijke of nadelige contracten. Denk aan verborgen clauses, onverwachte huurverhogingen of minimale onderhoudsplichten. Laat een juridisch adviseur of Nederlandstalige makelaar altijd meekijken met het contract voordat je tekent. Een kleine investering vooraf kan grote problemen achteraf voorkomen..

Bezoek Spanje in alle seizoenen

spookdorp. Veel Spaanse dorpen en toeristengebieden kennen sterke seizoensschommelingen. Oriënteer je daarom goed op het ritme van je nieuwe woonplaats. Hoe is de winter daar? Zijn winkels dan nog open? Is er medische zorg in de buurt? Dit helpt je realistische verwachtingen te vormen.

Houd een emigratiedagboek bij

Een onverwacht waardevol hulpmiddel: het bijhouden van een dagboek of logboek. Niet alleen om afspraken, deadlines of papierwerk bij te houden, maar ook om je eigen gedachten, twijfels en overwinningen vast te leggen. Het helpt je overzicht te houden én terug te kijken op je groei in het proces van emigratie. Het is bovendien een mooie herinnering voor later.

Energiecontracten zijn een puzzel

Energiekosten in Spanje kunnen sterk variëren per aanbieder en... per tijdstip. Veel contracten maken





gebruik van tijdsgebonden tarieven: stroom is overdag duurder dan 's nachts of in het weekend. Door bewust te plannen — bijvoorbeeld wassen of afwassen in daluren — kun je fors besparen. Vraag altijd welk tariefmodel je krijgt, en overweeg een leverancier met flexibele tarieven als je energieverbruik kunt aanpassen..

Parkeren en reizen

Waar je in Nederland gewend bent aan goede fietspaden en openbaar vervoer, is Spanje veelal auto-afhankelijk. In sommige dorpen is er nauwelijks een trottoir, laat staan een bushalte. Ook parkeren kan in toeristische gebieden problematisch én duur zijn.

Ga dus niet alleen af op mooie foto's van je woning, maar onderzoek hoe praktisch het dagelijks leven daar is — van boodschappen doen tot de dichtstbijzijnde huisarts.

Spaanse eten is méér dan tapas

Veel emigranten blijven hangen in de toeristische keuken: tapas, paella en sangria. Maar Spanje kent een rijke, regionale eetcultuur waarin lokale producten en seizoensgerechten centraal staan. Door naar lokale markten te gaan of in dorpsrestaurants te eten, leer je niet alleen het echte Spanje kennen, maar win je ook snel aan sympathie bij de plaatselijke bevolking.

Spaans spreken is geen luxe, maar noodzaak

In toeristische gebieden kun je je met Engels aardig redden, maar daarbuiten niet. Zelfs een basis-kennis Spaans opent letterlijk en figuurlijk deuren. Een simpel gesprek bij de bakker of in de apotheek voelt al snel als een overwinning. Oefen dus zoveel mogelijk — desnoods met apps of via een lokale taalschool — en wees niet bang om fouten te maken. Span-

jaarden waarderen het enorm als je de moeite doet hun taal te spreken.

Test je omgeving met de fiets of te voet. Een regio ontdekken vanuit de auto is niet hetzelfde als er wandelen of fietsen. Voordat je een huis koopt of huurt, loont het om letterlijk een rondje te lopen of fietsen in de buurt. Is het veilig? Zijn er voorzieningen? Hoe snel zit je bij een supermarkt of ziekenhuis? Zeker in heuvelachtige gebieden of buiten de steden kunnen afstanden en bereikbaarheid verraderlijk zijn.

Tot slot: een goede voorbereiding voorkomt teleurstelling

Emigreren naar Spanje is een prachtig avontuur — maar hoe beter je bent voorbereid op de minder bekende aspecten, hoe soepeler de overgang. Het zijn vaak juist de 'kleine' dingen die bepalen of je je echt thuis voelt in je nieuwe land. Lees in ieder geval het boek **Succesvol emigreren naar Spanje** om je voor te bereiden.

Ontsnappen aan Nederland

Waarom mensen willen emigreren

Waarom willen steeds meer Nederlanders hun koffers pakken en het land achter zich laten? Het antwoord is simpel en ingewikkeld tegelijk. Van onvrede over de maatschappelijke situatie tot de wens naar een leven met minder drukte en regels; de redenen om te emigreren lopen sterk uiteen. Toch zoeken deze Nederlanders allemaal hetzelfde: een plek waar ze zich opnieuw kunnen aarden, weg van de dagelijkse hectiek van het Nederlandse leven.

Zoeken naar meer rust en ruimte

Voor veel Nederlanders draait emigreren vooral om ontsnappen aan de drukte. Het land voelt overvol en dat leidt tot een behoefte aan meer persoonlijke ruimte. Ze zoeken een plek waar ze kunnen ademen, ver weg van de volgebouwde steden en files. Landen als Frankrijk en Spanje bieden die gewenste ruimte, waar de levensstandaard vaak lager is en de natuur voor het oprapen ligt. Vooral gepensioneerden vertrekken naar deze landen, op zoek naar een rustige omgeving om te genieten van hun oude dag.

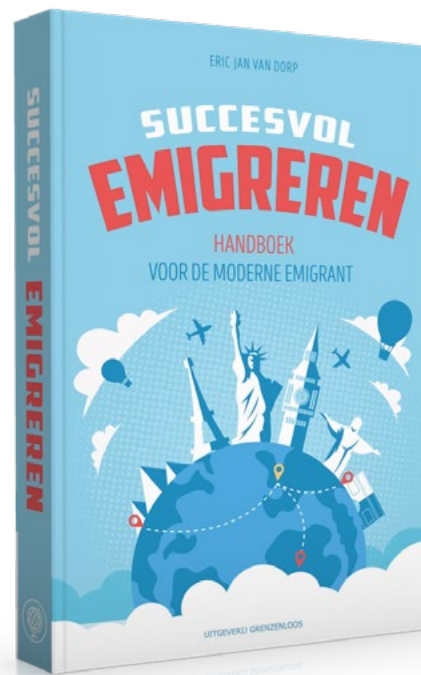
Politieke onvrede en regeldruk

Veel emigranten zijn daarnaast niet tevreden met het Nederlandse politieke klimaat. Sommigen voelen zich niet meer thuis in hun eigen land door de veranderingen in de maatschappij. Anderen zijn gefrustreerd door de almaar toenemende regeldruk en belastingdruk. Agrariërs, bijvoorbeeld, kiezen voor het buitenland om aan de strenge milieuregels te ontsnappen. Ondernemers verhuizen om dezelfde redenen en zoeken plekken met een gunstiger belastingklimaat en minder belemmeringen voor hun bedrijf.

Carrière mogelijkheden en nieuwe perspectieven

Nederlanders vertrekken ook voor carrière mogelijkheden in het buitenland. Dit geldt vooral voor





de zogenoemde 'digital nomads' en zelfstandigen die vanuit elke plek met internet hun werk kunnen doen. Voor hen is het minder van belang waar ze precies wonen, zolang de kosten van levensonderhoud laag zijn en het klimaat prettig is. Landen als Portugal en Thailand zijn populaire bestemmingen voor deze groep, omdat ze een aantrekkelijke mix bieden van betaalbaarheid en een goed werkklimaat

Een leven zonder haast

Voor veel Nederlanders draait emigreren om meer dan alleen de praktische voordelen. Het is ook een manier om een andere levensstijl te omarmen, eentje waarin ze minder haast ervaren en zich meer kunnen richten op wat echt belangrijk voor ze is. Ze willen minder stress, minder bureaucratie en meer vrijheid om hun leven in te richten zoals ze dat zelf willen.

Conclusie

Dus waarom kiezen Nederlanders er steeds vaker voor om hun leven elders voort te zetten? Het antwoord is dat ze op zoek zijn naar een nieuwe start, weg van de regels en drukte, op een plek waar ze opnieuw kunnen ademen. Terwijl de wereld steeds dichterbij lijkt te komen, zien velen juist emigreren als hun kans om een leven zonder haast te leiden. Voor sommigen betekent het avontuur van emigreren dieper ademhalen in een nieuwe omgeving; voor anderen is het de enige manier om te ontsnappen aan wat ze als een verstikkende realiteit in Nederland ervaren. Of ze uiteindelijk blijven of toch terugkeren, emigreren blijft een manier om te ontdekken of er ergens anders een leven wacht dat beter aansluit bij wie ze willen zijn

Recept van de maand uit Noorwegen

Fårikål

Lamsvlees gestoofd met kool en peperkorrels

Fårikål is een van de meest geliefde traditionele gerechten in Noorwegen. De naam betekent letterlijk 'schaap in kool' en dat is precies wat het is: stoofpot van lamsvlees, witte kool, zwarte peper en aardappelen.

Wat het gerecht zo bijzonder maakt is juist de eenvoud. Geen room, geen saus, geen ingewikkelde kruidenmixen. Alleen goede ingrediënten, een flinke pan en geduld.

Fårikål wordt traditioneel in het najaar gegeten, wanneer het lamsvlees op z'n best is. Vaak met familie of vrienden aan lange tafels, met donker brood en een glas melk of aquavit erbij.

Het gerecht is zo belangrijk voor de Nooren dat het elk jaar op de laatste donderdag van september wordt gevierd tijdens de Fårikålens Festdag. Dan eten duizenden mensen in het hele land tegelijk deze stevige stoofpot.

De oorsprong van fårikål ligt diep verankerd in de Noorse boerencultuur, waar men het moest doen met wat het land en het vee boden. In de herfst, wanneer de lammeren werden geslacht en de witte kool op z'n best was, ontstond er een eenvoudige maar voedzame stoofpot die perfect paste bij het koude klimaat en het ritme van het landleven.

Het gerecht werd vooral in het westen van Noorwegen populair, waar lamsvlees van nature een belangrijk onder-

deel van het menu was. De ingrediënten waren goedkoop en overal verkrijgbaar: vlees met bot, kool, wat peper, water, zout. Meer had je niet nodig. Het langzame garen op het fornuis zorgde voor malse stukken vlees, doordrenkt met de geur van kool en de pittigheid van zwarte peperkorrels.

Lange tijd werd fårikål gezien als boers, iets van het platteland, geen gerecht voor op deftige tafels. Maar juist die eenvoud werd later haar kracht. In 1972 werd fårikål via een nationale radio-stemming uitgeroepen tot het nationale gerecht van Noorwegen, een titel die het sindsdien met trots draagt.

Elk jaar op de laatste donderdag van september viert men in het hele land de Fårikålens Festdag, waarbij gezinnen, buurten en zelfs kantine grote pannen op het vuur zetten om samen te eten. Wat ooit een seizoensgerecht van boeren was, is nu een cultureel ankerpunt — een herinnering aan eenvoud, gemeenschap en de kracht van traditie.

In veel Noord- en Midden-Europese landen vind je gerechten die teruggrijpen op dezelfde logica: goedkope, seizoensgebonden ingrediënten, langzaam gaard in één pan, bedoeld om lichaam en ziel te verwarmen. Bijvoorbeeld:

- *Bij ons – Hutspot met draadjesvlees*
- *Frankrijk – Pot-au-feu*
- *Ierland – Irish stew*
- *Duitsland – Himmel und Erde*





Ingrediënten

Ingrediënten (voor 4 personen):

- 1 kg lamsvlees met bot (schouder of nek, in stukken)
- 1 grote witte kool, in grove parten gesneden
- 2 eetlepels zwarte peperkorrels
- 2 theelepels zout
- 1 eetlepel bloem (optioneel)
- 5 dl water
- Aardappelen, geschild en gekookt (om erbij te serveren)

Bereiding

1. Laagjes bouwen:

Gebruik een grote stoofpan. Leg afwisselend lagen vlees en kool in de pan. Begin met vlees. Strooi tussen elke laag wat zout en peperkorrels. Voeg eventueel een beetje bloem toe om de saus iets te binden.

2. Laten sudderen:

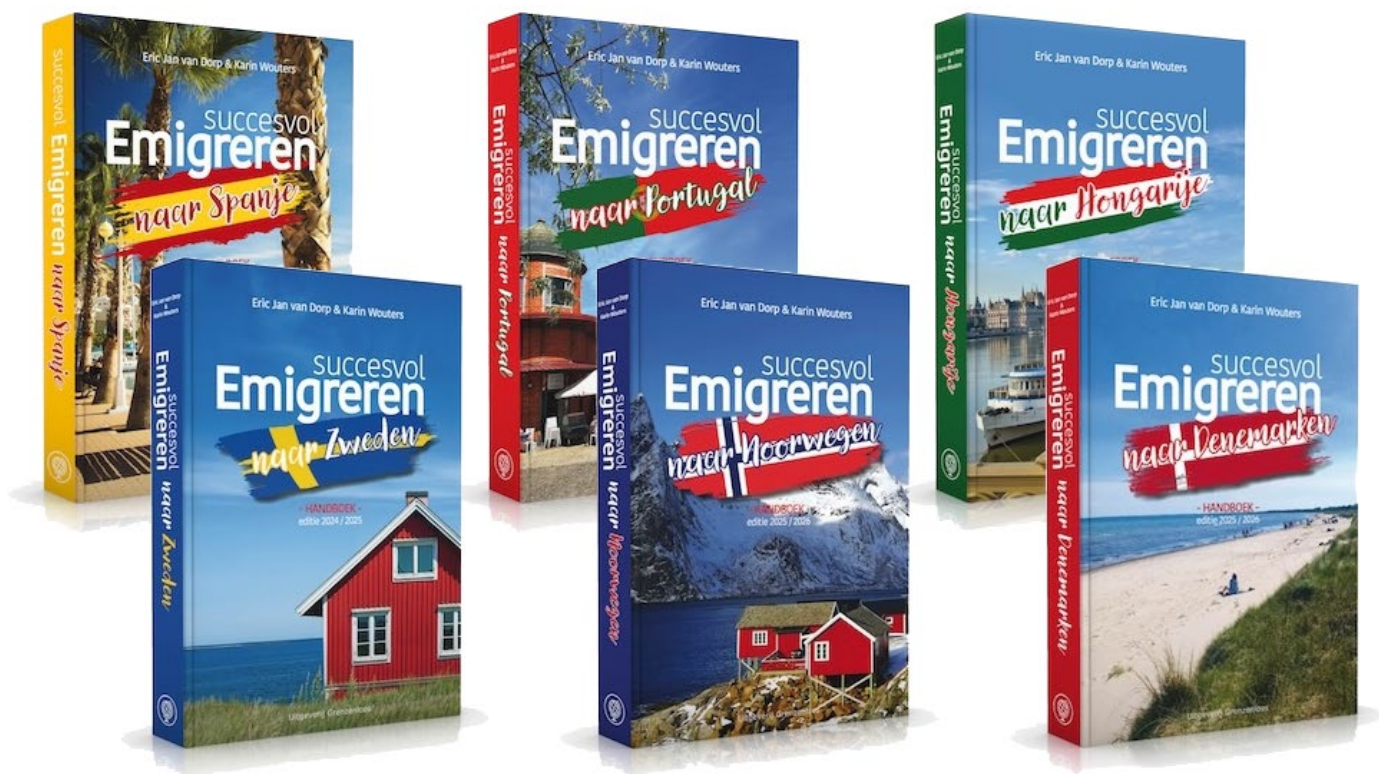
Giet het water erbij. Breng aan de kook, zet het vuur laag en laat minstens 2 uur sudderen met het deksel op de pan. Het vlees moet bijna uit elkaar vallen en de kool boterzacht zijn.

3. Serveren:

Serveer het gerecht direct uit de pan met simpel gekookte aardappelen. Geen garnering, geen poespas – dit is puur Noorwegen in een kom..

Als je dit serveert met een glas Noorse aquavit of gewoon een mok warme thee, zit je helemaal goed. De eenvoud is de kracht. Of, zoals de Noren zeggen: Vel bekomme!

Emigreren? Bereid je goed voor!



Kijk op www.grenzenloos.nl

Colofon

Grenzenloos Emigratie Magazine is een digitale uitgave van Uitgeverij Grenzenloos
(een imprint van VanDorp Uitgevers) en verschijnt 12 x per jaar.

© 2025 - Uitgeverij Grenzenloos

Neem hiervoor vrijblijvend contact met ons op via
info@grenzenloos.nl