

# ЧЕК-ЛИСТ УМНЫЙ ПЕРЕЕЗД

Лайф-коуч Ольга Кайдалова

# ПРИВЕТ!


Приняли решение переехать в другой регион? Начните подготовку заранее!

Переезд - это масштабный проект, очень важно максимально продумать все шаги. И в этом вам поможет мой чек-лист «Умный переезд». В нем - основные этапы и статьи расходов.

Если вы просто подумываете о переезде, но ничего не решили - тоже можете с ним поиграться, он поможет вам оценить свои возможности (энергетические и финансовые) и понять сроки.

Источники, которые вам понадобятся: соц сети, 2ГИС, Авито, тематические сайты, работные сайты, сайты с отзывами, поисковики.

Для вашего удобства чек-лист поделен на разделы. Читайте, отмечайте сделанное, выполняйте задания. Поехали!

Ольга Кайдалова,  
Коуч твоих перемен  
**@shiny\_coach**   
**shiny-coach.com**



# СОДЕРЖАНИЕ

---

НЕДВИЖИМОСТЬ, ЖИЛЬЕ	4
ТРАНСПОРТ, ПЕРЕВОЗКИ	5
КАРЬЕРА, РАБОТА	6
КЛИМАТ, КАЧЕСТВО ЖИЗНИ	7
РАЗВЛЕЧЕНИЯ, ХОББИ	8
ПЕРЕЕЗД С ДЕТЬМИ	9
ПЕРЕЕЗД С ЖИВОТНЫМИ	10
СОЦИАЛЬНЫЕ СВЯЗИ	11
ФИНАЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ	13

# НЕДВИЖИМОСТЬ, ЖИЛЬЁ

- ☐ **Найти информацию о районах города**  
Изучить районы выбранного города: где комфортно жить, где лучше работать, какие районы считаются неблагоприятными, где самая лучшая инфраструктура и т.д.
- ☐ **Сравнить цены на недвижимость**  
Изучить цены на покупку и съем квартиры. Рассмотреть как долгосрочные, так и краткосрочные варианты.
- ☐ **Учесть сопутствующие расходы**  
Выяснить стоимость риэлторских услуг, наличие особых комиссий или городских налогов, связанных со съемом и покупкой жилья.
- ☐ **Уточнить правила законного проживания**  
Узнать условия и стоимость получения временной регистрации или вида на жительство.

## ЗАДАНИЕ

Присмотрите себе квартиру для съема на первые месяцы, подходящую по району, по качеству ремонта и по площади. Впишите ниже необходимый бюджет на съем такой квартиры на 2-3 месяца + сопутствующие расходы.

---

---

---

# ТРАНСПОРТ, ПЕРЕВОЗКИ

- ☐ **Выбрать транспорт для переезда**  
Рассмотреть все возможные варианты и выбрать оптимальный, учитывая затраты на еду и другие расходы при многодневной поездке.
- ☐ **Проконсультироваться с транспортной компанией**  
Выбрать подходящую транспортную компанию и выяснить у нее тарифы и условия перевозки вещей в выбранный регион.
- ☐ **Изучить транспортную доступность**  
Узнать, как добраться до родины, до курортов и по другим необходимым направлениям из выбранного города.
- ☐ **Изучить особенности перемещения пешком**  
Выяснить, какие в городе есть виды общественного транспорта, их покрытие и стоимость.
- ☐ **Изучить особенности перемещения на машине**  
Узнать стоимость топлива, уточнить о состоянии дорог, об условиях парковки в черте города, о наличии платных дорог и об уровне пробок.

## ЗАДАНИЯ

- Рассчитайте стоимость переезда на выбранном транспорте на случайную дату. Впишите полученную сумму ниже.
- Рассчитайте примерную стоимость перевозки своих вещей, используя калькулятор на сайте ТК, либо посчитав по базовому тарифу. Также впишите полученную сумму.

---

---

---

# КАРЬЕРА, РАБОТА

- ☐ **Ознакомиться с рынком труда**  
Оценить количество вакансий по вашей специальности и средний уровень заработной платы.
- ☐ **Изучить специфику местных работодателей**  
Узнать о преобладающей схеме оплаты труда местными работодателями: белая/серая/чёрная заработная плата, как учитывается заработная плата: до или после вычета налогов и т.д.
- ☐ **Узнать об особенностях труда**  
Уточнить количество дней отпуска для региона, процент региональных надбавок, социальные гарантии работникам.

## ЗАДАНИЕ

Посетите 2-3 онлайн-собеседования в компанию в выбранном регионе, чтобы оценить шансы на лёгкое трудоустройство, а также понять условия и особенности местного найма.

# КЛИМАТ, КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

- ☐ **Узнать о местном климате**  
Подробнее узнать о местном климате в различные времена года.
- ☐ **Разузнать о здоровье местных жителей**  
Выяснить, являются ли какие-то хронические заболевания особенностью данного региона.
- ☐ **Изучить экологию**  
Выяснить текущий уровень загрязнения, наличие вредных предприятий.
- ☐ **Уточнить про скрытые риски со здоровьем**  
Выяснить, с какими хроническими заболеваниями не рекомендуется переезжать в выбранный регион.
- ☐ **Оценить уровень медицины**  
Выяснить качество медицины по отзывам (на сайте prodoctorov), стоимость платной медицины и тех услуг, которыми вы привыкли пользоваться.
- ☐ **Изучить качество воды**  
Узнать, можно ли пить воду из крана, наличие водоматов, стоимость заказа бутилированной воды.

## ЗАДАНИЕ

Запланируйте и осуществите поездку для разведки. Впишите ниже сумму, необходимую для поездки. Идеальный вариант — поехать на 2 недели в межсезонье, заселиться в апартаменты близко к спальному району, чтобы пожить не туристом, а обычным жителем. Изучайте особенности города во время поездки, следите, как себя чувствует ваш организм.

---

---

# РАЗВЛЕЧЕНИЯ, ХОББИ

- ☐ **Изучить спектр местных заведений**  
Уточнить о наличии привычных вам торговых сетей и общепита (магазины, кафе, рестораны). Если чего-то нет, найти альтернативу.
- ☐ **Найти привычные места**  
Найти места для привычных вам увлечений и хобби: спортзал, бассейн, школа барабанов, языковая школа и т. д.
- ☐ **Изучить рынок услуг**  
Изучить стоимость ежемесячных услуг, которыми вы всегда пользуетесь: маникюр, педикюр, парикмахерские услуги, массаж, эпиляция и т.д.
- ☐ **Уточнить стоимость продуктов**  
Посчитать стоимость вашей привычной продуктовой корзины на неделю и месяц.

## ЗАДАНИЯ

- Составьте карту своих будущих мест-фаворитов: 2-3 кафе-ресторана, спортзал/другое место для увлечений, 2-3 бьюти-салона, 2-3 крупных торговых центра. Впишите ниже траты за месяц на указанные в этом разделе заведения.
- Рассчитайте и впишите ниже примерную сумму для покупки разных мелочей, которые вам придётся купить заново в свой первый поход в магазин: инвентарь для уборки, бытовая химия, новые подушки, мелкая посуда и т. д.



# ПЕРЕЕЗД С ДЕТЬМИ

- ☐ **Изучить качество образования в регионе**  
Оценить популярные ВУЗы, их оценку на рынке труда, качество школ.
- ☐ **Разузнать про детские сады**  
Уточнить наличие мест в детских садах и условия, как туда попасть.
- ☐ **Найти занятия для ребенка**  
Изучить стоимость привычных кружков/секций для ребёнка, а также наличие новых, которых не было в вашем регионе.
- ☐ **Найти вариант подстраховки**  
Выяснить стоимость услуг частных детских садов и услуг няни.

## ЗАДАНИЯ

- «Пристройте» ребёнка в привычную ему секцию: найдите подходящую, выясните все условия и стоимость. Впишите ниже необходимую сумму.
- Найдите ребёнку няню на неделю (или услуги частного детского сада), подсчитайте стоимость и впишите в бюджет по переезду.

---

---

---

# ПЕРЕЕЗД С ЖИВОТНЫМИ

- ☐ **Подготовить животное к переезду**  
Завести паспорт, поставить необходимые прививки, чипировать. Приобрести препараты для комфортного переезда животного (успокоительное).
- ☐ **Выяснить условия перевозки животного**  
Выяснить у перевозчика условия перевозки животного: размер переноски, допустимый вес животного для перевозки в салоне и так далее.
- ☐ **Получить разрешение**  
Получить справку-разрешение на перевозку в ветеринарной клинике (выдается за несколько дней до планируемой даты путешествия).

## ЗАДАНИЯ

- Обратитесь в ветеринарную клинику, чтобы узнать актуальный на этот год список требований к перевозке животного, рассчитайте стоимость.
- Обратитесь к выбранному вами перевозчику, чтобы выяснить стоимость билета.
- Рассчитайте общую сумму затрат на перевозку животного и впишите её ниже.

---

---

---

# СОЦИАЛЬНЫЕ СВЯЗИ

- ☐ **Изучить местный менталитет**  
Почитать про менталитет местных жителей, особенности местной культуры и общепринятые нормы.
- ☐ **Найти контакты в регионе**  
Составить список друзей и знакомых, живущих в выбранном регионе. Написать им заранее о своём решении переехать - есть возможность найти поддержку и реальную помощь, а также получить консультацию и честную оценку.
- ☐ **Подружиться с блогерами**  
Подписаться на 5-7 блогеров, которые живут в выбранном регионе и периодически пишут о нём. Оптимально выбрать разных: и коренных, и «понаехавших», и положительно отзывающихся, и отрицательно.

## ЗАДАНИЕ

Обратитесь к 5 блогерам с просьбой вкратце рассказать про свой регион, о его плюсах и минусах, а в особенности о том, на что нужно обратить внимание. Задайте волнующие вас вопросы и спросите про подводные камни. Запишите все тезисы в таблицу на следующем листе, разделив их на плюсы и минусы. Это позволит составить более полное представление о том месте, куда вы собираетесь переехать, а также защитит от неожиданных финансовых затрат.

## ПЛЮСЫ И МИНУСЫ РЕГИОНА

ПЛЮСЫ	МИНУСЫ

# ФИНАЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

## ЗАДАНИЕ

Выпишите все предстоящие расходы, которые вы посчитали в предыдущих заданиях, в сводную таблицу на следующей странице, и составьте общий бюджет предстоящего переезда.

В общем бюджете должны быть все-все статьи расходов из заданий и те, которые в задания не вошли, но упоминались в пунктах чек-листа.

Возможно, вы добавите что-то своё.

**Важно!** Вам необходимо учесть расходы на сам переезд и на 2-3 месяца жизни на новом месте, при этом не важно, будет ли у вас к моменту переезда на руках оффер или нет.

Повесьте полученный расчет бюджета на видное место - пусть он послужит вам ориентиром и мотивирует на шаги к поставленной цели! Удачи вам в вашем переезде!

ФИНАЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

## БЮДЖЕТ МОЕГО ПЕРЕЕЗДА

СТАТЬЯ РАСХОДА	СУММА