



Guía práctica para nómadas

'¡Me voy!' se dirige a profesionales que se han trasladado a otras ciudades por motivos laborales

Desde que estalló la crisis del 2008, irse a trabajar al exterior es percibido en muchos casos como una condena, el destino indeseado de jóvenes que se van del país, bien porque no encuentran aquí trabajo, bien porque lo que encuentran no se ajusta a sus previsiones. Pero esa es una mirada parcial. Cambiar de país para trabajar no ha sido algo excepcional en los últimos treinta años para un buen número de profesionales. Y como cuenta Mercedes Segura, la magnitud del trauma que el cambio supone, depende de cada uno.

Economista y actriz, Mercedes Segura ha vivido diecisiete años fuera de su ciudad natal, Barcelona. Ha residido en un buen número de ciudades (París, Milán, Luxemburgo, Madrid...). Y de esa experiencia ha surgido el libro *'¡Me voy!'*, una acertada guía práctica con la que hacer frente a todo tipo de situaciones y

contratiempos que el desplazamiento conlleva. Y, como en todo texto honesto, la realidad que describe es muy diversa y el balance final depende, sobre todo, de las expectativas que uno se hace.

Sólo uno de los capítulos del libro es teórico. El resto son consejos prácticos a partir de la propia experiencia. Cómo afrontar la integración en una ciudad nueva: la importancia de no comparar, de no subestimar las

diferencias, de intentar ver las cosas con otra perspectiva, sin estereotipos. El esfuerzo mental necesario para adaptarse a otro estilo de vida. El valor de darse tiempo, de construir una nueva rutina y saber que cuanto menos pesa la "mochila" que uno lleva de un lado para otro, hace también las cosas más fáciles. La relevancia de las amistades, las de siempre y las que vas haciendo. Y el saber que la familia que viaja debe contar con una buena ancla: situaciones como la del nido vacío se viven con mayor intensidad desde la distancia...

'¡Me voy!', una buena guía práctica para los nómadas de hoy. Se vende en Amazon.



La economista y actriz Mercedes Segura, autora del libro '¡Me voy!'



¡ME VOY!
Mercedes Segura

Barcelona
130 p. | Papel
14,90 euros |
e-book 7,10 euros

El libro da consejos prácticos a partir de la propia experiencia de la autora

Neus
Sylvia
e Isal
blin-
fund

