

# Ta långledigt

– så gör du!

Är du trött på ekorrhjulet? Ta en paus! Vi ger dig tipsen om hur du går tillväga för att förverkliga din dröm om att ta långledigt och åka utomlands. **TEXT EMELI EMANUELSON | FOTO GHISLAIN & MARIE DAVID DE LOSSY, PRIVATA**

**B**TT STRESSIGT TEMPO, prestationsångest, höga krav och begränsad fritid – den mödosamma klättringen uppför karriärstegen har sina baksidor. Många drömmer om att ta en paus. En del gör slag i saken.

När makarna Anders och Eva Sundström hade jobbat i nästan 30 år bestämde de sig för att ta ett behövligt uppehåll. I början av år 2006 lämnade de båda 50-åringarna Täby i Stockholm för att upptäcka världen. Anders Sundström tog tjänstledigt från sitt jobb som säljare på ett amerikanskt IT-företag och Eva Sundström sa upp sig som redovisningschef på ett medicinbolag. När de kom hem startade de sajten Sundström Travel, där de nu bedriver coaching för ressurenna människor mitt i livet och karriären.

– Resesajten drivs av oss på ren ideell basis och vi får rätt många förfrågningar. Vi tycker att det är så förbaskat kul att resa så därför vill vi gärna hjälpa och inspirera andra.

**MEN ATT HOPPA AV JOBBET** och lämna hemmet för att förverkliga drömmen är lättare sagt än gjort. Enligt Anders finns det alltid mängder av skäl till varför man inte bara kan dra iväg.

– Det finns i princip ingen tidpunkt i ditt liv som är perfekt. Antingen har du en arbets- eller familjesituation som gör uppbrottet mer eller mindre omöjligt eller så har du inte tid eller pengar. Man måste se över de hinder man sätter upp för sig själv. Allt går om man vill, det är bara att bestämma sig och sen göra det.

Många av de tips och råd som paret Sundström ger på sin hemsida handlar just om hur man ska överkomma alla hinder för att genomföra drömresan.

– Planera långsiktigt och anpassa sparandet efter resans längd och standard, säger Anders Sundström.

Blir det tajt kan du alltid jobba på vägen. Att hyra ut huset eller lägenheten i andra hand innebär inte heller några svårigheter, åtminstone inte i en storstad. Det finns många företag som är specialiserade på just detta. Storföretag och olika ambassader söker ofta tillfälliga bostäder för utlandsanställda som ska arbeta i Sverige under en begränsad tid.

Vad gäller arbetet kan man kolla upp möjligheten att tillfälligt byta arbetsort eller jobba på distans. En del säger helt sonika upp sig medan andra begär tjänstledigt för studier. Enligt lag har du som arbetstagar rätt till ledighet för utbildning. Studierna behöver inte ha något med arbetsuppgifterna att göra och utbildningen får ta den tid den tar.

– Men det är viktigt att göra upp i samråd med arbetsgiva-

ren och ha god framförhållning så att arbetsgivaren får möjlighet att planera för frånvaron, säger Anders Sundström.

**KARRIÄRKOACHEN ASTRID GAUFFIN** har i 15 år hjälpt människor som behöver fatta beslut om vilket deras nästa steg ska vara – både i yrkeslivet och privat. Hon ser bara positiva effekter med att sätta en käpp i ekorrhjulet. Men hon skulle inte rekommendera någon att säga upp sig från sitt jobb för att upptäcka världen om man inte säkert vet att man kan få ett nytt jobb sen.

– Man ska kunna stå för sin resa och ta ansvar för konsekvenserna. Om man har möjlighet att få tjänstledigt eller kan åka mellan två jobb – gör då det. Allt fler familjer passar på när de är barnlediga till exempel.

Astrid Gauffin menar att istället för att se pausen som ett bakslag bör man betrakta den som en merit. En långresa förtjänar en plats i ett cv, menar hon.

– Som arbetsgivare skulle jag se det som en fördel. Istället för att lägga resurser på interna utbildningar kan man låta den anställda ta en paus och åka utomlands. Att bryta mönster och prova på nya saker kan leda till nya perspektiv och personlig utveckling. Man hamnar i situationer där man tvingas att agera och fatta beslut utan facit.

**” Istället för att se pausen som ett bakslag bör man betrakta den som en merit.**

**LÅNGRESORNA ÖKAR I RASANDE TAKT.** Men än så länge är det relativt få av långresenärerna som tar just karriärspaus. Anders Sundström på Sundström Travel tycker sig dock kunna skönja ett måttligt men ökat intresse.

– Jag tror att det kommer att öka, särskilt med de yngre generationerna. Men än så länge är många arbetsgivare avogt inställda till avbrott från jobbet. Vi hoppas själva kunna vara med och bidra till attitydförändringar. **V**

**På nästa uppslag:**

– Emelie och Fredrik tog karriärspaus

– Småbarnsfamiljen reste till Asien i 2 månader »





## Spara en dröm

**Emelie Sandelius, 29 år, och hennes pojkvän Fredrik Fredriksson, 31 år, sade upp sig från sina jobb, sålde lägenheten och reste för pengarna. En lat dag i hängmattan kläckte de en ny affärsidé.**

**FÖR ÅTTA ÅR SEDAN** kom Emelie och Fredrik till Stockholm för att göra karriär. De trivdes med att jobba hårt och inom några år hade de kommit en bra bit på sina valda yrkesbanor. Emelie arbetade som mediasäljare på IDG och Fredrik som konsult på medieföretaget Rise. Men något kändes inte rätt.

- Vi tycker båda om att jobba, säger Emelie. Ju mer, desto bättre. Men till slut gjorde vi inget annat, vi sprang för springandets skull och hann

aldrig träffas.

Men det var inte förrän badrummet i lägenheten i Vasastan skulle renoveras som paret verkligen tog beslutet om att göra karrärsparus. De hade gjort ett riktigt klipp när de köpte sin lägenhet, vilket upptäcktes när de fick den omvärderad vid renoveringen.

- Vi insåg att om vi sålde hade vi faktiskt råd att ta ledigt och göra något helt annat, säger Emelie. Vi har alltid drömt om att åka på en långresa och nu fanns det äntligen en möjlighet.

Så Emelie och Fredrik sa upp sig från sina jobb, sålde lägenheten, magasinerade sina möbler och köpte enkelbiljetter till Bangkok.

- Min chef ville att jag skulle ta tjänstledigt, säger Emelie.

Men Fredrik och jag ville inte ha en planerad hemresa. Vi visste inte ens om vi skulle komma hem igen.

Paret lämnade Sverige vid årsskiftet 2005/2006. De höll sig mest till Thailand och Malaysia och blandade lugn strandvila med hektiskt stadsliv. Planen var att resa tills de kom på vad de ville göra med sina liv. Bland Borneos orangutangar trodde de först att de hittat hem.

- Vi älskar djur och hade bestämt oss för att stanna på Borneo för att jobba med orangutanger. Men när planen blev för konkret blev vi plötsligt skrämda och drog oss ur.

Den reella planen kom istället till dem en lat dag i hängmattan. Det hade gått sju månader sedan de lämnade Sverige och båda var galet godissugna.

- Vi låg och pratade om hur sugna vi var på Polly och Ahlgrens bilar och helt plötsligt väcktes idén om Godisboxen till liv, berättar Emelie.

Paret åkte hem, bosatte sig vid havet i Ystad, långt ifrån huvudstadens storstadsstress, och startade gemensamt internetsajten Godisboxen med det sista av reskassan. Idag jobbar Fredrik heltid med att sälja godis via internet medan Emelie bara är med på ett hörn. Hon fick nämligen tillbaka sitt jobb på IDG.

- När jag kom tillbaka till jobbet sa mina kolleger att de önskade att de kunnat göra samma sak som jag gjorde. Man tror att man sitter fast, men det gör man inte. *Just do it!*

Trots att Emelie har hoppat tillbaka in i ekorrhjulet har hon idag ett helt annat förhållningsätt till yrkeslivet.

- Jag har hittat balans i livet och blivit bättre på att ta det lugnt. Jag tror varken jag eller Fredrik hade känt så om vi inte hade rest iväg. Vi vill gärna resa mer i framtiden. Men samtidigt tycker jag att det är nyttigt att låta vissa drömmar förbli drömmar, som den om orangutangerna på Borneo. **M**



Fredrik och Emelie vågade ta paus mitt i karriären för att åka på sin drömresa.

**” Jag har hittat balans i livet och blivit bättre på att ta det lugnt.**

## På luffen med småbarn

**Att resa iväg under barnledigheten blir allt vanligare. När familjen Jedbratt-Persson fick sitt andra barn åkte de till Thailand.**

- Vi fick bättre kontakt med barnen, säger Jörgen Jedbratt.

**NÄR JÖRGEN JEDBRATT, 42 år, och Annika Persson, 40 år, fick sitt andra barn tog de ett djärvt beslut: Att packa ihop hela lilla familjen och dra på långsemester till Sydostasien. I februari lämnade de ett frostigt Göteborg med den åtta månader gamla Oliver och storebror Felix, 4 år, för att resa runt i Thailand och Malaysia.**

- Både Annika och jag hade föräldraledighet kvar att ta ut, säger Jörgen. Jag skulle precis påbörja min, så resan blev en väldigt behaglig överlämning samtidigt som barnen fick umgås med båda sina föräldrar.

Men utgifterna är många när man har småbarn och villa. Och för att ha råd med den två månader långa resan var det bara att snåla.

- Man får offra en del saker, säger Jörgen. Men det gäller bara att ständigt påminna sig om varför man sparar. Ett tips är att månadspara på ett konto med bra ränta. Sen är det bra att åka till Sydostasien där det är billigt att leva.

Då både Jörgen och Annika är väldigt involverade i sina jobb har de tidigare haft svårt att ta ledigt.

- Vi kände att vi behövde resa långt bort för att verkligen kunna koppla av, säger Jörgen.

Annika arbetar som affärsområdeschef på Svenska Mässan medan Jörgen är med och driver det internationella forsknings- och konsultföretaget Kairos Future som bland annat erbjuder framtidsanalyser åt företaget.

**” Vi kände båda att vi behövde resa långt bort för att verkligen koppla av.**



Annika och Jörgen hyrde en minibus och bilade runt i södra Thailand med sina söner.

På Kairos Future har man märkt av en ökad trend att resa under barnledigheten. Jörgen tror att det beror på två orsaker.

- Först och främst beror det naturligtvis på att vi i Sverige har möjligheten att ta ut barnledighet. Sen är det en generationsfråga. Sjuttitalisterna har en lite annorlunda syn på föräldraskapet än de äldre generationerna, då de är mindre traditionella och mer resvana. De är mindre benägna att ge upp sin unga livsstil och involverar istället hela familjen i upplevelserna. Barnen är med på gymmet, på trendiga kaféer eller på resan. Många kombinerar dessutom familjesemestern med jobb genom att ta med sin laptop och arbeta på distans.

Men att resa med småbarn är onakligen omständligt och det gäller att vara väl förberedd.

- Vi lade mycket tid på att stuva, säger Jörgen. På att packa smart så att det skulle gå så smidigt att få upp välling och blöjor. Det handlar om teamwork och därför såg vi även till att inkludera barnen i planeringen. Vi berättade alltid för Felix vad som skulle hända inför varje etapp och han fick bära sin egen väska så att han kände att han var med och tog ansvar.

Med lille Oliver var det annorlunda och först befarade Jörgen och Annika att de tagit sig vatten över huvudet.

- Med den lille var det i början bökigt med just värmen och tidsomställningen, berättar Jörgen. Vi var lite oroliga över möjligheten att få tag på läkare om det skulle bli nödvändigt. Men Thailand är oerhört barnvänligt och efter en vecka hade Oliver vant sig. Det gäller bara att vara observant på värmen, att smörja in ungarna och att inte dricka kranvatten.

Trots allt tycker Jörgen att det gick förvånansvärt bra att resa med barnen.

- Det var en investering för hela familjen och vi fick bättre kontakt med barnen. Man får passa på, för man vet aldrig när man får chansen igen. Rätt som det är har barnen vuxit upp och då är det för sent. **M**



Favoriten Danum Valley.



Ko Maak - ett lugnt paradis



Bland Borneos orangutanger fann Emelie och Fredrik lugnet.



Barnen Felix och Oliver som är allergiska mot mjölkprotein njöt av asiatisk mat.



Långresan förbättrade kontakten med barnen.

#### MER INFO OM...

##### ...långresor?

Läs Rough Guides *First-Time Around the World* eller se [www.vagabond.se/planera\\_langresan](http://www.vagabond.se/planera_langresan).

##### ...att resa med barn?

Läs *Nya Resa med barn* (Global Reporting Books, 2001) eller se [www.resa\\_medbarn.net](http://www.resa_medbarn.net).

#### Läs mer!

Längtar du efter saltstänk och öppet hav? Läs på vår hemsida om familjen Hemgren som sålde huset och köpte båt för att segla under ett år.

■ [www.vagabond.se/seglabort](http://www.vagabond.se/seglabort)

# A