

✓ Antes de salir de tu país

- Solicita el [formulario A1](#)** (antiguo E 101). En España se pide con [el modelo de solicitud TA.300](#). El formulario A1 es expedido por las [Administraciones de la Tesorería General de la Seguridad Social](#) o en sus Direcciones Provinciales. Este formulario acredita que tú y las personas a tu cargo estáis cubiertos en el extranjero por la seguridad social de vuestro país (por un máximo de **2 años**).
- Solicita el formulario S1** (antiguo E 106), documento que te da derecho a recibir asistencia médica durante tu estancia en el país de destino. **En España este formulario se solicita** al Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS).
- Si para trabajar en el otro país solo tienes que hacer **viajes de corta duración**, basta con que lleves la [Tarjeta Sanitaria Europea](#). Solicítala en INSS antes de salir.
- Consulta tus obligaciones fiscales en la [Agencia Tributaria](#) en función del tiempo que vas a residir en el exterior.

Al llegar al país de destino

- [Infórmate sobre los trámites de residencia](#), aunque solo pienses quedarte poco tiempo.
- Presenta el formulario S1 (antiguo E 106) en el seguro de enfermedad de ese país.
- Realiza los trámites fiscales correspondientes.

Notas: