



Bild: Freepik

## Einen Monat vor dem Umzug

### Frühzeitig planen

Erstellen Sie einen für alle einsehbaren Umzugsplan mit wichtigen Terminen und Aufgaben.

### Kinder und Jugendliche einbeziehen

Sprechen Sie frühzeitig mit den Kindern über den Umzug und erklären Sie die Gründe und den Ablauf auf eine altersgerechte Weise.

### Neue Schule oder Kita anmelden

Informieren Sie sich rechtzeitig über die neue Schule/Kita und melden Sie Ihre Kinder an. Besuchen Sie nach Möglichkeit die neue Einrichtung mit Ihren Kindern.

### Freunde und Familie informieren

Teilen Sie Freunden und Familienmitgliedern Ihre neue Adresse und Umzugsdetails mit. Verteilen Sie Aufgaben an die Familie.

### Umzugshelfer organisieren

Prüfen Sie die Verfügbarkeit von Umzugshelfern oder professionellen Umzugsunternehmen.

### Packen beginnen

Starten Sie frühzeitig mit dem Packen, beginnend mit Dingen, die nicht täglich benötigt werden. Misten Sie aus!

### Vertraute Gegenstände bereithalten

Packen Sie eine „erste Nacht“-Box für jedes Familienmitglied mit wichtigen Dingen wie Bettzeug, Kleidung und Toilettenartikeln.

### Medizinische Unterlagen und Akten sichern

Fordern Sie Kopien von medizinischen Unterlagen und Schulakten an.



Bild: Freepik\_pikisuperstar

## Zwei Wochen vor dem Umzug

### ○ **Kontaktinformationen aktualisieren**

Stellen Sie sicher, dass Schulen, Ärzte und andere wichtige Kontakte über die neue Adresse informiert sind.

### ○ **Haustiere vorbereiten**

Planen Sie den Umzug für Haustiere, z. B. durch eine Unterkunft bei Freunden oder Familie am Umzugstag.

### ○ **Abschied nehmen**

Organisieren Sie eine Abschiedsparty oder ein kleines Treffen für die Kinder, um sich von Freunden zu verabschieden.

### ○ **Kisten markieren**

Beschriften Sie alle Kartons nach Zimmern und Inhalt, um das Auspacken zu erleichtern.

### ○ **Kinderzimmer planen**

Wenn Kinder die Gestaltung ihres neuen Zimmers mitplanen, wächst die Vorfreude.

### ○ **Elektrizität, Wasser und Internet umstellen**

Stellen Sie sicher, dass Strom, Wasser, Gas, Internet zum Umzugstermin in der neuen Wohnung aktiviert und in der alten Wohnung abgemeldet sind.

### ○ **Nachsendeauftrag bei der Post einrichten**

Beantragen Sie einen Nachsendeauftrag, damit Ihre Post an die neue Adresse weitergeleitet wird.

### ○ **Notfallplan erstellen**

Machen Sie einen Plan für den Fall von unerwarteten Ereignissen am Umzugstag, etwa Kontaktnummern für Umzugshelfer und alternative Übernachtungsmöglichkeiten.

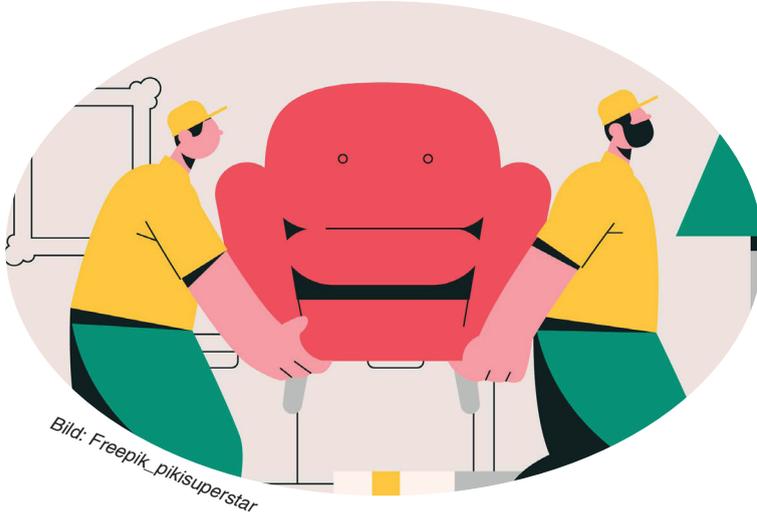


Bild: Freepik\_pikisuperstar

## Am Umzugstag

### Kinder beschäftigen

Bringen Sie Kinder während des Umzugs bei Verwandten oder Freunden unter, um Stress zu minimieren.

### Vertraute Gegenstände griffbereit halten

Halten Sie Kuscheltiere, Decken oder Spielzeuge zur Hand, um Kindern Komfort zu bieten.

### Wichtige Dokumente/Dinge zugänglich

Bewahren Sie alle wichtigen Dokumente (wie Geburtsurkunden, Pässe und Versicherungsunterlagen) sowie Dinge (Ladekabel, Medikamente, Schlüssel) an einem sicheren und zugänglichen Ort auf.

### Essen und Trinken bereitstellen

Halten Sie Snacks und Getränke bereit, um die Energie hochzuhalten und die Stimmung zu heben.

### Neue Nachbarn begrüßen

Stellen Sie sich bei den neuen Nachbarn vor, um einen freundlichen ersten Eindruck zu hinterlassen.

### Reinigung organisieren

Sorgen Sie dafür, dass die alte Wohnung sauber hinterlassen wird, organisieren Sie eine Putzhilfe.

### Müllentsorgung planen

Stellen Sie sicher, dass Sie während des Umzugs Zugang zu Mülleimern haben, um Verpackungsmaterialien und unerwünschte Gegenstände sofort entsorgen zu können.

### Ankunftszeit der Umzugshelfer koordinieren

Bestätigen Sie die genaue Ankunftszeit der Umzugshelfer am neuen Wohnort, um Verzögerungen zu vermeiden.



## Nach dem Umzug

### **Kinderzimmer zuerst einrichten**

Stellen Sie sicher, dass die Zimmer der Kinder zuerst eingerichtet werden, um ein Gefühl der Vertrautheit und Sicherheit zu schaffen.

### **Haus/Wohnung/Umgebung erkunden**

Machen Sie mit der Familie eine Tour durch das neue Zuhause und die Nachbarschaft, um sich schnell einzuleben.

### **Routine wiederherstellen**

Versuchen Sie, so schnell wie möglich zur gewohnten Routine zurückzukehren, um Kindern Stabilität zu bieten.

### **Neue Schule besuchen**

Besuchen Sie die neue Schule und begleiten Sie Ihre Kinder, um die Eingewöhnung zu erleichtern.

### **Soziale Kontakte fördern**

Unterstützen Sie Ihre Kinder dabei, neue Freunde zu finden, und fördern Sie den Kontakt zu alten Freunden durch Besuche und Videoanrufe.

### **Umzugs-Situation reflektieren**

Sprechen Sie als Familie offen über die ersten Eindrücke und Gefühle und teilen Sie Sorgen oder Ängste.

### **Geduld haben**

Geben Sie jedem Familienmitglied Zeit, sich anzupassen, und seien Sie geduldig bei der Bewältigung von Heimweh oder Anpassungsschwierigkeiten.

### **Haus/Wohnung sichern**

Überprüfen Sie alle Schlösser, Rauchmelder und Kohlenmonoxid-Detektoren, um sicherzustellen, dass sie ordnungsgemäß funktionieren.