

# **Umzug ohne Stress**

## Die Checkliste

**EWS**





# Inhalt

Eine neue Wohnung ist mehr als nur eine neue Behausung. Sie gibt ein neues Lebensgefühl - vermittelt etwas von einem neuen Start. Damit auch der Wohnungswechsel ohne grossen Stress über die Bühne geht, erhalten Sie von uns ein paar Tipps:

---

## **04 - 05** Checkliste

---

## **06 - 07** Nützliche Tipps

---

- 08** Fünf goldene Packregeln -  
Ratschläge fürs richtige Heben  
und Tragen
  - 09** Reinigen der alten Wohnung  
Glanzvolle Reinigungstipps
  - 10** Malerischer Einrichtungsplan
- 



# Checkliste

## Vor dem Umzug

- Mit Verpacken aller losen Gegenstände anfangen. Schachteln mit dickem Filzschreiber oben und auf der Seite (Inhalt und Zimmer) beschriften.
- Kartons und Behälter packen und nicht überladen.
- Pflanzen für den Umzug verpacken, Blumen erst nach dem Umzug giessen.
- Packarbeiten am Abend vor dem Umzug abschliessen.
- Sperrgutentsorgung organisieren und ggf. Brockenhaus bestellen (Möglichkeiten in Ihrer Gemeinde unter abfall.ch).
- Mobiliar auseinanderbauen, Schrauben und Tablarhalter in kleine Säcke verpacken und sicher aufbewahren.
- Kühlschrank und Tiefkühlschrank ausschalten und abtauen (falls notwendig eine Kühlbox für Tiefkühlprodukte bereitstellen).
- Termine für Wohnungsübernahme/-übergabe vereinbaren. Nachmieter über den Bezugstermin der alten Wohnung informieren.
- Schlüssel des alten Mietobjekts nachzählen und von fehlenden Schlüsseln eventuell Kopien anfertigen. Schlüssel für Abgabe bereitlegen.
- Betreuung von Kindern und Haustieren für den gesamten Umzugstag organisieren.
- Genügend Bargeld für den Umzugstag bereithalten.
- Umzugsfahrzeug und eventuell Geräte wie Teppichreiniger reservieren.
- Am alten und neuen Ort bei Verwaltung/ Hauswart eine freie Zufahrt reservieren. Reservierter Platz sowie Treppenhaus und Gänge am Umzugstag frei halten.
- Alle notwendigen und vertraglich festgehaltenen Reparaturen durchführen.

## **Während des Umzugs - am alten Ort**

---

- Briefkasten leeren und Namensschilder an Briefkasten und Klingel entfernen. Wenn vorhanden: Kleber «Stopp – keine Werbung» am Briefkasten entfernen.
- Altes Objekt mit Übergabeprotokoll abgeben. Kaution zurückfordern. Der Vermieter muss, falls Abzüge gemacht werden, innert 30 Tagen abrechnen.
- Nachbarn informieren.
- Strom-, Wasser- und Gaszähler zur Kontrolle ablesen, Strom abmelden und am neuen Ort anmelden.
- Wertsachen in Safe oder an sicherem Ort verwahren.
- Verpflegung für Helfer/-innen bereitstellen sowie Utensilien bereitlegen: Abfallsäcke, Schnur, Klebeband, Werkzeuge, WC-Papier, Seife, Tücher, Notfallapotheke, Taschenlampe usw.
- Reinigungsmaterial bereitstellen.
- Nägel- und Schraublöcher zugipsen.
- Kontrollgang nach erfolgter Räumung: Vergewissern Sie sich, dass nichts liegen geblieben ist.

## **Während des Umzugs - am neuen Ort**

---

- Informieren Sie geschäftliche Kontakte (Versicherungen, Banken usw.) über Ihre neue Adresse unter post.ch/umzug.
- Am neuen Ort Klingel und Briefkasten beschriften.
- Nachbarn informieren.
- Einrichtungsplan/Skizze (siehe Seite 10) am neuen Ort gut sichtbar auflegen und Zimmer beschriften.
- Abdeckung zur Schonung von Böden, Türrahmen und Wänden anbringen.
- Verpflegung und Getränke für Helferinnen und Helfer bereitstellen.

## Schlaue Tipps

---

- Beziehen Sie bei der Post die speziellen **Adressänderungskarten**. Tipp: Sie erhalten einen Bestellschein für neue Stempel mit dem Umzugsset.
- Informieren Sie Ihren **Arbeitgeber** über den neuen Wohnort und den Umzug. Tipp: Erkundigen Sie sich, ob Ihnen ein Umzugs-tag zusteht.
- Melden Sie sich bei der **Serafe AG** an, sofern Sie neu Radio- und/oder Fernseh-programme empfangen und noch keine Gebühren zahlen. Tipp: Infoline 058 201 31 67 oder serafe.ch.
- **Melden Sie sich bei der bisherigen Gemeinde ab.** Tipp: Schriftenempfangs-schein bzw. Niederlassungsbewilligung mitnehmen.
- Melden Sie sich bei der neuen Gemeinde an. Tipp: Heimatschein, eventuell Familienbüch-büchlein mitnehmen (weitere Infos: ch.ch/umzug).
- Sprechen Sie mit Ihren **Kindern** frühzeitig über den Umzug. Tipp: Integrieren Sie sie und lassen Sie sie mithelfen.
- Überprüfen Sie nach dem Umzug die Prämien Ihrer **Krankenversicherung**. Die Prämienunterschiede sind vom Wohnort abhängig. Tipp: Einen neutralen Vergleich erhalten Sie unter comparis.ch.
- Die Möglichkeit, eine **Mietzinsgarantie** ohne Depot zu leisten, besteht zum Beispiel bei einer **Versicherungsgesellschaft**. Tipp: swisscaution.ch.
- Melden Sie sich innert acht Tagen beim **Sektionschef des Militärs** Ihres neuen Wohnorts, nehmen Sie das Dienstbüchlein mit und füllen Sie die Meldekarte aus. Tipp: ch.ch/umzug/dienstpflchtig.
- Zivilschutz/-dienst: Schicken Sie Ihre Umzugsmeldung zusammen mit dem Dienstbüchlein umgehend dem zuständigen Regionalzentrum. Tipp: ch.ch/umzug/dienstpflchtig.
- Melden Sie die Adressänderung beim **Strassenverkehrsamt** innert 14 Tagen. Achtung, bei einem Umzug innerhalb des Kantons und bei einem Kantonswechsel müssen unterschiedliche Dokumente vorgelegt werden. Tipp: asa.ch.
- Melden Sie Ihren **Strom** am alten Ort ab und am neuen wieder an, damit Sie nicht für den Nachmieter zahlen müssen. Tipp: Melden Sie Ihren Umzug Ihrem Elektrizi-tätswerk.
- Informieren Sie sich über die Steuer-situation im neuen Kanton. Tipp: estv.admin.ch/dienstleistungen > Steuer-rechner.

- Melden Sie Ihre neue Adresse frühzeitig Ihrem **Telekommunikationsunternehmen**.  
Tipp: bakom.ch.
- Regeln Sie die **Nebenkostenabrechnung** mit Ihrem bisherigen Vermieter.
- Erstellen Sie einen Kaufvertrag für Mobiliar, das der Nachmieter übernimmt.
- Besorgen Sie rechtzeitig Werkzeug und Material für **Reparaturarbeiten**.
- Kurze **Rechtsauskünfte gibt die Hotline des Schweizerischen Mieterinnen und Mieterverbands**: 0900 900800  
Mo., 9.00 – 15.00 Uhr  
Di. – Fr., 9.00 – 12.30 Uhr, 4.40 CHF/Min.  
Tipp: mieterverband.ch / hev-schweiz.ch



## Fünf goldene Packregeln

---

- 01** Nicht zu voll und nicht zu schwer (max. 25 kg, siehe Liste)

---

- 02** Schweres nach unten und Gleiches zu Gleicher

---

- 03** Bücher, Bilder hochkant stellen/packen

---

- 04** Porzellan, Gläser, Teller hochkant stellen und gut polstern

---

- 05** Mit dem Zielort (Zimmer) kennzeichnen

## Maximale Lastgewichte nach Alter und Geschlecht:

Alter	Männer	Frauen
16-18	19 kg	12 kg
18-20	23 kg	14 kg
20-35	25 kg	15 kg
35-50	21 kg	13 kg
>50	16 kg	10 kg

## Ratschläge für das richtige Heben und Tragen

---

- Auf sicheren Stand achten, die Füsse möglichst nah an die Last bringen und zum Anheben der Last in die Hocke gehen, aus den Knien heraus anheben.
- Last sicher greifen, Gewicht gleichmäßig und nicht ruckhaft anheben.
- Lasten immer dicht am Körper tragen und den Körper nicht zur Gegenseite abwinkeln.
- Schwere Lasten sowie sperrige Gegenstände nach Möglichkeit aufteilen oder nur zusammen mit einer zweiten Person heben.
- Last gleichmäßig und mit geradem Rücken absetzen (Beine beugen).

## **Reinigung der alten Wohnung**

---

- Gemäss Mietvertrag muss die alte Wohnung gereinigt werden. Bitte beachten Sie auch, dass folgende Dinge geputzt werden: Böden, Plättli und Kunstharzflächen in allen Räumen aufwaschen bzw. Holzböden spänen und wachsen u. Ä.
- Evtl. Spannteppiche reinigen (Mietvertrag beachten).
- Fensterscheiben aussen und innen, Storen, Fensterläden, Kurbelstangen, Gesims der Wohnung innen reinigen.
- Schränke, Küchenschrank, Gefrierschrank, Backofen, Badewanne und Klosettenschüssel reinigen, Wasserhähne aussen entkalken.
- Verstopfte Abläufe reinigen
- Poster, Kleber entfernen

## **Glanzvolle Reinigungstipps**

---

- Aufkleber entfernen: mit einem Föhn erwärmen. Tipp: Mit Spachtel oder Messerrücken lösen.
- Versiegeltes Parkett: mit warmem, leichtem Spezialmittel aufnehmen.
- Holz (gestrichen oder gebeizt) mit Seifenwasser gründlich von oben nach unten reinigen, danach trocken reiben. Tipp: keine alkalische, säurehaltige und aggressiv wirkende Reinigungsmittel verwenden.
- Nicht vergessen: auch Wände und Decken reinigen.



## **Malerischer Einrichtungsplan**

---

- Erstellen Sie einen Einrichtungsplan. Damit erleichtern Sie allen Beteiligten den Umzug. Zeichnen Sie den Grundriss massstabgetreu auf A5-Millimeterpapier. Zeichnen Sie ein, in welche Richtung sich Türen und Fenster öffnen lassen. Vermerken Sie alle vorhandenen Anschlüsse.
- Tipp: Einrichtungstool von Ikea unter [ikea.ch](http://ikea.ch)
- Tipp: Kostenlose Software-Downloads, um Ihre Wohnung einzurichten, finden Sie im Internet.

**Nachsendauftrag bei Umzug und Ferien  
unter post.ch einfach und bequem online  
melden.**



**EWS AG**

Gotthardstrasse 6, 6438 Ilbach  
041 818 33 33, [info@ews.ch](mailto:info@ews.ch), [ews.ch](http://ews.ch)