ALL SENIORS CARE
LIVING CENTRES

Liste de contrôle pour le déménagement dans une Résidence pour retraités

2 mois avant le déménagement

- ☐ Finaliser le choix de la Résidence de retraite;
- ☐ Envoyez le dépôt de garantie;
- ☐ S'informer des restrictions d'emménagement (jours/heures);
- ☐ Choisir une date de déménagement;
- ☐ Appeler l'agent d'assurance pour savoir s'il faut changer de police (location ou propriétaire);
- ☐ Rechercher des services de gestion du déménagement des aînés;
- ☐ Demander une consultation et décider si les services sont nécessaires;
- ☐ Demandez des prix pour des services de déménagement et d'expédition (au moins trois);
- ☐ Une fois votre décision prise, réservez dès que possible;
- ☐ Obtenez les dimensions du logement et créez un plan d'étage;
- ☐ Décidez quels meubles et autres effets personnels conviendront à votre nouvel espace;
- ☐ Prenez des photos pour recréer la configuration de votre ancienne maison;
- ☐ Commencez à trier les objets en trois groupes : à garder, à donner, à jeter;
- ☐ Rassemblez ce que vous devez absolument garder et triez ensuite le reste ; offrez ce que vous ne pouvez pas garder à vos amis et à votre famille;
- ☐ Emballez d'abord les articles volumineux pour vous donner un sentiment de progrès;
- ☐ Numérisez les DVD, les CD et les photos pour gagner de la place;
- ☐ Engagez une entreprise de récupération des articles usagés pour effectuer les opérations de levage de charges lourdes;
- ☐ Commandez des boîtes, du ruban d'emballage, du papier bulle et d'autres fournitures;
- ☐ Remplissez les documents de changement d'adresse de Postes Canada.

**Conseils pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de démence*

ALL SENIORS CARE
LIVING CENTRES

1 mois avant le déménagement

- ☐ Informez votre médecin de votre déménagement. Si vous déménagez dans une autre région, demandez-lui de vous recommander un médecin dans votre nouvelle région;
- ☐ Planifiez le débranchement des services publics à l'ancien domicile;
    - ☐ Téléphone;
    - ☐ Internet;
    - ☐ Câble;
    - ☐ Eau;
    - ☐ Gaz;
    - ☐ Électricité.
- ☐ Commencer à emballer les articles non essentiels (serviettes, linge de maison, etc.)
- ☐ Organisez les documents essentiels (passeport, testaments, etc.) et mettez-les dans un endroit où vous les trouverez facilement;
- ☐ Étiqueter les boîtes emballées par pièce et par contenu;
- ☐ Séparez les objets de valeur pour les transporter vous-même;
- ☐ Informez ces services de votre changement d'adresse :
    - ☐ Banques ;
    - ☐ Opérateur de téléphonie mobile;
    - ☐ Assurance habitation et automobile;
    - ☐ Système de sécurité de la maison;
    - ☐ Sociétés de cartes de crédit;
    - ☐ Immatriculation provinciale des véhicules;
    - ☐ Permis de conduire;
    - ☐ Carte de santé;
    - ☐ Pharmacie/programme de livraison d'ordonnances;
    - ☐ Abonnements aux magazines et aux journaux.
- ☐ Commandez de nouveaux chèques avec la nouvelle adresse, le cas échéant;
- ☐ Éliminer les déchets dangereux - peinture, propane, etc.

ALL SENIORS CARE
LIVING CENTRES

2 semaines avant le déménagement

- ☐ Confirmer les déménageurs (date, heure, prix, nombre de déménageurs, etc.);
- ☐ Continuer à emballer;
- ☐ Séparez les objets de première nécessité quotidienne qui peuvent être emballés à la dernière minute;
- ☐ Remplir les valises de vêtements et d'articles personnels;
- ☐ S'assurer que toutes les ordonnances sont remplies;
- ☐ Prenez des photos des meubles et notez les dommages éventuels sur une fiche d'inventaire;
- ☐ Le cas échéant, réservez l'ascenseur pour le jour du déménagement.

Jour du déménagement

- ☐ Enlevez la literie et emballez-la;
- ☐ Emballez les vêtements, les articles de toilette et les objets personnels restants;
- ☐ Faites visiter la maison aux déménageurs et informez-les de ce qu'ils doivent faire;
- ☐ Vérifiez dans chaque pièce si des objets ont été oubliés.

À la Résidence

- ☐ Placez les meubles et les objets personnels de la même manière que dans l'espace de vie précédent pour éviter de vous sentir désorienté.
- ☐ Rassemblez d'abord la literie et les espaces personnels importants (c'est-à-dire la chambre à coucher et la salle de bain);
- ☐ Commencez à déballer les éléments essentiels de la cuisine, de la salle de bains et du salon.
- ☐ Commencez à profiter de votre nouvelle vie à *All Seniors Care* !

N.B: Dans ce document, le genre masculin est utilisé comme générique, dans le seul but d'alléger le texte.