

Ute Wendler



Mit Checklisten  
und Raum für  
eigene Notizen

# Umzugsplaner

Die Veränderung meistern

DTE





[www.meinquadro.de](http://www.meinquadro.de)

Ute Wendler: Umzugsplaner – Die Veränderung meistern  
Quadro Nr. 32  
© 2012 Down to Earth · Laubacher Str. 16 II · 14197 Berlin

Gestaltung: [www.michaelzimmermann.com](http://www.michaelzimmermann.com)  
Fotos: [photocase.com](http://photocase.com) - cydonna (1,6), luxuz:: (14), time. (22), complize (30)  
Lektorat: Andrea Specht  
Druck: Müller Fotosatz & Druck GmbH, Selbitz · Printed in Germany  
ISBN: 978-3-86270-715-7; ISBN eBook: 978-3-86270-716-4

Zitate stammen aus der Zitate-Sammlung »Gut gesagt«, Down to Earth Verlag, 2008.

Impulshefte, Quadros und Bücher als Apps für Smartphones: [www.textunes.de](http://www.textunes.de)

### Bezug

Im Buchhandel oder beim Verlag:  
Down to Earth bei Chrismedia  
Robert-Bosch-Str. 10  
35460 Staufenberg

Tel: 06406 - 8346 0  
Fax: 06406 - 8346 125  
E-Mail: [dte@chrismedia24.de](mailto:dte@chrismedia24.de)

Mehr Inspiration und weitere Quadros gibt es unter  
[www.down-to-earth.de](http://www.down-to-earth.de) und [www.meinquadro.de](http://www.meinquadro.de)





## Umziehen ist ein Abenteuer

■ Wer dieses Heft zur Hand nimmt, sucht vermutlich konkrete Unterstützung bei der Planung für einen Umzug – eine Zeit, die Abschied, Umbruch und Neuanfang bedeutet und gut vorbereitet sein will.

Umzüge und Mobilität sind Bestandteil unserer Zeit und Gesellschaft. Arbeitgeber verlangen höchste Flexibilität, und dazu gehört die Bereitschaft, den Wohnort zu wechseln – vorübergehend oder für immer. Die häufigsten Umzugsgründe sind beruflicher Art. Dem folgen wohnungsbezogene und persönliche Gründe (Eigenheimerwerb, bessere Wohnverhältnisse, Platz für Kinder), gesundheitliche Gründe, neue Möglichkeiten der Kontaktpflege oder die Vorliebe für ein besonderes Land oder Gebiet.

5,5 Prozent aller Deutschen wechseln pro Jahr ihren Wohnsitz und mehr als die Hälfte von ihnen entscheidet sich für einen Fernumzug.

Aber nur jeder zweite Bundesbürger liebt den häufigen Wohnsitzwechsel.

Wo ich lebe, ist es am schönsten.

—Japanische Weisheit

Fünfzig Prozent der Deutschen bleiben sesshaft und leben noch immer in ihrer Geburtsstadt. Von denen, die ihre Heimat verlassen, kommt etwa ein Viertel irgendwann an ihren Geburtsort zurück.

Das sind Durchschnittswerte. Manche Wanderer wechseln ständig ihren Wohnort und treiben die Statistik in die Höhe. Dabei spielen Lebensphasen, Geschlecht, Ausbildungsniveau, Wohnortgröße, Familienstand usw. eine Rolle. Fakt ist, dass Umzüge von Betroffenen und »Hinterbliebenen« gemeistert werden wollen. Und das möglichst entspannt und effektiv.

Wohnungswechsel ist mehr als nur Kistenpacken. Weil die meisten Umzugsratgeber vorrangig die technischen Abläufe im Blick haben, weist dich dieses Quadro bewusst auf die leisen Seiten, deine Gedanken und Gefühle, hin. So kannst du dich emotional auf die anstehenden Veränderungen vorbereiten. Das wird dir Stärke geben bei kräftezehrenden Überraschungen.



Objektiv betrachtet sind Umzüge so normal wie Urlaubsreisen. Tatsächlich aber findet im Inneren des Wanderers ein entscheidender Umbruch statt, der gemeistert sein will. Man kann einen anstehenden Wohnortwechsel nicht einfach »durchziehen«, indem man Listen abhakt und Schlüssel übergibt. Da bleibt schnell die Seele auf der Strecke.

Langfristig klüger ist eine umfassende gedankliche und gefühlsmäßige Auseinandersetzung. Denn: Jeder Umzug bedeutet Abschied und Neuanfang. Werden diese beiden Eckpunkte gelingen? Manchmal kann ein Umzug Entwurzelung und Heimatlosigkeit bewirken. Oder das vorübergehende Gefühl, keinen Boden mehr unter den Füßen zu haben.

Ich selbst bin in unseren ersten zehn Ehejahren fünfmal umgezogen – erst ohne, später mit Kindern, erst mit nur einem Koffer, später mit einem riesigen Möbelwagen plus Anhänger. Entweder innerhalb weniger Kilometer oder quer durch das Land.

So konnte ich einige Erfahrungen sammeln, die ich gern weitergeben möchte. Es wäre mir eine große Hilfe gewesen, wenn es diesen Umzugsbegleiter schon gegeben hätte.

Du wirst entspannter in diese lebensverändernde Umzugszeit gehen, wenn du von Anfang an wichtige Themen durchdenken, erfüllen und vorausplanen kannst. Halte deine persönlichen Gedanken hier im Heft fest, um nicht in der Fülle von Ideen, Terminen, Absprachen und Kisten den Überblick zu verlieren. Mit deinen Ergänzungen wird dieser Umzugsplaner dein praktischer Begleiter, der dir den Kopf für das große Ganze freihält.

Ich wünsche dir einen gelingenden Abschied, Umzug und Neuanfang!

*Ute Wendler*

—Ute Wendler



## Tipps zur Anwendung

■ Dieses Quadro umfasst vier Kapitel, die jeweils zentrale Phasen des Umzugs beleuchten. Es ist hilfreich, nach jeder Seite innezuhalten und das Gelesene auf deine konkrete Situation zu beziehen. Durchdenke und durchfühle es, bevor du zum nächsten Thema gehst.

■ Einige Arbeits-Themen können sich zeitlich überschneiden. Versuche, Ruhe in den Ablauf zu bringen, statt alles gleichzeitig zu bewältigen.

■ Nimm jede Umzugsphase mit Gelassenheit. Du selbst kannst bestimmen, wie viel Zeit du jeder Phase zugestehst. Höre auf deine Bedürfnisse und nimm deine innere Stimme ernst.

■ Zu jedem Thema findest du hilfreiche Fragen, praktische Handlungsimpulse, prägnante Zitate oder kleine Denkanstöße. Verstehe sie als Möglichkeiten zum Innehalten und Tiefergraben ... und geh mit ihnen mit.

■ Checklisten zu bestimmten Prozessen erleichtern es dir, den Überblick zu behalten.

■ Schreibe alle spontanen Gedanken auf, die dir beim Lesen kommen, und ergänze sie nach und nach. So entsteht dein persönliches Plan- und Merkheft.

■ Fliegende Zettel bedeuten Informationsverlust. Sammle alle Gedanken in diesem Quadro oder im Notizheft *Mein Quadro*. Behalte es in deiner Nähe, so dass du Notizen ergänzen kannst, wenn sie dir einfallen.

■ Bleibe nicht allein mit dir und diesem Quadro. Lies und besprich einzelne Themen mit anderen. Bitte deine Mitmenschen um Rat und Ergänzung. Notiere ihre guten Ideen.

■ Nutze verschiedene Farben zum Unterstreichen und Schreiben und vergiss nicht, alles Erledigte mit einem großen Haken zu belohnen!

■ Du bist eingeladen, die folgenden Seiten auf dich wirken zu lassen. Male dir deinen Umzug aus und notiere deine ersten Gedanken. So kannst du das »Abenteuer Umzug« schrittweise gestalten und erleben.



## Innerlich Abschied nehmen





*Zu mancher richtigen Entscheidung kam es nur, weil der Weg zur falschen nicht frei war.*

—Hans Krailsheimer

## Umzug – Jetzt oder Später

Ein Umzug hat meist viele gute Gründe, seien es der Traumjob, die Finanzen oder anderes. Jedoch bringt er auch berechtigte Bedenken mit sich: Gewohntes, Stabiles aufgeben? Die Kinder in schwierigen Phasen herausreißen? Gehaltserhöhung contra Freundeskreis? Beweggründe und Bedenken sollte man in Ruhe abwägen.

### ■ Fragen

- Soll der Umzug jetzt oder kann er auch später erfolgen?
- Habe ich genug Kraft/Zeit/Hilfe/finanzielle Reserven für einen Umzug? Woher? Wann?
- Bringt mir der Umzug mehr Vorteile gegenüber meiner jetzigen Situation? Welche?
- Welche Fristen, z.B. Kündigung des Mietvertrages, müssten eingehalten werden?



# Umzugstag

## ■ Checkliste für die Vorbereitung

- BUMA – Babysitter, Umzugshelfer, Möbelpläne, Anfahrtsskizze – ist alles vorbereitet und abgesprochen?
- Wer reserviert die Park- und Entladefläche vor der alten und neuen Wohnung?
- Wasserfeste Schilder vorbereiten, Befestigungsmöglichkeiten bedenken
- Möbel- und Einrichtungspläne bereitlegen
- Verpflegung der Umzugshelfer (Wasser, belegte Brötchen, Kekse)
- Kühlschrank abtauen
- Waschmaschinentrommel fixieren
- 
- 
-





*Gute Vorbereitung ist das halbe Werk.  
—Deutsches Sprichwort*

A large area of dotted lines for writing notes.

### ■ **Tipps für den Tag X**

Heute ist wenig Platz für Emotionen. Es wird erledigt, was auf dem Plan steht. Übernimm selbst nur die nötigsten konkreten Aufgaben. Du bist der Koordinator und Ansprechpartner, nur so behältst du die Ruhe und den Überblick!

### ■ **Checkliste**

- »Schatzkiste!« deutlich kennzeichnen und separat lagern
- Leiter bereitstellen
- Nützliche Dinge wie Schere, Klebeband, Pflaster, Werkzeuge, dicke Stifte in Reichweite halten
- Übergabeprotokolle bereithalten und mit der Schlüsselübergabe unterschreiben (lassen)
- Trinkgeld für alle Aktiven parat haben
- 
- 
- 
-



## Behördentag

*Müde macht uns die Arbeit, die wir  
liegenlassen, nicht die, die wir tun.*  
—Marie von Ebner-Eschenbach

■ Sobald PC, Internet und Festnetzanschluss funktionieren, bringst du deinen Behördentag hinter dich.

### Checkliste

- Einwohnermeldeamt (Personalausweis, Miet- oder Kaufvertrag nicht vergessen)
- KfZ-Anmeldung (Fahrzeugpapiere, Versicherungsnachweis, Schraubenschlüssel zum Tauschen der Nummernschilder mitnehmen)
- Schulanmeldung, Kindergartenvorstellung
- Recherche von Ärzten, Ämtern, Einkaufsmöglichkeiten, Telefonnummern und Öffnungszeiten
- 
- 
- 
- 

**Tipp:** Gelingt es, den großen Berg abzuarbeiten, kann das am Abend gefeiert werden!

A large area of dotted lines for writing notes.



## Gib dir Zeit!

*Bau nicht dein Haus auf Sand.*

—Nach Matthäus 7, Vers 26

Ab wann ein neues Haus dein Zuhause wird, ist unterschiedlich. Vielleicht fühlst du dich sofort vertraut und angekommen. Es ist aber auch möglich, dass du fünf Jahre brauchst, um einen Ort, seine Menschen und Traditionen ins Herz zu schließen.

### ■ Fragen

- Was trägt dazu bei, dass du verwurzelt und zu Hause bist? Ein neuer Freundeskreis? Wenn du auf der Straße zufällig Menschen triffst, die dich kennen und grüßen? Wenn du in Ehrenämter und Vereine eingebunden bist?
- Überlege, ob du jetzt die Chance für ein neues Hobby nutzen könntest. Was wolltest du schon lange erlernen oder ausprobieren?
- Nutze die Aufbruchphase, um Neues zu etablieren und dabei Menschen kennenzulernen.

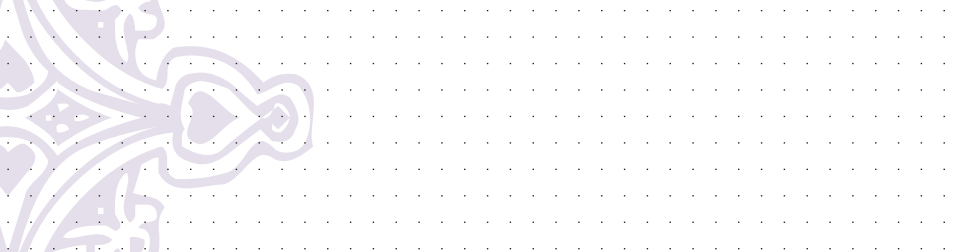


# Geschafft!

■ Was ist mir wichtig geworden?



■ Was würde ich beim nächsten Umzug anders machen?





Tanja Sauer  
**Wohnen**  
Impulse, deinen persönlichen Stil zu entdecken,  
32 Seiten

Wohnräume können nur Behausung sein, oder zu einem wirklichen Lebensraum werden. Wertvolle Tipps, wie du den zu dir passenden Stil finden kannst – so dass du dich in deinen eigenen vier Wänden rundum wohl fühlst.

Impulsheft Nr. 39



Marcus Splitt  
**Entscheiden**  
Impulse für die richtige Wahl, 32 Seiten

Jeder kennt das: Man grübelt und grübelt und kommt zu keinem Ergebnis. Dieses Impulsheft erläutert die wichtigsten Strategien, um zu guten, tragfähigen Entscheidungen zu finden. Mit praktischen Tipps und hilfreichen Anleitungen für eine gute Wahl.

Impulsheft Nr. 15

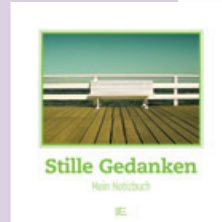
Viele Titel gibt es  
auch als E-Book



Kerstin Hack  
**Leben**  
schlicht + ergreifend,  
160 Seiten

Dein Leben ist es wert, gut gelebt zu werden. Inspiration und Anregungen findest du hier. Der Hauptteil dieses Buches enthält 26 Ideen von A bis Z für ein vielfältiges, lebenswertes Leben – und praktische Tipps, wie du das gleich umsetzen kannst.

schlicht + ergreifend Nr. 2



Kerstin Hack  
**Stille Gedanken**  
Mein Notizbuch,  
192 Seiten

In der Stille kommen einem die besten Gedanken – aber man verliert sie leicht, wenn man sie nicht festhält. Zum Festhalten und aufschreiben lädt dieses schöne Notizbuch ein. Das Buch ist im Quadro-Format gestaltet und eignet sich gut zum Mitnehmen an besondere Orte der Stille.

Hardcover

# Umzugsplaner

Egal, wo du wohnst: Lebe! —Ute Wendler

Du ziehst um – und hast eine herausfordernde und spannende Zeit vor dir. Beim Umzug an alles Wichtige denken – das ist gar nicht so einfach. So viele Dinge müssen geregelt, bedacht und geplant werden. Und nicht zuletzt bedeutet Umzug auch eine intensive Zeit voller Umbrüche mit Abschiednehmen und Neuanfang.

Dieser Planer unterstützt dich dabei mit Tipps, Checklisten und Raum für eigene Notizen: Gedanken, Adressen, Ideen, wichtige Telefonnummern.

Daneben gibt es inspirierende Zitate und hilfreiche Impulse – sowohl für die praktischen als auch die emotionalen Aspekte des Ortswechsels – von effizient packen bis gut ankommen. So kannst du den Umzug entspannt angehen und dich auf dein neues Zuhause freuen.

Ideal für alle, die den Wohnort wechseln.

 **Quadro** | Umziehen – leicht gemacht

**DTE**  
Down to Earth

Mit freundlicher Empfehlung von:

