

# Check-list pour emménager dans son propre logement

## Introduction

Lorsque vous emménagez dans vos propres murs, quelques points sont à prendre en considération. Vous trouverez ci-dessous des conseils et astuces importants concernant le déménagement dans un logement indépendant. À la fin, vous trouverez des check-lists pour les préparatifs, la date du déménagement, les premiers jours dans le nouveau logement et la gestion quotidienne du ménage.

## Résiliation

Si vous résiliez votre ancien appartement ou chambre, la résiliation doit être transmise par écrit avec votre signature. Celle-ci est soumise à l'administration ou aux propriétaires. Le cas échéant, la signature de votre curateur·trice ou du service social est également requise (double signature).



**Conseil 1 :** Demandez où et comment la résiliation doit être soumise.

**Conseil 2 :** Si possible, ne donner congé de l'ancien logement qu'après la signature du nouveau bail. S'il y a des chevauchements, demandez au bailleur·baillesse quelles sont vos options.

## Nettoyage

Avant de quitter votre appartement ou votre chambre, vous devez nettoyer les lieux. Vous pouvez obtenir les conditions de nettoyage auprès des propriétaires ou de votre institution. Prévoyez suffisamment de temps pour cela. Vous pouvez également faire appel à une entreprise de nettoyage. Cependant, ces entreprises sont relativement coûteuses.



**Conseil :** Demandez à vos amis ou à votre famille de vous aider pour le nettoyage.

## Accompagnement

Les institutions offrent généralement un accompagnement pour la vie en autonomie. Renseignez-vous auprès de votre institution ou des professionnel·le·s concerné·e·s afin d'être accompagné·e pour votre première fois dans un nouveau logement. Renseignez-vous sur les alternatives si, avec le temps, vous ne vous sentez plus à l'aise pour la vie en autonomie. Avoir connaissance des alternatives possibles peut vous permettre de vous soulager et de vous sentir en sécurité.



**Conseil 1 :** Renseignez-vous sur l'accompagnement approprié durant les premiers temps de votre autonomie.

**Conseil 2 :** Renseignez-vous sur les alternatives si, au fil du temps, vous ne vous sentiez plus à l'aise pour la vie en autonomie. La [liste des logements](#) de Pro Mente Sana peut s'avérer utile lors de la recherche d'un type de logement approprié.

## Assurances

Si vous habitez en institution, vous n'avez peut-être pas encore d'assurance habitation et responsabilité civile. Vous devez être en mesure d'en présenter une lors de votre demande de logement. Les personnes en qui vous avez confiance ou l'accompagnement de votre institution peuvent vous aider à cet égard.

## Mobilier

Pour votre propre logement, vous avez besoin de meubles, de vaisselle et de lampes. Faites une liste de tout ce que vous possédez déjà et des choses que vous devez encore vous procurer. Si votre budget est serré, vous pouvez vous adresser à l'assurance invalidité ou à Pro Infirmis pour la prise en charge de vos frais. Renseignez-vous auprès de professionnel-le-s sur vos options.

## Budget

Si vous voulez vivre de façon autonome, vous devez penser à votre budget. Demandez à des personnes en qui vous avez confiance ou à votre institution de vous aider à établir un budget. Si vous avez besoin d'un soutien financier, demandez à un spécialiste quelles sont vos options. Le budget doit être prêt avant de postuler pour un logement.



## Check-list pour le déménagement

Une fois le logement trouvé et le bail signé, vous devez planifier votre déménagement. Pour être sûr-e d'être bien préparé-e, vous pouvez utiliser les check-lists suivantes.

### Préparatifs

- Souscrire une assurance inventaire du ménage et responsabilité civile
- Sécuriser le financement de la caution
- Demander un dossier client séparé à l'institution (p. ex., données personnelles et fiche de médicaments, copies d'assurance, décisions AI et PC)
- Organiser un accompagnement et une assistance pour les premiers temps dans votre propre logement (p. ex., services psychosociaux d'aide et soins à domicile, formation au logement, conseil social)
- Spécifier une date de déménagement exacte
- Préciser la date de remise de la chambre ou de l'appartement
- Planifier le nettoyage de l'appartement ou de la chambre
- Se faire aider le jour du déménagement
- Se procurer des cartons de déménagement
- Se débarrasser des affaires qui ne sont plus nécessaires
- Informer les services téléphoniques et Internet de votre nouvelle adresse
- Assurer l'approvisionnement en médicaments

### Avant et le jour du déménagement

- Emballer correctement la vaisselle, les vêtements et les livres
- Faire le ménage de l'appartement ou du logement
- Déménager le mobilier personnel
- Restituer la clé de la chambre ou de l'appartement précédent



### Premier jour dans votre nouveau logement

- Meubler le logement
- Acheter des meubles
- Installer Internet
- Se présenter aux voisins
- Se familiariser avec le règlement intérieur
- Prévenir vos proches de votre déménagement
- Faire un renvoi de votre courrier à votre nouvelle adresse
- Communiquer votre nouvelle adresse à l'ancienne et à la nouvelle commune, à la banque et aux assurances (assurance maladie, AI, services sociaux, etc.). Utilisez pour cela le service de déménagement de la Poste.

### Gestion du foyer

Quand vous vivez dans votre propre logement, il y a beaucoup de choses à faire. La check-list ci-dessous peut vous servir de pense-bête.

- Faire le ménage régulièrement
- Ranger le logement
- Faire la lessive
- Faire la vaisselle
- Effectuer les réparations mineures
- Contacter les propriétaires en cas de dommages et autres questions
- Jeter les déchets, le verre, les vieux papiers, le compost
- Aérer le logement régulièrement
- Se procurer et prendre régulièrement les médicaments
- Payer le loyer à temps
- Si vous êtes endetté·e, il est recommandé de faire appel à un service de conseil en matière d'endettement



**Conseil 1 :** Acceptez de l'aide pour le déménagement. Profitez également des formations en logement proposées par les institutions. Être accompagné·e lors des premiers temps vous aide à ne pas oublier les choses les plus importantes.

**Conseil 2 :** Renseignez-vous sur les possibilités de faire des courses bon marché dans votre quartier.



**Éditeur**

**INSOS**

Zieglerstrasse 53, 3007 Berne

**Auteur-e-s**

Dalia Schipper, Katharina Eiler, René Rüegg

Avec la collaboration de : Jürg Fassbind, Fabienne Schüpbach, Tatiana Hostettler

**Citations**

INSOS (2022), Check-list pour emménager dans votre propre logement. Éd. : Insos. Sur internet : insos.ch

**Bibliographies**

Association de locataires (2014), Résiliation de l'ancien bail. Éd. : Association de locataires. Sur internet : <https://www.mieterverband.ch/mv/mietrecht-beratung/ratgeber-mietrecht/top-themen/einzug.html>

Fondation Töpferhaus (s.d.), Informations sur l'organisation d'un emménagement. Éd. : Fondation Töpferhaus.

Fondation Rheinleben (s.d.), Outil d'évaluation des besoins d'accompagnement. Éd. : Fondation Rheinleben.

Association Wohnenbern (2019), Directives de travail. Départs réguliers. Éd. : Association Wohnenbern.

**Renseignements/Informations**

Sandra Picceni, collaboratrice spécialisée INSOS

E-Mail : [info@insos.ch](mailto:info@insos.ch)

© INSOS, 01.08.2022