

Seniors, simplifiez-vous le déménagement



Finie, la grisaille parisienne. Bonjour, la chaleur de la Côte d'Azur et son climat méditerranéen. C'est décidé, pour votre départ en retraite, ce sera Antibes. L'INSEE estime que de 60 à 62 ans un déménagement sur trois est motivé par le départ en retraite. Mais avant de profiter de tous les avantages du Sud de la France, il faut orchestrer son déménagement. Trier ses effets personnels, se séparer de ses meubles ou faire ses cartons sont autant de tâches à effectuer lors d'un déménagement. Des tâches lourdes et contraignantes pour les seniors. Voici comment simplifier son déménagement

Pensez à votre consommation d'énergie

Pour reprendre l'exemple d'Antibes, où il faut en moyenne 17°C à l'année, il y a fort à parier que votre consommation de chauffage risque de baisser. Ce qui est une bonne nouvelle. Il peut être intéressant de changer de fournisseur d'électricité et de faire [ouvrir son compteur](#) en avance.

Changer de fournisseur d'énergie n'a rien de compliqué : un simple appel téléphonique suffit pour faire transférer votre abonnement et profiter de nombreuses réductions. La procédure est gratuite. Pas de besoins de papiers non plus.

Vous déménagez ? Pensez aux aides financières !

Lorsque vous commencez votre retraite, vous pouvez bénéficier d'aides additionnelles de la part de votre caisse de retraite. La plus connue est l'[Allocation personnalisée](#)

d'autonomie (Apa). Mais d'autres aides peuvent vous aider à financer votre déménagement, comme les aides des fournisseurs d'énergie EDF et Engie par exemple.

Suivant votre âge et votre niveau d'autonomie, vous pouvez être éligible cette allocation. Elle vous permet de financer une partie des dépenses nécessaires à votre vie quotidienne dans votre logements.

Une fois arrivé(e) en retraite, deux cas de figures se présentent :

- Vous souhaitez **faire des travaux dans votre logement** ? Votre caisse de retraite peut vous aider à améliorer vos conditions de vie dans votre logement si celui-ci n'est plus adapté à vos besoins. Cela comprend des conseils en aménagement, travaux d'isolation, barres d'appui, marches antidérapantes etc.
- Vous **changez de logement** ? Votre caisse de retraite vous accompagne sur les plans financiers, mais aussi administratifs. Elle peut vous aider à choisir votre établissement d'hébergement si vous souhaitez vivre dans un logement adapté.

Faites vous aider pour vos cartons

Mettez vos proches à contribution pour vous aider à ranger. Commencez par trier les affaires et meubles à emporter, et ceux à laisser. Une fois ceci fait, commencez à faire vos cartons. Si vous choisissez de faire appel à un déménageur, trie soigneusement vos affaires. N'attendez pas le dernier moment : cela serait angoissant et vous risqueriez de perdre des choses dans la foulée.

Pour vous y retrouver dans vos cartons, la solution, c'est le code couleur. Bleu pour précieux, vert pour lourd, rouge pour fragile. Pensez également à inscrire sur chaque carton la pièce à laquelle il est destiné.

Pensez à votre suivi médical

Si vous êtes suivi-e pour un traitement médical, agissez en amont pour le transfert de vos ou votre dossier. Le transfert des dossiers médicaux est une procédure longue et contraignante. Plus vous vous y prenez tôt, plus vite ce sera terminé. Si votre traitement médical nécessite une prise en charge, renseignez-vous avant de partir sur les professionnels de la santé ou les structures médicalisées sur place qui pourront vous accueillir. Passez à la pharmacie pour refaire un plein de médicaments.