



## TEAG Umzugs-Checkliste

Der Miet- oder Kaufvertrag für Ihr neues Zuhause ist unterschrieben – die Umzugsplanung kann beginnen! Damit in dieser ereignisreichen Zeit nichts in Vergessenheit gerät, enthält diese Umzugs-Checkliste alle wichtigen Themen und To Dos in zeitlicher Abfolge. So können Sie erledigte Dinge abhaken und offene Termine an einem Ort sammeln.

### Sobald der neue Mietvertrag unterschrieben ist

- Konkreten Umzugstag festlegen
- Bei Bedarf: Urlaubstag(e) beantragen (manche Arbeitgeber bieten Sonderurlaub an)
- Bestehenden Mietvertrag fristgerecht kündigen (oft 3 Monate Kündigungsfrist)
- Müssen Sie einen Nachmieter suchen? (Planen Sie genug Zeit ein für Fotos, Wohnungsbesichtigungen, zu verkaufendes Mobiliar und Abstimmungen mit allen Parteien)
- Umzugshelfer organisieren oder ein Umzugsunternehmen beauftragen
- Autos/Transporter für den Umzug mieten oder organisieren
- Bei Bedarf: Halteverbot bei der zuständigen Stadt beantragen
- Maße von Türen und Treppenhaus für den Transport aufnehmen, ggf. Möbelaufzug mieten
- Einrichtungsplan der neuen Wohnung erstellen und Räume vermessen
- Renovierungsarbeiten in der alten und neuen Wohnung evaluieren
- Zeit für Renovierungsarbeiten einplanen, bei Bedarf Termine mit Handwerkern, Malern vereinbaren
- Zeit für Entrümpeln von Keller, Garage, Keller und Dachboden einplanen
- Sperrmüll anmelden
- Laufende Verträge sammeln und prüfen, ob diese mitgenommen oder gekündigt werden müssen
- Versicherungssumme der Hausratversicherung anpassen lassen

### 14 Tage vor dem Umzug

- Energievertrag für Erdgas bzw. Strom ummelden: [www.teag.de/umzug](http://www.teag.de/umzug)**
- Versicherungen ummelden (Kfz, Hausrat, Haftpflicht, Krankenkasse, etc.)
- Freunden, Verwandten und Nachbarn die neue Adresse mitteilen
- Umzugsmitteilung der Deutschen Post zur Benachrichtigung von Vertragspartnern (Banken, Versicherungen, etc.) erstellen

- Umzugskartons, Klebeband, Verpackungsmaterial (Zeitungspapier, Luftpolsterfolie, Müllsäcke...), Tragegurte, Arbeitshandschuhe arrangieren
- Gepackte Kartons nach jeweiligen Räumen beschriften
- Lebensmittelvorräte langsam abbauen, besonders gekühlte und gefrorene Speisen

## 1 Woche vor dem Umzug

- Nachsendeauftrag bei der Deutschen Post beauftragen bis spätestens fünf Werktage vor Umzug (schriftlich oder online möglich)
- Prüfen, ob alle Schlüssel zu Aufzügen, Parkplätzen, Wohnungen vorhanden sind (alte & neue Wohnung)
- Zählernummern für Strom/Erdgas und Wasser notieren
- Kinderbetreuung am Umzugstag organisieren (ggf. auch Haustiere)
- Werkzeugkiste für den Umzugstag vorbereiten

## 1 Tag vor dem Umzug

- Mietwagen oder Transporter abholen
- Parkplatz reservieren und Zufahrtswege räumen/freihalten
- Getränke und Verpflegung für die Umzugshelfer vorbereiten (Rezeptvorschlag am Ende dieser Checkliste)
- Kühlschrank und Gefriertruhe ausräumen und abtauen
- Empfindliche Böden mit Packdecken/Malervlies schützen
- Zimmertüren aushängen und Transportwege räumen
- Box mit essentiellen Dingen für die neue Wohnung packen: Pflaster, Toilettenpapier, Handtücher, Putzutensilien, Schere, Messer, Flaschenöffner, Gläser, Ladegeräte
- Briefkasten- und Klingelschild der alten Wohnung abmontieren

## Nach dem Umzug

- Briefkasten- und Klingelschild anbringen
- Neue Adresse beim Einwohnermeldeamt melden
- Ggf. Kfz bei der Kfz-Zulassungsstelle ummelden (innerhalb einer Woche nach dem Umzug)
- Alles erledigt!? Ein erfolgreicher Umzug kann gerne gefeiert werden!**





## Rezept-Empfehlung für den Umzugstag

### Pizzaschnecken

Sie können leicht in großer Menge vorbereitet und je nach Vorlieben belegt werden. Teller und Besteck sind nicht notwendig – einfach zugreifen! Ohne Fleisch/Fisch halten Pizzaschnecken es auch einen Tag ohne Kühlung aus. Die Zubereitung der Pizzaschnecken dauert etwa 1,5 Stunden. Falls es zeitlich eng wird, können der Teig und die Soße durch gekaufte Varianten ersetzt werden.

90  
min

Dauer gesamt

45  
min

Reine Arbeitszeit



Leicht



Vegetarisch möglich

### Zutaten für 12 Schnecken

#### Für den Pizzateig:

- 500 g Weizen- oder anderes Mehl
- 1 Würfel Hefe
- eine Prise Zucker
- 1 TL Salz
- 250 ml warmes Wasser
- 4 EL Olivenöl

#### Für die Soße:

- 1 kleine Zwiebel
- Knoblauch (Zehe oder Pulver)
- 1 Packung passierte Tomaten
- 3 EL Tomatenmark
- Basilikum
- Oregano
- Salz, Pfeffer

#### Für den Belag:

- 300 g Käse (gerieben)
- Belag nach Wahl  
(z.B. Tomaten, Paprika,  
Salami, Pilze, Spinat, Feta,  
Lachs...)

### Zubereitung

1

250ml lauwarmes Wasser in einen Messbecher füllen. Hefe hineinbröseln und mit je einer Prise Zucker und Salz verrühren. 10-15 Minuten gehen lassen.

---

2

Das Mehl in eine Schüssel geben. Flüssigkeit und Öl über das Mehl geben und mit den Knethaken mindestens 5 Minuten bearbeiten (von Hand mindestens 10 Minuten lang). Zum Schluss mit den Händen noch wenige Minuten weiterkneten bis der Teig geschmeidig ist. Die Teigschüssel mit einem Tuch abdecken und an einem warmen Ort (ca. 35°C) etwa 40 Minuten ruhen lassen.

---

3

In der Zwischenzeit die Tomatensoße vorbereiten. Dafür die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Knoblauch pressen. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln sowie den Knoblauch kurz darin anbraten. Passierte Tomaten und Tomatenmark hinzufügen und gut verrühren. Mit Basilikum, Oregano, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Käse ggf. reiben und den gewählten Belag in kleine Stücke schneiden.

---

4

Den Pizzateig nach 40 Minuten Gehzeit auf der Arbeitsfläche längs ausrollen. Die Tomatensoße auf dem Teig verteilen, dabei etwas Platz zum Rand lassen. Mit den gewählten Toppings belegen und mit Käse bestreuen. Den Teig von der langen Seite aufrollen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Pizzaschnecken auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und bei 200°C für etwa 15 Minuten backen.

---

5

Abgekühlt werden die Schnecken in einer Dose verpackt und für den Umzugstag kühl gestellt. Am Umzugstag selbst können sie auch eine gewisse Zeit ohne Kühlung gelagert und transportiert werden.

*Guten Appetit!*