Gratuit · à imprimer

Le planning déménagement J-60

Tout ce qu'il faut faire, semaine par semaine, du préavis au mois qui suit l'emménagement.

13 pages | Checklists à cocher | Délais vérifiés



Édition novembre 2026

GRATUIT

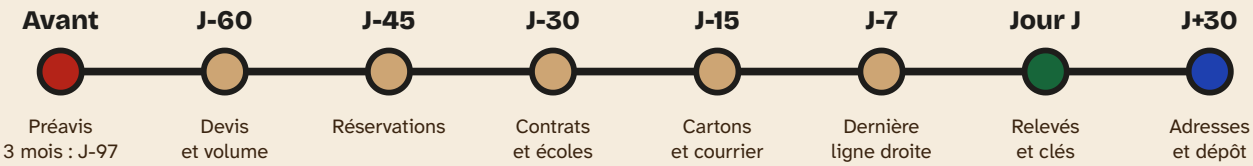
Comment utiliser ce planning

Ce guide découpe un déménagement en périodes, du préavis jusqu'au mois qui suit l'emménagement. Chaque période tient en une page : une liste de tâches à cocher, les règles qui comptent et les liens vers les calculateurs gratuits du site.

Les délais légaux cités ont été vérifiés le 08/11/2026 sur service-public.gouv.fr et les sites officiels listés en fin de document. Ils concernent la France métropolitaine et un logement loué comme résidence principale.

1 ou 3	15 j	10 j	1 mois
mois de préavis selon le bail	avant l'emménagement pour le contrat d'énergie	pour les réserves au déménageur	pour la carte grise

Le déménagement en 8 étapes



Sommaire

Avant J-60 : la seule date qui commande toutes les autres 3

J-60 à J-45 : mesurer, comparer, décider 4

J-45 à J-30 : réserver et sécuriser 5

J-30 à J-15 : contrats, enfants, papiers 6

J-15 à J-7 : les cartons et le courrier 7

J-7 à J-1 : la dernière ligne droite 8

Le jour J 9

J+1 à J+30 : les adresses et l'argent 10

Les 12 dates à ne pas rater 11

Votre planning à remplir 12

Avant J-60 : la seule date qui commande toutes les autres

Le préavis : 1 mois ou 3 mois

Votre bail	Préavis	Envoyer le congé au plus tard
Meublé	1 mois	vers J-37 (marge de distribution incluse)
Vide en zone tendue	1 mois (à mentionner dans la lettre)	vers J-37
Vide avec un motif de préavis réduit justifié	1 mois	vers J-37
Vide, autres cas	3 mois	vers J-97

Le délai court à partir de la **réception** de la lettre par le bailleur, pas de son envoi. Modes valables : lettre recommandée avec avis de réception, acte de commissaire de justice, remise en main propre contre émargement ou récépissé. Un e-mail ne suffit pas. Une fois reçu, le congé ne peut plus être retiré sans l'accord du bailleur : attendez d'être certain du nouveau logement.

Les motifs de préavis d'un mois (logement vide hors zone tendue)

Obtention d'un logement social ; RSA ou AAH perçus ; état de santé justifiant un changement de logement ; violences conjugales ou sur un enfant (avec ordonnance de protection ou condamnation de moins de 6 mois) ; premier emploi ; mutation ; perte d'emploi, rupture conventionnelle ou fin de CDD ; nouvel emploi après une perte d'emploi. Le motif doit être indiqué dans la lettre, avec un justificatif. Restent à 3 mois : démission, départ à la retraite, fin des droits au chômage.

Source : service-public.gouv.fr, fiche F1168 vérifiée le 16/04/2026.

La date de fin du préavis

Le bailleur reçoit la lettre le 5 septembre. Préavis d'1 mois : fin le 5 octobre à minuit. Préavis de 3 mois : fin le 5 décembre à minuit. Les week-ends et jours fériés comptent. Pendant le préavis, le loyer et les charges restent dus, sauf si un nouveau locataire entre plus tôt avec l'accord du bailleur.

Calculez la date exacte d'envoi avec le rétroplanning en ligne : bonplandemenagement.fr/retroplanning-demenagement.

J-60 à J-45 : mesurer, comparer, décider

> Deux mois avant, on ne porte pas encore de cartons : on prend les décisions qui coûtent cher si elles arrivent trop tard. Volume, formule, date.

Les tâches de la période

- [ ] **Fixer la date du jour J**, et une date de repli. Évitez si possible les fins de mois et les samedis d'été, les plus demandés.
- [ ] **Estimer le volume** pièce par pièce. Règle rapide des déménageurs : environ la moitié de la surface en m³ (60 m² ≈ 30 m³), à affiner par l'inventaire.
- [ ] **Trier** : vendre, donner, jeter. Chaque m³ en moins réduit le camion ou le devis.
- [ ] **Choisir la formule** : seul avec un utilitaire, avec une société, ou formule mixte.
- [ ] **Demander au moins trois devis** si vous passez par un déménageur, sur le même volume et les mêmes prestations.
- [ ] **Vérifier les aides** : prime de déménagement CAF ou MSA (familles d'au moins 3 enfants), Avance Loca-Pass pour le dépôt de garantie, employeur.
- [ ] **Prévenir l'employeur** et demander un congé : il n'existe pas de jour légal pour tous, mais une convention collective ou un accord peut en prévoir un.
- [ ] **Ouvrir un dossier « Déménagement »** (papier ou numérique) : bail, devis, factures, courriers, photos.

Le devis du déménageur

Il est **gratuit et obligatoire** avant la signature. Il précise notamment le volume, la prestation, les dates et les prix HT et TTC. Faites remplir une **déclaration de valeur** pour être indemnisé correctement en cas de casse.

Source : service-public.gouv.fr, fiche F33997 vérifiée le 23/01/2026.

Pour estimer sans se tromper

Le calculateur de volume du site compte meuble par meuble et ajoute la marge de chargement : calcul-volume-demenagement. Le nombre de cartons se déduit ensuite : calcul-cartons-demenagement.

J-45 à J-30 : réserver et sécuriser

- [ ] **Réserver** le déménageur (signer le devis retenu) ou l'utilitaire. Lisez la franchise, le kilométrage inclus et l'option de rachat.
- [ ] **Recruter les aidants** et leur donner l'heure exacte. Prévoyez leurs repas.
- [ ] **Demander une autorisation de stationnement** à la mairie (à Paris, selon la procédure décrite sur paris.fr) pour réserver la place devant chaque adresse. Les délais varient selon les communes : renseignez-vous dès maintenant.
- [ ] **Prévenir le syndic ou le gardien** des deux immeubles : réservation de l'ascenseur, protection des parties communes, horaires autorisés.
- [ ] **Assurer le nouveau logement** à partir de la date de remise des clés : l'attestation d'assurance est à remettre au bailleur à l'entrée.
- [ ] **Garde-meubles** : à réserver si les dates de sortie et d'entrée ne coïncident pas.
- [ ] **Commander ou récupérer les cartons**, l'adhésif, les marqueurs et le papier de protection.

> **Le double loyer**
>
> Si votre préavis se termine après l'entrée dans le nouveau logement, vous payez deux loyers sur la période. Mettez-le dans votre budget dès maintenant : budget-demenagement.

Rappel : choisir la formule avant de réserver

Critère	Seul avec un utilitaire	Avec une société
Volume	Jusqu'à 20 m³ environ par voyage	Tous volumes
Coût	Location, carburant, péages, matériel, repas des aidants	Devis global, plus élevé mais tout compris
Fatigue	Une à plusieurs journées physiques	Réduite : vous gérez surtout l'emballage
Casse	À votre charge	Responsabilité du déménageur, dans les plafonds du contrat
Permis	Permis B : véhicule de 3,5 t de PTAC au plus	Aucun

J-30 à J-15 : contrats, enfants, papiers

> Le mois qui précède sert à préparer tout ce qui doit fonctionner le soir du jour J : électricité, internet, école, assurance.

- [ ] **Électricité et gaz du nouveau logement** : souscrire un contrat au moins 15 jours avant d'emménager. Une mise en service demande en général 5 jours ouvrables ; une mise en service « express » sous deux jours peut être facturée.
- [ ] **Électricité et gaz de l'ancien logement** : demander la résiliation à la date du départ. Sans résiliation, vous restez redevable des consommations jusqu'au contrat du prochain occupant.
- [ ] **Internet** : vérifier l'éligibilité de la nouvelle adresse, puis demander le transfert ou un nouvel abonnement. Si votre opérateur n'a pas d'offre à la nouvelle adresse, la résiliation sans frais pour motif légitime est possible.
- [ ] **École** : prévenir la direction de l'ancienne école pour obtenir le certificat de radiation ; préparer l'inscription en mairie (école publique).
- [ ] **Assurance habitation de l'ancien logement** : préparer la résiliation pour changement de domicile (demande dans les 3 mois suivant le déménagement, effet un mois après la notification).
- [ ] **Date de l'état des lieux de sortie** : la proposer au bailleur ou à l'agence, de préférence par écrit.
- [ ] **Médecins, ordonnances** : renouveler ce qui doit l'être, récupérer les dossiers utiles.

Le droit de vote

Pour voter dans la nouvelle commune à une élection donnée, l'inscription doit intervenir au plus tard le **6e vendredi** avant le 1er tour (le **6e mercredi** pour une demande en ligne). Si une élection approche, faites-le dès que vous avez un justificatif de domicile.

J-15 à J-7 : les cartons et le courrier

- [ ] **Emballer pièce par pièce**, en commençant par ce dont vous ne vous servez pas : livres, décoration, vêtements hors saison, cave.
- [ ] **Numéroter chaque carton** et noter la pièce de destination et le contenu dans un inventaire. Indiquez « fragile » et « haut » sur les deux côtés.
- [ ] **Réexpédition du courrier** : souscrire l'offre de La Poste (6 ou 12 mois en définitive). La mise en œuvre demande 3 jours ouvrables après la souscription.
- [ ] **Préparer le carton « premiers jours »** : papiers, chargeurs, médicaments, outils, rideaux de douche, linge, de quoi manger le premier soir.
- [ ] **Démonter les meubles** non indispensables. Mettez la visserie dans un sachet scotché sur le meuble.
- [ ] **Vider et dégivrer le congélateur**, finir les produits congelés.
- [ ] **Mettre de côté les objets de valeur** et les papiers importants : ils voyagent avec vous, pas dans le camion.

Combien de cartons ?

Comptez par pièce plutôt qu'au hasard, et préférez beaucoup de petits cartons pour les livres. Le calcul détaillé : calcul-cartons-demenagement. Guide pratique : emballer-la-vaisselle.

J-7 à J-1 : la dernière ligne droite

- [ ] **Confirmer** l'horaire avec le déménageur ou le loueur, et avec chaque aidant.
- [ ] **Afficher l'autorisation de stationnement** ou poser la signalisation demandée par la mairie.
- [ ] **Nettoyer l'ancien logement** au fur et à mesure qu'il se vide ; reboucher les trous de chevilles si nécessaire.
- [ ] **Relire l'état des lieux d'entrée** de l'ancien logement pour repérer ce qui y était déjà noté.
- [ ] **Préparer** une trousse jour J : argent pour les pourboires et les repas, ruban adhésif, cutter, tournevis, sacs poubelle, eau.
- [ ] **Débrancher le réfrigérateur** la veille, porte ouverte, et vider les appareils qui contiennent de l'eau.
- [ ] **Garder les clés** des deux logements, les numéros de téléphone utiles et les contrats dans le sac qui ne quitte pas vos mains.

Le jour J

> Le jour J se gagne la veille. Le matin, il reste à charger dans le bon ordre, à relever les compteurs et à ne rien signer trop vite.

Le matin
Accueillir l'équipe, faire le tour des pièces, signaler le fragile et ce qui ne part pas.

Pendant le chargement
Lourd et grand contre la cabine, cartons lourds en bas, sangles régulières.

Avant de partir
Relever et photographier les compteurs d'eau, d'électricité et de gaz. Faire le tour final : placards, cave, balcon.

État des lieux de sortie
Pièce par pièce, comparé à l'entrée. Remettre les clés et **donner votre nouvelle adresse par écrit**.

À l'arrivée
Relever les compteurs du nouveau logement, contrôler les meubles et les cartons avant de signer.

Fin de journée
Inscrire les réserves sur le bulletin de livraison avant de le signer. Monter les lits.

Les dommages constatés à la livraison

Inscrivez vos réserves sur le bulletin de livraison avant de signer. Pour des dommages découverts après le départ des déménageurs, la protestation se fait par lettre recommandée avec avis de réception dans les **10 jours** suivant la réception (3 mois si l'entreprise ne vous a pas clairement informé de cette procédure).

Source : service-public.gouv.fr, fiche F33997 vérifiée le 23/01/2026.

La checklist détaillée minute par minute est en ligne : checklist-jour-j.

J+1 à J+30 : les adresses et l'argent

- [ ] **Déclarer le changement d'adresse en ligne** sur service-public.gouv.fr : un seul formulaire prévient notamment la CAF, la CPAM, les caisses de retraite, France Travail, les impôts, le service des cartes grises, EDF et Enercoop.
- [ ] **Carte grise** : changement d'adresse dans **1 mois**, gratuit (jusqu'à 3 changements par certificat). Au-delà du délai, amende de 135 €.
- [ ] **École** : inscrire l'enfant de plus de 3 ans dans les **8 jours** suivant le changement de domicile.
- [ ] **Banque, employeur, mutuelle, assurance auto, abonnements** : prévenir ceux que le formulaire en ligne ne couvre pas.
- [ ] **État des lieux d'entrée** : vous pouvez demander à le compléter dans les **10 jours** qui suivent (le premier mois de la période de chauffe pour le chauffage).
- [ ] **Dépôt de garantie** : il doit revenir **1 mois** après la remise des clés si l'état des lieux de sortie est conforme, **2 mois** sinon. Au-delà, majoration de 10 % du loyer mensuel hors charges par mois de retard commencé.
- [ ] **Aides** : déclarer le nouveau logement à la CAF ou à la MSA ; Avance Loca-Pass au plus tard **2 mois** après l'entrée ; prime de déménagement dans les **6 mois**.
- [ ] **Animal identifié** : mettre à jour l'adresse auprès de l'I-CAD.

> **Ne déduisez pas le dépôt du dernier loyer**
>
> Le dernier loyer est dû en entier. Le déduire du dépôt de garantie expose à un refus de quittance (utile pour les aides au logement) et à une procédure de recouvrement.

La liste complète des changements d'adresse, organisme par organisme : checklist-changement-adresse.

Les 12 dates à ne pas rater

Quand	Quoi	Pourquoi c'est important
J-97 environ	Congé avec préavis de 3 mois	Chaque jour de retard est un jour de loyer en plus
J-37 environ	Congé avec préavis d'1 mois	Même raison
J-60	Devis et réservation des dates	Les créneaux de fin de mois partent vite
Plusieurs semaines avant	Autorisation de stationnement	Délais variables selon la commune
J-15 au plus tard	Contrat d'énergie du nouveau logement	Mise en service : 5 jours ouvrables en général
J-7 au plus tard	Réexpédition du courrier	3 jours ouvrables de mise en œuvre
6e vendredi avant un scrutin	Inscription sur la liste électorale	Sinon, vote impossible dans la nouvelle commune
Jour J	Relevés de compteurs et nouvelle adresse au bailleur	Sans adresse, pas de majoration en cas de retard du dépôt
J+8	Inscription scolaire (enfant de plus de 3 ans)	Délai fixé par les textes
J+10	Compléments à l'état des lieux d'entrée, réserves au déménageur	Au-delà, plus de recours simple
J+30	Carte grise ; dépôt de garantie si l'état des lieux est conforme	Amende de 135 € ; majoration du dépôt
J+60 / J+6 mois	Avance Loca-Pass / prime de déménagement CAF	Délais au-delà desquels la demande est refusée

Votre planning à remplir

Notez vos dates personnelles. Pour la version tableur qui calcule toutes les échéances à partir de votre jour J, utilisez le fichier .xlsx fourni avec ce guide.

Échéance	Ma date	Tâche	Fait
Réception congé		Congé reçu par le bailleur (date de l'avis de réception)	☐
Fin du préavis		Dernier jour de loyer de l'ancien logement	☐
J-60		Volume estimé, tri commencé, 3 devis demandés	☐
J-45		Déménageur ou utilitaire réservé	☐
J-40		Autorisation de stationnement demandée	☐
J-30		Assurance du nouveau logement souscrite	☐
J-21		Contrat d'énergie du nouveau logement	☐
J-21		Internet : transfert ou nouvel abonnement	☐
J-15		Date d'état des lieux de sortie confirmée	☐
J-10		Réexpédition du courrier souscrite	☐
J-7		Confirmation des horaires, aidants prévenus	☐
J-1		Réfrigérateur débranché, carton « premiers jours » prêt	☐
Jour J		Relevés de compteurs, état des lieux, clés, nouvelle adresse	☐
J+1		Changement d'adresse en ligne	☐
J+8		Inscription scolaire	☐
J+10		Réserves au déménageur, compléments état des lieux d'entrée	☐
J+30		Carte grise ; retour du dépôt de garantie (cas conforme)	☐
J+60		Avance Loca-Pass (au plus tard)	☐
J+6 mois		Prime de déménagement CAF (au plus tard)	☐
			☐
			☐

Pour aller plus loin

Ce planning dit **quand** agir. Les guides complets du site disent **comment**, avec les règles détaillées, les cas particuliers et les modèles prêts à envoyer :

Toutes les démarches du déménagement + 15 lettres modèles
Le guide de référence, lettres en .docx

Déménager moins cher
Devis, aides, astuces, comparatif des formules

État des lieux sans mauvaise surprise
Entrée et sortie, grille imprimable

Étiquettes cartons et inventaire
Kit imprimable pièce par pièce

Le Pack Déménagement
Les 4 guides payants réunis

Les calculateurs gratuits : bonplandemenagement.fr/outils — volume, cartons, budget, taille du camion, rétroplanning et changements d'adresse. Les guides en ligne : bonplandemenagement.fr/guides.

Sources consultées le 08/11/2026

- Service-public.gouv.fr — Préavis du locataire (F1168), vérifiée le 16/04/2026 — service-public.gouv.fr
- Service-public.gouv.fr — Je déménage en France (F14128) — service-public.gouv.fr
- Service-public.gouv.fr — Déclaration de changement d'adresse (R11193), vérifiée le 11/06/2026 — service-public.gouv.fr
- Service-public.gouv.fr — Changer l'adresse sur son certificat d'immatriculation (F12118), vérifiée le 06/03/2026 — service-public.gouv.fr
- Service-public.gouv.fr — Inscription à l'école après un déménagement (F1881), vérifiée le 23/09/2025 — service-public.gouv.fr
- Service-public.gouv.fr — Liste électorale en cas de déménagement (F1372), vérifiée le 10/04/2026 — service-public.gouv.fr
- Service-public.gouv.fr — Déménagement : faire appel à un déménageur professionnel (F33997), vérifiée le 23/01/2026 — service-public.gouv.fr
- Service-public.gouv.fr — Dépôt de garantie (F31269), vérifiée le 09/06/2026 — service-public.gouv.fr
- Service-public.gouv.fr — Prime de déménagement (F2008), vérifiée le 01/04/2026 — service-public.gouv.fr
- Energie-info.fr (médiateur national de l'énergie) — Je déménage, j'emménage — energie-info.fr
- Arcep — Déménagement : accès à internet dans le nouveau logement — arcep.fr
- La Poste — Déménagement, absence (offres de réexpédition) — laposte.fr

Licence d'utilisation. Ce document est réservé à l'usage personnel de son acheteur ou de son destinataire. Toute revente, diffusion, mise en ligne ou partage, même gratuit, est interdite sans autorisation écrite. Vous pouvez imprimer les fiches et modèles pour votre propre déménagement.

Avertissement. Ce guide donne une information générale, vérifiée sur des sources officielles le 08/11/2026. Les règles évoluent : en cas de doute, la source officielle fait foi. Il ne remplace pas un conseil juridique personnalisé ; l'ADIL de votre département renseigne gratuitement sur le droit du logement.

Édité par Vistaro pour Bon Plan Déménagement — bonplandemenagement.fr — contact : vistarofr@gmail.com. © 2026 L'équipe Bon Plan Déménagement.