



Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

## Prendre la décision de déménager

La perspective d'un déménagement soulève une variété d'émotions. Vous êtes enthousiasmé à l'idée de l'aventure qui vous attend, de l'occasion de vous faire de nouveaux amis, de découvrir une région ou une culture différente ou de vivre sous un nouveau climat. Par ailleurs, une foule de questions importantes surgissent.



Votre situation financière s'améliorera-t-elle ou se détériorera-t-elle? Comment votre partenaire et vos enfants s'adapteront-ils? Comment vous adapterez-vous aux conditions de vie et de travail dans une nouvelle culture? L'expérience prendra-t-elle une tournure positive ou négative? Voyons quelques points à considérer ainsi que des stratégies pouvant vous aider à prendre la bonne décision pour vous et votre famille.

### Des conseils pratiques

La décision de déménager doit prendre en compte les facteurs d'ordre pratique et émotionnel. Certaines personnes ne sont simplement pas faites pour un changement majeur de mode de vie. Par ailleurs, des facteurs tels qu'un enfant ayant des besoins particuliers ou la charge d'un membre de la famille élargie pourraient influer sur votre décision. Voici donc matière à réflexion :

### L'auto-évaluation

La réflexion constitue la première étape. Il existe aussi des services d'encadrement de carrière et des évaluations en ligne qui vous aideront à prendre une décision. Premièrement, analysez vos compétences et vos caractéristiques personnelles sur le plan professionnel et en général. Dressez une liste de vos centres d'intérêt et talents, y compris vos activités de bénévolat, vos réalisations antérieures et vos compétences personnelles et professionnelles.

Vos réalisations personnelles pourraient indiquer les domaines où vous réussissez. Demandez à d'anciens professeurs, employeurs ou collègues de vous aider à évaluer vos forces.

### Une question de personnalité

Certaines personnes ne sont tout simplement pas faites pour déménager, et il se pourrait que votre partenaire et vous soyez du nombre. Réfléchissez à vos préférences et aux siennes.

- Êtes-vous aventurieux? Aimez-vous l'inconnu et vous laissez-vous de la routine?
- Quand vous voyagez, préférez-vous une nouvelle destination ou revisiter des lieux connus qui vous plaisent?
- Êtes-vous souple de nature? Cela vous ennuie-t-il que votre routine soit perturbée? Le changement vous enthousiasme-t-il ou vous énerve-t-il?
- Êtes-vous indépendant? Aimez-vous prendre des initiatives? Aimeriez-vous explorer un mode de vie entièrement nouveau? Avez-vous ce qu'il faut pour vous lancer dans un tel projet?

- Dans le passé, avez-vous effectué avec succès des transitions majeures?
- Êtes-vous près des membres de votre famille élargie? Si vous avez tissé des liens étroits, serez-vous heureux de vivre au loin? Dépendez-vous d'eux en ce moment? Serez-vous à l'aise si vous devez vous débrouiller seul?
- Comptez-vous beaucoup sur votre cercle d'amis? Vous faites-vous facilement de nouveaux amis?

## **Des considérations pratiques**

Même si la famille est prête à relever le défi d'un déménagement, votre décision devra prendre en compte certains aspects pratiques, entre autres :

- Avez-vous un enfant ayant besoin de services adaptés? Sera-t-il possible de répondre à ces besoins dans une nouvelle localité?
- Quel âge ont vos enfants? Sont-ils à un stade où ils pourront bien s'adapter?
- L'un d'entre vous a-t-il des problèmes de santé particuliers? Trouverez-vous les ressources nécessaires dans la ville où vous prévoyez déménager?
- L'un de vos proches âgés a-t-il des problèmes de santé qui pourraient vous obliger à rentrer d'urgence à la maison? Un tel déplacement serait-il facile?
- Avez-vous la charge d'un membre de votre famille élargie?
- Avez-vous d'une union précédente des enfants demeurant dans une autre ville? À quelle fréquence pourriez-vous les voir? Comment vous sentiriez-vous?
- Si votre partenaire a un travail en dehors du foyer, quelles sont les possibilités de carrière dans la nouvelle ville?
- Le salaire et l'indemnité de vie chère qui vous sont proposés couvriront-ils vos nouvelles dépenses?
- Votre compagnie vous aidera-t-elle à vendre votre propriété et à en acheter une nouvelle? Quel pourrait être l'écart de prix?
- Aurez-vous la possibilité de vous familiariser avec la nouvelle ville avant de prendre une décision?

La décision de déraciner tous les membres de votre famille peut s'avérer difficile à prendre. Vous devrez y réfléchir longuement, effectuer des recherches et en parler avec chacun. Finalement, vous devrez décider ce qui convient le mieux à la famille.

© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d'information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.