

DLHOVÝ POMOCNÍK

9 krokov ako sa dostať z dlhov

- 1. Buďte aktívny:**
 Dlhly sa samé od seba nevyriešia. Nereagovaním a odkladaním sa dlhy ešte znásobia.
- 2. Začnite dlhy splácať, nie navyšovať:**
 Vyrovnáť dlhy ďalším dlhom nič nerieši. Situácia sa len odsunie a za pár mesiacov sa objaví opäť a možno bude ešte horšia.
- 3. Urobte si zoznam dlhov:**
 Spojte sa so všetkými veriteľmi a zistite si aktuálny stav, komu dlhujete koľko a aké sú podmienky splácania. Nezabudnite na priateľov a známych, od ktorých ste si požičali.
- 4. Určite dlhom priority podľa dôležitosti:**
 Prednosť dajte dlhom, ktoré majú vysoké pokuty za oneskorené splátky a dlhom, ktoré súvisia so základnými životnými potrebami (nájom, energia, hypotéka).
- 5. Dohodnite si s veriteľmi splátkové kalendáre:**
 Ukážte im svoj pozitívny prístup k riešeniu dlhov a skúste sa s nimi dohodnúť na podmienkach splácania. Dohodnite si splátky v takej výške, aby pre Vás bolo reálne platiť ich každý mesiac. Pravidelným splácaním sa môžete vyhnúť súdnemu konaniu.
- 6. Udržujte pravidelný kontakt s veriteľmi:**
 Pokiaľ nebudete mať na splátku, prehovorte si o tom so svojím veriteľom. Tým, že sa s ním spojíte skôr, ako dôjde k oneskoreniu platby, získate dostatok času na riešenie situácie. V dnešnej dobe ponúka väčšina veriteľov možnosť odkladu alebo zníženia splátok.
- 7. Dôležitú podporu a pomoc nájdete u svojich najbližších:**
 Cesta z dlhov je náročná a dlhá, preto je veľmi dôležitá psychická podpora Vašich najbližších. Nebojte sa im zdôveriť so svojou situáciou, spoločne nájdete viac riešení.
- 8. Pripravte si domáci rozpočet:**
 Starostlivo sledujte svoje príjmy a výdavky a plánujte si ich dopredu. Obmedzte výdavky na minimum znížením rôznych poplatkov (za telefón, internet, káblovú televíziu) a obmedzením nepotrebných vecí (cigarety, alkohol). Spotrebný tovar kupujte po starostlivej úvahe a len keď je to naozaj potrebné.
- 9. Hľadajte možnosti pre zvýšenie príjmov:**
 Pokúste sa k svojej bežnej práci nájsť si po dobu riešenia dlhov ešte ďalšiu brigádu alebo výpomoc u známych alebo kamarátov. Vyriešite svoje dlhy rýchlejšie.



SVOJE DLHY SI MÔŽETE PREHLADNE USPORIADAŤ V NASLEDUJÚCEJ TABUĽKE:

Veriteľ	Kontakt na veriteľa	Aktuálna dlžná čiastka	Podmienky	Priorita	Splátka podľa nového splátkového kalendára

