

# Deň bez dlhov

Dlhy ako začarovaný kruh? Poradíme Vám – zdarma a nezáväzne!

**Naši odborní poradcovia sú pripravení Vám počas celého novembra bezplatne a nezáväzne poradiť, ako riešiť svoje dlhy.**

Dlhy Vás nezbatimé, ale **pomôžeme Vám s hľadáním riešenia Vašej komplikovanej finančnej situácie.**

Získajte kontrolu nad svojimi dlhmi!

Úplne zadarmo Vám tiež zistíme, či sú voči Vám vedené exekúcie ako aj ich prípadný počet.



Bezplatná linka **0800 22 33 22**

(Dostupná celý november,  
vo všedné dni od 8:00 do 16:30)



Kontaktný formulár na **www.nasedlhy.sk**  
(V priebehu novembra nám posielajte svoje otázky.)

**Poradte sa s nami a užívajte si život bez dlhov!**

Partneri akcie:



## DLHOVÝ POMOCNÍK

### 9 krokov ako sa dostať z dlhov

- 1. Buďte aktívny**

Dlhy sa samé od seba nevyriešia. Nereagovaním a odkladaním sa dlhy ešte znásobia.
- 2. Začnite dlhy splácať, nie navyšovať**

Vyrovnať 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, energie, 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 TABULKE:**

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



