

15. LISTOPAD

Den bez dluhů

Máte dluhy a nevíte, jak je řešit? Přijďte se poradit - zdarma a nezávazně!

Ve dnech **13. - 15. listopadu** najdete **odborné poradce na řešení obtížné finanční situace na kontaktních pracovištích Úřadu práce ČR.**

Zcela zdarma Vám zodpoví Vaše otázky a pomohou s řešením Vašich dluhů.

Využijte poradenské stánky nebo **volejte zdarma na 800 800 123.**

Více informací najdete na www.nasedluhy.cz



Pondělí 13. 11. 2017 8:30 - 16:30 Vybrané úřady práce

Brno-město
Polní

Karlovy Vary
Závodní

Karviná
Gustawa Morcinka

Ostrava-město
30. dubna

Ústí n. Labem
Mírové náměstí

Praha 4
Novodvorská

Praha Západ-Východ
Dobrovského

Žďár n. Sázavou
Strojírenská

Středa 15. 11. 2017 8:30 - 16:30 Vybrané úřady práce

Brno-město
Polní

Bruntál
Květná

Česká Lípa
Paní Zdislavy

Děčín
Březinova

Frýdek-Místek
Na Poříčí

Haviřov
Junácká

Hodonín
Lipová alej

Hradec Králové
Wonkova

Chomutov
Cihlářská

Jablonec n. Nisou
Emilie Floriánové

Jihlava
Brtnická

Karlovy Vary
Závodní

Karviná
Gustawa Morcinka

Kladno
Dukelských hrdinů

Kolín
Kutnohorská

Liberec
Dr. Milady Horákové

Litoměřice
Michalská

Louny
Pod Nemocnicí

Most
Budovatelů

Nový Jičín
Tyršova

Olomouc
Vejdovského

Opava
Bochenkova

Ostrava-město
30. dubna

Pardubice
Boženy Vikové-Kunětické

Plzeň-město
Klatovská třída

Praha 4
Novodvorská

Praha Západ-Východ
Dobrovského

Přerov
Žerotínovo nám.

Sokolov
Jednoty

Teplice
Vrchlického

Trutnov
Horská

Ústí n. Labem
Mírové náměstí

Vsetín
Pod Žamboškou

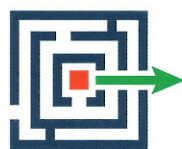
Znojmo
náměstí Svobody

Přijďte se s námi poradit a užívejte si života bez dluhů!

Více informací najdete na www.nasedluhy.cz

PARTNEŘI AKCE:





15. LISTOPAD

Den bez dluhů

10 kroků, jak se dostat z dluhů:

- 1. Buďte aktivní :**
Dluhy se samy od sebe nevyřeší, nereagováním a odkládáním se dluhy ještě znásobí.
- 2. Začněte dluhy splácet, ne navyšovat:**
Vyrovnavání dluhů dalším dluhem nic neřeší. Pouze se situace odsune a za pár měsíců se objeví znovu a možná horší.
- 3. Udělejte si seznam dluhů:**
Spojte se se všemi věřiteli a zjistěte si aktuální stav, komu dlužíte a kolik, jaké jsou podmínky splácení. Nezapomeňte na přátele a známé, u kterých jste si půjčili.
- 4. Dejte dluhům priority podle důležitosti:**
Přednost dejte dluhům, které mají vysoké pokuty za opožděné splátky, a dluhům, které souvisí se základními životními potřebami (nájem, energie, hypotéka).
- 5. Domluvte si splátkové kalendáře u věřitelů:**
Ukažte svůj pozitivní přístup k řešení dluhů a zkuste se domluvit na podmínkách splácení. Splátky si domluvte v takové výši, aby pro Vás bylo reálné je každý měsíc platit. Pravidelným splácením se můžete vyhnout soudnímu řízení.
- 6. Udržujte pravidelný kontakt s věřiteli:**
Pokud nebudete mít na splátku, promluvte si o tom se svým věřitelem. Tím, že se s ním spojíte dříve, než dojde k opoždění platby, získáte dostatek času na řešení situace. V dnešní době většina věřitelů nabízí možnost odložení nebo snížení splátek.
- 7. Důležitou podporu a pomoc najdete u svých nejbližších:**
Cesta z dluhů je náročná a dlouhá, proto je velmi důležitá psychická podpora Vašich nejbližších. Nebojte se svěřit se svou situací, společně najdete více řešení.
- 8. Připravte si domácí rozpočet:**
Pečlivě sledujte své příjmy a výdaje a plánujte si je dopředu. Omezte výdaje na minimum snížením různých poplatků (za telefon, internet, kabelovou televizi), omezením nepotřebných věcí (cigarety, alkohol). Spotřební zboží kupujte po pečlivém zvážení a pouze když je opravdu potřebné.
- 9. Hledejte možnosti pro zvýšení příjmů**
Pokuste se ke své běžné práci najít po dobu řešení dluhů ještě dodatečnou brigádu nebo výpomoc pro známé a kamarády. Vyřešíte své dluhy rychleji.
- 10.** Pokud se Vaše situace nelepší, využijte například síť **Občanských poraden**, kde Vám pomohou řešit opravdu složité případy.



Tabulka, kde si můžete přehledně seřadit své dluhy:

Věřitel	Kontakt na věřitele	Aktuální dlužná částka	Podmínky	Priorita	Splátka podle nového splátkového kalendáře



www.nasedluhy.cz



800 800 123

PARTNEŘI AKCE:

