

# JAK SE VYHNOUT DLUHOVÉ PASTI?

**Pokud v dluhové pasti nejste, je to dobře.  
Zde jsou zásady, jak se do ní nedostat ani později:**

## **BÝT V OBRAZE**

Mějme dobrý přehled o tom, na co máme a z čeho na to dáme. Udělejme si dobrý přehled o našich příjmech a výdajích a klidně na papíře. Vytvořte si měsíční rozpočet a ten dodržujte.

## **MÍT REZERVU**

Mohou přijít výdaje, které nečekáme. Ztráta práce či nemoc sníží naše finanční příjmy. Dávejme si měsíčně na stranu finance jako rezervu, třeba na vkladní knížku, ze které lze kdykoliv vybrat. Výborné je, když dáváme alespoň 1000 Kč měsíčně, čím více, tím lépe.

## **LEPŠÍ DÁT NA NÁJEM NEŽ NA ZBYTEČNOSTI**

Dávejme přednost finančnímu zabezpečení rodiny a zaplacení nutných výdajů před zadlužováním se pro naše vlastní potřeby zájmy, touhy a přání. Zodpovědným přístupem nepřipravíme sebe nebo rodinu o potřebné finanční zabezpečení.

## **PŮJČKU JENOM ROZUMNOU!**

Rozumná půjčka je ta, kterou si opravdu musím vzít (například kvůli bydlení), která nezabere celý zůstatek rodinného rozpočtu a kterou utáhneme i pokud se situace v našem životě změní. Půjčka byla, je a bude riskantní věc a pokud nemusíme, nepůjčujeme si.

## NENECHME SE NACHYTAT!

**Nikdy nepodepisujeme smlouvu, aniž bychom si ji celou přečetli a úplně všemu opravdu dobře porozuměli.** Požádejme vždy o návrh úvěrové smlouvy a zjistíme si třeba v bezplatné poradně vše, co nám není jasné, než smlouvu podepíšeme.

## POTŘEBUJEME PŮJČIT?

Pokud nám bezplatně nepůjčí rodina či přátelé, běžme nejprve do normální banky, kde máme záruku poctivosti. Některé nebankovní společnosti rády zneužívají naší neznalosti a zachovají se k nám nepoctivě.

## POKUD DLUHY MÁME...

Řešme naše dluhy včas. Nebojme se napsat věřiteli dopis. Vysvětleme mu situaci. Pokusme se domluvit na splátkovém kalendáři. Zabráníme tak zbytečnému nárůstu dluhů, soudnímu či jinému vymáhání.

## DLUHY DOŽENOU KAŽDÉHO A NEJDE PŘED NIMI UTÍKAT!

Jde je ale řešit včas! Kdo může pomoci?



**Terénní program NADĚJE s dluhovým poradenstvím:**

ROUDNICE NAD LABEM

tel. 608 728 033 nebo 608 201 636, Jungmannova 670

ŠTĚTÍ: tel. 773 770 991, U tržnice 701

také **Dluhová poradna Litoměřice** nebo **Poradna při finanční tísni Ústí n. L.**

*Informační materiál je bezplatný a vyrobila ho NADĚJE v roce 2014 v rámci poskytování doprovodného programu k sociálním službám. Financováno z rozpočtu ESF prostřednictvím OPLZZ a státního rozpočtu ČR.*



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



OPERAČNÍ PROGRAM  
LIDSKÉ ZDROJE  
A ZAMĚSTNANOST

PODPORUJEME  
VAŠI BUDOUCNOST  
[www.esfcr.cz](http://www.esfcr.cz)