**DESATERO ZDRAVÝCH FINANCÍ V PROBLÉMOVÉ DOBĚ**

1. **Udělejte si přehled o svých pravidelných platbách**

Nejčastěji se jedná o *nájem, služby spojené s bydlením* (elektřina, plyn), splátky *úvěrů* vč. kreditních karet, platby mobilním a internetovým operátorům, komerční pojištění.

1. **Všechny tyto smluvní strany je nutné oslovit s žádostí o odklad platby s uvedením důvodu**

Nejdříve si otevřeme internetové stránky příslušné společnosti a zjistíme správný a *aktuální postup*. Jestliže tam není něco jasné, lze využít telefonní poradenskou linku dané společnosti, případně se dotázat prostřednictvím jejich webového formuláře, chatu nebo emailem.

1. **Osoby, se kterými sdílíme společnou domácnost, mohou mít podobné problémy**

Vyplatí se o nich *diskutovat* a nenechávat si je pro sebe, ale i zjišťovat, jak se u nich situace má. Zvláště v případě společného jmění manželů je vzájemná důvěra stěžejní.

1. **Platby výživného**

Nesmíme zapomínat na platby výživného - plátce výživného by měl písemně *informovat* právního zástupce nezletilého o možných problémech s platbou.

1. **Při omezení příjmu**

Zaregistrovat se v evidenci Úřadu práce a (např. emailem) *zažádat* o podporu v nezaměstnanosti. Předložit doklady o skončení posledního pracovního poměru včetně: zápočtového listu, dokladu o výši průměrného výdělku, evidenčního listu důchodového pojištění, výpovědi nebo dohody o skončení pracovního poměru. Bude třeba vyplnit žádost o zprostředkování zaměstnání a žádost o podporu v nezaměstnanosti. Po registraci hradí zdrav. pojištění stát.

1. **Ručitel, spoludlužník, zástava**

Nemusíme být jen pravidelnými plátci nebo dlužníky, můžeme být i ručitelé nebo spoludlužníci. Někdo může ručit za splátky i nám, nebo může být jeho majetek zástavou za náš úvěr, nebo je zastaven náš majetek ve prospěch věřitele jiného dlužníka. Je vhodné se na takovou osobu obrátit, *zjistit* stav věcí a probrat s ní rizika.

1. **Domácí rozpočet**

Sestrojme si domácí rozpočet. Koncentrujme se na *výdaje*: nájem, energie, strava a nápoje, drogerie, léky, doprava, telefon a internet. K tomu bychom měli přidat splátky úvěrů, pokud se nám je nepodaří odložit. Na straně příjmů může být částečný plat, přivýdělek nebo jiný výdělek, případně podpora v nezaměstnanosti, dávky pomoci v hmotné nouzi a dávky státní sociální podpory. Pokud je k dispozici finanční *rezerva*, můžeme počítat i s ní, nebo si alespoň udělat přehled o zpeněžitelném majetku a o jeho pronájmu nebo jeho části.

1. **Další půjčky**

Z mnoha zkušeností víme, že brát si další úvěry na splácení těch stávajících, se nemůže vyplatit. Naopak se začne roztáčet *dluhová spirála*, na jejímž konci mohou být soudy a neřešitelné problémy.

1. **Sledovat vývoj**

V dnešních dobách je přínosné *sledovat* reakce státu a vědět, co můžeme očekávat a co se může zlepšit.

1. **Poradenství**

Jestliže si se svými závazky nevíte rady, obraťte se na Poradnu při finanční tísni, [*www.financnitisen.cz*](http://www.financnitisen.cz)*,* *poradna@financnitisen.cz*, nebo volejte Skype (Poradna při finanční tísni), případně bezplatnou zelenou linku 800 722 722.