



Peníze mám pod kontrolou

Prevence a řešení zadlužení

Informace, návody, tipy pro každého



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

SOCIPOINT!!!

Obsah

Příjmy	5
Dluhy	7
Co je dluh	7
Mapování dluhů	7
Jak dluh vzniká	9
Kdo poskytuje půjčky a úvěry	12
Refinancování úvěru	14
Konsolidace půjček	14
Co dělat, když mám potíže se splácením	15
Dluhy osob omezených ve svéprávnosti	17
Dětské dluhy	17
Dluhy při rozvodu manželství	18
Dluhy na výživném	19
Dluhy v dědickém řízení	21
Dluhy na zdravotním pojištění	23
Dluhy na sociálním pojištění	25
Prevence zadlužování a dluhové pasti	29
Rizika a výhody úvěrových produktů	29
Index odpovědného úvěrování	31
Exekuce	32
Co je exekuce	32
Kdo je exekutor a co může	32
Exekuce příjmu, dávek	33
Exekuce majetku (mobiliární exekuce)	37
Exekuce na účet v bance	39
Jak se během exekuce brání	44
Oddlužení	51
Co je oddlužení	51
Kdo může oddlužení využít	51
Sepsání a podání návrhu na povolení oddlužení	52
Oddlužení není jediné možné řešení	53
Domácí rozpočet	55
Elektronická bezpečnost	59
Slovníček pojmů	61
Kontakty	67
Užitečné odkazy	70

Úvod

Manuál, který právě čtete, je určen především vám, kdo přemýšlíte nad svou finanční situací, řešíte své dluhy, dluhy svých blízkých nebo se zadlužení chcete vyhnout. Díky manuálu získáte přehled, jaké možnosti máte pro řešení své situace, a o odbornících, kteří jsou připraveni vám v Ostravě kvalitně a bezplatně pomoci.

Část manuálu je věnována prevenci zadlužení a domácímu rozpočtu. K získání přehledu a kontroly nad hospodařením vám proto dobře poslouží i **příloha manuálu Domácí hospodaření pod kontrolou**.

Manuál i příloha jsou k dispozici ke stažení a vytištění na webových stránkách **socialniveci.ostrava.cz/sociopoint**. Podrobné informace, tipy a rady k dluhové problematice najdete na webových stránkách **bezpecnejsi.ostrava.cz/finance**.

Informační materiály vznikly ze spolupráce odborníků v dluhové oblasti v Ostravě. Do výsledné podoby byly zpracovány po jejich otestování v běžné praxi.

Děkujeme všem zapojeným aktérům, díky nimž tyto materiály vznikly, za jejich nápady, aktivní, konstruktivní diskusí i nadšení.

Informační materiály byly vytvořeny v projektu statutárního města Ostravy Podpora rozvoje sociální práce a služeb v Ostravě, reg. č. CZ.03.2.63/0.0/0.0/19_098/0015265, spolufinancovaného z Evropského sociálního fondu prostřednictvím Operačního programu Zaměstnanost, státního rozpočtu České republiky a rozpočtu statutárního města Ostravy.



SOCIOPOINT – místo prvního kontaktu

Bezplatné, anonymní jednorázové sociální poradenství.

Rozcestník pro snadnou orientaci v sociálním systému a v nabídce sociálních služeb v Ostravě. Rychlá telefonická, osobní či e-mailová intervence, díky níž získá občan nebo odborník kontakty k řešení tíživé životní situace.

Telefonicky: 800 700 650, 599 443 821

E-mailem: sociopoint@ostrava.cz

Osobně: Magistrát města Ostravy (Nová radnice)
Prokešovo nám. 8, Moravská Ostrava



A series of horizontal blue lines for writing, starting from the first line below the pen nib icon and continuing down the page.

Příjmy

Příjmy legální, v souladu se zákony

Legální příjmy jsou výplata nebo mzda/plat ze zaměstnání na smlouvu (na plný nebo částečný úvazek), z brigád na smlouvu (DPP, DPČ), přiznané příjmy z podnikání, výnosy z investic, z pronájmu, renty, výsluhové příspěvky.

Příjmy nelegální (tzv. načerno)

Nelegální příjmy získává člověk za práci, kterou vykonává bez uzavření smlouvy a bez přiznání výdělku příslušným orgánům. Tím se spolu se zaměstnavatelem vyhýbá placení daní a odvodů ze mzdy. Výhodou pro zaměstnavatele je úspora nákladů na práci. Nevýhodou pro zaměstnance je, že **nemá nárok na dovolenou, nemocenskou, rodičovskou dovolenou, odpracovaná doba se mu nepočítá do nároku na důchod (nemá zaplacen zdravotní ani sociální pojištění), nemá právo na výpovědní dobu nebo odstupné, ochranu a náhrady při pracovním úrazu.**

Mezi nejčastější případy práce načerno patří:

- být přihlášený na úřadu práce jako nezaměstnaný a zároveň být někde zaměstnaný a mít příjem
- brigády bez smlouvy – různé výpomoci v obchodech a nákupních centrech, sběry ovoce, pouliční prodej, roznášení letáků – všechny práce placené *z ruky do ruky*, kde chybí smlouva
- melouchy a provádění různých služeb bez dokladu

Pokud se rozhodujete mezi legálním zaměstnáním a prací načerno, odpovězte si upřímně na otázky:

PRACOVAT NA SMLOUVU NEBO NAČERNO?

Co budu dělat, když se mi stane pracovní úraz?

Zvládnou, že nebudu mít peníze při dovolené, nemocenské, mateřské?

Co udělám, když mi zaměstnavatel dá menší výplatu nebo žádnou?

Dokážu si sám/sama našetřit na důchod (invalidní, starobní)?

Kolik peněz by mi zůstalo z výplaty po srážce exekuce?

Postihy za práci načerno

Při práci načerno **dostává pokutu zaměstnavatel i zaměstnanec**. Zaměstnavatel dostane pokutu minimálně **250 000 Kč**, vyšplhat se však může až na 10 milionů Kč. Běžnému zaměstnanci může pokuta přinést vážné existenční problémy, dělá totiž **až 100 000 Kč**.

Sociální pomoc

Základním zdrojem získání financí na obživu je odměna za vykonanou práci – příjem ze zaměstnání, podnikání. Řada lidí ale pracovat nemůže, například z důvodů zdravotních, péče o rodinu, nebo jejich výdělek nestačí na úhradu základních životních nákladů. V takovém případě se může člověk obrátit na pomoc státu a požádat o sociální dávky:

Dávky státní sociální podpory:

- přídavek na dítě
- příspěvek na bydlení
- rodičovský příspěvek
- dávky pěstounské péče
- porodné
- pohřebné

Dávky hmotné nouze:

- příspěvek na živobytí
- doplatek na bydlení
- mimořádná okamžitá pomoc

Dávky státní sociální podpory i dávky hmotné nouze vyplácí Úřad práce ČR. Na jeho pobočkách můžete podat žádost o dávku.



Bližší informace o dávkách najdete na stránkách Ministerstva práce a sociálních věcí ČR (MPSV):



www.mpsv.cz/web/cz/pomoc-v-hmotne-nouzi
www.mpsv.cz/web/cz/statni-socialni-podpora

Můžete se **obrátit o radu a pomoc i na některou z poraden** uvedených v kapitole Kontakty. V poradnách vám pomůžou spočítat, jestli se vám opravdu vyplatí pracovat načerno, na jaké dávky máte nárok, a vysvětlí vše potřebné.

Dluhy

Co je dluh

Dluh označuje povinnost osoby splnit závazek – uhradit částku (peníze), kterou si půjčila, nebo zaplatit za zboží nebo službu, kterou ještě nezaplatila.

Vzniká vztah mezi věřitelem (ten, komu dluží) a dlužníkem (ten, kdo dluží), který zahrnuje oprávnění věřitele a povinnost dlužníka, aby dluh vyrovnal. Ze strany věřitele se tento vztah označuje jako pohledávka. To znamená, že **pohledávka je právo věřitele žádat od dlužníka vyrovnání dluhu (plnění)**.

Jak dluhy vznikají

Dluh vzniká, když má dlužník povinnost uhradit nějakou částku, ale v domluvený termín řádně nezaplatí. Dlužník se dostává do **prodlení**. K dluhu pak věřitel může žádat **úroky** z prodlení a v určitých případech i **smluvní pokuty**. Po datu splatnosti je původní částka, která měla být zaplacená, nazývána **jistina** a úroky, pokuty a náklady na její vymožení se nazývají **příslušenství**.

Mapování dluhů

Mapování je nejdůležitějším a prvním krokem při řešení dluhů. Abyste mohli dluhy řešit, potřebujete nejdřív přesně zjistit, u koho a jaké dluhy máte.

Zkuste si vzpomenout na půjčky, pokuty a jiné závazky (například poplatky za likvidaci odpadu „za popelnice“, zdravotní pojištění apod.), které vám v minulosti mohly vzniknout. Pomůže vám přehled nejčastějších věřitelů na konci kapitoly.



Zásadní pro mapování dluhů i celé řešení zadluženosti je, **přebírat svou poštu**. Jen tak dokážete včas reagovat na výzvy věřitelů i lhůty k odvolání.

Kde zjistím, kolik dlužím?

Všechny informace se dají získat buď písemným dotazem (obvykle stačí e-mailem, mnozí věřitelé nabízí i připravené formuláře), nebo osobně návštěvou příslušného úřadu nebo kontaktního místa, pobočky věřitele. Může se vám hodit:

1. **Výpis všech soudních řízení z okresního soudu** (služba za poplatek od 150 Kč) – lze dohledat dluhy, které jsou v exekuci nebo vymáhané soudem. Jde o soud v místě vašeho současného i předchozího trvalého pobytu.

2. **Výpis z Centrální evidence exekucí**, o který požádáte na pobočkách České pošty na Czech Point¹ (ověřený výpis za poplatek 50 Kč za stránku) nebo elektronicky na www.exekucniregistr.cz (jednorázový vstup za poplatek 250 Kč). Z výpisu zjistíte:

- jestli na vás byla nařízena exekuce
- který soudní exekutor byl pověřen provedením exekuce
- o jakou vymáhanou povinnost se jedná
- kdy byla exekuce nařízena
- jestli byla exekuce pravomocně odložena nebo zastavena

3. Kontrola závazků u **zdravotního a sociálního pojištění** (bez poplatku). Výpis o platbách zdravotního pojištění získáte zdarma na jakékoliv pobočce vaší zdravotní pojišťovny. Informace o sociálním pojištění jsou dostupné buď na příslušné pobočce ČSSZ, nebo na online portálu eportal.cssz.cz.

4. Kontrola závazků u **finančního úřadu** (poplatek 100 Kč). Jsou situace, při kterých může vzniknout dluh i vůči finančnímu úřadu (např. různé pokuty). Výpis o bezdlužnosti vystavuje finanční úřad podle místa trvalého pobytu a je možné o něj zažádat buď osobně, nebo pomocí datové schránky. Na vyřízení žádosti má úřad 30 dnů.

V předchozích bodech jsou uvedeny registry/instituce, které by měl zkontrolovat každý, kdo chce mít přehled o svých závazcích.

5. Dále je vhodné se zeptat i na **městském/obecním úřadě/magistrátě**, jestli nemáte nedoplatky například za svoz komunálního odpadu nebo ze psa.

6. Bezdlužnost je dobré si ověřit i u **dopravních podniků**.



Závazky vůči státu je možné zjistit přes webovou stránku nedluzimstatu.cz. Najdete zde přehledný seznam státních institucí, kterým můžete dlužit, a návod, jak zadlužení ověřit.

Existují také **bankovní i nebankovní registry** (jako je například Solus, BRKI, NRKI apod.). Nahlížení do nich je vždy za poplatek a informace v nich nejsou zpravidla úplné.

¹<https://www.ceskaposta.cz/sluzby/egovernment/overeny-vypis-z-centralni-evidence-exekuci>

PŘEHLED SUBJEKTŮ, KTERÝM LIDÉ NEJČASTĚJI DLUŽÍ

Stát, obec

- daně a poplatky (např. daň z příjmu, dědická daň, daň z převodu nemovitosti, poplatky za odpad, televizní a rozhlasový poplatek atd.)
- sociální a zdravotní pojištění
- pokuty

Dluhy z trestné činnosti (přehled má k dispozici soud)

- náhrada škody poškozenému
- náklady soudního řízení a obhajoby
- náklady výkonu vazby, výkonu trestu odnětí svobody

Nestátní věřitelé na základě smlouvy

- úvěry a půjčky (od banky, rodiny atd.)
- nezaplacené účty (nájemné, telefon, internet atd.)
- nedoplatky (např. na energiích, vodném a stočném)
- pokuta za jízdu bez platného jízdního dokladu (načerno)
- povinné ručení – ČKP (www.ckp.cz)

Výživné

- vůči dětem i vůči manželce/manželovi

Jak dluh vzniká

Uzavření smlouvy o půjčce

Než se rozhodnete podepsat smlouvu o půjčce, dobře se informujte nejen o výši splátek, RPSN (roční procentní sazba celkových nákladů), době splácení, ale i o **sankčních ujednáních** ve smlouvě, možném zajištění závazku ze smlouvy, zda je připojena rozhodčí doložka či směnka.

Opoždění splátek

V okamžiku prodlení se splátkou je nutné začít okamžitě komunikovat s věřitelem, požádat o odklad splatnosti a snažit se pravidelně měsíčně hradit alespoň částku, kterou si můžete dovolit. Je možné, že tak předejdete velkému nárůstu dlužné částky.

Upomínka od věřitele / předžalobní upomínka (výzva k plnění)

Předžalobní upomínku má věřitel povinnost odeslat na poslední jemu známou adresu dlužníka (§ 142a, zákona č. 99/1963, Občanský soudní řád). Obvykle je každá upomínka zpoplatněna podle ceníku věřitele (desítky, častěji stovky korun). Toto mimosoudní vymáhání zahájí věřitel sám nebo prostřednictvím inkasní agentury.

Žaloba na zaplacení, návrh na vydání platebního rozkazu, rozhodčího nálezu jsou právní podání, kterými věřitel zahajuje soudní/rozhodčí řízení.

Soudní řízení nebo rozhodčí řízení

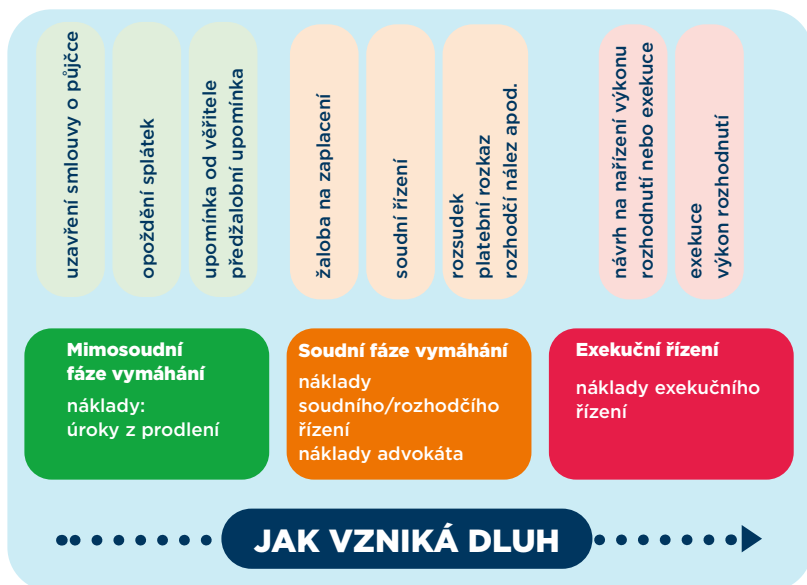
Rozhodčí doložky jsou od prosince 2016 u spotřebitelských vztahů zakázány. **Exekuce na základě neplatného rozhodčího nálezu je nezákonná.** V případě, že najdete ve smlouvě o půjčce zmínku o rozhodčí doložce nebo rozhodčím řízení, můžete postupovat podle kapitoly Jak se během exekuce bránit nebo navštívit některou z poraden uvedených v kapitole Kontakty.

Rozsudek, platební rozkaz, rozhodčí nález atd.

Jedná se o tzv. **exekuční titul** (rozhodnutí o právním nároku věřitele). Rozhodnutí musí nabyt právní moci uplynutím lhůty k odvolání a vykonatelnosti. Musí uplynout doba, po kterou může dlužník závazek dobrovolně splnit. Ze zákona jsou to 3 dny po nabytí právní moci. Soud ale může uložit lhůtu delší. Vy, dlužník, prodloužení lhůty můžete navrhnout při soudním řízení.

Návrh na nařízení exekuce / výkonu rozhodnutí

Pokud není závazek dobrovolně splněn, věřitel může nechat nařídit exekuci/výkon rozhodnutí.



Exekuce / výkon rozhodnutí

Získání pohledávky dlužníka například formou srážek ze mzdy, přikázání pohledávky z účtu u peněžního ústavu, prodejem movitého majetku, nemovitosti apod. Podrobnosti najdete v kapitole Exekuce.

Příklad nárůstu dlužné částky u půjčky od nebankovní společnosti, pokud není půjčka řádně splácena:

Výše půjčky	10 000 Kč	50 000 Kč
Doba splácení	55 týdnů	55 týdnů
Souhrnný poplatek	7 360 Kč	36 800 Kč
RPSN	215,73 %	215,73 %
CELKEM SPLATIT	17 360 Kč	86 800 Kč
Po nezaplacení řádné splátky		
Úrok z prodlení	1 475 Kč / rok	7 378 Kč / rok
Smluvní pokuta	8 000 Kč	25 000 Kč
Náklady řízení	5 694 Kč	13 472 Kč
Náklady věřitele	3 000 Kč	10 000 Kč
Odměna exekutora	3 000 Kč	13 020 Kč
Náklady exekuce	3 500 Kč	5 736 Kč
Náklady věřitele	3 000 Kč	10 000 Kč
CELKEM ZAPLATÍTE	45 029 Kč	171 406 Kč

JAK ROSTE NESPLÁCENÁ PŮJČKA

Kdo poskytuje půjčky a úvěry

Banky

Banky jsou pod dohledem České národní banky (ČNB).² Poskytují především půjčky dlouhodobějšího charakteru (např. na koupi, rekonstrukci bydlení).

Bankovní úvěry se vyznačují obvykle nejnižší úrovní RPSN (celkových ročních nákladů půjčky) a nejmenšími náklady na správu a administrativu. To je dáno zejména dlouhodobostí poskytovaných produktů.



Některé náklady mohou být skryté, nejsou zahrnuty do RPSN, např. různé formy pojištění nebo nutnost si pořídit další produkt.

Typické pro spotřebitelské úvěry a půjčky u bank je přísné zkoumání schopnosti žadatele splácet, které znamená pro věřitele i dlužníka menší riziko nesplacení úvěru, a proto i nižší cenu menších půjček.

Nebankovní společnosti

Nebankovní společnosti jsou finanční instituce, které nemají bankovní licenci, neplatí pro ně přísná pravidla bankovní regulace, ale musí mít akreditaci ČNB pro poskytování úvěrů.

U nebankovních půjček jsou typické volnější podmínky pro jejich získání. Málokdy je potřeba doložit příjmy a čistý výpis z rejstříku dlužníků. Za tuto výhodu však platíte vyššími úroky a vysokou roční procentní sazbou nákladů (RPSN). Jsou ale výjimky. Konkurence mezi poskytovateli došla tak daleko, že některé společnosti konkurují bankám a někdy jsou i výhodnější.

Porovnejte si proto více různých nabídek, než podepíšete smlouvu.

Tyto půjčky byly v minulosti dostupné i pro tzv. **rizikové klienty**, tj. klienty bez dokladů o příjmech a se záznamy v registru dlužníků. Nově musí společnosti poskytující nebankovní půjčky před podpisem smlouvy o zápůjčce posoudit, zda klient bude schopen splácet.

Jejich hlavní výhodou je snadné a rychlé vyřízení – půjčku je možné vyřídit a získat i během několika minut – např. online, telefonicky nebo pomocí SMS. Půjčky jsou zaměřené častěji na menší částky a objevuje se možnost první půjčky zdarma bez úroků. Za takové půjčky v případě včasného splacení nezaplatíte nic navíc.

Pozor! Krátkodobé půjčky bývají zatížené vysokou úrokovou sazbou a velmi vysokou RPSN. U některých společností jsou s krátkodobými půjčkami spojené i vyšší poplatky, poměrně vysoké poplatky za prodloužení doby splatnosti a vysoké pokuty za její nedodržení.

² Seznamy subjektů na finančním trhu, podléhajících dohledu ČNB: <https://www.cnb.cz/cs/dohled-financi-trh/seznamy/>



U krátkodobých půjček neberte sazbu RPSN jako absolutní měřítko, protože se vyhodnocuje na roční bázi, ale krátkodobé půjčky jsou splatné typicky do 30 dnů.

Na trhu nebankovních půjček jsou společnosti, které v případě nesplacení úvěru účtují poplatky v takové výši, že mohou několikanásobně přesáhnout samotnou půjčku. V případě neúměrného navyšování dluhu se můžete obrátit o pomoc na finančního arbitra – viz kapitola Slovníček pojmů.

Zastavárny

Zastavárna je provozovna, kde člověk obdrží peněžní hotovost proti zástavě movité i nemovité věci. Zástavní cena je stanovena po dohodě pracovníka zastavárny a majitele zastavené věci. Následně si dohodnou termín splacení půjčené finanční částky navýšené o úrok, který dělá několik procent z půjčené částky. Po splacení zastavenou věc vrátí majiteli. Věci, které si jejich majitelé v dohodnutém termínu nevyzvednou, dává zastavárna do volného prodeje, aby uspokojila svoji pohledávku. Smlouvy někdy obsahují protiprávní ujednání o prodeji zástavy (zastaveného zboží).



Zastavování zboží v zastavárnách je nevýhodné, protože zákazník dostane mnohem méně peněz, než jaká je skutečná cena zboží, které zastavuje.

Lichváři

Lichvář je člověk, který půjčuje peníze a splatit chce několikanásobek půjčené částky, prodává jídlo a chce za něj mnohem více peněz, než běžně stojí v obchodě. Vyhrožuje dlužníkovi (bitím, nadává), když neudělá, co chce, nedá žádnou smlouvu ani potvrzení na peníze, které mu už dlužník vrátil apod. Lichvář zneužívá toho, že člověk je v tísně a nemá jinou možnost získat peníze, a drží ho pěkně v hrsti.

Půjčky lichvářů vedou k postupnému zadlužování obětí na celý život. Výše sankčního úroku nebo poplatku při nedodržení splátky totiž může přesáhnout i 100 % půjčené částky a sankce se při každé další nezaplacené částce postupně zvyšuje několikanásobně. Často je cílem lichvářů půjčovat lidem, kteří nebudou schopni své půjčky splácet, a získat tak nad nimi moc.



Zneužívání tísně osoby je trestný čin a lichvář za to může jít do vězení.

Aby oběť chování lichváře ukončila, musí se obrátit na policii!

Půjčky od lidí

Půjčky od lidí neboli **P2P půjčky** (z anglického Peer to peer lending) zprostředkovávají nebankovní platformy, většinou registrované u ČNB. Zájemce o půjčení peněz zadá na platformě svou poptávku, popíše své důvody a přijímá nabídky lidí, kteří se rozhodli půjčovat své peníze ostatním lidem, aby tím navýšili hodnotu svých úspor. Důležité je popsat dobře příběh (proč žádáte o peníze), stejně jako svoji žádost o financování dobře spočítat. Půjčky se uzavírají za přísných podmínek provozovatele platformy, který chrání peníze svých investorů.

Refinancování úvěru

Jedná se o přesun úvěru nebo půjčky ke konkurenci za novými, výhodnějšími podmínkami. Obvykle je důvodem nižší úrok nebo nižší splátka za stejné nebo delší období.

V praxi často dochází i k refinancování nebankovních půjček bankovním úvěrem. V takovém případě při žádosti o refinanční půjčku u banky musíte doložit kromě osobních dokladů a výpisů z registrů i potvrzení věřitelů o aktuální výši půjček či úvěrů a musíte doložit i svou platební historii (jestli jste v minulosti spláceli řádně, nebo s potížemi).

Nejčastějším výsledkem refinancování půjčky je zajištění nové půjčky, ze které jsou vyplaceni předchozí věřitelé. Splátky této nové půjčky jsou obvykle nižší než součet splátek všech původních půjček (díky nižší úrokové sazbě a/nebo delší době splácení).

Konsolidace půjček

Konsolidace půjček je sloučení více půjček do jedné (například půjčky, vyčerpaný limit kontokorentu a kreditní karta). Z této nové půjčky jsou všechny pohledávky uhrazeny. Velmi často se konsolidace úvěrů používá pro snížení měsíčních splátek (za cenu prodloužení doby splácení). Konsolidaci nabízejí nejen klasické banky, ale je možné ji sjednat také u některých nebankovních společnostech.

Pozor! Problém nastává, pokud se s tímto jedním velkým úvěrem dostanete do platební neschopnosti. Při více různých dlužích se dají s jednotlivými věřiteli domluvit různé odklady, snížení, něco doplatíte dřív apod. U jednoho velkého úvěru riskujete, že vám věřitel nebude chtít vyhovět, například s návrhem na snížení plátek, když vám klesne příjem. Také se ne vždy podaří spojit všechny dluhy do jednoho úvěru. Konsolidací vám vždy přibývá nový dlouhodobý závazek.

Co dělat, když mám potíže se splácením

Nemám na úhradu splátky, jsem ve zpoždění se splátkou

Řekněte to věřiteli dřív než ke zpoždění dojde! Snažte se domluvit na řešení (odkladu, snížení splátek apod.). Posílejte alespoň nějaké peníze, i když vám bude věřitel říkat, že je to málo a nemáte je posílat – **každé peníze si od vás musí vzít a odečíst vám je z dluhu.**

Vždycky si nechejte potvrdit (podepsat), že jste peníze předali (zaplatili splátku) nebo posílejte splátky z bankovního účtu. Pečlivě si schovávejte všechny doklady o zaplacených penězích.

Mám malý příjem – nevládám hradit splátky, nemám na nájem, na jídlo

Udělejte si pořádek v tom, co musíte platit – napište si seznam komu, kolik a kdy platíte. Pomoc se sestavením rozpočtu najdete v kapitole Domácí rozpočet a letáku Domácí hospodaření pod kontrolou, pomohou vám poradny.

1. Nejdřív musíte zaplatit to nejdůležitější – nájem, elektřinu, plyn, teplo, potraviny, léky, drogerii, věci do školy (pomůcky, obědy, školní družinu), jízdné (do práce, do školy).
2. Sepište si, za co každý měsíc utrácíte, a přemýšlejte, co z toho jde pořídit levněji nebo vůbec nekupovat (nové oblečení, výdaje za telefon a internet, cigarety, hospoda, automaty...).

V nouzi nepotřebujete internet, kabelovou televizi a spoustu dalších věcí.

3. Sepište si seznam půjček a rozhodněte se, které jsou nejdůležitější. Nejdůležitější může být:

- ta, kterou splácíte něco, o co nesmíte přijít (bydlení), nebo
- ta, kterou máte brzy doplatit (chybí několik splátek), nebo
- ta, kde vám hrozí největší pokuty, když přestanete splácet

Nebo posílejte každému věřiteli aspoň nějaké peníze, i když to nebude celá splátka.

4. Hleďte přívůdek, peníze navíc. I když jste vedeni na úřadu práce a pobíráte sociální dávky, můžete si přivydělávat. Jen to musíte nahlásit a zvážit, jestli se vám to vyplatí.
5. Můžete zkusit oddlužení (osobní bankrot, insolvenční). Více informací najdete v kapitole Oddlužení.

Věřitel můj dluh zesplatnil

Pokud jste neuhradili splátky za více než 3 měsíce, věřitel váš dluh zesplatnil. To znamená, že musíte zaplatit celý zbývajících dluh včetně úroků, pokut a dalších nákladů.

Pokud se vám výše zesplatněné částky nezdá, poradte se s odborníky (třeba v poradně). Upozorněním na nepřiměřené sankce nebo nezákonná ujednání je možné dosáhnout velkého snížení požadované částky. Když věřitel ne-

souhlasí s vaší argumentací a trvá na částce, se kterou odůvodněně nesouhlasíte, obraťte se na finančního arbitra (více ve Slovníčku pojmů).

Věřitel už po mně dluhy vymáhá

V mimosoudní fázi vymáhání

Při půjčování peněz postupujte zodpovědně – bližší informace najdete v kapitole Prevence – a při problémech se splácením **včas komunikujte s věřitelem**. Pokud nereagujete a nekomunikujete, věřitel zahájí vymáhání – sám nebo prostřednictvím inkasní agentury.



Když vás vyzve k úhradě dluhu nějaká neznámá společnost, zeptejte jí, o jaký dluh jde. Inkasní agentury se snaží dlužníky přimět k zaplacení i různými nátlaky. Mnohdy sdělují dlužníkovi nepravdy. Nenechte se nachytat a vše si ověřujte.

Zástupci inkasních agentur se často chovají nevhodně – vyhrožují, volají několikrát denně, vylepují výzvy k zaplacení na veřejně viditelná místa (třeba dveře bytu) nebo docházejí za dlužníkem do zaměstnání.

Obrana je velmi komplikovaná. Snažte se nepodlehnout nátlaku ze strany inkasní agentury. **V případě nevhodného chování můžete na zástupce inkasní agentury podat trestní oznámení.**

V soudní fázi vymáhání

Je možné se bránit např. **podáním odporu proti platebnímu rozkazu** (ve lhůtě do 15 dnů od doručení platebního rozkazu).

Některé dluhy mohou být už **promlčené** (promlčecí lhůta je stanovena v občanském zákoníku).

V exekučním řízení

Je několik různých možností obrany – **podat odvolání, návrh na zastavení exekuce, návrh na odklad exekuce, návrh na vyloučení majetku z exekuce** a další. Bližší informace najdete v kapitole Jak se během exekuce bránit.



Doporučujeme vám obrátit se na odborníky v poradnách uvedených v Kontaktech, kteří jsou schopni situaci odborně vyhodnotit a navrhnout vám další postupy.

Dluhy osob omezených ve svéprávnosti

Omezení ve svéprávnosti stanovuje soud. V rozhodnutí soudu je přesně uvedeno, v jakých oblastech a činnostech je osoba omezena. Většinou to bývá i hospodaření s finančními prostředky od určité částky.

Je-li svéprávnost člověka omezena pro uzavírání úvěrových nebo zápůjčních smluv, lze smlouvu považovat za neplatnou (§ 581 občanského zákoníku).

Pokud k uzavření smlouvy dojde, jsou možné 2 způsoby řešení:

1. **Opatrovník může neplatnou smlouvu schválit a odstranit tím její neplatnost** (§ 65 odst. 2 občanského zákoníku). Schválení je vhodné učinit písemně. Když je uzavřená smlouva pro dlužníka nevýhodná:
2. **Opatrovník dlužníka se obrátí na věřitele a upozorní ho**, že svéprávnost dlužníka je omezená a uzavřená smlouva je neplatná. Opatrovník by se zároveň měl dohodnout s věřitelem, že půjčená částka mu bude vrácena. **Věřitel má právo pouze na vrácení jistiny, nikoli na úrok** (§ 2991 a § 2993 občanského zákoníku).



Tím, že dlužník získal na základě neplatné smlouvy finanční prostředky nebo zboží, vzniklo na jeho straně **bezdůvodné obohacení** a je povinen ho věřiteli vrátit (§ 2991 občanského zákoníku).

Opatrovník nese odpovědnost za nedoplatky opatrovance na místních poplatcích, například za komunální odpad (§ 12 zákona č. 565/1990, o místních poplatcích).

Opatrovník může se souhlasem soudu podat návrh na **oddlužení opatrovance**.

Dětské dluhy

I děti mohou mít dluhy, které skončí až exekucí. Nejčastěji jde o dluhy za:

- jízdy načerno v městské hromadné dopravě
- poplatky za svoz odpadu
- neuhrazené platby u telefonních operátorů
- regulační poplatky za lékařskou pohotovost nebo pobyt v nemocnici
- pokuty za včas nevrácené knihy v knihovnách

Dluhy za neuhrazené poplatky za komunální odpad už dětem vznikat nemohou. Za nedoplatek na místních poplatcích za osoby nezletilé je odpovědný zákonný zástupce (§ 12 zákona č. 565/1990, o místních poplatcích).

V případě řešení dětských dluhů jde často o složité právní záležitosti, které vyžadují pohled odborníka a mnohdy přímo zastoupení advokátem.

Podrobnější informace najdete na webu www.zadluzenedeti.cz.

Dluhy při rozvodu manželství

Pokud se manželé v době manželství zadlužili, jsou povinni **dluh uhradit společně a nerozdílně**, a to i po rozvodu manželství. To platí i v případě, kdy se zadlužil jenom jeden z nich. Existují však možnosti, jak dopady placení dluhů za druhého z manželů zmírnit.

Vypořádání společného jmění manželů je jen mezi samotnými manželi. Nemá vliv na nároky třetích stran (věřitelů), na uspokojení jejich pohledávek. Vypořádáním společného jmění manželů při rozvodu se dluhů manžela nebo manželky nezabavíte.

Během manželství

Na **uspořádání společného jmění manželů**³ se vyplatí myslet před uzavřením manželství i v jeho průběhu. Hlavně na to, kdo přebírá jaké dluhy v případě rozvodu.

Pokud se **manžel/ka bez souhlasu druhého zadluží** a nejedná se o zajišťování každodenních nebo běžných potřeb rodiny, není takový dluh součástí společného jmění manželů. Běžné potřeby rodiny jsou velmi různé a záleží na majetkových poměrech konkrétní rodiny.



Pokud se o dluhu manžela dozvíte, je potřeba věřiteli vyjádřit písemně svůj nesouhlas. To znamená písemně a co nejdříve oznámit věřiteli, že se jako manžel, jehož souhlas byl zapotřebí, dovoláváte neplatnosti právního jednání manžela podle § 714 odst. 2 občanského zákoníku.

Při rozvodu manželství

Dluhy po rozvodu se dělí spolu s majetkem při vypořádání společného jmění manželů. Stejně jako některý majetek ani některé dluhy do společného jmění manželů nepatří a při rozvodu manželství se nedělí.

Dělí se **dluhy, které jsou součástí společného jmění manželů.** To jsou všechny dluhy, které převzal buď jeden z manželů, nebo oba manželé společně během trvání manželství, nebo manžel/ka bez vyjádření nesouhlasu druhého.

Součástí společného jmění manželů nejsou dluhy z manželství, které:

- se týkají majetku, který patří pouze jednomu z manželů, a to v rozsahu, který přesahuje zisk z tohoto majetku, nebo
- převzal jeden z manželů bez souhlasu druhého a nejednalo se o obstarávání každodenních nebo běžných potřeb rodiny (hodí se mít nějaký důkaz, že druhý manžel s dluhem nesouhlasil)
- vznikly bez vůle druhého manžela – bude to například dluh vzniklý z odpovědnosti za škodu nebo na zdravotním pojištění apod.

³ Společné jmění manželů: § 709 zákona č. 89/2012, občanský zákoník

Společné dluhy po rozvodu manželství se rozdělí a splácí podle toho, jak se spolu manželé vypořádají. To si manželé mohou dohodnout, jak chtějí, ale **nesmí tím utrpět práva třetích osob (věřitelů).** To se stává třeba tak, že se domluví, že splácení půjčky přebírá jeden z nich, ale ten ji nesplácí. Pak může věřitel žádat splátky od druhého z manželů.

Rozdělení dluhů po rozvodu není jednoduchá záležitost, proto **doporučujeme situaci řešit s odborníky v poradnách uvedených v Kontaktech nebo rovnou s advokátem.**

Dluhy na výživném

Mezi předky a potomky je vzájemná **vyživovací povinnost**, stejně jako mezi manželi. Výživné tedy představuje peníze, kterými má rodič povinnost přispívat na potřeby svého dítěte, pokud není schopno samo se živit.

Za dlužné výživné se označuje jakákoliv měsíční splátka stanoveného výživného, která nebyla uhrazena. Po uplynutí doby splatnosti výživného se jeho příjemce může obrátit na exekutora nebo soud a zahájit vymáhání.

Nejprve je vhodné kontaktovat povinného rodiče s upomínkou neuhrazeného výživného. Mohlo dojít k pochybení nebo opomenutí.

Pokud neplacení výživného trvá delší dobu, neváhejte s řešením. Po 3 letech dojde k promlčení splátek, a tím klesá šance na získání dluhu.

Trestný čin zanedbání povinné výživy

Když nebyla ani část výživného uhrazena 3 a více měsíců, dochází zároveň ke **spáchání trestného činu.** V takové situaci se můžete obrátit i na policii.

Trestní oznámení můžete podávat opakovaně, tedy vždy, když po 3 měsících dojde ke spáchání nového trestného činu. Zvyšují se tím šance na potrestání dlužníka.

Počítejte však s tím, že **trestní oznámení dluhy neřeší.** Řeší pouze samotné potrestání za neplnění povinnosti. Je nutné současně zahájit i exekuční vymáhání výživného nebo požádat soud o výkon rozhodnutí.

Ať už se rozhodnete obrátit na exekutora, nebo na policii, vždy **musíte předložit soudní rozsudek o výši a splatnosti výživného.** Bez něj nemůže být řešeno vymáhání výživného ani trestní oznámení. Pokud rozsudek nemáte, musíte nejprve podat návrh k soudu, aby o výživném rozhodl (výživné na dítě jde stanovit i zpětně).

Náhradní výživné

Pro nárok na novou sociální dávku od státu – náhradní výživné – je potřeba splnit 3 základní podmínky:

- ten, kdo má platit výživné (povinný rodič), ho neplatí vůbec nebo jenom částečně

- oprávněná osoba už po něm vymáhá výživné v exekuci nebo prostřednictvím soudního výkonu rozhodnutí
- dítě má trvalý pobyt na území České republiky - určité výjimky stanoví § 2 zákona č. 588/2020, o náhradním výživném

Kdo má nárok na náhradní výživné

Nárok má **nezaopatřené dítě**. Tím je především dítě do skončení povinné školní docházky, student, který ještě nedosáhl 26. roku věku, pokud se soustavně připravuje na budoucí povolání a dítě do 18. roku věku, pokud je vedeno v evidenci úřadu práce a nemá nárok na podporu.

Kdo o náhradní výživné žádá

O náhradní výživné žádá oprávněná osoba, tedy nezaopatřené dítě. Pokud je dítě nezletilé, zastupuje ho rodič nebo jiná osoba, které má být výživné podle rozhodnutí soudu placeno (nazývá se příjemce).

Kam podat žádost o náhradní výživné a co je k ní potřeba

Žádost se podává na krajské pobočce Úřadu práce ČR na předepsaném formuláři. K žádosti je potřeba přiložit:

- rozsudek soudu o určení výše výživného
- doklad prokazující, že povinný rodič platí výživné jenom částečně, nebo prohlášení o tom, že ho neplatí vůbec
- doklad prokazující, že pohledávka na výživném byla postoupena, nebo prohlášení, že nebyla postoupena
- doklad prokazující, že dítě je nezaopatřené (potvrzení o studiu)

Do žádosti je nutné uvést také:

- údaje o zahájené exekuci nebo soudním výkonu rozhodnutí k vymožení výživného včetně údajů o povinném rodiči a spisové značky
- způsob, jakým chce příjemce náhradní výživné od státu zasílat (převodem na bankovní účet nebo poštovní poukázkou)

Jak vysoké je náhradní výživné od státu

Jde o rozdíl mezi soudem určeným výživným a částkou, kterou povinný rodič zaplatil. Maximální výše dávek od státu je však 3 000 Kč měsíčně.

Náhradní výživné se vždy stanoví na 4 měsíce dopředu z průměrných částek za předcházející čtyři kalendářní měsíce.

Nárok na dávku zanikne, když oprávněná osoba přestane splňovat podmínky pro její přiznání. Nejpozději zanikne buď skončením nezaopatřenosti dítěte, nebo po 24 výplatách náhradního výživného. Náhradní výživné tedy můžete dostávat jen 2 roky, i kdybyste splňovali podmínky déle.

Pro radu a informace se obraťte na některou z poraden uvedených v kapitole Kontakty.

Dluhy v dědickém řízení

Úmrtí v rodině je smutná záležitost a může být navíc i komplikovaná. Zdědit můžete nejen majetek, ale i dluhy.

Do jaké výše odpovídá dědic za dluhy zemřelého

Podle zákona⁴ tvoří **pozůstalost veškeré jmění zemřelého (zůstavitele)** – majetek i dluhy. Stává se, že dluhy jsou ve výši majetku zemřelého nebo ho svou hodnotou i přesahují (dědictví je předlužené).

V případě, že dědic dědictví přijme, odpovídá za dluhy nejen do výše nabytého majetku, ale v plné výši. Pokud by se chtěl odpovědnosti za dluhy vyhnout, musí se **zříct pozůstalosti jako celku, nebo uplatnit právo výhrady soupisu**.

Odmítnutí a vzdání se dědictví

Předluženou pozůstalost může dědic po smrti zůstavitele odmítnout. U dědické smlouvy to jde jen v případě, že to smlouva umožňuje.

Dědická smlouva je dvoustranná dohoda mezi zůstavitelem a dědicem, se kterou obě strany souhlasí. Musí být uzavřena formou notářského zápisu.

Dědictví lze odmítnout **prohlášením vůči soudu v jednoměsíční lhůtě**. Lhůta začíná běžet ode dne, kdy soud vyrozuměl dědice o jeho právu dědictví odmítnout.

Pokud dědic dědictví neodmítl, může se ho vzdát ve prospěch jiného dědice. Podmínkou tedy je, že s tím druhý dědic souhlasí.

Výhrada soupisu a výzva věřitelům k ohlášení pohledávek

Právo tzv. výhrady soupisu pozůstalosti náleží dědici vždy a tohoto práva se nemůže vzdát, a to ani v dědické smlouvě.

Právo vyhradit soupis pozůstalosti může dědic ve lhůtě 1 měsíc od dne, kdy soud dědice o jeho právu vyrozuměl. **Toto právo dědic uplatní prohlášením před soudem**, a to buď ústně, anebo písemně. Cena soupisu se hradí z pozůstalosti.



V případě, že dědic výhradu soupisu neuplatní včas anebo před soudem prohlásí, že právo neuplatňuje, už to nemůže udělat později. **Odpovídá za dluhy zůstavitele v plném rozsahu.** Když **uplatní výhradu soupisu včas, hradí dluhy zemřelého jen do výše hodnoty nabytého majetku** (do výše svého dědického podílu).

Současné s výhradou soupisu může dědic soud požádat o vyhledání dluhů zůstavitele. Soud pak vyzve věřitele, aby své pohledávky ohlásili a doložili.

⁴ Hlava III Dědické právo, § 1475–1720 zákona č. 89/2012, občanský zákoník:
<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-89#cast3-hlava3>

Věřitelé jsou uspokojováni pouze do takové výše, **než je vyčerpán majetek náležející do pozůstalosti**. V rámci vypořádání dědictví jsou uspokojeni pouze věřitelé:

- kteří své dluhy ohlásili ve stanovené lhůtě
- o jejichž nároku dědic věděl
- se závazky zajištěnými zástavním nebo podobným právem k věci patřící do pozůstalosti

Pozor! Výhradu soupisu pozůstalosti nejde uplatnit na dluhy po manželovi nebo manželce. Ty je nutné uhradit v plné výši.

Pro přesné informace se obraťte na notáře.



Dluhy na zdravotním pojištění

Každý občan má být evidován u některé zdravotní pojišťovny a platit zdravotní pojištění. Pokud není pojištění uhrazeno, vzniká dluh u pojišťovny, který se zvyšuje o 0,05 % z dlužné částky za každý den.

U zdravotního pojištění jsou **4 hlavní skupiny plátců pojištění**:

- **zaměstnanci** – za ty odvádí zdravotní pojištění zaměstnavatel
- **osoby samostatně výdělečně činné** si zdravotní pojištění platí samy
- **pojištěnci, za které platí zdravotní pojištění stát**⁵ – děti, studenti, rodiče na mateřské, příjemci rodičovského příspěvku, nezaměstnaní vedení jako uchazeči o zaměstnání na úřadu práce, dlouhodobě nemocní, důchodci, osoby ve výkonu trestu apod.
- **osoby bez zdanitelných příjmů (OBZP)**, které musí hradit minimální zdravotní pojištění. To jsou lidé, kteří nespádají do žádné ze skupin výše – např. někdo, kdo pracuje jen formou práce na DPP nebo DPČ s nízkým příjmem (do 10 000 Kč u DPP nebo méně než 3 500 Kč DPČ), lidé vyřazení z evidence uchazečů o zaměstnání na úřadu práce apod.

Dluh na zdravotním pojištění

Dluh na zdravotním pojištění může vzniknout jak úmyslně (např. pokud si OSVČ úmyslně neplatí zdravotní pojištění), tak i neúmyslně, z neznalosti.



Zdravotní pojišťovna nemá povinnost vás informovat, že za určité období vznikl dluh. Navíc se dlužná částka na zdravotním pojištění zvyšuje o úrok 0,05 % za každý den.

Případný dluh na zdravotním pojištění můžete zjistit dotazem přímo na zdravotní pojišťovně, u které jste pojištěni (nebo byli pojištěni v minulosti).

Dluhy na zdravotním pojištění samy od sebe nezmizí. Pojišťovny je poměrně důsledně vymáhají.

Pokud **uhradíte jistinu dluhu na zdravotním pojištění, můžete pojišťovnu požádat o prominutí penále (tzv. odstranění tvrdosti zákona)**. Prominutí penále můžete žádat, pokud jeho výše nepřesáhla 20 000 Kč ke dni doručení žádosti. Žádost musíte podat do 3 let od právní moci rozhodnutí, kterým vám byla uložena pokuta (§ 53a zákona č. 48/1997, o veřejném zdravotním pojištění).



Dluh na zdravotním pojištění nemá vliv na poskytnutí základní zdravotní péče. Lékař má povinnost pacienta ošetřit.

⁵ Podrobně na <https://www.vzp.cz/platci/informace/stat/za-koho-plati-pojistne-stat>

ŽÁDOST O PROMINUTÍ PENÁLE NA ZDRAVOTNÍM POJIŠTĚNÍ

název zdravotní pojišťovny dlužníka (plátce)

adresa

jméno / název dlužníka (plátce)

Statutární orgán: jméno

adresa (sídlo)

RČ:

IČ:

V místo dne datum

Žádost o prominutí penále na zdravotním pojištění (odstranění tvrdosti zákona)

Vážení,

žádám Vás tímto o prominutí penále na zdravotním pojištění.
Jedná se o částka Kč.

Jako důvod uvádím následující skutečnosti:

popis skutečností, pro které není dlužník schopen uhradit penále

Samotný dluh na zdravotním pojištění jsem už uhradil/a, ale v současné době nejsem schopen/na uhradit vzniklé penále, žádám Vás proto o jeho prominutí.

podpis dlužníka (plátce)

podpis statutárního zástupce, razítko

Příloha:

- doklad/y o uhrazení dluhu na zdravotním pojištění

Dluhy na sociálním pojištění

Sociální pojištění slouží jako ochrana v případě nepříznivých sociálních událostí, do kterých se můžete dostat například důsledkem úrazu, stáří či živelní katastrofy. Aby byl člověk v těchto situacích skutečně finančně zajištěn, musí pravidelně hradit pojistné.



Důchodové a nemocenské pojištění je založeno na pojistném principu, tj. na pravidelném placení příspěvku – pojistného na sociální zabezpečení.

Pojistné na sociální zabezpečení zahrnuje platby na:

- nemocenské pojištění
- důchodové pojištění
- příspěvek na státní politiku zaměstnanosti

Z těchto financí jsou vypláceny:

- dávky nemocenského pojištění:
 - nemocenská
 - ošetřovné
 - dlouhodobé ošetřovné
 - vyrovnávací příspěvek v těhotenství a mateřství
 - peněžitá pomoc v mateřství („mateřská“)
 - otcovská
- dávky důchodového pojištění:
 - starobní důchod
 - invalidní důchod
 - vdovský a vdovecký důchod
 - sirotčí důchod
- podpora v nezaměstnanosti (z Úřadu práce ČR)

Povinnost platit pojistné mají:

- zaměstnavatelé
- zaměstnanci – za ně hradí pojistné zaměstnavatel
- osoby samostatně výdělečně činné (OSVČ)
- lidé, kteří se dobrovolně důchodově pojistili

Po dobu, kdy je člověk vedený jako uchazeč o zaměstnání na úřadu práce nebo pobírá mateřskou, rodičovskou, vykonává dobrovolnickou činnost apod. má tzv. **náhradní dobu pojištění a pojistné za něj hradí stát.**

Za zaměstnance je povinen platit sociální pojištění zaměstnavatel. Neplacením pojistného ze strany zaměstnavatele není zaměstnanec nijak postižený, zůstává mu nárok na dávky nemocenského a důchodového pojištění.

Po dobu, kdy nejste přihlášení k pojištění vám sice nevzniká žádný dluh, ale zároveň se vám **doba, kdy nejste sociálně pojištění, nezapočítává do nároku na důchod**. Často se stává, že právě tato doba pak chybí pro přiznání výplaty invalidního nebo starobního důchodu.

Dluh na sociálním pojištění

Jako zaměstnanec nemáte moc možností ovlivnit, jestli je sociální pojištění zapláceno nebo ne, protože to je povinnost zaměstnavatele. Placení sociálního pojištění zaměstnavatelem si můžete ověřit prostřednictvím výpisu, který vám vystaví okresní správa sociálního zabezpečení (OSSZ).

OSVČ má povinnost platit si sama sociální pojištění. To zahrnuje jak pravidelné měsíční platby (zálohy na sociální pojištění), tak i pravidelné každoroční podávání přehledu o příjmech a výdajích OSVČ (cca začátek května⁶). ČSSZ všem OSVČ jednou ročně zaslá inventuru pohledávek OSVČ.

U sociálního pojištění OSVČ se případný dluh navyšuje o 0,05 % za každý kalendářní den. V případě, kdy OSVČ nezládá uhradit dlužnou částku, má možnost požádat o splátkový kalendář. Určí takový splátkový kalendář, který je OSVČ skutečně schopná splácet. **Sjednáním splátkového kalendáře se penále snižá na 0,025 %**, dluh se tedy už tak rychle nezvyšuje.

Dluh na sociálním pojištění může být překážkou například při sjednávání úvěru nebo hypotéky v bance. Tam hlavně OSVČ musí dokládat svou bezdlužnost, tedy že nemá žádné dluhy na sociálním nebo zdravotním pojištění nebo vůči finančnímu úřadu.

Jak získat přehled o svém důchodovém pojištění

Každý občan má možnost požádat si o zaslání **informativního osobního listu důchodového pojištění**⁷. Informativní list obsahuje přehled dob důchodového pojištění a náhradních dob pojištění v evidenci ČSSZ. Za dobu od roku 1986 obsahuje i přehled vyměřovacích základů a vyloučených dob. Dále obsahuje přehled a celkový počet dob, které chybí. Pojištěnec má právo na zaslání informativního listu **jednou za kalendářní rok**. Informativní list zašle ČSSZ občanovi do 90 dnů ode dne doručení jeho žádosti (§ 40a zákona č. 582/1991).

Chybějící doby pojištění mohou být problémem při podávání žádosti o starobní nebo invalidní důchod, kdy kvůli chybějící době pojištění nevznikne nárok na výplatu důchodu.

ČSSZ provozuje online portál – portal.cssz.cz, kde najdete potřebné formuláře a zjistíte informace o sociálnímu pojištění (například o stavu a průběhu vyřizování nemocenských dávek), informace o zaplaceném pojistném, náhled na osobní list důchodového pojištění apod.

⁶ Podrobně ke lhůtám pro podání přehledu o příjmech a výdajích OSVČ: <https://www.cssz.cz/prehled-o-prijmech-a-vydajich>

⁷ <https://www.cssz.cz/informativni-osobni-list-duchodoveho-pojisteni>



A series of horizontal blue lines for writing, starting from the first line below the pen nib icon and extending to the bottom of the page.

Prevence zadlužování a dluhové pasti

Hlavní prevencí před zadlužením a dluhovou pastí je mít rozpočet – to je ne-utrácet víc, než kolik peněz za měsíc vyděláte (dostanete na důchodu, dávkách). Tipy, jak na domácí hospodaření najdete v kapitole Domácí rozpočet. Stejně důležité je pečlivě zvážit své možnosti splácení a rizika nabízených úvěrů dřív, než podepíšete smlouvy.

Rizika a výhody úvěrových produktů

Nákupy na splátky

Kamenné i internetové obchody, například s elektronikou nebo nábytkem, nabízí nákup zboží na splátky. I v tomto případě si poskytovatel úvěru může ověřovat, jestli je kupující schopný spotřebitelský úvěr splácet.

Výhodou nákupu na splátky je, že zboží i peníze na něj vyřešíte najednou.

Nevýhodou je, že takové spotřebitelské úvěry mohou být spojené s vyššími úrokovými sazbami a nemalými poplatky. Existují i nabídky nákupu na splátky bez navýšení. To znamená, že kupující zaplatí přesně takovou částku, jakou si půjčil, protože součástí úvěru nejsou úroky ani poplatky. Háček však může být v podmínkách – například sankce za opožděnou splátku může být vyšší než úrok u standardního úvěru.

Zajímejte se, jestli podmínkou sjednání úvěru není i sjednání pojištění schopnosti splácet. Cena pojištění může úvěr výrazně prodražit.

Základním pravidlem pro nákup zboží na splátky nebo na úvěr je, že **koupená věc má sloužit déle, než je doba splácení úvěru**. Například není rozumné si půjčovat několik desítek tisíc korun na zaplacení letní dovolené nebo nákup vánočních dárků – jsou to okamžiky, které trvají několik dní, ale budete je splácet i několik let. Jiná situace je třeba u elektroniky nebo osobního auta – ale i zde dobře zvažte důvod koupě (například koupě právě vydaného modelu mobilu oproti koupi mobilu, protože předchozí dosloužil).

Kontokorent

Kontokorent neboli kontokorentní úvěr je druh úvěru, který umožňuje přečerpání běžného účtu – **lze jít tzv. do mínusu** (vybrat více peněz, než máte na účtu ze svých příjmů). Kontokorentní úvěr vám může pomoci v období před výplatou, nebo když máte nečekané výdaje – jít na účtu do mínusu je pohodlnější a splácení jednodušší, než si sjednat klasickou spotřebitelskou půjčku.

Výhody kontokorentu:

- finance po ruce jako finanční rezerva
- jednoduché a rychlé zřízení
- placení úroků pouze za dobu, kdy kontokorent čerpáte
- nejsou pevně dané splátky

Nevýhody kontokorentu:

- vysoká úroková sazba, kterou navíc může banka libovolně měnit
- banka může požadovat okamžité splacení dluhu
- při snížení příjmů na účtu má banka právo snížit úvěrový limit

Kreditní karta

Kreditní karta je mezinárodní platební karta, kterou můžete platit v obchodech, na internetu a vybírat peníze z bankomatu. **Na kreditní kartě jsou uloženy peníze banky, ne vaše.** Vaše peníze z běžného účtu jsou na kartě debetní. Kreditní karta je v podstatě **automaticky prodlužovaný úvěr**. Tedy půjčka, kterou můžete průběžně čerpat a splácet.

U kreditní karty můžete využít **bezúročné období**, které patří k jejím největším výhodám. Trvá obvykle 45 až 55 dnů a pokud během tohoto období částku uhradíte, neplatíte žádné úroky.

Výhody kreditní karty:

- peníze kdykoli k dispozici
- bezúročné období
- možnost opakovaného čerpání peněz bez nutnosti vyrovnání účtu
- jednorázové nebo postupné splacení

Nevýhody kreditní karty:

- nutnost čistého záznamu v úvěrovém registru
- vysoké úroky
- nutnost mít pravidelný příjem
- extrémně vysoké poplatky za výběry z bankomatu
- omezený limit úvěru

Půjčka (úvěr)

Půjčka (úvěr) může být neúčelová, ale může také sloužit k uhrazení závazků klienta nebo za účelem pořízení spotřebního zboží nebo služeb.

Banka nebo nebankovní společnost může **požadovat po klientovi zajištění úvěru**, například zastavení movitého majetku (věci) či nemovitosti (dům, garáž, chata) v její prospěch. Další častou možností, jak úvěr zajistit, je spolužadatel, který se zaváže, že případně dluh za klienta uhradí sám.

Spotřebitelský úvěr obvykle **splácíte v pravidelných měsíčních splátkách**. Jejich počet a výše jsou součástí úvěrové smlouvy. Spotřebitelský úvěr můžete čerpat v hotovosti nebo převodem na účet.

Spotřebitelský úvěr je možné využít na zařízení a vybavení domácnosti, zakoupení spotřební elektroniky, auta, pořízení, rekonstrukci nebo moderniza-

ci bydlení, zaplacení studia, vypořádání závazků (například vypořádání dědictví, majetku manželů po rozvodu, zaplacení podílu v bytovém družstvu).

Výhody úvěru:

- okamžité uspokojení potřeb bez nutnosti dlouhodobě spořit (rozdělení jinak jednorázové platby na několik menších částí)

Nevýhody úvěru:

- výdaje navíc – k půjčené částce se připočítává úrok, případně poplatky
- obvykle musíte prokázat pravidelný příjem a jeho výši
- vyřízení trvá delší dobu
- banky obvykle vyžadují spoustu různých potvrzení a dokladů
- někdy je podmínkou mít ručitele, nebo se zaručit jiným majetkem

Index odpovědného úvěrování

Index odpovědného úvěrování, který dvakrát ročně zveřejňuje organizace Člověk v tísni, o.p.s., porovnává několik desítek poskytovatelů spotřebitelských úvěrů. Představuje ojedinělého pomocníka při výběru půjčky.



Celkový žebříček Indexu odpovědného úvěrování dělí poskytovatele spotřebitelských úvěrů dle různého počtu hvězdiček do pěti skupin – čím víc hvězd, tím odpovědnější poskytovatel.

Žebříček posuzuje 15 kritérií ve třech oblastech:

- náklady – jakou částku lidé za půjčku zaplatí a co je bude stát případné zpoždění se splácením
- rozsah a přehlednost poskytovaných informací
- klientská vstřícnost – jak se věřitel chová před poskytnutím a po poskytnutí půjčky

Index odpovědného úvěrování počítá s modelovým úvěrem ve výši 50 000 Kč, který je splácen ve 12 měsíčních splátkách. U bank se úrokové sazby v tomto případě pohybují v rozmezí 10–15 %, větší nebankovní společnosti půjčují zhruba za 20–30 %.

Na trhu funguje několik společností, u kterých žadatelé o úvěr zaplatí 100 % a více. Nejdražší poskytovatelé nabízejí své úvěry s více než 200% úrokem.

Bližší informace a aktuální výsledky indexu odpovědného úvěrování najdete na webových stránkách organizace **Člověk v tísni Jak přežít dluhy**: www.jakprezidluhy.cz/odpovedne-uverovani

Exekuce

Co je exekuce

Exekuce je **vynucení uložené povinnosti**, která nebyla splněná dobrovolně. Nejčastěji je touto povinností zaplacení nějaké finanční částky, existují ale také nepeněžité povinnosti – povinnost vyklidit byt, vydat věc aj.

Exekuční tituly

Exekuci je možné zahájit jedině na základě tzv. exekučního titulu. To jsou **vykonatelná rozhodnutí soudu či orgánu státní správy, rozhodčí nálezy nebo notářské zápisy** se svolením k přímé vykonatelnosti. Nestačí jen, že existuje dluh, musí existovat i veřejná listina, která dluh osvědčuje.

Exekuci může provádět několik institucí – **soud, exekutor, ale i obecní či krajský úřad nebo finanční úřad**. Exekuce má jasně daná pravidla upravená právními předpisy.

Kdo je exekutor a co může

Exekutor, kterému se říká i soudní exekutor (je to pořád jedna a tatáž funkce, protože žádní jiní exekutoři nejsou), je **fyzická osoba, kterou stát pověřil exekutorským úřadem** (podobně jako je to například u notářů). Exekutoři mohou provádět exekuce a vykonávat některé další činnosti podle exekučního řádu.

Aby exekutor mohl být exekutorem, musí mít právnické vzdělání, praxi a být do úřadu jmenován ministrem spravedlnosti. **Všichni exekutoři jsou povinně sdružení v Exekutorské komoře ČR**. Exekutorské komoře se podává **stížnost na jednání exekutora**. Se stížností se můžete obrátit i na ministerstvo spravedlnosti. Více informací najdete na www.ekcr.cz.

Exekutor může provést:

- **exekuci příjmu** (§ 276–302 zákona č. 99/1963, občanského soudního řádu, dále OSŘ) – vždy musí dlužníkovi zůstat nezabavitelná částka – více informací v podkapitole Exekuce příjmu
- **exekuci na majetek** (§ 265–276b OSŘ) – zákonem je definován okruh předmětů, které exekutor nesmí zabavit. Patří tam věci, které dlužník potřebuje k výkonu zaměstnání (podnikání), běžné vybavení domácnosti, peníze v hotovosti do výše dvojnásobku životního minima, zdravotní pomůcky nebo předměty, jejichž zabavení by bylo v rozporu s dobrými mravy – více v podkapitole Exekuce majetku

- **exekuci na účet v bance** (§ 260b OSŘ) – banka dlužníkovi musí umožnit výběr částky ve výši trojnásobku životního minima (pokud je na účtu dost peněz), pouze ale jednou za dobu exekuce – více v podkapitole Exekuce na účet v bance
- **pozastavení platnosti řidičského oprávnění** (§ 71a zákona č. 120/2001, exekuční řád) – zabavit řidičský průkaz jde pouze v případě exekuce z důvodu vymáhání výživného na dítě



Na konci kapitoly Exekuce najdete vzory:

odvolání, návrh na odklad exekuce, návrh na zastavení exekuce, návrh na vyločení věci ze soupisu zabavených věcí.

Exekuce příjmu

Srážky ze mzdy a jiných příjmů, jako jsou např. mateřská, rodičovský příspěvek, důchod, patří mezi nejčastější způsoby provedení exekuce. Exekucí mohou být zabaveny, ale dlužníkovi musí zůstat tzv. **nezabavitelná částka**.

Seznam sociálních dávek, které lze nebo nelze exekvovat najdete níže. Problém nastává, pokud **dlužníkovi dávky nebo výplata chodí na bankovní účet**. Může se totiž stát, že současně bude provedena exekuce na bankovní účet a dlužníkovi bude zabavena i nezabavitelná částka nebo sociální dávky, které jinak běžně exekvovat nelze. Podrobnější informace najdete v podkapitole Exekuce na účet v bance.

Souběh více příjmů

V případě, že dlužník má více příjmů (například více zaměstnání, výplata a důchod, důchod a sociální dávky apod.) je možné, aby exekučními srážkami byly postiženy všechny příjmy, když jsou vyšší než nezabavitelná částka.

V takovém případě soud nebo exekutor určují, u kterého zaměstnavatele budou srážky, nebo v jakém rozsahu a pořadí mají srážky provést.

Při výpočtu exekuce se ale **nezabavitelná částka uplatní jen jednou**. Je několik možností:

- Nezabavitelná částka se uplatní pouze u jednoho plátce mzdy – například u toho, kde má dlužník nejvyšší příjem. U dalších plátců se už nezabavitelná částka neuplatňuje a příjem se zabavuje celý.
- Nezabavitelná částka se uplatní u každého plátce částečně. O tom, jak mají být provedeny srážky, rozhoduje exekutor.

Informace o tom, jak má být prováděn výkon rozhodnutí, by měly být uvedeny v nařízení o výkonu rozhodnutí. Pokud nevíte, zeptejte se exekutora.

Přednostní a nepřednostní pohledávka

Při exekuci příjmu je podstatné, jestli se jedná o přednostní nebo nepřednostní pohledávku. U přednostní pohledávky se sráží z příjmu více peněz.

Přednostní pohledávka - přednostní pohledávky jsou určeny zákonem (§ 279 OSŘ). Jde například o výživné, náhrady škod způsobených ublížením na zdraví nebo úmyslnými trestnými činy, dluhy na daních, poplatcích, dávkách nemocenského, důchodového, sociálního, zdravotního pojištění apod.

Nepřednostní pohledávka - všechny ostatní pohledávky. Například nezaplacené faktury za vodu, elektřinu, dlužné nájemné, pokuty za jízdu načerno, nezaplacené splátky za půjčky, kreditní karty apod.

Nezabavitelná částka

Dlužník v exekuci má nárok, aby mu zůstaly 3/4 ze součtu životního minima a normativních nákladů na bydlení⁸. Pokud má dlužník v exekuci i manželku/manželu nebo nezaopatřené dítě, pak za každou takovou osobu se nezabavitelná částka zvyšuje o 1/3 částky pro dlužníka.

Příklad:

Výpočet nezabavitelné částky v roce 2021 vychází ze součtu částek 3 860 Kč a 6 637 Kč = 10 497 Kč. Z toho 3/4 činí 7 872,80 Kč.

Základní nezabavitelná částka je od 1. 1. 2021 ve výši 7 872,80 Kč.

Za dítě, manželu nebo manželku je od 1. 1. 2021 ve výši 2 624,30 Kč.

NEZABAVITELNÉ MINIMUM (r. 2021)

Nezabavitelná částka pana Dlužného

7 873 Kč

Nezabavitelná částka za manželku

2 624 Kč

Nezabavitelná částka za 1. dítě

2 624 Kč

Nezabavitelná částka za 2. dítě

2 624 Kč

Panu Dlužnému z příjmu zůstane:

15 746 Kč



Kalkulačku nezabavitelné částky najdete na webových stránkách www.penize.cz/kalkulacky/nezabavitelne-minimum

Kalkulačku srážek ze mzdy najdete na webových stránkách exekutorské komory: www.ekcr.cz/?p=kalkulacka_1

⁸ Aktuální výše životního minima je uvedena na webových stránkách MPSV: <https://www.mpsv.cz/zivotni-a-existencni-minimum1>

Přehled možností exekuce dávek:

Dávky systému nemocenského pojištění

Exekvovat lze:

- nemocenská
- peněžitá pomoc v mateřství

Exekvovat nelze:

- ošetřovné
- vyrovnávací příspěvek v těhotenství a mateřství

Dávky státní sociální podpory

Exekvovat lze:

- přídavek na dítě (pokud je dlužník nezaopatřené dítě)
- rodičovský příspěvek

Exekvovat nelze:

- příspěvek na bydlení
- porodné
- pohřebné

Dávky péčovské péče

Exekvovat lze:

- odměna pěstouna opakující se
- příspěvek na úhradu potřeb dítěte (pokud je dlužník nezaopatřené dítě)

Exekvovat nelze:

- příspěvek při převzetí dítěte
- příspěvek na zakoupení osobního motorového vozidla jednorázový
- příspěvek při ukončení péčovské péče jednorázový

Dávky systému pomoci v hmotné nouzi

Exekvovat nelze:

- příspěvek na živobytí
- doplatek na bydlení
- mimořádná okamžitá pomoc

Dávky dle zákona o zaměstnanosti (zákon č. 435/2004)

Exekvovat lze:

- podpora v nezaměstnanosti
- podpora při rekvalifikaci

Dávky dle zákona o sociálních službách

Exekvovat nelze (§ 17 odst. 2 zákona č. 108/2006):

- příspěvek na péči (nelze exekvovat u příjemce dávky, tj. toho, kdo o dávku žádá, exekvovat lze jen jako příjem pečující osoby)

Dávky důchodového pojištění (důchod starobní, invalidní, vdovský/vdovecký, sirotčí) exekvovat lze, jsou-li vyšší než nezabavitelná částka dlužníka.

Dávky pro osoby se zdravotním postižením

Exekvovat nelze (§ 18 zákona č. 329/2011):

- příspěvek na mobilitu
- příspěvek na zvláštní pomůcku

Dávky dle zákona o úrazovém pojištění zaměstnanců (zákon č. 266/2006)

Exekvovat lze:

- úrazový příspěvek
- úrazové vyrovnání
- úrazová renta

Exekvovat nelze:

- bolestné
- příspěvek za ztížení společenského uplatnění
- náhrada nákladů spojených s léčením
- náhrada nákladů spojených s pohřbem
- jednorázový příspěvek pozůstalému
- úrazová renta pozůstalého



Exekuce majetku (mobiliární exekuce)

Exekuce majetku je zabavení movitých (např. vybavení domácnosti, auto, družstevní podíl) nebo nemovitých věcí (rodinný dům, byt) a provádí se z rozhodnutí soudu.

Je to zajištění (sepsání a označení nálepkami) nebo zabavení (odvezení) věcí dlužníka ve prospěch věřitele. Pohledávku věřitele jde pak vyrovnat třeba prodejem zabavených věcí dlužníka.



Exekutor má právo vstoupit do nemovitosti i bez přítomnosti dlužníka. Musí mít důkazy, že se tam nachází nějaký majetek ve vlastnictví dlužníka – například podle adresy trvalého pobytu.

V případě neoprávněného vniknutí do nemovitosti bez přítomnosti dlužníka zodpovídá exekutor za všechny škody, které jsou přímé (odvrtání zámku) i nepřímé (vykradení nezabezpečeného bytu).

Při mobiliární exekuci má exekutor **pořizovat zvukově obrazový záznam.** Všechny skutečnosti musí zapsat do protokolu. Nelze, aby sepsané věci odvezl, prodal či tímto postupem vytvářel na dlužníka nátlak.

Pokud je mobiliární exekuce prováděna **za nepřítomnosti povinného nebo třetích osob a dojde k poškození zámku,** je „*exekutor povinen dveře opět uzamknout a klíče od zámku předat dotčeným osobám, popřípadě uložit na jiném vhodném místě dosažitelném pro tyto osoby*“ (§ 53 vyhlášky 37/1992). Už by se nemělo stávat, že si pro klíče pojedete na druhý konec republiky.

Do soupisu může exekutor zahrnout i movité věci dříve sepsané jiným exekutorem pro jiného věřitele (§ 56 odst. 4 vyhlášky 37/1992).

Exekutor může zabavit i majetek, který není ve vlastnictví dlužníka

To se děje poměrně často. Exekutor nemůže zabavit, co se mu zalíbí, ale když se domnívá, že věc je majetek dlužníka, zabavit ji může. **Musí mít nějaké důkazy nebo oprávněné podezření,** třeba vidí, že dlužník věc používá.

Je na majiteli věcí, aby se ozval a prokázal, že věc mu patří. Předložit nějaký doklad o vlastnictví, o koupi apod. Pokud exekutor neuzná vlastnictví jiné osoby, **musí majitel exekutorovi podat návrh na vyloučení věci ze soupisu majetku do 30 dnů** od okamžiku, kdy se dozví, že soupis existuje.

Pokud exekutor návrh neuzná a dlužník si je jistý a má důkazy, může podat tzv. vylučovací žalobu k soudu.



V případě zabavení cizího majetku hraje jeho vlastník o čas. Doporučujeme proto rychle navštívit některou z poraden z kapitoly Kontakty, kde vám pracovníci pomůžou.

To, že máte místo trvalého pobytu uvedené na obecním/městském úřadu, není žádnou ochranou před exekucí. Spíše naopak, může vám to přinášet problémy s doručováním úředních dokumentů. Exekutor stejně není vázán údajem o trvalém bydlišti. To má pro něj jen orientační hodnotu.

Platí ale určitá omezení – exekutor může zabavovat majetek jen v bytě/místnosti, kde se to dá považovat za prostor dlužníka. V cizím bytě, i když jsou tam věci dlužníka, může exekutor zabavovat jen se souhlasem majitele.

To, že má dlužník někde trvalé bydliště, ještě neznamená, že se jedná o jeho byt. A obráceně: to, že dlužník nemá v místě trvalé bydliště, není důkazem, že se nejedná o jeho byt.

CO NEMŮŽE EXEKUTOR ZABAVIT

- běžné oděvní součásti a obvyklé vybavení domácnosti
postel, stůl, židle, kuchyňská linka a vybavení, kuchyňské nářadí a nádobí, lednička, sporák, vařič, pračka, palivo, ložní prádlo (pokud toto vybavení nepřesahuje obvyklou hodnotu)
- snubní prsten a jiné předměty podobné povahy
- zdravotnické potřeby, léky atd.
- hotové peníze do částky, která odpovídá dvojnásobku životního minima jednotlivce
- věci, které dlužník nebo členové rodiny potřebují ke studiu nebo výkonu povolání
u podnikatele se exekuce nesmí týkat věcí, které nezbytně potřebuje k výkonu své činnosti
- studijní a náboženská literatura
- dětské hračky
- osobní písemnosti a fotografie
- domácí mazlíčci
- svatební šaty, diplomy, medaile apod.

Proti zabavení věcí, které nemůžou být předmětem výkonu rozhodnutí, se může dlužník bránit podáním návrhu na (částečné) zastavení exekuce.

Exekuce na účet v bance

Mezi druhý nejčastější způsob exekuce patří příkaz k výplatě z bankovního účtu (tzv. příkázání pohledávky), kdy dojde k zablokování účtu. Dlužník ztrácí právo nakládat s penězi na účtu. Jediné, co mu je dovoleno, je vybrat si z účtu částku **do výše trojnásobku životního minima** (pokud je na účtu dost peněz), a to jednou za dobu exekuce. *Životní minimum je v roce 2021 ve výši 3 860 Kč, má tedy nárok na maximálně 11 580 Kč.*



Pokud má dlužník více účtů, právo na jednorázový výběr trojnásobku životního minima platí jen pro jeden z nich.



Problém je, že **exekutoři velmi často příkazují exekuci srážkami ze mzdy a současně příkazem k výplatě z bankovního účtu**. Když si dlužník nechává posílat peníze na bankovní účet, dojde k tomu, že peníze po srážce dorazí na už zablokovaný účet a dlužník nemá šanci se k nim dostat. Jedinou obranou je, že si vyřídíte zaslání nezabavitelné části svého příjmu poštovní poukázkou nebo vyplácení v hotovosti. To ale nejde vždycky a hned (například u důchodů může změna výplaty trvat i několik měsíců).



Ústavní soud vydal velmi důležitý nálezn (IV. ÚS 121/16), kterým potvrdil, že pokud je na účet zaslán příjem už po provedených srážkách, nelze tuto nezabavitelnou částku znovu postihnout exekucí na bankovním účtu.



Chráněný účet

Možnost chráněného účtu je nově zavedena od 1. 7. 2021 zákonem č. 38/2021.

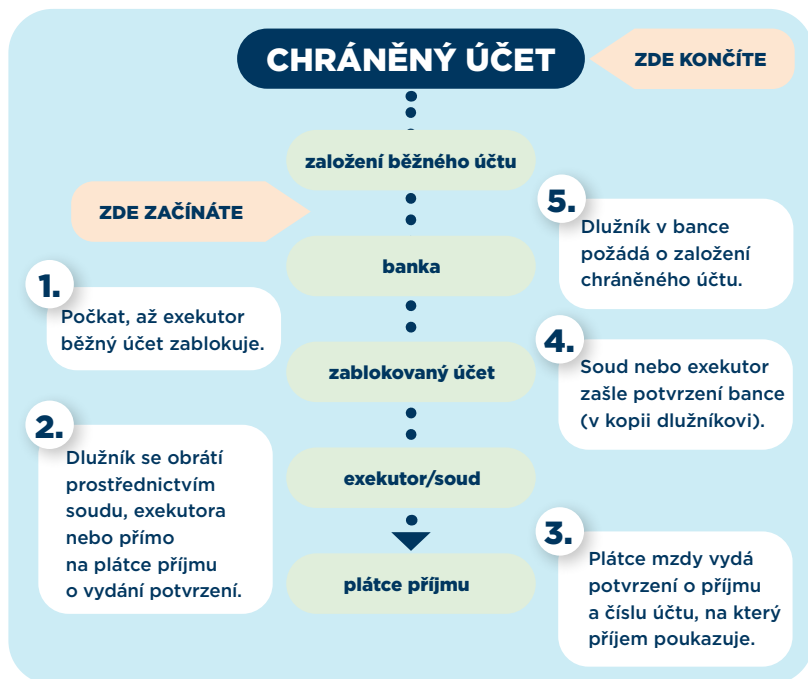
Chráněný účet je účet v bance, na který si může dlužník nechat posílat výplatu, sociální dávky, důchod a jiné příjmy a který nemůže exekutor zablokovat.

Dlužník má **právo na zřízení chráněného účtu** podle následujícího postupu:

1. Požádáte toho, kdo vám vyplácí příjem (výplata, mateřská, důchod, sociální dávky), aby vám vystavil potvrzení o čísle účtu, na který příjem posílá. Potvrzení musí odpovídat zákonu, vzor najdete na webu ministerstva spravedlnosti.⁹
2. Na základě tohoto potvrzení požádáte soud nebo exekutora, aby zaslal bance oznámení o číslech účtů a plátcí příjmu, který je uveden v potvrzení. Soud nebo exekutor je povinen oznámení zaslat bance bez odkladu. Kopii oznámení zašle i vám.
3. Až potvrzení do banky dojde, požádáte banku o uzavření smlouvy o chráněném účtu. Banka je povinná vaší žádosti vyhovět.

⁹ <https://www.justice.cz/?clanek=formular-potrzeni-k-chranenemu-uctu-je-nyni-v-elektronicke-podo-1>

Chráněný účet vede banka zdarma, bez poplatků a za stejných podmínek jako váš původní účet. Banka na chráněný účet převede vaše peníze z původního účtu.



Exekuční řízení

Než exekutor zabaví majetek nebo zablokuje účet, chvíli to trvá. Celý proces musí probíhat podle státem stanovených pravidel a je složitý a dlouhý. V tom je i velké riziko pro člověka, který dluží peníze – exekutor se objeví dlouho po tom, co dluh vznikl, a dlužníka to velice zaskočí.

Postup exekučního řízení

1. **Máte nesplacený dluh, s věřitelem nekomunikujete.** Komunikace s tím, komu dlužíte, je to první a nejnnutnější, co máte jako dlužník dělat.
2. Aby věřitel dostal co nejrychleji a nejefektivněji to, co mu dlužíte, vybere si exekutora a podá **exekuční návrh**. Tím je zahájeno exekuční řízení. **Pokud bude mít věřitel** (v exekučním řízení je označován jako oprávněný), **veškeré podklady v pořádku** (pravomocný a vykonatelný exekuční titul), **požádá exekutor soud o pověření a nařízení exekuce**.

Do vydání soudního pověření exekutor nesmí zjišťovat nic o majetku dlužníka ani jeho majetek zajišťovat.

3. **Vydáním soudního pověření** začne exekutor jednat. **Hledá dlužníkův majetek**, který lze zabavit. Obesílá banky s dotazem, jestli u nich má dlužník účty, pošle zprávu zaměstnavateli, zjišťuje v katastru nemovitostí apod. Všichni musí s exekutorem spolupracovat a požadované údaje mu poskytnout. Zároveň jsou údaje o exekuci zapsány do rejstříku zahájených exekucí, který spravuje ministerstvo spravedlnosti (neveřejný rejstřík, do kterého mají přístup jen soudci a exekutoři).
4. Současně má **exekutor povinnost dlužníka o nařízení exekuce do 15 dnů vyzkoušet a vyzvat ho k dobrovolné úhradě dluhu nebo splnění jiné povinnosti**. Na dobrovolné splnění dává lhůtu **do 30 dnů od doručení** vyzkoušení. V tu chvíli už nejde jen o dluh (s úroky), ale dlužník musí zaplatit i další náklady (náklady exekuce, náklady věřitele).
5. Od doručení vyzkoušení o nařízení exekuce má dlužník **zakázáno nakládat se svým majetkem** včetně nemovitostí a majetku patřícího do společného jmění manželů, s výjimkou uspokojování základních životních potřeb (vlastních i svých dětí) a udržování správy majetku. Pokud během tohoto zákazu majetek převedete na někoho jiného nebo prodáte, nebude to právoplatné.
6. Pokud **uposlechnete výzvu exekutora a splníte ve lhůtě 30 dnů od jejího doručení** svoji povinnost (zaplatíte dluh, úroky, smluvní pokuty, snížené náklady exekuce a náklady věřitele atd.), bude tím **exekuce vyřízena**.
7. **Jak proběhne exekuce, určuje exekutor, může zkombinovat několik způsobů**. Může použít i všechny zákonem stanovené způsoby a možnosti najednou.

Exekutor má povinnost zvolit všechny vhodné způsoby exekuce. Postup

exekutora by měl zohledňovat výši dluhu (například nezastavovat nemovitost kvůli dluhu ve výši 5 000 Kč) a na počátku zkusit jeden z možných způsobů. Pokud takový způsob nefunguje, použít další možnosti.

8. I když vám běží 30denní lhůta pro dobrovolné splnění povinnosti, exekutor **vydává exekuční příkazy** na váš majetek. Zablokuje si ho pro sebe a čeká na uplynutí lhůty pro dobrovolné splnění.

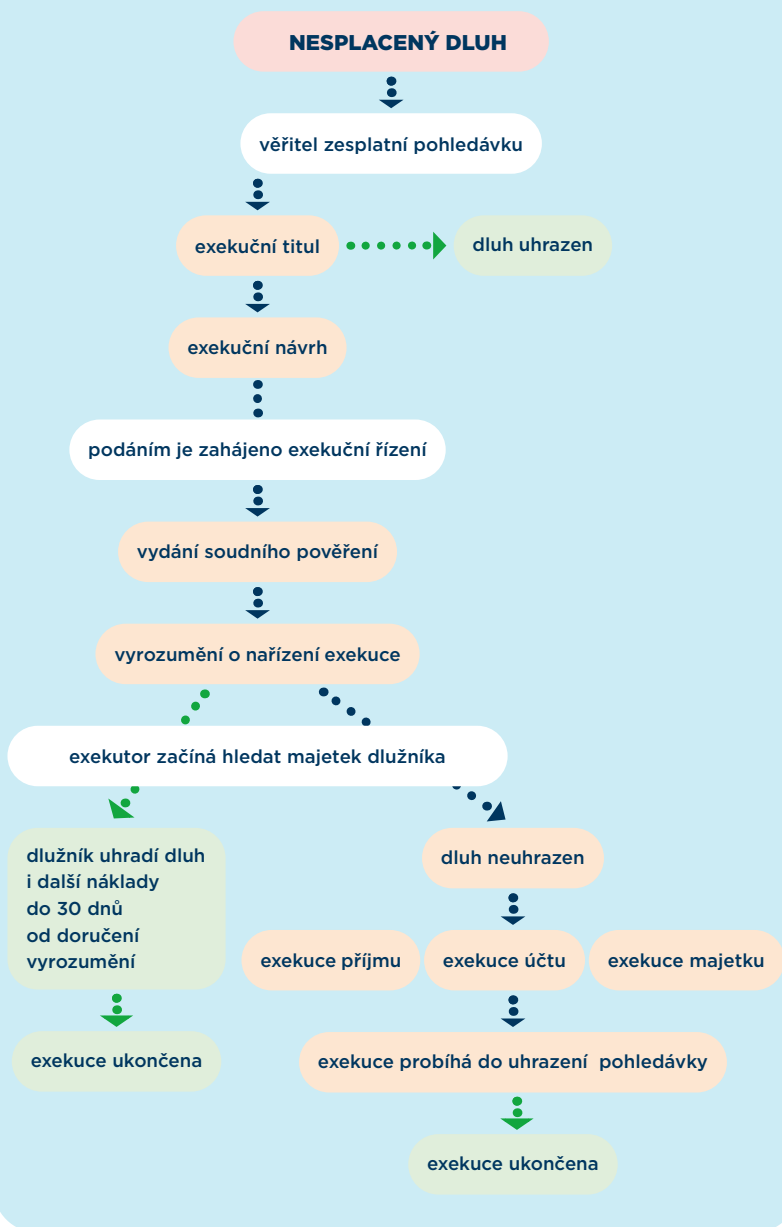
9. **Exekuce je provedena**, pokud

- **dojde k marnému uplynutí 30denní lhůty stanovené pro dobrovolné splnění povinnosti**
- **nabude právní moci rozhodnutí o nevyhovění návrhu na zastavení exekučního řízení**, který dlužník během této lhůty podal

10. Když provedením exekuce **dojde k úplnému vymožení pohledávky, zaniká exekutorovo oprávnění**. Exekutor má povinnost o tom vyzoomět všechny instituce, které ve svých evidencích mají poznámky o probíhající exekuci nebo kterým byla v exekuci uložena nějaká povinnost.



SCHÉMA EXEKUČNÍHO ŘÍZENÍ



Jak se během exekuce bránit

Proti samotnému exekučnímu příkazu obrana není. Ale během celého exekučního řízení máte možnost se bránit podle jednotlivých situací.

Ve všech uvedených případech doporučujeme obrátit se na některou z poraden uvedených v kapitole Kontakty.



Na konci této kapitoly najdete vzory:

odvolání, návrh na odklad exekuce, návrh na zastavení exekuce, návrh na vyloučení věci ze soupisu zabavených věcí.

Odvolání

Při zahájení exekuce je možné se odvolat proti usnesení o nařízení exekuce a pověření exekutora (§ 55c exekučního řádu). Je možné se odvolávat i proti jednotlivým úkonům, které exekutor dělá, kromě těch, kde to zákon nedovoluje.

Rozhodnutí, proti kterým se nelze odvolat (§ 55c odst. 3 exekučního řádu):

- rozhodnutí exekutora o návrhu na vyškrtnutí věci ze soupisu
- exekuční příkaz
- usnesení o změně nebo zrušení exekučního příkazu
- příkaz k úhradě nákladů exekuce

Odvolání lze podat do 15 dnů od doručení písemného rozhodnutí, proti kterému směřuje. Podává se přímo exekutorovi. O odvolání nerozhoduje exekutor, ale soud, který přezkoumá podmínky a oprávněnost vydání usnesení. V odvolání uveďte jeho důvody, jinak se jím soud nebude zabývat.

Důvody pro odvolání jsou:

- exekuční titul neexistuje – nebyl vydán vůbec nebo orgán, který ho vydal, k tomu neměl pravomoc
- exekuční titul není vykonatelný
- účastníci uvedení v exekučním titulu se neshodují s účastníky řízení (např. se jedná o omyl v osobě při shodě jmen)
- promlčení pohledávky

Návrh na odklad exekuce

Odklad exekuce navrhuje dlužník, a to vždycky jen na konkrétně dlouhou dobu (§ 54 exekučního řádu). Odklad není možný na neurčito. Současně musíte splnit tyto podmínky:

1. Bez vlastní viny se dostanete přechodně do situace, že by **okamžitý výkon rozhodnutí mohl mít na vás nebo vaši rodinu zvlášť nepříznivé následky, a zároveň by odkladem nedošlo k vážné škodě vašemu věřiteli**. Důvodem může být například rozhodnutí o karanténě, nezaviněný pokles/výpadek příjmů, nezaviněné zvýšení nezbytných plateb apod.

2. V žádosti o odklad uveďte (vzor najdete na konci kapitoly):

- název exekutorského úřadu a spisovou značku řízení (to musíte uvést vždy)
- jméno/název oprávněného (věřitele), pro koho exekutor vymáhá
- exekuční titul - název, značku a datum vydání rozhodnutí, pro které soud pověřil exekutora k vymáhání
- důvody, proč o odklad žádáte - důvody popište opravdu pečlivě a doložte kopiemi/originály dokumentů
- na jak dlouho o odklad žádáte - nejčastěji je to 3-6 měsíců, podle závažnosti situace a toho, jak dlouho asi potrvá

Exekutor buď návrhu sám vyhoví, anebo nevyhoví a v tom případě ho předá do 7 dnů soudu, který je povinen o něm rozhodnout do 15 dnů.

Dokud není o návrhu na odklad rozhodnuto, exekutor nemůže exekuci vykonávat. To neplatí pro návrhy jednoznačně svévolné nebo bez šance na úspěch. Například, když důvody žádosti nejsou závažné, nepodložíte je doložky, žádost podáváte jenom proto, abyste bránili ve výkonu exekuce apod.

Výjimečně jde exekuci odložit i bez návrhu - když se očekává její zastavení.

Návrh na zastavení exekuce

Exekuci jde zastavit jen ze zákonných důvodů (§ 268 OSŘ). Buď úplně (například z důvodu promlčení nebo povinný dluh uhradil před nařízením exekuce), nebo jen částečně (například pro sepsání věci, která nesmí být dle zákona dlužníkovi zabavena při exekuci prodejem movitých věcí).

Návrh na zastavení exekuce podává dlužník, a to do 15 dnů ode dne, kdy se o důvodu k zastavení dozvěděl. Exekutor musí ve lhůtě 15 dnů vyzvat všechny účastníky, aby se vyjádřili. Pokud všichni, i věřitel, souhlasí nebo se během 30denní lhůty nevyjádřili, exekutor exekuci zastaví. Pokud exekuci nezastavil, předá exekutor návrh k rozhodnutí soudu. Vzor návrhu najdete na konci této kapitoly.



V případech stanovených zákonem může dojít k zastavení exekuce i bez návrhu. To je v situacích, kdy neměla být vedena nikdy, nebo původně vedena být měla, ale důvod pro její vedení už zanikl.

Vyloučení ze soupisu majetku

Pokud exekutor sepíše do soupisu majetku i věci, které dlužníkovi nepatří (patří třeba jeho rodičům nebo známým), můžou se dotčení bránit návrhem na vyškrtnutí věci ze soupisu majetku (§ 68 exekučního řádu). Návrh musí podat do 30 dnů od okamžiku, kdy se dozví, že soupis jejich majetek obsahuje. Návrh musí podat u exekutora, který soupis vytvořil.

Pokud exekutor návrh na vyloučení věci ze soupisu odmítne, může majitel podat žalobu na vyloučení věci z exekuce k soudu, který exekuci nařídil. Do doby než soud rozhodne, exekutor nesmí sepsané věci prodat.

V návrhu musíte přesně popsat, jaké věci žádáte vyloučit, a doložit, že jste jejich majitelem. Vzor návrhu najdete na konci této kapitoly.

Neplatná rozhodčí doložka

Exekuce může být zastavena i z důvodu neplatnosti rozhodčí doložky. Problematika rozhodčích doložek je docela složitá, proto vám doporučujeme obrátit se na některou z poraden uvedených v části Kontakty nebo na právní pomoc.

Pomoc se zastavením exekucí na základě neplatných rozhodčích doložek najdete i na webové stránce www.exekutormasmulu.cz. Pomoc je bezplatná.



ODVOLÁNÍ - VZOR

Krajskému soudu v

prostřednictvím

Okresního soudu v

Ke sp. zn:

Povinný:

Oprávněný:

Exekutorský úřad:

- trojmo

- přílohy dle textu

Odvolání proti usnesení o nařízení exekuce

I.

Usnesením Okresního soudu v ze dne , č. j. byla nařízena exekuce.

Důkaz: usnesení okresního soudu

II.

Odvolací důvody, tedy popis skutečností, ve kterých povinný spatřuje nesprávnost vydaného usnesení o nařízení exekuce.

Důkaz:

III.

S ohledem na shora uvedené skutečnosti navrhuji, aby Krajský soud v vydal toto

rozhodnutí:

Usnesení Okresního soudu v , č. j. ze dne se zrušuje.

V dne podpis navrhovatele (povinného)

NÁVRH NA ODKLAD EXEKUCE – VZOR

Exekutorský úřad název adresa (sídlo)

Ke sp. zn: spisová značka řízení

Povinný: jméno datum narození adresa

Oprávněný: jméno / název věřitele adresa (sídlo)

- dvojmo
- přílohy dle textu

Návrh povinného na odklad exekuce

podle § 266 odst. 1 zákona č. 99/1963 Sb.
ve znění pozdějších předpisů ve spojení s § 54
zákona č. 120/2001 Sb. ve znění pozdějších předpisů

I.

Usnesením Okresního soudu v místo ze dne datum , č. j.
číslo jednací byla vůči mně nařízena exekuce.

II.

Důvody pro odklad exekuce – konkrétní popis skutečností
a vysvětlení, proč povinný žádá o odklad provedení exekuce.

Důkaz: doklady, listiny podporující tvrzení povinného

III.

S ohledem na shora uvedené skutečnosti navrhuji, aby soudní
exekutor vydal toto

rozhodnutí:

Provedení exekuce pod sp. zn. spisová značka řízení se odkládá
a to s účinností do datum (konkrétní datum, cca za 3–6 měsíců) .

V místo dne datum podpis navrhovatele (povinného)

NÁVRH NA ZASTAVENÍ EXEKUCE - VZOR

Exekutorský úřad název adresa (sídlo)

Ke sp. zn: spisová značka řízení

Povinný: jméno datum narození adresa

Oprávněný: jméno / název věřitele adresa (sídlo)

- dvojmo
- přílohy dle textu

Návrh na zastavení exekuce

I.

Usnesením Okresního soudu v místo ze dne datum , č. j. číslo jednací byla vůči mně nařízena exekuce.

Důkaz: usnesení okresního soudu

II.

Důvody pro zastavení exekuce - konkrétní popis skutečností a vysvětlení, proč povinný žádá o odklad provedení exekuce.

Důkaz: doklady, listiny podporující tvrzení povinného

III.

S ohledem na shora uvedené skutečnosti navrhuji, aby soudní exekutor vydal toto

rozhodnutí:

Exekuční řízení pod sp. zn. spisová značka řízení se zastavuje.

V místo dne datum podpis navrhovatele (povinného)

NÁVRH NA VYLOUČENÍ VĚCI Z EXEKUCE VZOR

Exekutorský úřad název adresa (sídlo)

Ke sp. zn: spisová značka řízení

Navrhovatel: jméno datum narození adresa

Povinný: jméno datum narození adresa

Oprávněný: jméno / název věřitele adresa (sídlo)

Návrh na vyloučení věci ze soupisu

Ve věci výkonu exekuce k uspokojení pohledávky oprávněného vůči povinnému na základě exekučního příkazu č. j. číslo jednací vydaného dne datum je vedena exekuce prodejem movitých/nemovitých věcí.

Touto exekucí byl neprávem postižen i můj majetek uvedený v soupisu movitých věcí ze dne datum pod č. j. číslo jednací jako položka/y číslo číslo

pořadová čísla a popis věcí

Důkazy: doklady, listiny prokazující vlastnictví uvedených věcí

S ohledem na výše uvedené skutečnosti **žádám o vyloučení z exekuce prodejem majetku** této věci/í popis, označení vedené jako položka/y č. číslo na soupisu movitých věcí postižených exekucí ze dne datum, které jsou mým výlučným vlastnictvím a proto nepodléhají výkonu exekuce.

V místo dne datum

podpis navrhovatele

Oddlužení

Co je oddlužení

Oddlužení je zákonný způsob, kterým může dlužník vyřešit svou finanční situaci, když má více dluhů, exekucí a nedokáže hradit jejich splátky. Oddlužení je výsledkem soudního řízení, které probíhá podle insolvenčního zákona (zákon č. 182/2006).

Oddlužení může povolit pouze soud.

Řešit svou situaci oddlužením můžete, pokud:

Jste v platební neschopnosti:

- máte **více věřitelů** (nejméně 2)
- máte **peněžité závazky, které jsou déle než 30 dnů po splatnosti**
- **nejste schopný/á** své závazky **plnit** (tzn. nehradíte platby podstatné části svých závazků nebo neplníte závazky déle než 3 měsíce po splatnosti nebo není možné dosáhnout uspokojení pohledávky exekucí)

Jste předlužený/á, to znamená:

- máte **více věřitelů** (nejméně 2)
- **souhrn** vašich dluhů **převyšuje hodnotu vašeho majetku**

Kdo může oddlužení využít

Oddlužení může využít:

- fyzická osoba
- fyzická osoba – podnikatel (osoba samostatně výdělečně činná)

V oddlužení mohou fyzické osoby – podnikatelé řešit i dluhy z podnikání. Dluhy právnických osob (společnosti s ručením omezeným, akciové společnosti apod.) jsou řešeny jinými způsoby insolvenčního řízení.

Další podmínky oddlužení

Pokud chcete využít oddlužení, musíte splňovat i další požadavky:

- **poctivý záměr**
- **schopnost splácet v plné výši odměnu a hotové výdaje insolvenčního správce, zároveň minimálně stejnou částku věřitelům a v plné výši pohledávky na výživném ze zákona a odměnu sepisovatele**

- **odpovědný přístup k plnění povinností v insolvenčním řízení** – mít stálý příjem, v případě ztráty zaměstnání si aktivně hledat práci, nedělat nové dluhy apod.
- **nemít tzv. kvalifikovanou insolvenční historii** – to znamená, že
 - v posledních 10 letech nesmíte mít přiznáno osvobození od placení pohledávek
 - v posledních 5 letech nesmíte mít návrh na povolení oddlužení zamítnutý nebo zrušeno oddlužení pro nepoctivý záměr
 - v posledních 3 měsících jste nevzali zpět svůj návrh na povolení oddlužení

Nově už **není podmínkou pro povolení oddlužení předpoklad, že dlužník zaplatí nejméně 30 % pohledávek svých nezajištěných věřitelů**. Neznamená to však, že nebudete splácet nic a přesto dojde k úspěšnému oddlužení – musíte řádně platit činnost insolvenčního správce a stejnou částku i věřitelům a také výživné a cenu za seps návrhu na povolení oddlužení. Současně musíte splnit základní podmínku – vynakládat veškeré úsilí a zaplatit věřitelům co nejvíc.

Když **podmínky nesplníte, soud návrh zamítne a vaše dluhy budou zpět** (například usoudí, že dosavadní výsledky řízení ukazují na váš lehkomyšlný nebo nedbalý přístup nebo že nedokážete platit potřebnou částku).

Sepsání a podání návrhu na povolení oddlužení

Dlužník sám nemůže návrh sepsat a podat, pokud nemá vzdělání předepsané zákonem (právník, ekonom).

Osoba, která za dlužníka sepíše a podá návrh na povolení oddlužení, má nárok na stanovenou odměnu. Dlužník ale nehradí odměnu přímo! Odborník, který pro dlužníka návrh sepsal a podal, si svůj **nárok na odměnu musí přihlásit do insolvenčního řízení dlužníka jako pohledávku**. Nesmí úhradu žádat přímo po dlužníkovi před zahájením insolvenčního řízení a rozhodnutím o úpadku. Advokát, notář, soudní exekutor a insolvenční správce nesmí žádat ani žádné další plnění. Zaplatíte pouze částky uvedené v tabulce.

Návrh na povolení oddlužení za vás mohou sepsat i tzv. akreditované osoby. To jsou většinou dluhové poradny, neziskové organizace. Těm za sepsání návrhu neplatíte nic. Jejich přehled najdete v kapitole Kontakty.

Oddlužení není jediné možné řešení

Mnoho dlužníků si myslí, že pokud se dostali do dluhové pasti, mají několik exekucí, dluží, kam se podívají, je jedinou cestou oddlužení (insolvence, osobní bankrot). A pokud je jejich příjem nedostatečný pro úhradu splátek, tak ztratí naději na vyřešení své situace.

Ale tak to není. Je několik dalších způsobů, jak se dá situace řešit. Je možné **přezkoumat vaše exekuce** – jestli jsou oprávněné, jestli jsou ve smlouvách **rozhodčí doložky** (důvod pro zastavení exekuce), jestli by mohl pomoci finanční arbitr apod.

Existují i různé druhy **amnestií** – akcí, které nepravidelně vyhlásují někteří věřitelé pro své dlužníky. Podstatou je, že **pokud v určitém časovém období uhradíte svůj dluh nebo se k akci přihlásíte, odpustí vám buď penále, pokuty, úroky, nebo i celý dluh**. Takové akce vyhlásují například knihovny, obce u poplatků "za popelnice", ze psa nebo i penále na dlužném nájemném, dopravní podniky a další. V roce 2021 proběhla i první velká celostátní akce Milostivé léto. Sledujte proto aktuální dění u svých věřitelů, aby vám vyhlášení amnestie neuniklo!



Doporučujeme se vždy obrátit na odborníky v poradnách uvedených v Kontaktech, kteří jsou schopni situaci odborně vyhodnotit a navrhnout vám další postupy.



POMOC S NÁVRHEM NA ODDLUŽENÍ

ZA ÚHRADU

advokát

notář

exekutor, který proti dlužníkovi nebo jeho manželovi/manželce nevede exekuční řízení

insolvenční správce

BEZPLATNĚ

akreditovaná osoba

Nikdo jiný nesmí za dlužníka návrh podat



Advokáty, notáře, exekutory a insolvenční správce, kteří jsou připraveni za dlužníka sepsat a podat návrh na povolení oddlužení, **najdete v databázi VESTA** (vesta.justice.cz).

Seznam **akreditovaných osob v databázi SAKO** (sako.justice.cz).

ODMĚNA ZA SEPSÁNÍ A PODÁNÍ NÁVRHU NA ODDLUŽENÍ

	návrh jednatelce	návrh manželé
advokát	4 840 Kč	7 260 Kč
notář	4 840 Kč	7 260 Kč
exekutor	4 840 Kč	7 260 Kč
insolvenční správce	4 840 Kč	7 260 Kč
akreditovaná osoba	bezplatně	bezplatně

Domácí rozpočet

Co je domácí rozpočet

Domácí rozpočet je plán finančního hospodaření domácnosti. Jeho vytvoření vám pomůže získat kontrolu nad finanční situací rodiny, snížit riziko zbytečných výdajů a vzniku dluhů. Dokážete díky němu najít peníze na vytvoření rezervy, snížit útratu a připravit se na nečekané výdaje.

Vytvoření domácího rozpočtu

1. **Sepište si přehled všech peněz**, které má vaše rodina (domácnost) na každý měsíc, všech příjmů. Na seznam patří:

- peníze za práci (výplata, výdělky z brigád, přivýdělky)
- důchody (starobní, invalidní, sirotčí, vdovský, vdovecký, renta, výsluha)
- dávky (podpora z úřadu práce, hmotná nouze, mateřská, dávky státní sociální podpory atd.)
- výživné
- stravenky (příspěvek zaměstnavatele na stravování, diety)
- výpomoc (peníze) od rodičů a přátel
- výnosy ze spoření, investic, prodeje věcí
- peníze z pronájmu (třeba bytu nebo garáže)

2. **Sepište si, za co vaše domácnost peníze utrácí**, co všechno platíte nebo byste měli platit. Potom si seznam rozdělíte na nebytné výdaje a výdaje, které byste nemuseli mít. Na seznamy patří:

Nezbytné výdaje:

- bydlení (nájem, voda, topení, elektřina, plyn, fond oprav, služby, odpady)
- potraviny na celý měsíc
- léky
- drogerie a hygienické potřeby
- oblečení a boty
- splátky na půjčky, exekuce
- telefonování
- peníze na dopravu (jízdné, palivo, povinné ručení, rezerva na opravy)
- televizní a rozhlasové poplatky
- školní pomůcky a peníze pro děti na obědy ve škole
- peníze pro děti na kroužky, svačinky, kapesné apod.
- peníze na opravy v domácnosti
- peníze na krmení pro domácí zvířata, poplatek městu ze psa
- peníze odkládané na nečekané výdaje (léky při nemoci, koupení nové věci místo rozbité)
- bankovní poplatky (ideální je mít účet bez poplatků)

Výdaje, pokud vám ještě zbývá dostatek peněz:

- investice a spoření (stavební, životní, penzijní, pro děti), odkládat si peníze na horší časy
- internet a kabelová televize
- holič, kadeřník
- nový nábytek a věci do domácnosti

Výdaje, které lze omezit nebo nepožítovat vůbec:

- cigarety, alkohol a tabák
- sázky v sázkových kancelářích, peníze na automaty, hry za peníze přes mobil nebo internet
- návštěvy barů, diskoték
- jídla v restauracích a rychlém občerstvení
- kupování drahých dárků a pořádání velkých oslav
- nové oblečení, které není nezbytné
- koníčky, kultura
- dovolená, výlety

3. Porovnejte oba seznamy. Aby se domácnost nezadlužila, nesmí mít příjmy menší, než má výdaje. Pokud utrácíte víc, než kolik peněz se ve vaší domácnosti sejde, pustte se do **škrtání ve výdajích a hledání úspor**.

Uspořit jde například používáním veřejné dopravy místo dojíždění autem, výměnou telefonních tarifů za výhodnější, zrušením kabelové televize, výhodnějším nákupem potravin, omezením výdajů na zábavu, koníčky, kouření, snížením pokojové teploty, snížením spotřeby teplé vody apod.



Jednoduchou tabulku domácího rozpočtu najdete na další straně. Podrobnější tabulky a návod, jak ušetřit na výdajích najdete **v příloze Domácí hospodaření pod kontrolou aneb Jak snížit své výdaje, uspořit, nezadlužovat se.**

S vytvořením domácího rozpočtu vám pomůžou i v poradnách uvedených v kapitole Kontakty.

Domácí rozpočet

Měsíc:

PŘÍJMY	částka Kč	částka Kč	VÝDAJE
CELKEM			CELKEM

Domácí rozpočet**Měsíc:**

PŘÍJMY	částka Kč	částka Kč	VÝDAJE
CELKEM			CELKEM

Elektronická bezpečnost

Správa hesel

Počítačová hesla jsou na každém našem elektronickém kroku. Jedná se o hesla pro přihlášení k počítači, e-mailu, síti Wi-Fi, e-shopu, na různá diskusní fóra nebo sociální síť. **Používat jedno heslo k přihlášení na všechny služby, které člověk používá, je nebezpečné.** Pokud ho totiž někdo získá, může ukrást vaši identitu – psát si s vašimi kolegy nebo kamarády, prohlížet a psát za vás e-maily, stahovat vaše osobní data a fotky, nakupovat v e-shopech, vzít si půjčky. Vaším jménem. Vám vzniknou potíže a dluhy. Vy přijdete o soukromí a peníze.

V žádném případě nepoužívejte jednoduchá hesla, tj. hesla, která je snadné uhodnout (osobní jména – vlastní, členů rodiny, domácího mazlíčka, čísla a číselné řady – datum narození, 12345, slova typu *heslo*, *maminka*, *qwerty*, *fotbal*, *admin*...).



Základem bezpečnosti je hesla a přihlašovací údaje, hlavně k vaším penězům (mobilní, internetové bankovníctví), **nikdy nikomu neříkat, neposílat e-mailem, ve zprávách apod.** Skutečné banky za žádných okolností nepožadují zaslání přihlašovacích údajů.

Vytvořte si silná hesla

Používejte na první pohled nesrozumitelné shluky malých a VELKÝCH písmen, čísel a znamének v délce aspoň 8 znaků. Pro dobré zapamatování můžete použít větu, část vaší oblíbené písničky, hlášky nebo dětské říkanky v kombinaci s čísly a znaky typu _ * / ! Příklad:

Já mám koně, vraný koně, to jsou koně mí = JaMaKoVrKoToJsKoMi71!

Nepoužívejte písmena s háčky a čárkami nebo málo používané znaky, protože některé klávesnice je nemají v nabídce a heslo by vám nešlo zadat.



Podrobné **tipy, jak se vyhnout nebezpečí** na internetu najdete na našem **webu** bezpecnejsi.ostrava.cz/internet.

Otestujte si znalost nejčastějších triků podvodníků na stránce kybertest.cz.



A series of horizontal blue lines spanning the width of the page, providing a template for writing. The lines are evenly spaced and extend from the left margin to the right edge of the page.

Slovníček pojmů

Akontace

Akontace je obchodní a právní termín používaný jako *platba předem*. Patří ke splátkovému prodeji nebo leasingu. Jedná se o první mimořádnou splátku kupní ceny, která se může také nazývat záloha. Podle výše akontace se odvíjí výše splátek a úrokové sazby.

Bezúročné období

Bezúročné období je doba, během které neplatí klient žádný úrok a poskytovatel půjčky si úroky ani neúčtuje. Bezúročné období mají například kreditní karty.

Debetní karta

Debetní karta je platební karta k běžnému účtu. Placením debetní kartou utrácí klient svoje vlastní peníze ze svého účtu (narozdíl od karty kreditní, kdy utrácí peníze půjčené od banky – více u Kreditní karta).

Dluh

Dluh je závazek dlužníka vůči věřiteli, kdy je dlužník povinen závazek splnit a dluh zaplatit.

Dlužník

Dlužník je člověk, který má nějaký dluh (závazek) a ten musí vrátit věřiteli.

Doba splatnosti

Doba splatnosti představuje čas, během kterého musí klient splatit své finanční závazky. Délka doby se odvíjí od druhu úvěrového produktu a výše půjčky. Například u hypotéky může být až 40 let, naopak u klasických půjček v řádu týdnů nebo měsíců. Obecně platí, že čím delší je doba splácení, tím menší je výše splátky, ale zvyšuje se úroková sazba.

Exekutor

Exekutor, kterému se v zákonech říká soudní exekutor (je to pořád jedna a tatáž funkce, protože žádní jiní exekutoři nejsou), je fyzická osoba, kterou stát pověřil exekutorským úřadem (podobně jako je to například u notářů). Exekutoři mohou na základě tohoto pověření provádět exekuce a vykonávat některé další činnosti podle exekučního řádu.

Aby exekutor mohl být exekutorem, musí mít právnické vzdělání, odpovídající praxi a musí být jmenován do exekutorského úřadu ministrem spravedlnosti. Všichni exekutoři jsou u nás povinně sdružení v samosprávné Exekutorské komoře ČR (www.ekcr.cz/seznam-exekutoru).

Finanční arbitř

Finanční arbitř je **státem zřízený orgán** pro mimosoudní řešení sporů mezi spotřebiteli a finančními institucemi poskytujícími nebo zprostředkujícími platební služby, elektronické peníze, úvěry, kolektivní investování, investice, životní pojištění, stavební spoření, směnu měn. Úkolem finančního arbitra je vést strany ke smírnému vyřešení sporu.

Řízení před finančním arbitrem je **bezplatné**. Navrhovatel nemusí být v řízení právně zastoupený. Hlavním posláním finančního arbitra je zajištění rychlého, bezplatného a efektivního vyřizování sporů klientů s institucemi. Pro podání návrhu lze využít formulář pro zahájení řízení na webu www.finarbitr.cz.

Pravomocné rozhodnutí finančního arbitra je závazné a má účinky vykonatelného soudního rozhodnutí a ke je přezkoumatelné soudem.

Fixní úroková sazba

Fixní úroková sazba je sazba, kterou si klient vybere před podpisem úvěrové smlouvy a je pevně stanovena po určité předem dané časové období. Klient má tedy jistotu, že se sazba nezmění, ať se bude se sazbami na finančním trhu dít cokoliv. Fixace úrokové sazby v nejčastějších případech trvá 1, 3, 5, ale i více let. Nejčastěji se sjednává fixní úroková sazba u hypotéky.

Inkaso

Inkaso je automatické strhávání částky z běžného účtu dodavatelem služeb s předchozím souhlasem majitele účtu (majitel nastavuje kdo, jak často a kolik maximálně si může strhávat). Lze takto platit například stravné ve škole, dodávky energií, vodné a stočné, telefonní poplatky apod. Výhodou je, že nemůže dojít k opomenutí úhrady závazku (inkaso provede věřitel).

Jistina

Jistina je peněžní částka, která byla půjčena nebo tvořila vklad. K ní se přisuzují úroky, což je odměna za její poskytnutí. Tyto úroky, stejně jako úroky z prodlení nebo poplatek z prodlení, tvoří příslušenství jistiny.

Konsolidace

Konsolidace je sloučení dvou a více úvěrů do jednoho nového (např. z kontokorentu, kreditní karty a půjčky). Více najdete v kapitole Konsolidace půjček.

Kontokorent

Kontokorent je označován též jako povolený debet, bankou poskytnutý úvěr, který můžete čerpat prostřednictvím běžného účtu libovolně až do dohodnuté výše a v určitém období zase vyrovnat. Tzv. *jít na účtu do mínusu*. Více najdete v kapitole Rizika a výhody úvěrových produktů.

Kreditní karta

Kreditní karta je bankou poskytnutý úvěr, který čerpáte prostřednictvím platební karty. S kreditní kartou lze běžně platit u obchodníků, ale také vybírat z bankomatu. U karty je většinou stanoveno bezúročné období. Po jeho uplynutí jsou však nastaveny poměrně vysoké úroky. Více najdete v kapitole Rizika a výhody úvěrových produktů.

Lichva

Lichva je půjčování peněz s nepřiměřeně vysokými úroky (vyšší desítky či stovky procent ročně). Lichváři využívají neznalosti a finanční nedisciplinovanosti dlužníků a buďto otevřeně půjčují za týdenní procentní sazby, nebo mají ve smlouvách s běžnou úrokovou sazbou skryty vysoké poplatky, nereálné termíny splacení se sankcemi za pozdní úhradu apod.

Měsíční splátky

Všechny úvěry a hypotéky klient splácí právě pomocí měsíčních splátek. Klient, který si peníze vypůjčil, je povinen závazek splatit. Je závislá na výši vypůjčené částky a zvolené délce splatnosti.

Ne/zajištěný úvěr

Nezajištěný úvěr je takový, u kterého se nepožaduje žádné zajištění. Pro klienta to znamená, že nemusí mít žádného ručitele, zástavu nemovitosti nebo jiné ručení. Obvykle se poskytuje pouze do určité výše a klientům, u kterých banka vyhodnotí, že jsou schopni splácet řádně a včas.

Zajištěný úvěr je takový, kdy dlužník ručí zastavením svého (většinou nemovitého) majetku bance nebo uzavřeným životním pojištěním s případným plněním ve prospěch banky. Úvěr může být zajištěný i ručitelem, tedy osobou, která se ve smlouvě o úvěru zaručí převzít odpovědnost za splacení půjčky v případě, že dlužník přestane úvěr splácet.

Nulové navýšení

Nulové navýšení je speciální případ pro prodej na splátky. Součet splátek se rovná pořizovací ceně, což znamená, že klient neplatí žádné úroky nebo poplatky, zaplatí pouze tu částku, o kterou požádal.

Oddlužení

Oddlužení je zákonný prostředek, kterým mohou dlužníci vyřešit svou finanční situaci, když mají více dluhů, exekucí a nedokážou hradit splátky těchto dluhů. Bývá také označován termíny **insolvence**, **osobní bankrot**.

Pohledávka

Pohledávka je jednoduše řečeno právo věřitele na splacení dluhu od osoby, která tento dluh má. Je to závazek, který vám někdo dluží. Tato pohledávka může mít dvě podoby, jako peněžitá nebo nepeněžitá (věc, služba).

Pojištění schopnosti splácet

Pojištění schopnosti splácet si může pořídit každý dlužník. V případě, že pojištěný nebude schopen splácet, převezme jeho závazky pojišťovna. Nejčastěji se objevuje u hypotečních a podobných vyšších úvěrů, kde bývá podmínkou poskytnutí nebo výhodnější sazby.

Půjčka

Půjčka představuje pro klienta peněžitý závazek, který vznikne na základě uzavření úvěrové smlouvy mezi klientem a společností. Ve smlouvě se zavazuje, že tuto částku splatí včetně požadovaných úroků do ujednané doby splatnosti. Výše měsíčních poplatků jsou předem stanoveny ve smlouvě.

Půjčka může být nabízena klientům bankou nebo jinou společností (pak se jedná o nebankovní půjčku). **Nebankovní půjčka** se vyznačuje menší náročností na žadatele, ale společnosti si ve většině případů účtují vyšší úrok.

Registr dlužníků

Registr dlužníků je databáze, do které se evidují všechny osoby nebo organizace, které měly v minulosti nějaké problémy se splácením svých sjednaných závazků. Hlavním důvodem existence registru je dát bankám možnost prověřit svého budoucího klienta a zjistit jeho spolehlivost při splácení.

RPSN

Tato zkratka znamená **roční procentní sazba nákladů**. RPSN ukazuje klientovi, zda je úvěr výhodný nebo naopak nevýhodný. Číslo se uvádí v procentech a představuje procentuální podíl z dlužné částky, který musí klient zaplatit společnosti za jeden rok. Toto číslo zahrnuje nejen splátky, ale všechny další poplatky a výdaje, které se k úvěru pojí.

Ručitel

Ručitel je osoba, která ručí za dlužníka. Pokud se stane, že dlužník přestane splácet svůj závazek, osoba, která se za něj zaručila, bude muset tento závazek plnit za něj.

Směnka

Směnka je řazena mezi tzv. abstraktní cenné papíry. Je to jednostranný doklad, který má za úkol popsat existující dluh. Směnka je doklad, který v případě nutnosti prokáže vzniklý dluh. Spotřebitelská půjčka na směnku je zakázána.

Smluvní pokuta

Smluvní pokuta je částka, která je předem dohodnutá ve smlouvě jako sankce pro případné porušení podmínek. Nejčastěji se smluvní pokuta sjednává za nezaplacení dluhu, nepřevedení nemovitosti apod. Vyjádření smluvní pokuty může být v pevné částce, v procentech z hodnoty obchodu nebo v podobě úroku (procentech z částky za den, měsíc či rok). Smluvní pokuty mohou být max. 500 Kč denně nebo 0,1 % z dlužné částky za každý den prodlení a maximální výše může být 200 000 Kč.

Splátka

Splátka je pravidelná platba, kterou si klient předem dohodl ve smlouvě se společností. Splátku platí dlužník ve sjednaném časovém intervalu věřiteli.

Splátkové období

Splátkové období je doba, ve které musí klient splatit splátku společnosti, od které si vypůjčil finanční prostředky podle splátkového kalendáře. Většinou je toto období měsíční.

Splátkový kalendář

Splátkový kalendář sestavuje svému klientovi banka nebo jiná finanční instituce. Kalendář je přehled, kdy a jakou výši splátky musí dlužník splatit společnosti. Nestanovuje tedy pouze částku, ale také datum jejího uhrazení.

Upomínka

Pomocí upomínky společnost vyzývá svého klienta, aby uhradil splátku, kterou v daném termínu neuhradil. Většinou je to dopis, ale bývají zasílány i přes internetové bankovníctví, SMS, e-mail i telefonicky.

Úrok

Úrok slouží jako jakási odměna bance nebo jiné společnosti za to, že půjčí peníze. Nejsou pouze u půjček, ale také například u vkladů. U vkladu je to ale naopak, úrok dostane klient jako odměnu za to, že vloží své peníze právě do této banky.

Věřitel

Věřitel je fyzická nebo právnická osoba, která na základě smluvního vztahu může požadovat po dlužníkovi plnění. Dlužník je povinen věřiteli splatit všechny své závazky, což znamená, že věřitel má u dlužníka pohledávku.

Zástavní právo

Při zajištění dluhu zástavním právem vznikne věřiteli oprávnění, nevyrovná-li dlužník závazek řádně a včas, uspokojit se z prodeje zástavy do výše dluhu k danému dni. Nejčastěji se zástavní právo využívá u hypoték určených na financování nemovitostí, kdy je pak pro banky zástavou daná nemovitost. Zástavou však může být i věc movitá, pohledávka či jiná věc, s níž lze obchodovat.

Zesplatnění

Zesplatnění je právní jednání, kdy banka předčasně ukončí úvěrovou smlouvu, například z důvodu nesplácení závazku prohlásí celý úvěr za splatný a vyzve klienta, aby uhradil veškerou zbývající částku úvěru, včetně úroků a poplatků do určitého data.





A series of 21 horizontal blue lines for writing, starting from the top line where the pen nib icon is located and extending downwards.

Kontakty

Bezplatné poradenství v oblasti dluhů a finanční gramotnosti v Ostravě

Poradny nabízí pomoc s řešením problémů s dluhy. Vysvětlí vám práva i povinnosti dlužníka i věřitele. Pomohou při komunikaci s věřiteli, s vyjednáváním splátkových kalendářů, sepsáním podání k soudu či při jednání s exekutorem. Pomohou sestavit rodinné a osobní rozpočty, finanční priority a rezervy. Ve většině případů dále pomohou s oddlužením či insolvenčí, zprostředkováním kontaktů na jiné organizace nebo doprovodem na úřední jednání.

Sociálně-dluhová poradna

Diecézní charita ostravsko-opavská

Zpracování oddlužení – osobního bankrotu zdarma, nezastupují u soudu.

A: Puchmajerova 980/10, Moravská Ostrava

T: 596 128 309, bezplatná linka 800 400 214

A: Betonářská 790/12, Muglinov

T: 739 552 307

A: Čujkovova 1714/21, Zábřeh

T: 739 552 307

A: Holveckova 204/44, Kunčičky

T: 731 625 872

E: poradna@dchoo.charita.cz

Poradna Charity Ostrava

Charita Ostrava

Poradna neseписuje návrh na insolvenční/osobní bankrot.

A: Jeremenkova 8, Vítkovice

T: 599 526 906, 731 625 767

E: poradna@ostrava.charita.cz

Poradna sv. Alexandra

Charita sv. Alexandra

Zpracování oddlužení – osobního bankrotu zdarma, nezastupují u soudu.

A: Františka Formana 251/13, Dubina

T: 596 611 207, 731 625 840

E: poradna@alexandr.charita.cz

Poradna pro občanství/Občanská a lidská práva, z. s.

Poradna neseписuje návrh na insolvenční/osobní bankrot, nezastupují u soudu.

A: Prokešovo náměstí 3, Moravská Ostrava

T: 724 701 613

E: petra.gniadkova@poradna-prava.cz

Akreditovaná dluhová poradna

Poradna při finanční tísní, o.p.s.

Zpracování oddlužení – osobního bankrotu zdarma, nezastupují u soudu.

A: Vítkovická 1 (budova ÚAN), Moravská Ostrava

T: 595 532 740

E: poradna@financnitisen.cz

OBČANSKÁ PORADNA Ostrava

Slezská diakonie

Poradna neseписuje návrh na insolvenční/osobní bankrot.

A: Štramberská 47, Mariánské Hory a Hulváky (ředitelství Vítkovic)

T: 734 645 275

E: obcan.ov@slezskadiakonie.cz

Občanská poradna SPOLEČNĚ-JEKHETANE

SPOLEČNĚ-JEKHETANE, o.p.s.

Zpracování oddlužení – osobního bankrotu zdarma, nezastupují u soudu.

A: U Tiskárny 3, Přívoz

T: 596 113 890, 602 248 693

A: Dělnická 20, Poruba

T: 591 124 979, 608 542 568

E: poradna@jekhetane.cz

Sociálně právní poradna

Vzájemné soužití o.p.s.

Poradna neseписuje návrh na insolvenční/osobní bankrot, nezastupují u soudu.

A: Bieblova 404/8, Moravská Ostrava

T: 596 128 401, 596 128 402, 777 760 197

E: poradna@vzajemnesouziti.cz

Psychologická pomoc

Krizové centrum Ostrava

Pomoc v krizové životní situaci a psychické tísní - **nonstop**. Kdykoli můžete přijít bez ohlášení přímo do krizového centra.

A: Ruská 94/29, Vítkovice
T: 596 110 882-3, 732 957 193
E: krizovecentrum@kriceos.cz

Linka důvěry Ostrava

Pomáhá dospělým lidem v krizových životních situacích. Linku důvěry je možné kontaktovat také prostřednictvím chatu nebo e-mailem.

T: 737 267 939 - **nonstop**
E: linka.duvery@mnof.cz
Chat: www.elinka.iporadna.cz

Informace o místech pomoci Ostravě

SOCIOPOINT - místo prvního kontaktu

Rozcestník pro snadnou orientaci v sociálním systému a v sociálních službách poskytovaných na území města Ostravy.

Magistrát města Ostravy
A: Prokešovo nám. 8, Moravská Ostrava (Nová radnice)
T: **800 700 650** (zdarma)
E: sociopoint@ostrava.cz
Aplikace do chytrého telefonu SOCIOPOINT (pro Android i iOS)



Užitečné odkazy

Asociace občanských poraden - seznam občanských poraden:
www.obcanskeporadny.cz/cs/poradny

Dětské dluhy

www.sancedetem.cz/kontakty-financni-dluhove-poradenstvi
www.zadluzenedeti.cz

Dluhový labyrint: www.dluhovylabyrint.cz

Exekutorská komora ČR: www.ekcr.cz

Jak přežít dluhy - mapa dluhových poraden:

www.jakprezitdluhy.cz/help-linka-2/mapa-dluhovych-poraden

Ministerstvo spravedlnosti ČR:

- portál k exekucím: exekuce.justice.cz
- insolvence - oddlužení: insolvence.justice.cz

Užitečné online kalkulačky

- kalkulačka srážek ze mzdy:
www.ekcr.cz/?p=kalkulacka_1
- kalkulačka splátek oddlužení:
insolvence.justice.cz/kalkulator-splatek
- kalkulačka RPSN (dTest):
www.dtest.cz/kalkulacka/rpsn
- kalkulačka měsíčních splátek úvěru (dTest):
www.dtest.cz/kalkulacka/splatky-uveru
- kalkulačka délky splácení úvěru (dTest):
www.dtest.cz/kalkulacka/delka-splaceni
- kalkulačka úroku úvěru (dTest):
www.dtest.cz/kalkulacka/urok-uveru
- kalkulačka měsíčních splátek úvěru (dTest):
www.dtest.cz/kalkulacka/splatky-uveru

CO VÁS ČEKÁ V DLUHOVÉ PORADNĚ

Než se poprvé vydáte do dluhové poradny, je užitečné se připravit.

Popřemýšlejte nad svými dluhy a závazky a udělejte si poznámky:

- Bral/a jste si někdy půjčku v bance?
- Půjčil/a jste si peníze od Providentu, Home Creditu, Zaplo nebo třeba přes internet nebo SMS?
- Koupil/a jste si někdy nějaké zboží na splátky (pračku, ledničku, nový mobil)? Splatil/a jste všechny splátky?
- Chytil vás, vaše děti někdy revizor? Zaplatil/a jste každou pokutu?
- Platíte pravidelně poplatek za odpady? Za sebe i své dítě/děti?
- Podnikal/a jste? Byl/a jste vyřazen/a z evidence úřadu práce? Platil/a jste si sociální a zdravotní pojištění?
- Nedlužíte na vodě, plynu nebo elektřině? Hradíte pravidelně nájem?
- Máte uhrazené všechny platby za telefon svůj i dětí? Dostal/a jste někdy mobil, tablet nebo notebook od mobilního operátora?

Do poradny s sebou vezměte všechny doklady k dluhům a závazkům, které doma najdete – smlouvy, vyznění, exekuční příkazy atd.

Co vás v poradně čeká?

- Seznámení s dluhovým poradcem. Bude s vámi mluvit o tom, co potřebujete řešit, čeho chcete dosáhnout.
- Budete společně vytvářet přehled o vašich dluzích a závazcích.
- Na základě prostudování podkladů a vašich možností vám poradkyně/poradce navrhne další postup a možnosti řešení.
- Domluvíte si úkoly do příště a termín další konzultace.

Jedna konzultace trvá obvykle 60–90 min. Řešení finančních problémů ale nebývá záležitost na jednu konzultaci, může trvat i několik měsíců.

Poradny v našem seznamu jsou bezplatné, kvalitní a diskrétní.