

■ EXEKUCE

Exekuce provádí soudní exekutoři dle zákona č. 120/2001 Sb., exekuční řád, přičemž jejím účelem je obvykle vymožení peněžního dluhu.

Exekuce mohou mít formu např. srážek ze mzdy/platu či bankovního účtu, zabavení hotovosti, prodeje movitých věcí nebo nemovitosti.

Vedle exekucí lze vymáhat dluh i v jiných režimech (dle jiných právních předpisů):

- Soudní výkon rozhodnutí prováděný soudem.
- Správní výkon rozhodnutí (tzv. správní exekuce) provádí správní orgán (např. krajský nebo obecní úřad, jiný správní orgán).
- Daňový výkon rozhodnutí (tzv. daňovou exekuci) provádí finanční úřad, který se řídí daňovým řádem.

Podrobné informace o exekucích najdete na stránkách Exekutorské komory ČR

www.ekcr.cz/exekutori-radi

■ ODDLUŽENÍ

Oddlužení je jeden ze způsobů řešení úpadku, který je upraven v zákoně č. 182/2006 Sb., o úpadku a způsobech jeho řešení (insolvenční zákon).

V úpadku je dlužník, který se nachází v **platební neschopnosti** (má více věřitelů, peněžité závazky více než 30 dní po splatnosti a tyto závazky není schopen plnit) nebo je **předlužený** (podnikatel, který má více věřitelů a souhrn jeho závazků převyšuje hodnotu jeho majetku).

Návrh na povolení oddlužení za dlužníka podává advokát, notář, soudní exekutor, insolvenční správce nebo akreditovaná osoba. Sám ho může podat pouze dlužník, který má právnícké či ekonomické vzdělání v magisterském studijním programu nebo vykonal zkoušku insolvenčního správce.

- Akreditované osoby - sako.justice.cz
- Ostatní subjekty poskytujících zpracování návrhu na povolení oddlužení - vesta.justice.cz

Podrobné informace o oddlužení a insolvenčním řízení najdete na insolvency.justice.cz.

■ OBČANSKÉ PORADNY (ODBOBNÉ SOCIÁLNÍ SLUŽBY)

Občanské poradny poskytují odborné sociální poradenství, vč. poradenství v oblasti dluhů a exekucí.

- Mapa občanských poraden: www.obcanskeporadny.cz

■ PORADNY PRO DLUHOVÉ PORADENSTVÍ A POMOC PŘI ODDLUŽENÍ

Tyto poradny jsou zároveň akreditovanými osobami pro pomoc při oddlužení (kompletní seznam najdete na sako.justice.cz)

- **Člověk v tísni (Praha 2)**
www.clovekvtsini.cz/potrebuji-pomoci
- **Společnou cestou (Praha 2)**
www.spolcest.cz/obcanska-poradna-o-s-spolecnou-cestou
- **R-mosty (Praha 3)**
www.r-mosty.cz/poradna
- **Poradna při finanční tísni (Praha 4)**
www.financnitisen.cz
- **Proxima Sociale (Praha 4)**
www.proximasociale.cz/poradenske-a-pobytove-programy/obcanska-poradna
- **Volonté Czech (Praha 8)**
www.volonte.cz
- **Rubikon Centrum (Praha 8)**
www.rubikoncentrum.cz/kontakty-pro-klienty
- **Auxilie (Praha 10)**
auxilie.cz

■ PORADENSKÉ LINKY

- **800 722 722** poradenská linka Poradny při finanční tísni
- **770 600 800** poradenská linka Člověk v tísni

■ POMOC EXEKUTORSKÉ KOMORY ČR

- Bezplatná poradna (Praha 2) – tel. 545 212 285
- Online poradna www.ekcr.cz

■ DŮLEŽITÉ INFORMACE

- www.dluhovylabyrint.cz
- www.jakprezidluhy.cz
- financnigramotnost.mfcr.cz
- finarbitr.cz/cs

Více najdete na apbs.cz/dluhy

Tento leták vytvořila Asociace psychologů bezpečnostních sborů, z. s. v rámci projektu Dluhová problematika jako součást psychologické podpory v bezpečnostních sborech, který je financován z grantu hlavního města Prahy, Program v oblasti prevence kriminality pro rok 2021.

AΨ ASOCIACE PSYCHOLOGŮ
B S BEZPEČNOSTNÍCH SBORŮ



ZÁVAZKY A DLUHY

INFORMACE PRO PŘÍSLUŠNÍKY A ZAMĚSTNANCE BEZPEČNOSTNÍCH SBORŮ

S tématem závazků, dluhů nebo předlužení se jednou či vícekrát za život setká většina z nás. Tíživá finanční situace se může týkat nás samotných, našich blízkých, přátel, kolegů či osob z řad veřejnosti, s nimiž přicházíme do kontaktu při své práci.

MĚJTE SVÉ FINANCE POD KONTROLOU!

Tento materiál Vám poskytne základní vhled do problematiky dluhů, praktické informace pro Vaše využití v osobním i pracovním životě a kontakty na organizace, které poskytují dluhové poradenství.

■ PROČ SE ORIENTOVAL V PROBLEMATICE DLUHŮ?

- Snadněji se vyhnete finančním problémům a pádu do dluhové pasti.
- V případě, že se již s dluhy potýkáte, budete vědět, co dělat a kde získat účinnou pomoc.
- Potýká-li se s dluhy osoba Vám blízká, kamarád či kolega, vyvarujete se falešných rad. Rozpoznáte, co skutečně může pomoci a co je naopak jen slepou uličkou.
- Dokážete lépe porozumět situaci osob z řad veřejnosti, které jsou ohrožené dluhy či dluhy již mají a s nimiž se setkáváte v rámci své práce.

**Podrobnější informace naleznete
na apbs.cz/dluhy**



■ NĚKOLIK ZÁKLADNÍCH POJMŮ:

Závazek – vztah mezi dvěma osobami, z něhož jedné z nich (**dlužník**) vyplývá povinnost něco dát, zaplatit, udělat či nedělat, a druhé oprávnění splnění tohoto závazku očekávat (**věřitel**). Mohou vznikat na základě smlouvy (např. úvěry, půjčky), z protiprávního jednání (nedbalostní či úmyslné jednání) nebo z jiného právního důvodu (např. vyplývají z dědictví či narození dítěte).

Dluh – předmět vztahu mezi dlužníkem a věřitelem, tj. to, co je dlužník povinen zaplatit věřiteli. Z pohledu věřitele jde o tzv. **pohledávku**, tedy jeho oprávnění požadovat od dlužníka **plnění**, kterým je vyrovnání dluhu.

Zadlužení – stav, kdy dlužník řádně splácí své závazky a má je pod kontrolou.

Předlužení – stav, kdy dlužník neovládá řádné splácení svých závazků a splácení dluhů často řeší např. dalšími půjčkami, tzv. „vytlouká klín klínem“. Je zároveň jednou z forem úpadku dle insolvenčního zákona (viz níže).

Rizikový dluh – takový dluh, který ohrožuje naše základní životní potřeby a může vést ke ztrátě svobody (např. dluh na výživném, vysoký dluh na daních), ztrátě bydlení (např. dluh na nájmu, službách spojených s bydlením, neplacení hypotéky), ztrátě základních věcí nebo služeb (např. odpojení od elektřiny, plynu).

Exekuce – nucený výkon exekučního titulu spočívající ve vymození peněžité částky od povinného (dlužníka) pro oprávněného (věřitele). Může spočívat např. ve srážkách ze mzdy/platu či bankovního účtu, zabavení hotovosti, prodeji movitých věcí nebo nemovitosti.

Úpadek – dle insolvenčního zákona existují 2 formy úpadku – **platební neschopnost** (dlužník má více věřitelů, peněžité závazky po dobu delší 30 dnů po lhůtě splatnosti a tyto závazky není schopen plnit); **předlužení** (dlužník, který je podnikatelem, má více věřitelů a souhrn jeho závazků převyšuje hodnotu jeho majetku).

Oddlužení (osobní bankrot) – je jedním ze způsobů řešení úpadku, případně také hrozícího úpadku, dle insolvenčního zákona. Jde o odpuštění dluhů za splnění zákonem stanovených podmínek.

■ ZDROJE A DRUHY DLUHŮ

Zdroj dluhů vyplývající ze zákona:

- Daně, poplatky a pojištění (např. zdravotní a sociální pojištění, daně z příjmů, výživné, povinné ručení)
- Dluhy vyplývající z protiprávního jednání (např. pokuty, peněžité tresty, náhrada škody, náklady soudního řízení)

Zdroj dluhů vyplývající ze smluvních vztahů:

- Úvěry a půjčky, účty za nájemné, energie, telefon, nedoplatky, pokuty od dopravního podniku, ručitelství

■ JAK PŘEDCHÁZET (DALŠÍMU) ZADLUŽENÍ

- Vytvářejte si **finanční rezervu**. Snažte se pravidelně si odkládat z každé výplaty Vámi stanovenou částku, nejlépe alespoň 10 % čistých příjmů. Ideální výše finanční rezervy je alespoň šestnásobek Vašich měsíčních výdajů. Tyto finanční prostředky byste měli mít kdykoli k dispozici, můžete je ukládat např. na spořicí účet, ze kterého je můžete kdykoli vybrat.
- **Ostatní volné prostředky můžete ukládat do výnosnějších spořicích produktů a investičních nástrojů** (např. podílové listy, akcie atd.). Mějte na paměti, že investování je spojeno s vyšší či menší mírou rizika. Příslib vysokého zhodnocení je obvykle spojen s vysokým rizikem. Nevsázejte proto veškeré úspory do vysoce rizikových nástrojů. Diversifikujte (volte různé spořicí produkty a investiční nástroje). Mějte trpělivost, nespekulujte. Než začnete investovat, hledejte informace, čtěte, uče se, případně se poradte s odborníky.
- Nezapomínejte, že **každá půjčka představuje dluh**. Rozmyslete, na co a za jakých podmínek si půjčíte a zda jste schopni dluh splácet. Existuje **dobrý dluh**? Ano, může to být půjčka, která Vám pomůže vydělávat. Typickým příkladem je hypotéka na koupi nemovitosti, kterou pronajmete, nebo investice do akcií, které později se ziskem prodáte (pozor ovšem na rizika). Naopak typickým příkladem **špatného dluhu** je půjčka na spotřebu, půjčka na splacení předešlé půjčky („vytloukáním klínu klínem“) nebo „život z kontokorentu“.
- **Hazard není řešením** Vašich dluhů. Vyhněte se sázení, automatům, online hazardu a dalším formám hazardu.
- **Jste ve finanční tísní a hledáte cestu ven?** Nebo dokonce uvažujete o tom, zda (další) půjčka je ve Vaší situaci správným řešením? Vyhledejte **bezplatné odborné poradenství**. Kontakty najdete na zadní straně tohoto letáku.

■ DLUŽÍM, CO MÁM DĚLAT?

- **Nebojte se vyhledat pomoc, pokud něčemu nerozumíte.**
- **Sepište si seznam věřitelů a zjistěte, kde všude dlužíte.**
- **Zjistěte aktuální výši závazků** – zeptejte se věřitelů.
- **Seřaďte dluhy podle důležitosti** dle toho, co hrozí za jejich neplacení (např. ztráta bydlení, vysoké sankce, trestní oznámení).
- **Sestavte si rodinný rozpočet** a zvažte možnosti zvýšení příjmu a snížení výdajů.
- **Pokuste se vyjednat s věřiteli** splátkový kalendář, snížení či odklad splátek, prominutí úroků, pokut, penále.
- **Máte-li více půjček, zvažte jejich konsolidaci** (sloučení). O konsolidaci můžete banku požádat v době, kdy ještě nejste v prodlení.
- **Zvažte využití oddlužení.**

■ JAK ZJISTIT, JESTLI A KDE NĚCO DLUŽÍM?

- **Dotazem u okresního (v Praze u obvodního) soudu** podle místa trvalého bydliště na řízení, která byla či jsou s dlužníkem vedena; dlužník může následně nahlédnout do spisů.
- **Dotazem v Centrální evidenci exekucí** (osobně na Czech point či v sídle Exekutorské komory ČR nebo online na www.ceecr.cz) získáte za poplatek základní informace o exekucích probíhajících dle exekučního řádu (nejsou zde exekuce vedené soudy, orgány státní správy a samosprávy, finančními úřady či zdravotními pojišťovnami).
- **Nahlédnutím do některého z registrů dlužníků** na internetu. Obvykle za poplatek získáte informace o Vaší platební morálce včetně platební historie.
- **Písemným dotazem u potenciálních věřitelů** – např. zdravotní pojišťovna, ČSSZ, finanční úřad, obecní úřad, Celní správa ČR, poskytovatel telekomunikačních služeb.

■ DLUŽÍM, CO NEDĚLAT?

- Nevyhýbejte se přebírání pošty a komunikaci s věřitelem. Problém se tím sám nevyřeší, pouze se zhorší.
- Neberte si další půjčky na splacení starších dluhů. Nevytloukejte klín klínem.
- Neuchylujte se k protiprávnímu jednání, trestné činnosti či sebepoškození. Vždy existuje lepší řešení.

Nevíte si rady? Vyhledejte bezplatné odborné poradenství. Kontakty najdete na zadní straně tohoto letáku.