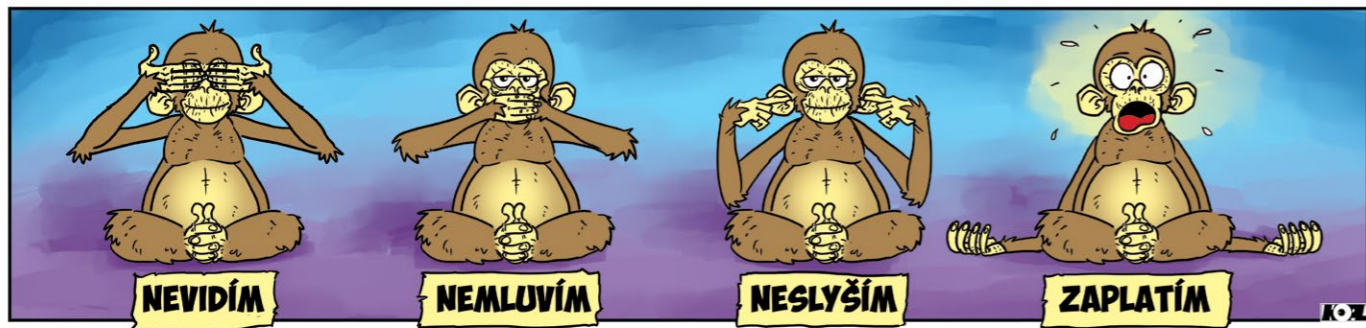




# Jak se zbavit **DLUHŮ**

[www.alianceprotidluhum.cz](http://www.alianceprotidluhum.cz)



Vážený čtenáři,

Aliance proti dluhům, za podpory Programu švýcarsko-české spolupráce, pro Vás připravila tuto brožuru, která má pomoci dlužníkům i jejich okolí pochopit problém předluženosti, získat základní představu, jak problém dluhů řešit a také poradit, kam se ve Vašem regionu obrátit pro pomoc. Věříme, že její obsah pro Vás bude zdrojem užitečných informací a také motivací k řešení dluhového problému. Při řešení vážných záležitostí někdy pomůže i to, když se na ně dokážeme podívat s nadhledem, proto doufáme, že Vás osloví i humorný styl jejího zpracování. Přejeme Vám mnoho úspěchů na cestě z dluhové pasti.

**Vaše Aliance proti dluhům**

**Aliance proti dluhům**

Aliance proti dluhům vznikla 4. května 2011 jako odborná platforma, která se zabývá problematikou předluženosti. Její založení společně iniciovaly Probační a mediační služba ČR, RUBIKON Centrum (dříve SPJ) a Odbor prevence kriminality Ministerstva vnitra. Aliance sdružuje odborníky a experty ze státních institucí a nevládních neziskových organizací, zejména těch, které se předlužeností a jejím řešením aktivně zabývají. Snahou Aliance je rozvíjet proces široké diskuse a získávat podporu pro své cíle, především předcházet rizikům předlužení osob v obtížené sociálně-ekonomické situaci a také pachatelů trestných činů a působit tak preventivně proti jejich recidivě. Díky činnosti Aliance již byly iniciovány, podpořeny i prosazeny některé důležité legislativní změny vedoucí k nápravě často zbytečných příčin zadlužování těchto skupin občanů.

**1**

**Příběh pana Václava**

str. **4**

**2**

**Mapování dluhů**

str. **6**

**3**

**Rozpočet**

str. **8**

**4**

**Osa růstu zadluženosti**

str. **10**

**5**

**Práce na černo**

str. **12**

**6**

**Exekuce**

str. **14**

**7**

**Oddlužení**

str. **18**

**8**

**Kontakty**

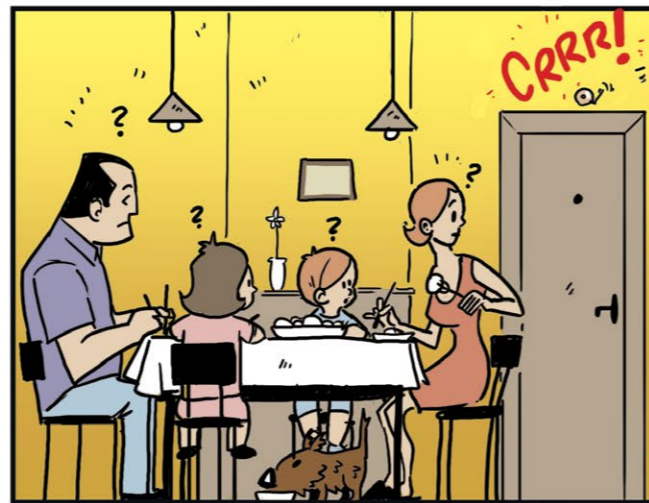
str. **22**

# Příběh pana Václava

Když byl Václav mezi propuštěnými z krachující továrny, hlavu si s tím příliš nelámал. Byl svobodný, bezdětný, pracovitý a přesvědčený o tom, že najít práci je jen otázka času.

Po necelém roce však došlo odstupné i podpora v nezaměstnanosti a práce nikde. Václav v průběhu doby, kdy byl evidován na úřadu práce, občas někde vypomohl známým a postupně začal pracovat bez smlouvy jako zedník na stavbě. S kamarádem také jezdil se stěhovacím vozem, bral i práci o víkendy. Když byl dobrý měsíc a on si sečetl dávky z úřadu práce společně s výdělkem z nelegální práce, docela si svůj způsob života pochvaloval. V městečku, kde Václav bydlel, moc legální práce nebylo a spousta jeho známých žila a pracovala podobně jako on.

Přečkat zimu bylo těžší, práce na stavbě nebyla, sem tam mu někdo za odvedenou práci nezaplatil a z dávek hmotné nouze a příspěvku na bydlení vyšel některé měsíce jen tak tak. Situace se zkomplikovala, když si našel přítelkyni Janu a narodila se jim holčička Zuzanka. Václav se měl co otáčet, aby je všechny uživil.



Občas se jim nepodařilo zaplatit celý nájem a Jana se několikrát při večeři rozplakala, že nemá za co koupit plínky a nechce stále prosit rodiče o pomoc. Václav si začal brát směny navíc, pracoval už sedm dní v týdnu, nevěděl, co je dovolená, volný den, svátek. Byl unavený, podrážděný, několikrát se již s Janou pohádal a v práci začal dělat chyby.

Ani nevěděl, jak se to semlelo, říkal si, že to byl možná mikro spánek nebo se mu udělalo špatně. Při jízdě se stěhovacím vozem narazil do svodidla a poté se srazil s protijedoucím autem. Zázrakem nikdo nezemřel. Václav vyvázl se zlomenou nohou, polámanými žebry a otřesem mozku.



Od té chvíle se jeho celkem spokojený život změnil v noční můru. U automobilu, který Václav řídil, nebylo zaplacené povinné ručení a Václavovi tak byla uložena povinnost zaplatit celou způsobenou škodu. Léčba Václavových zranění a následná rekonvalescence trvala dlouho a Václavova rodina zůstala téměř bez příjmů. Z bytu se museli vystěhovat na ubytovnu, Václav si občas někde půjčil – u známých, u různých firem, které nabízely snadné půjčky. Jana to dělala také tak, potřebovali nějak přežít.

Když se Václav konečně uzdravil, rozhodl se, že pracovat na černo už nechce, nevýhody nelegální práce výrazně přebily výhody, které dříve viděl.

Václavovi se podařilo nalézt si práci skladníka. Příjem nebyl velký, zaplatili nájem, základní věci pro rodinu, na splacení dluhů zbývalo málo. Některé splátky Václava a Jany byly už dávno po splatnosti, věřitelé se začali dožadovat okamžitého zaplacení dluhů, domů jim chodily nejprve upomínky, poté platební rozkazy a rozsudky. Václavovi se nedařilo splácet, neměl přehled o tom, kde a kolik dluží. Občas zaplatil tomu věřiteli, který nejlépe vyhrožoval.

Dluhovou poradnu vyhledal až poté, kdy jeho zaměstnavatel začal chodit exekuční příkazy. První Václavův úkol zněl: **mapování dluhů.**

# Mapování dluhů

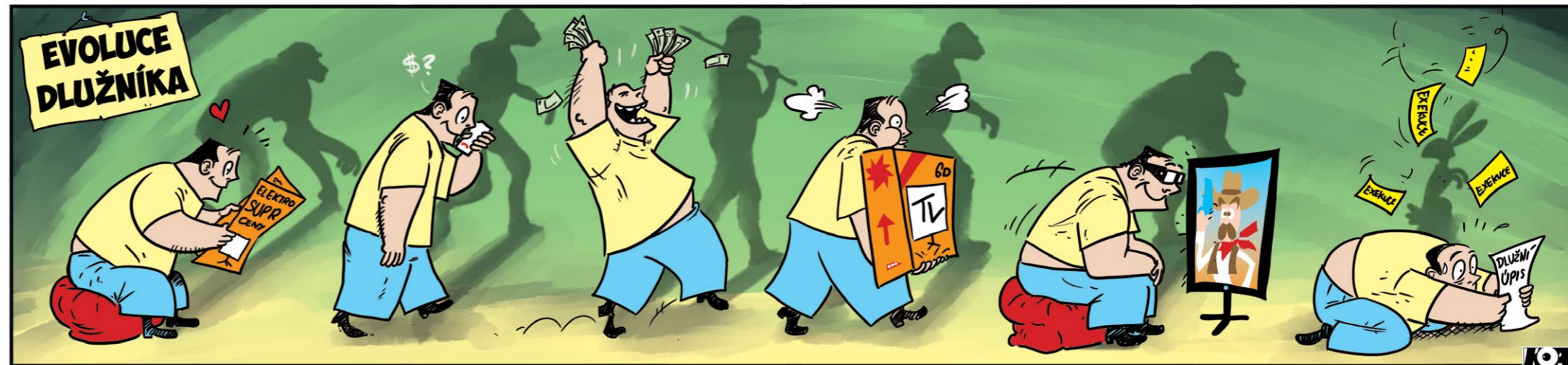
Pro Václava nastala jedna z nejtěžších fází řešení dluhů. Musí se podívat pravdě do očí, zjistit, kde a kolik dluží a hlavně pochopit, že strkat hlavu do písku dluhy nevyřeší. Mnoho poskytovatelů úvěrů své pohledávky prodává jiným firmám, a tak je mapování dluhů občas detektivní prací. Navíc se Václav musí připravit na to, že dluhy zatím narostly o smluvní úroky, úroky z prodlení, smluvní pokuty a další příslušenství. Základním předpokladem pro vypořádání se se svými dluhy je MÍT O NICH PŘEHLED. Znamená to, zjistit si o každém svém dluhu následující informace:

**Kdo je věřitel** (to znamená ten, komu dlužím)

**Datum vzniku dluhu** (od kdy dlužím)

**Celkovou výši dluhu** (jde o aktuální výši dluhu, neboť dluh v čase roste)

**V jaké fázi je dluh** (například zda o něm již rozhodl soud, či zda je již nařízena exekuce)



## Kde zjistím, že dlužím?

Pro vyhledání svých závazků je dobré pokusit se vzpomenout si na půjčky, pokuty, jiné závazky a oslovit věřitele s žádostí o informaci o výši dluhu.

Dále je možné požádat okresní soud v místě bydliště o výpis všech řízení vedených proti mně, je možné nahlédnout do centrální evidence exekucí či do registru dlužníků (Solus, BRKI, NRKI) – informace z registrů jsou však vždy za poplatek.

Zásadní pro mapování dluhů i celé řešení zadluženosti je, aby si dlužník přebíral svou poštu a mohl tak včas reagovat na výzvy věřitelů i lhůty k odvolání.

## Stručný přehled nejčastějších subjektů a institucí, u nichž je možné být zadlužen

### A. Stát

- Daně a poplatky (např. daň z příjmu, dědická daň, daň z převodu nemovitosti, poplatky za odpad, atd.)
- Sociální a zdravotní pojištění
- Pokuty

### B. Dluhy z trestné činnosti

- Náhrada škody poškozenému
- Náklady soudního řízení a obhajoby
- Náklady výkonu vazby, výkonu trestu odnětí svobody

### C. Nestátní věřitelé na základě smlouvy

- Úvěry a půjčky (od banky, rodiny, atd.)
- Nezaplacené účty (nájemné, telefon, atd.)
- Nedoplatky (např. na energiích)
- Pokuta od dopravních podniků

### D. Výživné

- (vůči dětem i vůči manželce/manželovi)

# Rozpočet

Václav s pomocí dluhového poradce zjistil alespoň přibližné částky svých dluhů. Rád by začal splácet, ale neví, co platit dřív. Jeden měsíc se mu podařilo zaplatit něco z dluhu u jednoho věřitele, ale nezaplatil nedoplatek za plyn a nezbylo ani na jízdenku do práce. Musí si rozmyslet, kolik vlastně může měsíčně dávat na dluhy. Zapište si své příjmy a výdaje v současnosti a za rok, abyste viděli, jak by se Vaše situace mohla změnit, pokud si najdete práci, brigádu, stabilizujete svůj rozpočet, budete mít stálé bydlení, splatíte některé dluhy, nebo naopak přijmete o podporu v nezaměstnanosti, příspěvek na děti apod.

## Zásady při vytváření rodinného (osobního) rozpočtu

Soupis všech čistých příjmů – to znamená soupis všech peněz, které za měsíc vydělám či dostanu. Mzda, sociální dávky, podpora v nezaměstnanosti, příjmy z brigád atd.

## Shrnutí všech měsíčních výdajů

Všechno, za co musím peníze vydat. Nájem, energie, jídlo, drogerie, jízdné, školné, platby za telefon, internet, pojistky, oblečení, zábava atd.



## Porovnání příjmů s výdaji

Příjmy musí být vždy vyšší nebo alespoň stejně vysoké jako výdaje!

## Přehodnocení a upravení výdajů a příjmů

Pokud jsou příjmy nižší než výdaje, je nutné zvýšit příjmy nebo snížit výdaje!

## Důležité! Rezerva na „horší časy“

= zajištění proti nečekaným výpadkům příjmů.



I když budete myslet na všechny pravidelné výdaje, musíte počítat i s nečekaným vydáním – onemocníte, budete mít úraz, ztratíte peněženku, nebo Vám ji ukradnou, dostanete výpověď v zaměstnání, rozbije se Vám auto atd.

Často právě to vede k zadlužení – pokud nemáte rezervu na horší časy, nečekané výdaje bez půjček či nezaplacení některých plateb nezvládnete.

Je naprosto nezbytné přizpůsobit svůj život výši příjmů a mít na paměti, že nerespektování tohoto pravidla neodvratně vede k soustavně se opakujícím finančním obtížím. Aby se mohl dlužník

rozhodnout, co a kolik komu splácet, musí nejprve zjistit, jaký je jeho rozpočet, kolik peněz může měsíčně dávat na splátky a ty poté rozdělit mezi věřitele. Je spravedlivé rozdělit je ve stejném poměru a žádného věřitele neopomenout. Z ekonomického hlediska však jsou některé dluhy nebezpečnější než jiné. Pro Václava z našeho příběhu bude lepší domluvit si např. u dluhu za plyn pravidelné splácení po menších částkách a více zaplatit u půjčky, kde naskakují úroky z prodlení a smluvní pokuta.

**Nikdy neopomeňte platit pravidelně platby, které jsou pro Vás nebezpečné z existenčního hlediska – tedy NÁJEM, ENERGIE, JÍDLO, VÝŽIVNÉ, popř. PENĚŽITÝ TREST.**

# Osa růstu zadluženosti

Václav si vzpomíná, že si u jedné nebankovní společnosti půjčil 10 000 Kč. Zaplatil pouze první dvě splátky. Dál nesplácel. Přihlásili se jiní věřitelé, bylo nutné koupit boty na zimu pro Zuzanku. Po dvou letech přišel exekuční příkaz a Václav zjistil, že má zaplatit více než 50 000 Kč. Je rozčilený, nechápe, jak je možné, že mu dluh narostl takovým způsobem. Chce proti tomu podávat odvolání, odmítá připustit, že by dlužil tolik peněz, a zlobí se, když mu dluhový poradce vysvětluje, že už je na odvolání pozdě a celou částku bude muset zaplatit. Co všechno se stalo s jeho půjčkou od té chvíle, kdy nezaplatil splátku? Jak je možné, že dluh narostl do takové výše?

- ▼ **Uzavření smlouvy o půjčce.** Dlužník by se měl před uzavřením smlouvy o půjčce dobře informovat nejen o výši splátek, RPSN, době splácení, ale i o sankčních ujednáních ve smlouvě, možném zajištění závazku ze smlouvy, zda je připojena rozhodčí doložka či směnka.
- ▼ **Opoždění splátek.** Zde by měl dlužník okamžitě začít komunikovat s věřitelem, požádat o odklad splatnosti a snažit se pravidelně měsíčně hradit alespoň částku, kterou si může dovolit. Je možné, že tak předejde velkému nárůstu dlužné částky.
- ▼ **Upomínka od věřitele / předžalobní upomínka.** Předžalobní upomínku má věřitel povinnost odeslat na poslední jemu známou adresu dlužníka. Zpravidla každá upomínka bývá zpoplatněna podle ceníku věřitele.
- ▼ **Žaloba na zaplacení** nebo návrh na vydání platebního rozkazu, rozhodčího nálezu.
- ▼ **Soudní řízení** nebo rozhodčí řízení.
- ▼ **Rozsudek, platební rozkaz, rozhodčí nález** = exekuční titul (rozhodnutí o právním nároku věřitele). Rozhodnutí musí nabýt právní moci (uplynutím lhůty k odvolání) + vykonatelnosti = doba, po kterou může dlužník závazek dobrovolně splnit (ze zákona 3 dny po nabytí právní moci, soud může uložit delší lhůtu).
- ▼ **Návrh na nařízení výkonu rozhodnutí / exekuce** – pokud není závazek dobrovolně splněn, věřitel může nechat nařídit exekuci / výkon rozhodnutí.
- ▼ **Exekuce / výkon rozhodnutí** - např. srážky ze mzdy, přikázání pohledávky z účtu u peněžního ústavu, prodej movitého majetku, nemovitosti.



## Příklad nárůstu dlužné částky

Zde jsou pro lepší představu dva příklady, jak dramaticky může narůstat výše dluhu, pokud není splácen.

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 %
<b>Celkem ke splacení</b>	<b>17 360 Kč</b>	<b>86 800 Kč</b>

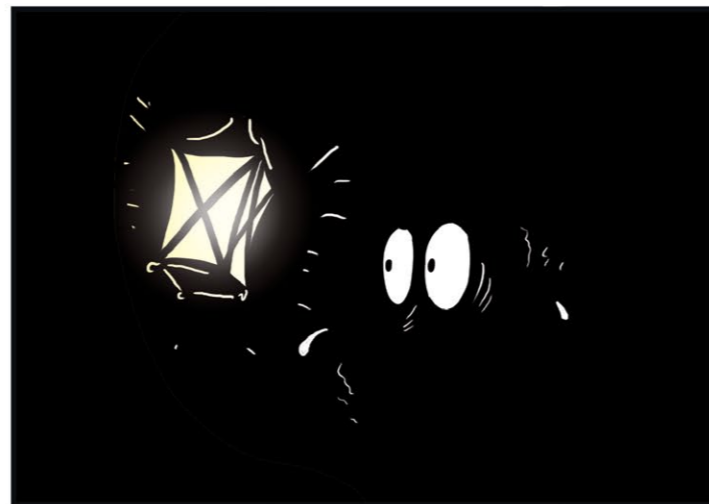
## Nezaplacení řádné splátky může mít za důsledek

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
<b>Celkem zaplatím</b>	<b>45 029 Kč</b>	<b>171 406 Kč</b>

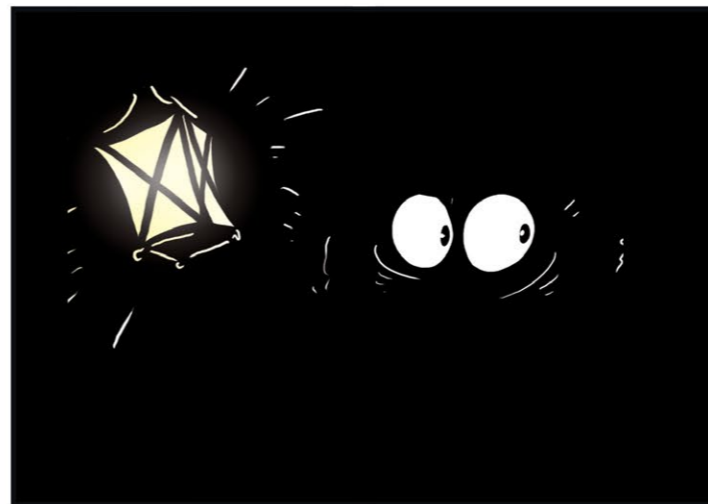
# Práce na černo

## Co znamená práce na černo

- Žádná ochrana před nezákonným postupem zaměstnavatele
- Žádné odškodnění a bolestné v případě úrazu během výkonu práce
- Žádná nemocenská/mateřská
- Žádný nebo velmi nízký starobní důchod
- Žádná možnost získat půjčku, úvěr, hypotéku od solidních věřitelů



- V případě zdravotních problémů žádný nebo nižší invalidní důchod, v případě smrti žádný vdovský (vdovecký) a sirotčí důchod pro pozůstalé
- Žádné odstupné v případě výpovědi
- Žádná podpora v nezaměstnanosti
- Riziko pokuty od Úřadu práce ČR



Práce na černo znamená práci bez platné zaměstnanecké smlouvy, kdy zaměstnavatel za zaměstnance neodvádí sociální a zdravotní pojistné, zaměstnanec neplatí daň z příjmu a velmi často je zároveň nahlášen jako uchazeč o zaměstnání na úřadu práce.

Důvody, které vedou k tomu, že se člověk rozhodne pro práci na černo, jsou nejčastěji ekonomické. Příjem práce na černo a pobírání dávek státní sociální podpory je často vyšší než příjem z legální práce. Také u dlužníků pomáhá práce na černo uchránit příjem před exekucí. Lidé často z krátkodobého hlediska vyhodnotí práci na černo jako výhodnější oproti legální práci a nepřemýšlejí nad dlouhodobými dopady a riziky, které práce na černo přináší.



Pokud se budete rozhodovat mezi legální prací a prací bez smlouvy, zkuste si zodpovědět pár otázek:

- Co budu dělat v případě pracovního úrazu či nemoci z povolání?
- Jsem srozuměn/a s tím, že nebudu mít příštích pár let dovolenou ani nemocenskou či mateřskou?
- Co budu dělat, když mi zaměstnavatel zaplatí méně nebo vůbec?
- Vydělám si tolik, abych si ušetřil/a na důchod pro případ, že kvůli práci na černo nebudu mít odpracovaná léta potřebná pro nárok na starobní důchod?
- Jak splatím své dluhy?

# Exekuce

Exekuce je výkon rozhodnutí, kterým se zabavuje majetek dlužníka na úhradu jeho dluhů. Exekucí můžete přijít o byt, dům, chatu, auto i jakýkoli jiný movitý majetek. Může být postižena Vaše mzda i Váš účet. Exekuci se nevyhnu ani důchodci a nezaměstnaní, protože postihnout exekucí je možné i starobní či invalidní důchod i rodičovský příspěvek. Aby mohla být exekuce provedena, věřitel musí získat tzv. EXEKUČNÍ TITUL – to znamená rozsudek, platební rozkaz, rozhodčí nález (po uplynutí doby na odvolání). Výjimku tvoří dluhy u státních institucí (např. státní policie, finanční úřad, zdravotní pojišťovna) – ti využívají správní řízení, které nahrazuje řízení před soudem. **Je důležité vyzvedávat si poštu a informovat věřitele o změně trvalého bydliště, abyste mohli podat odvolání, odpor proti rozhodnutí soudu. Po nařízení exekuce je příliš pozdě se bránit.**

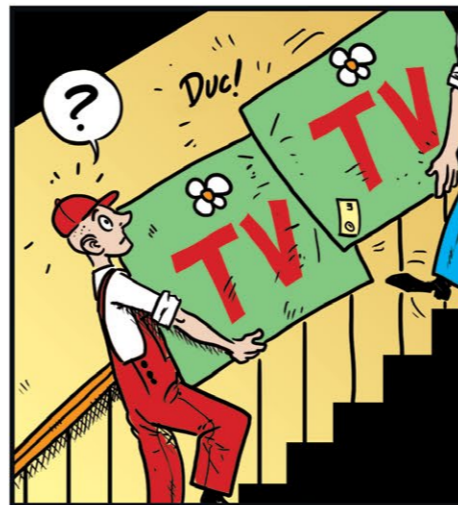
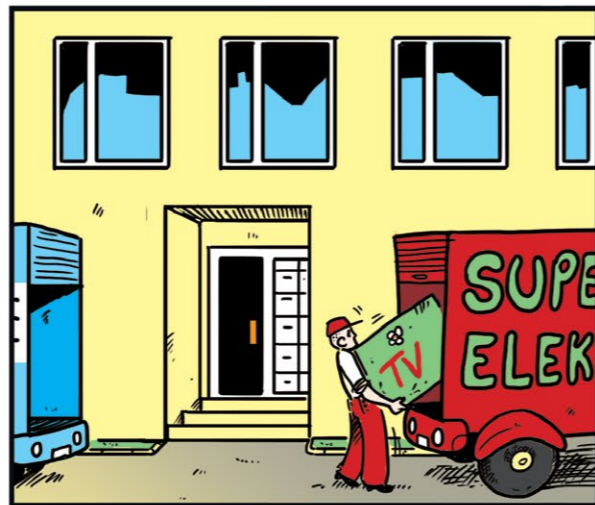
## Způsoby provedení exekuce

### Příkazání pohledávky

(zablokování a zabavení peněz na účtu v bance).

### Srážky ze mzdy či z jiných příjmů

(i z dávek podpory v nezaměstnanosti, invalidního důchodu, starobního důchodu apod.).



Václav po zahájení první exekuce řešil zapeklitou situaci. Exekutor vydal exekuční příkaz příkazáním pohledávky z účtu bankovního ústavu za nezaplacenou pokutu u dopravních podniků a následně exekuční příkaz srážek ze mzdy. Poté, co zaměstnavatel již sraženou mzdu zaslal na Václavův účet, Václav zjistil, že peníze nemůže vybrat, účet má zablokovan a celý měsíc tedy bude bez výplaty. Co s tím? Dluhový poradce Václavovi doporučil postup: nejprve si požádat u banky o jednorázový výběr ve výši dvojnásobku životního minima a poté dohodnout se zaměstnavatelem výplatu mzdy v hotovosti nebo si nechat posílat sraženou mzdu na účet rodičů.

## Příklad výpočtu srážek ze mzdy pro rok 2016

Svobodný muž s jedním dítětem, dluh má u VZP – přednostní pohledávka

Měsíční čistý příjem	12 000 Kč
Manželka	ne
Počet vyživovaných osob	jedno dítě
Základní nezabavitelná částka	7 724 Kč
Přednostní pohledávky dle § 279 odst. 2 OSŘ	ano
Celková nezabavitelná částka	9 149 Kč
tato částka dlužníkovi zůstává	
<b>Exekuce</b>	
<b>Celková srážka</b>	<b>2 851 Kč</b>

## Přednostní pohledávka

Pohledávky na výživném, vůči státu, pokuty, na zdravotním a sociálním pojištění, v jiných případech, kdy to stanoví zákon.

## Nepřednostní pohledávka

Pohledávky ze smluvních ujednání (půjčky, úvěry, dluhy na nájmu, za telefon, pokuty u dopravních podniků atd.).





## Prodej movitých věcí

Exekutor či jeho zaměstnanec se dostaví do místa, kde by dlužník mohl mít uložené věci (nemusí to být pouze trvalé bydliště!). Věci olepí žlutými nálepkami a sepíše do soupisu majetku (kopii soupisu zanechá dlužníkovi). Označené věci buď zanechá na místě, nebo rovnou odveze, je-li to účelné pro provedení exekuce. Věci se následně ocení a prodají v dražbě. Nelze zabavit věci vyloučené z exekuce prodejem movitých věcí.

## Mezi věci vyloučené z exekuce patří

- Běžné oděvní součásti, včetně prádla a obuvi.
- Snubní prsten a jiné předměty podobné povahy, písemnosti osobní povahy, obrazové snímky a obrazové a zvukové záznamy týkající se dlužníka nebo členů jeho rodiny.

- Obvyklé vybavení domácnosti, zejména lůžko, stůl, židle, kuchyňská linka, kuchyňské nářadí a nádobí, lednička, sporák, vařič, pračka, vytápěcí těleso, palivo, příkrývka a ložní prádlo, pokud hodnota takové věci zjevně nepřesahuje cenu obvyklého vybavení domácnosti.
- Studijní a náboženská literatura, školní potřeby a dětské hračky.
- Zdravotnické potřeby a jiné věci, které dlužník potřebuje vzhledem ke své nemoci nebo tělesné vadě.
- Hotové peníze do částky dvojnásobku životního minima (tj. do částky 6820 Kč).

## Prodej nemovitosti

Nemovitost exekutor nechá ocenit soudním znalcem a draží se za vyvolávací cenu 2/3 odhadu znalce.

## Co dělat, když přijde exekutor

- Nepropadnout panice.
- Být připraven – dopředu si zjistit, jaká mám jako dlužník práva, co mi exekutor může zabavit, jaké věci jsou z exekuce vyloučeny.
- Ochránit majetek jiných osob. Především by dlužník měl mít v nájemní smlouvě uvedeno, jaké zařízení bytu patří pronajímateli. Osoby žijící společně s dlužníkem by měly mít doklady o nabytí svého majetku a dostatek informací, jak postupovat, pokud by jejich věc byla zapsána do soupisu zabaveného majetku.
- Pokusit se o domluvu s věřitelem nebo s exekutorem na zaplacení dluhu ve splátkách.
- Exekutorský úřad má povinnost pořídit videozáznam průběhu provedení mobiliární exekuce (exekuce nábytku). Dlužník si však může průběh exekuce natočit i sám.
- Podat Návrh na vyškrtnutí věcí ze soupisu majetku – v případě, že je do soupisu majetku při exekuci zahrnuta i věc, která nepatří dlužníkovi. (Návrh se podává u exekutora do 30 dnů – podává ho majitel věci; pokud exekutor návrhu nevyhoví, lze podat ještě vylučovací žalobu přímo k nařizovacímu soudu).
- Požádat o Odklad provedení exekuce - návrh je možné podat v případě, že se dlužník bez vlastní viny přechodně ocitl v takovém postavení, že by provedení exekuce mohlo mít pro něho nebo příslušníky jeho rodiny zvláště nepříznivé následky (např. vážné zdravotní problémy, které pomínou).
- Podat Návrh na zastavení/částečné zastavení exekuce - použije se zejména v případech, kdy exekuce byla zaplacena, nebo pokud je výkon exekuce nepřipustný (např. byla zabavena věc, která tvoří obvyklé vybavení domácnosti); k návrhu na zastavení se vždy musí přiložit důkazy k prokázání uvedených tvrzení.
- Podat Návrh na zastavení exekuce pro nemajetnost – v návrhu je nutné vylíčit a doložit důkazy dlužníkovy nemajetnosti. Se zastavením exekuce musí většinou souhlasit oprávněný (věřitel).

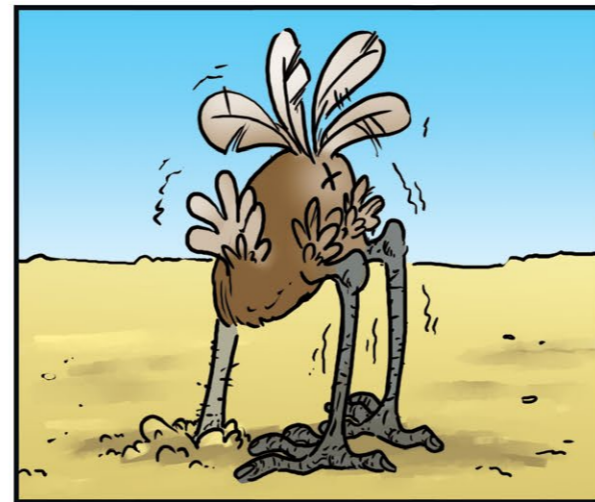
## Průběh exekuce

1. **Návrh na nařízení exekuce.** Podává oprávněný (věřitel), podmínkou je, že o dluhu již bylo pravomocně rozhodnuto – viz exekuční titul.
2. **Soud na základě návrhu pověřil exekutora provedením exekuce.**
3. **Exekutor zjistí a zajistí majetek dlužníka.**
4. **Exekutor vydá exekuční příkaz.**
5. **Po provedení exekuce** (převedení prostředků na účet exekutora) **vydá exekutor Příkaz k úhradě nákladů exekuce, ve kterém se stanoví náklady exekutora + náklady věřitele v exekučním řízení.**
6. **Po nabytí právní moci Příkazu k úhradě nákladů exekuce dochází ke skončení exekuce a odblokování postiženého majetku dlužníka.**

# Oddlužení

Jsou situace, kdy dlužník i přes velkou snahu není schopen v průběhu mnoha let své dluhy splatit. Dluhy v průběhu času rostou a mnoho lidí ztrácí motivaci k legální práci i domluvě s věřiteli. V takové chvíli doplácí nejen dlužník, ale i věřitelé. Oddlužení znamená zastavení růstu dluhů a spravedlivé rozdělení dlužnických splátek mezi všechny přihlášené věřitele. Institut oddlužení tak přináší šanci pro dlužníky, kteří svou situaci již nejsou schopni zvládat vlastními silami, mají ale velkou snahu své dluhy splácet.

Václav se po zmapování svých dluhů, tvorbě rodinného rozpočtu a konzultaci s dluhovým poradcem rozhodl řešit svou situaci oddlužením. Podařilo se mu sice nalézt lepší práci řidiče dodávky v logistické firmě, některé dluhy však za dobu, kdy nesplácel, narostly několikanásobně a bylo jasné, že by je splácel ještě mnoho let. Navíc se Václav chystal oženit s Janou, chtěli si pořídit další dítě a zbavit se dluhů jednou pro vždy.



Pro zdárný průběh oddlužení a šťastný konec celého příběhu je důležité především to, že se Václav rozhodl svou situaci řešit, uvědomil si nevýhody práce na černo a naučil se lépe hospodařit se svým rozpočtem.

Václav a Jana podali společný návrh na oddlužení již jako manželé. Během pěti let se jim podařilo zaplatit téměř 40 % svých dluhů a insolvenční soud je po zdárném ukončení oddlužení osvobodil od hrazení zbytku jejich dluhů.

Oddlužení je určeno pro fyzické osoby, které nemají dluhy z podnikání nebo již jako podnikatelé prošli konkurzem.

Základní podmínkou je úpadek nebo hrozící úpadek, to znamená: máte min. dva věřitele, nejste schopni své závazky plnit (jste po splatnosti min. 30 dní se splátkou či s plněním jiné povinnosti nebo již víte, že nadcházející splátku nebudete schopni uhradit).

Jste schopni zaplatit min. 30 % z Vašich závazků.

## Dvě formy oddlužení

**Splátkovým kalendářem po dobu pěti let** (zde je nutný pravidelný legální příjem – např. mzda, plat, důchod; výpočet výše srážek z Vašeho příjmu je přesně stanoven zákonem, a to podle toho, zda žijete sami, nebo vyživujete další osoby a podle výše příjmů).

**Prodejem majetkové podstaty** (tedy majetku, který vlastníte – např. nemovitosti).

## Jaké dokumenty si musíte k podávanému návrhu na oddlužení připravit

**Aktuální dokumenty od všech dluhů.** Ke každému z dluhů je potřeba doložit jeho výši (kolik nyní aktuálně dlužíte) a jeho stav (zda už je vykonatelný, tedy zda už bylo soudem či rozhodcem rozhodnuto o právním nároku věřitele, či nikoli). Potřebujete tedy nejlépe poslední dokument, který Vám byl k dluhu zaslán (ať už věřitelem, od soudu, vymáhací agenturou či exekutorem). Pokud je takovýto doklad starší více než půl roku, je vhodné, abyste požádali věřitele či exekutora o sdělení aktuální výše dlužné částky. Ideální je u dluhů, které ještě nebyly zažalované, doložit smlouvu o vzniku závazku a např. upomínku s aktuální výší dlužné částky. U dluhů, které již žalovány byly, doložte rozsudek, příp. usnesení o nařízení exekuce a aktuální výši dlužné částky.

**Doklady o výši Vašeho čistého příjmu za poslední 3 roky.** Soud posuzuje, jak byly Vaše příjmy v minulosti stabilní a zda jste, pokud to Vaše situace dovoľovala, byli zaměstnaní. Pokud tomu tak nebylo, bude vhodné to do návrhu vhodně zdůvodnit. Potřebujete tedy doklad o výši čisté mzdy (může být i evidenční list důchodového pojištění), doklady o výši podpory z ÚP, doklady o dávkách státní sociální podpory, doklad o výši a datu přiznání důchodu apod. – vše tři roky zpětně.

**Dokumenty dokládající Vaši současnou a budoucí výši příjmů** (čistý příjem). V návrhu musíte doložit, že máte příjem, ze kterého budete své oddlužení plnit. Jedná se tedy o pracovní smlouvu (ideální je na dobu neurčitou), doklad z České správy sociálního zabezpečení o výši důchodu atd.

**Výpis z rejstříku trestů.** Výpis nesmí být starší tří měsíců.

**Rodné listy dětí.** Pokud žijí s Vámi a ještě se samy nevyživují.

**Oddací list.** Pokud návrh podáváte společně se svým manželem / manželkou.

## Jak návrh podat?

**Konzultujte s odborníky.**

Vyhledejte bezplatnou pomoc dluhové poradny, občanské poradny apod.

Návrh se podává na předepsaném formuláři, který najdete na [www.insolvenncni-zakon.cz](http://www.insolvenncni-zakon.cz) + je třeba doložit předepsané přílohy (např. soupis majetku, soupis závazků, čestná prohlášení o tom, že nemáte zaměstnance).

Návrh musí být podán s ověřeným podpisem a doručen ke krajskému soudu podle místa Vašeho bydliště.



## Výhody

- **Zaplatíte pouze část svých závazků (min. 30 %), pro zbytek si požádáte soud o odpuštění.**
- **Uspokojíte všechny své věřitele rovným dílem.**
- **Dluhy už se nezvyšují.**
- **Není možné provádět exekuce (po podání návrhu k soudu).**
- **Skončí tlak ze strany věřitelů a stres spojený s předlužením.**
- **Při splátkovém kalendáři je Vám srážena z příjmu jedna částka, kterou pak insolvenční správce rozděluje věřitelům.**

## Nevýhody

- **Platíte insolvenčního správce (jeho osobu určí soud): 1089 Kč/měsíc (65 340 Kč za 5 let) nebo 15 % z ceny prodaného majetku.**
- **Z příjmu Vám zůstává pouze tzv. nezabavitelná částka.**
- **Až Vaše oddlužení poběží, musíte si dávat pozor, abyste neměli zpoždění s Vašimi dalšími platbami více než 30 dní (poplatky, pokuty, nájem apod.), jinak Vám hrozí zrušení oddlužení a konkurz.**
- **Náročná administrativa spojená s podáním návrhu.**

# Kontakty

Město	Adresa	Telefon
<b>Praha</b>		
RUBIKON Centrum, z.s.	Korunní 101, P-3	739 470 408
Občanská poradna Praha 1	Jakubská 3, P-1	222 310 110
OP REMEDIUM Praha	Křišťanová 15, P-3	272 743 666 605 284 737
SPOLEČNOU CESTOU z. s.	Spytihněvova 4, P-2	223 011 642
Proxima Sociale o.p.s.	Rakovského 3138, P-12	277 007 280
Poradna při finanční tísni, o.p.s.	Americká 22, P-2	222 922 240 800 722 722 (zelená linka)
<b>Středočeský kraj</b>		
Respondeo, z. s.	Přemyslovců 14/11, Nymburk	325 511 148 737 104 928
Poradna města Příbram	ulice Čs. armády 5, Příbram IV	318 498 281 318 498 282
<b>Jihočeský kraj</b>		
Bezplatná insolvenční poradna	Karla IV. 12, České Budějovice (budova Probační a mediační služby)	737 247 464
	Budovcova 207/6, Písek (budova městského úřadu)	777 232 421 775 202 421
THEIA - krizové centrum o.p.s.	Mánesova 11/3b, České Budějovice Pravdova 837, Jindřichův Hradec	775 202 421 775 202 421
	Kaplická 439, Horní Brána, Český Krumlov 1	775 202 421

<b>Plzeňský kraj</b>		
OP Plzeň	Koterovská 41, Plzeň	377 456 468 777 964 563
Poradna při finanční tísni, o.p.s. Plzeň	Martinská 2, Plzeň (přízemí budovy)	222 922 240 800 722 722 (zelená linka)
OP Rokycany	Svazu bojovníků za svobodu 68, Rokycany	373 728 536

<b>Karlovarský kraj</b>		
Občanská poradna Karlovy Vary	Sokolovská 71, Karlovy Vary-Rybáře	353 224 804
Člověk v tísni - kontaktní místo Sokolov	Nádražní 544, Sokolov	739 320 309
Občanská poradna Cheb	Koželužská 19, Cheb	731 433 134

<b>Ústecký kraj</b>		
OP Děčín při Charitním sdružení Děčín	Zbrojnická 779/7, Děčín	412 517 368
OP Most	Tř. Budovatelů 2957/ 108, Most	417 638 954 721 258 865
OP Teplice	Thámová 711/20, Teplice	477 070 007 720 995 180
OP při Farní charitě Rumburk	Sukova 1055, Rumburk	412 384 745
Poradna při finanční tísni, o.p.s. Ústí nad Labem	Dlouhá 15, Ústí nad Labem (budova B krajského úřadu)	411 135 200 800 722 722 (zelená linka)
Poradna při finanční tísni, o.p.s. Litvínov	Holešická 248, Litvínov-Janov (sídlo Sociálních služeb MÚ Litvínov)	411 135 200 800 722 722 (zelená linka)
Poradna při finanční tísni, o.p.s. Česká Lípa	Jindřicha z Lipé 127, Česká Lípa (sídlo obecního živnostenského úřadu)	411 135 200 800 722 722 (zelená linka)

<b>Liberecký kraj</b>		
Děčko Liberec z.s.	Švermova 32, Liberec	485 152 070
OP Liberec		776 331 112

<b>Královéhradecký kraj</b>		
Občanské poradenské středisko, o.p.s. - OP Jičín	Vrchlického 824, Jičín	736 472 676

Občanské poradenské středisko, o.p.s. - OP Hradec Králové	Třída ČS. armády 543, Hradec Králové	734 734 818
Poradna při finanční tísni, o.p.s. Hradec Králové	Třída Karla IV. 430, Hradec Králové	222 922 240
Občanské poradenské středisko, o.p.s. - OP Náchod	Kamenice 113, Náchod	734 370 960
OD5K10, z. s.		
OP Rychnov nad Kněžnou	Panská 1492, Rychnov nad Kněžnou	775 475 796

<b>Pardubický kraj</b>		
OP Pardubice, z. s.	17. listopadu 237, Dům služeb, (5. patro)	466 989 574
OP Polička při Oblastní charitě Polička	Vrchlického 185, Polička	461 723 758
OP a poradna pro cizince Hlinsko	Poděbradovo náměstí 1, Hlinsko	777 306 998 (středa) 602 540 174 (čtvrtek)
OP Chrudim	Školní náměstí 56, Chrudim	469 319 700
OP Ústí nad Orlicí	17. listopadu 69, Ústí nad Orlicí	465 520 520 734 281 415 (detašovaná pracoviště Vysoké Mýto, Letohrad, Lanškroun, Králíky)

<b>Olomoucký kraj</b>		
Poradenské centrum pro dlužníky SPES, o.s.	Dolní náměstí 27/38, Olomouc	777 723 598
Poradna při finanční tísni, o.p.s. Šumperk	Jesenická 31, Městský úřad, Šumperk (2. patro budovy)	595 532 740
OP při občanském sdružení Pod křídly Valašské Meziříčí	Zašovská 784, Valašské Meziříčí	571 629 068
OP Charita Zábřeh	Valová 290/9, Zábřeh	583 412 589
SPOLEČNĚ - JEKHEATANE, o.p.s.	Hlavní třída 13/3, Šumperk	725 101 815

<b>Moravskoslezský kraj</b>		
OP při Centru nové naděje Frýdek-Místek	Palackého 129, Frýdek-Místek	558 439 823 773 173 604
OP Bohumín při Charitě Bohumín	Štefánikova 957, Bohumín	596 016 715 739 002 717

OP Karviná, středisko Slezské diakonie	V Aleji 435, Karviná	734 645 272
OP Opava při Charitě Opava	Kylešovská 10, Opava	553 616 437 731 316 552
OP Ostrava-Poruba	Dělnická 387/20, Ostrava	591 124 979 602 248 693
Poradna při finanční tísni, o.p.s. Ostrava	Vítkovická 1, Ostrava (budova ÚAN)	595 532 740 800 722 722 (zelená linka)
SPOLEČNĚ - JEKHEATANE, o.p.s.	U Tiskárny 3, Ostrava-Přivoz	596 113 890 602 248 693
	Dělnická 387/20, Ostrava-Poruba	591 124 979 778 059 313

<b>Jihomoravský kraj</b>		
IQ Roma servis z.s.	Vranovská 846/45, Brno	543 213 310
OP Třebíč	Přerovského 126/6, Třebíč	568 845 348 724 304 718
OP Moravské Budějovice	nám. Míru 26, Moravské Budějovice	777 720 165

<b>Zlínský kraj</b>		
OP Uherské Hradiště	Velehradská tř. 181, Uherské Hradiště	572 540 723
OP Vsetín	Jiráskova 419, Vsetín	774 262 243
OP Strop	Dlouhá 2699, Zlín	571 110 896

<b>Kraj Vysočina</b>		
Portimo, o.p.s.	Zahradní ul. 580,	566 688 227
OP Bystřice nad Pernštejnem	Bystřice nad Pernštejnem	731 487 284 733 510 693
OP Havlíčkův Brod při Oblastní charitě Havlíčkův Brod	B. Němcové 188, Havlíčkův Brod	569 425 630 777 736 048
OP Jihlava	Žižkova 13, Jihlava	567 330 164
OP Pelhřimov	Pražská 127, Pelhřimov (budova č. 5)	565 327 110 720 417 850
OP Třebíč	Přerovského 126/6, Třebíč	568 845 348 724 304 718
OP Žďár nad Sázavou	Dolní 165/1, Žďár nad Sázavou	566 520 165 728 518 290

OP - Občanská poradna

# Slovníček pojmů

## Exekuční titul

Rozhodnutí soudu nebo jiné instituce, které je nezbytným pokladem pro zahájení exekuce. Toto rozhodnutí musí být pravomocné (uběhla lhůta na odvolání) a vykonatelné (uběhla lhůta na zaplacení).

## Exekuční příkaz

Rozhodnutí exekutora o tom, jak bude exekuce provedena. Nejčastější jsou exekuční příkazy srážkami ze mzdy, příkázáním z účtu povinného, prodejem movitých věcí, prodejem nemovitostí.

## Platební rozkaz

Rozhodnutí soudu při zkráceném řízení. Soud nenařizuje jednání, rozhoduje na základě podkladů od věřitele. Dlužník má 15 dní na podání odporu proti platebnímu rozkazu, pokud odpor podá, bude soud rozhodovat v klasickém řízení. Platební rozkaz je považován za doručený desátý den od uložení na poště, i když si adresát písemnost nevyzvedl. Jde o exekuční titul.

## RPSN

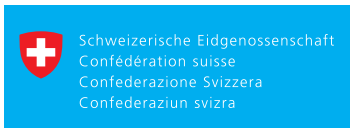
Roční procentní sazba nákladů. Číslo, které ukazuje nákladovost úvěru. Slouží k porovnání výhodnosti bankovních i nebankovních produktů.

## Rozhodčí doložka (Rozhodčí smlouva)

Ujednání ve smlouvě, které znamená, že spory mezi smluvními stranami nebude řešit soud, ale rozhodce. Rozhodce na rozdíl od soudu není nezávislý a nezaručuje právo na spravedlivý proces. Proti rozhodčímu nálezu se lze odvolat jen ve výjimečných případech, ale má stejnou právní platnost jako rozhodnutí soudu. Rozhodčí nález je ihned vykonatelný, pohledávka může být předána rovnou exekutorovi. Ve spotřebitelských smlouvách jde o rizikové ustanovení.

## Rozhodčí nález

Výsledek rozhodčího řízení, nahrazuje rozsudek či platební rozkaz. Jde o exekuční titul.



Podpořeno z Programu švýcarsko-české spolupráce [www.swiss-contribution.cz](http://www.swiss-contribution.cz)  
Supported by a grant from Switzerland through the Swiss Contribution to the enlarged European Union [www.swiss-contribution.ch](http://www.swiss-contribution.ch)



Autor textu brožury:  
Rubikon Centrum, z.s.

[www.alianceprotidluhum.cz](http://www.alianceprotidluhum.cz)