

Wartezeit sinnvoll nutzen

Unterlagen sortieren:

Alle Briefe öffnen und in einem Ordner abheften.

Wichtige Unterlagen (z.B. Kontoauszüge, Lohnbescheinigungen) unbedingt aufheben!

Alle Gläubiger*innen ausfindig machen

Manchmal sind nicht mehr alle Unterlagen auffindbar. Hier lassen sich Auskünfte der Wirtschaftsauskunfteien (SCHUFA, Bürgel, Creditreform etc.) einholen (1 x jährlich kostenfrei möglich). Bei Lohnpfändungen kann die Arbeitgeber*in bzw. bei Kontopfändungen die Bank nach Vorgängen gefragt werden.

Einnahmen/Ausgaben erfassen

Alle fixen Kosten (Miete, Strom, Abos, Steuern, Versicherungen etc.) erfassen, auf den Monat herunterrechnen und den Einnahmen gegenüberstellen.



Unnötiges kündigen

Entbehrliche Vereinsmitgliedschaften und Abonnements kündigen, Notwendigkeit bestehender Versicherungen überprüfen.

Gehen Sie keine neuen Verpflichtungen ein

- Keine neuen Laufzeitverträge abschließen
- Umschuldungskredite wirken verlockend, sind aber selten die Lösung
- Vorsicht vor Schufa-freien Krediten: hier lauern betrügerische Maschen und generell: ein neuer Kredit verlagert das Problem oft nur!

Bleiben Sie nicht allein

Suchen Sie sich in Ihrem privaten Umfeld Unterstützung. Vertrauenspersonen können beim Sortieren der Unterlagen helfen und zu schwierigen Terminen begleiten. Vier Ohren hören mehr als zwei!

Schuldnerberatungsstellen in Ihrer Nähe finden Sie unter: www.lag-sb-thueringen.de

oder fragen Sie uns:

Fachberatungsstelle für Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatungsstellen und Schuldenprävention in Thüringen

Arnstädter Straße 50

99096 Erfurt

Tel.: 0361-744 38 120/121

web: www.fbs.liga-thueringen.de

Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Überschuldung



gefördert durch:

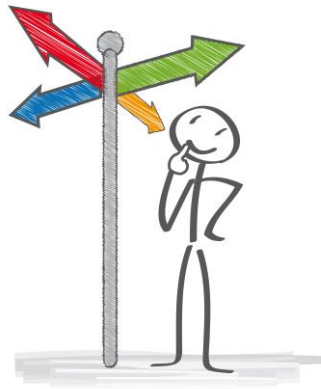
Hintergrund

Das Problem der Überschuldung zieht sich durch alle gesellschaftlichen Schichten. Überschuldung hat neben dem materiellen Aspekt auch weitreichende soziale Folgen für die Betroffenen.

Wichtig ist, sich rechtzeitig Hilfe bei einer anerkannten Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatungsstelle zu suchen.

Die große Nachfrage bei den Beratungsstellen kann zu einer Wartezeit führen, die für die Betroffenen sehr leidvoll sein kann.

Folgende Hinweise sollen helfen, die Wartezeit sinnvoll zu nutzen und nachteilige Entscheidungen zu vermeiden.



Ruhe bewahren!

Gläubiger*innen üben oft großen Druck aus und drängen zu unüberlegten Handlungen. Deshalb unbedingt Folgendes beachten:

Vorrangigkeit der Verbindlichkeiten

Miete, Energie, Krankenkassenbeiträge, aber auch Geldstrafen oder Bußgelder sollten bevorzugt bedient werden, sonst können der Verlust der Wohnung, Stromsperre, eingeschränkte medizinische Versorgung oder sogar Ersatz- bzw. Erzwingungshaft drohen.

Bei Krisen, wie:

- drohender Wohnungsverlust,
- Sperre der Energieversorgung,
- Zwangsvollstreckungsmaßnahmen (Lohn-, Konto- oder Sachpfändung),
- Vorliegen eines gegen Sie gerichteten Haftbefehls
→ reagieren Sie sofort und nutzen Sie die offene (Notfall-) Sprechstunde der Schuldnerberatungsstellen.



Droht oder besteht eine Kontopfändung,

lässt sich Ihr Girokonto in ein Pfändungsschutzkonto umwandeln, damit Sie über einen pfändungsfreien Grundbetrag verfügen können, um Ihre laufenden Ausgaben wie Miete und Strom zu decken. Mehr dazu in dem Flyer „Das Pfändungsschutzkonto“.

Öffnen Sie Vollziehungsbeamt*innen und Gerichtsvollzieher*innen die Tür,

sonst dürfen diese bei mehrfachen Nichtantreffen die Wohnung zwangsweise betreten, um nach verwertbaren Gegenständen zu suchen → die Kosten dafür werden Ihnen in Rechnung gestellt!

Das Verweigern der **Vermögensauskunft** kann zu einer Erzwingungshaft führen, die aber die Geldschuld nicht ersetzt.



Unterschreiben Sie Schuldanerkenntnisse nie ohne genaue Prüfung

Eine Vorherige Absprache mit der Schuldnerberatung ist ratsam, sonst könnten sich die Bedingungen für die Schuldner*in verschlechtern (zu hohe Verzugszinsen, längere Verjährungsfristen, Abtretungsklauseln etc.).

Achtung bei kostenpflichtiger Schuldnerberatung

Kommerzielle Anbieter*innen verlangen meist hohe Gebühren und ein Nutzen für die Schuldner*in bleibt aus.