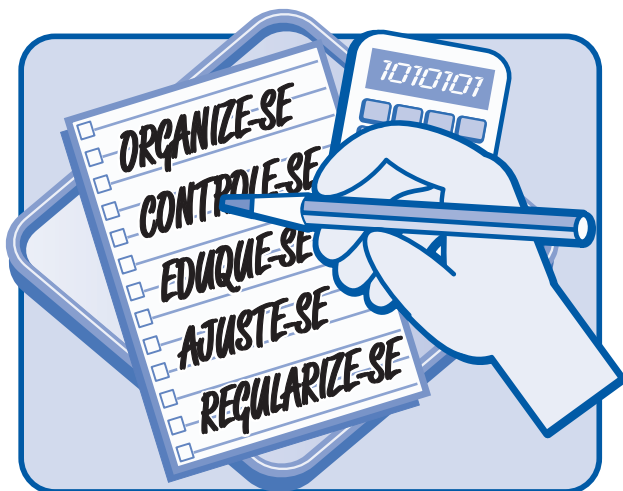


PROCON ORIENTA



5 AÇÕES PARA QUITAR SUAS DÍVIDAS E SAIR DO VERMELHO

O Procon-SP apresenta 5 ações práticas para quem quer sair do endividamento.



ORGANIZE-SE

O primeiro passo é visualizar a extensão da dívida e, para isso, é preciso fazer uma lista detalhada. Coloque no papel:

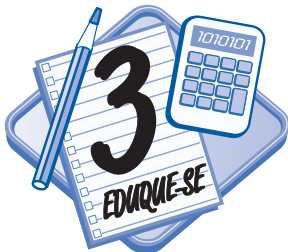
- ✓ Todas as dívidas, discriminando para quem deve, quanto deve e há quanto tempo;
- ✓ Todos os rendimentos (seus e da família, conforme o caso): salários, recebimentos extras, colaboração de familiares, aplicações etc.;
- ✓ Todas as despesas mensais, fixas e variáveis.



CONTROLE-SE

Depois de listar ganhos e gastos é hora de diminuir despesas e evitar permanecer ou fazer novos gastos desnecessários:

- ✓ Cancele serviços que são pouco ou nunca utilizados ou troque por outros mais adequados e mais baratos;
- ✓ Experimente marcas de produtos alternativos, mais baratos e com qualidade semelhante às que costuma usar;
- ✓ Nunca use o limite do cheque especial ou do cartão de crédito como complemento da sua renda;
- ✓ Controle os gastos no cartão de crédito para que no vencimento da fatura consiga fazer o pagamento total. Se possível, tenha no máximo um cartão de crédito e deixe em casa, só levando quando já souber quando e para o que vai utilizar;
- ✓ Evite fazer muitos parcelamentos. Para qualquer parcelamento, mantenha um controle rigoroso da dívida até quitar tudo;
- ✓ Para pequenas despesas do dia a dia, prefira utilizar dinheiro. Isso dará uma percepção imediata de quanto está gastando.
- ✓ Mantenha o limite baixo para uso do pix, só para emergências.



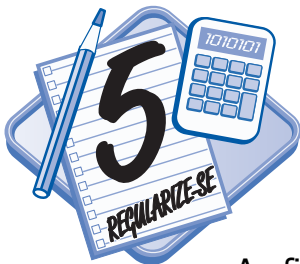
EDUQUE-SE

- ✓ Elabore e siga um planejamento financeiro, e se for o caso, envolva toda a família;
- ✓ Acompanhe com frequência seu saldo bancário e despesas pagas no cartão de crédito;
- ✓ Procure economizar na utilização de energia elétrica, telefone, água, entre outros;
- ✓ Pesquise sempre e compare preços de tudo que for comprar ou contratar.



AJUSTE-SE

- ✓ Agora, com as despesas controladas, calcule quanto realmente sobra para quitar ou renegociar as dívidas;
- ✓ Negocie diretamente com os credores ou por meio de instituições que promovam reuniões de conciliação e solução de conflitos;
- ✓ Avalie a possibilidade da venda de algum bem de valor para fazer uma proposta de quitação total ou parcial das dívidas;
- ✓ Considere a possibilidade de contratação de um empréstimo com juros menores do que os que já são cobrados nas suas dívidas, como é o caso do empréstimo consignado, ou procure a portabilidade de crédito. Fique bem atento a todos os valores, principalmente dos juros, taxas e demais encargos, e faça uma avaliação cuidadosa antes de contratar.



REGULARIZE-SE

Ao firmar um acordo de renegociação ou obter a quitação de uma dívida, mantenha tudo bem documentado. O credor deverá providenciar a regularização da situação perante os cadastros de inadimplentes. **FIQUE ATENTO!**

- ✓ Se a dívida envolver a emissão de cheque sem fundo, procure o credor, efetue o pagamento e solicite a devolução do cheque. Apresente ao seu banco, que deverá excluí-lo do cadastro de inadimplentes.
- ✓ Se houver título protestado, dirija-se ao cartório que registrou o protesto e solicite uma certidão para saber quem protestou o título e informe-se como regularizar a situação.
- ✓ Para ser excluído do SCPC ou SERASA, consulte como proceder, nos sites dessas instituições.

Atenção!

Para o cancelamento de protesto e exclusão do nome do cadastro de emitentes de cheque sem fundos (CCF), há cobrança de tarifas.

Esperamos que essas dicas tenham sido úteis.

- > Visite o site da Fundação Procon-SP para mais orientações e informações sobre atendimento.

RENEGOCIAÇÃO DE DÍVIDAS

NTS - Núcleo de Tratamento de Superendividamento do ProconSP

www.procon.sp.gov.br > Espaço Consumidor > Apoio ao Superendividado

AGÊNCIA REGULADORA

- > Banco Central do Brasil, acesse: www.bcb.gov.br

ATENDIMENTO MUNICIPAL

- > Atendimento pessoal nos Procons Municipais, consulte o site do Procon-SP ou a prefeitura de sua cidade

ATENDIMENTO E REDES SOCIAIS



CONSULTAS E RECLAMAÇÕES,
acesse: www.procon.sp.gov.br



BLOG EDUCAPROCON:
educaproconsp.blogspot.com.br



FACEBOOK:
[proconsp](https://www.facebook.com/proconsp)



INSTAGRAM:
[@proconsp](https://www.instagram.com/proconsp)



TWITTER:
[@proconspoficial](https://twitter.com/proconspoficial)



YOUTUBE:
[TV Procon-SP](https://www.youtube.com/TVProconSP)