

betaling av gjeld

DINE RETTAR



FORBRUKARRÅDET

INFORMASJON FRÅ FORBRUKARRÅDET
2005 NYNORSK



Har du betalingsproblem?

Klarer du ikkje å betale rekningane dine?

Er gjelda di for stor i forhold til inntekta?

Ta kontakt med kreditorane dine med ein gong. Fortel at du har økonomiske problem, og forklar kvifor.

SKAFF DEG OVERSIKT OVER ØKONOMIEN DIN!

Set opp ei ryddig oversikt over inntekter, utgifter, gjeld og egedelar. Då kan du raskt sjå kvar problemet ligg, og kva du kan gjere.

Følg denne planen:

1. Inntekter og skattetrekk

Lag ei oppstilling over inntektene dine. Hugs å få med alt som kjem inn kvar månad – lønn, trygd, bidrag, bustøtte og andre stønader.

- Kan du auke inntekta di?
- Får du dei stønadene du har krav på?
- Kan du få deg ein ekstrajobb eller leige ut ein hybel?
- Har du noko du kan selje?

Sjekk om du har rett skattetrekk. Det kan du gjere ved hjelp av rettleiaren til sjølvmeldinga eller eit dataprogram. Slike program finn du gratis på nettet, til dømes på www.skatteetaten.no.

Betaler du for mykje skatt, kan du be likningskontoret om å justere han. Då kan du frigjere pengar til påkommande utgifter.

Betaler du for lite skatt, får du restskatt. Dersom du set opp skattetrekket, unngår du det.

2. Utgifter

Set opp ei oversikt over dei faste utgiftene dine. Hugs å få med alle buutgiftene. Nokre betaler berre husleige, mens andre betaler kommunale avgifter, renter og avdrag på bustadlån. Lag ei oppstilling over kva du skal betale i renter og avdrag på alle gjeldskrava dine. Hugs å ta med forsikringar, kredittkjøp og eventuelle utgifter til leige av TV, video og stereoanlegg. Sjå om du kan redusere noko av dette.

3. Still diagnosen: Har du for lite, eller bruker du for mykje?

Trekkjer du dei faste utgiftene dine frå inntekta, har du den disponible inntekta di. Då kan du i grove trekk sjå korleis du ligg an økonomisk. Mål den disponible inntekta mot ulike standardsatsar for utgifter til livsopphald (mat, klede, straum, lege osv.). Du kan anten bruke standardbudsjetten for forbruksutgifter som Statens institutt for forbruksforskning har laga (nøkkernt, men rimeleg forbruk – sjå www.SIFO.no), eller satsane som gjeld etter gjeldsordningslova (sjå www.lovdata.no – gjeldsordningslova). Dersom utgiftene dine er på nivå med eller over



BETALING AV GJELD

ORDLISTE

Betalingsoppmodning – betalingskrav frå den du skuldar pengar, i samband med inkasso

Forlikrådet – offentlig rettsorgan som først og fremst skal prøve å mekle i ei sak, men som òg kan gi ein bindande dom

Kreditor – den du skuldar pengar

Namsmannen – offentlig etat som mellom anna arbeider med økonomiske krav. Namsmann er som oftast lensmannen innanfor lensmannsdistriktet eller byfuten i byane

Refinansiering – endring av vilkåra på eit lån, til dømes ved at fleire lån blir slått saman

Rettsleg inndrivning – når eit krav blir drive inn ved hjelp av rettsapparatet

KLIKK OG KLAG

Du kan gå inn på www.forbrukerportalen.no, KLIKK & KLAG, som er den interaktive klagerettleiaren til Forbrukarrådet. Her finn du ei oversikt over rettane dine og gode råd om korleis du skal gå fram når du skal løyse ei klage. Du finn òg standard klagebrev som du kan fylle ut med eigne opplysningar, skrive ut, signere og sende til motparten.

Du kan også ta kontakt med Forbrukarrådet på publikumstelefonen 815 58 200.

MEIR OM

Lov om frivillig og tvungen gjeldsordning for privatpersoner (gjeldsordningslova) av 17.7.1992

Lov om finansavtaler og finansoppdrag (finansavtalelova) av 25.6.1999

Lov om inkassovirksomhet og annen inndrivning av forfalte pengekrav (inkassolova) av 13.5.1988

Lov om sosiale tjenester (sosialtenestelova) av 13.12.1991

Lov om tvangsfullbyrdelse og midlertidig sikring (tvangsfullbyrdingslova) av 26.6.1992

Lov om fordringshaveres dekningsrett (dekningslova) av 8.6.1984

Lov om foreldelse av fordringer (foreldingslova) av 18.5.1979

Sjå www.lovdata.no eller særtrykk.

KLIKK & KLAG

forbrukerportalen.no

ANNAN INFORMASJON FRÅ FORBRUKARRÅDET:

Gjeldsordning, Inkasso, Kausjon

– sjå www.forbrukerportalen.no eller papirutgåve.

SIFO-satsane, bør du sjå om du kan redusere forbruket. Ligg dei vesentleg under satsane i gjeldsordningslova, kan du kanskje gjere noko med dei faste utgiftene eller med gjeldskrava.

DETTE KAN DU GJERE SJØLV

Ta kontakt med dei du skuldar pengar. Forklar at du manglar pengar, og at du ikkje kan betale. Det kan kjennast vanskeleg og flaut, men dess lenger du ventar, dess verre blir det. Vis dei oversikta du har laga over inntekter og utgifter. Her går det fram kva du har til nødvendige utgifter kvar månad, og kva du har å betale kreditorane med. Dersom du kan dokumentere at du trass nøkternt levesett ikkje kan betale som føresett, har du gode sjansar til å få gjort om på avtalane. Få fram at det er evna og ikkje viljen det skortar på. Kreditorane veit jo ikkje kvifor du ikkje betaler, så det må du fortelje dei.

Å utsetje betalinga er inga løysing dersom du likevel ikkje kan betale seinare. Hugs òg at dess strengare betalingstiltak du foreslår, dess sterkare krav kjem kreditorane til å stille. Prøv derfor å få til løysingar som du kan leve med.

Her er nokre tiltak du kan foreslå:

- **Refinansiering.** Du kan samle fleire små og dyre lån til eitt større, med tilbakebetaling over lengre tid. Det kan redusere dei månadlege utgiftene. Det er ikkje alltid at det lønner seg å refinansiere. Søk råd og rettleiing, få hjelp til å rekne på lønnsmda. Banken din hjelper deg gjerne med dette.
- **Forlenge nedbetalingstida.** Det gir lågare månadlege kostnader, men totalt sett blir det dyrare.
- **Utsetje å betale avdrag.** Du betaler renter som før, men ventar med å be-

Set opp ei ryddig oversikt over inntekter, utgifter, gjeld og egedelar.

tale avdrag i til dømes seks månader. Er det snakk om eit eldre lån, kan du spare ein god del kvar månad utan at gjelda di aukar.

- **Full betalingsutsetjing.** Her aukar gjelda di fordi rentene går.
- **Setje ned renta**
- **Få redusert tillagde, ikkje betalte renter**
- **Reduksjon eller full sletting av restgjelda**

Dei tre siste tiltaka påfører kreditorane tap. Du må vere førebudd på at dei kjem til å stille strenge krav til deg for å gå med på noko av dette. Du må til dømes selje unødvendige egedelar, ha nøktern levestandard og strenge dokumentasjonskrav og likebehandle alle kreditorane. Ofte kan det vere lurt å kombinere to eller fleire av tiltaka.

Ta vare på kopiar av alle brev du sender, og svara du får. Noter kva som har skjedd på møta, og følg saka nøye opp heilt til ho er løyst. Ver realistisk – ikkje lov meir enn du kan halde.

GJELDSKRAV OG SAKSGANG

- Dersom du ikkje betaler eit krav ved forfall, sender kreditoren deg først ei purring og kanskje samtidig eit varsel om inkasso. Deretter kjem ei betalingsoppmoding.
- Kravet går normalt til rettsleg inndrivning gjennom det offentlege. Ei vanleg rekning, til dømes på straum, telefon og fakturagjeld, går først til forliksrådet. Forliksrådet er ein domstol som finst i kvar kommune. Her blir betalingsplikta rettsleg fastslått, og du kan bli dømd til å betale kravet.
- Deretter går kravet til namsmannen for tvangsinnkrevjing.
- Har du misleghalde eit banklån eller liknande, går saka ofte direkte til namsmannen utan å ha vore innom

forliksrådet. Namsmannen (som oftast lensmannen) er ein offentleg instans som kan trekkje deg i lønn eller tvangs selje tinga dine til fordel for kreditorane. Det gjeld òg bustaden din.

Det er viktig at du kjenner rettane dine under ei tvangsinnndrivning.

KVA RETTAR HAR DU?

I dag finst det mange lover og reglar som beskyttar den som har betalingsproblem. Nedanfor orienterer vi kort om dei viktigaste.

- Bankane har plikt til å råde deg frå å ta opp lån som kan gi deg økonomiske problem. Det er bestemt i **finansavtalelova**. Dersom du ikkje er blitt frårådd, kan du ha krav på å få utsett, redusert eller ettergitt gjelda.
- Har du kausjonert for nokon som burde blitt frårådd å låne, gjeld det same som ovanfor. Meiner du at det kan vere aktuelt for deg, kan du be om gratis råd eller saksbehandling i **Bankklagenemnda**.
- Du har krav på råd og rettleiing i kommunen. Det er nedfelt i **sosialtenestelova** og i **gjeldsordningslova**.
- Kreditor kan ikkje velte alle innkrevjingskostnadene over på deg. **Inkassolova** har strenge reglar som regulerer nøyaktig kva du skal betale for purringar og inkassovarsel, og kva fristar du har. Du skal berre betale for nødvendige kostnader. Det finst reglar for god inkassoskikk. Du skal mellom anna sleppe å bli utsett for plagsam pågang ved at inkassobyrådet møter opp på arbeidsplassen din eller ringjer deg seint om kvelden. **Inkassoklagenemnda** kan gi deg råd og hjelp.
- **Tvangsfullbyrdingslova** beskyttar deg når prosessen har komme så langt at det offentlege (namsstyresmaktene) er

trekt inn i saka. I lova finn du informasjon om varsemndsplikta til namsmannen, utsetjing ved betalingsvanskar, klage, utsetjing ved tvangssal av bustad og vern mot direkte beslag av lønn.

Same kor mykje du skuldar, har du rett til ein nøktern levestandard.

Dekningslova seier at du aldri kan bli trekt meir i lønn eller andre inntekter enn at du har att tilstrekkeleg til eit nøkternt forbruk av nødvendige ting som mat, klede, straum og liknande. I praksis vil det seie om lag 7500 kroner i månaden for ein einsleg person. Har du barn, er beløpet vesentleg høgre. I tillegg har du rett til å behalde pengar til ei rimeleg husleige eller ein nøktern bustad.

Bustad

Dersom du eig ein bustad, må du få løyve til å behalde han gjennom gjeldsordninga. Sjølv om du har mykje anna ubetalt gjeld, kan du krevje å få betene eit rimeleg bustadlån og andre nøkterne buutgifter. Slik kan du hindre at bustaden din blir tvangsseld. Er det fare for at du skal miste ein nøktern bustad, kan du spørje namsmannen eller ein gjeldsrådgivar om hjelp. Viktige lovreglar finn du i dekningslova.

GJELDSORDNING

Dersom du har alvorlege gjeldsproblem og er varig ute av stand til å betale gjelda di, kan du søkje namsmannen om å få ei offentleg gjeldsordning. Du søker på eit eige skjema der du må leggje fram alle opplysningar som er viktige i vurderinga av den økonomiske situasjonen din. Du får rettleiing og hjelp hos namsmannen, som òg sjekkar om opplysningane du har gitt, er rette.



FORBRUKARRÅDET The Consumer Council of Norway
Postadresse: Pb. 4594 Nydalen, 0404 Oslo, E-post: post@forbrukerradet.no
Publikumstelefon: 815 58 200 • Sekretariatstelefon: 23 40 05 00 • Telefaks: 23 40 05 04

© Forbrukerrådet • 05/05 • Design: Tank Design AS • Trykk: Lobo Media AS

Namsmannen kan om nødvendig hente inn flere opplysninger.

Namsmannen skal først fremje eit forslag til ei løysing som du meiner at du kan leve med, og som kreditorane dine skal ta stilling til – **frivillig gjeldsordning**. Dersom kreditorane ikkje godtek det, kan tingretten stadfeste ei såkalla **tvungen gjeldsordning**.

Under gjeldsforhandlingane blir det først og fremst lagt opp til at du skal semjast med kreditorane om kor stor del av gjelda du skal betale tilbake, korleis du skal betale henne, og når ho skal betalast.

Sjølv om du under ei gjeldsordning kjem til å ha ein stram økonomi, seier lova at ein stor nok del av inntekta di skal gå til nødvendig livsopphald for deg og familien din. Barn skal òg kunne halde fram med sosiale aktivitetar i gjeldsordningsperioden.

GJELDA KAN BLI FORELDA

Dersom gjelda er svært gammal, kan ho bli forelda, slik at ho ikkje lenger kan krevjast inn ved tvang. Dei viktigaste reglane om dette står i **foreldingslova**.

Vanlege rekningar og rentekrav blir normalt forelda etter tre år. Lånegjeld blir først forelda etter ti år. Desse fristane kan bli avbrotne både om du sjølv godtek kravet, til dømes ved å betale fortløpande, eller om kreditor sender saka til forliksrådet eller namsmannen.

Dersom fristen har gått ut, er det kreditor som må bevise at kravet ikkje er forelda.

HER KAN DU FÅ HJELP

Ikkje ver redd for å be om hjelp dersom du treng det. Dei fleste kommunane har eit bra tilbod om gratis råd og rettleiing. Nokre stader har dei ein eigen gjeldsrådgivar, andre stader er tenesta knytt til bustad- eller sosialkontoret. Du kan òg be om hjelp hos dei du skuldar pengar, eller hos namsmannen. Eit anna alternativ er å få fri eller rimeleg juridisk bistand, til dømes hos advokatvakta, kontor for fri rettshjelp eller hjelpetiltaka til jusstudentane (der det er slike).

NÅR DU VIL KLAGE

Dersom du er usamd med banken din, kan du klage til **Bankklagenemnda**. Meiner du at eit inkassobyrå har behandla deg urett, kan du klage til **Inkassoklagenemnda** eller til **Kredittilsynet**. **Gjeldsoffer-Alliansen** kan gi deg praktiske råd om korleis du skal handtere vanskane. Der kan du òg møte andre som er i same situasjonen som deg.

NYTTIGE ADRESSER

Bankklagenemnda

Adresse:

Postboks 6855, St. Olavs plass, 0130 Oslo.
Tlf. 22 20 30 14
www.bankklagenemnda.no

Inkassoklagenemnda

Adresse:

Postboks 311, 3201 Sandefjord.
Tlf. 33 47 56 57
<http://klagenemnda.inkasso.no>

Kredittilsynet

Adresse:

Postboks 100 Bryn, 0611 Oslo.
Tlf. 22 93 98 00
www.kredittilsynet.no

Gjeldsoffer-Alliansen

Adresse:

Møllerg. 42 B, 0179 Oslo.
Tlf. 22 20 64 10
www.gjeldsoffer-alliansen.no

Statens institutt for forbruksforskning

Adresse:

Postboks 4682 Nydalen, 0405 Oslo.
Tlf. 22 04 35 00
www.sifo.no/standardbudsjett