**Чек-лист от “ЦФР”: Как уже сегодня избавиться от преследования коллекторов и кредиторов**

**1. Сбор информации о вашем долге**

* **Запросите копии документов**: Свяжитесь с кредиторами или коллекторами и запросите все документы, связанные с вашим долгом. Это могут быть кредитные договоры, счета, выписки и прочие подтверждающие документы.
* **Проверьте законность**: Убедитесь, что коллекторы или кредиторы имеют законное право требовать долг. Запросите документы, подтверждающие их право на взыскание (договор цессии, агентский договор и т. д.).

**2. Ограничьте общение с коллекторами**

* **Напишите заявление**: Составьте письменное заявление в коллекторское агентство с требованием прекратить все телефонные звонки и личные визиты. Укажите, что все дальнейшие контакты должны осуществляться только в письменной форме.
* **Отправьте заказное письмо**: Отправьте заявление заказным письмом с уведомлением о вручении, чтобы у вас было подтверждение получения.

**3. Проверьте срок исковой давности**

* **Уточните срок исковой давности**: Исследуйте, не истек ли срок исковой давности по вашему долгу (в России он обычно составляет 3 года с момента последнего платежа). Если срок истек, кредиторы не имеют права взыскивать долг через суд.
* **Оспорьте долг**: В случае истечения срока исковой давности отправьте кредитору или коллекторам письмо с уведомлением об этом. Требуйте прекращения всех действий по взысканию долга.

**4. Подача жалобы**

* **Жалоба в ФССП (Федеральная служба судебных приставов)**: Если коллекторы нарушают ваши права (звонки ночью, угрозы и т. д.), подайте жалобу в ФССП. Укажите все нарушения и приложите доказательства.
* **Жалоба в Центральный банк России**: Если коллекторы работают по поручению банка, вы можете подать жалобу в Центробанк. Описание нарушений должно быть четким и подкрепленным доказательствами.

**5. Консультация с юристом**

* **Консультация онлайн или по телефону**: Сегодня же свяжитесь с юристом, специализирующимся на работе с долгами и коллекторами. Он поможет вам понять ваши права и выбрать стратегию защиты.
* **Юридическая помощь**: Если ваши права нарушаются, юрист может помочь подготовить претензию или исковое заявление.

**6. Психологическая поддержка**

* **Стабилизируйте эмоциональное состояние**: Направьте усилия на уменьшение стресса. Обратитесь к психологу, чтобы получить поддержку в сложной ситуации.
* **Ограничьте воздействие коллекторов**: Попросите членов семьи или друзей помочь вам минимизировать контакты с коллекторами, пока вы работаете над решением проблемы.

**7. Рассмотрите варианты урегулирования долга**

* **Реструктуризация долга**: Обратитесь к кредитору с предложением о реструктуризации долга. Это может включать в себя уменьшение ежемесячных платежей или увеличение срока выплаты.
* **Мировое соглашение**: Попробуйте договориться с кредитором или коллектором о частичном погашении долга в обмен на прощение остатка.

**8. Документируйте все взаимодействия**

* **Записывайте все звонки и письма**: Ведите журнал всех контактов с коллекторами. Сохраняйте все письма и записывайте разговоры, если это законно в вашей юрисдикции.

**Хотите избавиться от преследования коллекторов уже сегодня? Мы готовы помочь вам! Наши специалисты проведут бесплатную консультацию и предложат персональное решение вашей ситуации. Свяжитесь с нами прямо сейчас, и мы избавим вас от стресса и защитим ваши права!**