

GOLDEN STATE DEBT MANAGEMENT

SEPTEMBER 2013 NEWSLETTER

Managing Credit to Pay Less for the Things You Need

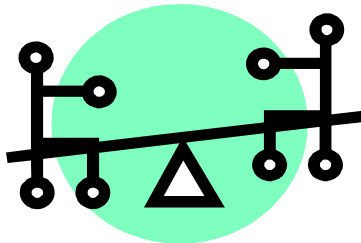
A well-known financial advisor frowns upon credit card use; however, some of us want to be able to establish good credit to buy high-ticket items.

TIPS TO MAINTAIN GOOD CREDIT WHILE STAYING OUT OF DEBT

Owning only one (1) or two (2) credit cards. Ideally, credit card purchases should be paid off every month to avoid carrying balances, which trigger finance charges. For emergency credit card usage, avoid allowing balances to exceed 30% of the credit limit.

Organizing your finances. Creating and maintaining a budget has been proven to be an effective way to help consumers save more by assisting them in recognizing & minimizing bad spending habits.

Monitoring credit reports. You can receive a free credit report from the 3 credit bureaus once a year at www.annualcreditreport.com. Monitoring credit report activity can help you identify and dispute negative credit report remarks, due to credit bureau errors or fraud.



IMPROVING CREDIT REPORTS

ACCORDING TO THE FEDERAL TRADE COMMISSION (FTC) WEBSITE, "No one can legally remove accurate and timely negative information from a credit report."

CREDIT REPORT DISPUTES: The Fair Credit Reporting Act provides consumers with the right to dispute any *inaccurate* negative data on a credit report at any time; therefore, a consumer might start trying to improve her or his credit report by disputing any negative remarks listed on it. Once the dispute is initiated, the credit bureau has 30 days to investigate it. If one or more of the creditors do not respond, when solicited to validate a delinquent debt by the credit bureaus, the negative remark would have to be removed

from your credit report due to it not being verifiable (*Caution:* if you take this action, it could alert collectors to seek to locate you).

SOME CONSUMER STRATEGIES TO REMOVE NEGATIVE DATA FROM CREDIT REPORTS

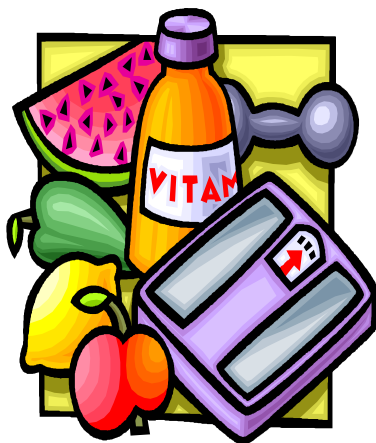
PAY-FOR-DELETION AGREEMENT

This scenario usually applies to collection account debts, where you conditionally agree to settle a delinquent debt, under favorable terms for the collector, however, the collector must agree to sign a pay-for-deletion letter, which should state something similar to this: "You agree to retract all negative or derogatory remarks you may have reported on my credit with any credit reporting agency located in the U.S."

GOOD-WILL DELETION REQUEST

In some instances, where your late payment is being reported as delinquent on your credit report, you can contact the creditor to request it remove the negative remark from your credit report, due to you have been a relatively good-standing, long-term client.

HEALTHY LIVING CENTERS ON DAILY DIET



COMMONLY SUGGESTED TIPS FOR HEALTHY LIVING INCLUDE:

Try to sleep at least 7 hours or more every day.

Practice stress reduction techniques. Constant stress weakens our immune system over time.

Exercise at least 1 hour each day to stimulate your metabolism and contribute to weight management.

Consume fruits, vegetables, whole grains, lean meat and fish.

Exercise and diet as it relates to weight management for older adults and those with slower metabolisms.

Even if we exercise regularly, including aerobics and weight training activity, it would still be difficult to lose weight.

Research indicates weight management is 80% Diet and 20% Exercise. Thus, the foods we consume can greatly affect weight management.

Manejo del crédito para pagar menos por las cosas que necesita

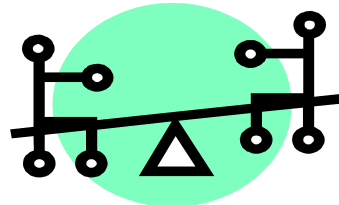
Un asesor financiero conocido desaprueba el uso de tarjetas de crédito; pero se necesita establecer buen crédito para poder comprar artículos costosos (Auto).

SUGERENCIAS PARA MANTENER CREDITO SIN ENDEUDARSE

Poseer sólo 1 o 2 tarjetas de crédito. Compras con uso de tarjeta de crédito deben ser pagadas cada mes para evitar cargar saldos, que activan cargos por financiamiento. Para uso de crédito para emergencia, evite que los saldos se sobrepasan el 30% del límite de crédito.

Organizar sus finanzas. Crear y mantener un presupuesto se ha demostrado ser una forma efectiva de asistir consumidores a ahorrar más, porque les ayude a reconocer y minimizar hábitos de mal gasto.

Monitoreo de informe de crédito. Por ley consumidores pueden recibir un informe de crédito gratis, una vez al año, en el sitio web: www.annualcreditreport.com. Revisar su informe de crédito puede ayudarle identificar datos negativos, debido a errores o fraude.



MEJORAR INFORME DE CREDITO

Según la Comisión Federal de Comercio, "Nadie puede legalmente remover datos negativos correctos de un informe de crédito."

Desafiando Informes de Crédito: La Ley de Equidad de Informes de Crédito le provee el derecho de disputar cualquier datos negativos incorrectos en un informe de crédito. Por lo tanto, un consumidor podría empezar a tratar de mejorar su informe de crédito por disputar cualquier datos negativos listados en el reporte. Una vez iniciada la depute, el Buró de Crédito tiene 30 días para investigar. Si uno o más de los acreedores, que sometieron los datos negativos, no responden cuando se solicitan para validar una deuda vencida por los Burós de Crédito,

el dato negativo tendría que ser eliminado del informe de crédito, debido a no ser verificable (*Cautela:* Si inicia este proceso, podría alertar los coleccionistas)

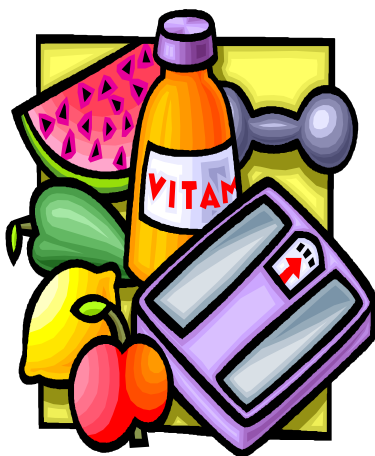
Pago Por Acuerdo de Eliminación

Este escenario se aplica generalmente a deudas vencidas, donde usted acepta condicionalmente a saldar una deuda morosa, bajo condiciones favorables para el coleccionista; pero el colector debe estar de acuerdo firmar una contrato de pago por eliminación, que debe indicar algo similar a esto: Usted acepta retirar todos datos negativos que podría haber hecho sobre mi crédito con agencias de informes de crédito localizadas en EE.UU.

Eliminación de Buena Voluntad

En algunos casos, donde su pago tardío ha estado reportado como un data negativo en su informe de crédito, puede contactar el acreedor para solicitar que se remueva el data negativo de su informe de crédito, debido a que usted ha sido un buen, fiel cliente a largo plazo.

LA VIDA SANA SE CENTRA EN DIETA DIARIA



SUGERIDAS PARA LA VIDA SANA

Trata de dormir al menos 7 horas o más cada día.

Practicar técnicas de reducción de estrés. El estrés constante debilita nuestro sistema inmunológico con el tiempo.

Ejercicio por lo menos 1 hora cada día para estimular su metabolismo y control de peso.

Coma frutas, verduras, granos integrales, carnes con poca grasa y pescado.

Ejercicio y dieta como se relaciona con el control de peso para adultos mayores y personas con metabolismo lento.

Aun si hacemos ejercicio con regularidad, incluso aeróbic y levantamiento de pesas, todavía sería difícil perder el peso.

La investigación indica que control de peso es 80% relacionado por dieta y 20% por ejercicio. Entonces, los alimentos que consumimos afecta control de peso enormemente.