

الخطوة الأولى:
ما المشكلة؟

لم أعد أملك المال فجأةً

- فقدان الوظيفة أو خفض الساعات
- توقف المال
- فقد المال
- مصروفات غير متوقعة
- كارثة (مثل الفيضانات أو الحرائق)
- انهيار العلاقة
- الخضوع لعقوبة (انظر الخيار: 5)

انظر الخيارات 1 2 6

أموالي لا تستمر بما فيه الكفاية

- الاختيار بين الغذاء والوقود والائتمان المحمول
- الدخل المنخفض
- عقد بدون ساعات
- المعونة المرصية القانونية منخفضة للغاية
- مواجهة التكرار
- غير متأكد من التأهل للحصول على الدعم
- تغيير الظروف

انظر الخيارات 1 2

عليّ دَيْن

- الإيجار أو ضريبة المجلس
- الغاز والكهرباء
- قروض يوم الدفع
- مدين للأصدقاء أو العائلة
- مدفوعات الإعانة

انظر الخيار 3

أنا في انتظار دفعة أو دفعة مقدمة

- مطالبة جديدة بالإعانة
- تأخر الدفع
- في انتظار القرار

انظر الخيارات 1 4

هل أنت قلق بشأن المال؟

الدعم متاح في
تاور هامليتس



ثلاث خطوات للتوصّل إلى خيارات
وأماكن للحصول على المساعدة

الخطوة الثانية: ما هي بعض الخيارات؟

1 أنظمة الرعاية المحلية للمجلس

ربما يتمكن الأشخاص منخفضو الدخل من الحصول على إعانة الإسكان ودعم ضريبة المجلس ودفع الإسكان الخاضع لتقدير من المجلس.

اكتشف المزيد على: www.towerhamlets.gov.uk/benefits

2 تعظيم دخلك

يمكن لأي شخص يكافح ماليًا الحصول على فحص الإعانة والتحدث إلى أحد المستشارين للحصول على مشورة مجانية وسرية. يمكن أن يضمن فحص الإعانة حصولك على جميع الأموال التي يحق لك الحصول عليها، وخصوصًا إذا تغيرت ظروفك مؤخرًا، كما يمكن أن يساعدك التحدث إلى مستشار في العثور على صفقات أرخص على أشياء مثل الغاز والكهرباء والتأكد من عدم فقدان الفرصة للحصول على أشياء مثل منح الملابس المدرسية.

3 المشورة بشأن الديون

يمكن أن يرضخ أي شخص تحت وطأة الديون. ويمكن أن تساعدك المشورة والدعم المجاني في إيجاد طرق لإدارة ديونك وخفض المبلغ الذي تدفعه كل شهر.

4 سلفة الإعانة

إذا كنت قد تقدمت بمطالبة جديدة للحصول على سلفة وتعاني ضائقة مالية في أثناء انتظارك الدفعة الأولى، فقد تتمكن من الحصول على سلفة لدفع مقابل أشياء مثل الإيجار أو الغذاء. ومن المهم الحصول على المشورة قبل الحصول على سلفة. ويجب سداد سلف الإعانة، وسيتم اقتطاع الأموال من مدفوعات الاستحقاقات المستقبلية (قرضًا).

5 مدفوعات المشقة من وزارة العمل والمعاشات

إذا تمت معاقبتك، فقد تتمكن من طلب مدفوعات المشقة من Jobcentre. ولا يتم دائمًا سداد مدفوعات المشقة على الفور، وهي غير متاحة للجميع. ويجب سداد مدفوعات المشقة للانتماء الشامل (قرضًا)، لكن لا ينطبق ذلك على مدفوعات المشقة لعلاج الباحثين عن عمل أو بدل دعم التوظيف (ليست قرضًا).

6 الطعن على قرار

يمكنك الطعن على قرار الإعانة إذا تم إيقاف / إجراء معاقبة / تخفيض / رفض الإعانة أو دفع مبلغ زائد لك. ويتعين الطعن في معظم قرارات الإعانة في غضون شهر واحد.

خدمات دعم أخرى

Tower Hamlets Community Advice Network (THCAN)

شراكة من مراكز المشورة المحلية التي تقدم المشورة والتمثيل المجاني في مجالات قانون الرعاية الاجتماعية
thcan@island-advice.org.uk
www.thcan.org.uk

Shelter

مشورة السكن المجانية
0808 800 4444
england.shelter.org.uk

StepChange مؤسسة

مشورة بشأن الديون ونصائح بشأن الأموال
0800 138 1111
www.stepchange.org

Turn2us

دعم مالي ومعلوماتي للعودة إلى الطريق الصحيح، بما في ذلك حاسبة الفوائد والمنح
www.turn2us.org.uk
benefits-calculator.turn2us.org.uk

Money A&E

التدريب والتعليم والمشورة المالية للسكان من المجموعات المحرومة والمجتمعات العرقية المتنوعة
020 8616 3750
info@moneyaande.co.uk
www.moneyaande.co.uk

خدمة LIMEHOUSE PROJECT

نصائح حول استحقاقات الرعاية الاجتماعية والديون والإسكان والهجرة عبر الهاتف ووجهًا لوجه (اللغات التي يتم التحدث بها: الإنجليزية والبنغالية والأردية والهندية)
020 7538 0075
www.limehouseproject.org.uk

789-791 Commercial Road
Unit 2, St Anne Street
London, E14 7HG

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 4 5 6

UNIVERSITY HOUSE LEGAL ADVICE CENTRE

التمثيل والمساعدة والمشورة القانونية في الأمور المتعلقة بالتوظيف والإسكان واستحقاقات الرعاية الاجتماعية
020 3606 0372 | www.legaladvicecentre.london

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 4 5 6

AGE UK EAST LONDON

الدعم والمشورة لكبار السن وعائلاتهم والقائمين على رعايتهم
020 8981 7124 | info@ageukeastlondon.org.uk
www.ageuk.org.uk/eastlondon

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 4 5 6

TOYNBEE HALL

خدمة تعبئة النماذج بشكل أساسي للمزايا وتعظيم الدخل بالإضافة إلى المشورة بشأن الديون
020 7392 2953 | advice@toynbeehall.org.uk
www.toynbeehall.org.uk

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 4 5

BROMLEY BY BOW CENTRE

خدمة East End Energy Fit

نصائح للأشخاص الذين يكافحون لدفع فواتير الغاز أو الكهرباء أو المياه خاصتهم، بما في ذلك المشورة بشأن الديون والرعاية الاجتماعية
020 8709 9745
energy@bbbc.org.uk
www.bbbc.org.uk/services/energy

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 4 5 6

ISLAND ADVICE

نصائح بشأن الديون والسكن واستحقاقات الإعانات، بما في ذلك حسابات "الأحسن حالًا" والمراجعات وإعادة النظر الإلزامية والاستئنافات وجلسات الاستماع التي تعقدتها المحكمة

020 7987 9379 (Tue 10.00-12.00)
admin@island-advice.org.uk
www.island-advice.org.uk

المساعدة بالخيارات: 2 3 5

TOWER HAMLETS COUNCIL

فريق التوعية لدعم السكان يساعد في مطالبات الانتماء الشامل وتعظيم الدخل من خلال فحص استحقاقات الإعانات الاجتماعية
LBTHResidentsupport@towerhamlets.gov.uk

المساعدة بالخيارات: 1 2 4 5

نظام دعم

سكان تاور هامليتس

يقدم الدعم بشأن تكاليف المعيشة قصيرة الأجل للأشخاص إما المعرضين لخطر الوقوع في أزمة أو في خطر الوقوع في أزمة
020 7520 7217
lwpqueries@northgateps.com

EAST END CITIZENS ADVICE BUREAU

نصائح بشأن المزايا والديون والإسكان والتوظيف والهجرة والقانون وغير ذلك الكثير
www.eastendcab.org.uk | 020 3855 4472

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 4 5 6

خدمة Citizens Advice Help to Claim

نصائح ودعم للمطالبة بالانتماء الشامل
0800 144 8444
www.citizensadvice.org.uk

الدعم والمشورة الأخرى

Debt Free Advice

مشورة مجانية من خبراء بشأن الديون عبر خط المساعدة
والدرشة عبر الويب واتساب ودرشة الفيديو
0800 808 5700
www.debtfreeadvice.com

MoneyHelper

الدعم بشأن الديون والاستحقاقات وإدارة الأموال والمعاشات
التقاعدية
0800 138 7777
www.moneyhelper.org.uk

مؤسسة Healthy Start

للمساعدة في شراء الفاكهة والخضراوات والحليب
إذا كنت من أصحاب الدخل المنخفض أو كنت حاملاً أو
لديك طفل أقل من 4 أعوام
0300 330 7010 | healthy.start@nhsbsa.nhs.uk
Apply online: www.healthystart.nhs.uk
*متاح للعائلات ممن لديهم انتفاء الرجوع إلى الأموال العامة

Christians Against Poverty

مؤسسة خيرية للاستشارات بشأن الديون
0800 328 0006 | www.capuk.org

لطالبي اللجوء واللاجئين والمهاجرين مع انتفاء الرجوع إلى الأموال العامة

Women's Inclusive Team

دعم مجتمعات الأقليات العرقية والسود في تاور
هامليتس، بما في ذلك برامج الشباب ومشروعات تمكين
المرأة ودعم الصحة النفسية. تشمل اللغات التي يتم
التحدث بها الصومالية والبنغالية والأردية والإنجليزية.
020 7790 2650 | www.wit.org.uk/contact

Project 17

تقديم المشورة بشأن الإسكان والخيارات المالية للعائلات التي
لديها أطفال يواجهون فقراً مدقعاً أو بلا مأوى لأن لديهم حالة
انتفاء الرجوع إلى الأموال العامة (NRPF)
07963 509 044 | www.project17.org.uk

Unity Project

دعم لأولئك الذين لديهم انتفاء الرجوع إلى الأموال العامة، بما
في ذلك الحصول على حالة انتفاء الرجوع إلى الأموال العامة
التي تم إلزائها عند الاقتضاء
www.unity-project.org.uk



النسخة الرقمية



www.worryingaboutmoney.co.uk/tower-hamlets

Feedback? Share your experience of using this guide by
visiting www.bit.ly/moneyadvicefeedback