

Krok 1 W czym problem?

Nagle nie mam pieniędzy

- Utrata pracy / skrócone godziny
- Utrata pieniędzy / nieoczekiwany wydatek
- Katastrofa (np. powódź albo pożar)
- Rozpad związku
- Wstrzymanie dochodu (np. niezaliczenie badania medycznego)
- Sankcje – zob. opcja 5

Zob. opcje **1 2 5 6**

Czekam na wypłatę / decyzję o zasiłku

- Złożony nowy wniosek o zasiłek
- Wypłata zasiłku jest opóźniona
- Czekam na decyzję o zasiłku

Zob. opcje **1 4**

Nie wystarcza mi pieniędzy

- Decydowanie między jedzeniem / paliwem / telefonem komórkowym
- Niskie dochody lub umowa na zero godzin
- Ustawowe wynagrodzenie chorobowe za niskie, żeby pokryć koszty
- Nie wiem, czy kwalifikuję się do wsparcia
- Zmiana sytuacji (np. nowe dziecko / żałoba / choroba / odejście od partnera)

Zob. opcje **1 2**

Mam długi

- Zaległości w czynszu lub podatku komunalnym
- Gaz lub elektryczność
- Karty kredytowe lub sklepowe
- Pożyczki osobiste i kredyty w rachunku bieżącym
- Pożyczki od przyjaciół i krewnych
- Zwrot zasiłków

Zob. opcja **3**

Krok 2 Jakie mam opcje?

1 Scottish Welfare Fund

Osoby o niskich dochodach mogą otrzymać od Rady **dotację kryzysową**.

Jest to płatność, która pomaga poradzić sobie w nagłym wypadku, w razie katastrofy lub nieoczekiwanych wydatków. Dotacji kryzysowej nie trzeba spłacać (nie jest to pożyczka).

2 Zmaksymalizuj swój dochód

Każdy, kto ma problemy finansowe, może poprosić o kontrolę zasiłków oraz porozmawiać z doradcą w celu uzyskania bezpłatnej i poufnej porady.

Kontrola zasiłków pozwala sprawdzić, czy otrzymujesz wszystkie przysługujące Ci świadczenia, szczególnie jeśli Twoja sytuacja uległa ostatnio zmianie. Rozmowa z doradcą może również pomóc w **znalezieniu tańszych ofert** np. na gaz i elektryczność oraz w **upewnieniu się, że nie omija Cię** wsparcie np. w postaci dotacji na mundurki szkolne lub bezpłatnych posiłków w szkole.

3 Doradztwo w sprawie zadłużenia

Długi mogą przytrafić się każdemu. Bezpłatne porady i wsparcie mogą pomóc w znalezieniu sposobów zarządzania długami i zmniejszenia miesięcznych splat.

4 Zaliczka zasiłku

Osoby, które złożyły nowy wniosek o zasiłek i znajdują się w trudnej sytuacji finansowej, czekając na pierwszą wypłatę, mogą otrzymać zaliczkę na wydatki takie jak czynsz i wyżywienie. Ważne jest, aby przed pobraniem zaliczki uzyskać poradę. Zaliczki zasiłku muszą zostać zwrócone, a pieniądze zostaną pobrane z przyszłych wypłat świadczeń (pożyczka).

5 Zapomoga dla osób w trudnej sytuacji finansowej

Osoby, na które nałożono sankcje, mogą ubiegać się o wypłatę z urzędu pracy zapomogi dla osób w trudnej sytuacji finansowej. Zapomoga dla osób w trudnej sytuacji finansowej nie zawsze jest wypłacana natychmiast i nie jest dostępna dla wszystkich. Zapomoga dla osób w trudnej sytuacji finansowej w ramach Universal Credit musi zostać spłacona (pożyczka), ale zapomoga dla osób w trudnej sytuacji finansowej w ramach Jobseeker's Allowance lub Employment Support Allowance nie musi zostać spłacona (nie pożyczka).

6 Odwołanie od decyzji

W razie wstrzymania/ograniczenia/odrzućenia wniosku o zasiłek bądź nałożenia sankcji albo też otrzymania nadpłaty można złożyć odwołanie od decyzji o zasiłku. Większość decyzji o zasiłku podlega odwołaniu w ciągu jednego miesiąca.

Krok 3 Gdzie mogę uzyskać pomoc dotyczącą tych opcji?

Krok 3 Gdzie mogę uzyskać pomoc?

Scottish Welfare Fund (Szkocki Fundusz Socjalny)

Dotacja kryzysowa na pokrycie kosztów nagłego wypadku

01467 537 400

www.aberdeenshire.gov.uk/benefits-and-grants/welfare-reform/scottish-welfare-fund

Social Security Scotland (Szkocka Opieka Społeczna)

Być może przysługuje Ci wsparcie z Social Security Scotland. Na przykład płatności takie jak Scottish Child Payment, Best Start Grant i Best Start Foods mogą pomóc w pokryciu kosztów opieki nad dzieckiem. mygov.scot/benefits | 0800 182 2222 (bezpłatna linia)

Każda z tych organizacji oferuje bezpłatne i poufne porady

Citizens Advice Bureau (Biuro Porad Obywatelskich)

Porady w kwestiach takich jak zasiłki, zadłużenie, finanse, mieszkalnictwo i zatrudnienie itp.

North West Aberdeenshire

01888 562 495 | adviser@nwacab.org.uk
www.nwacab.org.uk

South West Aberdeenshire

01224 747 714 | enquiries@swacab.org.uk
www.swacab.org.uk

North East Aberdeenshire

01779 471 515 | www.neacab.org.uk
bureau@aberdeenshirecab.casonline.org.uk

Kincardine and Mearns

01569 766 578 | www.kamcab.org.uk
bureau@kamcab.org.uk

Pomoc w zakresie opcji: 1 2 3 4 5 6

Aberdeenshire Council: Support and Advice Team (Rada Aberdeenshire: Zespół Wsparcia i Doradztwa)

Pomoc w zakresie zasiłku mieszkaniowego, ulgi na podatek lokalny, niebieskich plaketek osób niepełnosprawnych, bezpłatnych posiłków szkolnych, dotacji na odzież szkolną i zapytań o szkocki fundusz socjalny

03456 081 200 | asat@aberdeenshire.gov.uk
www.aberdeenshire.gov.uk

Pomoc w zakresie opcji: 1 2 3 4 5 6

Krok 3 Gdzie mogę uzyskać

Aberdeenshire Council: Welfare Rights Team (zespół ds. praw socjalnych)

Pomoc w wypełnianiu formularzy wniosków o świadczenia, kwestionowaniu decyzji dotyczących świadczeń i nie tylko

01467 538 555 | welfare.rights@aberdeenshire.gov.uk
www.aberdeenshire.gov.uk/benefits-and-grants/money-and-welfare-advice

Pomoc w zakresie opcji: 2 4 6

Inne wsparcie

PACE

Pomoc dla osób zagrożonych redukcją zatrudnienia

0800 917 8000 | www.redundancyscotland.co.uk

SCARF

Porady i wsparcie w kwestiach związanych z energią i paliwem

01224 213 005 | www.scarf.org.uk

Home Energy Scotland

Bezpłatne, bezstronne porady dotyczące efektywności energetycznej, które pomogą zaoszczędzić na rachunkach i utrzymać komfortową temperaturę w domu

0808 808 2282 | www.homeenergyscotland.org

Turn2us

Informacje i wsparcie finansowe
www.turn2us.org.uk
benefits-calculator.turn2us.org.uk

StepChange

Bezpłatne porady w zakresie zadłużenia i zarządzania pieniędzmi

0800 138 1111 | www.stepchange.org

Shelter

Darmowe porady mieszkaniowe
0808 800 4444 | scotland.shelter.org.uk



Zeskanuj kod QR, aby uzyskać informacje na temat wsparcia zdrowia psychicznego i interaktywnej wersji tej ulotki lub odwiedź:
www.worryingaboutmoney.co.uk/aberdeenshire

Martwisz się o pieniądze?

Doradztwo finansowe i wsparcie są dostępne, jeśli nie możesz związać końca z końcem

Wykonaj poniższe kroki, aby dowiedzieć się, gdzie uzyskać pomoc w Aberdeenshire



Wsparcie



Data aktualizacji 08.07.25
(Polish)

Podziel się wrażeniami z korzystania z tego przewodnika:
www.bit.ly/moneyadvicefeedback