

Krok 1: Jaki jest problem?

Nagle zabrakło mi pieniędzy

- Utrata pracy / zmniejszenie liczby godzin w pracy
- Utrata środków finansowych / niespodziewany wydatek
- Katastrofa (np. powódź lub pożar)
- Rozpad związku
- Wstrzymanie środków finansowych (np. negatywny wynik badania lekarskiego)
- Moje dochody są obciążone karami - zob. opcja 5

Sprawdź opcje **1 2 5 6**

Czekam na wypłatę świadczenia / decyzję o jego wypłacie

- Złożyłem/-łam nowy wniosek o świadczenie
- Wypłata świadczenia opóźnia się
- Czekam a decyzje o wypłacie świadczenia

Sprawdź opcje **1 4**

Nie wystarcza mi pieniędzy

- Decyzja o wydawaniu pieniędzy albo na żywność albo paliwo albo doładowanie telefonu komórkowego
- Niskie dochody lub umowa „zero hours”
- Przysługujący zasiłek chorobowy nie wystarcza na pokrycie wydatków
- Nie wiem, czy spełniam kryteria ubiegania się o wsparcie
- Zmiana sytuacji życiowej (np. pojawienie się dziecka/ utrata bliskiego / choroba / rozstanie z partnerem/partnerką)

Sprawdź opcje **1 2**

Mam dług

- Zaległości czynszowe lub podatku dla gminy
- Za gaz lub prąd
- Kredyty gotówkowe
- Pożyczki osobiste i kredyty w rachunku bieżącym
- Dług u znajomych i rodziny
- Spłaty świadczeń

Sprawdź opcję **3**

Krok 2: Jakie mam opcje?

1 Szkocki Fundusz Pomocy Społecznej (Scottish Welfare Fund)

Osoby z niskimi dochodami mogą starać się o **zasiłek doraźny (crisis grant)** od gminy (Council).

To świadczenie pieniężne wypłacane w sytuacji nagłej lub po katastrofie lub nieprzewidzianych wydatkach. Takich zasiłków doraźnych nie trzeba zwracać (nie stanowią pożyczki).

www.highland.gov.uk/welfare-fund

2 Maksymalizacja dochodów

Każda osoba w trudnej sytuacji finansowej może ubiegać się o kontrole świadczeń oraz nieodpłatnie i poufnie porozmawiać z doradcą.

Kontrola świadczeń pomaga sprawdzić, czy otrzymuje się wszystkie należne świadczenia, zwłaszcza w przypadku niedawnej zmiany sytuacji życiowej. Doradca podczas rozmowy może również pomóc w **znalezieniu tańszych ofert dostawców gazu i prądu** oraz **sprawdzeniu, czy na pewno otrzymuje się** wszystkie przysługujące świadczenia np. zasiłki na odzież czy darmowe posiłki w szkole.

3 Porady dotyczące zadłużenia

W dług może popaść każdy. Darmowe porady i wsparcie mogą pomóc w poradzeniu sobie ze spłatami i ograniczeniu comiesięcznej kwoty do spłaty.

4 Zaliczka z tytułu świadczenia

Jeśli złożyłeś/-łaś wniosek o nowe świadczenie i jesteś w ciężkiej sytuacji finansowej, a czekasz na pierwszą wypłatę tego świadczenia, możesz otrzymać zaliczkę, którą możesz przeznaczyć np. na czynsz lub żywność. Ważne jest, aby przed pobraniem takiej zaliczki zasięgnąć porady. Takie zaliczki muszą zostać zwrócone, a ich kwoty zostaną potrącone z przyszłego świadczenia (pożyczka).

5 Zasiłek dla osób w trudnej sytuacji społecznej

Jeśli nałożono na Ciebie kary, możesz ubiegać się o zasiłek dla osób w trudnej sytuacji społecznej z urzędu pracy (Jobcentre). Zasiłki dla osób w trudnej sytuacji społecznej nie zawsze są wypłacane od razu i nie są dostępne dla wszystkich. Zasiłki dla osób w trudnej sytuacji społecznej od Universal Credit należy spłacić (pożyczka), ale nie dotyczy to takich zasiłków dla osób szukających pracy czy wspierających zatrudnienie (takie zasiłki nie stanowią pożyczki).

6 Odwołanie się od decyzji

Możesz odwołać się od decyzji o wstrzymaniu / obciążeniu karami / ograniczeniu / odmowie zasiłku lub w przypadku, gdy wypłacono Ci zbyt wysoką kwotę zasiłku. Od większości decyzji o zasiłkach i świadczeniach można odwoływać się w ciągu jednego miesiąca.

Krok 3: Gdzie mogę uzyskać pomoc z tymi opcjami?

Krok 3: Gdzie mogę uzyskać pomoc?

Każda z tych usług oferuje bezpłatne i poufne porady

Rada Regionu Highland (Highland Council)
Zespół ds. Pomocy Społecznej (Welfare Support Team) zapewnia bezpłatną, bezstronną i poufną pomoc w dochodzeniu wszelkich należnych Ci świadczeń.
0800 090 1004 | welfare.support@highland.gov.uk

Pomoc z opcjami: 1 2 3 4 5 6

Biuro Porad Obywatelskich (Citizens Advice Bureau)
Bezpłatne, bezstronne i poufne porady na temat zasiłków socjalnych, zadłużenia, finansów i spraw mieszkaniowych.

Caithness

01847 894 243

bureau@caithnesscab.casonline.org.uk

Północny i Zachodni Sutherland

01971 521 730

NWS-Bureau@NWSCAB.casonline.org.uk

Wschodni i Środkowy Sutherland

01408 633 000

advice@ecscab.org.uk

Ross oraz Cromarty

01349 883 333

bureau@alnesscab.casonline.org.uk

Skye oraz Lochalsh

01478 612 032

adviser@slcab.org.uk

Nairn

01667 456 677

bureau@nairncab.casonline.org.uk

Lochaber

01397 705 311

adviser@lochaberCAB.casonline.org.uk

Inverness Badenoch oraz Strathspey

01463 237 664

enquiries@invernesscab.casonline.org.uk

Pomoc z opcjami: 1 2 3 4 5 6

Zaktualizowano 23.06.23

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

Krok 3: Gdzie mogę uzyskać pomoc?

Szkocki Fundusz Pomocy Społecznej (Scottish Welfare Fund)

Zapomogi kryzysowe przeznaczone na pokrycie kosztów związanych z nagłymi wypadkami (Crisis Grants)
0800 083 1887 | www.highland.gov.uk/welfare-fund

Szkockie Ubezpieczenie Społeczne (Social Security Scotland)

Możesz kwalifikować się do świadczenia ze Szkockiego Ubezpieczenia Społecznego. Na przykład Scottish Child Payment (Szkocki zasiłek na dziecko), Best Start Grant (Grant na start) i Best Start Foods (Pomoc w wyżywieniu) mogą pomóc w pokryciu kosztów posiadania dziecka.
0800 182 2222 | mygov.scot/benefits

Inne wsparcie

Home Energy Scotland

Bezpłatne i bezstronne porady dotyczące energooszczędności

0808 808 2282 | www.homeenergyscotland.org

Shelter

Bezpłatne porady związane z sytuacją mieszkaniową

0808 800 4444 | scotland.shelter.org.uk

Breathing Space (Złap oddech)

Poufna linia telefoniczna oferująca pomoc dla wszystkich, którzy czują się przygnębieni, cierpią z powodu stanów silnego niepokoju lub depresji
0800 83 85 87 | www.breathingspace.scot

Salvation Army (Armia Zbawienia)

Bezpłatne porady związane z sytuacją mieszkaniową
01463 234 123

Wersja cyfrowa:



www.worryingaboutmoney.co.uk/highland

Martwisz się o środki do życia?

Porady finansowe i wsparcie są dostępne jeśli z trudem wążesz koniec z końcem

Postępuj zgodnie z powyższymi wskazówkami, aby dowiedzieć się, gdzie można uzyskać pomoc w regionie Highland.



Wspierany przez



Social Security Scotland
Tearainteachd Shòisealta Alba

