

# Martwisz się o pieniądze?

Na terenie Glasgow znajduje się wiele instytucji, które mogą Ci pomóc.



Oto trzy kroki do znalezienia różnych opcji pomocy oraz miejsc, w których możesz ją uzyskać:

## Krok 1: Na czym polega problem?

### Nagle zabrakło mi pieniędzy

- Utrata pracy lub zmniejszenie liczby godzin pracy
- Środki otrzymywane z danego źródła przestały wpływać
- Utrata pieniędzy
- Nieoczekiwane wydatki
- Wydarzenia losowe (np. powódź lub pożar)
- Rozpad związku
- Zatrzymanie benefitów (patrz: opcja 5)

Patrz opcje: 1 2 6

### Moje pieniądze nie wystarczają mi na związanie końca z końcem

- Konieczność wyboru pomiędzy zakupem żywności, a opłatami za prąd i gaz lub doładowaniem telefonu komórkowego
- Niskie zarobki
- Praca na podstawie umowy o zero godzin
- Zbyt niski ustawowy zasiłek chorobowy
- Zwolnienie z pracy
- Nie wiem, czy kwalifikuje się do uzyskania wsparcia
- Zmiana okoliczności

Patrz opcje: 2

### Mam długi

- Zaległy czynsz lub Council Tax
- Zaległości w płatnościach za gaz lub prąd
- Pożyczki gotówkowe
- Dług wobec przyjaciół lub rodziny
- Konieczność zwrotu otrzymanych benefitów

Patrz opcje: 3

### Czekam na wypłatę benefitów lub zaliczki

- Nowy wniosek o przyznanie benefitów
- Opóźnienie w płatności
- Oczekuję na decyzję w sprawie przyznania benefitów

Patrz opcje: 1 4

## Krok 2: Przykładowe formy pomocy

Jeśli jesteś osobą ubiegającą się o azyl lub nie możesz prawa do korzystania z funduszy publicznych (*no recourse to public funds* - NRPf) odwiedź stronę: [bit.ly/GlasgowSupport](http://bit.ly/GlasgowSupport)

### 1 Szkocki Fundusz Opieki Społecznej - Scottish Welfare Fund

Osoby o niskich dochodach mogą otrzymać od Rady Miasta (Council) dotację kryzysową - tzw. Crisis grant. Jest to płatność, która pomoże Ci poradzić sobie w sytuacjach kryzysowych, takich jak nagłe wypadki lub nieszczęśliwe zrzędnienia losu, lub z powodu innych niespodziewanych wydatków. Dotacje kryzysowe nie wymagają spłaty (nie są pożyczką). Aby złożyć wniosek odwiedź stronę: [www.glasgow.gov.uk/swf](http://www.glasgow.gov.uk/swf) zadzwoń pod numer **0141 276 1177 (opcja 1)**

### 2 Maksymalizacja dochodów

Każda osoba borykająca się z problemami finansowymi może skorzystać z bezpłatnej rozmowy z doradcą finansowym i poufnej porady mającej na celu weryfikację uprawnień do zasiłków i świadczeń socjalnych. Weryfikacja uprawnień do benefitów pozwoli Ci upewnić się, że otrzymujesz wszystkie należne Ci pieniądze, zwłaszcza jeśli Twoja sytuacja uległa ostatnio zmianie. Rozmowa z doradcą może również pomóc Ci znaleźć tańszą taryfę na gaz i elektryczność oraz upewnić się, że nie omijają Cię inne świadczenia, takie jak bezzwrotne dotacje na odzież szkolną lub darmowe posiłki szkolne dla Twoich dzieci.

### 3 Porady na temat zadłużeń

Zadłużenie może dotknąć każdego. Bezpłatne porady i wsparcie mogą pomóc Ci znaleźć sposób na zarządzanie długami i zmniejszyć wysokość miesięcznych płatności.

### 4 Zaliczka/przedpłata benefitów (Benefit Advance)

Jeśli złożyłeś nowy wniosek o benefity i znajdujesz się w trudnej sytuacji finansowej oczekując na pierwszą płatność, być może będziesz mógł otrzymać zaliczkę na poczet przyszłych benefitów, aby pokryć koszty takie jak czynsz czy jedzenie. Ważne jest, aby zasięgnąć porady przed skorzystaniem z zaliczki, gdyż jest ona formą pożyczki. Zaliczki na poczet benefitów muszą być spłacone, a pieniądze zostaną potrącone z twoich przyszłych wypłat benefitów (jak w przypadku pożyczki).

### 5 Płatność z tytułu szczególnie trudnej sytuacji (Hardship Payment)

Jeśli nałożono na Ciebie sankcje, z powodu których Twoje benefity zostały obniżone lub wstrzymane, możesz ubiegać się w Jobcentre o tzw. hardship payment. Nie zawsze jest on wypłacany natychmiast i nie jest on dostępny dla wszystkich. W przypadku Universal Credit taka płatność z tytułu trudnej sytuacji musi być spłacona (jak pożyczka), ale płatność z tytułu trudnej sytuacji przyznana w ramach Job Seekers Allowance lub Employment Support Allowance nie musi być spłacona (nie jest to pożyczka).

### 6 Odwołanie się od decyzji w sprawie benefitów

Możesz odwołać się od decyzji w sprawie benefitów, jeśli Twój zasiłek został wstrzymany, nałożono na Ciebie sankcje, zmniejszono jego wysokość, odmówiono Ci jego przyznania lub jeśli otrzymałeś zawyżoną kwotę. Większość decyzji dotyczących benefitów musi być zaskarżona w ciągu jednego miesiąca.

## Krok 3: Gdzie mogę uzyskać pomoc? Spółdzielnie mieszkaniowe często dysponują również doradcami finansowymi, którzy są dostępni dla ich lokatorów

### GLASGOW

#### Biuro Porad Obywatelskich (Citizens Advice Bureau)

Porady na temat zasiłków, zadłużenia, pieniędzy, mieszkania i inne.

**0141 552 5556**

[www.glasgowcentralcab.org.uk](http://www.glasgowcentralcab.org.uk)

#### Agencja Usług Prawnych (Legal Services Agency)

Doradztwo i reprezentacja przed wszystkimi właściwymi sądami i trybunałami w Szkocji.

**0800 3168450** (bezpłatna infolinia)

**0141 353 3354**

[mail@lsa.org.uk](mailto:mail@lsa.org.uk)

[www.lsa.org.uk](http://www.lsa.org.uk)

(Wyłącznie dla opcji 3 oraz 6)

#### Centrum Prawne Mniejszości Etnicznych (Ethnic Minorities Law Centre)

Usługi prawne z zakresu praw człowieka, imigracji, azylu, zatrudnienia, dyskryminacji i opieki społecznej.

**0141 204 2888**

[admin@emlc.org.uk](mailto:admin@emlc.org.uk)

[www.emlc.org.uk](http://www.emlc.org.uk)

### PÓLNOCNO-ZACHODNIA CZĘŚĆ GLASGOW

#### Północnozachodnie Biuro Porad Obywatelskich (North West Citizens Advice Bureau)

Porady na temat zasiłków, długów, pieniędzy, sytuacji mieszkaniowej, kwestii imigracyjnych, zatrudnienia i innych.

**0141 948 0204**

[www.gnwcab.org.uk](http://www.gnwcab.org.uk)

(dostępny czat internetowy)

#### Biuro Porad Obywatelskich w Drumchapel (Drumchapel Citizens Advice Bureau)

Porady na temat zasiłków, zadłużenia, pieniędzy, sytuacji mieszkaniowej i inne.

**0141 944 2612**

[www.drumchapelcab.org.uk](http://www.drumchapelcab.org.uk)

#### Centrum Doradztwa Finansowego w Drumchapel (Drumchapel Money Advice Centre)

Bezpłatne, poufne porady i pomoc w sprawie pieniędzy, zasiłków i spraw mieszkaniowych.

**0141 944 0507**

[admin@d-mac.org.uk](mailto:admin@d-mac.org.uk)

[www.dmac.btck.co.uk](http://www.dmac.btck.co.uk)

### Informacje o przyznawanych bezzwrotnych zapomogach i innych przysługujących świadczeniach finansowych

#### Szkocki Fundusz Pomocy Społecznej (Scottish Welfare Fund)

Zapomogi kryzysowe przeznaczone na pokrycie kosztów związanych z nagłymi wypadkami.

**0141 276 1177 (Opcja 1)**

[www.glasgow.gov.uk/swf](http://www.glasgow.gov.uk/swf)

#### System ubezpieczeń społecznych w Szkocji (Social Security Scotland)

Sprawdź, czy przysługuje Ci pomoc ze strony Social Security Scotland:

[www.mygov.scot/benefits](http://www.mygov.scot/benefits)

#### Urząd do spraw pracy i emerytur (Department for Work and Pensions)

Informacje o uprawnieniach do innych świadczeń: [www.gov.uk](http://www.gov.uk)

### PÓLNOCNO-WSCHODNIA CZĘŚĆ GLASGOW

#### GEMAP

Indywidualne porady na temat świadczeń socjalnych, Universal Credit oraz długów i problemów finansowych.

**0141 773 5850**

[info@gemap.co.uk](mailto:info@gemap.co.uk) | [www.gemap.co.uk](http://www.gemap.co.uk)

#### Biuro Porad Obywatelskich Easterhouse (Easterhouse Citizens Advice Bureau)

Porady na temat zasiłków, zadłużenia, pieniędzy, spraw mieszkaniowych i innych.

**0141 771 2328**

[adminuser@easterhousecab.casonline.org.uk](mailto:adminuser@easterhousecab.casonline.org.uk)

[www.cas.org.uk/bureaux/glasgow-easterhouse-citizens-advice-bureau](http://www.cas.org.uk/bureaux/glasgow-easterhouse-citizens-advice-bureau)

#### Centrum Prawne Govan (Govan Law Centre)

Bezpłatne i poufne usługi prawne w zakresie spraw mieszkaniowych, zatrudnienia, zarządzania długami i praw socjalnych.

**0800 0430306** (darmowa infolinia) **0141 440 2503**

[m@govanlc.com](mailto:m@govanlc.com) | [www.govanlawcentre.org](http://www.govanlawcentre.org)

#### Biuro Porad Obywatelskich Bridgeton (Bridgeton Citizens Advice Bureau)

Porady na temat zasiłków, zadłużenia, pieniędzy, spraw mieszkaniowych i innych.

**0141 554 0336**

[www.bridgetoncab.org.uk](http://www.bridgetoncab.org.uk)

#### Biuro Porad Obywatelskich Parkhead (Parkhead Citizens Advice Bureau)

Porady na temat zasiłków, zadłużenia, pieniędzy, spraw mieszkaniowych i innych.

**0141 554 0004** | [info@parkheadcab.org.uk](mailto:info@parkheadcab.org.uk)

[www.parkheadcab.org.uk](http://www.parkheadcab.org.uk)

### POŁUDNIOWA CZĘŚĆ GLASGOW

#### Money Matters

Kompleksowe doradztwo i wsparcie, w tym reprezentowanie na rozprawach odwoławczych dotyczących ubezpieczeń społecznych i niepełnosprawności, doradztwo w zakresie świadczeń przysługujących osobom pracującym oraz bezpłatne konsultacje finansowe.

**0141 445 5221** | [advice@money mattersweb.co.uk](mailto:advice@money mattersweb.co.uk)

[www.money mattersweb.co.uk](http://www.money mattersweb.co.uk)

#### Centrum Prawne Govan (Govan Law Centre)

Bezpłatne i poufne usługi prawne w zakresie spraw mieszkaniowych, zatrudnienia, zarządzania długami i praw socjalnych.

**0800 0430306** (darmowa infolinia)

**0141 440 2503**

[m@govanlc.com](mailto:m@govanlc.com) | [www.govanlawcentre.org/](http://www.govanlawcentre.org/)

#### Biuro Porad Obywatelskich Greater Pollok (Greater Pollok Citizens Advice Bureau)

Porady na temat zasiłków, długów, pieniędzy i nie tylko.

**0141 881 2462** | [admin5@gpollockcab.org.uk](mailto:admin5@gpollockcab.org.uk)

[www.cas.org.uk/bureaux/glasgow-greater-pollok-cab-cardonald-medical-centre-outreach](http://www.cas.org.uk/bureaux/glasgow-greater-pollok-cab-cardonald-medical-centre-outreach)

#### Biuro Porad Obywatelskich Castlemilk (Castlemilk Citizens Advice Bureau)

Porady na temat zasiłków, zadłużenia, pieniędzy, spraw mieszkaniowych i innych.

**0141 634 0338**

[www.cas.org.uk/bureaux/glasgow-castlemilk-citizens-advice-bureau](http://www.cas.org.uk/bureaux/glasgow-castlemilk-citizens-advice-bureau)

#### Centrum Prawne Castlemilk (Castlemilk Law Centre)

Doradztwo i reprezentacja prawna w zakresie ubezpieczeń społecznych, prawa mieszkaniowego, zadłużenia i prawa pracy.

**0141 634 0313** | [mail@castlemilklawcentre.co.uk](mailto:mail@castlemilklawcentre.co.uk)

[www.castlemilklawcentre.co.uk](http://www.castlemilklawcentre.co.uk)

## Inne formy wsparcia

### Osoby ubiegające się o azyl, uchodźcy i migranci

Porady i wsparcie dla osób ubiegających się o azyl, uchodźców i osób bez prawa do korzystania z funduszy publicznych (ang. NRPF - no recourse to public funds) dostępne są w wielu organizacjach w Glasgow. Więcej informacji na temat tych usług można znaleźć **na stronie: [bit.ly/GlasgowSupport](http://bit.ly/GlasgowSupport)**

### Więcej porad i wsparcia

#### Home Energy Scotland

Bezpłatne, bezstronne porady dotyczące energooszczędności, które pomogą zaoszczędzić na rachunkach i utrzymać ciepło w domu.  
0808 808 2282

[www.homeenergyscotland.org](http://www.homeenergyscotland.org)

#### Niezależne przedstawicielstwo (Independent Advocacy)

Możliwe jest uzyskanie pomocy niezależnego rzecznika, który pomoże Ci uzyskać potrzebne informacje i wesprze Cię w przedstawieniu Twoich wyborów innym.

[www.siaa.org.uk/find-advocate](http://www.siaa.org.uk/find-advocate)

#### Uspokój myśli i oczyść głowę (Clear Your Head)

Różne sposoby na to jak zadbać o zdrowie psychiczne i dobre samopoczucie.

[www.clearyourhead.scot](http://www.clearyourhead.scot)

#### Ziap oddech (Breathing Space)

Poufna linia telefoniczna oferująca pomoc dla wszystkich, którzy czują się przygnębieni, cierpią z powodu stanów silnego niepokoju lub depresji.

0800 838587

[www.breathingspace.scot](http://www.breathingspace.scot)

#### Szkocki telefon zaufania ds. przemocy domowej i przymusowych małżeństw

Sprinin pentru persoanele supuse  
Wsparcie dla każdego, kto doświadczył przemocy domowej lub przymusowego małżeństwa. (24 godziny na dobę)  
0800 027 1234

#### Shelter

Bezpłatne porady mieszkaniowe.  
0808 800 4444  
[scotland.shelter.org.uk](http://scotland.shelter.org.uk)

#### Glasgow Pomaga (Glasgow Helps)

Katalog organizacji wspierających, które pomagają ludziom uzyskać pomoc ze strony społeczności, której potrzebują.  
[www.glasgowhelps.org](http://www.glasgowhelps.org)

#### Clydeside Action on Asbestos

Wsparcie dla osób poszkodowanych przez azbest lub choroby i wypadki związane z pracą.

0800 089 1717

[actiononasbestos.org.uk](http://actiononasbestos.org.uk)

### Więcej o bezzwrotnych zapomogach i uprawnieniach do świadczeń finansowych

#### System ubezpieczeń społecznych w Szkocji - Social Security Scotland

Być może kwalifikujesz się do otrzymania dodatkowego wsparcia, takiego jak nowy zasilek Scottish Child Payment.

Scottish Child Payment może pomóc kwalifikującym się osobom w pokryciu kosztów związanych z posiadaniem dziecka. Wysokość tej zapomogi to 40 funtów co cztery tygodnie na każde dziecko poniżej szóstego roku życia. Można aplikować razem z Best Start Grant i Best Start Foods.

0800 182 2222

[www.mygov.scot/benefits](http://www.mygov.scot/benefits)

#### Szkocki Fundusz Opieki Społecznej - Scottish Welfare Fund

Zapomogi kryzysowe (ang. Crisis grant) przeznaczone na pokrycie kosztów wynikających z nagłych wypadków.

0141 276 1177 (Opcja 1)

[www.glasgow.gov.uk/swf](http://www.glasgow.gov.uk/swf)

#### Urząd do spraw pracy i emerytur (Department for Work and Pensions)

Informacje o uprawnieniach do innych świadczeń:

[www.gov.uk](http://www.gov.uk)

### Informacje o niniejszej ulotce.

Niniejsza ulotka oparta jest na doświadczeniach zdobytych w ramach projektu pod nazwą A Menu for Change i została opracowana przy wsparciu: Independent Food Aid Network, Nourish Scotland, The Trussell Trust, Glasgow Community Food Network, Glasgow Advice and Information Network (GAIN), Glasgow City Health and Social Care Partnership, Social Security Scotland oraz rządu szkockiego.

Informacje zawarte w tej ulotce zostały zaktualizowane w dniu: 22/04/2021.

**Komentarze?** Co uważasz za przydatne w tym przewodniku? [www.bit.ly/moneyadvicefeedback](http://www.bit.ly/moneyadvicefeedback)