

## Стъпка 1: Какъв е проблемът?

### Изведнъж останах без пари

- Загубване на работата/съкратено работно време
- Парични загуби/неочаквани разходи
- Бедствие (напр. наводнение или пожар)
- Раздяла
- Спрени пари (напр. неуспешен медицински преглед)
- Санкциониране – вижте възможност 5

Вижте възможности: **1 2 5 6**

### Парите не ми стигат

- Избор между храна/гориво/сметка за телефон
- Ниски доходи или договори за „нулево“ работно време
- Регламентираното обезщетение за болнични (Statutory Sick Pay) е твърде малко да покрие разходите ми
- Не съм сигурен/а дали отговарям на условията за подпомагане
- Промяна на обстоятелствата (напр. раждане/загуба на близък/болест/раздяла)

Вижте възможност: **2**

### Имам дълг

- Просрочени задължения по наеми или местни данъци (Council Tax)
- Газ или електричество
- Бърз кредит
- Дължа на приятели или на семейството
- Връщане на получени обезщетения

Вижте възможност: **3**

### Чакам искане/решение за социално подпомагане

- Направено е ново искане за социално подпомагане
- Плащането на социално подпомагане се бави
- Чакам решение за социално подпомагане

Вижте възможности: **1 4**

## Стъпка 2: Какви са някои от възможностите?

### 1 Шотландски фонд за социално подпомагане (Scottish Welfare Fund)

Хората с ниски доходи могат да получат **безвъзмездна финансова помощ при криза (crisis grant)** от съвета.

Това е плащане, което да Ви помогне да се справите по време на извънредна ситуация или бедствие, или за посрещане на неочаквани разходи. Безвъзмездната финансова помощ при криза не трябва да се връща (не е заем).

Къде мога да получа помощ? **A B C D**

### 2 Увеличете максимално доходите си

Всеки, който изпитва финансови затруднения, може да получи безплатен и поверителен съвет и проверка за право на социално подпомагане.

По време на проверката за социално подпомагане, ще бъде сверено дали получавате цялата сума пари, на които имате право, особено ако Вашите обстоятелства са се променили напоследък. Разговорът с консултант може също да Ви помогне да намерите по-евтини оферти за газ, електричество и т.н. и да се уверите, че няма да пропуснете неща като безвъзмездни средства за училищни дрехи или безплатна храна в училище.

Къде мога да получа помощ? **A B C**

### 3 Консултации относно дългове

Дългът може да се случи на всеки. Безплатното консултиране и подкрепа може да Ви помогне да намерите начини да управлявате дълговете си и да намалите сумата, която плащате всеки месец.

Къде мога да получа помощ? **A B C**

### 4 Авансово социално подпомагане

Ако сте направили искане за получаване на социално подпомагане и изпаднете във финансово затруднение, докато чакате първото си плащане, можете да получите аванс, за да си позволите неща като наем и храна. Важно е да получите съвет, преди да вземете аванс. Авансите за социално подпомагане трябва да се върнат, а парите ще бъдат взети от Вашите бъдещи плащания за социално подпомагане (заем).

Къде мога да получа помощ? **A B C**

### 5 Плащане при затруднение

Ако сте били санкционирани, можете да поискате плащане при затруднение от бюро по труда (Jobcentre). Плащанията при затруднение не винаги се изплащат веднага и не са достъпни за всички. Плащанията при затруднение на получаващите универсален кредит (Universal Credit) трябва да се върнат (заем), но плащанията при затруднение на получаващите помощ за безработица (Job Seekers Allowance) или помощ за заетост и подпомагане (Employment and Support Allowance) не се връщат (не са заем).

Къде мога да получа помощ? **A B C**

### 6 Оспорване на решение

Можете да оспорите решение за социално подпомагане, ако Вашата помощ е спряна/санкционирана/намалена/отказана или са Ви изплатени по-големи суми. Повечето решения за социално подпомагане трябва да бъдат оспорени в едномесечен срок.

Къде мога да получа помощ? **A B C**

## Стъпка 3: Къде мога да получа помощ?

### **A** Работа за теб (Working4U)

Консултантският екип на Съвета на западен Дънбартъншир (West Dunbartonshire Council) предоставя консултации по финансови въпроси и социално подпомагане

01389 738296

[www.west-dunbarton.gov.uk/benefits-and-grants](http://www.west-dunbarton.gov.uk/benefits-and-grants)

### **B** Бюро за съветване на гражданите (Citizens Advice Bureau)

Безплатни, независими и поверителни консултации по въпроси относно социално подпомагане, дългове, заетост, финанси и настаняване

0800 484 0136

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

### **C** Независим ресурсен център (Independent Resource Centre)

Безплатни консултации и помощ по финансови въпроси, социално подпомагане и дългове

0141 951 4040

[info@irc-clydebank.co.uk](mailto:info@irc-clydebank.co.uk)

### **D** Шотландски фонд за социално подпомагане (Scottish Welfare Fund)

Кризисни безвъзмездни средства за покриване на разходи при извънредни ситуации

01389 737640

[www.west-dunbarton.gov.uk/benefits-and-grants/welfare-reform/crisis-community-care-grants](http://www.west-dunbarton.gov.uk/benefits-and-grants/welfare-reform/crisis-community-care-grants)

Актуализирано на: 10/05/21

Обратна връзка? Споделете своя опит с използването на това ръководство, като посетите: [www.bit.ly/moneyadvicefeedback](http://www.bit.ly/moneyadvicefeedback)

## Други форми на помощ

### Енергия за домакинствата Шотландия (Home Energy Scotland)

Безплатни и независими консултации за енергийна ефективност  
0808 808 2282

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

### Подслон (Shelter)

Безплатни консултации по въпроси с жилища и настаняване

0808 800 4444

[Scotland.shelter.org.uk](http://Scotland.shelter.org.uk)

### Социално осигуряване Шотландия (Social Security Scotland)

Говорете с някого относно заявления за социално подпомагане

0800 182 2222

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

### Общностни екипи за борба със зависимости (Community Addiction Teams)

Здравни и социални грижи за хора с проблеми, свързани с наркотици и/или алкохол

Клайдбанк (Clydebank): 0141 562 2311

Дънбартън (Dunbarton): 01389 812018

Други местни услуги и ресурси за борба със зависимости могат да бъдат намерени на: [www.west-dunbarton.gov.uk/health-social-care/addictions](http://www.west-dunbarton.gov.uk/health-social-care/addictions)

### Пространство да дишам (Breathing Space)

Гореща поверителна телефонна линия за всеки, който се чувства психически отпаднал, тревожен или депресиран

0800 83 85 87

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

### Прочисти си мислите (Clear Your Head)

Техники за подпомагане на психично здраве и благосъстояние

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

# Притеснявате се за пари?

Има финансови консултации и помощ, ако не успявате да свържете двата края.

Следвайте тези стъпки, за да разберете къде да получите помощ в Западен Дънбартъншир (West Dunbartonshire).

INDEPENDENT  
**FOOD AID**  
NETWORK



Визията на IFAN е за държава, в която няма нужда от спешни помощи за храна и добрата храна е достъпна за всички.