

## الخطوة الأولى: ما هي المشكلة؟

### فجأة لا أملك المال

- وظيفة ضائعة أو ساعات مخفضة
- المال المفقود / نفقة غير متوقعة
- كارثة (مثل فيضان أو حريق)
- انهيار العلاقة
- توقف المال
- خاضع للعقوبات (انظر الخيار: ٥)

انظر الخيارات: ١ ٢ ٥ ٦

### أموالي لا تدوم طويلاً بما فيه الكفاية

- اتخاذ قرار ما بين الغذاء، الوقود ورسيد الهاتف المحمول
- الدخل المنخفض أو عقد بدون ساعات
- الأجور المرضية القانونية، منخفضة للغاية
- لست متأكدًا مما إذا كنت مؤهلاً للحصول على الدعم
- تغيير الظروف

انظر الخيار: ٢

### لدي ديون

- الإيجار أو ضريبة المجلس البلدي
- الغاز والكهرباء
- قروض يوم الدفع
- مديون للأصدقاء أو للأسرة
- تسديد المزايا

انظر الخيار: ٣

### أنا في انتظار إيفاء الإعانة المالية أو السلفة

- مطالبة جديدة للإعانة المالية
- تأخر الدفع
- في انتظار القرار

انظر الخيارات: ١ ٤

## الخطوة الثانية: ما هي بعض الخيارات؟

### صندوق الرفاه الإسكتلندي

قد يتمكن الأشخاص ذوو الدخل المنخفض من الحصول على،  
منحة الأزمات من المجلس البلدي.

هذه دفعة لمساعدتك على التأقلم أثناء حالة الطوارئ أو الكوارث،  
أو بسبب نفقات غير متوقعة. لا يجب تسديد منحة الأزمات  
(ليس قرضًا).

أين يمكنني الحصول على المساعدة؟

أ ب ج د

### مضاعفة دخلك

يمكن لأي شخص يعاني ماليًا، الحصول على فحص المزايا  
والتحدث إلى مستشار للحصول على مشورة مجانية وسرية.

يمكن أن يضمن فحص المزايا أنك تتلقى جميع الأموال التي يحق  
لك الحصول عليها، خاصةً إذا تغيرت ظروفك في الآونة الأخيرة.  
التحدث إلى أحد المستشارين يمكن أيضًا أن يساعدك على العثور  
على صفقات أرخص لقضايا مثل الغاز والكهرباء والتأكد من  
عدم تفويت مسائل من قبيل، منحة الملابس المدرسية أو الوجبات  
الغذائية المدرسية المجانية.

أين يمكنني الحصول على المساعدة؟

أ ب ج

### المشورة بشأن الديون

الديون، يمكن أن تحصل لأي شخص. يمكن أن تساعدك النصائح  
والدعم المجاني في إيجاد طرق لإدارة ديونك وتقليل المبلغ الذي  
تدفعه كل شهر.

أين يمكنني الحصول على المساعدة؟

أ ب ج

## الخطوة الثانية: ما هي بعض الخيارات؟

### مزية السلفة

إذا كنت قد تقدمت بطلب جديد للحصول على المزايا وتعاني من  
ضائقة مالية أثناء انتظارك للراتب الأول، فقد تتمكن من الحصول  
على سلفة، للقدرة على دفع لحاجات مثل الإيجار أو الطعام. من  
المهم الحصول على المشورة قبل الحصول على السلفة. يجب ان  
تُسدّد مزايا السلف، وسيتم استقطاع ذلك من مدفوعات رواتبك  
المقبلة (قرض).

أين يمكنني الحصول على المساعدة؟

أ ب ج

### مدفوعات الشدائد

إذا قد تم منحك الموافقة، فقد تتمكن من طلب مدفوعات الشدائد  
من "مكتب العمل" لا يتم دائمًا دفع مدفوعات الشدائد على الفور،  
وهي غير متاحة للجميع. يجب تسديد مدفوعات الشدائد من ضمن  
الائتمان الشامل (قرض)، لكن مدفوعات الشدائد من، مخصصات  
الباحثين عن عمل أو مخصصات الدعم التوظيفي لا يوجب تسديده  
(ليس قرضًا).

أين يمكنني الحصول على المساعدة؟

أ ب ج

### تحدي القرار

يمكنك تحدي قرار الإعانة المالية إذا تم إيقافه / الموافقة عليه /  
تخفيضه / رفضه او تم دفعك مبلغًا زائدًا. تحتاج معظم قرارات  
الاستحقاقات المالية إلى التصدي لها في غضون شهر واحد.

أين يمكنني الحصول على المساعدة؟

أ ب ج

# هل تقلق بشأن المال؟

الدعم والمشورة المالية متاحان إذا كنت تكافح لتغطية نفقاتك.

اتبع هذه الخطوات لمعرفة مكان الحصول على المساعدة في منطقة "وست. دنبارتن شاير".

INDEPENDENT  
FOOD AID  
NETWORK



تتمثل رؤية منظمة IFAN "شبكة المعونة الغذائية المستقلة" في بلو لا يحتاج إلى مساعدات غذائية طارئة ويكون فيه الغذاء الجيد متاحاً للجميع.

## اشكال أخرى من الدعم

### طاقة اسكتلندا المنزلية " هوم. إنرجي. سكوتلاند "

مشورة مجانية ومحايدة بشأن كفاءة الطاقة  
٠٨٠٨ ٨٠٨ ٢٢٨٢

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

### مأوى "شيلتر"

استشارة مجانية بشأن السكن  
٠٨٠٨ ٨٠٠ ٤٤٤٤

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

### الضمان الاجتماعي لاسكتلندا

تحدث مع شخص ما، حول طلب الإعانة  
٠٨٠٠ ١٨٢ ٢٢٢٢

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

### فرق الإدمان المجتمع المحلي

خدمات الرعاية الصحية والاجتماعية للأشخاص الذين يعانون من مشاكل متعلقة بالمخدرات و / أو الكحول

كلايدبنك: ٠١٤١ ٥٦٢ ٢٣١١

دنبارتن: ٠١٣٨٩ ٨١٢٠١٨

يمكن العثور على خدمات وموارد إدمان محلية أخرى:

[www.west-dunbarton.gov.uk/health-social-care/addictions](http://www.west-dunbarton.gov.uk/health-social-care/addictions)

### الحيز المكاني للاستنشاق

خط هاتف ذو طابع سرّي، لأي شخص يشعر بالإحباط أو القلق أو الاكتئاب

٠٨٠٠ ٨٣ ٨٥ ٨٧

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

### صقّي ذهنك

طرق لمساعدة الصحة العقلية/النفسية والرفاهية

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

## الخطوة ٣: أين يمكنني الحصول على المساعدة؟

### أ العمل لصالحكم "ووركينغ. فور. يوو"

يقدم فريق الاستشارة في "مجلس غرب دنبارتن شاير"، نصائح بشأن الاستحقاقات والمال

٠١٣٨٩ ٧٣٨٢٩٦

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

### ب مكتب استشارة المواطنين "سبترن. ادفايس. بيرو"

مشورة مجانية، محايدة وسرية بشأن قضايا مثل، المزايا، الديون، المال، السكن والتوظيف

٠٨٠٠ ٤٨٤ ٠١٣٦

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

### ج مركز الموارد المستقل "إندبندينغ. ريسورس. سينتر"

استشارة مجانية ودعم بشأن القضايا المالية، الاستحقاقات والديون

٠١٤١ ٩٥١ ٤٠٤٠

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

### د صندوق الرفاه الإسكتلندي "سكوتش. ول فر. فاند"

منح الأزمات لتغطية التكاليف الطارئة

٠١٣٨٩ ٧٣٧٦٤٠

[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)

تم التحديث بتاريخ: ٢٠/١١/١٩

ردود الفعل؟ شارك تجربتك في استخدام هذا الدليل من خلال زيارة الموقع التالي

[www.bit.ly/moneyadvicefeedback](http://www.bit.ly/moneyadvicefeedback)