

الخطوة الأولى:
ما المشكلة؟

لم أعد أملك المال فجأةً

- فقدان الوظيفة أو خفض الساعات
- توقف المال
- فقد المال
- مصروفات غير متوقعة
- كارثة (مثل الفيضانات أو الحرائق)
- انهيار العلاقة
- الخضوع لعقوبة (انظر الخيار: 5)

انظر الخيارات 1 2 6

أموالي لا تستمر بما فيه الكفاية

- الاختيار بين الغذاء والوقود والائتمان المحمول
- الدخل المنخفض
- عقد بدون ساعات
- المعونة المرضية القانونية منخفضة للغاية
- مواجهة التكرار
- عدم التأكد من التأهل للحصول على الدعم
- تغيير الظروف

انظر الخيار 2

عليّ دين

- الإيجار أو ضريبة المجلس
- الغاز والكهرباء
- قروض يوم الدفع
- مدين للأصدقاء أو العائلة
- سداد الإعانة

انظر الخيار 3

أنا في انتظار دفعة أو دفعة مقدمة

- مطالبة جديدة بالإعانة
- تأخر الدفع
- في انتظار القرار

انظر الخيارات 1 4

هل أنت قلق بشأن المال؟

الدعم متاح
في بريستول



ثلاث خطوات للتوصل إلى
خيارات وأماكن للحصول
على المساعدة

1 برامج دعم المجلس

قد يكون الأشخاص ذوو الدخل المنخفض مؤهلين للحصول على إعانة الإسكان/الائتمان الشامل للمساعدة في تكاليف الإسكان. ويقدم المجلس أيضاً خدمة تخفيض ضرائب المجلس ومدفوعات الإسكان التقديرية لمن يكافحون مالياً. وقد تكون مؤهلاً أيضاً للحصول على مدفوعات الدعم المحلي، التي تدعم الأشخاص في الأزمات. وستعتمد جميع البرامج على ظروفك الحالية.

www.bristol.gov.uk/benefits-financial-help

2 تعظيم دخلك

يمكن لأي شخص يكافح مالياً للحصول على فحص الإعانة والتحدث إلى أحد المستشارين للحصول على مشورة مجانية وسرية. ويمكن أن يضمن فحص الإعانة تلقياً جميع الأموال التي يحق لك الحصول عليها، لا سيما إذا تغيرت ظروفك مؤخراً. ويمكن أن يساعدك التحدث إلى أحد المستشارين أيضاً في العثور على صفقات أرخص لأموال مثل الغاز والكهرباء والتأكد من عدم تفويت أمور مثل منح الملابس المدرسية أو الوجبات المدرسية المجانية.

3 المشورة بشأن الديون

يمكن أن يرضخ أي شخص تحت وطأة الديون. ويمكن أن تساعدك المشورة والدعم المجاني في إيجاد طرق لإدارة ديونك وخفض المبلغ الذي تدفعه كل شهر.

4 سلف الإعانة

إذا كنت قد تقدمت بمطالبة جديدة للحصول على سلفة وتعاني ضائقة مالية في أثناء انتظارك الدفعة الأولى، فقد تتمكن من الحصول على سلفة لدفع مقابل أشياء مثل الإيجار أو الغذاء. ومن المهم الحصول على المشورة قبل الحصول على سلفة. ويجب سداد سلف الإعانة، وسيتم اقتطاع الأموال من مدفوعات الاستحقاقات المستقبلية (قرضاً).

5 مدفوعات المشقة

إذا تمت معاقبتك، فقد تتمكن من طلب مدفوعات المشقة من Jobcentre. ولا يتم دائماً سداد مدفوعات المشقة على الفور، وهي غير متاحة للجميع. ويجب سداد مدفوعات المشقة للائتمان الشامل (قرضاً)، لكن لا ينطبق ذلك على مدفوعات المشقة لعلاوة الباحثين عن عمل أو بدل دعم التوظيف (ليست قرضاً).

6 الطعن في القرارات

يمكنك الطعن في قرار الإعانة إذا تم إيقاف / معاقبة / تخفيض / رفض استحقاقك أو دفع مبلغ زائد لك. ويتعين الطعن في معظم قرارات الإعانة في غضون شهر واحد.

الخطوة الثالثة: أين يمكنني الحصول على المساعدة؟ تقدم كلٌّ من هذه الخدمات مشورة مجانية وسرية

مجلس مدينة بريستول

الصندوق المحلي للأزمات والوقاية
منح للغذاء والملابس والسلع المنزلية للأشخاص الذين يواجهون أزمة مالية
0117922 4500 (من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 9 صباحاً حتى الساعة 12 ظهراً)
www.bristol.gov.uk/lcpcf

المساعدة بالخيارات: 1 2

حقوق الرفاه وخدمة المشورة المالية
معلومات بشأن إعانة الإعاقة ومقدمي خدمات الرعاية، بما في ذلك المشورة والمساعدة بشأن المطالبة والطعن في القرارات
www.bristol.gov.uk/disabilitybenefits

المساعدة بالخيارات: 2 6

خدمات المشورة في جنوب بريستول

مشورة عامة ومساعدة متخصصة في إعانة الرعاية الاجتماعية والديون وتعظيم الدخل والقدرة المالية
01179 851 122 (إعانة الرفاه والشؤون العامة)
01179 038 358 (المشورة بشأن الديون)
www.southbristoladvice.co.uk

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 4 5 6

مشورة مواطني بريستول

مقدم استشارات عام، بما يشمل الديون وحقوق الرعاية والإسكان والتوظيف
0808 278 7957
www.bristolcab.org.uk

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 4 5

الترء يمكن الإنسان من الحصول على معاملة مميّزة

مشورة لأي شخص يشعر بالقلق بشأن المال وتغطية الديون والإعانات والفواتير
0800 121 4511 or 0117 954 3990
www.talkingmoney.org.uk

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 4 5 6

مركز استشارات شمال بريستول

إعانة الرفاه المستقلة والمشورة بشأن الديون، بما يشمل دراسات الحالات المعقدة والطعون والتمثيل في المحكمة
0117 951 5751
www.northbristoladvice.org.uk
(أداة المشورة عبر الإنترنت للاستشارات على مدار الساعة)

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 4 5 6

مركز استشارة سانت بولس

مشورة عامة ومتخصصة بشأن الديون والإعانة وقضايا الهجرة لمجتمعات سانت بولس وشرق بريستول
0117 955 2981
enquiry@stpaulsadvic.org.uk
www.stpaulsadvic.org.uk

المساعدة بالخيارات: 1 2 3 6

مؤسسة AGE UK BRISTOL

تقديم المعلومات والمشورة للأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 55 عاماً الذين يعيشون أو يعملون في بريستول ومقدمي خدمات الرعاية لهم
0117 922 5353
www.ageuk.org.uk/bristol

المساعدة بالخيارات: 2 6

مركز قانون بريستول

استشارات قانونية متخصصة ودراسات حالة بما يشمل الإسكان والتشرد، واستئناف إعانة الرعاية الاجتماعية، والهجرة واللجوء، والأسرة، والصحة العقلية، والتوظيف والتميز
0117 924 8662 | 0330 024 0389 (الهاتف المجاني)
mail@bristolawcentre.org.uk
www.bristolawcentre.org.uk

المساعدة بالخيارات: 6

أوجه دعم أخرى

خدمة استشارات الإسكان ببرنامج مساعدة صحة المجتمع في بريستول
المشورة القانونية بشأن قضايا الإسكان، بما يشمل الإخلاء والديون المتعلقة بالإسكان وغير ذلك
0117 935 1260 | advice@chasbristol.co.uk
www.chasbristol.co.uk

ماوى بريستول

مشورة الإسكان
03301 755 121 | home@shelter.org.uk
england.shelter.org.uk

1625 شخصاً مستقلاً

دعم الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 16 و25 عاماً الذين يواجهون التشرد
0117 317 8800 | www.1625ip.co.uk

فريق الطاقة المنزلية: مركز الطاقة المستدامة

مشورة عامة بشأن استخدام الطاقة في المنزل، والحفاظ على الدفء، ومراقبة فواتير الوقود
0800 082 2234 | home.energy@cse.org.uk
www.cse.org.uk/loveyourhome

مركز غرب إنجلترا للحياة الشاملة

مؤسسة يقودها مستخدمون معاقون تقدم المشورة للأشخاص ذوي الإعاقة. تشمل التخصصات إعانة الإعاقة (بدل الحضور ودفع الاستقلال الشخصي وبدل معيشة الإعاقة وبدل العمل والدعم).
0117 947 9919 | navigators@wecil.co.uk

أوجه دعم أخرى

اتحاد Great Western Credit Union الائتماني
تقديم الاقتراض ميسور التكلفة وحسابات التوفير الآمنة لمساعدة السكان المحليين في تحسين أحوالهم
0117 924 7309 | www.greatwesterncu.org

مؤسسة Step Change
مؤسسة خيرية للديون تقدم المشورة بشأن الديون وإدارة الأموال
0800 138 1111 | www.stepchange.org

Turn2Us
تقديم المعلومات والدعم المالي
0808 802 2000 | www.turn2us.org.uk
benefits-calculator-2.turn2us.org.uk

مركز Somali Resource Centre في بريستول
تقديم المعلومات والمشورة والإرشادات المحايدة بشأن مجموعة من القضايا التي تشمل الرفاه والإسكان والدراسة والتوظيف
0117 907 7994 | info@somalicentre.co.uk

قسائم البداية الصحية
للمساعدة في شراء الفاكهة والخضراوات والحليب إذا كنت من ذوي الدخل المنخفض أو حاملاً أو لديك طفل يقل عمره عن 4 سنوات. التقدم بطلب عبر الإنترنت:
www.healthystart.nhs.uk

Moneyhelper
تقديم المشورة للمساعدة في تحسين دخلك
0800 138 7777 | 07701 342 744 (واتساب)
www.moneyhelper.org.uk

للمهاجرين وطالبي اللجوء واللاجئين

منظمة Migrant Help
تقديم المشورة والتوجيهات المستقلة لمساعدة طالبي اللجوء في المضي قدماً في عملية اللجوء وفهمها. وخط المساعدة الخاص باللجوء متاح على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع طيلة العام و متاح لجميع طالبي اللجوء في المملكة المتحدة.
خط مساعدة اللاجئين: 0808 8010 503
ASCORespondence@migranhelpuk.org
www.migranhelpuk.org (تتوفر خدمة الدردشة على شبكة الإنترنت)

المشروع 17
تقديم المشورة بشأن الإسكان والخيارات المالية المتعلقة بالعائلات التي لديها أطفال يواجهون فقرًا مدقعًا أو بلا مأوى لأن لديهم حالة انتفاء الرجوع إلى الأموال العامة (NRPF)
07963 509 044 | www.project17.org.uk

حقوق اللاجئين في بريستول
تقديم المشورة والدعم بما يشمل المساعدة بشأن منزلك أو أموالك أو طلب اللجوء. يرجى التواصل عن طريق البريد الإلكتروني أو الهاتف أو الرسائل النصية أو واتساب. عليك ترك رسالة باسمك ورقم هاتفك واللغة التي تتحدثها وإذا كنت بحاجة إلى مترجم.
07526 352 353
advice@bristolrefugeerights.org
www.bristolrefugeerights.org

مشروع الاتحاد
دعم رفع حالة انتفاء الرجوع إلى الأموال العامة (NRPF) إذا كان ذلك ممكناً ودعم آخر
www.unity-project.org.uk

نبذة عن هذه النشرة

تستند هذه النشرة إلى التعلم من مشروع A Menu for Change (قائمة من أجل التغيير) في اسكتلندا وقد وضعت بدعم من المؤسسات التالية. ويمكنك الوصول إلى منشورات "هل أنت قلق بشأن المال؟" عبر الإنترنت على الموقع www.foodaidnetwork.org.uk/cash-first-leaflets. وقد أجري آخر تحديث للمعلومات الواردة في هذه النشرة في 08/10/2021.

هل تودّ الإلءاء بأي تعقيبات؟ ما الذي وجدته مفيداً في هذا الدليل؟ www.bit.ly/moneyadvicefeedback

