Po przeprowadzce do Szkocji martwisz się o pieniądze?

Niezależnie od statusu imigracyjnego, w Aberdeen możesz korzystać z porad i wsparcia finansowego

MIGRATION POLICY SCOTLAND

INDEPENDENT FOOD AID NETWORK

ABERDEEN CITY COUNCIL

scarf ENERGISING COMMUNITIES

ABZ WORKS Your route to skills, training and work

CITIZENS RIGHTS PROJECT

Adult Learning

grec

citizens advice bureau

Krok 1: Co Cię martwi?

Nie znam swoich praw i uprawnień

- Nie mam pewności co do ograniczeń wizowych dotyczących pracy lub ubiegania się o świadczenia
- Nie wiem, z jakiej pomocy mogę korzystać
- Nie wiem, czy kwalifikuję się do wsparcia

Przejdź do: A

Nie mam wystarczająco dużo pieniędzy na wszystko, czego potrzebuję

- Często muszę wybierać między jedzeniem/paliwem/doładowaniem komórki
- Niskie dochody lub umowa „zerogodzinowa”
- Utrata pracy/zmniejszenie liczby godzin pracy
- Utrata pieniędzy/nieoczekiwany wydatek
- Zmiana okoliczności (nowe dziecko/choroba/odejście partnera)
- Muszę nagle wyjechać za granicę/ zwiększone opłaty za wizę

Przejdź do: A B C

Mam dług

- Zaległości czynszowe lub podatków komunalnych
- Opłaty za gaz lub prąd
- Opłaty za studia lub college
- Pożyczki osobiste i kredyty w rachunku bieżącym
- Zadłużenie wobec przyjaciół i rodziny w Szkocji lub za granicą
- Spłaty świadczeń

Przejdź do: A B D

Nie wiem, z kim porozmawiać o moich problemach

- Mam trudności ze zrozumieniem języka angielskiego
- Nie znam wielu ludzi w tym kraju
- Nie wiem, gdzie zacząć szukać informacji

Przejdź do: E

Krok 2: Co można z tym zrobić?

A Sprawdź swój status imigracyjny

Znajomość rodzaju wizy pomoże Ci i Twoim doradcom dowiedzieć się, z jakiego wsparcia możesz korzystać. Możesz mieć prawo do otrzymywania świadczeń. Nawet jeśli Twój rodzaj wizy oznacza, że możliwość korzystania ze świadczeń jest ograniczona poprzez warunek NRPF (No Recourse to Public Funds, [brak prawa do korzystania z funduszy publicznych]), nadal masz prawo do otrzymania pewnych rodzajów wsparcia. W pewnych okolicznościach można ubiegać się o zmianę ograniczeń.

Pamiętaj, że różni członkowie Twojego gospodarstwa domowego mogą mieć różne ograniczenia wizowe. Jest to znane jako gospodarstwo domowe o mieszanym statusie.

Gdzie mogę znaleźć więcej informacji na ten temat?

- Poszukaj w systemie eVisa (cyfrowy status imigracyjny) rządu Wielkiej Brytanii: www.gov.uk/view-prove-immigration-status
- Organizacja Citizens Rights Project pomaga w procesie przejścia na eVisa: www.citizensrightsproject.org/services/evisa

Z kim mogę o tym porozmawiać?

- Aberdeen Citizens Advice Bureau
- Citizens Rights Project

(Dane kontaktowe podano na stronie 4)

B Maksymalizacja dochodów

Każdy, kto boryka się z trudnościami finansowymi, może porozmawiać z doradcą w celu uzyskania bezpłatnej i poufnej porady, niezależnie od statusu imigracyjnego lub rodzaju posiadanej wizy.

Podczas przeprowadzki do nowego kraju może być trudno wiedzieć, jak zmniejszyć wydatki, które wydatki są niezbędne, a które można ograniczyć. Istnieją miejsca, w których możesz zasięgnąć porady, żeby upewnić się, że nie płacisz zbyt dużo za potrzebne rzeczy.

Mogą istnieć sposoby na zmniejszenie wydatków, takie jak znalezienie tańszego dostawcy Internetu i usług telefonii komórkowej lub tańszego dostawcy energii. Możesz być w stanie korzystać z niektórych rodzajów wsparcia, w tym bezpłatnych posiłków szkolnych, bezpłatnych mundurków szkolnych lub dotacji charytatywnych. Możesz również kwalifikować się do otrzymywania świadczeń, w zależności od rodzaju wizy.

Gdzie mogę znaleźć więcej informacji na ten temat?

- MoneyHelper: www.moneyhelper.org.uk
- Citizens Advice Scotland: www.cas.org.uk
- Turn2us: www.turn2us.org.uk/get-support/information-for-your-situation/a-migrant

Z kim mogę o tym porozmawiać?

- Aberdeen Citizens Advice Bureau
- Financial Inclusion Team
- Scarf
- Grampian Regional Equality Council (GREC): Financial Inclusion Project
- Citizens Rights Project

(Dane kontaktowe podano na stronie 4)

C Wsparcie zatrudnienia

Nawet jeśli obowiązują Cię ograniczenia wizowe, możesz być w stanie znaleźć pracę, która jest lepiej płatna lub oferuje więcej godzin pracy do limitu Twojej wizy. Możesz również uzyskać pomoc lub poradę, aby wesprzeć inne osoby dorosłe w gospodarstwie domowym w znalezieniu pracy lub zwiększeniu ich zarobków.

Rozmowa z doradcą pomoże dowiedzieć się, czy możesz zmienić pracę lub co musisz zrobić, aby znaleźć pracę, którą chcesz. *(Więcej informacji podano na stronie 3)*

Gdzie mogę znaleźć więcej informacji na ten temat?

- Bridges Programmes: www.bridgesprogrammes.org.uk
- Employability in Scotland: www.employabilityinscotland.com/local-employability-services

Z kim mogę o tym porozmawiać?

- ABZ Works
- Employability in Scotland
- Citizens Rights Project

(Dane kontaktowe podano na stronie 4)

D Porady dotyczące zadłużenia

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

Gdzie mogę znaleźć więcej informacji na ten temat?

- Citizens Advice Scotland: www.citizensadvice.org.uk/scotland/debt-and-money
- StepChange: www.stepchange.org

Z kim mogę o tym porozmawiać?

- Aberdeen Citizens Advice Bureau
- Financial Inclusion Team
- Scarf

(Dane kontaktowe podano na stronie 4)

E Wsparcie w zakresie ESOL

Jeśli uważasz, że Twój poziom znajomości języka angielskiego uniemożliwia Ci dostęp do wsparcia lub zatrudnienia, uczęszczanie na zajęcia ESOL (English for Speakers of Other Languages) może Ci pomóc. Często są one bezpłatne.

Oprócz nauczania języka angielskiego, dostawcy ESOL często oferują informacje o innych usługach społecznościowych i mogą pomóc ci poczuć się bardziej zadomowionym i pewnym siebie.

Gdzie mogę znaleźć więcej informacji na ten temat?

- Zajęcia i wsparcie w zakresie języka angielskiego dla osób posługujących się innymi językami: www.aberdeencity.gov.uk/Council-Services/communities-and-lifelong-learning/community-learning-and-development/contact-adult-learning
- ESOL Scotland Resources for Learners: www.esolscotland.co.uk/esol-classes-learners.html
- Scotland.org Learning English and Translation Support: www.scotland.org/live-in-scotland/learning-english-and-translation-support

Z kim mogę o tym porozmawiać?

- Adult Learning
- Grampian Regional Equality Council (GREC): Mapa ESOL

(Dane kontaktowe podano na stronie 4)

Aktualizacja: 17.04.2026 r.

Ten materiał informacyjny opracowano wspólnie z Migration Policy Scotland (zarejestrowaną organizacją charytatywną o numerze SC050761).

Informacje zwrotne? Podziel się wrażeniami z używania tego przewodnika, odwiedzając stronę www.bit.ly/moneyadvicefeedback

Krok 3: Gdzie mogę uzyskać pomoc?

ABERDEEN CITY COUNCIL

Usługi świadczone przez radę miasta i we współpraca z innymi organizacjami:

Financial Inclusion Team – Porady dotyczące praw do świadczeń socjalnych, pieniędzy, budżetowania i zadłużenia
01224 069 769 (czynny od poniedziałku do piątku, od 8:00 do 17:00)
aberdeencity.gov.uk/council-services/benefits-and-money-advice/get-help-from-the-money-advice-team

Może pomóc w: B D

Adult Learning – Zajęcia z języka angielskiego, umiejętności czytania i pisania, liczenia i technologii informacyjnej
adultlearning@aberdeencitygov.uk

Może pomóc w: E

ABZ Works – Pomoc w dostępie do edukacji, szkoleń lub zatrudnienia
01224 070 200
abzworks@aberdeencity.gov.uk

Może pomóc w: C

ABERDEEN CITIZENS ADVICE BUREAU

Informacje, porady i praktyczne wsparcie w zakresie świadczeń, praw do usług socjalnych, zadłużenia, zatrudnienia, mieszkalnictwa, doradztwa dotyczącego energii w domu, emerytur, imigracji i planowanie wydatków
01224 569 750
bureau@aberdeencab.casonline.org.uk
aberdeencab.cas.org.uk

Może pomóc w: A B D

GREC

Doradztwo w zakresie integracji finansowej i wsparcie przy składaniu wniosków o zasiłki, maksymalizacji dochodów i dostępu do lokalnych usług, w tym usług wsparcia w języku angielskim i cotygodniowej Language Café
01224 595 505 | www.grec.co.uk
casework@grec.co.uk (dla wsparcia 1 na 1)
info@grec.co.uk (gdzie można zadawać ogólne pytania)
sites.google.com/view/draft-esol-grec/home (tu znajdziesz informacje o zajęciach ESOL, LanguageCaféi innych możliwościach)

Może pomóc w: B E

SCARF

Bezpłatne, bezstronne porady dotyczące korzystania z elektryczności i praktyczne wsparcie pomagające gospodarstwom domowym obniżyć rachunki i utrzymać ciepło
0808 129 0888 (od poniedziałku do piątku, od 9:00 do 16:30) heat@scarf.org.uk

Może pomóc w: B D

CITIZENS RIGHTS PROJECT

Wielojęzyczne informacje, porady i wsparcie dotyczące praw socjalnych, systemu osiedlania się w UE (EUSS) i eVisas
info@citizensrightsproject.org
www.citizensrightsproject.org

Może pomóc w: A *(EUSS: wnioski o status osoby przed osiedleniem się i osiedlonej; wsparcie w zakresie eVisa)*

Może pomóc w: B C D *(dla osób o statusie przed osiedleniem lub osiedlonym)*

Informacje ogólne

Ogólne wsparcie przy migracji:

- **Scotland's Migration Service** www.scotland.org
- **Scottish Refugee Council** www.scottishrefugeecouncil.org.uk
- **NRPF Network**www.nrpfnetwork.org.uk
- **NRNE Partnership** www.nrnepartnership.org

Co zabrać ze sobą na rozmowę z doradcą:

- **Kopie dokumentów imigracyjnych**. Na przykład: paszport, korespondencja z Home Office, dostęp do eVisa
- **Dokumenty związane z pracą lub nauką**. Na przykład: pismo z ofertą z uczelni, pismo z pracy
- **Dowód zamieszkania**. Na przykład: umowa najmu, rachunek za podatek lokalny lub rachunek za media z ostatnich trzech miesięcy

Wsparcie, które jest dostępne dla każdego bezpłatnie, niezależnie od ograniczeń wizowych:

- **Bezpłatna pomoc prawna**. Aby uzyskać bezpłatną i poufną poradę prawną, można skontaktować się z Citizens Advice Scotland lub Ethnic Minorities Law Centre
- **Bezpłatne posiłki w szkole:** P1-P5
- **Godziny dofinansowanej opieki nad dzieckiem** dla dzieci w wieku 3-5 lat
- **Niektóre formy opieki zdrowotnej**, opieka w nagłych wypadkach, usługi pogotowia ratunkowego, zdrowie seksualne i planowanie rodziny
- **Pomoc językowa**. Możesz poprosić o tłumacza ustnego, gdy umawiasz się na wizytę w dowolnym urzędzie publicznym, takim jak lekarz, dostawca mieszkań socjalnych lub rada miejska