

Chest
Heart &
Stroke
Scotland



वित्तीय सहायता

FINANCIAL SUPPORT



आवश्यक मार्गदर्शिका
ESSENTIAL GUIDE

HINDI

यह आवश्यक मार्गदर्शिका छाती, हृदय या स्ट्रोक की बीमारी या लॉन्ग कोविड से पीड़ित लोगों के लिए वित्तीय सहायता के बारे में है।

यह इन मुद्दों को समझाती है:

- आपकी स्थिति के कारण उत्पन्न होने वाली वित्तीय चिंताएँ।
- वित्तीय सहायता और लाभों के बारे में जानकारी जो आपको या आपकी देखभाल करने वाले किसी व्यक्ति के लिए उपलब्ध हो सकती है।

काम और वित्त

सीने, दिल या स्ट्रोक से जुड़ी किसी बीमारी, या लॉन्ग कोविड के साथ जीना आपकी काम करने की क्षमता और आपकी आर्थिक स्थिति पर गहरा असर डाल सकता है।

सही सहायता मिलने पर, कई लोग काम करना जारी रख पाते हैं। अन्य लोगों के लिए यह संभव नहीं हो सकता है। यदि आप काम पर लौटते/लौटती हैं, तो Chest Heart & Stroke Scotland (चेस्ट हार्ट एंड स्ट्रोक स्कॉटलैंड) की काम पर लौटना संबंधी आवश्यक मार्गदर्शिका देखें।

किसी दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्या से पीड़ित व्यक्ति की देखभाल करने से भी आपकी काम करने की क्षमता और आपकी वित्तीय स्थिति पर असर पड़ सकता है।

आपकी परिस्थितियां कैसी भी हों, कई प्रकार की वित्तीय सहायता और लाभ उपलब्ध हैं जिनका आप लाभ उठा सकते हैं।



दीर्घकालिक बीमारी की लागत

यह समझना महत्वपूर्ण है कि दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याओं के कारण अतिरिक्त खर्चे हो सकते हैं।

आपकी स्वास्थ्य स्थिति आप पर किस तरह से असर डालती है, इसके आधार पर आपको निम्नलिखित चीजों के लिए पैसे अलग से रखने की आवश्यकता हो सकती है:

अपॉइंटमेंट पर आने-जाने या अन्य गतिविधियों (जैसे खरीदारी) के लिए परिवहन।

किसी भी स्थायी लक्षण से निपटने में मदद के लिए सहायक उपकरण और अनुकूलन।

उन घरेलू कार्यों में, जिन्हें आप अब आसानी से नहीं कर सकते/सकती हैं, आपकी मदद करने के लिए देखभाल सहायता या घरेलू सहायक को काम पर रखने की आवश्यकता।

यदि आपको महंगे चिकित्सा उपकरण रखने पड़ते हैं, तो अतिरिक्त बीमा लागतें।

एक देखभालकर्ता होना



"देखभालकर्ता" या केयरर वह व्यक्ति होता है जो बिना किसी भुगतान के देखभाल प्रदान करता है। वे किसी दीर्घकालिक बीमारी से पीड़ित साथी, रिश्तेदार या मित्र की सहायता करते हैं। जिस व्यक्ति की देखभाल की जा रही है, वह उस सहायता के बिना अपना काम नहीं चला सकता। कोई भी व्यक्ति देखभालकर्ता बन सकता है।



किसी की देखभाल करने का मतलब यह हो सकता है कि आपको कम काम करना पड़े या, कुछ मामलों में, पूरी तरह से काम बंद करना पड़े। इससे आर्थिक कठिनाइयाँ उत्पन्न हो सकती हैं। इसकी भरपाई में मदद के लिए देखभाल करने वालों को वित्तीय सहायता उपलब्ध है।



देखभाल करने वाला होना एक जटिल मामला है। सभी देखभालकर्ताओं को आर्थिक और भावनात्मक सहायता पाने का अधिकार है। चेस्ट हार्ट एंड स्ट्रोक स्कॉटलैंड की देखभालकर्ताओं के अधिकारों के बारे में आवश्यक मार्गदर्शिका देखें।

वित्तीय सहायता

यदि आप किसी स्वास्थ्य समस्या से ग्रस्त हैं, तो आप वित्तीय सहायता के हकदार हो सकते/सकती हैं। यदि आप किसी ऐसे व्यक्ति की देखभाल करते/करती हैं जिसे कोई स्वास्थ्य समस्या है, तो आप भी लाभों के हकदार हो सकते/सकती हैं।

अक्सर किसी ऐसे व्यक्ति से बात करना फ़ायदेमंद होता है, जो आपको बता सके कि आपके लिए कौन-से वित्तीय लाभ सही हैं। वैयक्तिकृत जानकारी के कुछ स्रोत इस प्रकार हैं:

कोई सोशल वर्कर

कोई वेलफेयर राइट्स अधिकारी

सिटिज़न्स ऐडवाइस स्कॉटलैंड

कोई स्थानीय केयरर्स सेंटर

कोई स्थानीय वित्तीय सलाह केंद्र

रोजगार अधिकारों पर CHSS की 'अपने अधिकार जानें' सलाह सेवा

CHSS की जीवनयापन लागत संबंधी सलाह सेवा।

कुछ लाभ 'साधन-आधारित' होते हैं। इसका मतलब यह है कि आपको मिलने वाली राशि आपकी और आपके परिवार की बचत और आय पर निर्भर करती है।

आप या आपकी देखभाल करने वाला कोई व्यक्ति निम्नलिखित का हकदार हो सकता है:

एडल्ट डिसेबिलिटी पेमेंट (Adult Disability Payment)

इसने अगस्त 2022 से स्कॉटलैंड में पर्सनल इंडिपेंडेंस पेमेंट्स (PIP) की जगह ले ली है। ADP आपकी अक्षमता या लंबे समय से चली आ रही स्वास्थ्य स्थिति के कारण होने वाले खर्चों में आपकी सहायता करता है।

यह लाभ साधन-आधारित नहीं है (आपकी आय और बचत से आपको मिलने वाली राशि पर कोई असर नहीं पड़ेगा)। इसे दो भागों में बांटा गया है: दैनिक जीवन-यापन के खर्चों के लिए एक भत्ता, और आवागमन के खर्चों के लिए एक भत्ता। आप इनमें से एक या दोनों भुगतानों के लिए पात्र हो सकते/सकती हैं।

पेंशन एज डिसेबिलिटी पेमेंट (Pension Age Disability Payment)t

स्कॉटलैंड में फरवरी 2025 से पेंशन एज डिसेबिलिटी पेमेंट ने अटेंडेंस अलावन्स की जगह ले ली। यदि आप स्टेट पेंशन की उम्र तक पहुँच चुके/चुकी हैं और किसी अक्षमता या लंबे समय से चली आ रही स्वास्थ्य समस्या के कारण आपको देखभाल की आवश्यकता है, तो इससे आपको अतिरिक्त पैसे मिलते हैं। यह भुगतान साधन-आधारित नहीं है। इसका उपयोग करने के लिए आपको किसी की देखभाल की आवश्यकता नहीं है।

ऐक्सेस टू वर्क (Access to Work)

'ऐक्सेस टू वर्क' आपको नौकरी पाने या नौकरी में बने रहने में मदद कर सकता है। आपको मिलने वाली सहायता आपकी आवश्यकताओं पर निर्भर करेगी। इसमें कार्यस्थल पर व्यावहारिक सहायता या नौकरी के इंटरव्यू में संचार सहायता के लिए अनुदान शामिल हो सकता है। यह कार्यस्थल पर अपने मानसिक स्वास्थ्य को प्रबंधित करने में भी आपकी सहायता कर सकता है। 'ऐक्सेस टू वर्क' उन उचित समायोजनों का भुगतान नहीं करेगा जो आपके नियोक्ता को करने होंगे।

केयरर्स सपोर्ट पेमेंट (Carer's Support Payment)

स्कॉटलैंड में नवंबर 2024 से इसने केयरर्स अलावंस की जगह ले ली है। यदि आप प्रति सप्ताह 35 घंटे या उससे अधिक देखभाल प्रदान करते/करती हैं और प्रति सप्ताह £196 से कम कमाते/कमाती हैं तो आप इस लाभ के लिए पात्र हो सकते/सकती हैं। जिस व्यक्ति की आप देखभाल करते/करती हैं, उसे भी कुछ लाभ प्राप्त हो रहे होंगे। 16-18 वर्ष की आयु के केयरर्स यंग केयरर्स ग्रांट का लाभ उठा सकते हैं।

चाइल्ड डिसेबिलिटी पेमेंट (Child Disability Payment)

यह स्कॉटलैंड में रहने वाले बच्चों और युवाओं के लिए डिसेबिलिटी लिविंग अलावंस का स्थान लेता है। यह भुगतान किसी दिव्यांग बच्चे को होने वाले अतिरिक्त खर्चों के लिए सहायता प्रदान करता है।

कम्युनिटी केयर ग्रांट (Council Tax Reduction)

यह अनुदान आपको तब मिल सकता है, जब आप या तो देखभाल से बाहर निकल रहे/रहीं हों, या फिर आवासीय देखभाल या रेसिडेन्शियल केयर में जाने से बचने के लिए आपको आर्थिक सहायता की आवश्यकता हो।

काउंसिल टैक्स में कमी (Community Care Grant)

यदि आपकी आय कम है या आप अन्य लाभ क्लेम कर रहे/रही हैं, तो आपको अपने काउंसिल टैक्स बिल का भुगतान करने में मदद मिल सकती है। अधिक जानकारी के लिए आपको अपनी स्थानीय काउंसिल से संपर्क करना चाहिए। यदि आपको यूनिवर्सल क्रेडिट मिलता है तो यह स्वतः लागू हो जाएगा।

क्राइसिस ग्रांट (Crisis Grant)

अगर आपकी परिस्थितियों में अचानक और अप्रत्याशित बदलाव आया है - उदाहरण के लिए, किसी मेडिकल इमरजेंसी के कारण नौकरी चली जाना - तो हो सकता है कि आप अपनी स्थानीय काउंसिल से एकमुश्त भुगतान प्राप्त कर सकें।

डिस्क्रेशनरी हाउसिंग पेमेंट्स (Discretionary Housing Payments)

यदि आपके लाभ या आय, किराए और आवास का खर्च उठाने के लिए पर्याप्त नहीं हैं, तो आपको अतिरिक्त सहायता मिल सकती है। इसे डिस्क्रेशनरी हाउसिंग पेमेंट कहा जाता है। आप इसके लिए अपनी स्थानीय काउंसिल के माध्यम से आवेदन कर सकते हैं।

न्यू-स्टाइल एम्प्लॉयमेंट एंड सपोर्ट अलावंस (New-Style Employment and Support Allowance)

नया ESA एक अंशदायी लाभ है। इसके लिए आमतौर पर यह आवश्यक है कि आपने पिछले 2 से 3 वर्षों में राष्ट्रीय बीमा अंशदान का भुगतान किया हो और/या वह आपके खाते में जमा किया गया हो।

पेंशन क्रेडिट (Pension Credit)

यदि आप 2016 से पहले राज्य पेंशन की आयु तक पहुँच चुके/चुकी हैं, तो आप अतिरिक्त धन का दावा करने के पात्र हो सकते हैं। यह पैसा आपकी साप्ताहिक आय को न्यूनतम स्तर तक बढ़ाने में मदद कर सकता है। यदि आप 2016 के बाद पेंशन की आयु तक पहुंचे हैं, तो इसे UC भुगतान में शामिल किया जाएगा।

स्कॉटिश एडल्ट डिसेबिलिटी लिविंग अलावंस (Scottish Adult Disability Living Allowance)

मार्च 2025 से स्कॉटलैंड में 1948 से पहले जन्मे सभी वयस्कों के लिए डिसेबिलिटी लिविंग अलावंस की जगह यह लागू हो गया है। इस लाभ को दो भागों में बांटा गया है: एक देखभाल घटक और एक गतिशीलता घटक। आपको मिलने वाला साप्ताहिक भुगतान इस बात पर निर्भर करता है कि आपको किस स्तर की सहायता की आवश्यकता है।

स्टैचुटरी सिक पे (Statutory Sick Pay)

यदि आपकी साप्ताहिक आय £120 से अधिक है और आपकी बीमारी आपको काम करने से रोकती है, तो आप भुगतान के हकदार हो सकते/सकती हैं। आपके नियोक्ता को आपको 28 सप्ताह तक की अनुपस्थिति के लिए एक निश्चित राशि का भुगतान करना होगा।

यूनिवर्सल क्रेडिट (Universal Credit)

यूनिवर्सल क्रेडिट (UC) स्कॉटलैंड में उपलब्ध मुख्य लाभ है। यह लाभ कई अन्य लाभों की जगह लेता है - हाउसिंग बेनिफिट, इनकम सपोर्ट, जॉबसीकर्स अलावंस और टैक्स क्रेडिट। यह एक नियमित मासिक भुगतान है जो कम आय वाले या बेरोजगार व्यक्तियों को उनके जीवन यापन के खर्चों में सहायता प्रदान करता है।

यंग केयरर्स ग्रांट (Young Carers Grant)

यदि आपकी उम्र 16 से 18 वर्ष के बीच है और आप सप्ताह में 16 घंटे से अधिक समय तक किसी की देखभाल करते/करती हैं, तो आप इस लाभ के लिए पात्र हो सकते/सकती हैं। इस वार्षिक भुगतान के लिए पात्र होने हेतु, जिस व्यक्ति की आप देखभाल करते/करती हैं, उसे अक्षमता से संबंधित कुछ विशिष्ट लाभ प्राप्त होने चाहिए। आप इसका इस्तेमाल अपनी इच्छानुसार किसी भी तरह से कर सकते/सकती हैं।



आपको मिलने वाले संभावित लाभों के बारे में अधिक जानकारी यहाँ मिल सकती है:

[www.gov.uk/financial-help-disabled/
disability-and-sickness-benefits](http://www.gov.uk/financial-help-disabled/disability-and-sickness-benefits)

ऋण जागरूकता

आपको कई कंपनियों और वित्तीय समूहों द्वारा अल्पकालिक ऋण (पे-डे लोन) या लाभ अग्रिम की पेशकश की जा सकती है।

यह जानना महत्वपूर्ण है कि कानूनी रूप से वैध ऋण भी खतरनाक और जोखिम भरे हो सकते हैं। पे-डे लोन पर अक्सर बहुत अधिक ब्याज दरें लगती हैं। इसकी बहुत संभावना है कि आपको पता चले कि आप शुरुआत के मुकाबले ज़्यादा पैसे के कर्ज़दार हो गए/गई हैं।

ऋण लेने से पहले हमेशा सभी नियम और शर्तें ध्यानपूर्वक पढ़ें। अगर आपको इन्हें समझने में दिक्कत हो रही है, तो किसी और से भी इन्हें पढ़ने के लिए कहें।

ऐसी कई प्रकार की निःशुल्क वित्तीय सलाह सेवाएं उपलब्ध हैं जो आपको बता सकती हैं कि किसी ऋण से आपको क्या उम्मीद करनी चाहिए। वे आपको पैसे पाने के ऐसे दूसरे विकल्पों के बारे में भी बता सकते हैं, जिनमें आपको कम पैसे चुकाने पड़ें।

सावधानी बरतना हमेशा पछताने से बेहतर होता है।

अधिक जानकारी और सलाह

इसके बाद के पृष्ठों में कुछ ऐसे स्थानों की सूची दी गई है जहाँ से आप वित्तीय मामलों से संबंधित जानकारी, सलाह और सहायता प्राप्त कर सकते हैं। आपके स्थानीय क्षेत्र में उपयोगी जानकारी के अन्य स्रोत भी हो सकते हैं।

बेनिफिट्स कैलकुलेटर

सरकार द्वारा उपलब्ध कराया गया एक ऑनलाइन कैलकुलेटर, जो आपको यह पता लगाने में मदद करता है कि आप किन लाभों के हकदार हो सकते/सकती हैं और उनका दावा कैसे करें।

www.gov.uk/benefits-calculators

Carers Scotland (केयरर्स स्कॉटलैंड)

Carers UK का एक हिस्सा। देखभाल करने वालों और उनकी देखभाल में रहने वाले लोगों को सलाह और सहायता प्रदान करता है।

फ़ोन: 0808 808 7777 (सोम-शुक्र सुबह 10 बजे से शाम 4 बजे तक)

www.carersuk.org/scotland

ईमेल: advice@carersuk.org

Citizens Advice Scotland (सिटीज़न्स ऐडवाइस स्कॉटलैंड) (CAS)

CAS स्कॉटलैंड में सिटीज़न्स ऐडवाइस ब्यूरो (नागरिक सलाह कार्यालय) संगठन है। यह वित्त, लाभ, रोजगार, आवास और कई अन्य मुद्दों पर मुफ्त, गोपनीय और निष्पक्ष सलाह प्रदान करता है।

अपने स्थानीय CAS कार्यालय का पता लगाने के लिए, यहां जाएं।

[**www.cas.org.uk/get-advice**](http://www.cas.org.uk/get-advice)

ऑनलाइन सलाह और जानकारी के लिए, यहां जाएं।

[**www.citizensadvice.org.uk/scotland**](http://www.citizensadvice.org.uk/scotland)

Home Energy Scotland (होम एनर्जी स्कॉटलैंड)

स्कॉटिश सरकार द्वारा वित्त पोषित एक निःशुल्क सेवा जो आपके घर को गर्म रखने और आपके ऊर्जा बिलों को कम करने में मदद करने के लिए सलाह, सहायता और अनुदान प्रदान करती है।

फ़ोन: 0808 808 2282

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

NHS Scotland Healthy Working Lives (NHS

स्कॉटलैंड हेल्दी वर्किंग लाइव्स)

कार्यस्थल पर स्वास्थ्य, सुरक्षा और कल्याण के संबंध में नियोक्ताओं के लिए सलाह और जानकारी। यह नियोक्ताओं के लिए कई प्रकार की निःशुल्क सेवाएं प्रदान करता है, जिनमें कार्यस्थल का दौरा और प्रशिक्षण शामिल हैं।

फ़ोन: 0800 019 2211

www.healthyworkinglives.scot

नेशनल डेटलाइन

ऋण संबंधी समस्याओं से निपटने के तरीके पर निःशुल्क, गोपनीय और स्वतंत्र सलाह प्रदान करता है। आप नेशनल डेटलाइन से फोन पर या उनकी वेबसाइट पर वेब चैट के माध्यम से बात कर सकते हैं।

फ़ोन: 0808 808 4000 (सोम-शुक्र सुबह 9 बजे से रात 8 बजे तक, शनिवार सुबह 9:30 बजे से दोपहर 1 बजे तक)

www.nationaldebtline.org

स्कॉटलैंड में हमारे प्रकाशन PDF और प्रिंट,
दोनों रूपों में सभी के लिए निःशुल्क हैं। इन सभी को
www.chss.org.uk/resources-hub पर देखें

हमारी ऐडवाइस लाइन टीम से निःशुल्क, गोपनीय सलाह और सहयोग के
लिए संपर्क करें:

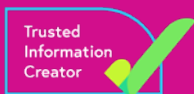
0808 801 0899 (सोमवार से शुक्रवार सुबह 9
बजे से शाम 4 बजे तक)
66777 पर **ADVICE** टेक्स्ट करें
adviceline@chss.org.uk

स्कॉटलैंड में हर पांच में से एक व्यक्ति छाती, हृदय और
स्ट्रोक की बीमारी या लॉन्ग कोविड से प्रभावित है। आप स्कॉटलैंड में अधिक
लोगों की मदद करने में हमारी मदद कैसे कर सकते हैं यह जानने के लिए
www.chss.org.uk/supportus पर जाएं।

फीडबैक देने या वैकल्पिक फ़ॉर्मेट का अनुरोध करने के लिए यहाँ ईमेल भेजें:
health.information@chss.org.uk



NO LIFE HALF LIVED



हमारे सभी संसाधनों को
देखने के लिए यहाँ स्कैन करें!

प्रकाशित 2025
अगली समीक्षा: 2028

E13-v3.0-Nov25

स्कॉटिश चैरिटी (नं SC018761)