

Македонски > Работа и финансии > Живеење со малку пари

## Живеење со малку пари

### Дали треба да се справите со малку пари? Дали ви е потребна поддршка од социјалната заштита или живеете на егзистенцијално ниво?

Во случаи кога приходот не е доволен за живеење и ниту една од осигурителните компании не може да помогне, се меша социјалната помош. Можете да добиете социјална помош преку вашата општина на престој.

Постојат многу понуди кои ги поддржуваат луѓето со малку пари во секојдневниот живот.

Искористите ги овие понуди, тие се исто така достапни во вашата област.

### Купување на намирници / храна и пијалоци

Овде ќе најдете неколку примери на понуди. Исто така, прашајте општинската канцеларија кои други опции се достапни во близина.

## Дистрибуција на храна

Имате ли малку пари за секојдневниот живот?

Постојат различни дистрибутивни пунктови и пазари каде што можете да добиете значително намалена храна, хигиенски производи, канцелариски и домашни предмети, производи за чистење и облека.

### Примери од сите региони:

Каритас Маркет Град Санкт Гален	Каритас Маркет Раперсвил	Каритас Маркет Вил
Регион Верденберг: Дистрибуција на храната на LEBA во Бухс	Роршах и Голдах: Храна за мали буџети	Вил: Точка за дистрибуција на храна "Poschtitäsche"
Ебнат-Капел: Дистрибуција на храна	Wartau/Sevelen: Дистрибуција на храна	Апликација за мобилни телефони: ПРЕМНОГУ ДОБРО ЗА ДА СЕ ОДИ

### Кориснички ID / KulturLegi

За да можете да купувате во дистрибутивните пунктови, обично ви треба лична карта на клиентот (на пример KulturLegi). Можете да го добиете ова од општината на живеалиште, службата за социјална заштита или социјалните служби.

Ако не примате социјална помош и немате контакт со канцеларијата за социјална заштита, најдобро е да се контактирате директно пред првата посета.

Можете да ја добиете **KulturLegi** од канцеларијата за социјална заштита во вашата општина на живеење и од повеќето центри за социјално советување. Исто така, можете да аплицирате за лична карта на клиентот директно овде: [Апликација KulturLegi](#)

## «Tischlein deck dich» Помош во храна

"Tischlein-deck-dich" ја спасува храната од уништување и ја дистрибуира на луѓето погодени од сиромаштија.

Ако сакате да купите храна од дистрибутивниот пункт на Tischlein-deck-dich, ќе ви треба лична карта на клиентот. Можете да ја добиете оваа картичка од канцеларијата за социјални услуги во вашата област.







**Контакт пребарување за "Tischlein deck dich"**

---

## Ручеци: ручек заедно

Уживајте во топол ручек во заедницата. На маса за ручек можете да јадете сами или со семејството по разумна цена.

### Примери за ручек






-  Куќа на солидарност Санкт Гален - Ручек
  -  Отворена куќа во Санкт Гален
  -  Мозаичен ручек во Санкт Гален
  -  Ручек за сениори 60plus во Грабс
  -  Сениорски ручек Католичка црква Вил
  -  Екуменски ручек Ватвил
- 

## Кафулиња за состаноци

Во кафулињата за состаноци можете да добиете кафе, еспресо, капучино и многу повеќе по ниска цена.

Понекогаш исто така треба да покажете лична карта на клиентот во кафулињата за состаноци, на пример **KulturLegi**.

### Примери за кафулиња за состаноци




-  C'Кафи во Санкт Гален
  -  CafiTass во Вил
  -  CafiTass во Раперсвил-Јона
  -  Бистро Папиерхоф и место за средби во Бухс
  -  Отворен состанок Мосаик - Град Санкт Гален
- 

## Секојдневни предмети, облека и мебел

Овде ќе најдете неколку примери на понуди. Исто така, прашајте општинската канцеларија кои други опции се достапни во близина.

## Kleiderbörsen

Искористите ги евтините понуди за размена на облека и продавници за втора употреба.

-  Размена на облека на Армијата на спасот
  -  Продавници и размена на детска облека
  -  Размена на облека во Solihaus во градот Санкт Гален
- 

## Продавници за втора употреба и продавници за половна употреба

Во **Brockenhaus / Brockenstube** (☺ Продавница за втора употреба, каде што можете да ги набавите секојдневните предмети по разумна цена) употреба (исто така наречена "Броки") ќе најдете широк спектар на секојдневни предмети како мебел, облека, домаќинство, книги, играчки и многу повеќе. Предметите се добро зачувани предмети од втора рака.

Постојат многу "Броки" низ кантонот Санкт Гален: **Список на продавници за втора рака и продавници за втора употреба**


---

## Repair-Cafés: Нека се поправи бесплатно

Дали треба нешто да се поправи?

Од апарати за домаќинство до потрошувачка електроника, текстил и играчки, сè може да се донесе за да биде поправено бесплатно од страна на сервисерите на самото место.

Донесете ја вашата неисправна стока таму. Не ви треба состанок.

 Најдете кафуле за поправка во близина на вас

---

## Winterhilfe St.Gallen

**Winterhilfe St.Gallen** помага со еднократни услуги за поддршка како што се:

- Помош во кревет: функционални кревети и постелнина (нови кревети, детски кревети, душеци, јорган, перници и покривки)
- Помош за облека: пакети за облека од Каритас и ваучери за облека
- Училишна опрема за сите: нова училишна торба на секои 3 години
- Ваучери за шопинг

**Контактирајте Зимска помош**

---

### Финансиска помош

Овде ќе најдете неколку примери на понуди. Исто така, прашајте општинската канцеларија кои други опции се достапни во близина.

## Winterhilfe St.Gallen

**Винтерхилфе Санкт Гален** ви помага во итни финансиски итни случаи со еднократни услуги за поддршка како што се:

- директна претпоставка на фактури (на пример, премии за осигурување / извештаи за придобивки за здравствено осигурување, очила, стоматолог, кирија, помошни трошоци итн.)
- Помош во кревет: функционални кревети и постелнина (нови кревети, детски кревети, душеци, јорган, перници и покривки)
- Помош за облека: пакети за облека од Каритас и ваучери за облека
- Проект "Еманципација" за деца: долгорочно финансирање на слободни активности за деца и млади на возраст од 4-16 години
- Училишна опрема за сите: нова училишна торба на секои 3 години
- Поддршка за празниците на РЕКА
- Ваучери за шопинг

**Контактирајте Зимска помош**

---

## OhO - Ostschweiz hilft Ostschweiz

**OhO - Ostschweiz hilft Ostschweiz** ви помага во итни финансиски итни случаи. Поддршката оди до поединци и семејства со многу ограничени финансиски средства, кои од различни причини пропаднале низ мрежата на социјална заштита и затоа немаат право на официјална поддршка.

Приватни лица, службите за социјална заштита, организациите за помош и контактните точки за луѓето во потреба можат да поднесат апликации од 1 октомври до 30 ноември.

Секое барање мора да биде оправдано и детално да ја објасни вонредната ситуација. Имајте на ум дека не се вршат плаќања во странство. OhO плаќа само за услуги кои се обезбедени во Швајцарија.

**Контактирајте и испрати апликација - OhO**

---

## Solidaritatsfonds SKF: За мајка и дете

**Фондот за солидарност** за мајката и детето на Швајцарската католичка федерација на жените (SKF) обезбедува итна финансиска помош за жените. Жените кои имаат финансиски тешкотии, на пример, поради бременост, породување или грижа за децата, можат да ги контактираат.

**Контакт на Фонд Солидарност Мајка и дете**

---

## SRK Kanton St.Gallen: Финансиска помош за премостување

**SRK** ([📍 Швајцарски Црвен крст](#)) финансиската помош за премостување ви поддржува ако сте во финансиска невоља како резултат на настан. На пример, во случај на:

- Болест
- Поделба
- Губење на работа

Ако ова резултира со вонредни трошоци или ако одеднаш имате помал приход, SRC ќе ви помогне да ги надминете овие акутни итни ситуации.

**> Информации SRC**

### Контакт:

Швајцарски Црвен крст Кантон Санкт Гален / SRC Премостувачка помош  
Marktplatz 24  
9004 Санкт Гален

Телефон: 071 227 99 66

Е-пошта: [beratung@srk-sg.ch](mailto:beratung@srk-sg.ch)

---

## Совети за постари граѓани

Pro Senectute нуди финансиски совети за постарите граѓани.

- [🔗 Финансиски совети](#)
  - [🔗 Пресметување на вашето право на дополнителни бенефиции](#)
  - [🔗 Други консултантски услуги понудени од Pro Senectute](#)
- 

### Слободни активности

Овде ќе најдете неколку примери на понуди. Исто така, прашајте општинската канцеларија кои други опции се достапни во близина.

## KulturLegi

Дали сакате да одите во театар или музеј? Дали сакате да одите во циркус со вашите деца или да присуствувате на фудбалски натпревар?

Дури и ако имате ниски приходи, можете да учествувате во бројни културни, спортски, образовни и рекреативни настани. Со **KulturLegi** добивате намалени цени на многу места.

Можете да добиете информации за личната карта на клиентот од канцеларијата за социјална заштита во вашата општина на живеење и од повеќето центри за социјално советување. Исто така, можете да аплицирате за лична карта на клиентот директно онлајн: **Апликација KulturLegi**

---

## РЕКА: Празнична помош за семејствата

**РЕКА** дозволува на вашето семејство да земе еднонеделен одмор за 200 франци. Одморот се одржува во викендичко село РЕКА, апартман за одмор или во младински хостел во Швајцарија.

---

## Kovive: Ferienlager / Летни кампови за деца и тинејџери

**Ковиве** нуди летни кампови за деца и тинејџери по разумни цени. Камповите нудат возбудлива и разновидна празнична програма. Вообичаен јазик во кампот е германскиот. Цените се базираат на приходот и имотот на семејството.

## Ferienpass: Активности за децата за време на училишните распуст

Во многу општини и градови, за време на училишните распуст се нуди **Ferienpass** (🔗 [Слободни активности за време на училишниот распуст во местото на живеење](#)) за децата.

**Ferienpass** (🔗 [Слободни активности за време на училишниот распуст во местото на живеење](#)) им нуди на децата возбудлива програма и исто така е погодна за семејства со низок буџет.

Прашајте од општинската канцеларија или училишниот секретаријат за таква понуда.

### Примери

- 🔗 [Празнична карта / Летна забава во градот Санкт Гален](#)
- 🔗 [Понуди од Pro Juventute](#)
- 🔗 [Холидеј Пас Раперсвил-Јона со KulturLegi](#)
- 🔗 [ФериенСпас Вил](#)
- 🔗 [Празнична забава на езерото во регионот Роршах](#)
- 🔗 [Празнична забава Саргансерленд](#)
- 🔗 [Празнична карта Uznach](#)
- 🔗 [Празнична карта за регионот Ватвил](#)



#### Употреба на понудите наведени погоре: [i](#)

Имајте на ум важечките барања за секоја понуда.



#### Информативна брошура за луѓето во градот Санкт Гален

Совети и совети од градот Санкт Гален за живеење со малку пари.



#### Брзи информации и совети без регистрација

Пронајдете контактни точки во близина на вас

### Лица за контакт

Пронајдете вистинска точка за контакт, совет или авторитет во вашата област. [Лица за контакт](#)