

بدهی‌ها و بودجه

هر کسی می‌تواند خود را در بحران مالی پیدا کند. شرایط مختلف می‌تواند منجر به کمبود پول و بدهی شود، به عنوان مثال اگر شغل خود را از دست بدهید، بیمار شوید یا طلاق بگیرید.

اگر مشکلات مالی دارید و دیگر نمی‌توانید صورتحساب‌های معوقه خود را پرداخت کنید، نباید صبر کنید، بلکه کمک بگیرید. اگر دیگر نمی‌توانید صورتحساب‌های خود را پرداخت کنید، درخواست کمک کنید. راه‌هایی برای خرج شدن از بدهی وجود دارد.

خط تلفن بدهی SOS

یک خط تلفن برای کمک‌های اولیه برای بدهی وجود دارد. آنها به صورت ناشناس به شما توصیه می‌کنند:

تلفن 0800 708 708 (دوشنبه تا پنجشنبه از ساعت 10 صبح تا 1 بعد از ظهر)

مرکز ارائه اطلاعات اجتماعی و بدهکری Caritas

کاریتس مشاوره رایگان اجتماعی و بدهی را در چندین مکان در کانتون سنت گالن ارائه می‌دهد.

< مکان‌ها و مخاطبین

نقاط تماس

نقطه تماس، مشاوره یا مرجع مناسب را در منطقه خود پیدا کنید: [نقاط تماس](#)