

# OBSAH

<b>1. Nevíte, jak tíživou situaci řešit?</b> .....	2
Kontakty na sociální pracovníky obcí .....	2
<b>2. Nemáte dost peněz na zaplacení nákladů na bydlení?</b> .....	4
Příspěvek na bydlení .....	4
Doplatek na bydlení .....	4
<b>3. Hledáte možnosti, jak ušetřit za energie?</b> .....	5
Snížení spotřeby energie .....	5
Dotace pro vlastníky domů .....	6
<b>4. Nemáte dost peněz na jídlo a ostatní důležité věci?</b> .....	6
Přídavek na dítě .....	6
Příspěvek na živobytí .....	7
Mimořádná okamžitá pomoc .....	7
Potravinová a materiální pomoc .....	7
Seznam míst, kde můžete pomoc potravinové banky získat v Olomouckém kraji .....	8
<b>5. Chcete zdarma řešit své dluhy?</b> .....	9
Kontakty na dluhové poradny .....	10
<b>6. Potřebujete pomoc, protože sami už vše nezvládnete?</b> .....	11
Příspěvek na péči .....	12
<b>7. Potřebujete radu nebo podporu v tíživé situaci (i mimo obvyklou pracovní dobu)?</b> .....	12