

Charitní listy jaro 2026



Krásné a požehnané Velikonoce. Ať jsou tyto svátky pro každého z nás
ČASEM NADĚJE, VDĚČNOSTI A VZÁJEMNÉ POMOCI.

- Slovo šternberského děkana
- Postní almužna
- Ohlédnutí za Tříkrálovou sbírkou 2026
- Ples Charity
- XX. Benefiční koncert Šternberk
- Noční provoz v NDC Uzel
- Projekt "Pomozte odstranit traumata u dětí i dospělých"
- Podpora pro lidi s duševním onemocněním
- Jarní Sbírka potravin
- Pozvánka na Pouť do Litovle
- Aktuality z MC Rybička
- Nové prostory pro kompenzační pomůcky
- Aktuality



**Charita
Šternberk**

KONTAKT

WWW.STERNBERK.CHARITA.CZ

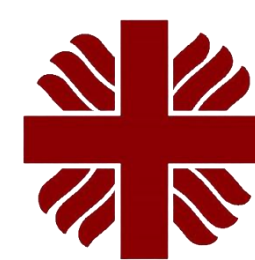
IČ: 45238542

ČÚ: 1802861309/0800

SLOVO DĚKANA

Zimní atmosféra se pomalu mění v jarní. Za chvíli se celá příroda jakoby probudí a obnoví svou nádheru, aby nás pozvala nejen obdivovat její rozmanité krásy, ale i objevovat skryté pravdy našeho života. Třeba právě tu o životě, o smrti, o kráse či o smyslu. Ne náhodou se právě toto roční období překrývá se slavením křesťanských Velikonoc, které nabízí člověku nejen zamyšlení, ale především velkou nadějí. Nadějí, že život je silnější než smrt, a to proto, že Ježíš, Spasitel světa, smrt přemohl, a dává každému člověku nabídku do tohoto vítězství vstoupit. Přeji Vám pokojné a radostí naplněné Velikonoce.

P. Antonín Pechal, děkan šternberský



POSTNÍ ALMUŽNA

Postní almužna není pouze sbírkovou akcí. Almužna jako taková je součástí tradiční postní praxe, která propojuje půst, modlitbu a almužnu.

„Postní doba není soutěží ani výkonem. Každý ji prožívá podle svých možností a životní situace. I drobný krok má smysl, pokud je veden upřímnou snahou,“ připomíná prezident Arcidiecézní charity Olomouc P. Pavel Štefan.

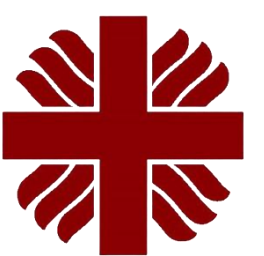
Viditelným symbolem Postní almužny je jednoduchá krabička, kterou si lidé během postní doby často pokládají na viditelné místo ve svém domově.

„Ta krabička není dekorací, ale připomínkou. Má nám být na očích, aby se z postní doby nestala jen myšlenka, ale konkrétní čin,“ dodává P. Pavel Štefan.

Smysl Postní almužny je velmi jednoduchý. Každý si může během postní doby vědomě něco odříci – například drobný požitek, kávu, sladkost, zábavu či jiný výdaj – a hodnotu tohoto rozhodnutí proměnit v dar do postní krabičky. Nejde přitom o výši částky, ale o postoj. Někdo odkládá pravidelně menší obnosy, jiný přispěje jednorázově. Podstatné je, že i malé rozhodnutí může mít konkrétní dopad na život lidí, kteří se ocitli v nouzi.

V roce 2025 činil výtěžek z Postní almužny v našem děkanátu 76 800 Kč. Díky těmto prostředkům jsme mohli pomoci lidem, kteří se ocitli v tíživé životní situaci. Z Postní almužny byly například zakoupeny dioptrické brýle pro dítě matky samoživitelky, proplaceny léky, uhrazen poplatek za výpis ze zdravotní dokumentace potřebný pro možný nástup do zaměstnání nebo správný poplatek při vyřízení občanského průkazu.

Těší nás a dává nám naději, že lidé i v dnešní době myslí na druhé a vnímají potřebu pomáhat těm, kteří se ocitli ve složitější životní situaci než oni sami.



OHLÉDNUTÍ ZA TŘÍKRALOVOU SBÍRKOU 2026

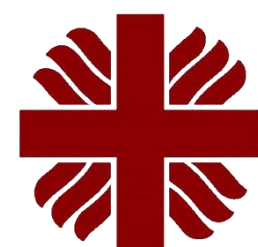
Na začátku letošního roku se opět uskutečnila tradiční Tříkrálová sbírka, do které se zapojily všechny naše střediska. Díky štědrosti dárců a obrovskému nasazení koledníků se podařilo dohromady vybrat krásnou částku 2 714 744 korun.

Koledníci letos vyráželi do ulic, domovů i městských částí často v mrazivém zimním počasí, přesto s úsměvem, dobrou náladou a přáním pokoje do každé domácnosti. Velké poděkování patří všem dětem, vedoucím skupinek i dobrovolníkům, kteří věnovali svůj čas a energii této krásné tradici.

Stejně tak děkujeme všem dárcům, kteří koledníky vlídně přijali a přispěli podle svých možností.

Poděkování Tříkrálovým koledníkům

V sobotu 31. ledna 2026 byli Tříkráloví koledníci pozváni do Kina Družba v Uničově na filmové představení „Paddington v džungli“. Pozvánka byla poděkováním za jejich účast a ochotu zapojit se do letošní Tříkrálové sbírky. Další možností, jak koledníkům poděkovat, bude Benefiční koncert ve Šternberku, který se uskuteční 29. května 2026 od 17 hodin v Městském kulturním zařízení. Na koncertě vystoupí zpěvák VOXEL & spol. Věříme, že i tento kulturní zážitek udělá koledníkům radost.



PLES CHARITY

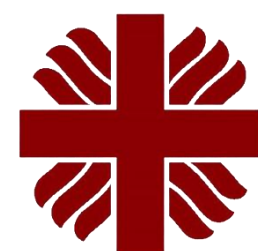
Středisko Uničov, uspořádalo již 8. ročník plesu Charity, který se konal 14. února 2026 v Kulturním domě v Újezdu u Uničova. Večer se nesl v příjemné a slavnostní atmosféře, kterou podpořila nejen hojná účast návštěvníků, ale také skvělá nálada všech přítomných. Letošní ples navíc připadl na svátek svatého Valentýna, a tak se nesl i v duchu lásky, radosti a společně strávených chvil.

K tanci i poslechu hrála osvědčená skupina GAMA pod vedením Jirky Sovy, která naše tanečnický dobře zná a vždy dokáže přizpůsobit výběr skladeb jejich vkusu i energii na parketu. Díky tomu byl taneční parket po celý večer plný a o zábavu rozhodně nebyla nouze.

Součástí večera byla také tombola, která tradičně patří mezi oblíbené části programu. Návštěvníci si odnášeli nejen pěkné ceny, ale především dobrý pocit ze společně stráveného času.

Máme velkou radost, že zájem o náš ples každoročně roste a že si k nám lidé nacházejí cestu. Velmi si vážíme všech, kteří přišli, podpořili tuto akci a přispěli tak k vytvoření krásného večera plného radosti, setkávání a dobré nálady.

Děkujeme všem hostům, partnerům i organizátorům, kteří se na přípravě plesu podíleli a pomohli vytvořit tak příjemnou atmosféru, na kterou budeme rádi vzpomínat.

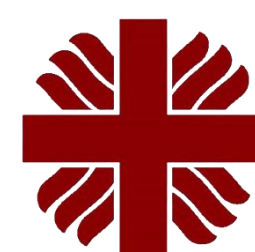


XX. BENEFIČNÍ KONCERT VE ŠTERNBERKU, JAKO PODĚKOVÁNÍ DOBROVOLNÍKŮM

Zveme vás na jubilejní XX. Benefiční koncert, který věnujeme našim příznivcům a zejména dobrovolníkům z řad Tříkrálových koledníků. Těšit se můžete na vystoupení písničkáře VOXEL & spol.

Koncert se uskuteční 29. května 2026 od 17:00 hodin v Kulturním domě ve Šternberku. Pro návštěvníky bude připraveno drobné občerstvení a také hlídání menších dětí v dětském koutku.

VOXEL & spol. patří mezi výrazné mladé české umělce. Je držitelem ocenění Objev roku televize Óčko a získal nominaci na Objev roku v anketě Anděl 2014. Zároveň se stal držitelem Českého slavíka 2014 v kategorii Hvězda internetu. Na svém kontě má čtyři studiová alba a v roce 2022 absolvoval velké turné po amfiteátrech s kapelou Čechomor. Již nyní se na Vás těší pracovníci Charity Šternberk.

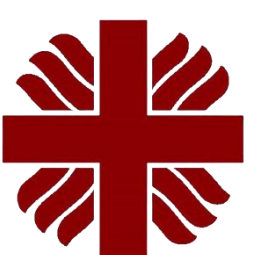


NOČNÍ PROVOZ PRO LIDI BEZ PŘÍSTŘEŠÍ

Noční provoz poskytuje lidem bez přístřeší v zimním období možnost přenocování, stravování a vykonání základní hygieny. Provoz byl Charitou Šternberk realizován od začátku prosince 2025 do 9. března 2026. Probíhal v místnosti, která běžně slouží sociální službě Nízkoprahového denního centra Uzel při Charitě Šternberk. Nejedná se o pobytovou sociální službu, ale o možnost nouzového přespání v suchém a teplém prostředí.

Tento provoz využilo celkem 25 lidí, přičemž denní průměr činil 6 lidí. Celková kapacita nočního provozu je 10 lidí. V období silných mrazů byla kapacita zcela zaplněna. Provoz zajišťovali tři pracovníci na dohodu o provedení práce.

Děkujeme Městské policii Šternberk za spolupráci s nočním provozem. Nejedná se o ideální řešení otázky lidí bez přístřeší, ale o zajištění prevence úmrtí. Prevencí a řešením tíživých situací se Charita Šternberk zabývá již 34 let.



PROJEKT

„POMOZTE ODSTRANIT TRAUMATA U DĚTÍ I DOSPĚLÝCH“

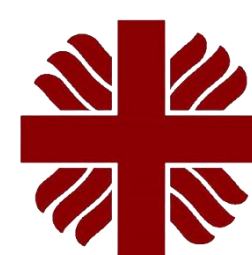
Při sociální práci s rodinami dlouhodobě narážíme na nedostatek odborné pomoci v oblasti zpracování traumat. Ta často vznikají v důsledku domácího násilí, sociálního vyloučení, rozpadu rodiny a dalších náročných životních situací.

Sociální pracovník pomáhá především se zajištěním základních životních potřeb, jako je bydlení, strava či příjem. Nemůže však plně ošetřit psychická zranění, která si klienti nesou. Nově tuto podporu zajišťuje psychoterapeut, jehož činnost je podpořena projektem Nadace ČSOB Pomáhá regionům.

Psychoterapeut se zaměřuje na emoční a psychickou stabilizaci dětí i rodičů. Pomáhá sdílet a zpracovávat situace, které jsou pro rodiny dlouhodobě zatěžující, obtížně řešitelné a často i vyčerpávající. Díky této podpoře mohou rodiny postupně nacházet úlevu a větší stabilitu.

Cílem psychoterapie je vytvořit pro klienty bezpečné prostředí, ve kterém mohou zpracovávat svá traumata a pracovat na svém sebepojetí. Psychoterapie je poskytována bezplatně a vždy navazuje na sociální práci v rodině, čímž je zajištěna komplexnější podpora rodin s dětmi.

Děkujeme Nadaci ČSOB Pomáhá regionům za podporu, díky které můžeme tuto službu rodinám poskytovat.



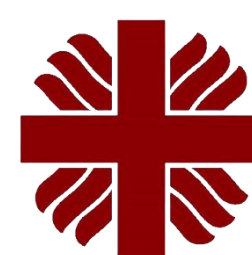
PODPORA LIDEM S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM

Od začátku roku 2026 jsme rozšířili možnost využití služeb sociální rehabilitace i pro lidi se zkušeností s duševním onemocněním. Terénní i ambulantní služby pro lidi s duševním onemocněním v regionu Šternberk, Uničov a Litovel dlouhodobě chybí. Poptávka po cílené práci s těmito lidmi je vysoká. V terénu nabízíme individuální podporu, poradenství i praktickou pomoc v oblasti bydlení, zaměstnání nebo mezilidských vztahů. Můžeme tedy pomoci s vyřízením dávek, ale pomoci i jen vyjít ven na nákup, nacvičit zajištění chodu domácnost atd. Ambulantně nabízíme ve Šternberku každý čtvrtek od 13:00 do 15:00 hod. bezpečný prostor pro setkávání a vzájemnou podporu. Setkání se odehrává na Charitě Šternberk , ul. Opavská 13. Stejnou možnost ambulantního setkání nabízíme i v Litovli, každé úterý od 13:00 do 15:00 hod. na adrese ul. Vítězná 1129, Litovel (budova Charity). Pro více informací se na nás neváhejte obrátit: tel.: +420 734 644 995, email: zotaveni@sternberk.charita.cz

Pracovníci sociální rehabilitace Rozkvět

Pokud by jste měli zájem o službu a nebo víte o někom, kdo by službu využil, můžete vyplnit krátký on-line dotazník na webu Charity Šternberk.

<https://www.sternberk.charita.cz/dotaz-zadost-o-radu/>



JARNÍ KOLO SBÍRKY POTRAVIN

V sobotu 25. dubna 2026 se uskuteční jarní kolo celorepublikové Sbírký potravin, do které se opět zapojí i Charita Šternberk. Pomoci mohou lidé v Litovli, Uničově i Šternberku – stačí při běžném nákupu přidat do košíku něco navíc.

Sbírka proběhne od 8:00 do 18:00 hod. v prodejnách Billa v Litovli, Tesco v Uničově a Kaufland ve Šternberku. Za pokladnami budou připraveni dobrovolníci, kteří od dárců převezmou zakoupené potraviny a drogerii.

Darovat je možné především trvanlivé potraviny, jako jsou těstoviny, rýže, konzervy, polévky, dětská výživa nebo sladkosti pro děti. Velmi vítaná je také základní drogerie – například hygienické potřeby, prací prostředky nebo dětské pleny.

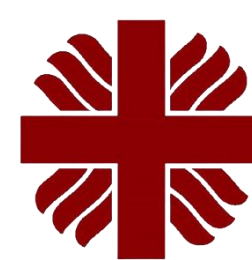
Vybrané potraviny Charita následně rozdělí mezi rodiny s dětmi, seniory, lidi bez domova i další osoby, které se ocitly v obtížné životní situaci.

„Každý dar má smysl. I malá pomoc může někomu výrazně ulehčit náročné období,“ připomínají organizátoři sbírky.

Děkujeme všem, kteří se rozhodnou pomoci a přispějí k tomu, aby nikdo nezůstal bez základní pomoci.

JARNÍ KOLO SBÍRKY

SOBOTA 25. DUBNA



POZVÁNKA NA POUŤ

Římskokatolická farnost Litovel ve spolupráci s Charitou Šternberk a KDU-ČSL srdečně zve širokou veřejnost na tradiční pouť u příležitosti svátku svatých Filipa a Jakuba, která se uskuteční v neděli 10. května 2026 na Starém městě v Litovli.

Program začne v 9:30 hod. mší svatou v kostele sv. Filipa a Jakuba. Na ni naváže doprovodný program na prostranství u kostela, kde od 10:30 hod. vystoupí Hanácká mozeka Litovel.

Pro návštěvníky bude po celý den připraven pestrý doprovodný program. Chybět nebude prodej regionálních výrobků a poutního zboží ani bohaté občerstvení s možností posezení, a to i v případě nepříznivého počasí. Pro děti bude připraven skákací hrad zdarma a další aktivity. Poutě je příležitostí k setkání, společnému prožití svátečního dne i k podpoře místních tradic. Srdečně zváni jsou všichni, kdo chtějí strávit příjemný den v přátelské atmosféře.



Charita Šternberk ve spolupráci s **KDU-ČSL** **Římskokatolická farnost Litovel**

pořádají tradiční

POUŤ

u příležitosti svátku sv. Filipa a Jakuba
v neděli 10. května 2026
na Starém městě v Litovli

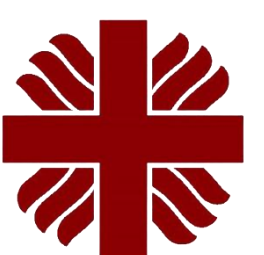
program
Kostel sv. Filipa a Jakuba
9:30 - mše svatá

prostranství u kostela
10:30 - vystoupí Hanácká mozeka Litovel
Skákací hrad KDU-ČSL pro děti zdarma
Aktivity pro děti

Prodej regionálních výrobků
Bohaté občerstvení s možností posezení i v případě nepříznivého počasí
Prodej poutního zboží všeho druhu

Všichni jste srdečně zváni

akci podpořili: **LITOVEL** **REGIO** kavárna a potraviny **JECMINEK** **Orel**



MC RYBIČKA

Jaro v Mateřském centru Rybička: přednášky i poslední místa na táboře

S příchodem jara připravilo Mateřské centrum Rybička opět zajímavý program pro rodiče i děti. Čekají vás inspirativní přednášky i nabídka letního tábora pro nejmenší.

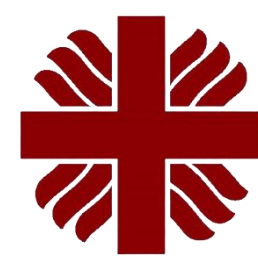
V dubnu se můžete těšit na přednášku Bc. Lenky Kvapilové, MSc. s názvem *Jak nevyhořet v ženské roli*. Téma, které je blízké mnoha ženám – maminkám, partnerkám i pracujícím ženám – nabídne prostor k zamyšlení i praktické tipy, jak pečovat o sebe a předcházet vyčerpání. Přednáška se uskuteční 13. dubna 2026 od 16:30 hod. v prostorách MC Rybička. Vstupné činí 100 Kč.

V květnu na ni naváže přednáška Mgr. Jiřího Haldy s názvem *Role dítěte v rodině*. Zaměří se na vztahy v rodině, výchovu a porozumění dětskému chování. Přednáška proběhne 13. května 2026 od 16.00 hod. také v prostorách MC Rybička. Vstupné je 200 Kč pro jednotlivce nebo 300 Kč pro pár.

Na obě přednášky je nutné se předem přihlásit – osobně v MC Rybička nebo na telefonním čísle 739 246 016.

Mateřské centrum myslí také na letní prázdniny. Máme k dispozici poslední dvě volná místa na příměstském táboře *Noemova archa*, který je určen dětem ve věku 5–8 let. Tábor proběhne v termínu 13.–17. července 2026 a jeho cena je 2 500 Kč.

Neváhejte se přihlásit – kapacita je omezená a zájem bývá velký.



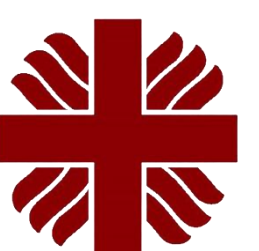
PŮJČOVNA POMŮCEK NA NOVÉ ADRESE

Půjčovna kompenzačních pomůcek prochází změnou. Z důvodu zefektivnění provozu a lepší dostupnosti služeb se nově přesouvá do centrálního skladu na adrese Červenka 101.

Cílem tohoto kroku je zlepšit organizaci, skladování i výdej pomůcek, jako jsou například polohovací postele, invalidní vozíky, chodítka či další zdravotnické vybavení. Tyto pomůcky pomáhají lidem po úrazech, operacích i seniorům v domácí péči.

Centralizace přinese lepší přehled o dostupnosti jednotlivých pomůcek, umožní rychleji reagovat na potřeby klientů a zefektivní správu celého provozu.

Nový sklad zároveň nabízí vhodnější zázemí pro manipulaci s pomůckami, jejich údržbu i hygienické ošetření. Díky tomu bude možné služby dále rozvíjet a poskytovat je ve vyšší kvalitě. Máte zájem o zapůjčení kompenzační pomůcky? Kontaktujte Martina Huličného na tel., 733 755 862 nebo na emailu: martin.hulicny@sternberk.charita.cz. Více o možnosti zapůjčení kompenzačních pomůcek i ceníku naleznete na www.sternberk.charita.cz.



AKTUALITY

Kurz První pomoci

Našich 12 zaměstnanců prošlo 25.2. 2026 kurzem „První pomoci“. Procvičili si život zachraňující úkony, resuscitaci, cizí těleso v dýchacích cestách, masivní krvácení a další. Vše si vyzkoušeli osobně, pod vedením lektorky Mgr. Jitky Juríčkové. Kurz probíhal pod záštitou firmy <https://www.chcibozp.cz/>.

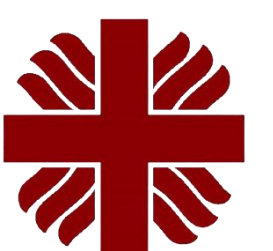
Nová cílová skupina

Charita Šternberk zaregistrovala novou cílovou skupinu OSOBY S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM. Pro práci s touto cílovou skupinou potřebujeme specifické vzdělávání. To nám umožnila Nadace ČEZ a podpořili nás částkou 100.000 Kč. Vzděláním prošlo 15 zaměstnanců. Pětidenní školení nám pomohlo v orientaci na "zotavení" člověka. V modelu CAR se budeme dále vzdělávat.



Workshopy pro lidi bez přístřeší

Ve spolupráci s Divadlem na cucky proběhnou tři workshopy. Ty jsou zaměřené na práci s keramickou hlínou. Dvě studentky Univerzity Palackého, obor Učitelství výtvarné výchovy, se budou věnovat lidem bez přístřeší. Cílem je smysluplné trávení času a motivace ke změně.



PODĚKOVÁNÍ PODPOROVATELŮM



NADACE
KRÁSA POMOCI



POMÁHÁ
REGIONŮM

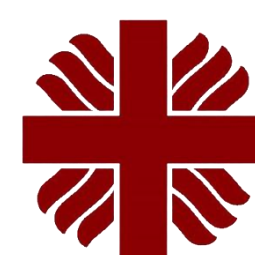


Nadační fond



Nadace rozvoje občanské společnosti

DĚKUJEME



„Velikonoce jsou poselstvím
naděje – že život a dobro
mají vždy poslední slovo.“