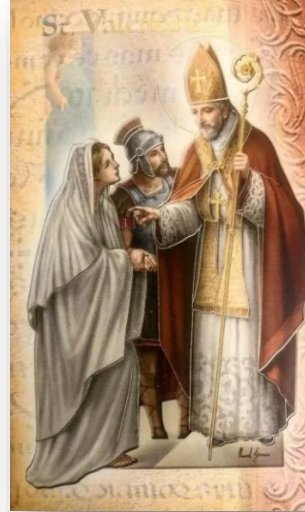


Den hellige Valentin og andre helgener

Og litt om kirkekalenderen

Den hellige Valentin levde for over 1700 år siden i Roma, og han var en kristen prest. På den tiden var det forbudt for soldater å gifte seg, fordi keiseren mente at kjærlighet gjorde dem svake. Men Valentin trodde at kjærlighet var viktig, og han hjalp soldater med å gifte seg i hemmelighet.

Valentin ble arrestert fordi han ikke fulgte keiserens regler. Mens han satt i fengsel, ble han venn med datteren til fangevokteren. Hun var blind, og ifølge legenden ba Valentin til Gud, og hun fikk synet tilbake. Før han døde, skrev han et brev til henne og avsluttet med ordene: "Fra din Valentin."



Et bønnekort med Den hellige Valentin.
Kilde: katolsk.no

Ifølge tradisjonen døde Den hellige Valentin som martyr den 14. februar, rundt år 269 e.Kr. Det er derfor vi minnes ham på denne dagen, og det er grunnen til at Valentinsdagen feires hvert år den 14. februar. Valentin ble senere gjort til helgen, og vi husker ham som en som viste kjærlighet og mot. Derfor feirer vi Valentinsdagen – en dag for å vise kjærlighet og omtanke til dem vi er glad i.

Dersom dere vil lære mye om Den hellige Valentin, kan dere ta en titt på nettsiden her: [Kjærlighetens helgen: Den hellige Valentin](#)

Dette er kanskje litt for voksent skrevet, og passer bedre for foreldrene og kateketene deres. Nedenfor her er et par korte tegnefilmer om St. Valentin. De er på engelsk, men husk at dere kan autogenerere tekst på norsk i innstillingene.

[The Story of Saint Valentine for Kids! 📺❤️ | Where Does Valentine's Day Come From?](#)

[Story of Saint Valentine | Stories of Saints](#)

Litt om helgener

Den hellige Valentin er en helgen. I Den katolske kirke finnes det mange helgener. En helgen er en person som har levd et liv fullt av kjærlighet til Gud og mennesker. Helgener prøvde å gjøre det gode, selv når det var vanskelig. De ba mye, hjalp andre og viste oss hvordan vi kan være snille og modige.

Når en person blir helgen, betyr det at kirken tror de er hos Gud i himmelen. Vi kan be til helgener og be dem om å hjelpe oss med å komme nærmere Gud.

Helgener er ikke perfekte, men de prøvde å leve slik Jesus lærte oss:

- De hjalp mennesker som hadde det vanskelig.
- De ba og stolte på Gud.
- De var modige og snille.
- De viste kjærlighet til både Gud og mennesker.

Her er tre veldig kjente helgener:

St. Frans vokste opp i Italia og var rik som ung. Men han ga bort alt han eide for å leve enkelt og hjelpe de fattige. Han elsket dyr og natur, og snakket om at hele skaperverket er som en stor familie. Han grunnla en gruppe som heter fransiskanerne, som fortsatt finnes i dag.



Mor Teresa ble født i Albania og jobbet i India. Hun hjalp syke, fattige og mennesker som ingen andre ville ta vare på. Hun startet en hjelpeorganisasjon som heter "Missionaries of Charity", og fikk Nobels fredspris i 1979.

Lucia levde i Italia og var kristen i en tid da det var farlig. Hun hjalp andre kristne i hemmelighet og ble til slutt fengslet og drept for sin tro.

I Norge feirer vi Lucia-dagen 13. desember med lys og sang.



Helgener viser oss at alle kan gjøre gode ting – også barn!

Helgener er som stjerner
på himmelen – de lyser
opp veien for oss og
minner oss på at vi også
kan være lys for andre.

Av helgenene kan vi lære å:

- Be til Gud.
- Hjelp andre.
- Være modige og snille.
- Tro på at Gud er med oss.

På side 5, 6 og 7 finner dere fargeleggingsark til Den hellige Frans, Den hellige Lucia og Den hellige Teresa av Calcutta.

Kirkeåret og helgener

Katolske helgener har alle sine minnedager akkurat som Den hellige Valentin. Hans dag er den 14. februar, men vet noen av dere hva hvilken helgen vi feirer disse dagene?

- ❖ 17. mars
- ❖ 29. juli
- ❖ 8. september
- ❖ 13. desember

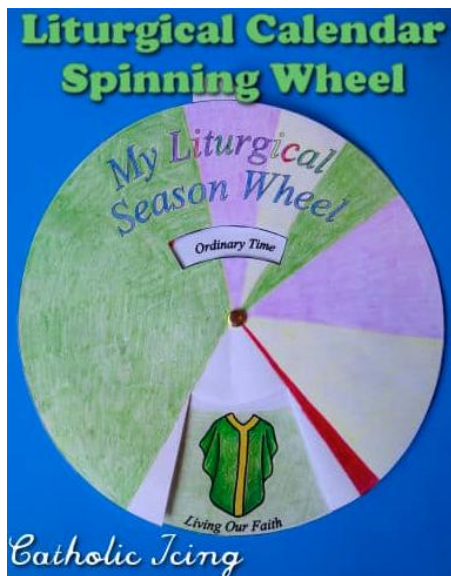
17. mars = St. Patrick,
29. juli = St. Olav,
8. september = Maria, mor til Jesus. Det er hennes fødselsdag,
13. desember = St. Lucia

Vi som er katolikker, tenker ofte ganske annerledes på et år enn mange andre. Vi begynner faktisk året – det vi kaller «kirkeåret» - når advent begynner. Dette er fordi vi da venter på at Jesus skal bli født. Det er som dere vet derfor vi feirer jul (Jesu fødsel). Vi følger med andre ord Jesus liv fra tiden man venter på at han skal bli født. I kirkekalenderen er dagene da vi feirer Jesus, de absolutt store høytidsdagene. Mange andre feirer også noen av disse dagene, som jul og påske, men svært mange du kjenner feirer nok ikke disse dagene på grunn av Jesus.

I løpet av kirkeåret feirer vi Gud hver søndag, og på dagen vi kaller «Kirkens fødselsdag», Pinsen, feirer vi spesielt Den Hellige Ånd som kom til disiplene og hjalp dem å forkynne om Jesus til alle folkeslag.

På neste side får dere flere ideer til hvordan å lage en katolsk kirkehjulskalender.

Hvordan lage en kirkeårskalender



Det finnes ikke så mange linker til katolske kirkehjulkalendere på norsk. Denne, og de fleste av lenkene nedenfor er på engelsk. «My Liturgical Season Wheel» betyr «Mitt Liturgiske Årtidshjul». Liturgi har med messefeiring å gjøre: kalenderen skal jo vise hvilke messer vi feirer i løpet av året og hva vi markerer og minnes i disse messene.

Man kan lage en slik kalender veldig enkelt ved å tegne opp to like rundinger på to stive (anbefales at det er stive/tykkere ark). Se det nederste bildet på siden her. Dersom dere bare skal ha de fem hoved årstidene, som her er adventstiden, juletiden, alminnelig kirkeår, fastetiden og påsken, så kan dere kopiere det dere ser på bildet nedenfor (bare gi det de riktige norske navnene). Det kan være lurt at kateketen deres har laget en mal først. Dersom kateketen deres ønsker litt hjelp, så ta kontakt med oss på Kateketisk senter.



Her får dere flere ideer:

[The Church Year - A whole year with God109-A4-eng](#)

[Liturgical Colours & Calendar Activity | Religious Education](#)

[Liturgical Calendar; Printable Craft For Catholic Kids!](#)

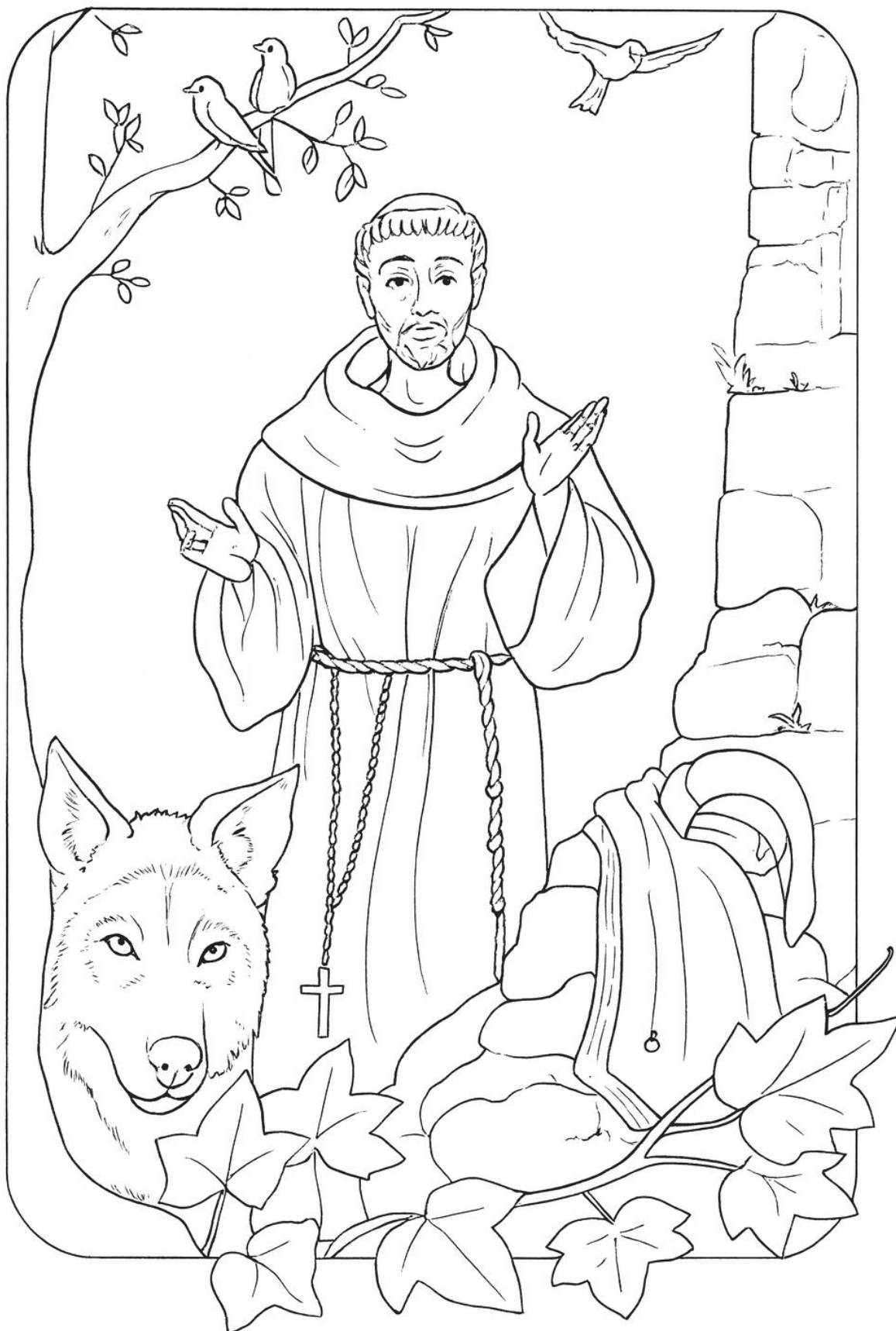
[2024-2025 Liturgical Wall Calendar | Christian Liturgical Year Planner | Catholic, Anglican, Lutheran Feast Days and Holy Seasons - Etsy.de](#)

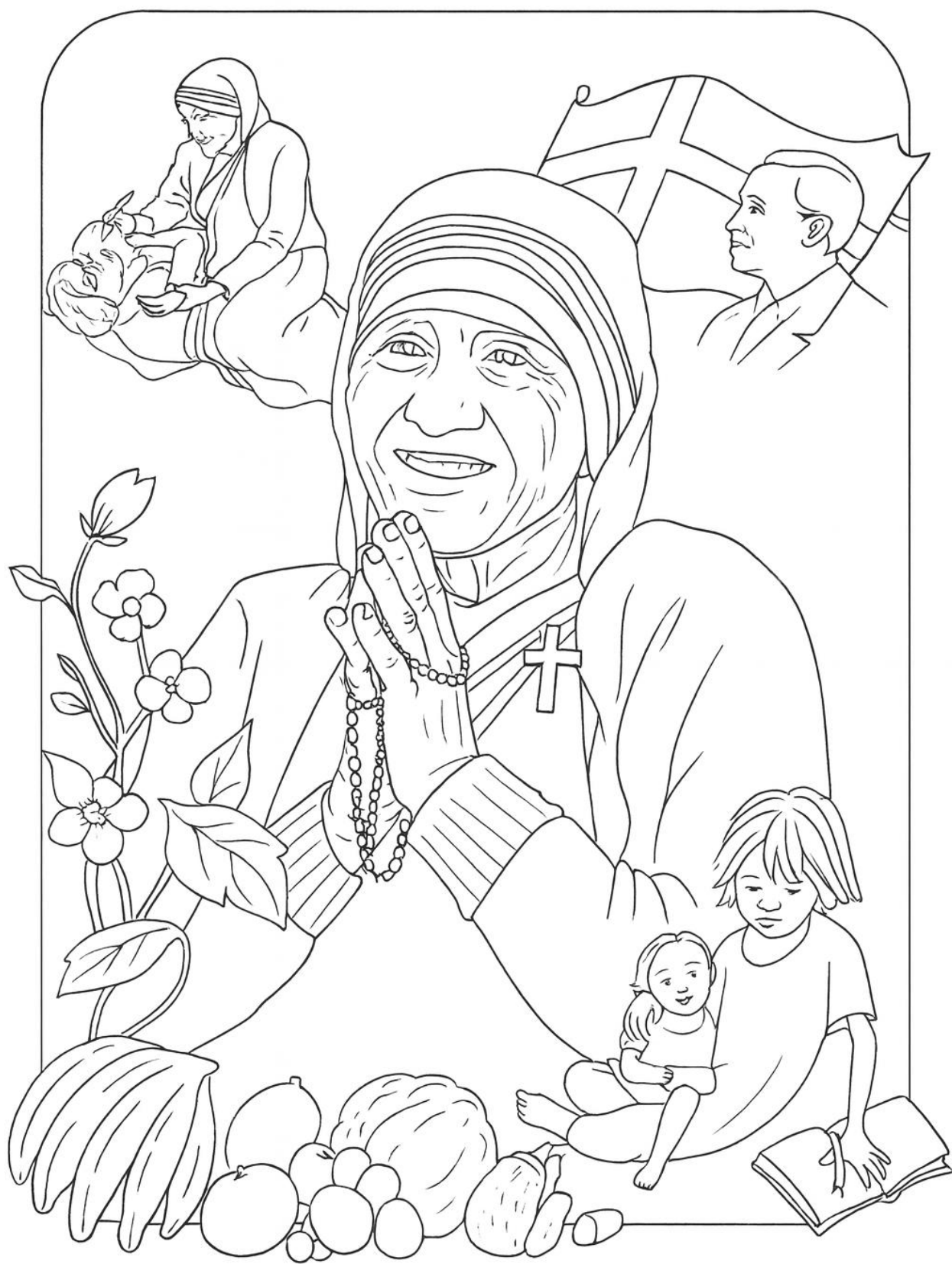
[Traditional Catholic Liturgical Calendar \(unframed, 24 X 36\) - Catholic Gifts - Latin Mass - Christian Calendar - Art - Etsy.de](#)

[Teaching-and-Celebrating-The-Liturgical-Year.pdf](#)

[Liturgical Calendar Worksheet | TPT](#)

[How To Celebrate Saint Feast Days With Kids](#)







Planlegg et karneval eller en messe – Punkt 5 i økten

Har du noen gang vært med på å planlegge noe stort som skal skje? Det kan godt hende det virker mer spennende å planlegge et karneval enn å planlegge en messe, men faktisk er en messe mye viktigere enn alle andre fester. En messe er en feiring (fest) vi har sammen med Gud. Gud vil nok også være til stede i karnevalet deres, akkurat som han er til stede i livene våre, lytter til når vi ber til ham og sender ut en skytsengel som alltid skal passe på oss. Messen er likevel noe helt spesielt, fordi – som dere kanskje har lært nå – så kommer Jesus til oss i Eukaristien og gir seg selv til oss som den aller største gaven vi noen gang kan få. Den gaven er mye større enn en gaver vi får når vi har bursdag, større enn et bryllup, større en 17. mai, og større enn en kongekroning. Og – tenk – vi kan feire dette (Messen, altså) sammen med Gud, Jesus og Den Hellige Ånd hver søndag, og i tillegg på hverdager dersom vi går i hverdagsmesser. DET er helt fantastisk!!!

Hvordan å planlegge en messe

Meningen med å planlegge en messe er ikke bare at man legger en plan og lar andre feire messen. Nei, det betyr at man også selv planlegger å delta, og helst med noen ekstra oppgaver. Her er de ekstra oppgavene:

- ❖ Å være ministrant
- ❖ Å synge i kor eller være forsanger
- ❖ Å lese lesninger og/eller forbønner
- ❖ Å være kirkevert, som kan være mange forskjellige oppgaver: å bære frem offergaver, samle inn kollekt, dele ut program og/eller salmebøker, hjelpe de som kommer til kirken å finne en plass å sitte, rydde i benkene etter messen

Helt først må man finne ut hva man ønsker å gjøre i messen. Før man velger oppgave, kan det f.eks. være lurt å vite hva lesningene og forbønnene er. På Liturgisk kalender (katolsk) får dere en oversikt over alt i messen. Her får dere også forslag til forbønner, men forbønnene kan man også skrive selv. De bør nok ligne litt på forslagene dere finner for dagens messeoversikt, men kan forenkles, og man kan legge til ekstra forbønner. Her er oversikten over alle messer i kirkeåret:

[Liturgisk kalender 2025 | Den katolske kirke](#)

(Dere kan endre årstallet ved å søke opp «liturgisk kalender» og så legge til riktig årstall.)

Kanskje de som skal synge i koret vil være med å velge salmer og sanger, kanskje messeledd også. Messeledd er Kyrie, Gloria, Credo, Sanctus og Agnus Dei. Det kan anbefales å bruke Hovlandmessen fra Adoremus (nr. 13) i barnemesser. Den er litt enklere å synge enn de andre messene. Når man velger musikk, er det også viktig å vite hva hovedbudskapet er i tekstene til den messen man skal feire. Dersom man ikke feirer en søndagsmesse eller en spesiell høytid, kan det være lurt å velge ut tekster som er lettere å forstå for dere (barna) i katekesegruppen.

På neste side finner dere en oversikt man kan bruke når man skal planlegge sang og musikk til en messe.

Til planlegging av musikk og sang i messen

DEL AV MESSEN	HVA SOM SYNGES/SPILLES	HVOR DETTE FINNES	EVT. BESKJEDER
Inngangssalme*			
Kyrie / Gloria			
Graduale			
Alleluia			
Credo			
Forbønner			
Offertoriumssalme			
Sanctus			
Fader Vår			
Agnus Dei			
Kommunion			
Salme etter kommunion			
Utgangssalme *			

Øvelse: Alle som skal delta i messen bør øve på sin oppgave. Noen vil trenge lenger tid enn andre. Pass på å sette av nok tid til øvelse før messen.

- ❖ Dersom de som skal ministrere har gjort det før, trengs kanskje ikke så mye tid, men dersom de ikke har gjort det kan det være dere minst vil trenge en halv time til dette.
- ❖ De som skal lese bør få tekstene i god tid i forveien, kanskje få mulighet til å øve hjemme litt, og så – særlig – øve å på å snakke i mikrofon, noe man må gjøre med et litt saktere tempo enn de fleste bruker i dagligtale. Man må også artikulere litt tydeligere. Nei. Det er ikke en sportsøvelse (artikulering, altså 😊). Tydelig artikulering betyr å uttale ord og stavelser slik at selv de som hører litt dårlig eller kan dårlig norsk, kan forstå.
- ❖ De som skal synges bør kanskje ha minst en hel klokke til å øve på sanger og salmer. Noen (ikke nødvendigvis alle) bør kanskje være forsangere på messeleddene, evangelieverset (Halleluja og den korte teksten som hører til når «Halleluja» synges). Kanskje noen eller alle skal synges en spesiell sang til kommunion eller til et annet sted i messen. Husk da at koret og eventuelle solister ikke skal oppføre seg som om de har konsert. Musikken er med på å gjøre messen vakker, men ikke være midtpunktet i Messen.
- ❖ De som er kirkeverter (med de forskjellige oppgavene som hører til det å være kirkevert), må få 10 – 15 minutter til å øve på sine oppgaver.

Her er planleggingen av et karneval laget av ChatGPT 😊

Hovedmål:

- Barna skal lære hvorfor vi har karneval i kirken
- De skal samarbeide om å planlegge og gjennomføre et karneval i sitt menighetslokale
- De skal erfare kristent fellesskap, glede og tjeneste

Del 1: Planleggingsdelen

(en egen katekeseøkt, ca. 60 minutter)

1 Innledning – Hva er karneval? (10–15 min)

- Karneval betyr «farvel til kjøtt» og feires før fastetiden begynner
- Det er en gledens og takknemlighetens fest før vi går inn i en tid med stillhet og ettertanke (fasten)
- Vi feirer karneval i kirken fordi vi feirer Guds gaver og fellesskapet

 Tips: Vis gjerne bilder fra karneval i ulike katolske land eller fra menighetens tidligere feiringer.

2 Fordel roller og grupper (5–10 min)

Del barna i smågrupper med ulike ansvarsområder:

- **Pynt og lokalet** – Lage pynt, dekorere rommet
- **Mat og servering** – Lage handleliste, planlegge meny
- **Leker og aktiviteter** – Finne leker, skrive regler, lage utstyr
- **Invitasjon og PR** – Lage og levere invitasjoner/plakater
- **Utstyr og logistikk** – Finne ut hva som må kjøpes/lånes
- **Foreldrehjelp** – Finne ut hvordan foreldre kan hjelpe (kjøring, rydding, tilsyn)

3 Gruppearbeid – Lag konkrete planer (30–35 min)

Hver gruppe får:

- En oppgavebeskrivelse
- En planleggingsmal (f.eks. med kolonner: «Hva må vi gjøre?», «Hva trenger vi?», «Hvem spør vi?»)

4 Felles oppsummering og sjekkliste (5–10 min)

- Gruppene presenterer sine planer
- Kateketen/læreren samler alt i én stor oversikt
- Bruk oversikten til å fordele ansvar og gjøre nødvendige innkjøp før karnevalet

Del 2: Selve karnevalet

(selve feiringen – varer i to timer)

Dette er selve festen, der barna gjennomfører det de har planlagt.

Karnevalet varer i to timer

Forslag til program:

- 17:00 – Velkomst, kort bønn og åpning
- 17:10 – Leker og konkurranser starter
- 17:45 – Matpause: boller, frukt og saft
- 18:15 – Kostymeparade og utkledningskonkurranse
- 18:40 – Premieutdeling, takk og avslutningsbønn
- 19:00 – Rydding (barna og voksne i samarbeid)

Viktige påminnelser for barna

- Hver gruppe har et ansvar – følg planene!
- Tenk på: Hva må være klart før karnevalet?
- Hva må vi ha med oss? Hva må kjøpes eller lånes?
- Hvem av de voksne kan hjelpe til? (Lag en liste!)
- Vi rydder sammen – og takker Gud for fellesskapet!

Tips til deg som kateket/lærer

- Forbered og skriv ut gruppemaler og sjekklister
- Involver barna så mye som mulig – la dem eie prosessen
- Lag gjerne et lite planleggingshefte eller felles plakat

Til avslutningen av dagens økt (Samling 6, Økt 2, Punkt 5):

Det dobbelte kjærlighetsbudet

«Du skal elske Herren din Gud av hele ditt hjerte og av hele din sjel og av all din forstand, og din neste som deg selv.» (Matt 22,36–40)