



FOTO: Håvard Bjelland / Kirkens Nødhjelp

Vi tenner eit lys for

## **KJÆRLEIK**

*Størst av alt er kjærleiken, og kjærleiken mellom mor og barn er kanskje den aller største. Dette biletet er frå 2016 i Somali-regionen i Etiopia, der Zaynab kom med det yngste barnet sitt, Raama, til eit telt der underernærte born fekk hjelp under tørka. I år har Kirkens Nødhjelp vore til stades i Etiopia i 50 år. Der jobbar vi både med naudhjelp og langsiktig bistand.*

**Kjære Gud, takk for dei mange moglegheitene fastetida gir, med rom for handling og refleksjon. Hjelp oss til å ikkje vere for opptekne av oss sjølve, men til å rette blikket utover og sjå nesten vår som treng kjærleik frå deg. Minn oss om at vi er hendene og føtene dine.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance





FOTO: Håvard Bjelland / Kirkens Nødhjelp

Vi tenner eit lys for  
**ENDRING**

*Russiske soldatar sperra Takhmina og borna hennar inne i ein kjellar der dei ikkje såg dagslys på nesten ni månadar. No set ho pris på lyset og ei trygg hamn hos kyrkja Love of Christ i Mykolajiv i Ukraina. Her har Kirkens Nødhjelp saman med den lokale kyrkjelyden gjort kyrkjekjellaren om til eit tilfluktsrom for flyktningar med senger, kjøkken, dusj og aktivitetsrom for born. Denne endringa har gitt dei ein stad der dei kan sove gjennom heile natta og der dei knapt høyrer flyalarmane.*

**Kjære Gud, du som skaper og gjer fri. Takk for jorda, hjelp oss til å forvalte ho rett. Gi oss mot og styrke til å endre fastlåste tankesett, slik at vi kan ta vare på kloden vår. Hjelp leiarane våre til å ta berekraftige val og avgjerder.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance





FOTO: Hilina Abebe / Kirkens Nødhjelp

Vi tenner eit lys for  
**RETTFERD**

*I Etiopia spirer håpet i dei eldgamle kyrkjeskogane. Her plantar vi nye tre for å ta vare på og utvide skogane, og dermed bremse klimaendringane. Dette er ein av dei eldste skogane som omgir klostera i Menagesha, og som vert omtala som «Addis Abebas lunge». Ved å verne om desse skogane, sikrar vi ei meir rettferdig framtid for dei mest sårbare – dei som har bidratt minst til klimaendringane.*

**Kjære Gud, du møter alle menneske med nåde og fred. Takk for alle som brukar moglegheitene dei har til å skape ei meir rettferdig verd. La alle menneske få oppfylt grunnleggjande rettar til vatn, mat og til å vere trygge.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance





FOTO: Håvard Bjelland / Kirkens Nødhjelp

Vi tenner eit lys for  
**HÅP**

*Kirkens Nødhjelp ser håp kvar einaste dag. Det er håp i kvart enkelt menneske og håp i ein drope vatn. Der tørke og vassmangel rammar, hjelper dryppvatningssystem til effektiv og berekraftig vatning. Kirkens Nødhjelp støttar lokalsamfunn ved å tilby opplæring og utstyr til å få på plass dryppvatning. Det gjer at ein kan halde fram med matproduksjon, og at økonomien og livskvaliteten vert betre. Slik vert håpet om ei betre framtid sterkare – drope for drope.*

**Kjære Gud, takk for at du gir oss håp. Hjelp oss å bruke den krafta håpet er til å skape endring i oss og rundt oss. Gi oss mot til å ta vare på alt du har skapt, også når det kostar. Gi oss krefter, kreativitet og heilag iver.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance





FOTO: Håvard Bjelland / Kirkens Nødhjelp

## Vi tenner eit lys for retten til **VATN**

*Vatn reddar liv, og i landsbyen i Zambia der 13 år gamle Previncia bur, har vatnet endra livet for mange. Kirkens Nødhjelp og partnaren vår har skaffa betre tilgang til vatn, slik som denne vasstasjonen. Vi har også sytt for at innbyggjarane, som familien til Previncia, har lært seg ein klimasmart metode å dyrke grønnsaker på. Slik har dei skaffa seg både mat og inntekter under den alvorlege tørken i landet.*

**Kjære Gud, takk for at du har skapt vatnet som sløkkjer tørsten og gir oss nye krefter. Takk for at du gir oss nytt liv gjennom dåpsvatnet. Hjelp oss til å sjå at vatn skaper rettferd, og til å forstå kor verdifullt vatnet er, slik at vi ikkje forureinar det og sløser med det. La alle menneske i verda få drikke reint vatn.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance





FOTO: Håvard Bjelland / Kirkes Nødhjelp

Vi tenner eit lys for

## FELLESSKAP

*Felleskap og kjærleiken til naturen og skaparverket står sterkt blant mayakvinnene i Guatemala. Det er tøft å vere kvinne i eit land som er prega av machokultur, og der ein stor del av kvinnene og jentene vert utsette for vald i heimen. Det er også ein auke i partnardrap på kvinner. Difor står vi saman med kvinnene, skaper trygge rom der dei kan dele, lære om rettane sine og få mental førstehjelp.*

**Kjære Gud, du som skaper alle menneske i ditt bilete. La oss sjå kvarandre slik du ser oss. Riv ned skilja mellom oss og dei andre. Hjelp oss å byggje inkluderande fellesskap. Velsign alle som deltek i og gir til fasteaksjonen.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance





FOTO: Kristin Mørseth / Kirkens Nødhjelp

Vi tenner eit lys for

## DEN STILLE VEKA

*Korset på biletet er frå Etiopia, og står i kapellet til Kirkens Nødhjelp. Det er eit synleg teikn på at vi tilhøyrer ei verdsvid kyrkje. Korset har ein vertikal og ein horisontal akse. Det utfordrar oss til å vere både himmelvende og vende mot vår neste. I trua er det rom for både å vere stille og å ha engasjement for andre. Bøn og handling er eitt.*

**Kjære Gud, takk for at du gav oss sonen din, Jesus Kristus, han som vart prøvd i alt. Ver nær oss når vi opplever sorg og smerte. Vi ber om fred og rettferd for alle menneske. Minn oss om at vi er hendene og føtene dine.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance