

# Ideen und Anregungen für den Valentinstag 2026

von Mag. Josef Lugmayr, Beziehungs-, Ehe- und Familienseelsorger der Diözese Linz

Heuer fällt der Valentinstag vom Wochentag her günstig, es ist ein Samstag, auch wenn es der Fasching Samstag ist.

Hier eine Kurzbeschreibung der Materialien, die wir zur Verfügung stellen und ein paar Anregungen, was alles möglich wäre - und sicherlich haben Sie/habt ihr auch noch weitere oder andere Ideen dazu!

## MATERIAL und Möglichkeiten für den Einsatz:

### 1. Karten mit unterschiedlichen Motiven ich – du = WIR

Karten in drei verschiedenen Motiven und auf der Rückseite ein Gesprächsimpuls für Paare

- a. In Blumengeschäften, im Geschenkartikelhandel ist in diesen Tagen Hochsaison. Menschen besorgen für ihre Liebsten Blumen, kleine Geschenke und Aufmerksamkeiten. Man könnte mit den Besitzern im Blumengeschäft reden und unsere **Gesprächsimpulskarten** als zusätzliches Angebot anbieten, im Geschäft gut zu platzieren - als zusätzliches, kostenloses Geschenk und Service der Kirche. Die Blumenhandlung kann ersucht werden, dass sie diese Karten denen, die das wollen, anbieten und einfach mitgeben.

Heuer haben wir 3 Sorten von Karten mit unterschiedlichem Design produziert. Sie sind gratis bei uns erhältlich und stehen zur Abholung bereit. Kontakt siehe unten!

- b. **Verteilen der Karte an unterschiedlichen Orten**

Grundsätzlich können die Karten, so wie sie sind, eingesetzt werden. Aber natürlich auch in Kombination mit einem Schoko-Herz, oder anderen „Valentins-Utensilien“ (Praline, Herz aus Holz, Lebkuchen-Herzen, Geschichte, Segenstext ...)

- Verteilen Sie die Karte an den Tagen rund um den Valentinstag mit den Valentinssymbolen, die Sie dazu geben möchten, bei einer Aktion außerhalb der Kirche: einfach am Kirchenplatz, in der Fußgängerzone, am Marktplatz, vor Geschäften ...
- Verteilung in der Pfarre:
  - Ev. schon am Sonntag vorher, als Ausblick auf den Valentinstag, oder am Sonntag nach dem Valentinstag, zusammen mit einem Segenstext für Paare – und dazu eine Fürbitte speziell für die Paare im Sonntagsgottesdienst einbauen.
  - Die Karte kann auch am Schriftenstand aufgelegt werden zur freien Entnahme: dann aber beim GD im Rahmen der Verlautbarungen darauf hinweisen und die Leute einladen, dass sie sich eine Karte mitnehmen.

**Die Karten sind gratis in der Fachstelle Beziehung, Ehe und Familie erhältlich**  
(Kontaktadresse unten)

### 2. Plakate:

Weiters gibt es heuer auch Plakate, die ausgedruckt im Pfarrschaukasten oder auch bei Gottesdiensten eingesetzt werden können.

### 3. Elemente für einen Gottesdienst:

Ein Dokument mit Anregungen zur Gestaltung eines Gottesdienstes finden sie im selben Beitrag im DIALOG.

Dort finden Sie Infos über den Hl. Valentin, Besinnungsgedanken, Fürbitten für Paare, ...

- Paarsegen allgemein: kann im oder nach dem GD eingebaut werden
- Texte (als Meditation)

- Valentinskarte *ich – du = WIR* mit Anregungen zum Gespräch kann verteilt werden beim oder nach dem GD am Sonntag davor, danach oder bei der Segensfeier für Paare am Valentinstag am Abend

## **PAARSEGNUNG:**

Eine Paarsegnung im Rahmen einer Wortgottesfeier oder auch im Kontext einer Eucharistiefeier am Valentinstag oder als eigene Wortgottesfeier auch am Sonntag Abend nach dem Valentinstag gestaltet werden.  
Oder man kann auch am Sonntag, 15.1.2026 nach dem allgemeinen Segen einladen zu einem Paarsegen, für die Paare, die das wünschen.

## **Weitere IDEEN:**

### **1. Gesprächsimpuls-Box**

Franz Harant hat vor einigen Jahren eine kleine Box entwickelt mit scheckkartengroßen Kärtchen, die auch als Einstieg für das Paargespräch genutzt werden können.  
Man kann zunächst auf der vorgedruckten Karte Gedanken aufschreiben zu den Themen: ich danke dir ..., Ich will dir sagen ..., Es tut mir leid ..., An dir mag ich ... - und sich dann zusammensetzen und darüber in den Austausch gehen.  
Diese Kartenbox ist ein wertvoller Impuls für das Paargespräch und kann bei uns im Büro gratis abgeholt werden.

### **2. Bitte. danke. entschuldige - die drei Schlüsselworte für eine gelingende Beziehung.**

Dazu gibt es einen Gottesdienstvorschlag, der zugesandt werden kann und auch kleine Heftchen mit einem Kommentar von Franz Harant zu den drei Schlüsselworten von P. Franziskus. Auch die können im früheren Behelfsdienst, jetzt *Buch & Segen*, erstanden werden.

### **3. Zusätzlich** kann sich das Fachteam Beziehung, Ehe und Familie, oder andere Personen aus dem PGR überlegen, was konkret in Ihrer Pfarre mit den Karten sonst noch alles gemacht werden kann.

### **4. Meditations- und Segenstext für Gottesdienste und andere Feiern – siehe unten!**

*Wir wünschen Ihnen viel Spaß und Kreativität bei den Aktionen zum Verteilen der Karte und beim Finden neuer Ideen!*

*Für Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung*

## ***Kontakt Fachstelle Beziehung, Ehe und Familie***

Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz

T: +43 732 7610 3511

E: [beziehungspastoral@dioezese-linz.at](mailto:beziehungspastoral@dioezese-linz.at)

## ***BUCH & SEGEN (früher Behelfsdienst):***

Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz T: +43 732 7610 3813 E: [shop@buchundsegen.at](mailto:shop@buchundsegen.at)

W: [www.buchundsegen.at](http://www.buchundsegen.at)

## **Weitere Texte**

passend zu den Plakaten und Impulskarten 2026 „ich + du = WIR“

### **Ich & DU**

ich bin ich  
und du bist du  
gemeinsam wächst ein WIR

Josef Lugmayr

### **Du + ich = WIR**

Nicht zwei, du dort und ich hier,  
sondern ein gemeinsames, ein Miteinander-Wir.

Das ist mehr als einzelne zwei,  
es ist Gemeinschaft und lässt doch frei.  
Gebunden und doch selbständig,  
Beziehung – ganz lebendig.

Josef Lugmayr

### **Hier und dort**

Du dort – ich hier  
Und dazwischen?  
Tausend Funken WIR

Josef Lugmayr

## ICH und DU, gemeinsam WIRkungsvoll

Auch wenn wir gemeinsam sind, können wir nie ganz verschmelzen.  
Wir nehmen uns immer selber mit in die Beziehung,  
können unsere Stärken einbringen, aber auch unsere Schwächen nie ganz verbergen.

Im gemeinsamen WIR ergänzen wir uns gegenseitig,  
meistern gemeinsam das Leben und den Alltag besser,  
lassen uns bereichern durch die Talente des/der Anderen  
und anregen für die eigene Entwicklung.

Als Paar sind wir mehr als wir sein können, wenn wir zwei Einzelpersonen wären.  
Gemeinsam sind wir WIRkungsvoll.

Dankbar für die Gemeinsamkeit,  
für alles was der/die Andere einbringt für die Beziehung,  
bleiben wir aber immer aufgefordert, unsere eigenen Talente zu entwickeln,  
nicht mit unserem Können, unserer Zeit, unserem Beitrag in der Beziehung zu sparen,  
sondern freizügig und großherzig zu geben:  
Durch das Geben aber, und das ist das Geheimnis der Beziehung, werden wir nicht ärmer,  
sondern reicher.  
Im Schenken und im Beschenkt werden vom Anderen wächst das WIR in der Beziehung  
und bleibt die Beziehung lebendig und stark.

Josef Lugmayr

## Gesegnet sei eure Beziehung!

Der Raum zwischen euch ist kostbar, darum haltet ihn frei.  
Die Verbindung unter euch ist wertvoll, darum achtet auf sie.  
Der Kontakt zueinander ist notwendig, darum pflegt ihn regelmäßig.  
Die Liebe, die ihr empfindet, ist heilig, darum schätzt sie in höchstem Maß.

Im Aufeinander-Zugehen wird Gottes Zuwendung spürbar,  
im Miteinander ist auch seine Nähe erfahrbar,  
in der Freude aufeinander die Sehnsucht nach der Ewigkeit.  
So ist Gott euer stiller Gefährte in der Beziehung,  
der euch begleitet und sich zeigt im Gegenüber.

Seid gesegnet und geht in der Gewissheit, dass Gott mit euch ist. Amen.

Josef Lugmayr