

NewWine

# Heel het leven!



**Sessie 5:**

# Handen uit de mouwen

Jongeren

# DIENEN HANDEN UIT JE MOUWEN

## DOEL

Tieners stimuleren om anderen te dienen.

## PROGRAMMA

90 MINUTEN

ONDERDEEL	TITEL	BENODIGDHEDEN	TIJD
Online			
Opener	Handen uit de mouwen	Kruk, blouses, washandjes, bakken, water, lippenstift, kammen, tandenborstels, tandpasta, tafel	5 m.
Spel 1	Uitdelen	Tape, siroop, kannen, water, bekens	5 m.
Spel 2	Toren van glas	Dienbladen, kannen, water, plastic champagneglazen, tape	5 m.
Aankondigingen	Gezamenlijk schrijven	Pennen, papier	5 m.
Starter	Dienende teams	Wc-papier, kranten, papier, pennen	10 m.
Weerwoord	Je oma helpen	Tafels, afwasteil, borstel, spaarvarken, geld, boodschappen, chips, vuilniszak	10 m.
Praatje	Het belang van de ander	Stoel, slingers, ballonnen, cadeautje	10 m.
Doe	Tien extra likes	Geen	10 m.
Preek van de week	De allerbelangrijkste	Bijbel, werkblad, stoel <i>Praatje</i> , pennen	15 m.
Megabite	Dienen tot het uiterste	Bijbel	15 m.
Re:lect	Straatkrantverkoper	Pennen, werkblad <i>Preek van de week</i>	10 m.
Uitsmijter	Teamlid voeren	Theedoeken, vorken, boter, pindakaas, hagelslag, borden, tafels, messen	5 m.
Chill Out			

## INTRODUCTIE

De meeste mensen staan niet echt te springen om anderen te dienen. We worden liever bediend dan dat we zelf dienen. Toch moedigt Jezus ons aan dat wel te doen. Hij zegt zelfs dat als je belangrijk wilt zijn, je moet dienen. Hij geeft zelf het ultieme voorbeeld door als Zoon van de Allerhoogste naar de aarde te komen om voor onze zonden te sterven. Grote kans dat je tieners ook niet zoveel met dienen hebben. Ze worden vaak eerder geleerd hun ellebogen te gebruiken om dingen te bereiken dan om ook rekening te houden met het belang van de ander.

In dit programma stimuleer je de tieners om te dienen. Door de spellen ontdekken ze dat dienen leuk kan zijn. Ze dienen elkaar en staan stil bij hun eigen dienstbaarheid. Door middel van het werkblad denken ze na hoe zij belangrijk kunnen zijn door te dienen. Ze maken dienen in de praktijk concreet door na te denken wie ze kunnen dienen en hoe. Tijdens de *Re:fect* maken ze met elkaar afspraken hoe en wanneer ze iemand buiten Rock Solid gaan dienen.

Help de tieners bij de *Re:fect*. Controleer of ze hulp nodig hebben en of hun afspraken haalbaar zijn. Zet hun acties ook in je eigen agenda zodat je tijdens de actie hun een berichtje kan sturen. Spreek bijvoorbeeld af dat iedereen een foto van zijn actie deelt via social media.



### ONLINE

Zoek op [mijn.yfc.nl](http://mijn.yfc.nl) het filmpje over elkaar dienen op. Stuur deze met de uitnodiging mee.



## OPENER HANDEN UIT DE MOUWEN

5 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor een kruk, een grote blouse, een washand, een bak met water, lippenstift, een kam, een tandenborstel en tandpasta voor elk team. Leg de spullen bij elkaar klaar op een tafel. Zet de kruk voor de tafel.

### DOEL

Tieners dienen een teamlid.

### ACTIVITEIT

- Maak teams.
- Vraag welk teamlid wel bediend wil worden.
- Laat uit elk team een vrijwilliger voor de spullen op de kruk plaatsnemen.
- Laat hem de blouse achterstevoren aantrekken zonder zijn armen in de mouwen te doen.
- Vraag nog een vrijwilliger.
- Hij staat achter de vrijwilliger op de kruk.
- Hij doet zijn handen in de mouwen van de blouse.
- Geef hem de uitdaging een aantal dingen voor de ander te doen:
  - Zijn gezicht met een washandje wassen.
  - Zijn tanden te poetsen.
  - Zijn haren te kammen.
  - Lippenstift op te doen.
- Het team die dit het snelst én moeiteloos kan, wint.



## SPEL 1 UITDELEN

5 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor tape, limonadesiroop, kannen met water en bekertjes. Tape een start- en eindlijn op de grond. Zet voor elk team de siroop, de kannen en de bekertjes op de eindlijn.

### DOEL

Tieners maken limo voor een teamlid.

## VERTEL

Als je zelf drinken pakt, is het wel zo aardig om ook voor iemand anders wat mee te nemen.

## ACTIVITEIT

- Vorm teams.
- Laat de teams op de startlijn plaatsnemen.
- Eén voor één rennen de teamleden naar de eindlijn.
- Het teamlid pakt een bekertje.
- Hij doet wat siroop en water in zijn mond.
- Vervolgens spuugt hij dit in het bekertje.
- Dit doen hij net zolang totdat hij een bekertje vol heerlijke siroop heeft.
- Hij rent terug naar de startlijn.
- Hij geeft een teamlid het bekertje.
- Het team waarbij elk teamlid het snelst voorzien is van een bekertjes siroop, wint.



## SPEL 2 TOREN VAN GLAS

5 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor dienbladen, kannen met water en plastic champagneglazen. Gebruik de start- en eindlijn van *Spel 1*.

### DOEL

Tieners dienen met dienbladen.

### ACTIVITEIT

- Maak teams.
- Vraag de teams hoeveel volle champagneglazen ze op een dienblad naar de eindlijn kunnen brengen.
- Let op: Het dienblad mag je alleen met één hand onderop vasthouden.
- Laat de teams een aantal noemen.
- Geef hen de uitdaging dit te laten zien.
- Vraag of er een team is die dit ook wil proberen als het niet is gelukt.
- Als het wel is gelukt, laat een team het dan met een hoger aantal glazen proberen.
- Het team met de meeste glazen wint.



## AANKONDIGINGEN GEZAMENLIJK SCHRIJVEN

5 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor pennen en papier. Houd de aankondigingen bij de hand. Zorg dat je minstens vijf aankondigingen hebt.

### DOEL

Tieners ontdekken al dienend de aankondigingen.

### ACTIVITEIT

- Maak teams.
- Deel pen en papier uit aan alle tieners.
- Geef de teams de uitdaging jou zo goed mogelijk te dienen door voor jou de aankondigingen op te schrijven.
- Let op: Je mag maar één woord op een papiertje schrijven.
- Daarnaast mag je maar één woord per keer schrijven.
- Lees de aankondigingen voor.
- Laat de teams in teamverband de aankondigingen volgens de regels opschrijven.
- Het team dat aan het einde alle aankondigingen goed voor zich neer kan leggen en kan benoemen, wint.



## STARTER DIENENDE TEAMS

10 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg wc-papier, kranten, papier en pennen.

### DOEL

Tieners dienen elkaar.

### ACTIVITEIT

- Vorm teams van vijf tieners.
- Nummer de tieners van één tot en met vijf.
- Noem een van de nummers en een klusje.
- De tiener met dat nummer dient zijn andere teamgenoten zo snel mogelijk door dat klusje.
- Het team dat als eerste klaar is, verdient een punt.
- Welk team verzamelt de meeste punten?
- Geef hen een groot applaus!

#### Dienstbare klusjes:

1. Was de handen van iedereen uit je team.
2. Help iedereen van je team om hun jas aan te trekken.
3. Zing twee coupletten uit een liefdesliedje naar keuze voor je team.
4. Draag alle leden van je team naar de andere kant van de ruimte.
5. Maak een gedichtje van minimum tien regels speciaal voor alle leden van je team.
6. Wikkel één lid van je team in tot een mummie van wc-papier.
7. Maak voor één van de teamleden een kostuum uit krantenpapier.
8. Schrijf bij elke letter van het alfabet iets goeds over de leden van je team.
9. Loop zo snel mogelijk door het gebouw en ruim vijf stukken afval op.
10. Til met je team een van de leiders op.



## WEERWOORD JE OMA HELPEN

10 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor vijf tafels.

1. Leg op de eerste tafel een afwasteil en afwasborstel.
2. Leg op de tweede tafel een spaarvarken met geld.
3. Leg op de derde tafel een aantal boodschappen.
4. Leg op de vierde tafel een zak chips.
5. Leg op de vijfde tafel een vuilniszak.

### DOEL

Tieners verwoorden hoe dienstbaar ze zelf zijn en wat ze moeilijk vinden bij het dienen.

### ACTIVITEIT

Loop met de tieners de situaties langs op de verschillende tafels:

1. Je hebt om half zeven afgesproken met je vrienden. Je moeder vraagt om vijf voor half zeven of je nog even wil afwassen.
2. Je hebt genoeg gespaard om die nieuwe game te kopen. Op weg naar de winkel spreekt een zwerfer op straat je aan. Hij vraagt of je voor hem een broodje wilt kopen.
3. Je oma is gevallen. Ze vraagt of je woensdagavond de boodschappen voor haar wilt doen. Dit is eigenlijk je trainingsavond voor voetbal.
4. De Rock Solid leiding heeft geen tijd gehad om chips te kopen voor de *Chill Out*. Jullie hebben nog een zak van je favoriete chips in de kast liggen die je eigenlijk die middag zelf wilde opeten. Je leiding appt of je de zak mee wil nemen naar Rock Solid.

5. Je beste vriend of vriendin heeft straf gekregen op school. Hij moet alle vuilniszakken in de school opruimen en vervangen. Je zou na school de volgende aflevering van je favoriete serie gaan kijken, maar je vriend vraagt of je hem wilt helpen.
- Vraag de tieners bij de tafel te gaan staan in welke situatie ze zouden dienen.
  - Vraag een aantal tieners om uitleg. Waarom zou je dat doen?
  - Vraag nu de tieners bij een tafel te gaan staan waarbij ze het waarschijnlijk niet zouden doen.
  - Vraag een aantal tieners om uitleg. Waarom zou je dat niet doen?



## PRAATJE HET BELANG VAN DE ANDER

10 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor een stoel, slingers, ballonnen en een klein, mooi ingepakt cadeautje. Versier de stoel met de slingers en ballonnen. Zet de stoel in het midden van de ruimte. Laat de stoel staan voor de *Preek van de week*.

### DOEL

Tieners ontdekken wat dienen is.

### VERTEL

*Ga op de versierde stoel zitten. Als je jarig bent, hangt je familie slingers voor je op. Je krijgt cadeautjes. Je krijgt misschien wel ontbijt op bed. Je mag kiezen wat je wilt eten. Je geeft een feestje waarbij je alleen doet wat jij leuk vindt. Iedereen is aardig voor je. Kortom, jij staat centraal. Dat is genieten! Heerlijk als anderen jou eens even goed in de watten leggen!*

Vandaag gaat het alleen over dienen. *Kies een tiener uit. Laat hem op de stoel zitten. Bij dienen gaat het precies andersom. Jij staat niet centraal. De ander staat centraal. Je hebt zijn belang voor ogen. Je denkt na over waar je de ander blij mee kan maken, zonder dat je daar zelf iets voor terug verwacht. Geef het cadeautje aan de tiener op de stoel. Als die ander daar dan ook blij mee is, word je zelf ook blij! Dienen doe je dus niet omdat dat moet, maar omdat je dat zelf wilt. Je wilt die ander gelukkig maken.*



## DOE TIEN EXTRA LIKES

10 MIN.

### DOEL

Tieners dienen hun teamgenoten.

### ACTIVITEIT

- Maak teams van drie tieners.
- Geef hen de opdracht om uit te zoeken hoe ze elkaar in vijf minuten kunnen dienen.
- Help hen op weg:
  - Je teamgenoot een rugmassage geven.
  - Een moeilijke huiswerksom van je teamgenoot oplossen.
  - Laten zien hoe iets op je telefoon werkt en dit installeren bij je teamgenoot.
  - Het vieze kopje van je teamgenoot wegzetten.
  - Een moeilijk telefoontje voor je teamgenoot plegen.
  - Tien likes voor het bericht van je teamgenoot op social media regelen.
  - Een mooie profielfoto van je teamgenoot voor social media maken.
  - Je teamgenoot straks op de fiets naar huis duwen.
- Laat de teamgenoten inventariseren hoe ze elkaar kunnen dienen.
- Ze voeren dit vervolgens ook uit.



## PREEK VAN DE WEEK DE ALLERBELANGRIJKSTE

15 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor een Bijbel in Gewone Taal en pennen. Print het werkblad voor iedereen. Zet de stoel van het *Praatje* in het midden van de ruimte.

### DOEL

Tieners ontdekken dat Jezus dienen belangrijk vindt.

### VERTEL

We hebben het vandaag bij Rock Solid over dienen omdat Jezus dienen heel belangrijk vindt. Hij vertelde dat Hij zelf ook kwam om te dienen. De Zoon van God. Hij had alle recht om te zeggen dat Hij gediend moest worden. *Wijs op de stoel in het midden.* Hij kon prima op de belangrijke stoel gaan zitten en iedereen om Hem heen vertellen hoe ze Hem moesten dienen. Dat deed Hij niet. Hij vertelde juist dat Hij kwam om anderen te dienen.

### LEES

**Matteüs 20: 25-28**

Dat dienen laat Hij heel concreet zien als Hij de voeten van zijn vrienden wast. In die tijd liepen de mensen op sandalen. Buiten was het modderig en zanderig. Je voeten waren dat dus ook. Als je bij iemand binnen kwam, waste daarom een slaaf je voeten. Een heel vies werkje, al die vieze stinkvoeten! Jezus laat zien dat Hij mensen wilde dienen. Hij pakt een doek en wast zelf de voeten van Zijn vrienden.

### LEES

**Johannes 13:4-5**

### VERTEL

Hij vertelt ons dat wij hetzelfde moeten doen. Als wij belangrijk willen zijn, moeten we anderen dienen.

### ACTIVITEIT

- Vertel een voorbeeld uit je eigen leven hoe jij door dienen belangrijk werd voor een ander.
- Deel het werkblad en de pennen uit.
- Maak groepjes van drie.
- Laat de tieners met elkaar brainstormen wie in Nederland wel wat extra hulp kan gebruiken. Denk aan mensen die leven van een uitkering, mensen die eten krijgen van de voedselbank, daklozen, straatkrant-verkopers, asielzoekers.
- Denk ook aan mensen dichterbij zoals je klasgenoot die gepest wordt, je buurjongen wiens ouders in een scheiding liggen, je zusje die altijd moeite heeft met haar huiswerk, je oma die slecht ter been is.
- Dit schrijven ze in de 'wie-vakken' op het werkblad.
- Vervolgens brainstormen ze hoe ze deze mensen zouden kunnen dienen.
- Denk aan een keer boodschappen voor hen doen, een kerstverrassing uitdelen, extra tijd nemen om een praatje met hen te maken, iets leuks met hen doen.
- Dit schrijven ze in de 'hoe-vakken'.
- Laat de groepjes om de beurt presenteren wat ze hebben opgeschreven.
- Na hun presentatie leggen ze hun werkblad op de versierde stoel.



## MEGABITE DIENEN TOT HET UITERSTE

15 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor een Bijbel in Gewone Taal.

### DOEL

Tieners horen over een voorbeeld van dienen uit de Bijbel.

## VERTEL

Ken je het verhaal van Jozef? Jozef is het lievelingetje van zijn vader Jakob. Alles wat zijn broers zeggen, klikt hij direct door aan zijn vader. Dat vinden zijn elf broers helemaal niet leuk. Op een gegeven moment zijn de broers van huis weg. Ze trekken rond met de schapen. Jakob stuurt Jozef naar hen toe zodat hij kan kijken hoe het met hen gaat. De broers zijn Jozef zat. Ze gooien hem in een put en verkopen hem als slaaf. Ze vertellen hun vader Jakob dat Jozef dood is.

## LEES

**Genesis 39:1-6**

## VERTEL

Zo, dat is beroerd! Word je in een put gegooid door je eigen broers... Dat is schrikken. Vervolgens word je als slaaf verkocht. Hoe oneerlijk is dat! Als ik Jozef was geweest, had ik een hele hoop stennis geschopt. Ik had aan iedereen verteld wat er was gebeurd. Vervolgens had ik echt geen poot uitgestoken om als slaaf in iemands huis te gaan werken! Jozef doet dat wel. Hij werkt voor Potifar. Hij doet dat vervolgens ook nog zo goed dat hij promotie krijgt.

## ACTIVITEIT

- Bespreek met de tieners de volgende vragen:
  - Heb jij weleens iemand gediend terwijl je oneerlijk behandeld werd?
  - Wat leverde je dat op?
  - In hoeverre mag dienen je wat kosten?
  - In de Bijbel staat dat God Jozef hielp. Merk jij ook weleens dat God je helpt als je dient?
- Vertel een voorbeeld uit je eigen leven waarbij je merkte dat God je hielp met dienen.



## RE:FLECT STRAATKRANTVERKOPER

**10 MIN.**

### VOORBEREIDING

Zorg voor pennen. Laat de tieners het werkblad van de *Preek van de week* er weer bij pakken.

### DOEL

Tieners bedenken welke dienstbare actie ze gaan uitvoeren.

### VERTEL

Jullie hebben elkaar tijdens de *Doe* gediend. Laten we ook andere dienen!

### ACTIVITEIT

- Vorm dezelfde groepjes als bij de *Preek van de week*.
- Laat de tieners de 'wie-' en 'hoe-vakken' eventueel aanvullen met leuke ideeën die ze van andere groepjes tijdens de *Preek van de week* hebben gehoord.
- De groepjes kiezen vervolgens één idee uit die ze leuk vinden om komende week daadwerkelijk te doen.
- Maak concrete afspraken met hen hoe en wanneer ze dit doen.
- Controleer of ze je hulp nodig hebben.
- Help zo nodig met het uitwerken van de details.

## Gebedstip:

Leg alle werkbladen met ideeën in het midden van de kring. Ga er met elkaar om heen zitten. Bid voor deze ideeën en of God Zijn zegen er over wil geven.





## UITSMIJTER TEAMLID VOEREN

5 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor theedoeken, messen, vorken, boter, pindakaas, hagelslag en borden. Zorg dat de teams in een rijtje naast elkaar aan tafel kunnen zitten.

### DOEL

Tieners dienen hun hongerige teamlid.

### ACTIVITEIT

- Maak teams van zes tieners.
- Laat de teams in een rijtje naast elkaar aan tafel zitten.
- Blinddoek alle teamleden met een theedoek.
- Geef het eerste teamlid een boterham, een mes en boter.
- Hij besmeert de boterham met boter.
- Hij geeft de boterham door aan het tweede teamlid.
- Geef het tweede teamlid een mes en pindakaas.
- Hij besmeert de boterham met pindakaas.
- Hij geeft de boterham door aan het derde teamlid.
- Geef het derde teamlid de hagelslag.
- Hij bestrooit de boterham met hagelslag.
- Hij geeft de boterham door aan het vierde teamlid.
- Geef het vierde teamlid een mes.
- Hij snijdt de boterham in stukjes.
- Hij geeft de boterham door aan het vijfde teamlid.
- Geef het vijfde teamlid een vork.
- Hij voert het zesde teamlid met de vork de boterham.
- Het team waarbij het zesde teamlid als eerste de boterham op heeft, wint.



## CHILL OUT



## Colofon

Dit New Wine Themapakket is ontwikkeld in samenwerking met A Rocha Nederland, Micha Nederland, Youth for Christ en 24/7 Prayer Nederland. Youth for Christ heeft als partner van New Wine het themapakket voor jongeren verzorgd.

**Redactie:** Corina Jongekrijg, Bernice de Wind, Kim Liefers-Goosen, Marieke Bor, Robin Keijzer

**Redactiecoördinator:** Christine Corstanje

**Eindredactie:** Corine Zonnenberg- de Beer

**Theologische ondersteuning:** ds. Pim Brouwer, ds. Bram van Putten

**Vormgeving:** Joren van Gelder, Helga Smit

**Vormgevingscoördinator:** Nathalie Dankers

Dit materiaal is onderdeel van het themapakket 'Heel het Leven' New Wine 2020

**Kringenmateriaal:** Annemarthe Westerbeek en Miriam Jongeneel (Micha Nederland)  
Martine van Wolfswinkel (A Rocha Nederland) Edwin Hamelink  
(24/7 Prayer Nederland) Agnes Huizenga (New Wine)

**Kinderwerk:** Corine Zonnenberg (YfC)

**Eindredactie:** Ronald Westerbeek (New Wine)

**Vormgeving:** Daisy van 't Slot (MM) en Charlotte Scholtens (New Wine)

**Webrealisatie:** Living Image

*"New Wine is een beweging van kerken waarin we elkaar aanmoedigen, inspireren en toerusten om in de kracht van de Geest te getuigen van de komst van Gods Koninkrijk"*

[www.new-wine.nl](http://www.new-wine.nl)