

# De bouwstenen van de zondag

## Wees blij!

### In de kerkdienst



#### 6. MOMENT MET DE KINDEREN IN DE DIENST

##### Een bevel om blij te zijn

Vandaag leren we dat we blij moeten zijn, wat er ook gebeurt. Het is niet zomaar een tip die Paulus ons geeft, maar een bevel: Jullie moeten blij zijn! Dat dit niet gemakkelijk is, ontdekken de kinderen in de volgende opdracht.

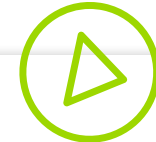
##### Wat heb je nodig?

- Muziek waarvan je denkt dat die niet zo lekker in het gehoor ligt.

##### Aan de slag:

- Vertel de kinderen dat je een muziekstuk hebt meegenomen dat je graag aan iedereen in de kerk wilt laten horen.
- Zet de muziek aan en let tijdens het afspelen op non-verbale reacties, zoals handen voor de oren, gezichtsuitdrukkingen, zuchten enzovoort.
- Zet de muziek uit en vraag wat de kinderen en volwassenen van het stuk vonden. Benoem welke reacties je tijdens het luisteren zag.
- Vertel dat Paulus ons vandaag zegt dat we blij moeten zijn. Het is geen advies of tip die Paulus ons hier geeft, maar een bevel. We moeten blij zijn. Altijd! Wat er ook gebeurt.  
Dat dit niet makkelijk is, hebben de kinderen al gemerkt bij het muziekstuk.
- In de kinderdienst ontdekken de kinderen hoe je toch blij kunt zijn onder alle omstandigheden.

### In de kinderdienst



#### 7. OM TE BEGINNEN

##### 4-8 jaar

##### Blij – blijer – blijst

Als je blij bent, hoor je dat, zie je dat en voel je dat.

De kinderen bedenken met elkaar een zin die ze steeds 'blijer' uitspreken.

##### Aan de slag:

- Verdeel de kinderen in drietallen.
- Het eerste kind bedenkt een zin, bijvoorbeeld: 'Wat een mooie dag is het vandaag.'  
De zin wordt blij uitgesproken.
- Het tweede kind zegt dezelfde zin, maar probeert de zin nog blijer te zeggen en maakt er een beweging bij.
- Het derde kind maakt de zin het blijst door de emotie, de beweging en de toon zo groot mogelijk te maken.
- De drietallen laten om de beurt hun zinnen aan elkaar horen.

# De bouwstenen van de zondag

## Wees blij!



### Tips

- Zijn er meer kinderen? Speel het spel dan nog een keer.
- Je kunt de kinderen die overblijven een taak geven: Neem de tijd op van het spel. Wie heeft de mooiste reactie?

## In de kinderdienst (vervolg.)

### 8-12 jaar

#### Kettingreactie

Paulus schrijft vanuit de gevangenis een brief aan de mensen in Filippi.

Door goed op te letten en snel op elkaar te reageren doen de kinderen al van tevoren een aantal belangrijke ontdekkingen over deze brief.

#### Wat heb je nodig?

- de werkbladen
- een schaar

#### Vooraf:

Knip de opdrachtenkaartjes uit (de twee werkbladen zijn voor de hele groep).

#### Aan de slag:

- De kinderen zitten in de kring.
- Deel de kaartjes willekeurig uit. Zijn er meer kaartjes dan kinderen, geef dan kinderen twee kaartjes.
- Op de kaartjes staat bovenaan een reactie van een ander kind, onderaan staat de actie die ze zelf moeten uitvoeren.
- Het spel begint bij het kind bij wie op het kaartje staat: 'Je hebt het eerste kaartje van het spel.' Dit kind voert zijn actie uit.

- De andere kinderen kijken of deze actie bovenaan hun kaartje staat, en doen vervolgens wat er onder op het kaartje staat.
- De kinderen proberen zo snel mogelijk met hun acties op elkaar te reageren.
- Het spel is afgelopen bij het kind met de kaart waarop staat: 'Pak een bijbel en zeg: 'We lezen de brief van Paulus aan de Filippenzen in de Bijbel verder.'
- Wat zijn de kinderen te weten gekomen over deze brief zonder hem gelezen te hebben?

#### Oplossing:

1. Je hebt het eerste kaartje van het spel. Klop een paar keer met je vuisten op je stoel.
2. Hoor je kloppen, dan... ga je staan en je roept heel hard: 'Binnen!' en gaat weer zitten.
3. Roept iemand 'Binnen!', dan... ga je op je stoel staan en je zegt heel streng: 'Ja!'
4. Zegt iemand 'Ja!', dan...ga je staan en je maakt een diepe buiging.
5. Maakt iemand een buiging, dan... geef je iemand uit de groep een hand en je zegt: 'Ik ben Timoteüs en ik kom voor Paulus.' Ga daarna weer zitten.
6. Zegt iemand: 'Ik ben Timoteüs en ik kom voor Paulus,' dan... ga je staan en je doet alsof je beide

handen geboeid zijn, en gaat weer zitten.

7. Zie je iemand die geboeid is, dan... zeg je luid: 'Fijn dat je naar de gevangenis bent gekomen.'
8. Zegt iemand: 'Fijn dat je naar de gevangenis bent gekomen,' dan... ga jij in kleermakerszit zitten.
9. Zit iemand in kleermakerszit, dan... ga je staan en schrijft iets in de lucht.
10. Schrijft iemand iets, dan...ga jij op je stoel staan en je roept: 'Tip 1'
11. Roept iemand: 'Tip 1', dan... zeg jij: 'Wees altijd blij.'
12. Hoor je iemand zeggen: 'Wees altijd blij,' dan... ga je op je stoel staan en kijk je zo blij mogelijk de kring rond.
13. Zie je iemand blij kijken, dan... ga je op je stoel staan en je zegt: 'Tip 2: Wees aardig voor andere mensen.'
14. Hoor je: 'Tip 2: Wees aardig voor andere mensen,' dan... loop je naar iemand uit de kring en je zegt iets aardigs tegen hem of haar.
15. Wordt er iets aardigs tegen iemand gezegd, dan... huppel je een rondje om de kring terwijl je al huppelend zegt: 'Maak je geen zorgen.'
16. Zie je iemand huppelen, dan... pak je een bijbel en je zegt: 'We lezen de brief van Paulus aan de Filippenzen in de Bijbel verder.' (einde spel)



# De bouwstenen van de zondag

## Wees blij!

### 8. GEBED ALS DE KINDERDIENST BEGINT



Trouwe God,  
We zijn blij dat u er voor ons bent,  
en dat u voor ons wilt zorgen.  
We danken u voor alle mooie dingen  
die om ons heen gebeuren.  
Wilt u ook bij ons zijn als we het moeilijk hebben.  
Als het leven niet zo mooi is,  
of als we niet zo gelukkig zijn.  
Geef ons dan hoop en moed  
om in u te geloven.  
Om het goede te doen,  
zodat we uw vrede voelen.  
Amen.

#### Tip



Ga in een kring zitten  
voor dit gebed. Je kunt  
een kaars aansteken, of de  
kaars die je meeneemt  
uit de dienst in het  
midden zetten.

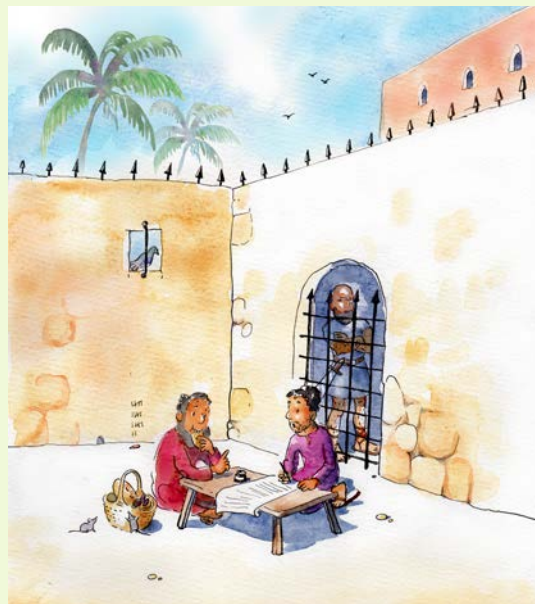
### 9. BIJBELVERHAAL



#### 4-8 jaar

*Bij Filippenzen 4:4-9*

Vertel het verhaal. Bekijk tijdens of na het verhaal met elkaar de plaat bij dit verhaal. Vraag de kinderen om goed te kijken en te vertellen wat ze zien. Je kunt eventueel de weetjes uit het bovenbouw materiaal gebruiken om wat meer uit te leggen.



#### Blij door Jezus

Timoteüs klopt op de zware houten deur van de gevangenis. Het duurt even, en dan gaat er een klein luikje open. Een soldaat kijkt naar buiten. 'Ja?' zegt hij streng.

'Ik wil graag op bezoek bij een gevangene,' zegt Timoteüs.

'Bij wie?' vraagt de soldaat.

'Bij Paulus,' zegt Timoteüs.

Het luikje gaat weer dicht.

Timoteüs hoort het geluid van een grendel die wordt weggeschoven. En dan eindelijk gaat de deur van de gevangenis open.

Timoteüs stapt naar binnen.

'Wat heb je bij je?' vraagt de soldaat. 'Laat maar zien.'

Timoteüs laat de spullen zien die hij heeft meegenomen: papier, inkt, een paar verse dadels, een stuk brood.

'Oké,' zegt de soldaat. 'Loop maar door.'

Timoteüs loopt verder, de binnenplaats op, en hij gaat de ontmoetingsruimte in.

Paulus zit al klaar. Hij heeft een zware ijzeren ketting om zijn enkel, zodat hij niet weg kan lopen. 'Ha, Timoteüs,' zegt hij. 'Fijn dat je gekomen bent. O, je hebt dadels voor me meegenomen? Wat lekker.'

'Heb ik meegekregen van de mensen bij wie ik

# De bouwstenen van de zondag

## Wees blij!

logeer, net vanochtend geplukt,' zegt Timoteüs. 'En ik heb nieuw papier en inkt meegenomen.'

'Mooi,' zegt Paulus. 'Dan kunnen we de brief afmaken die we aan het schrijven zijn. De brief voor de mensen in Filippi. Ga zitten.'

Timoteüs gaat tegenover Paulus op de grond zitten, rolt zijn papier open en doopt zijn pen in de inkt.

'Kom maar op,' zegt hij.

Paulus zet zijn ellebogen op tafel en hij steunt met zijn kin op zijn handen. Dan zegt hij:

*'Beste mensen in Filippi. Ik ben bijna aan het eind van deze brief.*

*Maar ik wil jullie nog een paar belangrijke tips geven.*

*Mijn eerste tip is: jullie moeten altijd blij zijn.'*

Timoteüs kijkt verbaasd op. Je moet altijd blij zijn? Zegt Paulus dat nou echt? Dat is gek, dat iemand die in de gevangenis zit, zoiets zegt. Paulus heeft het heel moeilijk hier. Hij weet niet wanneer hij weer uit de gevangenis mag. Hij weet niet eens óf hij wel weer uit de gevangenis mag. Dan kun je toch niet blij zijn?

*'Wees altijd blij,' gaat Paulus verder, 'ook al gebeuren er verdrietige dingen in je leven. Wees blij omdat je bij Jezus mag horen. Want wat er ook gebeurt in je leven, Jezus houdt van je. Hij is bij je. Als je dat weet, kun je zelfs in de gevangenis nog blij zijn.'*

*Mijn volgende tip is: wees aardig voor andere mensen. Dat is niet altijd makkelijk natuurlijk. Sommige mensen zijn niet zo vriendelijk voor jou. Maar probeer dan niet boos te worden. Probeer vriendelijk te blijven. Kijk of je iemand kunt helpen. Probeer naar mensen te luisteren. Zo kunnen de mensen aan jullie zien dat je echt bij Jezus hoort.*

*En mijn laatste tip is: maak je geen zorgen. Maak je geen zorgen over wat er allemaal mis kan gaan. Maak je geen zorgen over wat de mensen over je zeggen.'*

Timoteüs legt zijn pen neer. 'Maak je geen zorgen?' zegt hij. 'Maar Paulus. Hoe kun je dat nou zeggen? Natuurlijk maken die mensen in Filippi zich zorgen. Dat snap ik best. Ze hebben het heel moeilijk, daar. Trouwens, jij hebt het ook niet makkelijk, hier in de gevangenis.' Paulus knikt. 'Dat is ook zo. Ik snap het

heel goed als de mensen zich zorgen maken. En ik maak me ook weleens zorgen, natuurlijk. Maar ik hóéf me geen zorgen te maken, want God zorgt voor me, en als ik wat nodig heb, moet ik het gewoon aan hem vragen. O, schrijf dat er maar bij:

*'Beste vrienden, vraag het gewoon aan God als je iets nodig hebt. En bedank God voor alles wat hij geeft. Dan zal God ervoor zorgen dat jullie je geen zorgen maken, maar dat je zijn vrede voelt. Zelfs als het heel moeilijk is.*

*Vrienden, dit is het eind van mijn brief. Hartelijke groeten van Paulus en van Timoteüs en van de andere christenen hier. Ik wens jullie toe dat de Heer Jezus Christus goed voor jullie is.'*

### 8-12 jaar

*Filippenzen 4:4-9*

#### Wees blij

Jullie moeten blij zijn, omdat jullie bij de Heer horen. Ik zeg het nog eens: Wees altijd blij. Laat iedereen merken dat jullie vriendelijk zijn. En bedenk goed: de Heer is dicht bij ons. Maak je geen zorgen, maar vraag God alles wat je nodig hebt. Bid tot God, wat er ook gebeurt. En dank hem altijd.

Dan zal God zijn vrede aan jullie geven. Dat is een vrede die geen mens ooit gekend heeft. Die vrede zal jullie gevoel en jullie gedachten beschermen tegen al het kwaad. Want jullie horen bij Jezus Christus.

#### Vergeet mijn lessen niet

Vrienden, tot slot wil ik zeggen waar jullie je mee bezig moeten houden. Houd je bezig met alles wat waar is, alles wat respect verdient, alles wat goed is en zuiver, alles wat het waard is om van te houden en alles wat eer verdient. Dat betekent in het kort: doe wat goed is en waarvoor je respect krijgt.

Houd je aan alles wat ik jullie geleerd heb. Doe alles wat ik jullie verteld heb en wat ik aan jullie heb laten zien. Dan zal God zijn vrede aan jullie geven.

# De bouwstenen van de zondag

## Wees blij!



### 11. OM OVER TE PRATEN

Bij de gespreksvragen staan verschillende soorten vragen: 'weetvragen' en 'denkvragen'. Antwoorden op de weetvragen kun je opzoeken, bijvoorbeeld in het verhaal. Maar over de denkvragen kun je met elkaar blijven nadenken. Daarom zijn er ook geen foute antwoorden!

#### 4-8 jaar

- Paulus zit in de gevangenis en toch is hij blij. Hoe kan dat, denk jij?
- Heb jij het weleens moeilijk gehad en je toch blij gevoeld? Wanneer was dat?
- Paulus geeft in zijn brief aan de christenen van Filippi drie tips. Weet jij welke?
- Welke tip vind je het mooiste?

#### 8-12 jaar

- Aan het eind van de brief geeft Paulus de christenen in Filippi nog een aantal tips mee. Kun jij er een paar noemen?
- Waarom vindt Paulus het zo belangrijk dat de mensen zijn lessen niet vergeten?
- Wat krijgen de mensen als ze goed leven?
- Zie of er een tip is die je hebt geleerd van de vrede die God ons wil geven?



### 10. OM TE WETEN

#### Paulus in Filippi

Filippi was een belangrijke Romeinse stad in het noorden van Griekenland, in de provincie Macedonië. Het is de eerste stad in Europa waar Paulus het goede nieuws over Jezus vertelt. Paulus komt op een bijzondere manier in Filippi. Hij was niet van plan om naar Europa te gaan, maar hij krijgt een droom waarin een man uit Macedonië Paulus smeekt om te komen. Als Paulus in Filippi is, gebeuren er bijzondere dingen: lees Handelingen 16:6-40 maar eens! Wanneer Paulus later deze brief aan de christenen in Filippi schrijft, zit hij in de gevangenis. We weten niet zeker waar Paulus in de gevangenis zat. Misschien was het in Efeze, misschien was het in Rome.

#### Vrede als bewaker

Paulus zegt dat de gevoelens en de gedachten beschermd worden door de vrede van God. Het Griekse woord voor 'beschermen' dat Paulus hier gebruikt, werd ook vaak gebruikt voor de bescherming van een stad door soldaten. Voor de Filippenzen was dat woord makkelijk te begrijpen: hun stad werd namelijk door Romeinse soldaten bewaakt.

### 12. OM TE ZINGEN

Zing met elkaar 'Vrede van God' (Opwekking 602) of 'Maak een vrolijk geluid voor de Heer' (Elly en Rikkert) of 'Zingen maakt blij' (Hemelhoog 625).



# De bouwstenen van de zondag

## Wees blij!



### 13. OM TE DOEN

#### 4-6 jaar

##### Een vrolijke kroontjespen

Paulus is blij dat hij vanuit de gevangenis brieven kan schrijven aan andere mensen die bij Jezus horen. De kinderen maken een vrolijke kroontjespen van een keukenrol.

##### Wat heb je nodig?

Per kind:

- het werkblad met de kroontjes van de kroontjespen
- een keukenrol

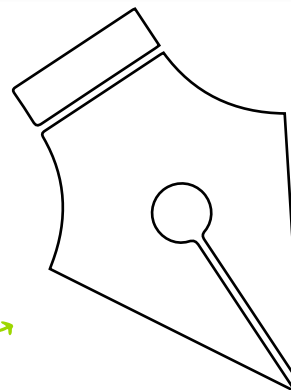
En verder:

- stroken gekleurd papier of washi-tape
- lijm
- zwarte stiften
- scharen of prikpenen

##### Aan de slag:

- De kinderen plakken gekleurde stroken papier of washi-tape op de keukenrol.
- De kinderen prikken of knippen het kroontje van de kroontjespen uit.
- De kinderen 'dopen' de kroontjespen in de inkt door een stukje van het kroontje zwart te kleuren.
- De kinderen plakken het kroontje vast aan de keukenrol.
- De kroontjespen is klaar.

**Tip**  
In plaats van  
keukenrollen kun je  
ook stevig, opgerold  
karton gebruiken.



#### 6-8 jaar

##### Je eigen mozaïek-selfie

Je mag blij zijn, omdat je bij God hoort. De kinderen maken van mozaïekstukjes een vrolijke selfie.

##### Wat heb je nodig?

Per kind:

- een vel ruitjespapier, 1 centimeter bij 1 centimeter
- een potlood

En verder:

- papieren, gekleurde mozaïekstukjes van 1 centimeter bij 1 centimeter (te koop bij een hobbywinkel)
- lijm

##### Aan de slag:

- De kinderen tekenen met potlood een gezicht op de lijntjes van het ruitjespapier. Ze mogen niet buiten de lijnen tekenen. Ogen worden dus vierkant in plaats van rond.
- Ze tekenen hun eigen gezicht of bedenken een gezicht.
- De kinderen vullen de ogen, de neus, de vrolijke mond, het gezicht, het haar en een stukje trui met de mozaïekstukjes.
- De kinderen plakken de mozaïekstukjes vast.

#### Tips

- In plaats van te werken met papieren mozaïekstukjes kunnen de kinderen de hokjes op het papier inkleuren, zodat er een zelfportret ontstaat.
- Verzamel de (zelf)portretten, zodat de kinderen kunnen raden wie de maker van het portret is.

# De bouwstenen van de zondag

## Wees blij!



### 4-8 jaar

#### Een aardb(l)eiensmoothie

Paulus wil dat we altijd blij zijn, want we horen bij God. Om dit te vieren maken de kinderen een lekkere aardb(l)eiensmoothie.

#### Wat heb je nodig?

Per 4-6 kinderen:

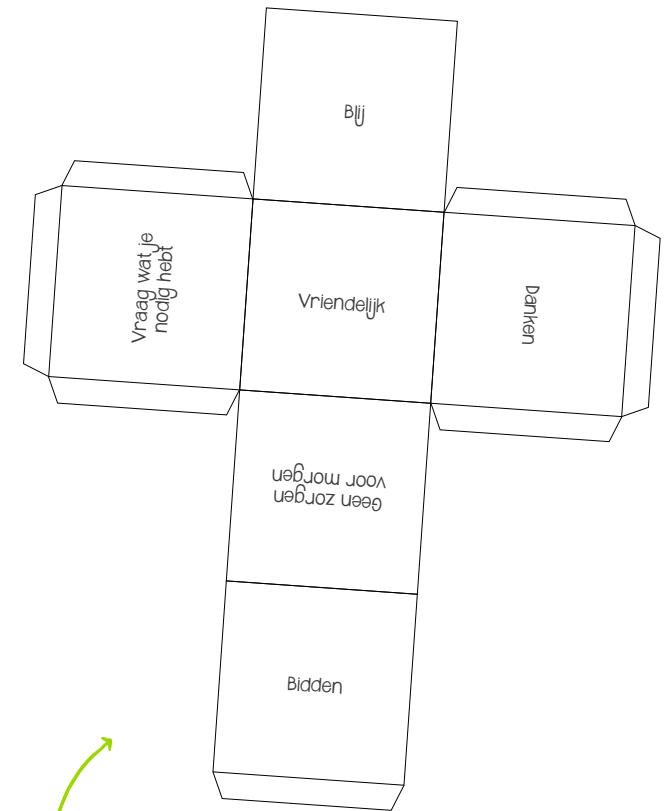
- 500 gram (bevoren) aardbeien
- een banaan
- een geschilder sinaasappel
- 500 ml magere yoghurt

En verder:

- een staafmixer
- een kom
- glazen
- stompe mesjes
- borden

#### Aan de slag:

- Verdeel de groep in tweetallen en geef elk tweetal één van de taken hieronder.
- De kinderen wassen de aardbeien.
- De kinderen die het kunnen, verwijderen de kroontjes van de aardbeien en snijden de aardbeien in stukjes.
- De kinderen halen de schil van de banaan en snijden de banaan in kleine stukjes.
- De kinderen verdelen de sinaasappel in partjes.
- Doe al het fruit in een schaal.
- Voeg de yoghurt toe.
- Pureer het fruit en de yoghurt met een staafmixer tot een smoothie.
- Schenk de smoothie in glazen.
- Drink smakelijk!



### 8-12 jaar

#### Een 'Denk aan'-dobbelsteen

Paulus geeft in zijn brief een aantal richtlijnen hoe we kunnen leven. Hij wil dat we die tips onthouden en doen. De kinderen maken een dobbelsteen om zo Paulus' tips niet te vergeten.

#### Wat heb je nodig?

Per kind:

- het werkblad

En verder:

- scharen
- lijm
- potlood en stiften

#### Aan de slag:

- De kinderen knippen de dobbelsteen uit.
- Ze kleuren de dobbelsteen in.
- Ze vouwen de lijnen en plakranden om.
- Ze doen lijm op de plakranden en zetten de dobbelsteen in elkaar.

- Ze laten de dobbelsteen drogen.
- Om de beurt gooien de kinderen met hun dobbelsteen.
- Ze bedenken wat ze kunnen doen met het woord dat ze gooien: ik ben blij omdat..., ik wil me geen zorgen maken over..., ik wil God danken voor... enzovoort.

# De bouwstenen van de zondag

## Wees blij!

**8-12 jaar**

### Een beschermlaag

Paulus zegt dat God zijn vrede wil geven. Die vrede betekent niet dat er geen oorlog meer is of dat je nooit iets moeilijks meemaakt. Die vrede kan wel je gevoelens en gedachten beschermen. Ook als het moeilijk is. Hoe dat werkt, ontdekken de kinderen in het volgende proefje.

*Wat heb je nodig?*

- twee mandarijnen
- twee schalen, gevuld met water

*Aan de slag:*

- Pel één mandarijn.
- Leg de mandarijn in een schaal met water.
- Wat gebeurt er?
- Leg de mandarijn met schil in de andere schaal met water.
- Wat zien de kinderen nu? Wat heeft dit met het verhaal te maken?

*Uitleg:*

De schil is lichter dan water en daardoor blijft de mandarijn met schil drijven. De partjes van de mandarijn zijn zwaarder dan water en daardoor zinkt de mandarijn zonder schil.



**Tip**

In de *Samenleesbijbel* op bladzijde 1992-1993 vind je nog meer ideeën.

### WAT HEB JE NODIG?

\* TWEE MANDARIJNEN \* TWEE SCHALEN DIE GEVULD ZIJN MET WATER





# De bouwstenen van de zondag

## Wees blij!



### 14. ZEGEN

In de Bijbel staat een zegen voor alle mensen. Dat is een wens die vaak aan het einde van de kerkdienst wordt uitgesproken. En die zegenwens zeggen wij hier ook tegen elkaar:

**‘De Heer zal jullie gelukkig maken en jullie beschermen. De Heer zal bij jullie zijn en voor jullie zorgen. De Heer zal aan jullie denken en jullie vrede geven.’**

**Numeri 6:24-25**



### Tips

- Ga in een kring staan en houd elkaars handen vast.
- Laat drie kinderen elk een zin uitspreken, of spreek alles samen uit.

### COLOFON

Tekst: Nederlands Bijbelgenootschap  
Bijbeltekst: Bijbel in Gewone Taal  
Hervertelling bijbelverhaal: NBG/Corien Oranje  
Illustratie: NBG/Liza-Beth Valkema  
Kaart Filippi: NBG/Buitenspel Ontwerp  
Strip: NBG/Bart den Heeten  
Vormgeving: Frivista  
DTP: Villa Grafica