

# WORKSHOPS



## DIY TOTE BAG

**Met Annelie Medema en Jarissa de Vries**

Tijdens deze workshop ga je je eigen tote bag (canvas tas) opmaken. Met behulp van verf en textielstiften in allerlei verschillende kleuren kan jij helemaal je eigen ontwerp maken. Zo kan jij straks met je eigen design over straat!

## SCHILDEREN

**Met Nynke van der Goot**

Tijdens deze workshop kan je je hoofd even leeg maken, en je handen het werk laten doen. Ben jij creatief en houd je van schilderen? Dan zit je hier goed. Nynke gaat je in deze workshop meenemen in een creatieve opdracht.



## KAARSEN VERSIEREN

**Met Femke Rietdijk en Amy Timmerman**

Het is nu helemaal hip and happening: kaarsen versieren. Deze DIY is ontspannend en je bent creatief bezig! Met verschillende kleuren en patronen kun je jouw kaarsen versieren zodat het leuk past, thuis in de woonkamer of gewoon op je eigen kamer.



## LASERGAME // VLAGGENROOF

**Met Sander Bondt en Niek Vrieling**

Twee teams gaan met elkaar de strijd aan om de vlag van de tegenstander te vinden. Pas op, want je hebt maar een beperkt aantal levens. Is iedereen uit het andere team zijn levens verloren of heb je de vlag veroverd? Dan is de winst voor jou!



## ACTEREN

**Met Rafaël Samuel**

Of je nou graag in de huid van iemand anders kruipt of wilt ontdekken of acteren iets voor jou is: tijdens deze workshop gaat Rafaël samen met jou verschillende oefeningen doen om jou geloofwaardig te leren spelen.





# WORKSHOPS



## VOETBAL

**Met Pieterbas Verhoef en Jamie Blaauw**

In deze workshop gaan we lekker voetballen. We maken ter plekke teams en spelen een toernooi tegen elkaar.

## VOLLEYBAL

**Met Michelle Veldman**

In deze workshop gaan we volleyballen. We maken ter plekke teams en spelen een toernooi tegen elkaar.



## TAFEL TENNIS

**Met Joël Timmerman**

'Geen pingpong, geen rond de tafel. Tijdens deze workshop gaan we niet gewoon rond de tafel spelen, maar gaan we een heus tafeltennistoernooi houden in duo's. Durf jij je slag te slaan?

## BOOTCAMP

**Met Joshua Teeninga en Samuël van der Woude**

Wist je dat bootcamp is gebaseerd op wat soldaten in het leger aan kracht en conditietraining doormaken om in vorm te blijven? In deze workshop gaan we dat ook doen. Met verschillende oefeningen gaan Joshua en Samuel jou fysiek uitdagen. Verstand op 0 en gaan!





# WORKSHOPS

## OVER DATEN EN RELATIES

**Met Lucas Lohuis en Laura Drenth**



Verliefd zijn of op zoek zijn naar die ene jongen/dat ene meisje: het is spannend en leuk, maar kan ook verwarrend zijn en vragen oproepen: *ben ik er klaar voor? Wat kan ik doen als ik verliefd ben? En hoe weet ik wanneer het de juiste persoon is?* Vanuit de Bijbel en hun eigen ervaring zullen Lucas en Laura het in deze workshop hebben over daten en relaties.

## HOE GA IK OM MET ZORGEN?

**Met Harmke van den Heuvel**

We kunnen ons best veel zorgen maken. Soms zoveel dat ons denken er helemaal mee gevuld is. Hoe ga je daar dan mee om? Harmke is psycholoog en deelt in deze workshop hoe je om kan gaan met de zorgen en welke rol God hierin wilt spelen.



## ALS GOD GOED IS, WAAROM IS ER DAN LIJDEN?

**Met Fabiënne Rietdijk**



Er is veel lijden in de wereld, dichtbij maar ook ver weg. Denk bijvoorbeeld aan eenzaamheid, depressie of ziekte in jouw omgeving of zelfs je eigen leven. Of aan oorlogen in Oekraïne of Israël. *Als God goed is, waarom is er dan zo veel lijden?* In deze workshop zal Fabiënne samen met jullie op zoek gaan naar antwoorden op deze ingewikkelde en belangrijke vraag.

## IK HEB GOD TOCH NIET NODIG?!

**Met Junus Manuputtij**

Hoe gaat het met jou? Vaak gaan veel dingen best wel goed in ons leven. En als ons leven goed gaat, waarom hebben we God dan nodig? We redden ons zelf toch wel? Of niet...? Junus vertelt in deze workshop waarom we God nodig hebben in alle seizoenen van ons leven.





# WORKSHOPS

## HOE LEES IK DE BIJBEL?

*Met David Veldman*



De Bijbel is best een ingewikkeld boek. Waar begin je met lezen? En wat doe je als je er weinig van snapt? David gaat je helpen Gods Woord beter te begrijpen. Hij gaat je niet alleen vertellen waarom de Bijbel zo belangrijk is voor je geloofsleven, maar ook hoe je het kan toepassen in jouw dagelijks leven.

## SAMEN IS VEEL LEUKER!

*Met Marrit Claus*

God heeft vriendschappen bedacht. In deze tijd leren we alleen steeds meer om alles in het leven zelf te doen. In deze workshop gaat Marrit je vertellen waarom God zoveel waarde hecht aan vriendschap en leer je zelf ook hoe je een goede vriend kan zijn voor iemand anders.



## BIDDEN?! HOE DAN?!

*Met Theo van den Heuvel*



Bidden: voor sommigen moeilijk of saai, voor anderen een plek van rust en kracht. De Bijbel laat zien dat bidden belangrijk is in onze relatie met God. Maar wat is bidden precies? En hoe kunnen we het leren? Theo neemt jou mee in het belang van gebed en geeft praktische tips en oefeningen om te leren bidden.