K-AMPZENDING

K-AMPVIERING 2023

KSA

K-AMPVIERING ZOMER 2023

INLEIDING

Beste K-trekker,
Proost en voorganger,
Beste Leiding,

De mooiste tijd van het jaar komt eraan! Popel jij ook al vol ongeduld om op kamp te kunnen vertrekken? Ongetwijfeld borrelen in jouw hoofd al massa's ideeën voor supertoffe activiteiten, mega decors en een spannend verhaal om van het kamp hét topmoment van het werkjaar te maken. Maar het allerbelangrijkste op kamp blijven jouw KSA-vrienden, toch?

De 'K' in KSA wil dat nog extra in de verf zetten. Om zinvol stil te staan bij die vriendschap, boksten we deze K-ampzending in elkaar. Het ga jullie goed op K-amp!

Met een stevige KSA-groet
De werkgroep K,
Proosten Jos en Bart,
K-medewerker Jolien

K-TREKKER

Sturen jullie een kaartje bij een speciale gelegenheid?
Gaan jullie op bezoek bij een lid?
Organiseren jullie een kampviering?
Rapen jullie paaseieren?
Zingen jullie voor het eten?
Hebben jullie oog voor de zwaksten in de groep?
Staan jullie even stil voor het slapengaan?
Werken jullie mee aan acties voor het goede doel?
Proberen jullie leden waarden mee te geven?
Koesteren jullie de vriendschap?
Durven jullie met elkaar in discussie gaan?
Vieren jullie samen kerst?
Is er tijd voor een bezinnend moment?
Nemen jullie vijf minuten tijd om tot rust te komen?

Geweldig, maar zou het niet nog beter zijn als leid(st) er de schouder hieronder ze zodat deze waardevolle momenten verder groeien?

ER ZIT VAST EEN K-TREKKER IN JULLIE GROEP!

JE BENT ...
- ☑ begaan met je groep.
- ☑ er voor de ander, ongeacht religie, afkomst, geaardheid ...
- ☑ op zoek naar dat ietsje meer.
- ☑ klaar voor een uitdagende rol.
- ☑ geregistreerd in Digit als K-trekker.

JE WORDT ...
- ☑ de motor achter jullie waardevolle momenten.
- ☑ het brein achter K-initiatieven.
- ☑ contactpersoon voor Werkgroep K en de proost van KSA Nationaal.

JE KRIJGT ...
- ☑ het K-trekker-mouwschildje.
- ☑ K-materiaal (in thema).
- ☑ steun van Werkgroep K.
- ☑ vleugels om je groep te versterken.
- ☑ waardering uit onverwachte hoek.

Sla je vleugels uit als K-trekker.
Waar wacht je nog op? Registreer je in Digit!
Heb je nog een vraag,
mail naar **K-trekker@ksa.be**

KAMPVIERING

Voorbereiding

- Wil je de viering interactief houden? Maak dan gebruik van doe-momenten! Daarvoor heb je pen, papier en post-its nodig.
- Zorg voor verkleedkleren voor vissers. Vul aan met vismateriaal en een plonsbadje met een bodempje water. Plaats wat (nep) vissen of bloemen in het water. Achteraan de K-ampzending vind je een voorbeeld voor waterbloemen.
- **Extra:** De voorleesstukjes voor lid en leiding mogen naar eigen belang worden verdeeld. Het kan door één lid en leiding worden voorgelezen maar ook steeds door verschillende leden en leiding.

Kruisteken

Voorganger/proost/priester: Goedemiddag. Jullie zijn op kamp/vertrekken op kamp. De beste tijd van het jaar! We zijn hier allemaal samen om even stil te vallen.
We staan even stil bij iemand die altijd bij ons is. Iemand die heel klein en eenvoudig onder ons aanwezig is. Hem die we noemen 'ik zal er zijn voor jou'. Hij die is 'de Vader, de Zoon en de Heilige Geest'.
Amen.

De vissers en hun hengel?
Een eerste visser staat centraal met een hengel te zuchten en te klagen, want veel vangst is er nog niet vandaag.
Een tweede visser komt langs hem staan en begint zijn materiaal klaar te maken om mee in dezelfde vijver te vissen. Hij bouwt zijn hengel op, inspecteert de visplaats, bereidt zijn aas voor, …

Visser 1: En Sam, bijten de vissen vandaag?

Visser 2: Pff nee, Jill, niet echt, ik sta hier al even en ze lijken niet te bijten.

Visser 1: Welke hengel heb je bij vandaag?

Visser 2: Mijn megaflexibele MacGyver 200, met een ultrasnel molentje en een oranje met blauw dobbertje. Welk aas gebruik jij?

Visser 1: Ik heb deze pieren bij. (Laat een (leeg) doosje met pieren zien.)

Visser 2: Ah, ja. Normaal moet dat wel werken.

Visser 1: Welk net gebruik jij? Whoyoo, wat een zebco 45 met een metalen handvat! Ziet er megagoed uit! Zal ik eens proberen een megavis te vangen? Normaal als ik deze pieren gebruik dan

heb ik binnen de paar minuten altijd beet. (Laat een stilte vallen van 5 à 10 seconde terwijl beide vissers in de verte staren.)

Visser 1: Seg, heb je al voor gehad dat je niets vangt? Aan wat zou dat dan liggen? Wat zouden we dan moeten doen?

Visser 2: Maar waar zijn alle vissen dan? Ligt het aan ons materiaal? Of aan ons aas? Is het het water gewoon niet goed voor de vissen om in te overleven?
Visser 1: Stel: jij bent een visje, wat zou je dan graag hebben? Mooi water?
(Ga mee in de droomwereld van de vis en laat je fantasie gewoon gaan)

Visser 2: Of lekker eten. Een goede, grote pier en lekkere plantjes om te snoepen als je voorbij zwemt.

Visser 1: Of een hele leuke school vissenvriendjes om mee te spelen? En dan door het water te racen wanneer een walvis passeert. Amai, ja!

Visser 2: En het water, zo van dat mooi water met een laagje schuim op. Water dat lekker ruikt en lekker smaakt. Een beetje zout of zoet maar niet te veel. Zonder afval en vuiligheid in het water. Dat zou heerlijk zijn.

Leiding: Stel dat die visje allemaal KSA'ers zijn die zwemmen in een KSA- vijver. Hoe zou dat er dan uitzien? Hoe zouden al die visjes eruitzien? De ene heel groot, de andere heel klein.

Lid: De ene heeft hele mooie schubben en de ander is heel sterk. Eéntje is supersnel en de andere is net goed in het zorgen dat alle kleine visjes mee kunnen. Sommige maken mooie figuren in het water, andere kunnen alleen maar rechtdoor zwemmen.

Sorry tekstjes: Zorgen wij misschien voor troebel water?

Lid: Hoe zorgen we ervoor dat het water waarin de visjes zwemmen het beste water is? Zorgen we voor proper water door lief te zijn voor elkaar of elkaar talenten te spotten? Of is het net door sorry en dank je te zeggen?

Lid: Of maken we het water juist troebel door slecht te spreken en anderen uit te sluiten? We zorgen voor 'vuil' in elkaars ogen als we ze kleineren en uit de groep duwen.

Leiding: Samen werken we aan een stukje KSA-water. Een vijver, een rivier of een meer, waar alle visjes zicht thuis voelen. We doen allemaal ons best om alle leden en leiding welkom te heten, iedereen te laten groeien met vallen en opstaan. Maar vooral om een thuis te zijn waar het veilig is om jezelf te zijn. Het ene moment lukt ons dat al beter dan het andere. Wanneer ons dat niet zo goed lukt, zeggen we sorry tegen elkaar.

Handen gevraagd

Proost/priester/pastoor: Helemaal alleen kunnen we geen KSA-groep zijn. Wij hebben elkaar, met elk zijn talenten, nodig om de beste KSA-groep te zijn. We kunnen wel samenwerken, de handen in elkaar slaan om zo de droom van God waar te maken.
Samen kunnen we veel meer! Handen gevraagd, samen staan we sterker! We zingen het uit.

Jezus is visser van mensen

Op een dag stond Jezus aan het meer van Gennesaret. Heel wat mensen kwamen om Hem heen staan om naar het woord van God te luisteren. Toen zag Jezus twee boten bij het meer liggen. De vissers waren eruit gestapt en waren bezig de netten te spoelen. Hij stapte in een van de boten van Simon en vroeg: “Vaar een eindje van het land weg. Dan kan Ik gemakkelijker tegen de mensen spreken.” Hij ging zitten en vanuit de boot gaf Hij les aan de mensen. Toen Hij uitgesproken was, zei Hij tegen Simon: “Vaar nu maar naar het diepe water en werp daar jullie netten uit.” Simon zei: “Meester, we hebben eigenlijk al de hele nacht gewerkt, zonder één visje te vangen. Maar als U het zegt, zal ik de netten uitwerpen.” Dat deden ze en ze vingen zo veel vis dat hun netten scheurden. Daarom wenkten ze hun vrienden in de andere boot: “Kom, help ons. We hebben ongelooflijk veel vis gevangen.” Hun vrienden kwamen en ze vulden beide boten tot ze bijna zonken. Toen Simon dat zag, viel hij op z’n knieën voor Jezus. Hij zei: “Ga weg van me, Heer, ik ben een zondig mens.” Want hij en allen die bij hem waren, kregen schrik omdat ze samen zoveel vissen gevangen hadden. Dat gebeurde ook met Jakobus en Johannes, zonen van Zebedeus, die met Simon samenwerken. Maar Jezus zei tegen Simon: “Wees niet bang. Voortaan zullen jullie mensen vangen.” Ze brachten de boten aan land, lieten alles achter en volgden Hem. (Lucas 5, 1-11)

Worden jullie vissers van mensen?

Leiding: Een paar duizend jaren geleden was het vanaf de geboorte duidelijk welke carrière je voor je had, afhankelijk van in welk gezin je werd geboren. Jezus de zoon van een schrijnwerker, had een leven als timmerman voor de boeg, helemaal niet als visser.

Leiding: Maar toch geeft hij Simon, een ervaren visser, tips om meer vis te vangen. Jezus spreekt over de plaats en de diepte van het water, zorgt dat de vissers niet te dicht bij de oever zijn en daarboven nog eens dat ze voldoende vis vangen. Helemaal op het einde zegt Jezus zelf, vanaf nu mogen jullie mensen vissen.

Doe-moment: Hoe worden wij vissers van mensen?

Leiding: Op het einde van het evangelie zegt men: Helemaal op het einde zegt Jezus zelf, vanaf nu mogen jullie mensen vissen.

- Hoe zou je mensen kunnen vissen?
- Op welke manier wil je het water of je KSA-groep zo mooi mogelijk maken/houden?
- Hoe kan je meer/andere mensen vissen?

Optie 1:
Teken een visje en schrijf volgende dingen op het visje.

Kant 1: Hoe maak jij soms het water troebel voor iemand anders?
Kant 2: Je naam + Hoe kan je het zorgen dat mensen kan vangen + hoe zorg je voor proper water?

Hang de visjes aan een waslijn of in een visnet zodat iedereen ze kan zien.

Optie 2:
Maak op voorhand een groot aantal 'waterbloemen'. Teken die op gekleurd papier en knip ze uit. Schrijf in het hart van de bloem hoe jij het water mooier maakt. Plooi de blaadjes van de bloemen toe. Leg ze in een klein bodempje water in een zwembadje, plonsbadje of emmer. Blijf kijken naar de bloemen en zie hoe ze 'als ze zich helemaal thuis voelen' openbloeien.

Onze Vader

Lid: Jezus roept ons op om elkaar lief te hebben, onze naasten lief te hebben. Geen gemakkelijke opdracht. Er is altijd iemand die je helpt bij die opdracht, iemand die wij 'onze Vader' mogen noemen. Om hem om hulp te vragen, bidden we samen het gebed dat ons kracht kan geven.

Samen: Onze Vader, die in de hemel zijt,
Uw naam worde geheiligd, uw rijk kome,
uw wil geschiede op aarde zoals in de hemel.
Geef ons heden ons dagelijks brood en vergeef ons onze schulden,
zoals ook wij vergeven aan onze schuldenaren,
en breng ons niet in beproeving maar verlos ons van het kwade.
Want van u is het koninkrijk en de kracht en de heerlijkheid in eeuwigheid.
Amen.

Vredeswens

Lid: God kan ons helpen om onze ogen en ons hart open te zetten wanneer we vissers van mensen worden. Als je elkaar echt ontmoet zonder vooroordelen en met vertrouwen, ben je visser van mensen. Wanneer we samen werken aan een KSA waar iedereen zich thuis voelt, werken we aan het propere water dat we allemaal nodig hebben om te leven. Hij laat ons nooit alleen.

Proost/priester/voorganger: Moge Jezus ons allemaal de kracht geven om zo'n grote mensen te worden. Moge zijn vrede met ieder van jullie zijn en laten we die grootheid, die vrede en vriendschap brengen in KSA en overal waar we komen. Wens elkaar de vrede met een stevige handdruk of een warme knuffel.

KSA-gebed

Proost/priester/voorganger: Laten we nu tot slot samen het KSA-gebed bidden. Een gebed dat ons helpt groeien uit onszelf. Een gebed dat ons uitdaagt om van onze KSA-groep er eentje te maken waardoor de storm in mensen hun leven weer stiller wordt.

Samen: Om de vriendschap ondereen danken wij U, Heer.
Om uw vriendschap bidden wij U, Heer.
Teef zon in ieders hart als wij zingen en spelen, trekken en keren, plannen en kamperen.
Vergeef ons, en hou ver van ons de ruzies en de vetes,
het weren van wie minder lijkt, het trappen op elkaars geluk.
Hou in ons wakker het geloof en het goede vertrouwen
en wijs ons de wegen en de tekens om dit met elkaar te delen.
Help ons zo te leven dat ook Gij, Heer, aan ons in KSA veel vreugde moogt beleven.

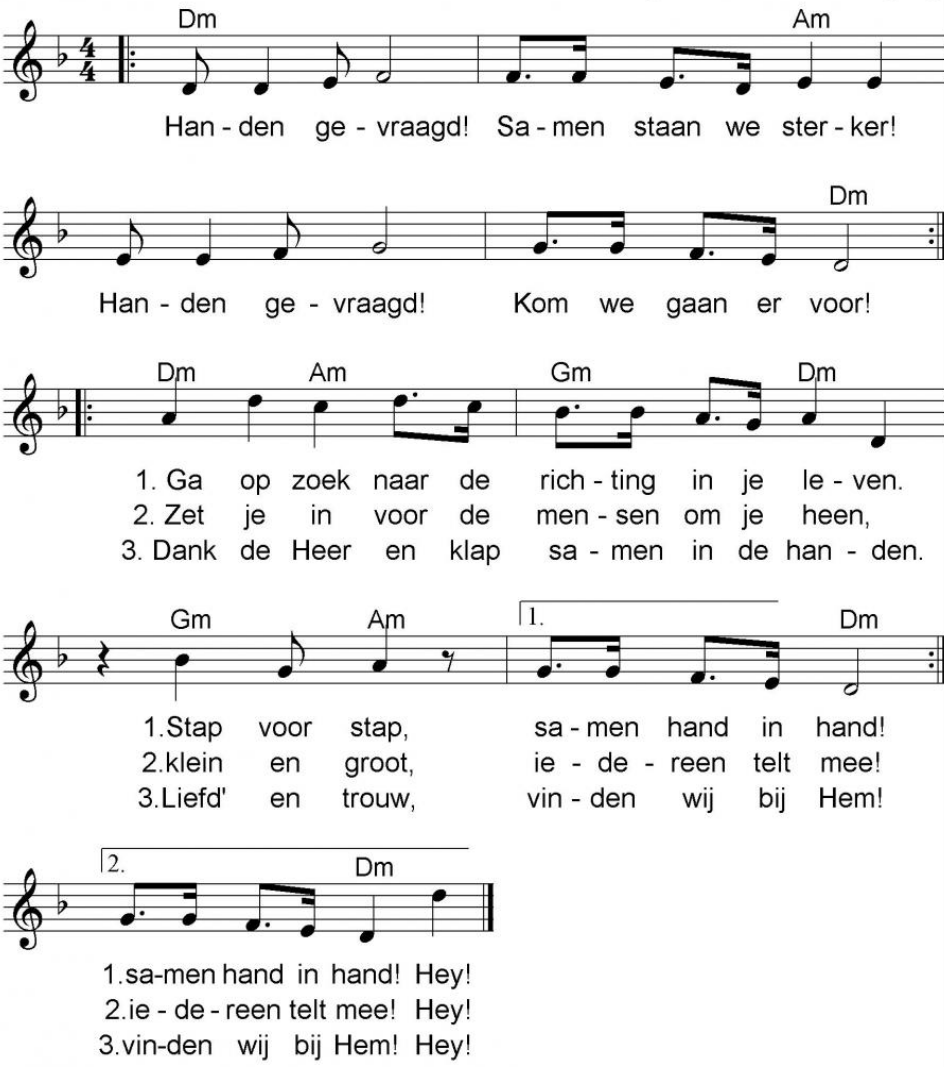
Zegen

Visser 1: Amai, seg. Zullen we anders eens in die KSA-vijver gaan vissen? Het lijkt dat daar heel veel lieve, mooie en sterke vissen te vangen zijn. Misschien niet om op te eten maar wel schatten van mensen om in ons hart te bewaren.

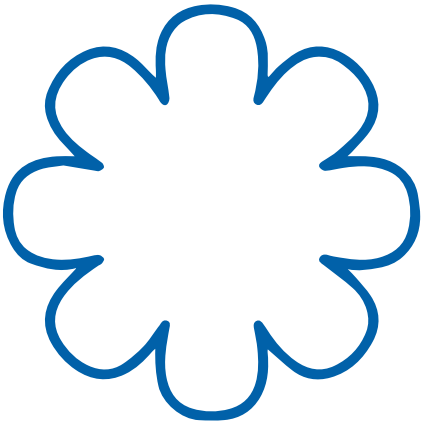
Proost/priester/voorganger: Moge de God van liefde, vrede en vriendschap ons allen zegenen met een groot hart voor mekaar. Moge Hij ons de kracht geven om uit onszelf te groeien zodat we er zijn voor elke mens, in het bijzonder voor zij die het moeilijk hebben. God gaat met ons mee, Hem die we noemen, Vader, Zoon en Heilige Geest. Amen.

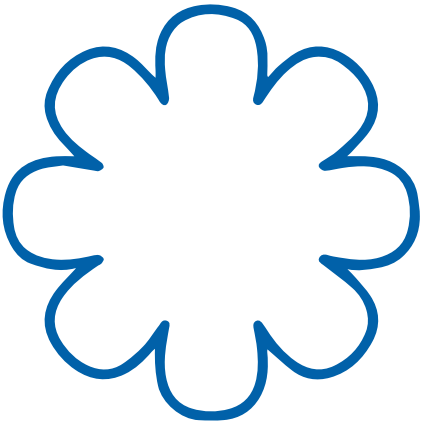
Liedtekst handen gevraagd

T: B.Lagrange
M: Oost-Europese melodie / bew. B.Lagrange



Bijlage: waterbloemen





K-MOMENTEN OP KAMP

–12– jarigen

K–moment 1: Schouder aan schouder

Titel: 'De goede herder'
Duiding: Creatieve opdracht rond 'zorg dragen'
Duur: 30 minuten
Materiaal:

- Groot karton/papier
- Lijm
- Watjes
- Gekleurd krijt of verf

Activiteit:
Jezus is in vele beroepen thuis, onder andere in dat van schaapherder. Hij roept ons op om goede herders te zijn en te zorgen voor onze schapen wanneer er gevaar dreigt. Een goede herder kent hun schapen en de schapen kennen hen. Herder en kudde vormen één. Hoe kunnen we een goede herder zijn voor elkaar?
Teken een groot wollig schaap op een papier of karton of laat iedereen hun eigen schaap tekenen op een apart blad papier. Kleur vervolgens watjes met gekleurd krijt of verf. Breng kleur aan op de vacht van het grote schaap of op de vacht van de anderen hun schaapjes.
Bron: *https://www.kerknet.be/graag-samen/artikel/mosterdzaadjes-de-goede-herder*

K–moment 2: Hand in hand

Titel: Wanneer voel je je thuis bij KSA?
Duiding: Wanneer voel je je ergens thuis? Wanneer voel je je veilig? Hoe werken we samen aan een thuis voor iedereen?
Duur: 30 minuten
Materiaal:

- Teken en knutselgerei
- Plaats om alle tekeningen op te hangen

Activiteit:
<u>Deel 1: Teken jouw KSA</u>
Deel de tekenbladen uit en geef de leden de opdracht om het blad in twee gelijke delen te vouwen. Op de ene helft van het blad tekenen de leerlingen hun KSA-groep. Voer erna een gesprek op basis van volgende vragen:

- Wat heb je getekend? Waarom?
- Is KSA hetzelfde als een thuis? Waarom wel/niet?
- Wat maakt van KSA een thuis?

> Is de thuis van jou hetzelfde als de thuis van iemand anders? Waarom wel/niet?

Deel 2: Teken je thuis

De leden nemen nu de andere helft van hun gevouwen blad. Vraag opnieuw: wat maakt van KSA je thuis? De leden noteren een aantal steekwoorden op het blad.

> Mogelijke antwoorden: veiligheid, geborgenheid, bescherming, samenwonen met je familie/vrienden, mensen waar je je goed bij voelt, een plek om tot rust te komen, dingen kunnen doen die je graag doet, een knuffel, een huisdier, dicht bij je vrienden, de school …

Deel 3: Zou God ook in onze KSA te vinden zijn?

Zet de leden in een kring en lees onderstaande tekst voor. Ga nadien met elkaar in gesprek.

Tekst:

Waar is God te vinden?
Als ergens iemand voor elkaar weet te krijgen

dat wie verblind is
weer zicht kan krijgen
en wie verdoofd is
gehoor vindt

dat wie sterft van de honger
eten kan vinden
en wie klem zit
toch los komt

dat wie eruit ligt
binnengehaald kan worden
en wie gebukt gaat
zijn rug weer recht

dat wie alleen is
wordt opgevangen
en een kind op straat
beschermd is
dan kan God niet ver zijn.

Extra uitleg per strofe:

Strofe 1: Wie te droevig is om mooie dingen te zien, om plezier te maken, om een goed liedje te horen en er terug blij van te worden. Wie complimenten niet meer hoort doordat die te boos is. Het zijn voorbeelden waarbij mensen extra liefde nodig hebben om weer hunzelf te worden. Die liefde van de mensen rondom jou is ook Gods liefde.

Strofe 2: Honger voor eten en drank dat kennen we allemaal wel. Maar je kan ‘honger of nood hebben’ aan een knuffel, een vriend, een veilig thuis, een leuke KSA-groep, een plaats waar je je-

zelf mag zijn en je je veilig voelt. Plaatsen en momenten waarvan je voelt dat je pas jezelf kan zijn als alles goed voelt. Met een extra schepje liefde en elkaar liefdevol behandelen, kan je loskomen uit moeilijke situaties. Die liefde van de mensen rondom jou is ook Gods liefde.

Strofe 3: Wanneer je je niet één voelt met de groep. Wanneer je het moeilijk hebt thuis of je ruzie hebt met je beste vriend of vriendin. Weet dat je dan nog altijd geliefd bent bij anderen. Die liefde van de mensen rondom jou is ook Gods liefde.

Bron:

- *https://www.kuleuven.be/thomas/page/koestering/*
- *Een knipoog van u zou al helpen. Bij iedere psalm een gedicht van Karel Eykman.*

K-moment 3: Rug aan rug

Titel: Zorg dragen en gevoelens uiten
Duiding: Kleine beer durft te zeggen dat hij bang is. Daardoor kunnen de andere dieren in het bos hem helpen. Als kleine beer zijn gevoelens niet durft uit te spreken, zal hij niet geholpen worden.
Het is niet erg om bang te zijn, verdrietig te zijn, om te spreken over hoe je je voelt. Als je het durft uitspreken, dan kunnen anderen je helpen.
Duur: 20 minuten
Materiaal: /

Activiteit:
Deel 1: Kleine beer
Lees het verhaal voor in dit K-moment.

Deel 2:
Na het verhaal nemen alle deelnemers plaats in het speelveld en zetten zich op de grond. Bind hun handen samen op de rug. Nu moeten ze proberen rechtkomen. De makkelijkste manier is door tegen elkaars rug te leunen en de benen te strekken. Kunnen ze allemaal samen opstaan en hun angst overwinnen? Probeer hen daar zelf achter te laten komen. Duurt het te lang voor ze het doorhebben? Dan kan je een tip geven nadat ze zeggen waarvoor zij het laatst bang waren.

Tekst:
Kleine beer was aan het spelen in het licht en zonnige bos.
Plotseling vielen er donkere schaduwden over het zachte pad van mos.
Het werd al bijna avond en hij moest dus echt naar huis.
Was het nu links of recht?
Ineens voelde het bos niet pluis.
“Konijn,” piepte kleine beer, “ik weet niet waar ik langs moet.”
“Geen zorgen,” zei konijn, “de vuurvliegjes kennen het bos goed.”
“Ze hebben een lichtje, zo zie je de weg.”
“Ga er gauw heen, anders heb je misschien pech.”
Vanuit het niets kwam al een vuurvliegje aan gevlogen.

“Denk maar aan iets leuks en sluit gauw je ogen.”
Kleine beer deed zijn ogen dicht en dacht aan mama en de zee.
Samen bouwen ze een zandkasteel en drinken ze een kopje thee.

“Als je denkt aan dingen waarvan je houdt,
gaan wij vanzelf gloeien.”
Terwijl de vuurvliegjes dit vertelden,
begonnen ze allemaal lichtjes te gloeien.
Kleine beer dacht aan zijn gezellige thuis,
aan alles wat hem lief was, aan alle dolle pret.
Hij sloot zijn ogen en verlangde naar zijn bed.
Hij dacht aan papa die koekjes met hem ging bakken.
En die vaak zei: “Laat de moed nooit zakken.”
Vuurvliegje zei: “Elke fijne gedachte die je hebt,
maakt je terugreis minder lang.”
“Wij worden steeds lichter en jij steeds minder bang”
Kleine beer voelde zich dapper.
Met zijn magische vriendjes erbij.
Ze trokken samen verder en verder.
Kleine beer was nu echt heel blij.

Bron: *fragment uit Lichtjes in het bos door Careline Richards, uitgeverij Rebo*

12–16-jarigen

K-moment 1: Schouder aan schouder

Titel: Inbrekertje
Duiding: Kort spel rond de voordelen en valkuilen van een hechte groep
Duur: 10 minuten
Materiaal: /
Activiteit:
Deel 1: Uitbrekertje
Twee personen worden gescheiden van de rest van de groep. Terwijl de groep de armen in elkaar haakt, schouder aan schouder staat, zullen de twee proberen ‘in te breken’ in de kring. De kring probeert dat met alle macht te verhinderen. Wie houdt er op het einde stand?

Deel 2: De ‘inbrekers’ of de cirkel?
Ga met elkaar in gesprek. Samen staan we sterker om negatieve invloeden uit te groep te houden. Maar voor wie uitgesloten raakt uit een ‘sterke’ groep kan het ook moeilijk worden. Hoe houden we onze schouders sterk en de kring open? Hoe houden we de balans?

K-moment 2: Hand in hand

Titel: Helpende handen voor iedereen?
Duiding: Hoe ben jij de handen van Gods liefde? Hoe word je geroepen om anderen te helpen?

Duur: 30 minuten
Materiaal:

- Materiaal voor een hindernissenparcours
- Blinddoeken

Activiteit:
Deel 1: De barmhartige Samaritaan
Lees de tekst voor in dit K-moment.

Deel 2: De andere helpen op jouw manier.
Bereid een hindernissenparcours voor. Verdeel de groep in duo's en blinddoek telkens één iemand per duo. Alle geblinddoekte personen beginnen op de startpositie, terwijl alle 'zieners' in een vak langs het parcours plaatsnemen. Na het startschot begeleiden de 'zieners' hun geblinddoekte vanuit hun vak doorheen het parcours. Nadien worden de rollen omgedraaid.

Deel 3: iedereen graag zien?
Je naasten even graag zien en helpen zoals je graag zelf geholpen wordt? We hoorden al verschillende elementen in het verhaal van de Samaritaan en hebben net aan den lijve ondervonden dat roepen en helpen langs de zijlijn soms net een hindernis kan vormen. Ga in gesprek met je leden.

- Elkaar graag zien van dichtbij of op een afstand, hoe werkt dat dan?
- Hoe kan je mensen die je niet kent liefde geven?
- Hoe kan je mensen die verre vrienden zijn liefde geven?
- Hoe geef je vrienden en familie liefde?
- Zitten daar grote verschillen in? Of werkt dat allemaal hetzelfde?
- Hoe geef je andere KSA'ers liefde?
- Hoe worden we een KSA-groep waar iedereen zichzelf kan zijn en we met vrienden onder elkaar kunnen zijn?

Tekst:
De overvallen man vertelt: "Ik was op weg van de stad Jeruzalem naar de stad Jericho. Langs die weg woont bijna niemand. Enkele rovers hadden zich daar verstopt. Ineens sprongen ze voor mij en vielen me aan. Ze sloegen mij en pakten alles af wat ik meehad. Ik had veel pijn en bleef halfdood liggen. Ik was blij toen ik een man zag aankomen. Hij zag me, maar liep in een grote boog om mij heen. Hij ging voorbij zonder me te helpen. Ik had nog steeds heel veel pijn. Toen kwam er een andere man voorbij. Ik hoopte dat hij mij zou helpen. Maar hij liep heel snel door en deed alsof hij niets gezien had. Daar kwam nog iemand voorbij: een man op een ezel. Het is iemand van een ander land. Hij zal me zeker niet helpen. Ik deed terug mijn ogen dicht. Opeens voelde ik handen. Die vreemde man verzorgde mij. Hij ontsmette mijn wonden en deed er olie op. Dan zette hij mij op zijn ezel en bracht me naar een herberg. Daar gaf hij geld aan de baas van de herberg om voor mij te zorgen. Want hij moest verder op reis. Hij zou op de terugweg komen zien hoe het met mij ging."
(Naar Lucas 10, 25-37)

Bron:
https://bijbelin1000seconden.be/

K-moment 3: Rug aan rug

Titel: Zorg dragen en gevoelens uiten
Duiding: Op dezelfde manier dat we steeds met alle mogelijkheden rekening moeten houden, moeten we ook steeds met iedereen zijn gevoelend rekening houden. En moeten we ook onze gevoelens steeds kunnen en durven uiten. En elkaar steeds helpen en steunen om samen gelukkig en met respect voor elkaars gevoelens verder te gaan.
Duur: 15 minuten
Materiaal: /
Activiteit:
Deel 1:
Laat alle deelnemers plaatsnemen in het speelveld, zittend op de grond. Bind hun handen samen op de rug. Nu moeten ze proberen rechtkomen. De makkelijkste manier is door tegen elkaars rug te leunen en de benen te strekken. Kunnen ze allemaal samen opstaan en hun angst overwinnen? Probeer hen daar zelf achter te laten komen. Duurt het te lang voor ze het doorhebben? Dan kan je een tip geven nadat ze zeggen waarvoor zij het laatst bang waren.
Deel 2:
Lees de tekst voor in dit K-moment.

Deel 3:
De nabespreking kan op twee manieren:

- De leden zetten zich per twee met de rug tegen elkaar, verspreid over de ruimte. Zo kunnen ze gesprekken voeren zonder elkaar te storen en te horen. Nadien vertellen ze elkaar een verhaal. Dat verhaal mag na verloop van tijd zeker een persoonlijk verhaal worden. Omdat ze rug aan rug zitten en ze elkaars gezicht niet zien tijdens het vertellen, krijgt het verhaal al snel een extra betekenis.
- De groep legt zich in een grote cirkel neer op hun rug, met de gezichten naar binnen. Doe dit bij mooi weer zeker buiten, zodat ze naar de sterrenhemel kunnen staren. Laat hen een verhaal vertellen, waarbij na elke zin iemand anders verdergaat. Als iedereen een zin heeft toegevoegd, pas je de opdracht aan. Nu moet iedereen een persoonlijke getuigenis aan het verhaal toevoegen. Dat mag in meer dan één zin.

Tekst:
Als je nooit omhoog kijkt
Niet je ogen naar boven richt
Zul je nooit de zon zien
met Zijn stralenkrans van licht

Als je niet omlaag kijkt
Naar de grond waarop je staat
Zul je nooit de steen zien
Die jou pijnlijk vallen laat

Welke weg is beter
Welke richting is verkeerd?
Nooit zul je het weten
Als je niets doet of probeert

Als je nooit vooruit kijkt
Niet het onbekende ziet
Grijp je naast de kansen
Die de toekomst je weer biedt

Als je niet terugkijkt
naar de sporen die je maakt
Zul je nooit de mens zien
die steeds meer op afstand raakt

Bron:
https://www.pastoralezorg.be/cms2/uploads/elisabeth/file/Bezinningen/bezinning%20onder-weg.pdf

16-jarigen en leiding

K-moment 1: Schouder aan schouder

Titel: Bezinning
Duiding: Korte tekst over de waarde van samenwerking
Duur: 15 minuten
Materiaal: /
Activiteit:
Deel 1: Op je schouders nemen
Lees de tekst voor in dit K-moment.

Deel 2: bespreking
Alleen ga je sneller, in groep kom je verder. Iets wat we als KSA'ers al allemaal ondervonden hebben. Op Joepie, op kamp, tijdens vergaderingen. Hoe sterk zijn jouw schouders? En al onze schouders samen? Hoeveel kunnen ze dragen? Hoe verschillen onze schouders van elkaar?

Tekst:
Op je schouders nemen
In Zuid-Afrika bestaat er volgende wijsheid: "Wanneer je op een vriend zijn schouders gaat staan, zijn meer dingen voor je zichtbaar. Wanneer jullie rug aan rug staan, is er minder reden tot angst. Wanneer jullie schouder aan schouder staan, is de last lichter. En wanneer jullie samen omhoog kijken, is de pracht en de grootsheid van de hemeltuin adembenemend."

Het zijn vier vormen van samenwerking, die elk accentueren dat je samen sterker bent. Je ervaart dat ook bij KSA. Als je iets samen met anderen kan uitwerken, dan heeft het meer kracht. Als je voelt dat anderen op hetzelfde spoor zitten, dan wordt zwaar werk al lichter. Als je samen aan tafel gaat om iets te bespreken, dan vermenigvuldigen zich de ideeën en dan ga je handelen vanuit een andere sfeer. Soms zal je zijn zoals dat ene schaap, je eigen weg zoeken, misschien zelfs vooroplopen, of achterblijven. Maar telkens zal er vreugde zijn, als jij je bij de anderen kan voegen, als zij jou op hun schouders nemen of als zij hun schouders zetten onder hetgeen jij hebt uitgestippeld. Hoe stevig zijn jouw schouders? Hoeveel kunnen zij aan? Hoeveel krachtiger zijn ze als je met anderen schouder aan schouder staat? Voor wie gelovig is, bestaat er nog een andere schouder: de schouder van Hem die je opzoekt en op Zijn schouders neemt, op momenten dat je ergens vastzit. Hij draagt je dan, tot je met anderen verder kan.
- Rik Renckens

K-moment 2: Hand in hand

Titel: Staking
Duiding: Wat zou er gebeuren als we elkaar niet zouden helpen? Zouden we dan nog dezelfde groep vormen?
Duur: 30 minuten
Materiaal:

- Materiaal voor de zelfgekozen opdracht, bijvoorbeeld:
- Knutselmateriaal
- Een maaltijd
- Mes en vork
- ...

Activiteit:
Deel 1: Staking van de handen
Lees de tekst voor in dit K-moment.

Deel 2: het KSA-lichaam
Stel een aantal opdrachten samen waarbij je met drie personen één KSA'er vormt. De ene is de rechterhand, de andere de linkerhand en nog een andere het hoofd. Je kan het nog moeilijker maken door met z'n drieën in één T-shirt te kruipen. Maak een schilderij of eet een stukje taart met z'n drieën of voer een andere opdracht uit.

Deel 3: Samen staan we sterker
Ga met elkaar in gesprek en laat volgende vragen aan bod komen:

- Welke KSA-activiteiten of opdrachten krijg je beter voor elkaar met meerderen?
- Wat als er eens wat KSA'ers zouden staken?
- Wanneer voel je dat je samen sterker bent?

Tekst:
De jongen hoorde zijn hart kloppen. "Eigenlijk slaap jij nooit," dacht hij, "jij tikt maar. En overal voel ik je."

Hij kwam met zijn handen dicht bij zijn voeten. “Wie ben jij?” vroeg voet.
“Ik ben de hand,” zei de hand, “Wat ben jij lekker warm. Wat heb je vandaag al gedaan?”
“Gehold, naar school en weer terug, en gevoetbald. En jij?”
“Geschreven, allerlei dingen aangepakt,” antwoordde de hand, “water gevoeld en zand, zachte en harde dingen. Maar ik moet altijd alles weer afgeven. Soms aan een andere hand, soms aan de mond. Die krijgt heel wat van mij, maar houdt alles voor zichzelf.”
“Eigenlijk doen wij alles en krijgen niks terug,” zei de voet, “we moeten staken!”
De hand vond het een goed idee. Na een tijd begon de buik te knorren. De mond werd droog en de benen werden stijf. “Vreemd,” zei de hand, “ik voel me niet meer zo best.”
Het hoofd riep iedereen bij elkaar: de keel, de tong, de ogen, de oren en de neus, de pink en de duim, de tanden en ook de longen, de nieren, de maag … “Vrienden,” zei het hoofd, “stel u zich even aan elkaar voor.”
De hand begon: “De hele dag neem ik van alles en geef het weer af.”
“Ik loop de hele dag, breng jullie overal naar toe,” zei de voet.
“Ik zorg dat je niet struikelt,” zei het oog. En iedereen vertelde wie hij was en wat hij deed.
Toen zei het hoofd: “Stel je voor dat we allemaal hand waren, dan konden we niet lopen en zien.”
“Dat klopt,” zei het hart, “ik zorg ervoor dat jullie bij elkaar blijven.”
Toen zeiden ze: “OK, We werken met elkaar samen, want we zijn één lichaam. Het hoofd is ons hoofd en het hart houdt ons bij elkaar. Zo is het goed.”
De jongen werd wakker. “Heerlijk,” dacht hij, “ik kan springen, zien, horen, voelen, ademen, zingen en lopen!” En hij voelde zijn hart overal kloppen.

Bron:
C. LETERME, Een parel voor elke dag, Averbode 2007, p. 184

K-moment 3: Rug aan rug

Titel: Achterklap
Duiding: Positief rodelen achter de rug
Duur: 15 minuten
Materiaal: /
Activiteit:
Maak duo’s. Ga rug tegen rug zitten en vertel aan de persoon achter je hoe je op die persoon kan bouwen.

- Hoe kan je bouwen op de andere persoon?
- Wat vind je bewonderenswaardig aan de andere persoon?
- Hoe merk je dat deze persoon een enorme meerwaarde biedt aan KSA?

Verwissel een aantal keer van duo.

KSA