

Ideeën om te doen

Bidden is het begin, doen is het doel. Gebruik deze kaart als je stap 4 concreet wilt maken, of als niemand iets ontvangt. Kies klein. Liever één ding doen dan tien plannen. **ALLEEN** **DUO** **GROEP** laat zien hoe je het kunt doen.

Eten voor wie honger heeft *Matteüs 25:35*

- Breng boodschappen of een maaltijd naar iemand die het krap heeft. **ALLEEN** **DUO**
- Help een dagdeel mee bij de voedselbank in je plaats. **DUO** **GROEP**
- Kook samen een maaltijd en nodig iemand uit die vaak alleen eet. **GROEP**
- Zet een vaste klike of krat neer voor de voedselbank in je kerk. **GROEP**

Bezoek de zieke *Matteüs 25:36*

- Stuur een kaartje of app een gebed naar iemand die ziek is. **ALLEEN**
- Ga op bezoek, thuis of in het ziekenhuis, en vraag wat iemand nodig heeft. **ALLEEN** **DUO**
- Rijd iemand naar het ziekenhuis of de huisarts. **ALLEEN**
- Doe de boodschappen of de tuin voor iemand die het zelf niet kan. **DUO** **GROEP**

Bezoek de gevangene *Matteüs 25:36*

- Schrijf een brief aan een gevangene via een organisatie voor gevangenzorg. **ALLEEN** **DUO**
- Bid vast voor gevangenen, hun gezinnen en wie in de gevangenis werkt. **ALLEEN** **GROEP**
- Help iemand die net vrij is: koffie, een klus, hulp bij werk of wonen. **DUO**
- Steun het gezin van iemand die vastzit, bijvoorbeeld met oppas of een maaltijd. **DUO** **GROEP**

Vang de vreemdeling op *Matteüs 25:35*

- Heet nieuwe burens welkom met iets lekkers. **ALLEEN** **DUO**
- Word taalmaatje van een nieuwkomer. **ALLEEN**
- Vraag bij een opvanglocatie wat er nodig is, en regel het samen. **GROEP**

Kom op voor de kwetsbare *Jakobus 1:27*

- Bel of bezoek een weduwe, weduwnaar of iemand die alleen woont. **ALLEEN**
- Ga mee naar een moeilijke afspraak, zoals bij de gemeente of de dokter. **DUO**
- Bied een pleeggezin of alleenstaande ouder een maaltijd of oppas aan. **DUO** **GROEP**
- Maak een wandeling met iemand die eenzaam is. **ALLEEN**

Ga en vertel het goede nieuws *Matteüs 28:19*

- Vertel één persoon wat Jezus voor jou betekent. **ALLEEN**
- Vraag iemand: mag ik voor je bidden? En doe het meteen. **ALLEEN** **DUO**
- Nodig iemand uit voor het (F)Luisterhuis en geef een kennismakingskaart. **ALLEEN**
- Bid elke dag voor drie namen van mensen die Jezus nog niet kennen. **ALLEEN** **GROEP**

Heb elkaar lief *Johannes 13:34*

- Maak iets goed dat al lang dwarszit. **ALLEEN**
- Betaal iets terug dat je nog schuldig bent. **ALLEEN**
- Help iemand uit de groep: verhuizen, een klus, een luisterend oor. **DUO** **GROEP**

Zo maak je het concreet

Wat?	Eén ding dat je kunt zien en afvinken. Niet "meer zorgen voor", maar "dinsdag soep brengen".
Wie?	Alleen, met z'n tweeën of als groep. Wie wil dit, en wie kan dit?
Wanneer?	Een dag of een week. Zonder moment gebeurt het meestal niet.
Terugkijken	Vertel de volgende keer hoe het ging. Ook als het niet lukte.

Veilig doen

Bezoek kwetsbare mensen liefst met z'n tweeën. Contact met gevangenen gaat altijd via een organisatie die dat regelt. Met kinderen alleen als hun ouders ervan weten, en nooit alleen. Vraag bij twijfel je gemeente of een organisatie in je plaats om advies.