



# ALL ABOUT JESUS

## DOEL

Jongeren ontdekken hoe Jezus het middelpunt van hun leven wil zijn.

## PROGRAMMA

## 125 MINUTEN

ONDERDEEL	TITEL	BENODIGDHEDEN	TIJD
Online			
Inloop	All about snacks	lets lekkers	
Energizer	Spelvorm	Spelmaterialen	20 m.
Starter	Bananen	Pennen, papier, stiften, laptop, beamer, speakers	10 m.
Doordenken	Snoep of groente	Geen	15 m.
Aan de slag	How can I make this about me?	Telefoons	15 m.
Preek van de week	Daar draait het om	Bijbels	20 m.
Re:flect	Met aandacht	Pennen	10 m.
Kick Out	Kompas	Papier, telefoons	20 m.
Chill Out	All about chilling	lets lekkers	15 m.

# INTRODUCTIE

## THEMA

Waar draait het om in jouw leven? Wie of wat krijgt de meeste aandacht? Dat zijn de vragen waar het om draait op de EO-Jongerendag van 2025. Het thema van dit jaar is All about Jesus! Op de EO-Jongerendag krijgen jongeren de uitnodiging – en: de uitdaging – om Jezus centraal te stellen in hun leven. Hoe doe je dat? Wat is daarvoor nodig? In dit programma ga je ook met deze vragen aan de slag. Doe dit programma samen met je jongeren; in aanloop naar de Jongerendag, om alvast in de stemming te komen, of na afloop om nog even na te genieten.

## PROGRAMMA

Jullie starten het programma met het bedenken van een eigen spel. Zo verkennen de jongeren het thema van deze avond. Hierna duik je met de jongeren de diepte in. Ze denken na over wat hun aandacht opeist en aan wie ze aandacht geven. Jullie spreken met elkaar over welke plek Jezus inneemt in het leven van je jongeren en de jongeren geven elkaar tips om meer aandacht te geven aan wie of wat ze echt belangrijk vinden in het leven. Jullie sluiten het programma buiten af met een zoektocht. Weten jullie jongeren samen de juiste weg te vinden?

## TIPS

Het programma is zo opgebouwd dat jij als jeugdleider kunt kiezen welke onderdelen je wilt doen met je jongeren. De losse onderdelen passen goed bij elkaar, maar kunnen ook los van elkaar gedaan worden.

Spreek als jeugdleiders van tevoren met elkaar het programma door. Bespreek met elkaar hoe het thema in jullie persoonlijk leven vorm krijgt. Op welke manier staat Jezus centraal in jouw leven? Wat kun je daar van delen met de jongeren? Weet dat jouw verhaal niet bijzonder hoeft te zijn. Jongeren zoeken naar echte mensen die echte levens leven, samen met Jezus!



## ONLINE

Nodig je jongeren persoonlijk en via sociale media uit. Stuur [dit filmpje](#) mee.



## INLOOP ALL ABOUT SNACKS

Verwelkom de jongeren met hun favoriete snack.

Zorg dat je voor de *Inloop* alles hebt klaargezet, zodat je tijdens dit moment alle aandacht voor je jongeren hebt.



## ENERGIZER SPEL

**20 MIN.**

### VOORBEREIDING

Zorg voor diverse materialen waarmee je een sport of spel kunt spelen. Denk hierbij aan grote en kleine ballen, pionnen en lintjes.

### DOEL

Jongeren bedenken hun eigen sport of spel.

## ACTIVITEIT

- Verdeel de jongeren in teams.
- Geef de jongeren de opdracht om een nieuwe sport of een nieuw spel te bedenken.
- Hiervoor mogen ze de materialen gebruiken die klaarliggen.
- Laat elk team hierna kort hun spel introduceren.
- Geef hun de opdracht dit zo kort en krachtig mogelijk te doen, zodat het doel van het spel goed te begrijpen is.
- Probeer elk spel uit, door het kort te spelen.
- Bespreek de spellen kort na.
- Laat de jongeren bijvoorbeeld een Top 3 maken van de spellen.
- Bespreek welk spel het best speelbaar is. Hoe komt dit?
- Welk team kon het eigen spel het beste verkopen en de essentie het duidelijkst uitleggen? Welk spel komt er als winnaar uit de bus?

## Leiderstip:

Dit onderdeel kan veel tijd vragen. Zorg dus dat je vaart houdt in deze activiteit en de teams niet te veel tijd geeft om een spel te bedenken. Geef aan dat ze zich moeten focussen op de essentie van het spel dat ze bedenken. Speel hierna elk spel even kort, zonder daarbij de spellen eindeloos te testen.

## VERTEL

Jullie kregen net de opdracht om een spel te bedenken dat snel en goed te begrijpen is. Hiervoor heb je duidelijke spelregels, grenzen en kaders nodig.

De meeste spellen zijn in de basis vrij simpel. Voetbal, bijvoorbeeld, heeft duidelijke regels: Je speelt het met je voeten en wie de meeste doelpunten scoort, wint. Toch is het gelukt om deze sport in de loop van de tijd steeds onnavolgbaarder te maken. We hebben te maken met buitenspel, een bepaalde hoeveelheid wissels, wel of niet terugspelen op de keeper, een VAR, enzovoort. De sport is zo belangrijk gemaakt dat er belachelijk veel geld in omgaat. De essentie van het spel is nog steeds hetzelfde, maar het gaat veel vaker over randzaken. Die lijken veel belangrijker of interessanter.

Wat heeft dit nu te maken met Jezus en met het programma van vandaag? Let op, je gaat het vanzelf ontdekken!



## STARTER BANANEN

10 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor papier, pennen, stiften, een beamer, een laptop en speakers. Zet [dit filmpje](#) klaar.

### DOEL

Jongeren ontdekken wat er allemaal om aandacht vraagt in hun leven.

## ACTIVITEIT

- Bekijk met je jongeren het filmpje en vraag hen het aantal bananen mee te tellen.
- Zet het filmpje stil voordat de uitleg begint.
- Vraag de jongeren wie de veranderingen tijdens het filmpje opmerkte.

## VERTEL

Net als in het filmpje, gebeurt er in jouw leven van alles. Er is van alles dat om jouw aandacht vraagt. Soms is dat leuk, maar soms ook vervelend of irritant. Al die aandachtstrekkers geven jou input. Ouders, docenten en vrienden die iets van je willen. Social media, waarvan de makers precies weten hoe ze jou kunnen triggeren, en ga zo maar door. Het is heel verleidelijk om je direct te richten op dat wat jouw aandacht vraagt. Het is heel lastig om je focus te leggen op de dingen waar het écht om gaat. Hoe zit dat eigenlijk in jouw leven? Wat vraagt jouw aandacht?

## ACTIVITEIT

- Geef elke jongere een pen en papier.
- Laat hen hun naam in het midden van het papier zetten.
- Geef hen daarna de opdracht om alle mensen en dingen die in hun leven om aandacht vragen op het papier te schrijven.
- Laat ze dit zo doen dat de dingen die de meeste aandacht vragen dichtbij staan en de dingen die de minste aandacht vragen verder weg staan.
- Laat de jongeren daarna met stift aangeven welke dingen zij het meeste aandacht geven. Dit doen ze door cirkels om deze onderwerpen en personen heen te zetten. Hoe dikker de cirkel hoe meer aandacht ze geven.
- Bespreek dit vervolgens in kleine groepjes:
  - Wat vind je van jouw verdeling van aandacht?
  - Ben je er ok mee zo? Zou je nog dingen willen veranderen? En zo ja: Wat dan?
- Vraag ten slotte, als de jongeren dit nog niet hebben ingevuld, waar Jezus een plekje heeft op hun papier.
- Wat vinden ze van Zijn plek in hun leven?
- Laat de jongeren de vellen papier bewaren voor de *Re:lect*.

## VERTEL

Het thema van de EO-Jongerendag 2025 is 'All about Jesus'. Tussen alle dingen die jouw aandacht vragen, loopt Jezus ook nog rond. Is het voor jou een optie om het in jouw leven helemaal om Jezus te laten draaien? En zo ja: hoe doe je dat dan? Daar gaan we het vandaag over hebben.



## DOORDENKEN SNOEP OF GROENTE?

15 MIN.

### DOEL

Jongeren ontdekken hoe je prikkels van elkaar kunt onderscheiden.

## ACTIVITEIT

- Verdeel de jongeren in tweetallen.
- Geef de jongeren de opdracht na te denken over wat ze gisteren online gezien hebben.
- Vraag hen te benoemen hoeveel verschillende soorten filmpjes, artikelen, memes, enzovoort ze zich nog kunnen herinneren.
- Leg uit dat het de bedoeling is dat ze dit zo gedetailleerd mogelijk kunnen omschrijven.
- Vraag daarna elk tweetal te benoemen hoeveel online content ze zich nog kunnen herinneren.
- Laat het tweetal met het hoogste getal vertellen wat ze allemaal hebben gezien.
- Vraag de jongeren ten slotte wat ze vinden van hoeveel ze zich nog kunnen herinneren.
- Valt het ze mee of juist tegen?

## VERTEL

In je leven komen er heel wat prikkels op je af. Overal en altijd ben je online bereikbaar. Via je laptop, telefoon of horloge krijg je van alles op je afgevuurd. Veel van wat je hoort, ziet en leest op een dag ben je de volgende dag alweer vergeten, denk ik. Althans, zo werkt het bij mij vaak wel. Het is zoveel, dat je nog maar weinig echte aandacht kunt geven. Er blijft maar heel weinig hangen van al die dingen die op je afkomen.

Al die verschillende prikkels die je binnenkrijgt, kun je vergelijken met eten. Snoep eet makkelijk weg, het is zoet, en je eet er snel veel te veel van. Als je er veel van eet, ben je niet verzadigd, maar vooral misselijk. Snoep is op zich niet verkeerd, maar veel snoep is ook niet echt goed voor je! Van groente weten we allemaal dat het gezond is. Alleen is dat vaak niet het eerste wat je uit de kast trekt als je trek hebt. Vaak moet je groente eerst ook nog klaarmaken voor je het echt kunt eten. Je zult er je best voor moeten doen. Je weet alleen wel dat het op de lange termijn goed voor je is om groente te eten.

Veel prikkels zijn als snoep. Ze zien er lekker en makkelijk uit en je ziet ze overal, maar uiteindelijk is het maar de vraag hoe goed het echt voor je is. Prikkels die je kunt vergelijken met groente, dringen zich minder snel aan je op. Ze vragen aandacht en energie van je, maar uiteindelijk heb je er wel echt iets aan.

## ACTIVITEIT

- Verdeel de jongeren in kleine groepjes.
- Bespreek de volgende vragen met elkaar:
  - Wat vind jij van de gedachte dat je prikkels kunt vergelijken met snoep en groente?
  - Als je alle prikkels op een dag vergelijkt met snoep en groente, hoe gezond leef jij dan?
  - Welke prikkels in jouw leven zijn als snoep en welke als groente? Maak samen een lijstje van beide categorieën.
  - Hoe komt het dat waardevolle prikkels makkelijk naar de achtergrond verdwijnen, denk je?
  - Voor welke 'groenteprikkels' doe jij graag een beetje moeite? Welke vind je lastiger? Wat maakt daarin het verschil?

## Verdiepingstip:

Wil je met jouw jongeren het verschil in prikkels wat verder verdiepen aan de hand van de Bijbel? Pak dan het verhaal van Elia er eens bij, uit **1 Koningen 19:1-13**. Ontdek hoe Elia hier God ontmoet. Hij ontmoet God niet in geluid, storm of prikkels, maar juist in een zacht briesje, dat in de stilte opsteekt. Bevraag de jongeren op dit beeld. Wat zien zij als de storm en het vuur in hun leven? Door welk briesje spreekt God in hun leven?



## AAN DE SLAG HOW CAN I MAKE THIS ABOUT ME?

20 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor voldoende opgeladen telefoons. Bekijk [deze website](#) en zoek een paar voorbeelden uit van posts die passen bij jouw jongeren. Of kijk op [dit account](#) voor de meest recente posts.

### DOEL

Jongeren ontdekken op een speelse manier dat het uitdagend kan zijn om op iemand anders dan jezelf te focussen.

### VERTEL

We hebben het vandaag over Jezus. En dan kijken we niet alleen naar Jezus als een interessant figuur. We kijken naar Hem als Degene die van ons vraagt om ons hele leven om Hem te laten draaien. Dat is best een uitdagende gedachte, toch? Zeker in de tijd waarin we nu leven. Iedereen is druk met zichzelf. Je moet presteren, je wilt de beste versie van jezelf worden en laten zien wie je echt bent. Zonder dat mensen het doorhebben zijn ze soms zo druk met zichzelf, dat de ander daardoor vanzelf minder belangrijk wordt. Kijk maar eens mee naar deze voorbeelden.

## ACTIVITEIT

- Laat de jongeren een aantal voorbeelden zien van social media posts waarin de centrale vraag is: *How can I make this about me?*
- Vraag de jongeren naar hun reactie. Herkennen ze dit soort uitingen? Wat vinden ze ervan?
- Daag de jongeren uit om vergelijkbare voorbeelden te zoeken. Dat kan online, maar misschien hebben ze ook wel voorbeelden uit het echte leven.
- Deel de jongeren hierna op in teams.
- Zorg ervoor dat elk team een telefoon heeft.
- Geef hen de opdracht om een eigen post te maken in de categorie *How can I make this about me?*
- Laat hen de foto of het filmpje naar jou opsturen.
- Bekijk hierna met elkaar de gemaakte creaties.

### VERTEL

Die filmpjes zijn natuurlijk heel grappig, en ook een beetje *over the top* af en toe. En het lijkt misschien of alleen anderen dit doen. Maar stiekem ligt het misschien ook wel dicht bij wat we zelf doen. Overal om je heen hoor je dat het belangrijk is om druk te zijn met jezelf. In de Bijbel lezen we iets anders: dat het niet om ons gaat, maar om Jezus. Hoe werkt dat?

## ACTIVITEIT

- Bespreek in de teams de volgende vragen:
  - Wat herken jij van het idee dat het in onze maatschappij vooral gaat om jezelf?
  - Hoe past Jezus daarin?
  - Kun je het ook omdraaien? Dus dat alles om Jezus draait?
  - Wat verandert er dan aan je denken, doen en laten?

## Leiderstip:

Wil je de jongeren een beetje uitdagen? Geef hen dan een categorie mee waarover ze een foto moeten maken. Denk aan: school, gezin, kerk of politiek.

Heb je tijd over en wil je de jongeren op een andere manier uitdagen? Geef hen dan de opdracht om een nieuwsbericht, gebeurtenis, of bijvoorbeeld een social media post te zoeken waarop ze 'reageren' door een eigen post te maken. Die reactie schrijven ze nu met een andere vraag in gedachten: *How can I make this about Jesus?*



## PREEK VAN DE WEEK DAAR DRAAIT HET OM

20 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor Bijbels in Gewone Taal.

### DOEL

Jongeren denken na over welke plek Jezus in hun leven heeft.

### VERTEL

Dit hele programma gaat over de vragen: 'Waar geef jij het meeste aandacht aan in je leven?' en 'Welke plek heeft Jezus in jouw leven?'. Die vragen zijn niet per se makkelijk te beantwoorden. Stel dat ik zou zeggen: 'Jezus heeft de eerste plek in mijn leven!', wat zeg ik daar dan eigenlijk mee? Hoe ziet dat eruit? En is dat voor mij hetzelfde als voor jou? Vandaag kijken we naar een verhaal waarin Jezus Zelf hier iets over vertelt.

### LEES

Lucas 7: 36-39

### ACTIVITEIT

- Beantwoord met elkaar de volgende vragen:
  - Hoe zou dit verhaal er in deze tijd uit zien denk jij?
  - Met welk vooraanstaand figuur zou je Simon kunnen vergelijken?
  - Voor welk evenement nodigt hij Jezus uit?
  - Welke maatschappelijke positie zou de vrouw hebben in onze tijd?
  - Wat heeft dit verhaal te maken met het thema van vandaag, denk jij?

### LEES

Lucas 7:40-43

### VERTEL

Jezus legt hier subtiel het verschil uit tussen zijn gastheer en de vrouw waar iedereen op neerkijkt. Dat doet Hij niet door Simon met een preek de les te lezen, maar door hem mee te nemen in een verhaal. Hij laat Simon zelf het antwoord geven op de vraag wat het verschil is tussen de plek die Jezus heeft in het leven van Simon en de plek die Hij heeft in het leven van deze vrouw.

Voor de vrouw in dit verhaal is Jezus het middelpunt van haar leven en aandacht. Zij heeft, beter dan Simon, door Wie Jezus voor hen wil zijn. Voor Simon is Jezus een interessante gast op zijn feestje. Zo'n boeiende gast is mooie aankleding voor zijn maaltijd en misschien wel een reden om zichzelf extra in het zonnetje te zetten: Hij, Simon, heeft die bekende Jezus aan tafel! Voor de vrouw is Jezus veel meer dan een interessant figuur. Ze geeft Hem alles wat ze heeft: de duurste, kostbaarste olie giet ze over Hem uit. En meer nog: zelfs het beetje waardigheid dat ze nog krijgt, zet ze aan de kant om bij Jezus te zijn.

## LEES

Lucas 7:44-50

## ACTIVITEIT

- Verdeel de jongeren in groepjes
- Bespreek de volgende vragen:
  - Hoe laat Jezus hier in de verzen 44 tot 46 het verschil zien tussen Simon en de vrouw?
  - Hoe doet Hij dit in de vers 47?
  - Denk nog eens terug aan het eerste spel van dit programma. We ontdekten dat regels en uiterlijkheden in de weg kunnen staan van de essentie van een spel. Hoe zit dat bij Jezus? Wat kan er tussen Hem en ons in komen te staan?
  - Waar gaat het Jezus uiteindelijk om? (Zie vers 47.)
  - Hoe kun jij dat praktisch maken in je leven?
  - Als wij Jezus in het middelpunt van ons leven zetten, geven we Hem niet alleen iets; we ontvangen ook iets van Hem! Welke belofte krijgen we van Jezus, als we in Hem geloven? (Zie vers 50. Lees dit vers ook eens in de NBV.)



## RE:FLECT MET AANDACHT

10 MIN.

### VOORBEREIDING

Zorg voor de pennen en de ingevulde vellen papier van de *Starter*.

### DOEL

Jongeren bedenken hoe zij met meer aandacht kunnen leven.

### ACTIVITEIT

- Deel de pennen en de papieren van de *Starter* uit.
- Geef de jongeren de opdracht om nogmaals naar hun ingevulde papieren te kijken.
- Welke onderwerpen, personen of situaties willen zij meer aandacht geven? En welke juist minder?
- Laat de jongeren per vraag twee of drie dingen opschrijven.
- Maak hierna kleine groepen.
- Laat de jongeren in hun eigen groep om de beurt delen wat ze hebben opgeschreven.
- Laat de andere jongeren in het groepje per genoemd punt een tip geven: Hoe kun je hier meer of juist minder aandacht aan geven?
- Laat de jongeren die aan de beurt zijn om iets te delen, hier kort op reflecteren en delen welke tip(s) ze in de praktijk willen uitproberen.
- Geef de jongeren de opdracht om dit zo concreet mogelijk op te schrijven.
- Geef hen de tip om dit te doen door kleine stapjes te formuleren, zo dat ze haalbare doelen opschrijven.

## Gebedstip:

Zet een kruis of aangestoken kaars in het midden van de kring als symbool van het thema van dit programma. Jezus is het centrum van jullie gebed. Het gaat om Hem. Dank Hem voor Zijn aanwezigheid en bid voor de jongeren die Jezus meer in het centrum van hun leven willen plaatsen.



## KICK OUT KOMPAS

20 MIN.

### VOORBEREIDING

Print voor elk groepje de letters E, J, S, S en U. Zet een route uit dichtbij jullie clublocatie. Bedenk op die route vijf locaties, waarop je de letters E, J, S, S en U verstoppt. Noteer de coördinaten van deze vijf locaties. Bedenk ook een zesde locatie: de eindlocatie van de speurtocht. Dit kan jullie clublocatie zijn, maar ook ergens anders. Zorg dat er daar een lekker ijsje of iets anders lekkers voor de jongeren klaarligt. Print voor elk groepje een briefje met de zes coördinaten.

Of: de jongeren zoeken geen letters, maar krijgen een letter per goed beantwoorde vraag over Jezus. Als je hiervoor kiest, verdeel dan een paar jeugdleiders over de locaties of vraag hiervoor andere mensen van jullie gemeente.

### DOEL

Jongeren ontdekken dat Jezus volgen geen stappenplan is, maar een ontdekkingsreis.

### ACTIVITEIT

- Verdeel de jongeren in teams.
- Geef ze elk een briefje met coördinaten.
- Vertel dat ze de coördinaten gaan opzoeken in de volgorde die op het briefje staat.
- Geef een tijd aan waarop alle jongeren op de eindlocatie moeten zijn.

### VERTEL

Wat fijn dat jullie allemaal zijn aangekomen op de eindbestemming! Hopelijk hebben jullie genoten van de speurtocht! Misschien hebben jullie ook veel mooie dingen gezien onderweg. Als het goed is hebben jullie in elk geval letters verzameld. Wat kun je van die letters maken? (*Laat de jongeren reageren.*) Precies, jullie hebben de letters verzameld van de naam Jezus. Jullie waren met elkaar onderweg en trokken met elkaar op. Misschien hebben jullie mooie dingen gezien en misschien hadden jullie wel tegenvallers onderweg. Zo is het ook met het leven met Jezus. Het is geen stappenplan dat je kunt volgen om bij Jezus uit te komen; het is een reis, een ontdekkingstocht samen met Hem.



## CHILL OUT ALL ABOUT CHILLING

15 MIN.

Geniet met elkaar van een ijsje of iets anders lekkers. Bespreek met elkaar waar en hoe laat jullie elkaar treffen om samen naar de EO-Jongerendag te gaan. En wakker de voorpret vast aan: Waar kijken jullie het meest naar uit? Wat was eerdere jaren heel tof?

## COLOFON

**Eindredactie:** Jan-Willem van Tienhoven (Youth for Christ)  
**Redactie:** Greet Schuurman-van Eijk (Youth for Christ)  
**Inspirators:** Maarten Vermeulen (BEAM), Hendrina Harmannij (AlphaYouth),  
Fleur van Leeuwen (AlphaYouth), Iris Veerbeek (PKN),  
Menno Hanse (HGJB), Lauren IJzerman (HGJB)  
**Vormgeving:** Joren van Gelder ([havenidea](#))  
**Uitgave:** april 2025

© 2025 Youth for Christ, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Geen enkel Solid-programma mag worden veelevoudigd of openbaar gemaakt, in enige vorm of wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opname of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de hoofdredacteur van de Solid-programma's van Youth for Christ – Nederland.



### Youth for Christ

Joseph Haydnlaan 2a  
3533 AE Utrecht  
Telefoon: 030 2028060  
E-mail: [kerk@yfc.nl](mailto:kerk@yfc.nl)  
Website: [training.yfc.nl](http://training.yfc.nl)