

D-TRAIL

Inspire

FOOD | FAITH | FUN | FRIENDSHIP
ONTVANGEN | DOORGEVEN
CHALLENGES | JEZUS VOLGEN
DISCIPELSCHAP | LEREN | LEVEN
VIEREN.

WE WALK ALONGSIDE THOSE WHO WALK ALONE

D-TRAIL

Inspire



Wat is de D-Trail?

De D-Trail is een reis waarin je samen food - fun - friendship & faith deelt. Samen challenges aangaat, en waarin je samen meer op Jezus gaat lijken. Het leven viert & leven deelt.

Hoe gaan we dat doen?

Jullie spreken elke week (of om de week af). Wanneer en waar is natuurlijk aan jullie. Als jullie elkaar ontmoeten eten jullie samen, delen jullie je leven en bidden jullie voor elkaar. Alongsiders geeft je challenges waarmee je aan de slag kunt gaan om te groeien in je geloof.

Waarom zou je?

Omdat het genieten voor jezelf is. Samen optrekken, plezier hebben, samen groeien. En het is goed voor de ander, doordat jij naast een ander gaat lopen geef je de zegen door.

Met wie ga je dat doen?

Je reist samen anderen. Dat kunnen bijvoorbeeld de mensen uit je Alpha groep zijn, je bijbelstudiegroep, of gewoon een paar anderen die Jezus ook willen volgen. Jullie gaan samen deze reis aan én nemen ieder ook weer een ander mee. Zo geven jullie wat je ontvangt ook weer door.

WE WALK ALONGSIDE THOSE WHO WALK ALONE

D-TRAIL *Inspire*



>> VOOR JOU ALS GROEPSLEIDER <<

Doel van 'Inspire'

Het doel van INSPIRE is dat je je groep enthousiast maakt voor de D-Trail en ze uitnodigt om mee te doen. We schrijven je niet voor hoe je dat moet doen, jij kent immers je groep het beste.

Story telling

Deel een getuigenis met de groep uit je eigen leven. Wanneer heb jij de kracht een dergelijke 'reis' zelf ervaren? Deel je verlangen en nodig mensen uit om in te stappen. Schets ook de kaders zodat ze weten waar ze aan toe zijn en wat ze kunnen verwachten

Hulp, QR & links

Wij staan voor je klaar om te helpen. Voel je daarom altijd vrij om contact op te nemen. Op verschillende plekken kom je QR code's tegen. Op die manier bieden we allerhande video's en verdiepend materiaal aan. 'Njoy!

Tijdslijn

- Moment 1 (Inspire)
 - inspire - maak je groep enthousiast.
- Moment 2 (Getting Started)
 - Community en samen. Jullie staat stil bij het belang van samen.
- Moment 3 (Getting Started)
 - Ontvangen & doorgeven. Aan wie ga je wat je ontvangt doorgeven? Iedereen kiest 1 ander.
- Moment 4 (Getting Started)
 - Waarden en commitment. Hoe werkt onze motivatie en hoe spreek je die aan? Welk commitment maak jij?
- Moment 5 (Getting Started)
 - Aan de slag gaan. Welke uitdaging gaan jullie aan? Waar wil je in groeien? Kies uit 1 van de challenges die voor je klaarstaan.

D-TRAIL

Getting Started

1. COMMUNITY | SAMEN
2. ONTVANGEN | DOORGEVEN
3. WAARDEN | COMMITMENT
4. AAN DE SLAG GAAN

WE WALK ALONGSIDE THOSE WHO WALK ALONE

D-TRAIL

Getting started

1. COMMUNITY | SAMEN

Dit zijn onze 4 waarden



Food Rond de tafel ontmoeten we elkaar, leren we elkaar kennen en genieten we van het leven. Wij eten samen!



Fun Wij zijn vrienden en we hebben het goed met elkaar. We houden van een feestje - van ons mag het dak eraf.



Faith Jezus leeft in ons en wij leven voor Jezus. Met vallen en opstaan willen we leren om helemaal voor Hem te leven.



Friendship Niet wat je kan maar wie je bent is belangrijk. Wij zijn vrienden en we helpen elkaar, we staan voor elkaar klaar.

D-TRAIL

Getting started

>> VOOR JOU ALS GROEPSLEIDER <<

Doel van 'community & samen'

Dit is geen 'programma', dit is een manier om het leven met elkaar te delen. En leven delen doen we rond de tafel. Samen eten, delen, praten, lachen en misschien ook huilen. Laat het leven maar echt zijn..

4 elementen

Food, fun, faith & friendship.
Misschien herken je ze van Alpha;-)

In de D-Trail willen we graag op die manier met elkaar omgaan. Samen eten hebben we al genoemd, we willen het goed hebben (fun), ons geloof is Jezus staat centraal, en door de tijd heen groeien we als vrienden van elkaar.

Bespreek tijdens dit moment met elkaar waarom deze elementen belangrijk zijn en hoe je dat voor je ziet. Hoe willen jullie dit invullen? Wat vinden jullie belangrijk?

Om te bespreken met je groep / over na te denken:

- **Food**
 - Waar gaan jullie eten? Wat gaan jullie eten? Hoe regelen jullie dit samen?
- **Fun**
 - Hoe beleven jullie lol met elkaar? Wat vind je leuk? Hebben jullie een gezamenlijke hobby? Samen zingen? Of pak je af en toe een concertje?
- **Faith**
 - Jullie krijgen straks de challenges om lekker mee aan de slag te gaan. Handig! Hoe zet je Jezus centraal tijdens jullie ontmoetingen?
- **Friendship**
 - Deel wat je van de ander nodig hebt en wat je de ander kunt geven.

D-TRAIL Getting Started

>> VOOR JOU ALS GROEPSLEIDER <<

Extra info

Op de webiste van Alongsiders vind je meer info over het belang van community. We noemen het in de training de 'groep van 5', en het idee is hetzelfde. Je trekt samen op. Je deelt. BBQ-en is leuker met elkaar, en als je er even doorheen zit heb je de ander nodig.

Jezus trok ook op met een groep. Zijn 12 discipelen. En we weten uit de Bijbel dat er natuurlijk meer dan de 12 waren die met Hem meegingen.

Welke geschiedenissen uit de Bijbel komen in je gedachte bij 'community'? Groep van 5? Samen optrekken. Waar zie je Jezus food, fun, faith & friendship uitleven?

En wat kun je als groep van Hem leren?



Check hier de Alongsiders training, video en vragen die jou kunnen helpen

Idee 1

Maak een mindmap met elkaar van momenten dat je Jezus de 4 elementen ziet leven? In welke geschiedenissen zie je dat?

Idee 2

Denk aan een moment dat je Jezus 1 van deze elementen uit ziet leven en beeld deze uit zonder daarbij woorden te gebruiken.

Kunnen de anderen raden welke situatie of geschiedenis het is?

D-TRAIL

Getting started

2. ONTVANGEN | DOORGEVEN

Het voorbeeld van de rivier en de vijver

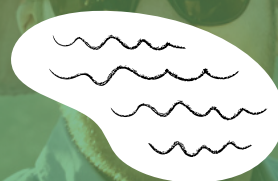


Een rivier

Stel je voor dat je aan de kant van een rivier zit. Een lekker bergstroompje. Fris water. Lekker koel. Van de ene kant komt het aan, en aan de andere kant stroomt het weer verder. Misschien drink je even een slokje dit water is toch schoon.

Een 'rivier' ontvangt en geeft ook weer door. Het stroomt en is in beweging.

Zo mag jij ook ontvangen en weer doorgeven, zo blijf je 'fris' en ben je tot zegen voor mensen om je heen



Een vijver

Zie je het voor je? Een mooie vijver. Vissen erin, luchtpomp, en ergens achteraan staat een filter de brommen.

Een vijver ontvangt geen water, hoogstens vul je het af en toe bij. Om de boel schoon te houden heb je filters en dergelijke nodig.

Jij mag een 'rivier' zijn. Je ontvangt (bijvoorbeeld tijdens deze D-Trail, maar je mag het ook weer doorgeven. Daardoor blijf je fris en ben je tot zegen voor een ander.

Aan wie geef jij wat je leert door?

D-TRAIL

Getting started

>> VOOR JOU ALS GROEPSLEIDER <<

Het voorbeeld

Het voorbeeld van de rivier en de vijver spreekt voor zich. Toch vinden we het als mensen moeilijk om door te geven.

- Inventariseer met je groep wat de redenen daarvan zijn.
- Inventariseer met je groep wat de voordelen van doorgeven zijn.

Waar in je eigen leven zie je iets van deze metafoor? Denk aan situaties waar je een ander iets mag leren (= doorgeven) of situaties waar je dat niet doet. En - een belangrijke vraag - hoe zit dat in je geestelijke leven? Wat jij van Jezus gezien hebt, weet, ervaart - aan wie geef jij dat weer door?

Ga hier met de groep lekker de diepte in en probeer samen te pakken dat we gemaakt zijn om door te geven.



Check dit boek voor het leervierkant

Leer-vierkant

- **Ik doe jij kijkt**
 - Jij doet het voor en de ander (aan wie jij doorgeeft dus) kijkt mee.
- **Wij doen het samen**
 - Dit spreekt voor zich. Waar je het eerst voordeel doen jullie het nu samen.
- **Jij doet, ik kijk**
 - Natuurlijk kun je dit niet helemaal met een schaar-tje knippen, maar je laat steeds meer los, maar bent nog wel beschikbaar.
- **Jij doet het en geeft door**
 - Hierbij heb je het overgedragen op de ander en mag hij/zij het nu weer doorgeven.

WE WALK ALONGSIDE THOSE WHO WALK ALONE

D-TRAIL

Getting started

>> VOOR JOU ALS GROEPSLEIDER <<

Iemand kiezen

Het doel van deze avond is dat iedereen in de groep na gaat denken aan wie hij/zij door kan geven.

Maak dat niet te groot, maar wel heel concreet. We werken toe naar een concreet persoon.

Extra training

Op de Alongsiders website vind je over dit onderwerp training. We maken het daar heel concreet voor je.

Bekijk de video's van de training en overweeg welke onderdelen je kunt gebruiken voor dit moment.

Waar je tegenaan kunt lopen

Wij merken dat mensen het vaak lastig vinden om iemand te kiezen. Nodig mensen uit om daar heel concreet voor te gaan bidden, en doe dat als community samen.

Vaak horen we ook terug dat mensen zich er nog niet 'klaar' voor voelen. Dat is terecht, maar herinner je groep eraan dat je er eigenlijk nooit klaar voor bent. Maar wat je wél weet kun je doorgeven toch? Daar gaat het om.

In deze fase is bemoediging en aanmoediging belangrijk. Zet 'em op groepsleider;-)



Bekijk de
Alongsiders
training via deze
QR code

WE WALK ALONGSIDE THOSE WHO WALK ALONE

D-TRAIL

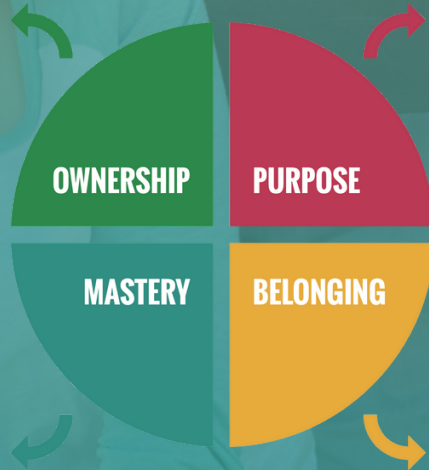
Getting started

2. WAARDEN | COMMITMENT

Deze 4 'waarden' werken voor iedereen motiverend

Eigenaarschap Jij bent de 'eigenaar' van de D-Trail en Alongsiders reis. Natuurlijk zijn er wat kaders, maar jij vult het zelf in.

Doel We willen door Jezus' ogen leren kijken en met dezelfde doelgerichtheid en vrijgevigheid leren leven als Hem.



Meesterschap Samen groeien we in discipelschap, Jezus volgen. We werken eraan om steeds meer te worden zoals de Meester - Jezus.

Toebehoren Als Alongsider ben je onderdeel van de 'Alongsiders familie'. Wij trekken samen op, zijn een community en nodigen anderen uit.

D-TRAIL

Getting started

2. WAARDEN | COMMITMENT

5 commitments voor als je aan een ander doorgeeft

Commitment

Jezus vraagt commitment van Zijn volgelingen. Hij nodigt ze uit en Hij daagt ze uit. Beide dus.

Wij vatten het commitment samen in 5 stukjes. Via de video (QR) kun je ze bekijken.



Goed om te weten

Commitmentgeven betekent niet dat je nooit fouten maakt. Wat je doet is je intentie en verlangen uitspreken.

Opdracht

Bespreek met elkaar wat je van deze commitment vindt? En bespreek waarom je dat vindt.

Denk met elkaar na over Jezus opmerking in Mattheus 16:24-25. Zie je de overlap? En wat is je reactie?



D-TRAIL

Getting started

>> VOOR JOU ALS GROEPSLEIDER <<

Waarden

God heeft mensen op een prachtige manier gemaakt. Echt geweldig. Zo hebben we allemaal de 4 waarden (zie vorige pagina) ingebouwd. Spreek je die waarden aan dan motiveert dat. Truckje? Nee, gewoon God's ontwerp.

Van elk van deze onderwerpen hebben we meer achtergrond info. Bekijk het via de QR's hieronder:



Ideeën voor in je groep:

- Deel met elkaar hoe je zelf 1 van deze waarden ervaren hebt. Misschien is het een specifieke situatie waarin je iets van 'belonging' 'ownership' 'mastery' of 'purpose' merkte. Deel wat dat met je deed en hoe je je daarbij voelde.
- Zie je deze waarden terug in hoe Jezus met Zijn discipelen omging? Waar zie je dat terug?
- Wat zijn de voor- en nadelen van deze waarden? Wat vind je daar zelf van?
- Denk nog eens terug aan het leervierkant van de vorige keer, waar zie je de overlap? Hoe kun je deze waarden aanspreken? Maak het lekker concreet.

D-TRAIL

Getting started

>> VOOR JOU ALS GROEPSLEIDER <<

Commitments

Mensen struikelen soms wel eens over dit woord. Moet je weer wat erbij, nog meer, nog drukker. Kan het niet een tandje minder?

Jezus legt de lat hoog. Lees de tekst uit Mattheus 16 nog maar eens (vers 24 & 25). Als ik daarop reflecteer vind ik dat lastig, moeilijk en eigenlijk onmogelijk.

Aan de andere kant nodigt Jezus uit. En dat zijn de mensen die bekend stonden als verre van perfect. De discipelen die Hij koos waren ook niet degenen die tot het religieuze neusje-van-de-zalm behoorden. Het waren gewone mensen net als jij.

En Jezus spreekt je wil aan. Wil je dit? Kom dan achter me aan. Volg me. En geef het aan een ander door.

Video & meer

In de online training vind je bij elk van deze commitments een aparte video en meer info. Check daarom de training via de QR hieronder:



Leuk om te weten. Deze commitments komen van Martin Luther King. Die ook een statement maakte, een commitment. We hebben vanuit Alongsiders dit statement genomen en omgebouwd tot het statement dat jullie nu bespreken. Tof toch?

(Tip. Zoek de podcast van van de EO - Moderne profeten van Martin Luther King eens op)

D-TRAIL

Getting started

4. AAN DE SLAG GAAN

Durf jij de CHALLENGE aan?

Action time!

Best bijzonder toch dat Jezus Zijn discipelen zo snel eropuit stuurt? Geen diploma, geen lange tijd op 'school'. Maak actie. Leren door te doen - zou dat het zijn?

Wij denken van wel. En wat blijkt? Door het te gaan doen leer je het veel beter, sneller en ervaar je het ook echt. Het is geen 'lesje' meer, maar je spreekt nu uit ervaring.

Voorbeeld? Je bent gek op vliegen, maar door boeken en studie, flightsimulators en meer van dat ervaar je het toch niet echt. Als je het écht wilt ervaren zul je in een vliegtuig moeten stappen. Zo simpel is het.

Follow the leader

Jezus (en de apostelen ook) geven in de Bijbel veel opdrachten. Doe dit, ga daarnaartoe. Doe dit niet, spreek zo, enz.

Opdracht:

- Welke opdrachten van Jezus of de apostelen komen in jullie gedachten? Maak er samen een overzicht van.
- Wat zou er gebeuren als je de dingen die Jezus als opdrachten geeft ook echt zou gaan doen? Wat zou het resultaat zijn? Voor jezelf? Voor anderen? Voor de wereld om je heen? En zou je dat willen?

D-TRAIL

Getting started

4. AAN DE SLAG GAAN

Durf jij de CHALLENGE aan?

Getting started >>>

Vanuit Alongsiders hebben we een tof aantal challenges voor je klaarstaan. Even uitleggen. Een challenge is een uitdaging die jullie als groep aangaan. Deze challenge is helemaal gelinkt aan een opdracht van Jezus zelf. Zo gaan we dus doen wat Hij ons vertelde.

Welke challenge je gaat doen mag je zelf weten. Wij bieden ze aan, jullie weten wat voor nu het meeste aansluit.

Op de volgende pagina zien jullie een overzicht van de challenges die we klaar hebben staan. Kies, challenge, stap-uit, en 'njoy! Door te doen leer je - je leert door te doen.

Einde van 'getting started' - nu lekker aan de slag gaan

De afgelopen ontmoetingen hebben jullie steeds tools gekregen, waarden, enz om jullie D-Trail tot een succes te maken. Wat ons betreft is het succes als jullie als groep genieten van 'faith' 'food' 'fun' en 'friendship', en dat jullie wat jullie leren doorgeven aan een ander. Samen lol hebben. Gewoon een goede tijd. De diepte ingaan. Goede en eerlijke gesprekken.

De challenges zijn een hulpmiddel. Bepaal zelf je tempo, volgorde, pas aan als dat beter past voor jullie situatie. Jezus leren kennen is met Hem wandelen en leren en meer worden zoals Hij is. "Go, change the world for Jesus.."

D-TRAIL

Getting started

4. AAN DE SLAG GAAN

Welke challenge kiezen jullie?

D-TRAIL

Getting started

>> VOOR JOU ALS GROEPSLEIDER <<

De CHALLENGES

Elke challenge heeft een sheet met een korte uitleg, gevolgd door een sheet met daarop de QR code's naar de video's. Super simpel.

In principe duurt een challenge 1 maand, waarbij je twee video's per week hebt. De eerste video geeft je de challenge, de tweede video de verdieping.

Dat tempo is best hoog, zeker als je gedurende de week de challenge op wilt pakken, er verder over na wilt denken, of extra wilt oefenen. Pas dus het tempo aan aan wat voor jullie haalbaar is. Inhoud, kwaliteit, elkaar echt ontmoeten is belangrijker dan snel gaan. Neem elkaar mee, zorg voor elkaar. En kijk naar wat de groep nu nodig heeft. Jullie trekken samen op - vergeet dat niet.

De APP

Het is goed om niet alleen tijdens jullie ontmoetingen contact te hebben, maar juist ook tussendoor. Als Alongsiders hebben we een app die helemaal is ingericht voor jullie. Het is een plek waar je de challenges vindt, waar je je vraag kunt stellen. Waar je extra materiaal vindt bij de challenges. En nog veel meer. We werken de app steeds verder uit.

Je kunt de app eenvoudig downloaden via de QR code hieronder. Vergeet je dan niet even te registreren via de online training. In de APP werkt alles eenvoudig en staan de intro video's voor je klaar.



Registreren



De APP