

# ARM RAAKT RIJK RIJK RAAKT ARM

## Wat kun je doen op Micha Zondag?

Hoe kun je tijdens de dienst op Micha Zondag met het thema aan de slag gaan? We geven een aantal ideeën!

### *Autoloze zondag*

Vraag om deze zondag de auto te laten staan en met de fiets, het OV of lopend naar de kerk te komen. In veel landen is dit de manier om naar de kerk te gaan, simpelweg omdat mensen geen geld hebben voor een auto. (Is iemand slecht ter been of woont iemand te ver weg van het OV? Faciliteer dan dat mensen gemakkelijk met elkaar kunnen carpoolen. Het autobezit is een indicatie van automobilititeit en welvaart in een land. Het autobezit is al decennia het hoogste in de Verenigde Staten en Europa, en het laagste in Aziatische en Afrikaanse landen. Meer info: <https://www.wegenwiki.nl/Autobezit>

### *Armoede*

Zijn er gemeenteleden of mensen in de buurt van de kerk die wel wat (praktische) hulp kunnen gebruiken? Of willen jullie concreet iets doen voor mensen die geen geld hebben om hun huis op te knappen? Organiseer dan, bijvoorbeeld op een zaterdagochtend, een Present-actie ([www.stichtingpresent.nl](http://www.stichtingpresent.nl)). Of kijk of je iemand kunt helpen via Stichting Hulp in Praktijk (HiP, [www.stichtinghip.nl](http://www.stichtinghip.nl)).

### *Duurzame kerk*

Als je je meer bewust bent van hoe bijzonder het eigenlijk is om onbepaald drinkwater en elektriciteit te hebben, ga je er ook duurzamer mee om. Inventariseer hoe duurzaam jullie kerk is en op welke punten er nog actie kan worden ondernomen. Regel de verlichting bijvoorbeeld zo, dat er alleen licht brandt als er mensen aanwezig zijn, of door de verwarming lager te zetten (je kan ook denken aan het organiseren van een warme-truien zondag!). Of bedenk bij kerkactiviteiten: op een avond in het voorjaar kost het verwarmen van de kerk minder energie dan in een koude wintermaand. Of bekijk welke bekertjes jullie gebruiken. Laat gemeenteleden tijdens de Micha Zondag hun eigen beker meenemen.

### *Omgekeerde collecte*

Vul de collectezak met kaartjes met opdrachten. Elk gemeentelid pakt een kaartje, waarmee hij of zij deze maand mee aan de slag gaat. Plan ook een terugkoppelmoment, gemeenteleden vertellen dan hoe het was om de opdracht uit te voeren.

Voorbeeldkaartjes zijn (maar voeg vooral ook je eigen opdrachten toe!):

- Kook deze week een extra pan voor iemand in de wijk die het goed kan gebruiken.
- Ruim de rommel op straat op. Je zult zien dat de straat een andere uitstraling krijgt.
- Knoop een gesprekje aan met een hangjongere.
- Hier is €20 van de Diaconie. Gebruik dit geld om iemand in jouw wijk te bemoedigen, bijvoorbeeld met een bloemetje.
- Eet een week geen vlees (zelfs twee dagen maakt al een groot verschil)
- Let op waar je eten vandaan komt. Koop bijvoorbeeld directtrade koffie (koffie die direct bij de koffieboer wordt ingekocht) en eerlijke chocola. Zo krijgen producenten een eerlijke prijs voor hun werk.
- Koop deze week alleen wat je nodig hebt – 1e levensbehoefte – koop deze week niets nieuws.
- Organiseer een Kledingmarkt, waarbij mensen met minder geld mooie (kerst)kleding kunnen uitzoeken.
- Als je iets koopt, stop dan een evenredig bedrag geld in een spaarpot en geef dit geld aan iemand die geen spullen kan kopen.
- Douche maximaal 5 minuten per keer (neem een kookwekker mee) en bedenk hoe bijzonder het is om te kunnen douchen in schoon water.

Terugkoppeling daarna:

- Deel ervaringen in de dienst of tijdens de (eerlijke) koffie naderhand
- Laat er iemand over schrijven in het kerkblad
- Bespreek het op je kring.
- Praat ook met de kinderen tijdens de kindernevendienst of het gesprekje met de kinderen over armoede en rijkdom.

### **Wil je meer verdiepen, doe dan samen met je kring of kerk de Micha Cursus**

De Micha Cursus is een cursus van zes bijeenkomsten waarin je ontdekt hoe waardevol het is om te groeien in je betrokkenheid bij mensen en je zorg voor de schepping. Zie [www.michacursus.nl](http://www.michacursus.nl)

### *Meer inspiratie?*

Meer informatie over Michazondag 2018, zoals preeksets, werkvormen voor kinderen, collectiedoelen e.a. vind je in het kerkenpakket, dat gratis is te downloaden via [www.michazondag.nl](http://www.michazondag.nl)