



HANDLEIDING

Voor de organisatie van
een onvergetelijke actiedag



ZIP YOUR LIP

POWERED BY WORLD VISION

VERSLA HONGER

Ben je klaar voor een tof avontuur
met jouw klas?

**DURF JIJ
HET AAN?**



ZIPYOURLIP.NL

Al meer dan 200.000 jongeren deden mee met Zip your Lip

Jongeren eten 24 uur niet en laten zich daarvoor (online) sponsoren door hun omgeving. Met het opgehaalde geld worden ondervoede leeftijdsgenoten geholpen: dat is Zip your Lip. Een ervaring die jongeren hun leven lang met zich meenemen!

Met jullie deelname laten jullie zien dat jongeren écht verschil kunnen maken! Met de opbrengst helpt World Vision kinderen die honger lijden. Er wordt water en voedselpakketten uitgedeeld, trainen ouders in het verbouwen van gezond voedsel en geven lessen over hygiëne.

In deze handleiding vind je handige informatie voor het organiseren van een eigen Zip your Lip-actie. Veel succes met de voorbereidingen voor jullie actiedag! Voor vragen of opmerkingen kun je ons altijd appen, bellen of mailen.

IN 60 MINUTEN 60% GEORGANISEERD

"Ik wil de stem zijn van kinderen
die elke dag honger hebben.
Samen strijden we tegen honger.
Ik weet zeker dat het lukt!"



DIT DEED
HET MET...

JONI (16)

3 SIMPELE STAPPEN

STAP 1

Ga naar zipyourlip.nl en meld je school/ groep aan

Na goedkeuring hebben jullie een eigen school/ groepspagina. We hebben een toolkit met materialen voor je beschikbaar, die je helpt om de actiedag te organiseren. Zo vind je daarin: templates voor draaiboeken, ideeën voor activiteiten, voorbeelden van persberichten en brieven voor ouders.

STAP 2

Ga samen met een team van jongeren aan de slag

Dit handboek is speciaal ontwikkeld voor jongeren, zodat jullie zelf de organisatie kunnen oppakken. Je actiedag kan zo groot of klein zijn als je wilt. Natuurlijk houden wij, als Zip your Lip-team, contact met het organiserend team op jullie school. Een toffe actiedag organiseren doe je samen!

STAP 3

Promoot je actie en maak de deelnemers enthousiast

Je krijgt van ons een promotiepakket. Hang je school vol met posters. Op je groepspagina kun je alle informatie over jullie actiedag delen en kunnen deelnemers zich eenvoudig aanmelden. Daarna gaan ze zelf op zoek naar sponsors met hun persoonlijke actiepagina. De donaties komen eenvoudig online binnen.

AANMELDEN

STAP 1

Met Zip your Lip gaan de jongeren online sponsors verzamelen via zipyourlip.nl. Dit is een snelle en makkelijke manier om geld op te halen.

Meld jouw school of jeugdgroep aan door naar de website zipyourlip.nl te gaan en op 'Aanmelden school/groep' te klikken. Vul het aanmeldformulier in. Jullie ontvangen meteen een bevestigingsmail. Na het bevestigen van deze mail komen jullie gegevens bij ons binnen. Na goedkeuring wordt de school/groepspagina gepubliceerd.

Jullie school/groepspagina

de contactpersoon kan de groepspagina leuker maken door logo's, foto's en teksten toe te voegen. Ook kun je hier het programma delen. Vergeet ook niet een uitdagend streefbedrag in te vullen. (Heb je met jullie groep/school al eerder meegedaan met Zip your Lip? Gebruik dan bijvoorbeeld het opgehaalde bedrag van vorig jaar als streefbedrag.)

Als de groepspagina af is kunnen deelnemers zich aanmelden. Dit doen ze door op 'ik doe mee' te klikken. Daar kunnen zij hun eigen persoonlijke actiepagina aanmaken.

Met deze persoonlijke actiepagina kunnen deelnemers hun omgeving betrekken bij hun actie. De beheerder (docent of jeugdleider) kan ingelogd alle aanmeldingen zien op de website.

Competitie

Ga de competitie aan en daag de jongeren uit om zo veel mogelijk geld op te halen. Via de sponsormeter op de groepspagina is zichtbaar hoeveel geld er is opgehaald. Hier is ook zichtbaar welke jongeren en teams het meeste hebben opgehaald. Verzin een leuke prijs die de deelnemer met de hoogste opbrengst ontvangt.



ORGANISEREN

STAP 2

Vorm een team om de actie te organiseren. De grootte van het team is afhankelijk van het aantal deelnemers. Welke taken zijn er?

Voorzitter

Deze persoon houdt het overzicht, plant vergaderingen en is het contactpersoon.

Promotie, werving en informeren van deelnemers

Hoe maak je de jongeren enthousiast voor jullie actiedag? Deel alvast wat leuke activiteiten van het programma en vraag ons promotiepakket aan met daarin posters, flyers en polsbandjes. Maak iemand verantwoordelijk voor de promotie op school of in de kerk. Betrek hier ook een docent of jeugdleider bij.

Wist je dat je ons kan uitnodigen op school voor een Xperience tour?

Wij komen dan een gastles geven over Zip Your Lip en nemen jullie mee in de wereld achter honger. [ZIPYOURLIP.NL/Gastlessen-zip-your-lip](https://zipyourlip.nl/gastlessen-zip-your-lip)



Programma op de actiedag

Van een dag vol activiteiten en slapen op school of in de kerk, tot een kleiner programma met een gezamenlijk aftelmoment. Maak een subteam voor het programma op de actiedag. Zorg dat 1 persoon het aanspreekpunt is en het overzicht bewaard.

Notities

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

ACTIEDAG PROGRAMMA

**24 uur lang niet eten...
Dat is de challenge!
Maar hoe houd je dat het
beste vol? En hoe maak
je er een fantastische
dag van?**

De actiedag mag je helemaal naar eigen wensen invullen. Je bepaalt zelf hoe je het wilt organiseren en de datum waarop de actie plaatsvindt. Om je op weg te helpen hebben wij een toolkit ontwikkeld. Je vindt hier ideeën voor de actiedag, voorbeeldbrieven voor ouders/deelnemers, persberichten en promotiemateriaal.

Doe je voor het eerst mee? Dan zou je bijvoorbeeld een kleine overzichtelijke actiedag kunnen organiseren door maar 1 jaarlaag uit te nodigen. Als het goed bevalt kun je het volgende jaar groter organiseren.

24 UUR ACTIE

Lasergame parcours, talentenshow, overnachting in de gymzaal, een gezamenlijk aftelmoment en een lichte afsluitende maaltijd. Je actiedag kan zo groot of klein zijn als je het zelf wilt maken. Hieronder een voorbeeld:

DAG 1 - 12:30



Gezamenlijk de
24 uur aftrappen
in de aula.

DAG 1 - 16:30



Activiteiten zoals
een dansworkshop,
bubbelvoetbal, etc.

DAG 2 - 12:30



Aftelmoment en
een afsluitende
lichte maaltijd.

TIPS VOOR EEN TOF PROGRAMMA

Begin de actiedag samen met de deelnemers! Laat bijvoorbeeld een docent of jeugdleider de actie starten met een openingswoord.

Maak er een sleepover van op school of in de kerk

Regel docenten of jeugdleiders voor de veiligheid en beleef de 24 uur écht samen. Hoe leuk is een sleepover op school of in de kerk!

Sluit de actie gezamenlijk af

Bijvoorbeeld met een countdown en onthul het (voorlopige) eindbedrag. Overhandig de deelnemer met de hoogste opbrengst een leuke prijs. Ook kun je dit moment gebruiken om een gave terugblik te geven op de 24 uur niet eten. Vraag bijvoorbeeld een aantal enthousiaste jongeren om een filmpje te maken. Deze kun je bekijken bij het aftellen en op social media plaatsen. (Check wel even de AVG-regels) en tag zipyourlip bij jullie prachtige posts.



**Scan de code voor
voorbeelden of kijk op zipyourlip.nl**

Maximaal aantal deelnemers

Notities

[illegible]

PROMOTIE

STAP 3

Deelnemers werven

Een geslaagde actiedag kan niet zonder deelnemers! Enthousiasmeer scholieren door te vertellen wat voor activiteiten jullie op het programma hebben. Ga de klassen langs en deel waarom het zo belangrijk is om mee te doen aan deze actie. Je kunt daar onze filmpjes en presentaties voor gebruiken. Zorg ook dat je actiepagina up-to-date is en plaats belangrijke informatie op de website.

Aanmelden

Deelnemers kunnen zich eenvoudig aanmelden op de website:

1. Deelnemers gaan naar zipyourlip.nl
2. Ze zoeken de pagina van hun school of groep op
3. Op deze pagina klikken ze op 'Ik doe mee'
4. Vervolgens doorlopen zij het aanmeldproces
(jongeren onder de 16 hebben toestemming nodig van hun ouders)

Vanaf nu hebben de jongeren een eigen persoonlijke actiepagina! Op deze pagina kunnen ze foto's, teksten en een streefbedrag toevoegen. Deze link kunnen ze vervolgens ook delen om sponsors te werven.

CHECKLIST

- ☐ PROMOTIEPAKKET AANGEVRAAGD BIJ ZIP YOUR LIP
- ☐ ACTIEDAGPROGRAMMA OP DE SCHOOLPAGINA GEDEELD
- ☐ XPERIENCETOOR GEPLAND
- ☐ UITNODIGING AAN LEERLINGEN GEGEVEN
- ☐ INFORMATIEBRIEF VOOR OUDERS OPGESTUURD
- ☐ STUKJE GESCHREVEN VOOR DE NIEUWSBRIEF
- ☐ OPROEP TIJDENS DE PAUZE
- ☐ POSTERS EN BALLONNEN OPGEHANGEN
- ☐ PERSBERICHT NAAR LOKALE KRANT GESTUURD

Tip: Gebruik de voorbeeldmaterialen uit de toolkit

Ga bij de plaatselijke supermarkt langs en vraag om jullie te sponsoren voor de afsluitende maaltijd. in ruil daarvoor noem je de naam van de supermarkt in jullie dankwoord.

Het organisatieteam is vaak moe aan het eind van de actiedag. Vraag ouders om mee te helpen bij het verzorgen van de afsluitende maaltijd.

DE 24 UUR IS OM WAT EEN PRESTATIE!

Organiseer een lichte maaltijd om de actiedag af te sluiten

24 uur niet eten is niet niks! Je lichaam moet weer even wennen aan voedsel. Organiseer daarom een gezamenlijke, lichte maaltijd. Onze ervaring is dat de laatste loodjes het zwaarst zijn. Regel daarom enthousiaste ouders die de maaltijd verzorgen. (Helemaal als het organisatie team zelf ook mee doet met de actie.)

We kunnen je uit ervaring vertellen dat een broodje kroket niet zo handig is na een actiedag. Wat is een lichte maaltijd? Je kunt hierbij denken aan:

- Fruit
- Speltbrood, witbrood, crackers, beschuit
- Beleg: Hollandse Goudse kaas, zacht gekookt eitje, rosbief, kipfilet, jam, honing, stroop of vruchtenhagel.
- Groente: Kies bijvoorbeeld voor spinazie, andijvie, rucola, wortelen, asperges en alfalfa. (Let er wel op dat je groente goed kookt.)

**JULLIE
HEBBEN ALLE STAPPEN
DOORLOPEN. ER IS
HARD GEWERKT OM
HIER TE KOMEN.
GOED GEDAAN!**

Voor én na jullie actiedag houden we contact. We zijn namelijk heel benieuwd hoe jullie actiedag is gegaan! We vragen ook wanneer de actiepagina gesloten mag worden. Vertel ons vooral ook wat we een volgende keer nog beter kunnen doen om jullie te helpen.

**We sturen jullie een oorkonde op:
het bewijs van jullie geweldige prestatie!**

Contact

We hopen dat je hiermee op weg bent geholpen met het organiseren van jullie actiedag. Heb je nog vragen, inspiratie nodig of iets anders wat je met ons wilt delen? Neem gerust contact op!

WhatsApp 06 - 18 94 99 81

Bellen 033 - 46 43 44 4

E-mail zipyourlip@worldvision.nl

**We vinden het super om foto's en verhalen te delen
van jullie actiedag: tag en @ ons dus gerust
op Instagram en Facebook met **#zipyourlipnl****

SCAN HIER DE
TOOLKIT

