

Ouder worden in deze tijd heeft vele facetten. Wat betekent het om ouder te worden? Wat is in deze levensfase van belang en wat geeft u zin in het leven? Bij onze bijeenkomsten ontmoet u leeftijdsgenoten rondom deze thema's.

Wie zijn wij? Zin in Utrecht is een samenwerkingsverband van vrijwilligers en geestelijk verzorgers die aan inwoners van de gemeente Utrecht ondersteuning bieden op het terrein van zingeving, levensvragen en spiritualiteit.

Er zijn geen kosten aan deelname verbonden.

Een vrijwillige bijdrage wordt echter zeer op prijs gesteld. Zin in Utrecht is een ANBI instelling en uw gift is fiscaal aftrekbaar.

Uw donatie is welkom op rekening nummer: NL28 TRIO 0197 7072 62 t.n.v. Stichting Zin in Utrecht, te Utrecht, onder vermelding van 'donatie'.

De zingevingsbijeenkomsten worden mede mogelijk gemaakt door de gemeente Utrecht en het Oranjefonds



**oranje fonds** Doe je mee?

en met medewerking van:



# { \*NOOIT\* }

## TE OUD

### » om te «

# GROEIEN

## 2023

*Zin in Utrecht* organiseert zingevingsbijeenkomsten voor senioren in de Binnenstad, Oost, Noord-Oost, Hoograven, Ondiep, Overvecht, Zuilen & Leidsche Rijn

Hoograven	Noord-Oost	Oost	Binnenstad
De Saffier Saffierlaan 8-10 Donderdagochtend 10.30 uur - 12.30 uur Inloop vanaf 10.15 uur	B.C. De Leeuw Sam. v. Houtenstraat 1 Maandagmiddag 13.45 uur – 15.45 uur Inloop vanaf 13.30 uur	Podium Oost Oudwijkdwardsstr. 148 Donderdagmiddag 13.15 uur - 15.15 uur Inloop vanaf 13.00 uur	In de 3 Krone Oudegracht 227 Donderdagochtend 10.15 uur – 12.15 uur Inloop vanaf 10.00 uur
26 jan: Verwondering	16 jan: Zelfregie & onmacht	19 jan: Alleen staan*	12 jan: Ik en de Ander
23 feb: Social media	13 feb: Rondom de dood	16 feb: Dromen*	9 feb: Eenzaamheid
23 mrt: Medische wetenschap	13 mrt: Ik en de Ander	16 mrt: Empathie*	9 mrt: Intimiteit
20 apr: Voltooid leven&Euthanasie	17 april: Eerlijkheid	13 apr: Krachtbronnen*	6 apr: Medische zeggenschap
25 mei: Spiritualiteit	15 mei: Afhankelijkheid	11 mei: Zelfregie & onmacht	4 mei: Bronnen van troost
22 juni: Goed en kwaad	19 juni: Rust en inkeer	8 juni: Waarde v/d ouderdom	15 juni Zorgeloosheid
13 juli: Afhankelijkheid	24 juli: Aandacht	13 juli: Veerkracht	13 juli: Vriendschap & liefde
24 aug: Relaties	28 aug: Empathie	17 aug: Wonen	17 aug: Waarde v/d ouderdom
28 sept: Ontmoeten	18 sep: Waarde v/d ouderdom	14 sept: Medische zeggenschap	14 sept: Stilte
26 okt.: Natuur(lijk)	16 okt: Luisteren	12 okt: Rondom de dood	12 okt: Grenzen
23 nov. : Loslaten	13 nov: Geraaktheid	16 nov: Zinvol leven	9 nov: Vertrouwen
21 dec.: Balans opmaken	11 dec: Veerkracht	14 dec: Rust en inkeer	7 dec: Rondom de dood
<i>*Wegens verbouwing tijdelijk in Buurtcentrum Sterrenzicht: Keerkringplein 40, 3582 PM Utrecht</i>			
Zuilen	Leidsche Rijn	Ondiep	Overvecht
Oog voor Zuilen (3 <sup>e</sup> etage) v. Hoornekade 120-230 Woensdagochtend 10.00 – 12.00 Inloop vanaf 9.45 uur	B.C. Hoge Weide Laurierweg 104 Donderdagochtend 10.00 – 12.00 Inloop vanaf 9.45 uur	B.C. De Speler Thorbeckelaan 18C Donderdagochtend 10.00 – 12.00 Inloop vanaf 9.45 uur	Bibliotheek Overvecht Gloriantdreef 1 Vrijdagochtend 10.00 – 12.00 Inloop vanaf 9.45 uur
25 jan: Toekomst	12 jan: Waarde v/d ouderdom	26 jan: Toekomst	20 jan: Toekomst
22 feb: Afhankelijkheid	9 feb: Armoede	23 feb: Vriendschap & liefde	10 feb: Digitalisering
22 mrt: Actualiteit	9 mrt: Digitalisering	23 mrt: Zinvol leven	10 mrt: Afhankelijkheid
19 april: Vasthouden&loslaten	6 apr: Vriendschap & liefde	20 apr: Humor	14 apr: Medische zeggenschap
24 mei: Armoede	4 mei: Dankbaarheid	25 mei: Armoede	12 mei: Voltooid leven&euthanasie
28 juni: Natuur	1 juni: Kunst	29 juni: Familie	16 juni: Zelfregie & Onmacht
19 juli: Ontmoeting	6 juli: Zelfregie & onmacht	20 juli: Idealen	7 juli: Stilte
23 aug: Vooroordelen	3 aug: Luisteren	24 aug: Ontmoeting	25 aug: Wijsheid
27 sept: Zinvol leven	7 sept: Bronnen van troost	28 sep: Waarde v/d ouderdom	15 sept.: Geraaktheid
25 okt: Grenzen	5 okt: Intimiteit	26 okt: Rondom de dood	6 okt. : Vriendschap en liefde
22 nov: Angst	2 nov: Zinvol leven	23 nov: Dankbaarheid	10 nov. : Loslaten
20 dec: Stilte	7 dec: Stilte	21 dec: Levensbeschouwing	15 dec.: Rust en inkeer