

Nr. 16, januari 2019

[Klik hier voor de webversie](#)

**Als we een levensvatbare, vredige wereld willen creëren,
dienen we compassie te integreren in de 21ste eeuw.**

Karen Armstrong



Samen in verbondenheid. Het is ons thema voor 2019. De onzekerheden van dit nieuwe jaar zijn talrijk. We leven in een wereld vol verwarring en chaos, waar de politieke, sociale en religieuze antwoorden van de vorige eeuw niet meer werken. Het is een wereld waarin de kloof tussen mensen, landen, religies en werelddelen alleen maar groter lijkt te worden. Samenleven in verbondenheid kan echter elke kloof overbruggen. Wij wensen u het vermogen om open te blijven voor het licht van humor, de schoonheid van kleine tafereeltjes en de momenten waarop we ons verbonden weten met alles wat leeft.

Symposium Palliatieve Zorg Septet 31 januari 2019



Op donderdag 31 januari 2019 organiseert het Netwerk Palliatieve Zorg Septet een symposium met als thema 'Het gesprek met elkaar'. Vanuit Zin in Utrecht zal Marc Rietveld een workshop verzorgen over 'Levensvragen en zingeving:

herkennen en handelen'. Zie voor meer informatie het volledige [programma](#) en de omschrijvingen van de workshops. Na het interview 'In gesprek over het levenseinde' zijn er twee rondes met zes workshops. Iedere deelnemer kan twee workshops volgen.

Locatie: Opstandingskerk Utrecht, Prinses Margrietstraat 126

Tijd: vanaf 13.00 uur is er ontvangst met koffie/thee en om 13.30 uur start het programma tot 17.00 uur.

Aanmelden: via het [inschrijfformulier](#) op de website van IKNL. Er is helaas een wachtlijst, waar u dan op wordt geplaatst.

Seniorenbijeenkomsten Scherpzinnig ouder worden

"Dat wil ik wel, scherp-zinnig ouder worden, met nadruk op scherp", zo sprak laatst een deelnemer tijdens een van onze bezinningsbijeenkomsten, toen ze de nieuwe flyer zag. Net als vorig jaar organiseert Zin in Utrecht, gesubsidieerd door de Gemeente Utrecht, seniorenbijeenkomsten voor ouderen die graag hun levenszin scherpen aan de hand van diverse thema's en vragen. Als u ook in bent voor een goed gesprek met leeftijdsgenoten, schuif aan.

Binnenkort staan de volgende thema's op de rol:

- 14 februari Podium Oost, Oudwijkedwardsstraat 148, 13.05-

15.15 uur: thema: Sociale Media

- 18 februari De Leeuw, Samuel van Houtenstraat 1, 13.50-

16.00 uur: thema: Humor

- 7 februari De Saffier, Saffierlaan 8-10, 10.20-12.30 uur,

thema: Balans opmaken

Aanmelden mag, maar hoeft niet, via info@zininutrecht.nu of 030-6626814.



Een kwestie van perspectief: interactieve lezingen cyclus



Wegens omstandigheden uitgesteld maar nu toch weer op de agenda: het begin van een nieuwe activiteit van Zin in Utrecht. Interactieve lezingen vanuit verschillende levensbeschouwelijke perspectieven. Wat je in het leven overkomt is één ding. Hoe je dat wat je overkomt duidt en verklaart iets anders. Maar je perspectief op wat je overkomt is wel cruciaal in het al dan niet vruchtbaar om kunnen gaan daarmee. We beginnen met 2 avonden over een westerse

esoterische visie op spiritualiteit. En dan met name hoe je vanuit dit perspectief kunt kijken naar allerhande problemen die op dit moment in het leven van mensen en in de wereld spelen.

Waar? Buurtcentrum de Leeuw; Cursuslokaal 122, Samuel van Houtenstraat, Utrecht.

Wanneer? Donderdagavonden 7 en 14 februari vanaf 19.30 uur

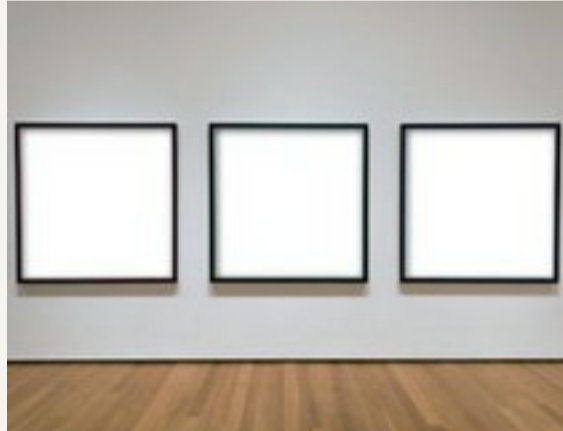
Opgave via info@zininutrecht.nu. We vragen een vrijwillige bijdrage.

Van "Zorg naar Maat" naar "Zin op Maat"

Aansluitend op het thema Samen in Verbondenheid is het ook dit jaar weer mogelijk om aan een gespreksmaatje te worden gekoppeld. Maatjes zijn er voor mensen die zich eenzaam voelen en behoefte hebben aan een geduldig luisterend oor gelegenheid of een goed gesprek. Mocht u iemand zijn of kennen die baat heeft bij een maatjescontact met iemand op de eigen golflengte, neem dan contact op. Ook als je zelf gespreksmaatje wil worden voor een mede-Utrechter en bereid bent om gedurende minimaal één jaar met enige regelmaat bij iemand langs te gaan, horen we graag van je. We verwachten in het voorjaar weer met een nieuwe training te starten. Voor meer informatie mail info@zininutrecht.nu of bel 030-6626814.



Open Einde: middag over Suïcide en Suïcidepreventie



Psychiatrie en suïcide zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Ondanks het feit dat er meer openheid ontstaat om te praten over een doodswens, is suïcide vaak omgeven door stilte. Donderdag 21 maart 2019 organiseert de Lister Academy daarom een middag over suïcide en suïcidepreventie met verschillende sprekers. Ook Zin in Utrecht zal over dit thema haar licht laten schijnen. Tevens zal het thema m.b.v. groepsdialogen verdiept worden. De middag is bedoeld voor medewerkers en cliënten van Lister. Medewerkers van Altrecht zijn ook welkom.

Locatie: Boothstraat 7, 3512 BT Utrecht

Wanneer: 21 maart om 13.00 - 17.00 uur

Vragen? Mail Joopkools@lister.nl of DriesBooten@lister.nl

Aanmelden: stuur een mail naar academie@lister.nl

Geestelijke gesprekken vergoed door VWS

Het ministerie van VWS vindt de mogelijkheid van geestelijke zorg voor mensen in de thuissituatie zo belangrijk dat ze er financiën voor vrij heeft gemaakt. Wat je achtergrond of behoefte ook is, iedere Utrechter van 50+ en gekome kan bij ons beroep doen op een paar geestelijke gesprekken. Doorverwijzingen door andere zorgverleners is ook mogelijk. U kunt ons bereiken via 030- 6626814 of info@zininutrecht.nu.



Tip van de maand 1: Maand van de Spiritualiteit



De maand van de spiritualiteit is dit jaar van 11 januari t/m 10 februari 2019.

Lees meer over alle activiteiten op de [website](#). Daar kunt u ook stemmen voor het [beste Spirituele boek](#) van 2019.

Tip van de maand 2: Symposium 'Onvermoede krachten. Veerkracht in zorg en gezondheid.'

Op 13 februari organiseert de remonstrantse kerk in Utrecht het miniseminar 'Onvermoede krachten'. Dit symposium staat in het teken van veerkracht in zorg en gezondheid.

Locatie: Geertekerk Utrecht

Tijd: van 20.00 -22.00 uur

Informatie en kaarten via www.geertekerk.nl. Zie ook de [flyer](#).



Zin in Utrecht is ook te vinden op Facebook. [Like](#)

