

## Nr. 21, februari 2020

Klik hier voor de webversie



Het is alweer een tijdje geleden sinds onze laatste nieuwsbrief. Maar we hebben niet stilgezeten. We zijn druk bezig geweest met groeien en opbloeien. Sinds het najaar hebben we namelijk 5 nieuwe geestelijk verzorgers, zes nieuwe vrijwilligers en één nieuwe coördinator mogen verwelkomen. We hebben er gelijk ons nieuwe thema van gemaakt. 2020: Tijd voor groeien en bloeien! En net als het plaatje hierboven laat zien, ervaren wij ook dat groeien en bloeien een interactief proces is. Dat heeft bij ons onderstaande vruchten afgeworpen, waarmee we weer aan de groei en bloei van andere hopen bij te dragen. Want, zoals hierboven staat....Groeien en geestelijk leven horen bij elkaar.

### Aangeboden: scholingen vanuit subsidie VWS



Hij is af, onze nieuwe scholingsflyer! Voor iedereen die als professional of vrijwilliger/mantelzorgverzorger werkzaam is in de (palliatieve) zorg- en welzijnssector bieden wij een aantal verdiepende scholingen rondom spirituele zorg, zingeving en levensvragen. De kosten voor deze trainingen worden vergoed vanuit de VWS-subsidie voor geestelijke verzorging in de eerste lijn. Heb jij of heeft jouw organisatie belangstelling in een van onze scholingen? Neem dan contact op met: [info@zininutrecht.nu](mailto:info@zininutrecht.nu). Download [hier](#) de flyer.

### Nooit te oud om te groeien!

De zingevingsbijeenkomsten voor senioren gaan ook dit jaar door. U bent van harte welkom om binnen te lopen en leeftijdsgenoten te ontmoeten. Het is niet alleen gezellig... Het gaat ook nog ergens over! Voor de komende periode staan de volgende thema's op de rol:

- **De Saffier:** 20 februari Ontmoeten, 26 maart Kunst, 23 april Actualiteit, 28 mei Vrijheid & Macht, Locatie / tijd: Saffierlaan 8-10, 10.20-12.30 uur
- **De Leeuw:** 17 februari Vrijheid en Macht, 16 maart Intimiteit, 13 april Eenzaamheid, 18 mei Voltooid Leven Locatie / tijd: Samuel van Houtenstraat 1, 13.35-15.45 uur
- **Podium Oost:** 13 februari Voltooid Leven, 12 maart Klimaat, 9 april Vrije Tijd, 14 mei Alleen staan. Locatie / tijd: Oudwijkerdwarstraat 148, 13.05-15.15 uur



Aanmelden mag ([info@zininutrecht.nu](mailto:info@zininutrecht.nu) of 030-6626814), maar hoeft niet. Klik [hier](#) voor het jaarprogramma.

### HSP cursus wordt herhaald en start van HSP café



De eerste cursus over hooggevoeligheid (HSP) is net afgelopen en de reacties waren enthousiast. We hebben er allemaal veel van geleerd. Tijd om plannen te maken voor de volgende cursus. Die gaat plaatsvinden op dinsdagavonden van 19-21.30 uur. Data: 7-4; 21-4; 12-5; 26-5; 9-6 en 23-6. Locatie volgt nog. Neem bij interesse contact op met [Suzette@zininutrecht.nu](mailto:Suzette@zininutrecht.nu)

Ook beginnen we op 5 maart met ons HSP café. Beetje bedrieglijke naam, want borrelen gaan we niet. Wel gaan we met elkaar via een thema in gesprek over de voor- en soms ook nadelen van hooggevoeligheid. Op donderdagavonden van 19.30 tot 21.30 uur. 5 maart: HSP en zelfwaardering; 2 april: HSP en relaties; 14 mei: HSP en werk; 11 juni en 2 juli (thema nog te kiezen). De bijeenkomsten zijn kosteloos, het is wel fijn als je je opgeeft: [suzette@zininutrecht.nu](mailto:suzette@zininutrecht.nu)

### Scholingen levensvragen in de palliatieve zorg in mei en juni

Samen met het Netwerk Palliatieve Zorg en U Centraal hebben we voor 2020 een [scholingsprogramma](#) gemaakt voor zorgprofessionals en vrijwilligers. In de komende maanden staan de volgende training en workshop op het programma:

- Training (van drie avonden): **'Begeleiding levensvragen in de palliatieve fase'**, datum/tijd: Donderdag 12, 19 en 26 mei; inloop 18.00 uur met broodje tot 21.30 uur. Locatie: Pieterskerkhof 16, aanmelding: [a.udo@u-centraal.nl](mailto:a.udo@u-centraal.nl), 06-22480155.
- Casuïstiekbespreking aan de hand van het thema **'Omgaan met religieuze vragen'**, datum/tijd: dinsdag 25 juni, 18.00 inloop met broodje tot 21.30 uur. Locatie: Buurtcentrum de Leeuw, aanmelding: [m.laban@npzutrecht.nl](mailto:m.laban@npzutrecht.nl).



### Geestelijk verzorger bij PaTz-team of MDO?



Inmiddels hebben bijna alle wijken van Zin in Utrecht 1 à 2 geestelijk verzorgers als wijkcontactpersoon. Een aantal van hen participeert inmiddels ook in een PaTz-team of is aanwezig bij een Multidisciplinair overleg of GEZ-bijeenkomst. Voorzitters van PaTz-teams/MDO/GEZ die in contact willen komen met de geestelijk verzorgers uit hun wijk, kunnen zich melden via [info@zininutrecht.nu](mailto:info@zininutrecht.nu).

### Samenzin: Onderzoek naar betere zorg voor zingeving in Utrecht

Vanaf maart neemt Zin in Utrecht samen met o.a. de Universiteit voor Humanistiek en praktijk ondersteuners van huisartsen (POH) deel aan een actieonderzoek om de zorg voor zingeving voor inwoners van de stad Utrecht zo goed mogelijk op elkaar af te stemmen. Het onderzoek – Samenzin genoemd – duurt twee jaar, maar alles wat we in die twee jaar leren passen we al gelijk in de praktijk toe!



### PLOEG-3: Onderzoek naar aandacht voor zingeving in de palliatieve fase



Mensen in de palliatieve fase geven al lang aan dat zij grote behoefte hebben aan aandacht voor zingeving en spiritualiteit. Maar zorgverleners en vrijwilligers vinden het vaak nog wat moeilijk, want hoe je dat precies? Ben je daarvoor wel genoeg opgeleid? Wat heb je daarvoor nodig?

En wanneer is het beter om iemand door te verwijzen, bijvoorbeeld naar een geestelijk verzorger? Hoe bepaal je dat? En hoe werkt dat dan? Belangrijke vragen, waarop antwoorden worden gezocht in het onderzoek 'Integratie GV eerste lijn vanuit 3 multidisciplinaire praktijken' (PLOEG-3), waaraan ook Zin in Utrecht meedoet. Inmiddels zijn er deelnemers vanuit de PaTz-teams, het Stadshospice Utrecht en de buurtteams, **maar we zoeken nog meer zorgverleners en vrijwilligers in de palliatieve zorg**. Daar staat een vergoeding tegenover. Voor meer informatie, mail Marc Rietveld ([marc@zininutrecht.nu](mailto:marc@zininutrecht.nu)).

### Zin op Maat biedt gespreksmaatjes

Voor wie behoefte heeft aan een goed gesprek met iemand die op dezelfde golflengte zit. Bent of kent u zo iemand? Wij koppelen mensen aan een vrijwilliger met wie het klikt. 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. In het voorjaar bieden wij weer een nieuwe training 'existentiële gespreksvoering'. Meer informatie of aanmelden: [info@zininutrecht.nu](mailto:info@zininutrecht.nu) of 030-6626814.



### Tip van de maand 1: Jonge Hemelbestormers in Huis van

#### Dominicus



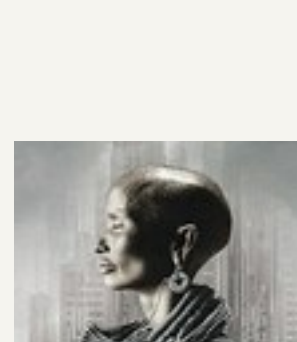
Het Huis van Dominicus gaat in gesprek met jonge gelovigen en theologen over hun inspiratie en hun roeping, hun verlangen en hun ambitie. Wat geloven zij? Waarom studeren zij theologie? Wat denken en hopen zij te kunnen bijdragen aan de samenleving en aan de kerk? Komend bijeenkomst is rondom het thema Inkeer en Ommekeer. Deelname is gratis. In verband met de catering graag vóór 24 februari aanmelden.

**Datum/tijd:** Donderdag 27 februari, Dominicuskerk, Palestrinastraat 1, 3533 EH Utrecht, 17.30-19.30 uur.

**Aanmelden:** [hermen.van.dorp@huisvandominicus.nl](mailto:hermen.van.dorp@huisvandominicus.nl) of 06 122 40 600

### Tip van de maand 2: Crazywise Conference 6

Op donderdag 18 juni a.s. in Heiloo staat een nieuwe editie van de Crazywise Conference op het programma! Het prachtige thema dit jaar, waar wij bij Zin in Utrecht ook mee bezig zijn, is Healing Communities. Psychiater en ervaringsdeskundige Dan Fisher komt uit Amerika. Zorginnovator Ole Andreas van de uit Noorwegen en legt uit hoe hij daar een 'healing community' van de grond kreeg. In de middag staan workshops rond bestaande helende gemeenschappen en helende methodieken op het programma. Aanmelden kan vanaf nu via [www.crazywise.nl](http://www.crazywise.nl).



### Tip van de maand 3: Interview vrijwilliger Geert



Lees het interview met onze vrijwilliger Geert en over de groei die hij in de afgelopen jaren heeft meegemaakt. Zie [www.mijnlevenweeponn.nl/verander-je-mindset-en-je-leven-verandert/](http://www.mijnlevenweeponn.nl/verander-je-mindset-en-je-leven-verandert/).

Zin in Utrecht is ook te vinden op Facebook.