

Zoals een bloem de zon nodig heeft om bloem te worden, zo heeft een mens de liefde nodig om mens te worden.
Phil Bosmans



Voor velen is de zomer een fijne tijd met zon, vrije tijd en lekker met vakantie gaan. Voor de thuisblijvers kan de zomer ook wel eens lastig zijn om door te komen, iedereen is weg en er is weinig te doen juist terwijl het leven extra uitnodigt tot genieten van mooi weer (als dat nog komt). Zin in Utrecht probeert bereikbaar te blijven voor wie daar behoefte aan heeft en organiseert voor ouderen een wekelijkse zomerboekenclub in Podium Oost. Omdat we geloven in de waarde van ontmoeting en tijd voor elkaar tijdens een goed gesprek, ... ook in de zomer! Wij wensen u een zomer toe met mooie en goede ontmoetingen.

Zomerboekenclub



In juni/juli en augustus 2016 verzorgt Zin in Utrecht een zomerboekenclub. De bijeenkomsten vinden plaats op de donderdagochtend van 10 uur tot 12.30 uur. Het eerste boek dat we besproken hebben is 'De Kracht van Kwetsbaarheid' van Brené Brown. U bent van harte welkom bij de laatste bijeenkomst op 21 juli. Het tweede boek is van Anselm Grün, 'Gelukkig ouder worden'. Op 4 aug, 11 aug, 16 aug (een dinsdag) en 25 aug kunt u aansluiten bij een goed gesprek over de thema's die Grün in zijn boek aanstipt. **Voor wie?** In principe senioren maar ook niet-senioren zijn welkom. **Waar?** Podium Oost, Oudwijkdwardsstraat 148. De bijeenkomsten zijn gratis. Opgave van tevoren via ons contactformulier of 030-6626814 zouden we op prijs stellen.

Project Zinvol omgaan met Social Media

Het is ons een plezier aan te kondigen dat ons project over sociale media in de (O)GGZ in aanmerking is gekomen voor een gemeentesubsidie. Het project werkt met en vanuit ervaringsdeskundigen en heeft als doel (psychisch) kwetsbare mensen optimaal gebruik te laten maken van de kansen die social media en Internet bieden en zo goed mogelijk leren om te gaan met de risico's. Focus is het versterken van de eigen netwerken, meer en betere informatie tot zich te nemen en zelfregie te vergroten. Het is onze opzet om met deze pilot te komen tot aanbevelingen aan cliënten, ervaringsdeskundigen, begeleiders en zorgverleners. We zijn voor dit project op zoek naar ervaringsdeskundigen uit de doelgroep met een passie voor dit onderwerp. Heb je interesse in meedoen aan dit project, neem dan contact met ons op via ons contactformulier.



Zorg naar Maat



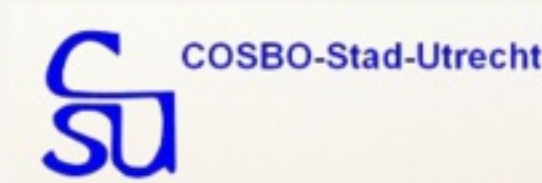
De eerstvolgende training "existentiële gespreksvoering" vindt plaats op 23 september, 7 en 14 oktober van 10.00 - 13.00 uur. Deze training is voor vrijwilligers die gespreksmaatje willen zijn voor een inwoner van de gemeente Utrecht die behoefte heeft aan goede gesprekken. We kunnen nog vooral mensen uit Overvecht en Leidsche Rijn goed gebruiken. Kent u, bent u of begeleidt u iemand die graag gekoppeld wil worden aan een gespreksmaatje, dan kunt u zich melden via ons contactformulier of 030-6626814.

Vergoeding Geestelijk verzorging na ontslag uit het ziekenhuis of in de laatste levensfase thuis

Voor wie na ontslag uit het ziekenhuis behoefte heeft aan ondersteunende gesprekken met het oog op herstel of wie juist geconfronteerd is met het bericht dat verdere behandeling wordt gestaakt, is het sinds kort mogelijk om via Zin in Utrecht een beroep te doen op geestelijke ondersteuning. De gesprekken kunnen via de zorgverzekeraar worden vergoed van de ZVW.



Cosbo op Nationale Ouderendag 1 oktober



Zaterdag 1 oktober a.s., Nationale Ouderendag, is er weer een informatiemarkt van de Cosbo, deze keer in het Bartholomeus Gasthuis (Lange Smeestraat 40, Utrecht). De informatiemarkt is ieder jaar weer een moment om je te informeren over relevante

onderwerpen die senioren aangaan, maar ook om bekenden te ontmoeten. Deze keer wil de Cosbo op een andere, meer creatieve, manier invulling geven aan deze bijeenkomst. Zin in Utrecht verzorgt op deze dag een workshop met de ondeugende titel "De deugden van de ouderdom".

Zie voor meer informatie cosbo-stad-utrecht.nl.

ONZE TIP: Café Tröst - voor wie soms worstelt met het leven en op zoek is naar warmte en gesprek

Verlies van geliefden leidt ook vaak tot verlies van zin in het leven. Rouwen om verlies is een belangrijk proces maar troost daarvoor is in onze op maakbaarheid gerichte samenleving soms slecht te vinden en te delen.



Gelukkig is daar Café Tröst. Een warme plek in de binnenstad, waar je in een café-achtige sfeer kunt luisteren naar live muziek, je verhaal kunt doen en door ervaringen uit te wisselen wat lichter naar huis gaat. Gemeenschappelijke noemer is troost bij verlies en rouw. Zie voor meer informatie www.troost.nl/agenda-2016/.

Waar? Café Averechts, Lijsterstraat 49, Utrecht.

Wanneer? Trostmiddagen zijn er in deze zomer op 31 juli en 28 augustus.

Zin in Utrecht is ook te vinden op Facebook.