

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).
Voeg info@zininutrecht.nu toe aan je lijst met veilige afzenders.

Nieuwsflits juli 2018

Klik hier voor de webversie



Ken je dat ook? Heb je net plannen gemaakt en je programma voor de komende tijd uitgestippeld en dan gebeurt er iets waardoor je weer van richting moet veranderen. Dat overkwam ons ook net nadat wij de laatste nieuwsbrief de deur uitdeden. Twee van onze trainingen – zelfcompassie en verlies-rouw-herstel – hebben een paar fundamentele veranderingen ondergaan. De juiste informatie vind je alsnog hieronder. Maar zoals iedereen ondertussen weet heeft elk nadeel ook een voordeel. Zo nemen we de gelegenheid te baat om je alvast op de hoogte brengen van onze activiteiten in de week tegen eenzaamheid in september.

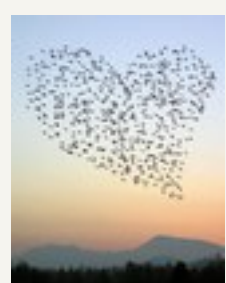
Zelfcompassie is nog steeds de grootste (r)evolutie

maar de data en voorwaarden om aan de training mee te doen zijn wel veranderd! Niet meer alleen voor inwoners van de wijk Overvecht, maar voor iedereen. We komen bijeen op maandagmiddagen van 14.00 tot 17.00 uur bij Enik Recovery College Overvecht, Neckardreef 12. De nieuwe data: 10-9; 17-9; 24-9; 8-10; 15-10; 5-11; 19-11; 3-12. De vervolgbijeenkomsten vinden in overleg plaats vanaf december 2018, eens in de twee weken.

Aanmelden: suzette@zininutrecht.nu



Rouw is de prijs die we betalen voor hechting



De begindatum voor de training [Verlies, Rouw en Herstel](#) in de psychiatrie is verschoven van september 2018 naar november 2018. Eerste vier data: 1-11; 15-11; 29-11; 13-12.

Voor verdere informatie: M.vandorsten@ggzutrecht.nl

De Week tegen Eenzaamheid ...

... is dit jaar van donderdag 27 september t/m zaterdag 6 oktober. Zin in Utrecht heeft voorsnog twee soorten activiteiten op de agenda staan. Maar mocht je zelf ook iets willen organiseren onder onze veelkleurige vlag om eenzaamheid in onze samenleving op te heffen, aarzel dan niet en neem contact met ons op: info@zininutrecht.nu

1. Samen wandelen in Ondiep en Zuilen

Op donderdag 27 september (Zuilen, Wattlaan 10, 10.30-12.30 uur) en woensdag 3 oktober (Ondiep, Boerhaveplein 199, 10-12 uur) zijn we uitgenodigd door Oog voor Utrecht (www.oogvoorutrecht.nl) om onder het genot van een kopje koffie mee te praten over thema's als eenzaamheid en andere onderwerpen die je als oudere bezighouden. Aansluitend is er een herinneringswandeling in de wijk. Alle wijkbewoners zijn van harte uitgenodigd!



2. Pelgrimstocht naar de eigen ziel



De ergste vorm van eenzaamheid is als je je niet op je gemak voelt met jezelf, aldus Mark Twain. En omgekeerd klopt het ook. Als je het goed kunt hebben met jezelf hoef je nooit echt eenzaam te zijn. In alle spirituele tradities heb je mensen die de eenzaamheid bewust opzoeken om daarin een betere relatie met zichzelf op te bouwen. Eenzaamheid kan dus ook zo zijn eigen vruchtbaarheid hebben. In deze workshop gaan we via vingerlabyrinthlopen en pelgrimerend schrijven vriendschap sluiten met onze eenzaamheid en met onszelf!

Waar: Buurtcentrum de Leeuw

Wanneer: Donderdagochtend 4 oktober 10-12 uur

Een kwestie van perspectief: interactieve lezingen cyclus

In het najaar komt een interactieve lezingencyclus van 2 avonden over een westerse esoterische visie op spiritualiteit. Esoterie betekent kennis die slechts voor ingewijden toegankelijk is. In tegenstelling tot exoterie, wat kennis voor iedereen betekent. De meeste religieuze tradities hebben naast de exoterische teksten, rituelen en gebruiken ook een esoterische kant. Dan gaat het als het ware om een wat diepere lezing en een dieper bevatten van waar het in wezen om gaat. In deze lezingencyclus wordt gekeken naar het praktische verstaan van begrippen als 'geestelijke evolutie'; 'ziel' en 'inwijdingen'. Nadere informatie over tijd en data volgt nog. Hou onze website in de gaten: www.zininutrecht.nu



Last but not least: jubileum Zin in Utrecht!



Dinsdag 24 juli bestaat Zin in Utrecht 5 jaar! We kijken terug op 5 hele volle jaren. Vol van werk, vol van drukte, maar ook vol van zin, waarde en ontzettend veel betekenisvolle leermomenten. We willen hierbij iedereen bedanken die in deze tijd met ons heeft meegedeeld, meegedacht en meegewerkt. We kijken uit naar de volgende 5 jaar!

Zin in Utrecht is ook te vinden op Facebook.

Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).

Voeg info@zininutrecht.nu toe aan je lijst met veilige afzenders.