

A close-up photograph of several pink lily flowers. The petals are a soft pink color with prominent dark brown or black spots (stigmata) arranged in a pattern on the inner surface. The background is blurred, showing more of the same flowers.

*Toewijding....*

*Als je met  
liefde kunt  
ontvangen,  
kun je ook met  
liefde geven*

# UITNODIGING!

## ‘Een mantel voor jezelf’

*“Het is liefde, absoluut, behoorlijk wat liefde. En plicht.”*

Intensieve, langdurige zorg voor een dierbare naaste...  
Je doet het, want je laat hem of haar niet in de steek.  
Je eigen leven en levensdoelen schieten er wel vaak bij in.

Met ‘een mantel voor jezelf’ biedt **Zin in Utrecht** een gelegenheid aan Mantelzorgers om de aandacht (weer) even op het eigen leven te richten. Onder het genot van een heerlijke **High Tea** kunt u deelnemen aan verschillende inspirerende workshops.

U kunt kiezen uit 2 workshoprondes:

- **Meditatief schilderen**
- **Creatief schrijven**
- **Zinspelen**

**Waar?** Buurthuis De Leeuw,  
Samuel van Houtenstraat 1 Utrecht

**Wanneer?** Zaterdag 14 november 13.00-17.30 uur  
(inloop vanaf 12.30 uur)

**Voor wie?** Een ieder die mantelzorg verleent aan een inwoner van de stad Utrecht.

**Opgave:** [Mantelzorg@u-centraal.nl](mailto:Mantelzorg@u-centraal.nl)/030-6626814

**Opgave s.v.p. vóór 1 november**

**Meer informatie:** [www.zininutrecht.nu](http://www.zininutrecht.nu)/030-6626814

**Kosten?** Geen!