

Zin in Utrecht is een samenwerkingsverband van vrijwilligers en algemeen geestelijk verzorgers. Wij zijn niet gebonden aan een geloof of een vaste levensvisie. Wij bieden ondersteuning en begeleiding rondom zingeving, levensvragen en spiritualiteit.

Ons project **Zin op Maat** is er voor Utrechters van 18 jaar en ouder die behoefte hebben aan een maatje met wie zij goed kunnen praten. Wij brengen hen in contact met gemotiveerde vrijwilligers die hiervoor speciaal worden toegerust.

Zin op Maat is er omdat het leven voor veel mensen niet makkelijk, gelukkig of vanzelfsprekend is. Hoe sterk en capabel je ook bent, hoeveel sociale contacten je ook hebt, door omstandigheden kun je je toch eenzaam voelen. Middels dit project brengen wij mensen bij elkaar met de uitnodiging zich op een dieper niveau te verbinden met de ander én met zichzelf.

Koppeling aan een gespreksmaatje is kosteloos. Een vrijwillige bijdrage wordt echter zeer op prijs gesteld. Zin in Utrecht is een ANBI en uw gift is fiscaal aftrekbaar: **NL28 TRIO 0197 7072 62 t.n.v. Stichting Centrum voor Levensvragen Midden Nederland** onder vermelding van 'donatie Zin in Utrecht'. Het is ook mogelijk om Zin in Utrecht in uw testament op te nemen.

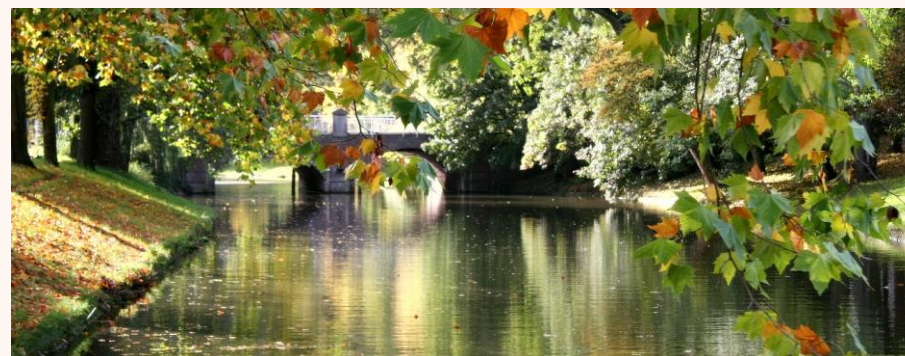
Zin op Maat wordt mogelijk gemaakt door onder andere de volgende instanties:



** het citaat op de voorzijde is van de dichteres Jana Beranová.*

Gespreksmaatje bij Zin in Utrecht?

Project *Zin op Maat*



Wie een brug legt naar een ander, kan altijd heen en terug

030-6626814
info@zininutrecht.nu
www.zininutrecht.nu

Wat is Zin op Maat?

Wij brengen Utrechters van 18 en ouder die behoefte hebben aan een luisterend oor in contact met een vrijwilliger die kan luisteren en klankbord wil zijn. De vrijwilliger komt voor langere tijd bij iemand thuis. In de vertrouwelijke gesprekken is er ruimte en aandacht voor het levensverhaal en worden zingeving- en levensvragen beluisterd.

De vrijwilliger is getraind in existentiële gespreksvoering en wordt begeleid via intervisie en supervisie. Een vrijwilliger legt zich in principe voor minstens een jaar vast. **Zin in Utrecht** vraagt van de vrijwilligers een VOG (Verklaring Omtrent Gedrag).

Waar praat je over met een maatje?

Sommige levenssituaties en omstandigheden in het leven zijn moeilijk. Daarbij kan het gaan om ziekte, langdurige sociale problemen of het overlijden van een geliefde of een familielid, maar ook om langdurige eenzaamheid en sociaal isolement of alles wat een naderende dood aan vragen oproept. Het gaat om situaties en gebeurtenissen die allerlei gevoelens en vragen losmaken. Vragen als: *Waarom is mij dit overkomen? Wat heb ik verkeerd gedaan? Wat is hier de zin van?; Waar gaat het mij in het leven om? Hoe moet ik verder?* Maar ook: *Hoe kan ik dit alles rijmen met mijn geloof of visie op het leven?*

In zo'n geval kan het helpen het hart te luchten en een goed gesprek te voeren met iemand die luistert en helpt om gedachten en gevoelens te ordenen.

Wanneer kunt u een beroep doen op een maatje?

Bent u een inwoner van de gemeente Utrecht en heeft u behoefte aan een luisterend oor? Zijn er vragen over úw leven, over hét leven en/of over de wereld waar u over blijft tobben? Wilt u een maatje of gesprekspartner die voor langere tijd met u mee optrekt? Neem contact met ons op. Alles wat u met een vrijwilliger deelt is vertrouwelijk!

Hoe werken wij?

Als u zich heeft aangemeld, neemt een geestelijk verzorger van **Zin in Utrecht** contact met u op en volgt een oriëntatiegesprek. Op basis van dit gesprek ontwikkelen wij voor u een traject op maat. Misschien volgen eerst een aantal gesprekken met een geestelijk verzorger voor wij u aan een vrijwilliger koppelen. Soms kunnen wij u gelijk met een vrijwilliger in contact brengen.

Kan ik ook vrijwilliger worden?

Ja. U kunt zich ons opgeven als gespreksmaatje. Na een kennismakingsgesprek bieden wij u een training over zingeving, presentie en luisteren in laagjes aan die wordt gevolgd door maandelijkse intervisiebijeenkomsten. Meer informatie kunt u vinden op onze website: www.zininutrecht.nu

Ook wanneer u als vrijwilliger iets anders wil betekenen binnen Zin in Utrecht, horen wij graag van u.