

Ouder worden heeft vele facetten. Wat is in deze levensfase van belang in uw leven en wat geeft u zin in het leven? Bij onze bijeenkomsten ontmoet u leeftijdsgenoten rondom deze thema's.

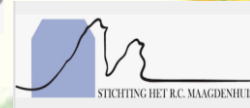
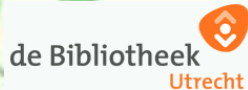
Zin in Utrecht is een centrum voor levensvragen. Wij ondersteunen inwoners van de gemeente Utrecht in zingeving, levensvragen, filosofie en spiritualiteit.

Er zijn géén kosten aan deelname verbonden. Een vrijwillige bijdrage wordt echter zeer op prijs gesteld. Zin in Utrecht is een ANBI instelling en uw gift is fiscaal aftrekbaar.

Uw donatie is welkom op rekening nummer: NL28 TRIO 0197 7072 62 t.n.v. Stichting Centrum voor Levensvragen Midden Nederland, onder vermelding van 'donatie Zin in Utrecht'.



De zingevingsbijeenkomsten worden mede mogelijk gemaakt door de gemeente Utrecht en in samenwerking met:



Zin in Utrecht organiseert in 2025:
Ontmoetingen rondom ouder worden

Utrecht Oost, Noord-Oost,
Hoograven, Binnenstad, Ondiep,
Overvecht & Leidsche Rijn

Hoograven	Noord-Oost	Oost	Binnenstad
De Saffier Saffierlaan 8-10 Donderdagochtend 10.30 uur - 12.30 uur Inloop vanaf 10.15 uur	B.C. De Leeuw Sam. v. Houtenstraat 1 Maandagmiddag 13.45 uur – 15.45 uur Inloop vanaf 13.30 uur	Podium Oost Oudwijkdwarstr. 148 Donderdagmiddag 13.15 uur - 15.15 uur Inloop vanaf 13.00 uur	In de 3 Krone Oudegracht 227 Donderdagochtend 10.15 uur – 12.15 uur Inloop vanaf 10.00 uur
30 jan: Toekomst	20 jan: Loslaten	23 jan: (Ver)trouw(en)	16 jan: Alleen staan
20 feb: Dromen	17 feb: Geraaktheid	20 feb: Onverschilligheid	13 feb: Authenticiteit&hypocrisi
27 mrt: Empathie	17 mrt: Medische zeggenschap	20 mrt: Vrijmoedig jezelf zijn	13 mrt: Dementie
17 apr: Medische zeggenschap	14 apr: Rouw&Verlies	17 apr: Wonen	17 apr: Emotioneel-Rationeel
22 mei: Vrijheid&macht	19 mei: Zinvol leven	22 mei: Vriendschap	15 mei: Digitalisering
26 juni: Zelfregie& onmacht	16 juni: Inspiratie	19 juni: Grenzen	12 juni: Krachtbronnen
24 juli: Alleen staan	21 juli: Geven&ontvangen	24 juli: Acceptatie	17 juli: Klimaat
28 aug: Veilig thuis	25 aug: Wijsheid	21 aug: Medische zeggenschap	14 aug: Levenskunst
25 sept: Vriendschap&liefde	22 sept: Onverschilligheid	25 sept: Dankbaarheid	18 sept: Verbondenheid
30 okt: Tijd	27 okt: Aandacht	16 okt: Natuur(lijk)	16 okt: Voltooid leven&euthanasie
27 nov: Krachtbronnen	24 nov: Genieten	20 nov: Kwetsbaarheid	13 nov: Kunst
18 dec: Betekenisgeving	22 dec: Verdraagzaamheid	11 dec: Authenticiteit&Hypocrisi	18 dec: Vasthouden&loslaten
Leidsche Rijn	Ondiep	Overvecht	Informatie
B.C. Hoge Weide Laurierweg 104 Donderdagochtend 10.00 – 12.00 Inloop vanaf 9.45 uur	B.C. De Speler Thorbeckelaan 18C Donderdagochtend 10.00 – 12.00 Inloop vanaf 9.45 uur	Bibliotheek Overvecht Gloriantdreef 1 Vrijdagochtend 10.15 – 12.15 Inloop vanaf 10.05 uur	De bijeenkomsten zijn los van elkaar bij te wonen. Het is niet verplicht om u op te geven. Voor informatie en eventuele opgave: www.zininutrecht.nu info@zininturecht.nu 030-6626814 Er is ook een maandelijkse groep speciaal voor ouderen met een visuele beperking.
9 jan: Inspiratie	16 jan: Zinvol leven	17 jan: Levenskunst	
6 feb: Ik & Ander	13 feb: Idealen	14 feb: (Ver)trouw(en)	
6 mrt: Humor	13 mrt: Voltooid leven&euthanasie	14 mrt: Veerkracht	
3 april: Maakbaarheid	10 apr: Vriendschap	11 apr: Kunst	
1 mei: Natuur	8 mei: Levenskunst	9 mei: Luisteren	
5 juni: Empathie	12 juni: Waarde ouderdom	13 juni: Grenzen	
3 juli: Verbondenheid	10 juli: Rouw&Verlies	18 juli: Krachtbronnen	
7 aug: Verwachtingen	14 aug: Klimaat	22 aug: Vriendschap	
4 sept: Rouw&Verlies	11 sept: Zelfcompassie	12 sep: Familie	
2 okt: Verzoening	9 okt: Vasthouden&loslaten	10 okt: Geven&Ontvangen	
6 nov: Wijsheid	13 nov: Sociale media	14 nov: Loslaten	
4 dec: Acceptatie	11 dec: Stilte	12 dec: Spiritualiteit	