

ZIN IN UTRECHT NIEUWSBRIEF

Nieuwsflits juli 2025



Website



Facebook



Instagram



Podcast



Moed, juist door het erkennen van je kwetsbaarheid. Wat zou het mooi zijn als de huidige wereldleiders daar ook eens bij stil zouden staan. Ondanks onze grote ambities houden we het voorlopig bij Utrecht met een filmvertoning over authentieke moed. Je hebt hem wellicht al op Netflix gezien, maar daar zit je dan met al je geraaktheid, inspiratie en goede voornemens. Samen met anderen kijken en dan met elkaar napraten over wat je heeft geraakt is toch een andere, diepere, ervaring. En.... samen met anderen praten kan natuurlijk altijd bij al onze activiteiten... kijk even wat we in de zomer en begin najaar weer voor je in petto hebben.

Film met nagesprek: 11 juli, 14.30-17.00

Brene Brown is bekend van haar TED Talks, filmpjes en boeken over moed, schaamte, kwetsbaarheid en empathie. In deze aflevering deelt ze haar inzichten op een diep menselijke manier waarmee ze al onze angstige bikkensprongen en verstopte schaamtegevoelens begripvol aanraakt en lichter maakt.

De film begint om 14.30 uur, inloop vanaf 14.15 uur (een half uur eerder dan normaal).

Kaatstraat 18. Opgave: secretariaat@zininutrecht.nu



Hele zomer Nooit te Oud om te Groeien voor oud én jong

Onze bijeenkomsten Nooit te Oud om te Groeien zijn doorgaans voor 60+ ers maar hoe leuk is het om juist jong en oud samen te laten groeien? Onze thema's zijn van alle leeftijden! Deze zomer staan de bijeenkomsten ook open voor 60- ers die eens willen komen meedoen met een zingevingsgesprek. Laat het even weten als je langs wilt komen aan suzette@zininutrecht.nu

In juli:

3 juli: Verbondenheid – Hogen Weide in Leidsche Rijn

4 juli: Verdraagzaamheid – De Beatrix in Zuilen

10 juli: Rouw&Verlies – De Speler in Ondiep

17 juli: Klimaat – in de 3 Krone in de Binnenstad

18 juli: Krachtbronnen – Bibliotheek in Overvecht

21 juli: Geven en ontvangen – De Leeuw in Noord-Oost

24 juli: Acceptatie – Podium Oost in Oost

24 juli: Alleen staan – De Saffier in Hoograven

In augustus

1 aug: Geven&ontvangen – De Beatrix in Zuilen

7 aug: Verwachtingen – Hoge Weide in Leidsche Rijn

14 aug: Klimaat – De Speler in Ondiep

14 aug: Levenskunst – In de 3 Krone in de Binnenstad

21 aug: Medische zeggenschap – Podium Oost in Oost

22 aug: Vriendschap – Bibliotheek in Overvecht

25 aug: Wijsheid – De Leeuw in Noord-Oost

Kijk op onze [website](#) voor meer informatie of download [hier](#) de flyer.

De hele zomer door: Mediteren met Geert.

Want Geert is al op vakantie geweest. Opgave: meditatie@zininutrecht.nu

Deze zomer: Boekbespreking over de kunst van het ouder worden van Anselm Grun

In vier bijeenkomsten. Data en locatie worden nog nader bepaald. Neem bij interesse contact op met godelieve@zininutrecht.nu

Dit najaar: nieuwe training levenskunst voor 18-30 jaar

Er start weer een nieuwe groep voor verbinding, nieuwe ervaringen en life-skills. Data volgen nog. Bij interesse of doorverwijzing: levenskunst@zininutrecht.nu

Dit najaar: elke eerste vrijdag van de maand een filmvertoning

5 september, 3 oktober, 7 november, 5 december. Hou onze website in de gaten. Heb je een tip? Neem contact op met secretariaat@zininutrecht.nu, ook voor opgave.

Dit najaar: nieuwe cursus Zin in HSP

Een cursus van vier bijeenkomsten waarbij je je eigen hooggevoeligheid wat beter leert kennen en accepteren. Data volgen nog. Bij interesse: hsp@zininutrecht.nu

Dit najaar: nieuwe training zelfcompassie

In zes bijeenkomsten leren jezelf en de mechanismes waarmee je jezelf afwijst, afkeurt, veroordeelt en in de steek laat te doorgronden en veranderen. Data volgen nog. Bij interesse: secretariaat@zininutrecht.nu

Troost in jouw bieb, donderdag 30 oktober t/m zaterdag 1 november

Voor iedereen die met verlies te maken heeft gehad. Het richt zich op twintigers en dertigers maar mensen buiten die leeftijdscategorie zijn ook welkom. Wij gaan ons best doen om een mooie bijdrage te leveren. Klik [hier](#) voor het programma van vorig jaar.

Tip 1: Stut-theater over AZC vrouwen en jonge mantelzorger

Kijk [hier](#) eens naar de data van de mooie en spraakmakende voorstellingen van het Stut-theater.

Tip 2: Heilige huisjes in Utrecht

Zie je op tegen de hitte deze zomer? Gelukkig openen de kerken hun deuren en naast inspiratie kun je daar ook de nodige koelte vinden. Kijk [hier](#) voor het programma.

Zin in Utrecht

Centrum voor levensvragen

Tel.: 030-6626814

Email: info@zininutrecht.nu



Share Whatsapp Tweet Share Pinterest Bluesky Mastodon

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}. • Als je geen e-mails meer wilt ontvangen dan kun je je [hier afmelden](#). • Voeg info@zininutrecht.nu toe aan je adresboek voor een betere ontvangst.



Laposta