

Ouder worden
heeft vele facetten.
Wat is in deze
levensfase van
belang in uw leven?
Wat geeft u zin?

- Bij onze bijeenkomsten ontmoet u leeftijdsgenoten rondom deze thema's.

Zin in Utrecht ondersteunt
inwoners van de stad Utrecht bij
zingeving, levensvragen,
filosofie en spiritualiteit.

De bijeenkomsten worden mede mogelijk
gemaakt door de gemeente Utrecht en de
locaties waar wij te gast zijn.

Er zijn géén kosten aan deelname verbonden.
Een vrijwillige bijdrage wordt echter zeer op
prijs gesteld: NL28TRIO 0197707262 tnv
Stichting Centrum voor Levensvragen ovv
donatie Zin in Utrecht.

Informatie en opgave: [www.zininutrecht.nu/030-66 26 814](http://www.zininutrecht.nu/030-66%2026%20814)

Zie voor bijeenkomsten buiten Utrecht: www.nooitteoudomtegroeien.nl

nooit
TE OUD
om
TE GROEIEN

Zingevingsbijeenkomsten voor Senioren
in Utrecht Oost, Noord-Oost,
Hoograven, Binnenstad, Ondiep,
Overvecht, Zuilen & Leidsche Rijn

Georganiseerd door Zin in Utrecht
in 2026

Hooigraven	Noord-Oost	Oost	Binnenstad
*Tot maart: De Saffier Vanaf april: 't Bokkie Elandplein 25 Donderdagochtend 10.30 uur - 12.30 uur Inloop vanaf 10.15 uur	*Tot maart: B.C. De Leeuw Vanaf april: Steunpunt Zelfregie&Herstel, Kaatstraat 18 Maandagmiddag 14.00 uur – 16.00 uur Inloop vanaf 13.45 uur	Podium Oost Oudwijkerdwarstr. 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
29 jan: Levenskunst*	12 jan: Idealen*	15 jan: Inspiratie	15 jan: Dromen
26 feb: Sociale Media*	9 feb: Geweldloze communicatie*	12 feb: Digitalisering	26 feb: Afhankelijkheid
26 mrt: Waarde v/d ouderdom*	9 mrt: Grenzen*	19 mrt: Onzekerheid	26 mrt: Geven & Ontvangen
23 apr: Angst & Paniek	13 april: Vrijheid	16 april: Toekomst	23 april: Goed & Kwaad
28 mei: Vooroordelen	18 mei: Waarde v/d ouderdom	21 mei: Humor	28 mei: Vrijheid
25 juni: Euthanasie	15 juni: Rouwen	18 juni: Samenwonen	25 juni: Vriendschap & liefde
23 jul: Grenzen	13 juli: Verlangen	23 juli: Angst & Paniek	16 juli: Waarde v/d ouderdom
27 aug: Geduld & dulden	31 aug: Vriendschap en liefde	20 aug: Luisteren	13 aug: Vrijmoedig jezelf zijn
17 sept: Zelfonderzoek	21 sept: Kwetsbaarheid	24 sept: Empathie	10 sept: Acceptatie
29 okt: Randon de dood	12 okt: Acceptatie	15 okt: Geven & ontvangen	15 okt: Ik & de Ander
26 nov: Verlies & Rouw	16 nov: Spiritualiteit	19 nov: Hoop zaaien	19 nov: Verlies & rouw
17 dec: Aanvaarding	14 dec: Krachtbronnen	17 dec: Aandacht	10 dec: Zinvol leven
Leidsche Riin	Ondiep	Overvecht	Zuilen
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	*In januari: De Beatrix Vanaf februari: B.C. Zuilen Sint-Ludgerusstraat 251 Vrijdagochtend 10.00 – 12.00 Inloop vanaf 9.45 uur
8 jan: Toekomst	8 jan: Dankbaarheid	16 jan: Hoop	9 jan: Vriendschap*
5 feb: Vasthouden&loslaten	12 feb: Emotioneel-rationeel	13 feb: Ik en de Ander	6 feb: Verwondering
5 mrt: Eerlijkheid	12 mrt: Vrijmoedig jezelf zijn	13 mrt: Waardigheid	6 mrt: Zelfcompassie
2 april: Verwondering	9 april: Ontmoeting	10 april: Grenzen	3 april: Thuis
7 mei: Genieten	7 mei: Verdraagzaamheid	22 mei: Vrijheid	1 mei: Luisteren
4 juni: Zinvol leven	11 juni: Humor	12 juni: Bronnen van troost	5 juni: Prioriteiten
2 juli: Levenskunst	9 juli: Eenzaamheid	17 juli: Afhankelijkheid	3 juli: Idealen
6 aug: Tijd	13 aug: Geloof	21 aug: Wijsheid	7 aug: Grenzen
3 sept: Waardigheid	10 sept: Bronnen van troost	11 sept: Verbondenheid	4 sept: Geborgenheid
1 okt: Hoop	8 okt: Waarde v/d ouderdom	9 okt: Geheimen	2 okt: Dankbaarheid
5 nov: Rust&inkeer	12 nov: Randon de dood	13 nov: Verlies & Rouw	6 nov: Zinvol leven
3 dec: Geven&ontvangen	10 dec: Ik & de Ander	11 dec: Dankbaarheid	4 dec: Vrijheid

NB: Er is ook een groep voor ouderen met een visuele beperking, maandelijks op een vrijdagochtend van 10-12 uur. Neem contact op voor meer informatie: 030-66 26 814