

Nooit te oud om te groeien

Iedere maand, op zaterdagmiddag, vindt er een zingevingsbijeenkomst plaats bij InloopPunt Mens. Deze maandelijkse bijeenkomst met de naam **Nooit te oud om te groeien** is speciaal voor senioren die zoeken naar het diepere gesprek met leeftijdsgenoten over thema's die hen bezighouden.

De kracht van de formule is het laagdrempelige en informele karakter. Je van tevoren opgeven is niet nodig en er zijn geen kosten verbonden

aan de bijeenkomsten zodat iedereen mee kan doen. De gesprekken raken aan de vragen en twijfels die spelen op deze leeftijd, de behoefte aan ontmoeting en het delen van eigen ervaringen en ideeën op het gebied van zingeving.

Begeleiding

De groep wordt geleid door geestelijk verzorger Saskia Heusèr, verbonden aan het Centrum voor Levensvragen Zuidoost-Utrecht, en twee vrijwillige gespreksleiders.

Het thema wordt stevast ingeleid met een verhaal of gedicht en filosofische verdieping. Een muziekfragment, kunstwerk of soms een korte meditatie maken ook deel uit van de werkwijze. De opzet is open breed georiënteerd en niet vanuit religieuze traditie. Gedurende de bijeenkomst wordt er verder aan de hand van vragen en ieders ervaringen in kleinere groepen over het thema doorgesproken.

Sinds 2018

De eerste zingevingsbijeenkomst met de naam **Nooit te oud om te groeien** begon in Utrecht. Daar startte Zin in Utrecht in 2018 met het aanbieden van deze maandelijkse zingevingsbijeenkomsten voor thuiswonende senioren in verschillende wijken in de stad. In de jaren daarna zijn er ook groepen gestart in De Bilt en Zeist. De groep in De Bilt ging op 28 mei 2022 met een onverwacht grote opkomst vliegend van start en kwam toen nog bij elkaar op locatie Molenkamp. De groep is nu neergestreken op de Hessenweg 121 bij InloopPunt Mens.

Momenten

De eerstvolgende bijeenkomst is op 11 april rondom het thema **Vrijmoedig jezelf zijn**. Op 9 mei staat het thema **Rondom de dood** centraal en 20 juni **Verwondering**. De inloop is altijd vanaf 13.45 uur, de bijeenkomst duurt van 14.00 uur tot 16.00



■ Saskia Heusèr, begeleider van de bijeenkomsten.

uur. Flyers met alle data en thema's voor 2026 vindt u op diverse plekken in de gemeente. Voor meer informatie kunt u ook contact opnemen met zingevingsgroepdebilt@hotmail.com of via de website www.nooitteoudomtegroeien.nl

De zingevingsbijeenkomsten onderscheiden zich door de thematiek en doordat er met een positieve uitstraling naar ouder worden wordt gekeken.

COLUMN
Ike Bekking

SERVICE

Het is weer gelukt!

Bijna 200 leden van de lokale Rotary-clubs leverden eind maart een goed gevulde Paasdoos aan voor cliënten van de Voedselbank. Het is een jaarlijks terugkerende traditie waarbij de leden zelf de handjes moeten laten wapperen. En ja het kost ook geld want iedereen moet zelf de boodschappen betalen.

Dat is het mooie van deze actie, je krijgt een flinke doos en dan ga je boodschappen doen en vul je de doos met van alles en nog wat, koekjes, zoutjes, broodbeleg, beetje luxe dingen want het moet natuurlijk wel een feestje zijn. Vervolgens lever je de doos in en zorgen de vrijwilligers van de Voedselbank voor distributie.

Toen we hier jaren geleden mee begonnen telde de Voedselbank een 50 cliënten, dat is in de afgelopen periode dus verviervoudigd en voor één Rotary-club niet te behappen. Daarom is het geweldig dat de andere clubs elk jaar weer bereid zijn om mee te doen, zo houden we de actie in de lucht en daar ben ik trots op.

Trots ben ik ook op onze leden die verantwoordelijk zijn voor de Stichting LongCOVID. Knappe koppen die in actie kwamen toen één van onze leden geveld werd.



■ Bijeenkomst Zingevingsgroep De Bilt

foto Theo Scholten